

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

№4
(200)

ТВ-программа с 31 января по 6 февраля 2022 года

ТЕЛЕЛЕК

52
КАНАЛА
ТВ

**СЧАСТЬЕ
С ПОДКАБЛУЧНИКОМ?
ВСЁ ВОЗМОЖНО!**

стр. 4

**СОЛЯНКА:
КЛАССИКА
РУССКОЙ
КУХНИ**

стр. 6

**ЕКАТЕРИНА
РОКОТОВА**

**СЛЕДУЙТЕ СВОЕЙ МЕЧТЕ, И У ВАС
ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!**

стр. 5

**ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
НА ФЕВРАЛЬ**

стр. 37

**КАК СБЕРЕЧЬ РУКИ
ОТ МОРОЗА**

стр. 7

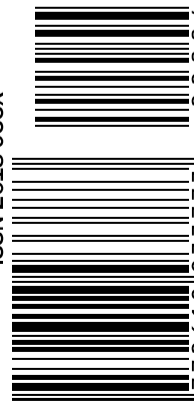
**В МОДЕ
ВАЛЕНКИ
ДЛЯ БОЛЬШИХ
И МАЛЕНЬКИХ**

стр. 11

12+

Фото Ольги Байчер

ISSN 2618-933X



9 772618 193373 22004

Александр Васильев – из тех людей, кого можно слушать часами. Он всегда готов рассказать всё самое интересное из того, что ему известно, поделиться своими мыслями, прогнозами и мнением относительно моды.

Александр ВАСИЛЬЕВ:

// В моей коллекции – почти полмиллиона вещей!

Новым поводом для разговора стала его недавно вышедшая книга «Без ретуши. Советский стиль». Александр Александрович рассказал не только о советском времени и воспоминаниях о нем, но и о своих планах, уникальной коллекции и многом другом.

Советский стиль

– Александр Александрович, расскажите немного о вашей новой книге...

– В этой книге собраны фотографии из советской жизни, которые ранее не публиковались... И вот кадры, которые собраны в этой книге, – это в основном кадры не советских фотографов, а зарубежных, которые работали для иностранной прессы. Вы знаете, что Советский Союз был супердержавой. И, естественно, в супердержаву приезжали корреспонденты из Америки, Германии – до войны, Италии, Швеции, Англии и так далее. Естественно, все они хотели запечатлеть: что за феноменальное такое государство, как здесь люди живут, питаются, отдыхают, одеваются, занимаются спортом, как празднуют, что строят...

«Мне нравятся 60-е годы»

– Какой период в советские годы у вас самый любимый в моде?

– У меня коллекция – почти полмиллиона ве-

Подробности

«Анна Каренина», «Доктор Живаго» и другие

– Существует ли русский стиль и повлиял ли на него советский период?

– Конечно! Если говорить о моде – то русский стиль всегда в моде зимой. Потому что русский стиль у всех ассоциируется с мехами, бриллиантами, жемчугами, шапочками. И есть два направления русского стиля, которые наиболее часто используются во всем мире. Первый стиль, который получил кодовое название «Анна Каренина». Это викторианское ретро, где присутствует соболь и жемчуг. И стиль «Доктор Живаго» – стиль эпохи гражданской войны: шинель, папаха, серая тужурка, кожанка – революционные будни, приправленные романтикой. И оба эти стиля очень популярны. Стиль «перестройки» у нас никогда не пользовался популярностью. Стиль «советский авангард» был обязателен в 80-е годы к изучению во всех художественных школах, и многие модельеры делали коллекции в этом стиле. Но народ на улице так не ходил, это не пользовалось успехом. А сейчас, например, в моде – стиль гопников 90-х годов. Это оверсайз, спортивные штаны, носки, в которые заправлены треники, и огромные кроссовки. Вот так советская реальность внедрилась в мировую моду.



щей. Это одна из крупнейших частных коллекций в мире. Для кого-то их наряды дороги, потому что они – часть сентиментальных воспоминаний близкого человека. Больше мне нравятся 60-е годы – это такой красивый вытянутый силуэт. У нас в коллекции есть пла-

тья Тамары Миансаровой, Ларисы Мондрус, и даже я смог получить три вещи от Аиды Ведищевой, она была очень популярна в 60-е годы. Думаю, что все помнят песню в ее исполнении «Лесной олень». Она отдала именно советские платья и сказала: «Я хочу, чтобы меня вспоминали по хорошим нарядам!» И это было так трогательно... Кроме того, у меня есть большие коллекции, например, связанные с

Майей Плисецкой. Есть и другие вещи разных знаменитостей тех лет, которыми они со мной смогли поделиться. И постоянно делятся – и сейчас постоянно приносят, отдают вещи достойные...

«Пишите книги!»

– В чём вы черпаете вдохновение?

– В искусстве и в природе. Потому что это два самых главных источника вдохновения для многих людей. Некоторые еще добавляют Бога, некоторые любят духовное. Но я материалист, поэтому – природа во всех ее проявлениях.

– Я знаю, что вы сейчас продолжаете писать книги. О чём они будут?

– Одна из книг будет посвящена моим интерьерам. Потому что за годы моей жизни я купил несколько недвижимостей. И я обставил их довольно изящно – очень многие журналы фотографировали. И именно виды интерьеров будут своего рода наглядным учебником для многих декораторов у нас в стране, которые хотят опереться именно

на что-то отечественное, потому что у нас перед глазами все время – западные примеры. Вот такие у меня планы... На самом деле написать книгу очень трудно. Очень многие начинают писать – и не дописывают. Напишут две главы, три главы, а дальше они – в семейных заботах, потом у них хобби, потом у них еще что-то... Но вот, предположим, вы написали книгу – теперь надо найти издателя, который решится человека, никогда раньше не издававшегося, издать. Чаще всего это просто печатается в типографии небольшим тиражом – например, в три тысячи... Как сделать так, чтобы вашу книгу купили и прочли? А еще – чтобы раскупили полностью тираж и так далее. Поэтому я всем советую начать писать книги. И помните, какие преграды будут стоять у вас на пути. Но если вы хотя бы опишете свою жизнь – не в книге, а в эссе, например, на десяти страницах, в назидание вашим детям, внукам, племянникам: опишете, как вы росли, учились, с кем вы дружили, чем вы занимались, – это уже большая польза! Даже просто биография каждого человека может быть интересна. Начните хотя бы с этого!

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ

Известный историк моды рассказал о своей новой книге, стилях советской эпохи и ближайших планах.

Фото Вадима Тараканова

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Следуя за картой местности

26 января 1525 года вышел первый печатный вариант карты Руси. Прошли века, и сегодня жизнь без подробных карт уже невозможно представить. А их электронный вариант позволяет рассмотреть местность в мельчайших подробностях, вплоть до дома. Какой же путь прошли карты за время своего существования? Если вы знаете, то легко ответите на вопросы нашей викторины.

1. Ещё до того, как жители Европы достигли берегов Гренландии, местные инуиты уже умели использовать трёхмерные карты. Из дерева вырезались объёмные береговые линии, и лоцман мог пользоваться картой



даже на ощупь в кромешной тьме. Чтобы сверить своё местоположение с картой, плывущий на лодке инуит время от времени кричал. Для чего?

а) Чтобы по эху, отраженному от скал, определить расстоя-



ние до берега.

б) Чтобы другие мореходы не пересекали его путь.

в) Так он заявлял свои права на косяк рыбы.

2. Сложилось так, что в западной цивилизации при ориентировании по звёздам важнейшую



роль играла Полярная звезда, указывающая на север. Поэтому и на западных картах север был сверху. На картах Древнего Китая наоборот располагали юг, а на старинных арабских картах – восток. Однако сегодня карты выпускают именно с изображением северных частей вверху. С чем это связано?

а) Так решили на Всемирном собрании географических обществ.

б) В широкое употребление вошел компас.

в) Просто такие карты красивее.



3. Известно, что начиная с XIV века собственники земли на Руси должны были иметь чертежи своих владений. Это зафиксировано ещё на берёзовой коре. А уже после создания единого государства понадобилась и карта всей страны. Сначала в 1497 году появился «Чертёж московских земель». А позже по заказу и описаниям выдающегося русского путешественника была составлена Карта государства Российского. Кто был автором «Писцовой книги России»?

а) Дмитрий Герасимов.

б) Николай Миклухо-Маклай.

в) Николай Пржевальский.

ОТВЕТЫ

- 1. а)
- 2. в)
- 3. в)

Анастасия Цымбалару развеет иллюзию сказки

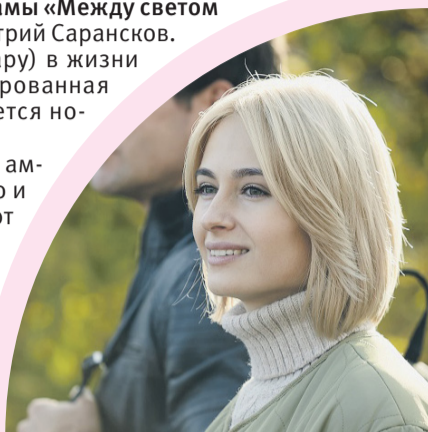
На телеканале Домашний завершили съемки детективной мелодрамы «Между светом и тенью». В главных ролях: Анастасия Цымбалару, Дмитрий Пчела и Дмитрий Сарансков.

По сюжету, у талантливого архитектора Нади (Анастасия Цымбалару) в жизни все хорошо: успешная карьера в компании жениха Виктора, запланированная свадьба и беременность. Все резко меняется, когда в офисе появляется новая помощница.

С этого момента карьера и жизнь Нади летят под откос – молодая и амбициозная Алла постепенно занимает ее место не только на работе, но и в сердце Виктора. Но он вскоре погибает, и все улики свидетельствуют против Нади. Вместе с друзьями она проводит расследование, чтобы доказать свою невиновность...

– Жизнь Нади напоминает сказку: у нее есть любимая работа и любящий мужчина рядом, но неожиданная беременность расставляет все на свои места, и сказка, в которой она жила все это время, оказывается иллюзией, – рассказала нам о своей героине Анастасия Цымбалару.

Фото телеканала Домашний



Юрий Быков покоряет мир

Одна из западных телевизионных компаний, работающая на американском и европейском кинорынках, купила права на адаптацию российской драмы «Дурак» режиссера Юрия Быкова. Теперь по картине, отмеченной призами в Локарно, снимут англоязычный сериал.

Рабочее название будущего проекта – «Collapse» (в переводе с английского языка – «крушение, разрушение, обвал»), а в число продюсеров этого проекта вошли наши соотечественники Вячеслав Муругов и Влад Ряшин.

Напомним, что свой фильм Юрий Быков снимал семь лет назад. В центре сюжета – обычный сантехник, который волею судеб вовлечен в спасение жизни жильцов аварийного общежития. Главные роли в фильме исполнили Артём Быстров, Наталья Суркова, Юрий Цурило и Борис Невзоров.

Фото Вадима Тараканова



Эвелина Хромченко дала модный совет

Ведущая передачи «Модный приговор» на Первом канале Эвелина Хромченко дала хороший совет по подбору гардероба.

– Не верьте в пафосные глупости про «губительное влияние пандемии на моду», – сказала теледива и именитый стилист. – Пора развеять миф о том, что кроме бесполок пиджам и спортивных костюмов оверсайз сегодня мода ничего не предлагает. Есть несколько горячих трендов зимы, обратите на них внимание на распродажах, которые пока еще идут. Итак, в моде сейчас – прозрачность, обнаженные плечи. И, конечно, очень маленькое черное платье в различных вариациях.

«Невский» продолжает охоту на Архитектора

В понедельник, 31 января, в эфире НТВ состоится телепремьера популярного детектива «Невский» – «Невский. Охота на Архитектора». В новом сезоне Павла Семёнова, роль которого неизменно играет Антон Васильев, ждет неожиданное «возвращение из прошлого».

Предыдущий сезон, премьера которого состоялась в феврале прошлого года на НТВ, оставил зрителям много вопросов, ответы на которые даст новый, пятый по счету сезон. Майор Павел Семёнов (Антон Васильев) продолжает служить в полиции на должности начальника уголовного розыска УМВД по Центральному району. А полковника Андрея Михайлова (Андрей Гульнёв) переводят из фешенебельного Невского в криминальный район, где живут по законам улиц – кто круче, тот и прав. Тем временем расследование



дела Архитектора все еще не дало результатов. Под подозрением по-прежнему Семёнов, но доказательств нет, и за ним ведется слежка. Михайлов не понимает, может ли он доверять Семёнову, и их дружба трещит по швам.

Фото телеканала НТВ

Александра Ребенок преодолела свой страх

На телеканале «Россия» – новый сезон шоу «Танцы со звездами». Одна из пар – Александра Ребенок и Михаил Щепкин. По признанию актрисы, она не сразу согласилась на участие в этом проекте – долго думала. Но когда согласилась, к тренировкам, репетициям и самим съемкам стала относиться очень ответственно.

– Такого стресса я давно не испытывала, а может, и никогда вовсе, – призналась нам Александра. – Это новое пространство, какая-то новая энергия – я не знала, что она у меня есть! Я никогда в жизни не танцевала – эта тема была закрыта. Я еще в детстве решила, что танец – это не для меня. В пять лет, когда я пошла на балетные танцы, у меня было всего два занятия. После второго я со слезами на глазах примчалась домой и сказала, что никогда больше туда не пойду – так мне было некомфортно! Сейчас я учусь не только танцевать, но и получать от этого удовольствие...

Фото телеканала «Россия»



Борис Корчевников вернул собаку-потеряшку

Борис Корчевников не только помогает возрождать храмы и церкви, но и оказывает помощь братьям нашим меньшим.

Телеведущий телеканала «Россия» возле подъезда своего дома встретил большую собаку – лабрадора. Пес был без хозяина и явно потерялся. На время, пока искали настоящего владельца, Борис приютил собаку у себя дома.

– Дело было практически ночью, – рассказал нам Борис. – Оказалось, что он загулялся и потерялся. Хозяин, слава богу, на следующий день нашелся и был безумно рад встрече со своим питомцем...

Фото из личного архива Бориса Корчевникова



ПРЕПАРАТЫ НА ОСНОВЕ ЯИЧНОЙ СКОРЛУПЫ

Оптимальная форма
кальция для организма
Содержат 23 микроэлемента
УКРЕПЛЯЮТ ИММУНИТЕТ

КАЛЬЦИД

(яичная скорлупа, витамины С и Д₃)

Препятствует вымыванию кальция, укрепляет костную ткань, улучшает состояние зубов и ногтей

КАЛЬЦИД + МАГНИЙ

(яичная скорлупа, магний, витамины швейцарского производства С, Д₃, В1, В6, РР, А, В2, Е, В12, Р)

ОКАЗЫВАЕТ ОБЩЕУКРЕПЛЯЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ОРГАНИЗМ:

Восполняет дефицит кальция и магния
Защищает кости от разрушения
Благотворно влияет на состояние нервной и сердечно-сосудистой систем

Спрашивайте в аптеках!
Средняя стоимость препаратов
около 180 руб.

Произведено в России. Доступно и недорого.
Наличие препаратов уточняйте по тел: 8 (812) 383-99-09

СОГР №RU.77.99.57.003.E.006711.08.14 • СОГР №RU.77.99.57.003.E.006712.08.14 • Реклама

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



СЕКРЕТ УСПЕХА

Собираемся в командировку

Конечно, сотрудники, которые часто отправляются в командировку, уже держат свой список вещей под рукой, а вот если вы собираетесь в командировку впервые, записывайте.



ДОКУМЕНТЫ

Вот их перечень: паспорт РФ, загранпаспорт (если поездка дальняя), билеты (лучше распечатать), права (если собираетесь садиться за руль), командировочные документы (договоры, пропуска на объекты и т.д.), сведения о бронировании номера в отеле, медицинский полис, координаты встречающего (если таковой предусмотрен).

ДЕНЬГИ

Разумно будет захватить и банковскую карту, и немного наличных. Сохраняйте чеки для работодателя на возмещение командировочных расходов (оплата транспорта, такси и др.).

АПТЕЧКА

В ней должны находиться препараты от аллергии, диареи, боли в горле и насморка, жаропонижающие, а также обезболивающие и антисептик. Плюс классический набор для ежедневной гигиены (зубная щетка, расческа, дезодорант и так далее).

ОДЕЖДА

Готовим три комплекта одежды (минимум):
 • для работы (деловой костюм + туфли);
 • для свободного времени (джинсы, футболка, джемпер + кроссовки);
 • для отдыха в гостинице (пижама, халат + тапочки).
 • несколько комплектов нижнего белья и носков.

ТЕХНИКА

Заряженный телефон, наушники, ноутбук. Вся техника в комплекте с зарядными устройствами.

Считается, что подкаблучник – это мужчина, не имеющий собственного мнения.

И чаще всего слово это произносится с негативным оттенком. Мы предлагаем разобраться, так ли уж плохо, когда муж чаще соглашается с женой, чем отстаивает свое мнение?

В чём причина?

Почему мальчик вырастает в мужчину, который не имеет ничего против матриарха? Причин несколько. НЕПОЛНАЯ СЕМЬЯ.

В неполной семье мальчик частенько воспитывает мама. Он привыкает ее слушать, а потом настает время слушать жену. Все по сценарию. Аналогичная ситуация может возникнуть и в полной семье, где мать является более властной и «строит» не только ребенка, но и его отца.

ТРУДНОСТИ ВОСПИТАНИЯ. Если родители привыкли все вопросы решать за ребенка, то он не научится ни принимать самостоятельных решений, ни видеть результата своих неправильных действий, ни корректировать их. Вырастая, такие мужчины не будут отстаивать свое мнение, потому что они просто не знают, как это делать.

Муж-подкаблучник: хорошо или плохо?

Возможные трудности в отношениях

Несмотря на то что такие мужья будут стараться угодить своей спутнице, несколько «слабых звеньев» у таких отношений все же имеется.

- 1 ЕГО НЕУМЕНИЕ БЫТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ.** Будьте готовы, что все решения в семье принимать придется только жене. Ей нужно будет постоянно ухаживать за своим взрослым «чадом», опекать его и следить, как за ребенком.
- 2 ПРЕДСКАЗУЕМОСТЬ.** Согласитесь, если с вами всегда во всем соглашаются, спрашивают совета и носят на руках, то из-за отсутствия возможности узнать другую точку зрения на тот или иной вопрос постепенно станет скучно.
- 3 НЕВОЗМОЖНОСТЬ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ СЛАБОЙ.** Время от времени даже самой сильной женщине хочется почувствовать себя маленькой девочкой. С мужем-подкаблучником такой возможности не будет.

Какова жизнь с подкаблучником?

Не нужно пытаться его изменить, все равно ничего не получится, пока он сам этого не захочет. Но если вы его любите и готовы встать за него горой, то почему бы и нет? Можете пользоваться тем, что он будет дарить вам цветы, подарки, внимание, а также восхищаться вами при любых условиях. Для некоторых женщин это очень значимо.

Выбирая такого мужчину, будьте мудрее: давайте ему больше свободы выбора, поощряйте его начинания, реже пытайтесь «все контролировать», дайте ему возможность принять хоть какое-нибудь решение, а потом обязательно похвалите. Тогда вы получите почти идеального спутника, готового ради вас на все.

Существует несколько видов подкаблучников, которые принципиально отличаются.

«НЕДОПОДКАБЛУЧНИК»

Обычно воспитывается сильной мамой, которую привык слушаться. В жене хочет видеть те же качества, что и в матери. Умеет идти на компромисс. Но очень нерешителен и не уверен в себе. Эти качества можно преодолеть при условии, что женщина будет помогать ему развиваться, а не подавлять.

«ЗАПУЩЕННЫЙ ПОДКАБЛУЧНИК»

Над его «воспитанием» уже успела поработать не только мать, но и властная жена. Он уже стал слабой личностью, живет с осознанием своей никчемности и не имеет права голоса.

«ПОДКАБЛУЧНИК-ФИЛОСОФ»

Предпочитает не связываться с женой в решении бытовых вопросов, поэтому уступает. Обычно это ученые, писатели, философы и другие специалисты, которые живут своим делом, своей работой и профессией. При этом он не допустит, чтобы ему «сели на шею», так как является полноценной личностью. Это выгодно выделяет его из списка остальных типов.

«ОЧАРОВАННЫЙ»

Он искренне любит свою избранницу, готов на все ради нее. Ему доставляет радость ее баловать и угождать. Если спутница это оценит, будет отличная пара. Если же этим пользоваться и манипулировать, то крепких отношений не получится.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

КОГО ВЫБРАТЬ?

НА ЗАМЕТКУ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Чай на пробу

В начале XX века американский торговец Томас Салливан придумал маркетинговый ход: чтобы прорекламить новые сорта чая, он рассылал своим клиентам на пробу небольшие порции, расфасованные в шелковые мешочки. Это было выгоднее, чем отправлять чай в жестяных банках. Ему и в голову не приходило, что покупатели начнут заваривать чай прямо в мешочках. Между тем, поклонники нового способа заваривания быстро нашлись, и находчивый предприниматель запатентовал чай в такой расфасовке.



Запасливые муравьеды

Природа наградила муравьедов не только яркой запоминающейся внешностью, но и способностью заботиться о будущем. Вопреки заблуждению, эти животные не разрушают муравейники и термитники. Они просто проламывают стену и засовывают внутрь длинный и липкий язык. Язык быстро-быстро, со скоростью швейной машинки, собирает насекомых и втягивает их в рот (за день до 2 кг!). При этом муравьед обязательно оставляет часть популяции – чтобы насекомые быстренько отремонтировали жилище и подготовили ему новый обед.



Колесо зависти

Именно так следовало бы назвать популярный аттракцион «Колесо обозрения». Его создатель Джордж Феррис позавидовал шуму, который наделала в 1889 году в Париже башня Гюстава Эйфеля. Феррису захотелось создать что-нибудь не менее удивительное, и в 1893 году в Чикаго он открыл новое развлечение – колесо имени себя. Его диаметр составлял 75 метров, а в 36 кабинах размещалось по 20 сидячих и 40 стоячих мест. Практически на колесе вращалось 36 автобусов!



Подумайте сердцем

Мы говорим друг другу «слушай своё сердце», когда хотим призвать человека принять эмоциональное, а не рациональное решение. А вот древние египтяне наверняка употребляли какое-то похожее выражение, призывая к прямо противоположному действию. Они считали, что взвешенное решение можно принять только сердцем, потому что именно оно отвечает за логическое мышление. А мозг? Он просто черепную коробку заполняет, не более того...

Светлана СИДОРЧУК

Актриса Екатерина Рокотова (известная по фильмам «Реализация», «Менталист», «Канцелярская крыса», «Анатомия убийства», «Родные пенаты», «Проводник», «Последняя статья журналиста») рассказала о своих любимых продуктах и поделилась итальянским рецептом приготовления рыбы по-средиземноморски.

«Пищевые привычки нужно вырабатывать»

– Екатерина, от обилия советов по питанию голова идёт кругом. Скажите, что в этой сфере сейчас на острие, на что нужно обратить внимание?

– Сейчас чего только не предлагают: доставку питания, где за вас уже посчитали все калории, всевозможные диеты, и интервальное голодание, и полное, когда человек ничего не ест пять-семь дней. Я не говорю, что это плохо, но ко всему нужно подходить с умом и только под присмотром специалистов. Взять то же голодание: да, ты резко худеешь и выглядишь прекрасно, но не каждый способен держать себя после голодания в руках. Как правило, потом человек набирает еще больше, чем сбрасывает. Поэтому я – противник резких изменений в питании, и считаю, что правильно питаться нужно каждый день, а не время от времени.

– Правильно питаться каждый день – тоже далеко не каждый выдержит...

– Тяжело первый месяц, а потом ты привыкаешь есть правильную пи-

Екатерина РОКОТОВА:

ИНДЕЙКА с гречкой

самое вкусное, что можно представить

щу. Пищевые привычки нужно вырабатывать. И еще: не стоит слепо доверять всему, о чем пишут и говорят. Диету нужно подбирать под себя, под свой организм, чтобы она была на пользу, а не во вред.

– Позади новогодние праздники. Знаете секрет, как можно быстро и безболезненно прийти в форму?

– Я практикую интервальное голодание, при котором 18 часов в сутки я не ем. Мне это не тяжело, я спокойно могу пропустить завтрак, так как с утра привыкла пить только воду, чай или сок. Но нужно помнить, что подходить это далеко не всем. Так же, как и кетодиета, где очень много белка и жиров. Поэтому прежде, чем выработать какую-либо

«Дома всегда есть травяные чаи»

– А как вы относитесь к травяным чаям?

– Очень их люблю! Я с детства ходила с мамой в лес, где мы собирали травы: чабрец, душицу, зверобой, пустырник, землянику. Мама до сих пор выращивает на даче несколько сортов мяты. Поэтому дома всегда есть травяные чаи. Они лежат на отдельной полке в разных коробочках. И в зависимости от ситуации я их достаю и смешиваю. Например, я всегда себе делаю успокоительный чай «баю-бай».



КСТАТИ



диету, нужно научиться понимать свое тело. Лучше всего обратиться к специалисту, сдать анализы. И очень внимательно прислушиваться к своему организму. Прекрасная форма – это оболочка, и за всем этим стоит наше здоровье. И здесь самое главное – позаботиться о своем здоровье. Если ты худеешь правильно, постепенно, аккуратно, то не будет ни усталости, ни обвисания кожи, ни других побочных явлений. Человек, который здоров изнутри, может похудеть легко.

«Сформировала свой круг продуктов»

– Получается, что с помощью правильных

пищевых привычек можно уйти от лишних килограммов?

– Как шутят подруги, самая простая диета, которая стопроцентно работает, – не есть! (Смеется.) А чтобы не было срывов, нужно иногда позволять себе вкусенького. Например, договоритесь с собой, что раз в неделю будете ходить в кафе, чтобы съездить эклер. Очень важно научиться радовать себя.

– Вы упомянули о пищевых привычках. А какие они у вас?

– Например, я не забываю пить воду, потому что именно вода выводит из организма жировую ткань. Часто наш организм путает голод с жаждой. И если выпить стакан воды, то может оказаться, что есть вы уже не хотите. Дальше – сбалансированное питание. Мне обязательно нужно есть белок. Я не представляю свою жизнь без мяса! Обязательно должно быть как можно больше клетчатки – ешьте больше овощей! В некоторых источниках пи-

Пожелание читателям «Телека»:

– Дорогие читатели, желаю вам следовать своей мечте несмотря ни на что! И у вас обязательно всё получится.

шут, что клетчатка должна составлять 50-70 процентов от всего рациона. Очень важно употреблять крупы. Но опять повторюсь: каждому свое.

Об овощах и ягодных напитках

– Вы много готовите?

– Я очень редко готовлю. В моем холодильнике лежат вымытые и порезанные овощи. С вечера я могу заварить гречку. Кстати, сейчас очень популярна зеленая гречка – считается, что в ней больше полезных веществ и белка. А если гречку не варить, а заваривать, то питательных веществ будет еще больше. Гречку лучше есть с овощами, а не с котлеткой. А если хотите котлетку, то съешьте ее тоже с овощами.

– Что готовите из мяса?

– Я обожаю индейку! Для меня индейка с гречкой – самое вкусное, что можно представить! Главное – правильно ее приготовить. Чтобы индейка не была сухой, ее лучше замариновать – например, в оливковом масле с лимонным соком, добавив туда любимые приправы.

– Сейчас зима и не хватает витаминов, как вы выходите из этой ситуации?

– С лета я заготавливаю ягоды: покупаю и кладу в морозилку. Мои любимчики – боярышник, клюква, брусника, облепиха. Достаю ягоды, толку немного ступкой, заливаю кипятком – и получается вкуснейший напиток, в котором содержится огромное количество витаминов.

Елена СОКОЛОВА

ПОДРОБНОСТИ

О тайской кухне и «рыбе по-средиземноморски»

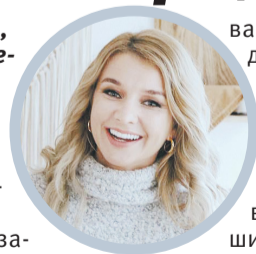
– Екатерина, давайте немного поговорим о кухне вообще. Вам, например, какая нравится?

– Очень люблю острую тайскую кухню. В Таиланде могу есть все что угодно, потому что основу рациона там составляет рыба. Люблю средиземноморскую кухню, в том числе греческую. Они большие молодцы: перед тем как приступить к основному блюду, всегда съедают большую чашку салата. Са-

мое прекрасное в средиземноморской кухне – простота продуктов. И самое главное у них – это не испортить натуральный вкус продуктов, а наоборот, подчеркнуть. Обожаю итальянскую кухню. На Капри была приятно удивлена блюдом под названием «рыба по-средиземноморски». В него входит рыба, каперсы, оливки, помидоры черри. Мне оно так понравилось, что я пошла к шеф-повару и узнала, как его готовить.

– Поделитесь, пожалуйста, рецептом!

– Сначала готовим соус из лимона, оливкового масла, розмарина и петрушки. Нарезаем овощи: каперсы, оливки, помидоры, можно добавить маленькую картошку. Все это перемешиваем с соусом и выкладываем вокруг рыбы, которую тоже поли-



ваем соусом. И ставим в духовку на 180 градусов. Время приготовления зависит от размеров рыбы. Если рыба очень большая, ее лучше накрыть. Так как овощи выделяют сок, рыба тушится в этом соку и получается очень вкусной!

Еще меня научили готовить рыбу в соляной корке. В ресторанах такая рыба выглядит очень эффектно. На самом деле готовится она то-

же очень просто: рыбу нужно хорошенько протереть тряпкой, чешую снимать не нужно. Берем два пакета соли. Высыпаем один, кладем на него рыбу, сверху засыпаем солью из второго пакета. И ставим в духовку на 40 минут при температуре 180-200 градусов. Соль во время приготовления превращается в корочку и становится похожа на панцирь. Рыба запекается в собственном соку и получается нежной и вкусной.

Солянка – любимое многими классиками блюдо русской трактирной кухни.

Солянки бывают мясными и рыбными, сборными и постными. Эти очень сытные и густые супы как никакие другие подходят для зимних обедов.

Солянки относятся к так называемым рассольным супам, в них принято добавлять огуречный или капустный рассол и, соответственно, соленые – в идеале бочковые – огурцы или квашеную капусту. По мнению некоторых историков кулинарии, именно соленые огурцы послужили основой для названия блюда. Хотя есть и другое мнение, согласно которому солянка готовилась из того, что приносили селяне для приготовления общего кушанья на праздник, – отсюда и название.

Солянка сборная мясная

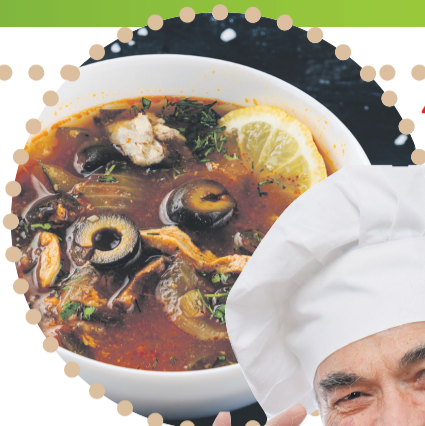
На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г говяжьей грудинки, 200 г варено-копченой колбасы, 200 г бекона, 200 г ветчины, 1 луковица, 1 морковь, 4 соленых огурца, 1 стакан огуречного рассола, 1 лимон, 1 банка маслин без косточек, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, пучок петрушки, сметана, 1 ст. л. растительного масла, 6 горошин душистого перца, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 96 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Грудинку залить водой (3 л), добавить лук, морковь, душистый перец, варить до готовности (1,5-2 часа).
- 2 Готовый бульон процедить, мясо отделить от костей, нарезать на порционные кусочки.
- 3 Колбасу, бекон, ветчину и огурцы нарезать соломкой.



4 Томатную пасту обжарить на растительном масле (5 минут), добавить сахар, огурцы, тушить под крышкой 10 минут.

5 Переложить все мясные продукты в бульон, довести до кипения, добавить томатную смесь и рассол, еще раз довести до кипения, проверить на соль (и посолить, если нужно), через 5 минут выключить огонь, накрыть кастрюлю крышкой и дать постоять как минимум 30 минут.

6 При подаче в каждую тарелку положить 5-6 маслин, ложку сметаны, ломтик лимона; солянку поперчить и посыпать рубленой петрушкой.

СОЛЯНКИ

вкусные, ароматные, прекрасные

Солянка сборная рыбная

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г морской рыбы, 1 крупная речная рыба (окунь, судак и т.п.), 300 г филе слабосоленой красной рыбы, 1 луковица, 2 соленых огурца, 100 г каперсов, 150 мл огуречного рассола, 2 ст. л. растительного масла, 200 г оливок, 1 лимон, 2 лавровых листа, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 87 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Свежую рыбу разделить: почистить, выпотрошить, снять и отложить филе.
- 2 Головы, кости и хвосты сложить в кастрюлю, залить водой (3,5 л).
- 3 Довести воду до кипения, снять пену, убавить огонь и варить 1 час, периодически снимая пену.
- 4 Лук и огурцы нарезать мелкими кубиками.
- 5 Готовый бульон процедить, влить в него огуречный рассол, довести до кипения.
- 6 Лук пожарить до прозрачности на растительном масле, добавить в бульон вместе с огурцами.
- 7 Филе свежей рыбы и филе красной рыбы нарезать небольшими кубиками (извлекая кости), положить в бульон; варить 30 минут.
- 8 Добавить в бульон каперсы и оливки (вместе с рассолом), довести до кипения и снять солянку с огня.
- 9 При подаче украсить каждую тарелку тонким ломтиком лимона.



Солянка грибная

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г свежих грибов, 200 г соленых грибов, 50 г сухих грибов, 1 луковица, 1 морковь, 3 соленых огурца, 2 ст. л. томатной пасты, 1 стакан огуречного рассола, 1 банка маслин, пучок зелени, 1 ст. л. муки, растительное масло, 2 лавровых листа, 10 горошин черного перца, соль.

Калорийность (на 100 г): 43 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сухие грибы залить кипятком, оставить на 20-30 минут, после чего отварить до готовности и обжарить вместе со свежими грибами в небольшом количестве масла.

2 Лук мелко нарезать и припустить на растительном масле до прозрачности.

3 Морковь нарезать тонкой соломкой, добавить к луку и обжарить до мягкости.

4 К луку и моркови добавить томатную пасту и муку, перемешать, жарить 5 минут.

5 Добавить нарезанные тонкой соломкой огурцы, жарить еще 5 минут.

6 Влить воду, в которой варились сухие грибы, положить все грибы, залить 1,5 л воды, перемешать, посолить, добавить перец горошком, лавровый лист, варить 7-10 минут.

7 Влить рассол, проверить на соль, довести до кипения и снять с огня.

8 При подаче посыпать рубленой зеленью, добавить в каждую тарелку несколько маслин (по желанию).



Детали

Многие в быту называют солянкой горячее блюдо из капусты с мясом, мясными изделиями или рыбой. Однако классическая солянка – это именно первое блюдо, суп. А густое горячее блюдо с капустой называется «солянка на сковороде».

Муж после обеда говорит жене:
– Этого супа можно было сварить литров сто.
– Он так тебе понравился?
– Нет, просто тогда он не был бы таким соленым.



Калорийность (на 100 г): 123 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Мясные изделия, огурцы, лук и морковь нарезать тонкой соломкой, оливки разрезать пополам.

Солянка мясная на скорую руку

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г готовых мясных изделий (колбаса, бекон, буженина, сосиски и т.п.), 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, 2 соленых огурца, 150 мл огуречного рассола, 1 лимон, оливки, растительное масло, сметана, молотый черный перец по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 123 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Мясные изделия, огурцы, лук и морковь нарезать тонкой соломкой, оливки разрезать пополам.

– Твоя супруга сильно похудела во время отдыха. Как у нее это получилось?
– Она прошла тайскую диету: ела куриный суп палочками.



2 В кастрюле с толстым дном разогреть 2 ст. л. растительного масла, обжарить лук до прозрачности, добавить морковь, обжарить до перемены цвета.

3 Добавить в кастрюлю мясные изделия, обжарить все вместе 3-5 минут, добавить огурцы, обжаривать еще 3-5 минут, добавить томатную пасту и сахар, обжаривать еще 5-7 минут, помешивая.

4 Влить 2 л горячей воды, довести до кипения, варить 10-15 минут, в самом конце влить рассол и добавить оливки.

5 При подаче поперчить, заправить сметаной, положить в каждую тарелку ломтик лимона.

Кстати

Огурцы для солянки необходимо очистить от кожуры и сердцевины и нарезать тонкой соломкой или натереть на крупной терке. Если под рукой нет огуречного рассола, огуречные кожуру и сердцевину можно залить небольшим количеством бульона (или воды), проварить 10-15 минут, процедить и затем залить в суп.



Светлана ИВАНОВА

Ногтевые пластины страдают от мороза, сухого воздуха помещений и перепадов температур не меньше, чем кожа.

Мало того: из-за того, что ногти растут сравнительно медленно, зимние огрехи являют себя «во всей красе» поздней весной и летом – ногти вдруг начинают ломаться и слоиться, что, согласитесь, очень неприятно. Поэтому именно зимой уходу за ногтями просто необходимо уделять особое внимание. Ну и конечно, самый безупречный маникюр будет выглядеть нелепо, если кожа рук шелушится, покраснела или покрыта трещинами от мороза. Это очень весомый повод для того, чтобы ухаживать не только за ногтями, но и за кожей рук.

Ногти просят витамин

Существенным минусом осенне-зимнего периода является отсутствие солнца. Дело в том, что именно под влиянием солнечного света в нашем организме образуется витамин D, который необходим для полноценного усвоения кальция. Из-за нехватки витамина D кальций усваивается очень плохо, а в результате ногти теряют эластичность, становятся тонкими и хрупкими, начинают слоиться. Поэтому в осенне-зимний период крайне важно восполнять нехватку витамина D в организме.



Вот некоторые из продуктов с высоким содержанием витамина D:

- жирная морская рыба,
- рыбий жир,
- печень трески,
- черная икра,
- яйца,
- сливочное масло,
- твердые сыры,
- козье молоко.

Как ухаживать за ногтями и кожей рук

Зимой

Маски и ванночки по расписанию

Для правильного зимнего ухода за ногтями и кожей рук вовсе не обязательно использовать специальную уходовую косметику, можно вполне обойтись домашними средствами. Главное, чтобы уход был регулярным: маски необходимо делать не реже чем два раза в неделю, ванночки для ногтей – раз в неделю, питательный крем использовать каждый день. Кстати, если кутикула слишком быстро грубеет, поможет бальзам для губ – просто нанесите его и оставьте на ночь.



Ванночки для ногтей

Ванночки укрепляют и увлажняют ногти, что тоже очень важно в холодное время года. Ванночку сделать очень просто: наливаем в подходящую емкость теплую (ни в коем случае не горячую) воду, капаем по 2-3 капли эфирного масла лаванды и лимона, опускаем пальцы в ванночку на 10 минут. После процедуры руки необходимо вытереть насухо и нанести на кутикулу и кожу вокруг ногтей специальное масло. Если нет масла для кутикулы, не беда – его прекрасно заменит оливковое. Затем желательно надеть хлопковые перчатки и примерно час не снимать их, чтобы дать маслу впитаться. После этого убираем излишки масла салфеткой и наносим на руки питательный крем.



Звонок телефона. Трубку снимает маленький мальчик:
– Алло?
– Здравствуй, Васенька, позови, пожалуйста, маму.
– Она не может подойти – она совершенно беспомощна.
– Неужели заболела?
– Нет. У неё маникюр ещё не высох.

Знай и помни!

Чтобы ногти и кожа рук не страдали от морозов и других негативных зимних факторов, необходимо придерживаться нескольких простых правил:

- обязательно надевайте перчатки или варежки перед выходом на улицу и не снимайте их, не войдя в теплое помещение;
- используйте защитные перчатки (например, резиновые) при работе с бытовой химией и водой;
- не принимайте горячий душ, не мойте руки горячей водой – горячая вода сушит кожу;
- принимайте витамины, придерживайтесь правильного питания;
- используйте в помещениях увлажнители воздуха.

Маски для ногтей

Все домашние маски нужно готовить непосредственно перед применением, хранить их нельзя. Наносить маску надо на чистые, лучше распаренные руки, держать не менее 15 минут, наибольший эффект достигается, если на это время надеть полиэтиленовые перчатки.

После процедуры маску нужно смыть водой комнатной температуры, вытереть руки насухо и нанести питательный крем.

В качестве ингредиентов для масок можно использовать мед, глицерин, распаренные овсяные хлопья, яйца, молочные продукты, разнообразные масла.

ЛИМОННАЯ: сок одного лимона смешать с 2 ч. л. морской соли.

МЕДОВАЯ: смешать мед, горчицу и теплую воду в соотношении 1:1:1.

ПЕРЕЧНАЯ: смешать 1 ч. л. крема для рук и щепотку красного (не острого!) перца.



Бегут в детсаде ребяташки, мальчик и девочка, держатся за руки. Вдруг девочка останавливает своего спутника и, стеснясь и опустив глазки, спрашивает:
– А когда мы вырастем, ты на мне женишься?
– Нет.
– Почему?!
– Потому что ты будешь каждый день ходить на маникюр, а мне не будет хватать денег на бензин.

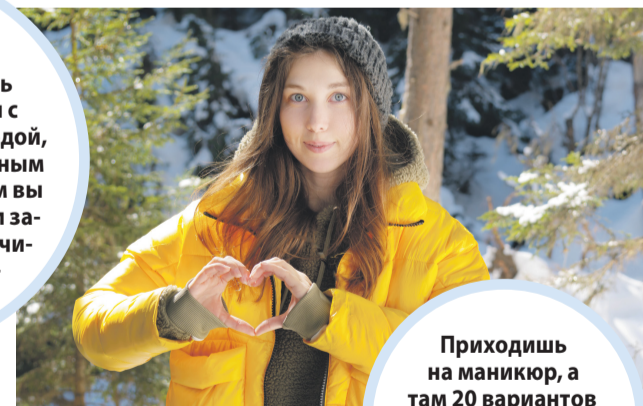


Не любят ногти влагу

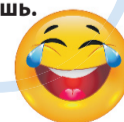
Зимой ногти необходимо защищать. И в том числе – от влаги. Вода для ногтей вредна, так как она выталкивает из ногтей природные жиры, необходимые для их пластичности.

Кстати

Перед тем как надеть перчатки для работы с бытовой химией или водой, смажьте руки питательным кремом. Таким образом вы «убьете двух зайцев»: и защитите руки, и обеспечите им дополнительное питание.



Приходишь на маникюр, а там 20 вариантов красного, но не такого красного, как ты хочешь.



Ногтевые пластины быстро впитывают воду и от этого становятся более уязвимыми и слабыми. Поэтому на ногтях всегда должен быть защитный слой лака – как минимум, прозрачная база. Незащищенные ногти очень плохо сопротивляются проникновению влаги и воздействию низких температур. Кроме того, защищенные ногти будут меньше ломаться и слоиться.

Светлана ИВАНОВА.
Редакция благодарит мастера ногтевого сервиса Оксану Орлик за помощь в подготовке материала

ПЕРВЫЙ



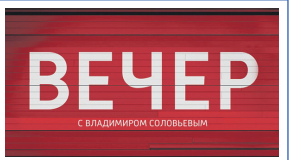
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ». (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 Познер. (16+)
- 01.05 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
- 08.35 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 10.55 Городское собрание. (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.15 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.55 «Прощание». (16+)
- 01.35 «Николай Рыбников. Слепая любовь». (16+)
- 02.15 «Светлана Аллилуева. Дочь за отца». (12+)
- 04.40 «Любовные истории. Сердцу не прикажешь». (12+)

РОССИЯ 1



23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ». (12+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)
- 04.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.05 «ЛАДОГА». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 02.10 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «Сделано в СССР». (12+)
- 13.50 14.05 03.55 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР». (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Сталинградская битва». (16+)
- 19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным. (16+)
- 20.25 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
- 21.15 Новости дня. (16+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ». (12+)
- 01.30 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)

5-Й КАНАЛ



17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 13.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- У подъезда дома застрелена Светлана Морозова, успешный риелтор с многолетним стажем. Оперативники не могут найти мужа Светланы, о котором отец девушки отрицательно. Муж объявляется сам и предъявляет алиби - он, якобы, пропал в бане с проститутками. Выясняется, что Светлане никто не угрожал, а вот у мужа были серьезные проблемы
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «Известия». (16+)
- 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ОТР

- 06.00 16.05 «Диалоги без грима». (6+)
- 06.15 17.00 «Нейро Сапиенс». (16+)
- 07.05 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.30 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение-1. Информационная программа
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ». (12+)
- 11.30 «Лектор Персармии». (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.40 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 18.00 19.30 ОТражение-3. Информационная программа
- 21.00 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СЖЕЧЬ». (16+)
- 23.20 «За дело!» (12+)
- 00.05 «Легенды русского балета». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- Майор Семенов узнает, что бандиты во главе с Саймоном планируют похищение бизнесмена Широкова. Пользуясь внешним сходством с Широковым, Семенов занимает его место
- 23.15 Сегодня
- 23.35 «ПЁС». (16+)
- 03.25 «СТРОЙКА». (16+)
- 05.55 «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 Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ». (16+)
- 22.05 «Водить по-русски». (16+)
- 23.25 «Неизвестная история». (16+)
- 00.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ ШТОРМ». (16+)
- 02.45 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)

РЕН

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 17.25 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.10 Знаки судьбы. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 19.30 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (16+)
- Костин приносит конверт начальству на Лубянку, зачитывает документ - про светящиеся шары в небе. Рудаков настроен скептически, Костин настаивает - он ведь сам видел эти шары. Либо это что-то ранее человечеством неизученное, либо эксперимент, про который он ничего не знает
- 20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- Дин получает звонок от Донателло, просящего о помощи. Вместе с Мэри старший Винчестер отправляется к пророку, плененному Ником
- 23.00 «МЕРКУРИЙ В ОПАСНОСТИ». (16+)
- 01.30 «ОСОБЬ: ПРОБУЖДЕНИЕ». (18+)
- 03.00 «СНЫ». (16+)

РОССИЯ К



21.25 «Сати. Нескучная классика...»

- 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.50 Новости культуры
- 07.35 «Русские в океане»
- 08.30 Легенды мирового кино
- 08.55 16.35 «ПАРИ», «ЛИМОННЫЙ ТОРТ», «ПОКОРИТЕЛИ ГОР»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 XX век
- 12.20 «Дом на Гольваре»
- 13.15 Линия жизни
- 14.20 «Загадка ЛК-1»
- 15.05 Новости. Подробно. АРТ
- 15.20 «Агора»
- 16.25 Цвет времени
- 17.40 Музыка эпохи барокко
- 18.40 01.40 «Настоящая воина престолов»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Острова»
- 21.25 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.05 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»
- 23.20 «Запечатленное время»
- 00.10 «Магистр игры»
- 02.30 «Роман в камне»

ТВ-3

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.55 Давай разведемся! (16+)
- 09.55 Тест на отцовство. (16+)
- 12.10 «Понять. Простить». (16+)
- 13.15 «Порча». (16+)
- 13.50 «Знахарка». (16+)
- 14.25 «Верну любимого». (16+)
- 16.05 «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ». (16+)
- 19.00 «КОРЗИНА ДЛЯ СЧАСТЬЯ». (16+)
- Студентка Лика Березовская мечтает о свадьбе с Сергеем, но пока даже не получила от него предложения
- 23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
- 01.00 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 «Порча». (16+)
- 02.30 «Знахарка». (16+)
- 02.55 «Верну любимого». (16+)
- 03.20 Тест на отцовство. (16+)
- 05.00 «6 кадров». (16+)

СТС



16.15 «ФОРСАЖ: ХОББС И ШОУ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.25 «СЕМЕЙКА». (16+)
- 09.25 «ПАПЕ СНОВА 17». (16+)
- 11.35 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЕНИЯМИ». (16+)
- 13.55 «Суперсемейка-2». (6+)
- 16.15 «ФОРСАЖ: ХОББС И ШОУ». (16+)
- Спецагенты Люк Хоббс и Декард Шоу никогда не были друзьями. Им приходится отложить старые счеты, чтобы победить общего врага, который угрожает их близким и всему миру
- 19.00 «БРАТЬЯ». (16+)
- 19.55 Премьера! Не дрогни! (16+)
- 20.45 «ФОРСАЖ-8». (12+)
- 23.25 «ТРОЙНОЙ ФОРСАЖ: ТОКИЙСКИЙ ДРИФТ». (12+)
- 01.25 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
- 03.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
- 08.35 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 10.55 Городское собрание. (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.15 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.55 «Прощание». (16+)
- 01.35 «Николай Рыбников. Слепая любовь». (16+)
- 02.15 «Светлана Аллилуева. Дочь за отца». (12+)
- 04.40 «Любовные истории. Сердцу не прикажешь». (12+)



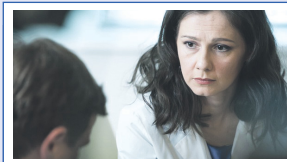
17.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)



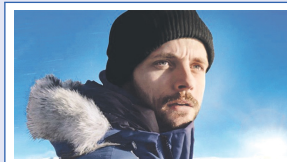
07.00 «ЛЮТЫЙ». (12+)



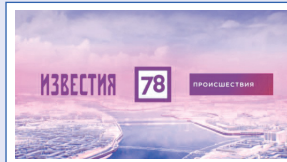
12.35 «ЕДИНСТВО ГЕРОЕВ». (16+)



20.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)



21.05 «В ЛЕСАХ СИБИРИ». (16+)



14.00 «Происшествия». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
 10.30 «Где логика?» (16+)
 11.30 «Двое на миллион». (16+)
12.30 «ОТРЯД САМОУБИЙЦ». (16+)
15.10 «ХИЩНЫЕ ПТИЦЫ: ПОТРЯСАЮЩАЯ ИСТОРИЯ ХАРЛИ КВИНН». (16+)
17.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
 20.50 «Где логика?» (16+)
21.50 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
 Аникеев страдает от неразделенной любви. Самсонов пытается проучить Нину, в этом ему помогает Илона
23.15 «ЗА БОРТОМ». (16+)
 01.35 «Такое кино!» (16+)
 02.00 «Импровизация». (16+)
 03.35 «Comedy Баттл». (16+)
 04.30 «Открытый микрофон». (16+)
 06.05 «ТНТ. Best». (16+)

06.00 09.00 Улётное видео. (16+)
07.00 «ЛЮТЫЙ». (12+)
 Главного героя, полицейского Максима Лютова, долго считали убитым. Когда он возвращается к работе в полиции и становится новым начальником убийственного отдела, у многих коллег это вызывает шок. Лютов груб, странно выглядит, странно шутит, и методы работы у него странные. В прошлом у Лютова много тайн, которые зритель будет узнавать постепенно. Он читит закон, хотя не всегда действует законными методами
 08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
 14.00 «+100500». (16+)
 17.00 Дизель шоу. (16+)
 20.00 Улётное видео. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 02.00 Улётное видео. (16+)

06.00 09.00 12.30 15.25 18.20 22.35 Новости
 06.05 22.00 Все на Матч!
09.05 «ДЕНЬ ДРАФТА». (16+)
 11.30 «Есть тема!»
12.35 «ЕДИНСТВО ГЕРОЕВ». (16+)
14.50 15.30 «ЕДИНСТВО ГЕРОЕВ-2». (16+)
16.55 18.25 «ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ». (16+)
 19.00 «Громко»
 20.00 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. П. Силягин - Н. Тримеш. Г. Мамедов - В. Гусев. Прямая трансляция из Москвы
 22.40 Тотальный футбол. (12+)
 23.10 Футбол. ПСЖ - «Ницца». Кубок Франции. Прямая трансляция
 01.15 «Оседлай свою мечту». (12+)
 02.55 Новости. (0+)
 03.00 Биатлон. Чемпионат Европы. (0+)

06.30 12.20 05.45 Малые родины. (6+)
 07.05 11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
 07.15 09.05 10.05 Большой утренний эфир. (16+)
 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
 11.15 «Главный врач». (12+)
 13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
 13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
 13.20 «Культурная эволюция». (16+)
15.20 «ЕДИНСТВЕННАЯ». (16+)
 17.25 «Адаптация». (6+)
 18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
20.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)
 22.15 Соль событий. (16+)
 22.30 03.00 Степень защиты. (16+)
 22.40 «Такой футбол». (6+)
23.10 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
11.10 «ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
 15.10 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
 15.35 19.40 «Наукоград». (12+)
16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10 02.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
 19.00 23.00 02.00 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
20.10 04.25 «ВОЛЧЬЕ СОЛНЦЕ». (12+)
21.05 «В ЛЕСАХ СИБИРИ». (16+)
23.40 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)
 01.15 «Чужие в городе» с Дмитрием Губерниевым. (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «Известия 78». (12+)
 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
 13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
 14.30 «Освобождение». (12+)
 15.00 «Середина дня». (12+)
 16.00 «Прогноз погоды». (12+)
 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
 17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
 18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
 19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
 20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
 21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ФЕВРАЛЬ

Фазы Луны:
 1 февраля – новолуние. Со 2 по 15 февраля – растущая Луна. 16 февраля – полнолуние. С 17 по 28 февраля – убывающая Луна.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
31 	1 Неблагоприятный день для работы с растениями. 	2 Проверяем емкости и почву для разных видов рассады. 	3 Сею томаты, баклажаны, сельдерей, капусту. 	4 Продолжаем сеять капусту всех видов на рассаду. 	5 Сею тыкву, спаржу, листовые салаты. 	6 Сажу огурцы, тыкву, кабачки, патиссоны.
7 Обрабатываем семена, которые нуждаются в замачивании, обеззараживании. 	8 Проводим снегозадержание, наполняем кормушки для птиц. 	9 Докупаем необходимые семена для оформления клумб. 	10 Сею однолетники и двулетники для будущих цветников. 	11 Сбиваем сосульки с дачных построек, счищаем снег с крыши. 	12 Высаживаем на подоконнике зелень для стола. 	13 Сею ароматные травы (фенхель, кинзу, шпинат, базилик, мангольд).
14 Сею на рассаду огурцы и помидоры. 	15 Вносим органические подкормки. 	16 С растениями не работаем, читаем специальную литературу. 	17 Пикируем посаженные ранее растения. 	18 Поливаем комнатные растения, обрабатываем от вредителей, рыхлим почву. 	19 Защищаем деревья на участке от солнечных ожогов. 	20 Сажу бобовые (горох, фасоль).
21 Сею семена картофеля и топинамбура. 	22 Осматриваем посадки на предмет болезней и вредителей. 	23 На участке расчищаем дорожки, набрасываем снег на грядки. 	24 Сажу корнеплоды (морковь, свеклу, корневой сельдерей, репу). 	25 Занимаемся пересадкой и пикировкой растений. 	26 Защищаем комнатные цветы и рассаду от вредителей, поливаем, рыхлим. 	27 Рыхлим почву, чтобы к корням поступало больше воздуха.
28 Неблагоприятный день для работы с посадками, читаем книги по растениеводству. 	1 	2 	3 	4 	5 	6

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: MOSFILM ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ, TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО. Lists movies and series with times and ratings.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Lists movies and series with times and ratings.

Table with columns: СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС+КИНО, СТС LOVE, TV 21 ВЕК. Lists movies and series with times and ratings.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, DISCOVERY, DISCOVERY CHANNEL, TLC, TLC. Lists various programs with times and ratings.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns: МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. Lists news, history, and current events with times and ratings.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists educational and documentary programs with times and ratings.

Table with columns: ANIMAL PLANET, DISCOVERY, DISCOVERY CHANNEL, TLC, TLC. Lists various programs with times and ratings.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
07.25 Самбо в моей жизни. (12+)	01.00, 10.35 Велоспорт. Challenge Mallorca. (16+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	01.30 Велокросс. ЧМ. Фейетвилл. Мужчины. (16+)
07.55 Второй шанс Виктории Комовой. (12+)	02.30, 16.00, 17.00 Теннис. Australian Open. (6+)
08.25 Где рождаются чемпионы? (12+)	03.30, 08.00, 13.30, 21.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Виллингген. HS 147. 2-й день. (16+)
08.50, 02.40 Утомлённые слабой. (16+)	05.00, 18.00 Снукер. German Masters. Финал. (6+)
09.15, 12.25 Страна. Live. (12+)	07.00, 12.30, 20.10 Горные лыжи. КМ. Гармиш-Партенкирхен. Женщины. Супергигант. (16+)
09.30, 23.50, 03.05 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	09.00 Лыжное двоеборье. КМ. Зеефельд. Мужчины. 12,5 км. (16+)
10.05 Баскетбол. Евролига. Женщины. (0+)	09.30, 21.55 Теннис. Australian Open. Обзор. (6+)
11.55 Мир бильярда. (12+)	10.30, 17.55, 20.00 The Minute. (16+)
12.40, 21.35 Игры королей. (12+)	11.05 Велоспорт. Гран-при Марсельезы. (16+)
13.05, 19.30 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Женщины. (0+)	14.30 Биатлон. ЧЕ. Арбер. Сингл-микст. (6+)
14.55, 22.50 Смешанные единоборства. ACA 135. (16+)	15.00 Биатлон. ЧЕ. Арбер. Смешанная эстафета. (6+)
16.00 Мяч на стол. (12+)	20.05, 22.55 Новости. (16+)
16.20, 00.35 Мини-футбол. Чемпионат Европы. (0+)	23.00 Brilliant Curling Story. (16+)
18.00, 02.10 Мини-футбол. Обзор. (0+)	
18.30 Есть тема! (12+)	
21.20 Исчезающие виды. (12+)	
21.55 Громко. (12+)	
00.20 Детский вопрос. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Каждое утро. (16+)	14.00 Русский чарт. (16+)
08.30, 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)	16.00 Я в загуле: как звёзды отрываються на каникулах. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)	17.40 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
10.00 Фан-клуб. Justin Timberlake. (16+)	18.40, 22.00 PRO-новости. (16+)
10.30, 15.25, 20.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	Мы знаем о звёздах всё!
11.00 Прогноз по году. (16+)	19.00 Золотая дюжина. (16+)
12.00, 17.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)	22.20 TOP 30 – Русский крутяк недели. (16+)
13.30 10 самых! (16+)	00.30 Муз'итив. (18+)
	02.00 Муз'итив. (16+)
	03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птички. «Маша и Медведь». (0+)
06.30, 11.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнена». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	08.00 «Волшебная кухня». (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	Героиня мультсериала – 6-летняя девочка Майя, которая мечтает стать настоящей хозяйкой и маминной помощницей. С помощью магии девочка попадает на Волшебную кухню – игровую кухню из ее детской комнаты, где Майя может готовить все что угодно, не боясь порезаться или ошпариться. На Волшебной кухне девочка встречает Хозяйку кухни, который делится с ней секретами по кулинарии и истории разных блюд.
09.00 «Ник-изобретатель». (0+)	07.25 «Чудеса на виражах». (0+)	10.10 «Роботы-поезда». (0+)
09.25, 17.00 Друзья на все времена. «Тайны Медовой долины». (0+)	07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.55 «Пёс Пэт». (6+)	Уникальный научный проект для любознательных детей.
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	11.05 «Смешарики». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)	12.10 «Легенды Спарка». (0+)
14.25 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	11.45 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)	12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.00 «Спина к спине». (0+)	12.15, 17.35, 21.20 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	13.10 «Ниндзяго». (6+)
15.35 «Бобр добр». (0+)	14.40 «Отряд «Призрак». (6+)	13.35 «Дикие скричеры!». (6+)
18.00 «Четверо в кубе». (0+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)	16.40 «Гравити Фолз». (12+)	14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)	19.30 «Плошевый монстр». (6+)	Комедийный мультсериал о борьбе сурового медведя гризли с надоедливыми грызунами леммингами.
20.55 «Машины сказки». (0+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)	14.55 «Ник-изобретатель». (0+)
21.25 «Бубаб». (6+)	00.00 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)	Это весёлые истории про мальчика-изобретателя и его удивительных роботов!
23.00 «Клео и Кукин». (0+)	02.05 «Семейка Грин в городе». (12+)	16.50 «Зебра в клеточку». (0+)
		19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!». (0+)
		Новые приключения паровозика Томаса, который мечтал увидеть мир.
		19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Команда Флоры». (0+)
		22.00 «Геомек». (6+)
		22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
		23.00 «Инфинити Надо». (6+)
		23.25 «С.О.Б.Е.З.» (6+)
		01.00 «Фиксики». (0+)
		03.00 «Лунтик». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	16.25 «ЖДИТЕ ПИСЕМ». (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	СССР, 1960 г.
05.20 Монастырская кухня. (0+)	18.10 Завет. (6+)
05.50 «ПАРЕНЬ ИЗ НАШЕГО ГОРОДА». (0+)	18.45 «АННА И КОМАНДОР». СССР, 1974 г. В ролях: Алина Фрейдлих, Василий Лановой, Иннокентий Смоктуновский
СССР, 1942 г. В ролях: Николай Крючков, Николай Боголюбов, Лидия Смирнова	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
10.30 Завет. (6+)	23.45 Прямая линия жизни. (16+)
11.40 В поисках Бога. (6+)	00.45 День Патриарха. (0+)
12.10 Патриарх Кирилл. Тайна спасения. (0+)	01.00 День Ангела. Преподобный Савва Сторожевский. (0+)
13.00, 13.30 Двенадцать. (12+)	01.30 Дорога. (0+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	02.30 Завет. (6+)
15.00 Человек. (0+)	02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

31 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Свтт. Афанасия и Кирилла, архиепископов Александрийских.



Прпп. схимонаха Кирилла и схимонахини Марии, родителей прп. Сергия Радонежского. Прп. Маркиана Кирского. Прп. Афанасия Сяндемского, Вологодского. Прп. Афанасия Наволоцкого. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Евгения пресвитера. Сщмчч. Владимира, Николая, Сергия, Александра пресвитеров.

Поста нет.

«Для сохранения мира душевного всячески должно избегать осуждения других. Неосуждением и молчанием сохраняется мир душевный. Когда в таком состоянии бывает человек, то получает Божественные откровения».

Прп. Серафим Саровский

ГАРДЕРОБ

Нет лучшей обуви для холодной и снежной зимы, чем валенки. Легкие и тёплые, они согреют в самый лютый мороз.

К счастью, это поняли, наконец, и модные дизайнеры, и валенки стали едва ли не самым острым трендом этого сезона.

История валенок

Знаете ли вы, что валенки далеко не всегда были самой привычной зимней обувью на Руси? Давным-давно валенки считались в крестьянских семьях едва ли не предметом роскоши, их носили «в очередь», передавали из поколения в поколение. Нередко на всю большую семью имелась лишь одна пара валенок.

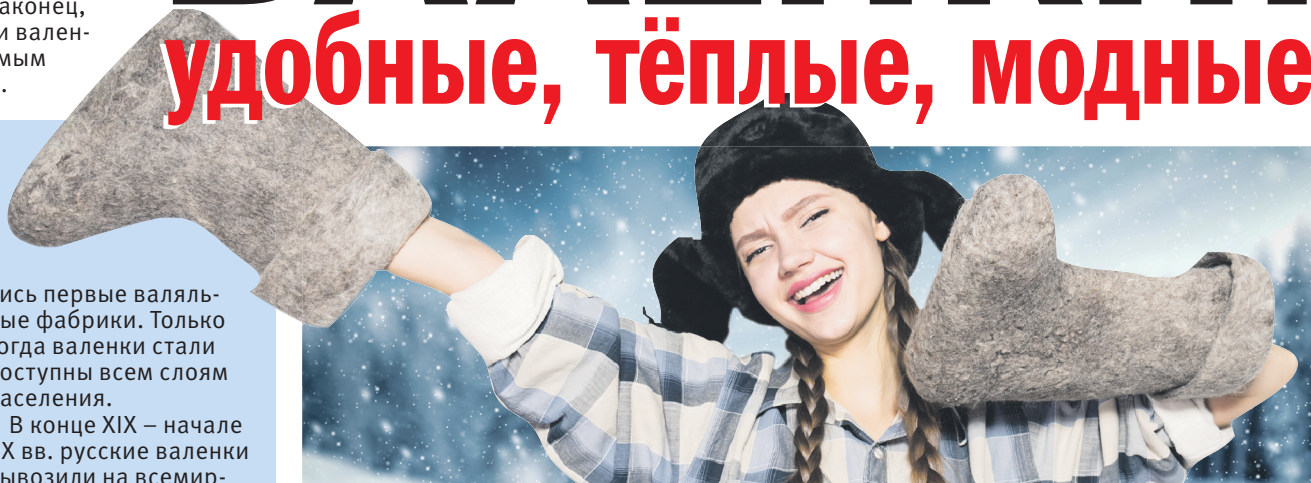
Считается, что сначала валенки валялись лишь в некоторых северных областях России и Сибири. Дело это было небыстрое. Поэтому валенки считались дорогой обувью. Промышленным способом валенки начали производить лишь в XIX веке, когда появи-

лись первые валяльные фабрики. Только тогда валенки стали доступны всем слоям населения.

В конце XIX – начале XX вв. русские валенки вывозили на всемирные выставки в Лондон, Вена, Чикаго и Париж, где эта обувь получала неизменно золотые и серебряные медали.

На модные подиумы валенки взойшли в 1963 году. Тогда яркие цветные валенки произвели настоящий фурор в мире моды. С тех самых пор без валенок просто невозможно представить ни одну модную зимнюю коллекцию.

ВАЛЕНКИ: удобные, тёплые, модные



С вышивкой и на молнии

Сегодня валенки выглядят совсем не как «деревенская» обувь. Модные дизайнеры экспериментируют с формой и цветом, используют разнообразный декор. В результате получается красивая, стильная, удобная и очень теплая обувь, которой не страшны никакие морозы.

Современные валенки могут быть всех цветов радуги. Валенки украшают вышивкой и аппликацией, мехом и стразами, другим эффектным декором. Валенки на молнии, на шнуровке, на ремешках сегодня далеко не редкость.

Для того чтобы валенки не промокали, их стали делать на подошве, которая может подниматься до самого голенища. Подошва может быть плоской, риф-

ленной, даже иметь каблук. Еще один интересный вариант – специальные галоши, которые могут быть как цветными, так и полностью прозрачными.

Валенки бывают как короткими, так и очень длинными – например, этой зимой в моде валенки-ботфорты, изготовленные из тонкого, но от этого не менее теплого войлока. Такие валенки могут стать настоящей изюминкой образа.

Наш словарь

БУРКИ – зимняя обувь, голенище которой изготовлено преимущественно из белого тонкого войлока или фетра. Подошва из кожи, резины или синтетических материалов.

ВАЛЕШИ – это экологичная обувь, сваленная из овечьей шерсти с уплотненной анатомической подошвой из резины. Благодаря большому подъему их можно снимать и надевать без помощи рук.

ПИМЫ – сапоги из шкуры северного оленя, снятой с ноги, шерстью наружу. Так же раньше называли валенки в некоторых областях России на Урале, Западной Сибири.

УНТЫ – меховая обувь. Один вариант – на резиновой подошве, утепление из собачьей (ступня) и овечьей (голене) шерсти, снаружи кирза. Или мех голенища внутрь или наружу и ступня из толстого войлока или резины.

УГГИ – ворс в этой обуви всегда внутри, а снаружи гладкая поверхность. Подошва ровная, резиновая или синтетическая.

Светлана ИВАНОВА

1 ПЕРВЫЙ



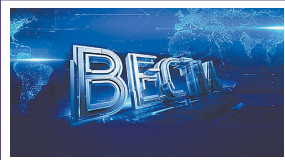
23.25 Вечерний Ургант. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ».** (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 Премьера. «Все, что в жизни есть у меня». К юбилею Льва Лещенко. (12+)
- 01.15 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».** (12+)
- 10.55 «Владимир Самойлов. Жизнь на разрыв». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
- 17.00 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ».** (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Леонид Быков. Побег из ада». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Госизменники». (16+)
- 01.35 «Дикие деньги». (16+)
- 02.15 «Иосиф Сталин. Как стать вождём». (12+)
- 04.40 «Инна Макарова. Предсказание судьбы». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
- Из похоронного бюро исчезает тело молодой женщины. Купец Разбегаев, муж покойной, вне себя от горя, а тут ещё и тело жены пропало
- 17.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ».** (16+)
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
- 04.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 13.50 14.05 03.55 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 09.40 01.15 «МЫ ЖИЛИ ПО СОСЕДСТВУ».** (12+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «Сделано в СССР». (12+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Сталинградская битва». (16+)
- 19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)
- 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
- 21.15 Новости дня. (16+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «ЖДИТЕ СВЯЗНОГО».** (12+)
- 02.25 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА».** (12+)

5 5-Й КАНАЛ



09.25 «КУБА». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА».** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «КУБА».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «КУБА».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5».** (16+)
- 19.40 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
- Московский топ-менеджер Сергей Алексеев застрелен на глазах у жены. Убийство явно заказное, и оперативники теряются в догадках, почему Алексеева застрелили именно в Петербурге, а не в Москве? Может, это следствие конфликта Алексеева с питерским бизнесменом Михайловым, о котором поведала следствию вдова убитого?
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.15 «Известия». (16+)
- 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ОТР ОТР

- 05.30 16.05 «Диалоги без грима». (6+)
- 05.45 17.45 «Активная среда». (12+)
- 06.15 17.00 «Нейро Сапиенс». (16+)
- 07.05 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.30 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СЖЕЧЬ».** (16+)
- 11.45 «Большая страна: открытие». (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.55 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 18.00 19.30 ОТражение-3. Информационная программа
- 21.00 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
- 23.35 «Моя история». (12+)
- 00.05 «Легенды русского балета». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА».** (16+)
- Денис и Лёна расследуют кражу крупной суммы денег из сейфа компании. Подозреваемый - охранник Дмитрий Артемов. Выясняется, что к краже может быть причастна уборщица
- 23.15 Сегодня
- 23.35 «ПЁС».** (16+)
- 03.25 «СТРОЙКА».** (16+)

РЕН РЕН

- 05.00 04.35 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (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 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «РИДДИК».** (16+)
- 22.20 «Водить по-русски». (16+)
- 23.25 «Знаете ли вы, что?»
- 00.30 «ТЕРМИНАТОР: ГЕНЕЗИС».** (16+)
- 02.40 «ЛЕДИ-ЯСТРЕБ».** (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



12.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»

- 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.50 Новости культуры
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.40 01.10 «Настоящая война престолов»
- 08.30 Легенды мирового кино
- 09.00 16.35 «СУББОТНИЙ ВЕЧЕР», «ТРИ РУБЛЯ», «БАБОЧКА»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.10 XX век
- 12.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»**
- 13.25 23.20 «Запечатленное время»
- 13.50 «Игра в бисер»
- 14.30 Рэгтайм, или Разорванное время
- 15.05 Новости. Подробно. Книги
- 15.20 «Эрмитаж»
- 15.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.35 02.00 Музыка эпохи барокко
- 18.30 Цвет времени
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.25 «Белая студия»
- 22.10 «РАФФЕРТИ»**

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.10 Знаки судьбы. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА».** (16+)
- Старик манси сидит возле менгира, тянет горловой монотонный звук. Горловое пение перерастает в загадочный гул, доносящийся со стороны гор. «Дятловцы» слышат этот гул. На горизонте виднеется снежный циклон. Группа решает укрыться. Золотарев вдруг замечает юрту манси, из печной трубы идет дым. Группа решает пойти туда и попроситься переждать бурю
- 20.30 «СУПЕРЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
- 23.00 «СТУКАЧ».** (12+)
- 01.30 «ДОА: ЖИВЫМ ИЛИ МЕРТВЫМ».** (16+)
- 02.45 «СНЫ».** (16+)
- 04.15 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

СТС СТС

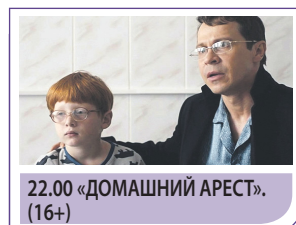


20.00 «ФОРСАЖ». (16+)

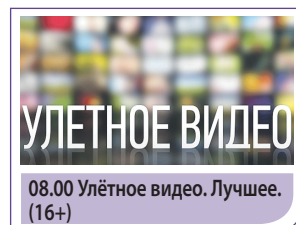
- 06.00 Ералаш. (6+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 09.00 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 10.05 Уральские пельмени. (16+)
- 10.10 «КАК СТАТЬ ПРИНЦЕССОЙ».** (0+)
- Миа живет в Сан-Франциско и ведёт обычную для американского подростка жизнь. Но умирает её отец и Миа узнаёт, что он был принцем одной европейской державы
- 12.35 Форт Боярд. (16+)
- 14.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 18.30 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ».** (16+)
- 22.05 «ДВОЙНОЙ ФОРСАЖ».** (12+)
- 00.15 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.20 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 02.55 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 04.55 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.05 Давай разведёмся! (16+)
- 10.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.20 «Понять. Простить». (16+)
- 13.25 «Порча». (16+)
- 13.55 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА».** (16+)
- Спустя неделю после трагической гибели Анатолия Ивановича его сын Сергей переживает новый шок. Он получает письмо от матери, которую все считали давно умершей
- 19.00 «ДВА СЕРДЦА».** (16+)
- 23.20 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
- 01.20 «Понять. Простить». (16+)
- 02.20 «Порча». (16+)
- 02.45 «Знахарка». (16+)
- 03.10 «Верну любимого». (16+)
- 03.35 Тест на отцовство. (16+)



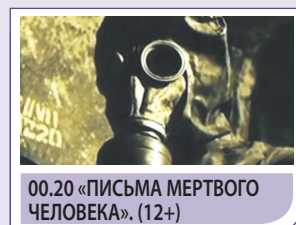
22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)



08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)



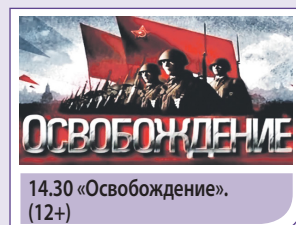
13.35 «АЛИ». (16+)



00.20 «ПИСЬМА МЕРТВОГО ЧЕЛОВЕКА». (12+)



11.10 «СТАРТАП». (12+)



14.30 «Освобождение». (12+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
10.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР». (16+)
18.00 «ФИЗРУК». (16+)
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
Самсонов и Нина пытаются преодолеть семейный кризис весьма странным способом. Анিকেев заботится о Марине с Лехой и решает их проблемы, как умеет. Раскрыв измену Осипенко, Вика меняет к нему отношение
23.40 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)
01.35 «Импровизация». (16+)
04.00 «Comedy Баттл». (16+)
04.55 «Открытый микрофон». (16+)
06.30 «ТНТ. Best». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения, сняты случайными очевидцами на мобильные телефоны или любимыми другими техническими средствами
06.10 «ЛЮТЫЙ». (12+)
08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
Яркое мультимедийное зрелище с насыщенной программой, музыкальными и хореографическими номерами. Шутки на самые актуальные темы, многочисленные сценки в стиле СТЭМа, музыкальные номера и даже розыгрыши зрителей в зале - все это «Дизель Шоу»!
20.00 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

06.00 09.00 12.30 15.25 18.20
Новости
06.05 19.05 22.00 00.10 Все на Матч!
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ». (16+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 «МатчБол»
13.35 15.30 «АЛИ». (16+)
16.55 18.25 «ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ-2». (16+)
19.55 Волейбол. «Зенит» - «Динамо». Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. Прямая трансляция.
22.25 Мини-футбол. Чемпионат Европы. 1/4 финала. Прямая трансляция из Нидерландов
01.00 Баскетбол. «Баскония» - «Зенит». Евролига. Мужчины. (0+)
02.25 Футбол. Аргентина - Колумбия. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 09.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
12.40 «Петр Первый». (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 Бизнес-Петербург. (12+)
13.20 «Такой футбол». (6+)
13.55 «Промышленный клуб». (12+)
14.25 Соль событий. (16+)
14.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 20.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)
17.25 «Губернаторский контроль». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Зона особого внимания». (16+)
23.10 «Культурная эволюция». (16+)
00.20 «ПИСЬМА МЕРТВОГО ЧЕЛОВЕКА». (12+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 «СТАРТАП». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 «Люди РФ». (12+)
16.05 «МОТИВ ПРЕСТУПЛЕНИЯ». (16+)
17.10 02.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
19.00 23.00 02.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
19.40 «Люди РФ». (12+)
20.10 04.20 «ВОЛЧЬЕ СОЛНЦЕ». (12+)
21.10 «ВЕЧНОСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (12+)
23.40 «О, СЧАСТЛИВЧИК!». (16+)
01.15 «Моё родное». (12+)
05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30
10.00 10.30 11.00 11.30
12.00 13.00 18.00 18.55
20.00 21.00 23.00 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 11.10 11.35
«Полезное утро». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «Прогноз погоды». (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

ПОХУДЕЙКА

Новогодние праздники добавили вам пару килограммов и несколько сантиметров?

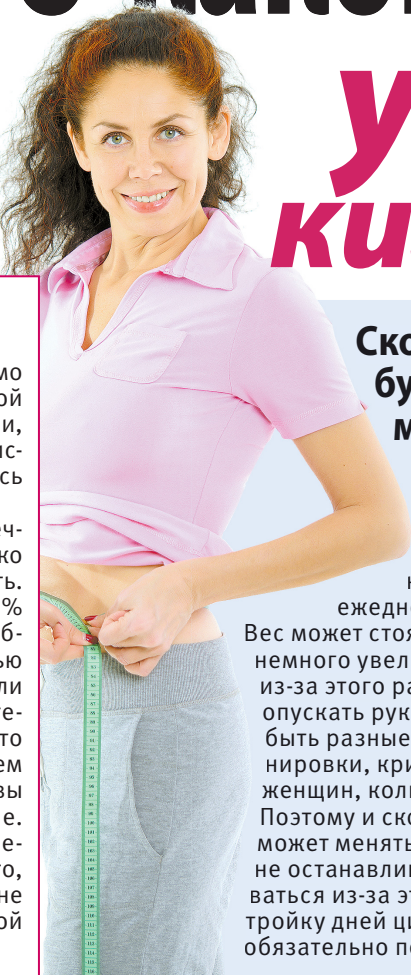
Хочется поскорее избавиться от этих «подарков»? Тогда предлагаем вам задуматься: насколько долгосрочного результата вы хотите добиться? И намерены ли сохранить при этом здоровье? Если вам важно расстаться с лишним весом надолго и без потерь, прислушайтесь к нашим советам о скорости похудения.

Шаг за шагом

1 На первом этапе необходимо взвеситься и сделать метровой лентой замеры шеи, груди, талии, живота и бедер. Это даст понятие исходной точки, в которой вы находитесь сейчас.

2 Запишите вес, о котором вы мечтаете, и посчитайте, на сколько килограммов вам нужно похудеть. Нормой считается потеря 0,5-1 % от веса тела за неделю. Таким образом с большей вероятностью вы будете терять именно жир. Если ваш вес 80 кг, то нормой будет потеря 400-800 г в неделю. Если 100 кг, то 500-1000. То есть чем больше вес, тем большее количество килограммов вы можете потерять на начальном этапе. Если же вы будете стремиться превзойти эти цифры в несколько раз, то, скорее всего, вы распрощаетесь не столько с жиром, сколько с мышечной массой и костной тканью.

С какой скоростью уходят килограммы?



Скорость будет меняться

При похудении всегда учитывайте, что лишний вес уходит не линейно. Вы не сможете ежедневно терять в весе. Вес может стоять на месте и даже немного увеличиться. Не стоит из-за этого расстраиваться и опускать руки. Причины могут быть разные: соль, стресс, тренировки, критические дни у женщин, количество сна и т.д. Поэтому и скорость потери веса может меняться. Самое главное, не останавливаться и не срываться из-за этого. Через пару-тройку дней цифра на весах вас обязательно порадует!

Переменные понятия

На первых порах вес может уходить быстрее. Это связано с выходом лишней жидкости из организма. Особенно если вы стали придерживаться правильного питания и минимизировали сладкое, уменьшили количество соли, полуфабрикатов и т.д. Обязательно делайте передышку в питании. Это может быть кусочек торта по воскресеньям или сосиска с макаронами. Они не испортят общей картины стройности, зато помогут двигаться дальше без срывов.

Сколько раз пробовал уходить куда глаза глядят. И каждый раз почему-то оказывался у холодильника...



Мнение специалиста Возраст, гены или желание?

Советы нашим читателям даёт диетолог Светлана Титова.

– Правда ли, что с годами скорость похудения должна быть ниже, потому что организм тяжелее реагирует на смену образа жизни?

– Наиболее трудно похудение дается людям после 45 лет. В этом возрасте наблюдается сокращение выработки гормонов, регулирующих обмен веществ и, соответственно, вес. Идеальным способом борьбы с лишним весом после 45 лет являются регулярные физические нагрузки с учетом состояния здоровья, частое пребывание на свежем воздухе и правильное питание, исключающее поваренную соль, копчености, жирное мясо и маринованную пищу.

– От чего больше зависит скорость похудения – от генетических данных или от наших собственных усилий?

– Некоторые люди предполагают, что к ожирению приводит такой фактор, как гены. И гены, безусловно, влияют на процессы в организме, в том числе и на вес. Но... самая главная причина, влияющая на вес в 95 % случаев, – это нарушение обмена веществ из-за заболеваний, переизбыток в рационе трансжиров и быстрых углеводов, недостаток подвижности.

Татьяна МИХАЛЁВА

КИНО И СЕРИАЛЫ



МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.20 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
07.05 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (12+)
08.25 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ!». (12+)
09.40 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
12.45 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)
14.20 «СТАРШИЙ СЫН». (12+)
16.45 «МИМИНО». (12+)
18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
20.05 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
21.30 «ДЕВЧАТА». (12+)
23.15 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+)
00.50 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)



TV1000
05.00, 05.40 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.35 «ДЮНКЕРК». (16+)
08.35 «ВРАГ У ВОРОТ». (16+)
11.00 «ВЫБОР КАПИТАНА КОРЕЛЛИ». (16+)
13.15 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
15.20 «КЛЯТВА». (12+)
19.00 «ДОБРОЕ УТРО». (16+)
 США, 2010 г. В ролях: Рэйчел Макадамс, Харрисон Форд, Дайан Китон, Патрик Уилсон, Джон Пеннок
21.00 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)
23.05 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
01.15 «ПТИЧКА НА ПРОВОДЕ». (16+)
03.00 «МОЛЧИ В ТРЯПОЧКУ». (16+)



TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.50 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (12+)
07.55 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ. СХВАТКА». (12+)
09.50 «КОРОЛЕВА». (12+)
11.20 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
13.15 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
15.10 «ТОТ ЕЩЕ...!». (12+)
16.40 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!». (16+)
18.15 «КЛЮЧ ВРЕМЕНИ». (12+)
21.00 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
 Россия, 2020 г.
21.35 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
23.05 «ДЕНЬ ДО». (18+)
00.50 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
02.15 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
03.55 «ЗОЛУШКА». (16+)



ДОМ КИНО
05.50 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
07.10 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
08.40 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
10.10 «СВАТЫ!». (16+)
15.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
17.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ!». (12+)
19.00 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ!». (16+)
02.30 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
03.50 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ!». (16+)



ИЛЛЮЗИОН+
00.15 «ЧЕЛОВЕК-ШВЕЙЦАРСКИЙ НОЖ». (18+)
01.45 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)
04.00 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
05.45 «НАПРОЛОМ». (16+)
07.15 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
08.45 «РЫЖИЙ ПЕС». (16+)
10.15 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
11.55 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
13.30 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
15.10 «ЧТЕЦ». (16+)
17.10 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
18.35 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
20.30 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
21.55 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ!». (16+)
23.20 «ТЕБЕ КОНЕЦ!». (18+)



РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.10 «ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ». (16+)
07.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
08.50, 02.05 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ!». (12+)
10.25 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
11.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
13.30 «НЯНЬКИ». (16+)
15.15 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)
16.35 «КОРПОРАТИВ!». (16+)
18.15 «СТОРОЖ». (16+)
20.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ!». (16+)
21.25 «ПРЕДОК!». (16+)
 Комедия, Россия, 2019 г.
22.55 «СПИТАК!». (16+)
00.40 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН!». (18+)
03.30 «ДОМОВОЙ!». (6+)
05.05 «ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ». (16+)



КИНОКОМЕДИЯ
00.30 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЖА-2: ТАЙНА ИЗУМУРДНОГО ЗЕЛЕНЬ». (6+)
02.30 «ПАПА-ДОСВИДОС». (16+)
04.30 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ!». (16+)
06.20 «КАДРЫ!». (12+)
08.30 «САЛОН КРАСОТЫ!». (16+)
10.30 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА!». (16+)
12.20 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2!». (12+)
14.20 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ!». (16+)
16.15 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ!». (16+)
17.50 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!». (16+)
19.30 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 2 1/2: ЗАПАХ СТРАХА!». (12+)
21.00 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО!». (16+)
22.55 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2!». (16+)



РОДНОЕ КИНО
01.25 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ!». (16+)
03.35 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХ!». (6+)
05.00 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА!». (16+)
06.40, 07.55, 09.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ!». (12+)
10.25 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА!». (12+)
11.45 «БАБНИК!». (16+)
13.05, 14.25, 15.45 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ!». (12+)
17.05 «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА!». (6+)
19.00 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ!». (12+)
21.30 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ!». (12+)
 Криминал, комедия, СССР, 1968 г.
23.10 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТАТ!». (6+)



СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.30, 13.25, 14.25, 15.15, 16.10, 17.05 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ!». (16+)
18.00, 18.55, 19.50, 20.40, 21.35, 22.25 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота news. (16+)
23.30 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
00.25, 01.20, 02.10 «КОСТИ!». (16+)
02.50, 03.30, 04.10 Топ-модель по-американски. (16+)
04.45 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)



ФЕНИКС+КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО!». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ!». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ!». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ!». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ!». (16+)
 Сериал. Мелодрама, драма, Россия, 2011 г. В ролях: Дмитрий Дюжев, Карина Андоленко



СТС LOVE
06.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
10.10 «КУХНЯ!». (12+)
15.00 «ВОРОНИНЫ!». (16+)
 Для любого родителя трагедия узнать, что его ребенок «оставляют на второй год». А каково будет узнать Косте, что когда-то давно, в детском садике, он тоже оставался на второй год...
21.55 «ОТЕПЬ «ЭЛЕОН». (16+)
01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
03.30 «Эй, Арнольд!» Мультсериал. (0+)
05.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)



TV 21 ВЕК
10.00, 18.00, 02.00 «ЗОЛОТО!». (16+)
11.00, 19.00, 03.00 «КРЫЛЫЯ УРАГАНА!». (16+)
12.50, 20.50, 04.50 «СЕКСУАЛЬНАЯ ТВАРЬ!». (18+)
 Триллер, криминальная драма, Великобритания, Италия, 2000 г. В ролях: Рэй Уинстон, Бен Кингсли
14.20, 22.20, 06.20 «ЧТЕЦ!». (16+)
 Драма, мелодрама, Германия, США, 2008 г.
16.25, 00.25, 08.25 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ!». (16+)
 Триллер, драма, США, Болгария, 2011 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ



МИР
05.20 Достояние республик. (12+)
05.45 Наше кино. История большой любви. (12+)
06.25 «ШТРАФНИК!». (16+)
10.00 Новости
10.10 «ШТРАФНИК!». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 04.35 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15, 03.50 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.10 Мирное соглашение. (16+)
18.05 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
19.00 Новости
19.25, 20.10 Телегра «Игра в кино». (12+)
20.55 Слабое звено. (12+)
21.50, 22.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
23.40 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ!». (16+)
02.05 Герои. Умираю, но не сдаюсь. (16+)
01.00 «ИСКУПЛЕНИЕ!». (16+)
03.00 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ!». (12+)



ПОБЕДА
05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ!». (16+)
07.30 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ!». (16+)
09.10 «ПЕРЕГОН!». (16+)
11.40 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ!». (16+)
13.50 «ЛИКВИДАЦИЯ!». (16+)
 Сериал. Детектив, Россия, 2007 г.
16.40 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН!». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2000 г. В ролях: Алексей Гусков, Ольга Будина, Марат Башаров, Рената Литвинова, Михаил Ефремов, Елена Панова
 Дальний Восток, 70-е годы. Маленький гарнизон на границе с Китаем. Здесь, как и всюду, живут мужчины и женщины. У каждого своя история, своя судьба, своя любовь. Общее одно - все они попали сюда однажды по долгу службы и остались надолго.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ИСКУПЛЕНИЕ!». (16+)
03.00 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ!». (12+)



ПЯТНИЦА
05.00 Орел и Решка. Россия. Золотое кольцо России (Ярославль и Кострома). (16+)
05.50 Орел и Решка. Россия. Золотое кольцо России (Владимир и Суздаль). (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.00, 08.00, 09.10, 10.10 На ножах (субтитры). (16+)
11.10 На ножах. (16+)
12.20 Молодые ножи. Анна Седокова. (16+)
13.30, 15.00, 16.20 Кондитер-5 (субтитры). (16+)
17.40, 19.00 Кондитер-6. (16+)
20.10 Кондитер-5 (субтитры). (16+)
21.50 Вундеркинды. Шура и Ренат Агзамов. (16+)
23.10 Вундеркинды. (16+)
00.30 «ШЕРЛОК». 3 сезон. 2 серия. «Знак трех» (субтитры). (16+)
 Сериал. Великобритания, США, 2014 г. В ролях: Бенедикт Камбербэтч, Мартин Фриман, Уна Стаббс
02.30 Пятница News. (16+)
02.50 Адская кухня. (16+)
04.20 Пятница News. (16+)



Ю
05.20 Папа попал. (12+)
08.55 «КЛОПН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
 Утренний эфир с новыми историями любви участников реалити, горячие споры с ведущими и выезды героев за периметр.
13.00 Супермама. (16+)
15.00 Мастершеф. (16+)
 Популярное кулинарное шоу продолжает искать лучшего повара страны. Участники поединка ждут новые испытания, которые определят: кто на кухне профессионал, а кто только себя таким считает. Победитель реалити получит денежный приз, обучение в престижной кулинарной школе и славу на весь мир.
19.35 «КЛОПН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.30 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ



365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.10 Из истории Крыма. (12+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Личность в истории. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Обыкновенная история. (6+)
04.00 Историада. (12+)
05.00 Историограф. (12+)
05.50 По знакомым чести. Из истории дуэлей. (12+)
06.10 Кронштадт 1921. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Государственные перевороты в России. (12+)
08.00 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (12+)
10.10 Выбор полковника Абеля. (12+)
11.00 Люди Гитлера. (16+)
12.00, 13.55 «ПЕТР ПЕРВЫЙ!». (6+)
16.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
16.50 Великие изобретатели. (12+)
17.25 Семь дней истории. (12+)
17.35 История одной фотографии. (6+)
17.55, 18.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
 Сериал. Биография, военный фильм, драма, Россия, 2012 г.
20.00 Гитлер против Пикассо и других. (16+)
21.50 Историограф. (12+)
22.40 Пешком по Москве: Пятницкая от Кремля до Климента. (6+)
23.00 Расшифрованные сокровища: Апокалипсис Египта. (12+)



VIASAT HISTORY
06.00 Наполеон. (12+)
07.05, 08.05, 09.00 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
10.00, 10.55 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
11.50 Замки - оплоты силы. (12+)
12.45 5000 лет истории Нила. (12+)
13.35 Секреты утерянного ковчега: Захвачен римскими легионами. (12+)
14.25 Секреты утерянного ковчега: Закопан под Иерусалимом. (12+)
15.10 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
16.10 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)
17.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
18.05 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)
19.05 Древние суперстроения. (12+)
20.00 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
21.00 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)
22.00 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
23.00 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)
23.55, 00.55, 01.55 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
02.50, 03.45 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
04.40, 05.10 Замки - оплоты силы. (12+)



NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00 Научные глупости. (16+)
06.30 Космос: возможные миры. (16+)
07.20 Мегалоплис. (16+)
08.15 Самые лучшие суперкары. (16+)
09.10 Настоящий суперкар. (16+)
10.00 Суперкар со свалки. (16+)
10.50 Дикая туеца. (16+)
11.45 Дикая туеца: Лучшее. (16+)
12.25, 16.45 Тайная история кораблекрушений. (16+)
13.15, 14.10 Авто-SOS. (16+)
15.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
15.55 Величайшие сокровища древнего мира. (16+)
17.35 Авто-SOS, лучшее. (16+)
18.25, 18.50 Фабрика еды в Америке. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
20.05 Расследование авиакатастроф. (16+)
21.00, 21.50, 03.30 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
22.45 Неизвестная планета земля. (16+)
23.40 Вторжение на Землю. (16+)
00.30 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
01.15 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
02.00, 02.45 Злоключения за границей. (16+)
04.15 Труднейший в мире ремонт. (16+)
05.05, 05.35 Игры разума. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ



УСАДЬБА
10.10 Старые дачи. (12+)
10.45 Частный сектор. (12+)
11.15 Деревянная Россия. (12+)
11.45 Наш румяный каравай. (12+)
12.00 Как поживаете? (12+)
12.30 Кухня народов СССР. (12+)
12.50 Домашняя экспертиза. (12+)
13.20, 23.40 Нетипичный огород. (12+)
13.40 Семейный обед. (12+)
14.15 Крымские дачи. (12+)
14.45 Идеальный сад. (12+)
15.15 Сад в радость. (12+)
15.45 Преданья старины глубокой. (12+)
16.20 Сам себе дизайнер. (12+)
16.40 Дачные хитрости. (12+)
16.55 Старинные русские усадьбы. (12+)
17.25 Как построить дом. (12+)
18.00 Огород круглый год. (12+)
18.30 Паштет. (12+)
18.45 Дачные радости. (12+)
19.15 Альтернативный сад. (12+)
19.50 Сельсовет. (12+)
20.10 Усадьбы будущего. (12+)
20.40 Букет на обед. (12+)
20.55 Огород от-кутюр. (12+)
21.25 Урожай на столе. (12+)
21.55 Сладкая жизнь. (12+)
22.15 Чужеземцы. (12+)
22.35 Кашеварим. (12+)
22.50 Декоративный огород. (12+)
23.20 Лучки&Пучки. (12+)
23.55 Идите в баню. (12+)



ОХОТА И РЫБАЛКА
09.25 Первый лед - последний лед. (12+)
09.40 Дед Мазай и зайцы. (16+)
10.00 Безграничная рыбалка. (16+)
10.30 Крылатые охотники. (16+)
10.45 Водоёмы Прибалтики. (12+)
11.15, 23.35 Рыбалка без границ. (12+)
11.45, 20.00, 00.05 Охота: собачья работа. (16+)
12.20 Технология зимнего клева. (12+)
12.55 Тропа рыбака. (12+)
13.20 Зов предков. (16+)
13.55 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
14.25 Сам себе охотник. (16+)
14.55 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)
15.25 Поефестивалим! (16+)
15.55 На охотничьей тропе. (16+)
16.25 Донка против фидера. (16+)
17.00 Территория льда. (16+)
17.30 Особенности охоты на Руси. (16+)
18.00 Научи меня рыбачить. (12+)
18.30 Давай зарубимся! (12+)
18.45 Рыбалка сегодня. (16+)
19.00 Мир охотника. (12+)
19.30 Морская охота. (16+)
20.35 Фишермания. (16+)
21.00 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
21.35 Сезон охоты. (16+)
22.05 Следопыт. (12+)
22.30 Мой мир - рыбалка. (12+)
23.05 Рыбалка на Черемшане. (6+)



ЖИВИЛ!
00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
 В рамках авторской программы Елены Чистиковой особое внимание будет уделено вопросам женского здоровья и сексуальности.
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)

1 ПЕРВЫЙ



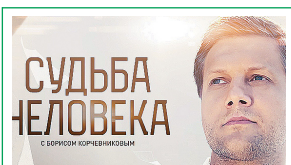
05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженемся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ».** (16+)
- 22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 Премьера. «Лихая музыка атаки». (12+)
- 01.15 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ИДИ ДО КОНЦА».** (12+)
- 10.35 04.45 «Александр Абдулов. Жизнь без оглядки». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
- 17.00 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «ОДИН ДЕНЬ, ОДНА НОЧЬ».** (12+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 «Прощание». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Удар властью. Убить депутата». (16+)
- 01.35 «Знак качества». (16+)
- 02.15 «Иосиф Сталин. Убить вождя». (12+)
- 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



11.30 Судьба человека. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
- Чрезвычайное происшествие - доктор Штиль влюбился! Он посватался к дочери землемера, а она предпочла ему судебного стряпчего
- 17.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ».** (16+)
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
- 04.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.20 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ».** (12+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «Сделано в СССР». (12+)
- 13.40 14.05 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ».** (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Сталинградская битва». (16+)
- 19.40 «Главный день». (16+)
- 20.25 «Секретные материалы». (16+)
- 21.15 Новости дня. (16+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ».** (12+)
- 01.40 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ».** (12+)
- 03.15 «Финансовые битвы Второй мировой». (12+)

5 5-Й КАНАЛ



13.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КУБА».** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «КУБА».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5».** (16+)
- 19.40 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
- Застрелен из пистолета студент Игорь Серебряков, член клуба поэтов «Серебряный век». Похоже, что в него стреляла Вера Чистова, которая вызвала Игоря на дуэль по правилам клуба. Сама Вера ранена в руку, и о дуэли ничего не помнит из-за шока. Для более быстрого восстановления её памяти Голованов подсылает к Вере Кузьмина...
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.20 «Известия». (16+)
- 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ОТР

- 05.30 16.05 «Диалоги без грима». (6+)
- 05.45 «Фигура речи». (12+)
- 06.15 17.00 «Нейро Сапиенс». (16+)
- 07.05 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.30 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.45 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 17.45 «Активная среда». (12+)
- 18.00 19.30 ОТражение-3. Информационная программа
- 21.00 «ПОСЛЕСЛОВИЕ».** (12+)
- 23.25 «Гамбургский счёт». (12+)
- 23.55 «Легенды русского балета». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)
- 03.20 «Потомки». (12+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА».** (16+)
- В центральном районе убит уличный музыкант Дмитрий Нефедов. Опера проверяют информацию и понимают, что врагов у него не было
- 23.15 Сегодня
- 23.35 «ПЁС».** (16+)
- 03.30 «СТРОЙКА».** (16+)

РЕН

- 05.00 «Территория заблуждений 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+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ВИЛАСТЬ ОГНЯ».** (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «В ЛОВУШКЕ ВРЕМЕНИ».** (12+)
- 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



15.50 «Белая студия»

- 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.50 Новости культуры
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.40 01.10 «Настоящая война престолов»
- 08.30 Легенды мирового кино
- 09.00 16.35 «ТЕРМОМЕТР», «ТРИ ЖЕНИХА», «УДАЧА»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.10 XX век
- 12.10 22.10 «РАФФЕРТИ»**
- 13.15 23.20 «Запечатленное время»
- 13.45 «Чистая победа. Сталинград». День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве
- 14.30 Рэгтайм, или Разорванное время
- 15.05 Новости. Подробно. Кино
- 15.20 «Библейский сюжет»
- 15.50 «Белая студия»
- 17.35 01.55 Музыка эпохи барокко
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Часовой детства»
- 21.25 Абсолютный слух

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.10 Знаки судьбы. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА».** (16+)
- Майор Костин пытается поставить точку в истории с группой Дятлова. Он узнает про сбежавших уголовников и пытается понять, могла ли встреча с ними стать роковой для дятловцев. Одновременно с этим Костин решается открыто поговорить с Катей и признаться ей в своих чувствах
- 20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
- Винчестеры, Ровена, Кастиэль и Бельфегор отправляются на место, где начался исход зомби из ада
- 23.00 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ».** (16+)
- 01.15 «ДЕЖУРНЫЙ АНГЕЛ».** (16+)
- 04.15 «Тайные знаки». (16+)

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-4». (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 09.00 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 10.05 «ДНЕВНИКИ ПРИНЦЕССЫ-2: КАК СТАТЬ КОРОЛЕВОЙ».** (0+)
- 12.25 Форт Боярд. (16+)
- 14.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 18.30 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ-4».** (16+)
- 22.10 «ФОРСАЖ-5».** (16+)
- 00.45 «ОПАСНЫЕ ПАСАЖИРЫ ПОЕЗДА 1 2 3».** (16+)
- В Нью-Йорке террористы, вооружённые по последнему слову техники, захватили поезд метро и требуют выкуп за жизнь невинных людей. Но кто может гарантировать, что даже если все требования террористов будут выполнены, пассажиры злополучного поезда смогут выйти на поверхность невредимыми?
- 02.40 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.15 Давай разведёмся! (16+)
- 10.15 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.35 «Порча». (16+)
- 14.05 «Знахарка». (16+)
- 14.40 «Верну любимого». (16+)
- 15.15 «КАКОЙ ОНА БЫЛА».** (16+)
- Алексей Баженов - опытный и уважаемый хирург, преданный работе. В свой редкий выходной он случайно знакомится с молодой девушкой по имени Аля
- 19.00 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА».** (16+)
- 23.45 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
- 01.40 «Понять. Простить». (16+)
- 02.35 «Порча». (16+)
- 03.00 «Знахарка». (16+)
- 03.25 «Верну любимого». (16+)
- 03.50 Тест на отцовство. (16+)

ТНТ-СПБ



23.40 «Мы - МИЛЛЕРЫ». (18+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
 07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
 10.30 «ФИЗРУК». (16+)
 12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
 15.00 «УНИВЕР». (16+)
 18.00 «ФИЗРУК». (16+)
 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
 В РОВД открывается новый киберотдел. Туркиной поручают присмотреть за собакой Генерала из главка, приехавшего с проверкой. Попова выполняет личное поручение Макарова. Верба оставляет сына в РОВД и уезжает на задержание
 21.00 «Я тебе не верю». (16+)
 22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
 23.40 «Мы - МИЛЛЕРЫ». (18+)
 01.45 «Импровизация». (16+)
 04.10 «Comedy Баттл». (16+)
 04.55 «Открытый микрофон». (16+)

че!



06.10 «ЛЮТЫЙ». (12+)

06.00 Улётное видео. (16+)
 06.10 «ЛЮТЫЙ». (12+)
 08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
 09.00 Улётное видео. (16+)
 14.00 «+100500». (16+)
 17.00 Дизель шоу. (16+)
 20.00 Улётное видео. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому на телеканале «ЧЕ!» появилась программа о защите честных отношений. Её ведущие помогают заявителям опровергнуть или установить факт измены и разоблачить обманщиков
 02.00 Улётное видео. (16+)

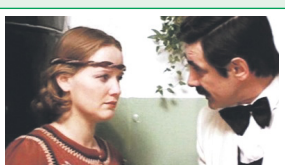
МАТЧ!



00.45 «ДЕНЬ ДРАФТА». (16+)

06.00 Футбол. Перу - Эквадор. ЧМ-2022. Прямая трансляция
 07.00 09.00 12.30 15.30 18.20 22.35 Новости
 07.05 19.05 22.00 Все на Матч!
 09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
 09.25 «ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ-2». (16+)
 11.30 «Есть тема!»
 12.55 15.35 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
 17.10 18.25 «ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ-3: НАЗАД ПОВЕРНУТЬ НЕЛЬЗЯ». (16+)
 19.55 Баскетбол. ЦСКА - «Анадолу Эфес». Прямая трансляция
 22.40 Футбол. «Селтик» - «Рейнджерс». Чемпионат Шотландии. Прямая трансляция
 00.45 «ДЕНЬ ДРАФТА». (16+)
 03.05 Новости. (0+)
 03.10 Волейбол. «Дукла» - «Динамо». Лига чемпионов. (0+)

СПБ



23.15 «ЗА КЕМ ЗАМУЖЕМ ПЕВИЦА?». (16+)

07.00 12.20 05.45 Малые родины. (6+)
 07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
 08.00 09.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
 11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
 11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
 13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
 13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
 13.20 «Губернаторский контроль». (6+)
 13.55 17.25 04.55 «В поисках утраченного искусства». (16+)
 15.20 20.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)
 18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
 22.40 «Время суток». (16+)
 23.15 «ЗА КЕМ ЗАМУЖЕМ ПЕВИЦА?». (16+)
 00.55 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)
 02.55 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ!». (12+)

ЛЕНТВ 24



21.10 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
 09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
 11.10 «О, СЧАСТЛИВЧИК!». (16+)
 13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
 15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
 15.35 «Люди РФ». (12+)
 16.05 «МОТИВ ПРЕСТУПЛЕНИЯ». (16+)
 17.10 02.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
 19.00 23.00 02.00 05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
 19.40 «Люди РФ». (12+)
 20.10 04.25 «ВОЛЧЬЕ СОЛНЦЕ». (12+)
 21.10 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)
 23.40 «А Я ЛЮБЛЮ ЖЕНАТОГО». (16+)
 01.15 «Прокуроры-5. Без срока давности». (12+)

78



17.30 «ВМФ СССР. Хроника Победы». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «ИЗВЕСТИЯ 78». (12+)
 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
 13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
 14.30 «Освобождение». (12+)
 15.00 «Середина дня». (12+)
 16.00 «Прогноз погоды». (12+)
 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
 17.30 «ВМФ СССР. Хроника Победы». (12+)
 18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
 19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
 20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
 21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

Реклама 12+

Почему я читаю газету «ДАЧА»?

Газета «ДАЧА pressa.ru» выходит 2 раза в месяц.
Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2940

Я храню подборку «ДАЧИ» за несколько лет, вдруг какой-либо совет пригодится в работе нашего СНТ. И часто пригождается. Здесь очень много нужной нам информации по федеральному дачному закону №217, одно дело прочитал и забыл, другое – открыл и посмотрел. Безусловно, читаю все, что касается сада-огорода. Здесь тоже выступают профессионалы своего дела. Когда делятся своими советами садоводы-любители – это одно, совсем другое – опытные практики, специалисты по защите растений, почвоведы, овощеводы и так далее. Сейчас растения часто болеют, я в своем огороде не раз использовала советы «ДАЧИ», защитила свои помидоры, огурцы.

*Галина Николаевна КРЫЛОВА,
г. Сергиев Посад*

ТРАДИЦИОННЫЕ ЯПОНСКИЕ ГОЛОВОЛОМКИ

100 САМУРАЕВ

ЯПОНСКИЕ СКАНВОРДЫ

№1 2022

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!
ТРАДИЦИИ ЯПОНСКОГО КИНОНО
стр. 50

16+

НОВИНКА!

ТРЕНИРУЕМ ПАМЯТЬ, ДЕРЖИМ РАЗУМ В ТОНУСЕ!
Домашний повар СВ

БОЛЕЕ 200 СТРАНИЦ

СКАНВОРДЫ

ГОЛОВОЛОМКИ • КРОССВОРДЫ • АНЕКДОТЫ

Наш размер

Головоломки в каждом номере!

12+

БОЛЬШИЕ КЛЕТКИ

ГВОЗДЬ НОМЕРА!
КИНОСКАНВОРД стр. 50

Наш СКАНВОРД

№1 2022

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!
Удивительная Швеция

Наше КИНО
История создания фильма
«Угурская Баллада» стр. 52

16+

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И
ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ
ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON **WILDBERRIES**

ozon.ru¹ и wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование понравившегося журнала: 100 самураев, Наш размер или Наш сканворд

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 106774602449

Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ, TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО. Lists movies and series with titles, times, and ratings.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Lists movies and series with titles, times, and ratings.

Table with columns: СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС+КИНО, СТС LOVE, TV 21 ВЕК. Lists movies and series with titles, times, and ratings.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, DISCOVERY CHANNEL, TLC. Lists various entertainment programs with titles, times, and ratings.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns: МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. Lists news, historical events, and documentaries with titles, times, and ratings.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists educational and documentary programs with titles, times, and ratings.

Table with columns: ANIMAL PLANET, DISCOVERY CHANNEL, TLC. Lists various entertainment programs with titles, times, and ratings.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 13.05, 00.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	00.00 Extreme E. Обзор сезона. (16+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	01.00, 09.00, 15.00 Снукер. German Masters. Финал. (6+)
07.55 Гандбол. Чемпионат Европы. Обзор. (0+)	02.30, 18.00, 19.00 Горные лыжи. КМ. Гармиш-Партенкирхен. Женщины. (16+)
08.25 «бхб». (0+)	03.30, 12.15, 20.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Виллинген. HS 147. (16+)
09.30, 02.50 Валерий Карпин. Снова тренер. (12+)	05.00 Теннис. Australian Open. Женщины. Финал. (6+)
10.05 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. (0+)	07.00 Теннис. Australian Open. Мужчины. Финал. (6+)
11.55 Русский француз. (12+)	10.30 Формула Е. e-При Эд-Дирьи. Ревью. (16+)
12.15 Комментаторы. (12+)	11.30 Racing Minds. (16+)
12.30 Второе дыхание. (12+)	11.45 Биатлон. ЧЕ. Арбер. Мужчины. Пасьют. (6+)
14.55, 23.55 Вид сверху. (12+)	13.20 Essential Olympic. (16+)
15.25, 21.25 На пути в Пекин. (12+)	13.30 Brilliant Curling Story. (16+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)	16.30 «АТР: За кадром». (16+)
16.20, 03.15 Страна. Live. (12+)	17.00, 17.30 «Живые легенды». (16+)
16.35 Мир бильярда. (12+)	21.00, 22.55 Новости. (16+)
17.00 Есть тема! (12+)	21.05 The Minute. (16+)
17.55 Баскетбол. Евролига. Женщины. Прямая трансляция	21.10 Белоспорт. Тур Саудовской Аравии. 2-й этап. (16+)
19.50 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. (16+)	22.00 Белоспорт. «Вуэльта Валенсии». 1-й этап. (16+)
21.55 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. Прямая трансляция	23.00 One Last Push. (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	16.00 Я в загуле: как звезды отрываются на каникулах. (16+)
06.40, 08.40, 15.00, 18.40, 22.00 PRO-новости. (16+)	17.00 Хит-сториз. Город 312. «Останусь». (16+)
09.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)	17.35 PRO-клип. (16+)
10.00 Фан-клуб. Shakira. (16+)	17.40 Прогноз по году. (16+)
10.30, 12.00 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)	19.00 TikTok чарт. (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)	20.00 Лайкер. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)	22.20 Наше. (16+)
15.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	00.00 10 sexy. (18+)
	01.00 Муз'итив. (18+)
	02.00 Муз'итив. (16+)
	03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

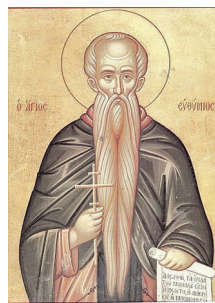
МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птицы. «Царевны». (0+)
06.30, 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнена». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	08.00 «Тайны Медовой долины». (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	Медовая долина - городок на берегу моря, в котором живут самые разные животные: кулинарный гений ежика Мари, провинциальная модница белка Люси, меланхоличный и добрый медвежонок Фил и другие. У жителей долины хорошие добрососедские отношения - почти все в городе знают друг друга, часто проводят время вместе и обращаются к друзьям за помощью. Но загадочные и необычные события порой приводят к недопониманию и в некоторых случаях даже к ссорам героев! Тогда соседи обращаются за помощью к сове Софи, чей гениальный ум позволяет распутывать самые запутанные истории.
09.00 «Ник-изобретатель». (0+)	07.25 «Чудеса на виражах». (0+)	10.10 «Роботы-поезда». (0+)
09.30, 17.00 Друзья на все времена. «Тайны Медовой долины». (0+)	07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	10.45 «Все, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.55 «Пёс Пэт». (6+)	Хотите знать обо всем на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах.
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	11.10 «Смешарики». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)	12.10 «Легенды Спарка». (0+)
14.20 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	11.45 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)	12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.00 «Спина к спине». (0+)	12.15, 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	13.10 «Ниндзяго». (6+)
15.35 «Бобр добр». (0+)	14.40 «Отряд «Призрак». (6+)	13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
18.00 «Четверо в кубе». (0+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.30 «Малышарики идут в детский сад. Колючка». (0+)	16.40 «Гравити Фолз». (12+)	14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)	19.30 «Маленький принц». (6+)	14.55 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	21.40 «Леди Баг и Супер-Кот: Нью-Йорк. Союз героев». (6+)	16.50 «Турбозавры». (0+)
21.30 «Буба». (6+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)	19.00 «Томас и его друзья. Удивительные механизмы». (0+)
	00.00 «Отель Трансильвания». (12+)	19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
	02.05 «7 гномов». (6+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Оранжевая корова». (0+)
		22.00 «Геомек». (6+)
		22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
		23.00 «Инфинити Надо». (6+)
		23.25 «С.О.Б.Е.З». (6+)
		01.00 «Фиксики». (0+)
		03.00 «Лунтик». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	15.00 Гвардия. Мы были простыми смертными. (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)	15.55 Архимандрит Кирилл (Павлов). (0+)
06.05 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». 1 серия. (12+)	16.30 «АННА И КОМАНДОР». (6+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	18.10 Завет. (6+)
10.30 Профессор Осипов. (0+)	18.45 «Я ВАС ЛЮБИЛ». (0+)
11.05 Украина, которую мы любим. (12+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
11.35 Прямая линия жизни. (16+)	22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
12.35 Царская семья. Путь к святым. (0+)	23.45 Во что мы верим. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	01.00 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
	01.30, 02.00 Двенадцать. (12+)
	02.30 Завет. (6+)
	02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

2 февраля
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Прп. Евфимия Великого.



Мчч. Инны, Пинны и Риммы. Васса, Евсевия, Евтихия и Василида. Прп. Лаврентия, затворника Печерского. Прп. Евфимия, схимника Печерского. Прп. Евфимия Сянжемского, Вологодского. Прп. Евфимия исп. (Груз.). Сщмч. Павла пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.

« Кто не имеет мудрости, тот должен, по крайней мере, смиряться, а за смирение просветит его Господь, как должно разумно действовать в затруднительном положении».

Прп. Амвросий Оптинский

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Я покосилась на мужа, который суетился у плиты, и тут же отвернулась. С некоторых пор мне вдруг почему-то вообще расхотелось попадать в поле его зрения.

Наверно, с тех самых, когда он стал подчеркнута заботлив и до слащавости обходителен.

Мужа будто подменили

После многолетних и безуспешных попыток завести ребенка вдруг выяснилось, что муж бесплоден. Именно после того памятного визита к врачу Вадика как подменили. Никаких больше совещаний до полуночи, командировок, поздних звонков от «Иван Палыча» и следов помады на вороте рубашки.

Да, мой муж погуливал, и я это знала. Знала и молчала. Почему? Любила, наверное. Или одна боялась остаться.

А тут диагноз. И человека будто подменили. Пылинки с меня сдувает, к

«Я определённно счастлива»

плите не подпускает. Дома все начищено-надраено, перестирано и выглажено. В пору выдохнуть, жить да радоваться. А мне почему-то не радостно...

«Беги от него»

— Ты с ума, что ли, сошла? — чехвостила меня сестра, натягивая взамен намоченных сухие колготки на пухленького полуторагодовалого сына. — Какое усыновление? Тебе уже вселенная не намекает, а прямо в рупор кричит: «Беги!» А ты еще варианты сохранения семьи подыскиваешь?

— Да я не потому, что семью хочу сохранить, — оправдывалась я. — То есть хочу, конечно, но дело не только в этом. Мне ребенок хочется, — посмотрела я на своего жизнерадостного, румяного племянника.

— Вадим гулял от тебя все это время, а теперь гляди-ка, об усыновлении заговорил! Да ты хоть понимаешь, что такое ребенок из Дома малютки? Чужой ребенок? — Ира аккуртно и быстро завершила одевание.



— От гулены своего беги, я прошу тебя. С ним ты счастлива не будешь, хоть сто детей заводи.

Авария в жизни и на дороге

От сестры я не бежала, а еле плелась. Признаться, я и сама думала о разводе, но не была готова ни к разговору с мужем, ни к его реакции, ни к дележке совместного нажитого имущества.

«Ах, вот так это и происходит», — мелькнула у ме-

ня в голове фраза, когда, быстро обернувшись на звук тормозов, я увидела перед собой капот машины. В следующую минуту я обнаружила себя сидящей пятой точкой в сугробе.

— Идиот! — не отдавая себе отчета, выкрикнула я в сторону остановившегося на пешеходном переходе авто.

Из машины выскочил перепуганный насмерть мужчина и ринулся мне на помощь.

— Ой, — вскрикнула я, когда тот, без остановки

извиняясь, ухватил меня за руку, чтобы вытянуть из сугроба. — Больно.

Рука и правда ужасно болела.

— Я отвезу вас в травмпункт, — подхватил меня на руки мужчина.

Мечты сбываются

— Хорошо, что все хорошо закончилось, — полтора часа спустя я потягивала сладкий какао в больничном кафетерии.

— Не болит? — мужчина отхлебнул капучино из чашки и указал взглядом на мою ушибленную руку.

— Немножко, — махнула я большой рукой. — Ничего, у меня травмы и похлеще бывали.

— А я вот первый раз в такой ситуации, — произнес мужчина. — Двенадцать лет за рулем и впервые сбил человека. Хотя я рад, что так вышло. Ну, то есть не тому, что вас сбил, а то-

му, что мы познакомились, хоть и таким... катастрофическим образом.

Саша отвез меня домой и обещал позвонить, справиться о моем здоровье. Но не позвонил, а приехал на следующий день и, сколько я ни сопротивлялась, выгрузил-таки на моей кухне гору фруктов, свежих овощей и всевозможных деликатесов.

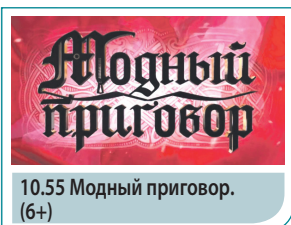
...Саша до сих пор балует меня всякими вкусностями и полезностями — мы поженились. Ну, то есть сначала все же я развелась. Вадим не слишком переживал по этому поводу, а его уговоров и увещаний я бы просто не вынесла. У нас с Сашей сынишка. Вадим женился через три года после нашего развода на женщине с двумя детьми. Кажется, они счастливы. А вот я счастлива определенно. Мечтаем с Сашей еще о доченьке.

ЕЛЕНА

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



1 ПЕРВЫЙ



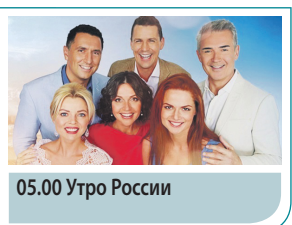
10.55 Модный приговор. (6+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ЦЫПЛЕНОК ЖАРЕННЫЙ».** (16+)
- 22.30 Большая игра. (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 Премьера. «Короли лыж. Кто получит золото Пекина?» (12+)
- 01.15 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «НОЖ В СЕРДЦЕ».** (12+)
- 10.40 04.40 «Валентина Титова. В тени великих мужчин». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
- 16.55 00.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.15 «ОТ ПЕРВОГО ДО ПОСЛЕДНЕГО СЛОВА».** (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актёрские драмы. Любимые, но непутёвые». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
- 01.35 «Семейные тайны. Леонид Брежнев». (12+)
- 02.15 «Жуков и Рокоссовский. Служили два товарища». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
- Убит Григорий, ученик аптекаря, обладавший талантом приготовления авторских духов. Первые дамы города были без ума от сотворённых им ароматов
- 17.00 20.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ».** (16+)
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
- 04.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.25 «ВНИМАНИЕ, ГОВОРИТ МОСКВА!»** (12+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
- 09.20 «СЫНОВЬЯ БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЫ».** (12+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.25 «Сделано в СССР». (12+)
- 13.50 14.05 «ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН»: ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ».** (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Сталинградская битва». (16+)
- 19.40 «Легенды науки». (12+)
- 20.25 «Код доступа». (12+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)».** (12+)
- 01.25 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ».** (0+)
- 02.40 «Покер-45. Черчилль, Рузвельт, Сталин». (12+)

5 5-Й КАНАЛ



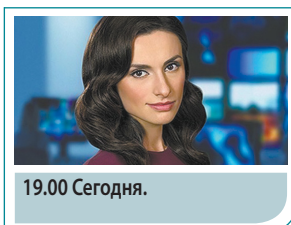
03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КУБА».** (16+)
- 06.05 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (16+)
- 08.35 День ангела. (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 13.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5».** (16+)
- 19.40 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
- Нина Архипова заявляет, что застрелила своего мужа Захара из его же пистолета. Находят и пулю в теле, и пистолет с отпечатками Нины. Казалось бы, всё очевидно. Проблема в том, что Нина стреляла в труп - Захар умер за час до выстрела. Оперативникам предстоит выяснить - это трагическое совпадение, или коварный план убийцы?
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.15 «Известия». (16+)
- 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ОТР ОТР

- 05.30 16.05 «Диалоги без грима». (6+)
- 05.45 «Вспомнить всё». (12+)
- 06.15 17.00 «Нейро Сапиенс». (16+)
- 07.05 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.30 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ПОСЛЕСЛОВИЕ».** (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.40 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 17.45 «Активная среда». (12+)
- 18.00 19.30 ОТражение-3. Информационная программа
- 21.00 «ТЫ И Я».** (12+)
- 23.20 Специальный проект ОТР «Отчий дом». (12+)
- 23.35 «Фигура речи». (12+)
- 00.05 «Легенды русского балета». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ НТВ



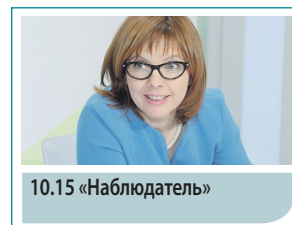
19.00 Сегодня.

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА».** (16+)
- 23.15 Сегодня
- 23.35 ЧП. Расследование. (16+)
- 00.15 Поздняков. (16+)
- 00.30 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
- 01.25 «СТРОЙКА».** (16+)
- 04.40 Их нравы. (0+)

РЕН РЕН

- 05.00 «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 Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ОСТАНОВИЛАСЬ».** (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ЗНАКИ».** (16+)
- 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.50 Новости культуры
- 07.35 18.40 01.20 «Настоящая война престолов»
- 08.30 Легенды мирового кино
- 08.55 16.35 «В. ДАВИДОВ И ГОЛИАФ», «ИСТОРИЯ ОДНОГО ПОДЗАТЫЛЬНИКА»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.10 XX век
- 12.20 22.10 «РАФФЕРТИ»**
- 13.25 «Запечатленное время»
- 13.50 Абсолютный слух
- 14.30 Рэгтайм, или Разорванное время
- 15.05 Новости. Подробно. Театр
- 15.20 Моя любовь - Россия! 15.50 «2 Верник 2»
- 17.40 Музыка эпохи барокко
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Старший сын» молодого драматурга
- 21.25 «Энигма»
- 23.20 «Лионский зал»
- 02.05 Музыка эпохи барокко

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.10 Знаки судьбы. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА».** (16+)
- Группа на перевале - посреди продуваемого ветрами склона. Друзья вынуждены заночевать прямо здесь - в палатке. Ночь палатку дятловцев придавливает снегом, скат накрыл Тибо, Золотарева, Дубинину и Слободина. Под пронизывающим ветром ребята пытаются сгрести большой пласт снега со льдом. Все понимают, что нужно спуститься вниз, ведь снег сверху еще движется - их всех может накрыть с минуты на минуту
- 20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
- 23.00 «ЛИХОРАДКА».** (18+)
- 01.00 «ИСПОЛНИТЕЛЬ ЖЕЛАНИЙ».** (16+)
- 02.30 «БАШНЯ».** (16+)

СТС СТС



20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 09.00 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 11.00 Уральские пельмени. (16+)
- 11.10 «НАПАРНИК».** (12+)
- 13.00 Форт Боярд. (16+)
- 14.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 18.30 «БРАТЬЯ».** (16+)
- 20.00 «ФОРСАЖ-6».** (12+)
- 22.40 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД».** (12+)
- У Мемфиса есть команда готовых на всё сорвиголов и 72 часа. За это время он должен угнать и доставить в порт полсотни шикарных машин, в противном случае его брата ждёт смерть...
- 01.00 «МАЛЬЧИШНИК-2: ИЗ ВЕГАСА В БАНГКОК».** (18+)
- 02.45 «НАПАРНИК».** (12+)
- 04.10 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (6+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.05 Давай разведёмся! (16+)
- 10.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.20 «Понять. Простить». (16+)
- 13.25 «Порча». (16+)
- 13.55 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «ГОРИЗОНТЫ ЛЮБВИ».** (16+)
- 19.00 «УКУС ВОЛЧИЦЫ».** (16+)
- У Ларисы, кажется, есть всё, что нужно для счастья: любимая работа, любимый муж Кирилл, прекрасный сын-первоклассник. Но в один миг всё меняется
- 23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
- 00.55 «Понять. Простить». (16+)
- 01.55 «Порча». (16+)
- 02.25 «Знахарка». (16+)
- 02.50 «Верну любимого». (16+)
- 03.15 Тест на отцовство. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО
06.40 «ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ ПОЕТ». (12+)	05.00, 05.40 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)	06.00, 12.35 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)	05.05 «Ералаш». (6+)
08.00 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)	06.20 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)	07.45 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)	05.55 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
08.55 «ВАССА». (12+)	08.05 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)	09.10 «ВНУК КОСМОНАВТА». (12+)	07.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
11.25 «ОСЕНЬ». (12+)	10.00 «ТЕРМИНАЛ». (12+)	10.40 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)	08.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
13.00 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (12+)	12.15 «БЕТХОВЕН-2». (12+)	14.25 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)	10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.35 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)	13.55 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)	16.20 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)	15.00 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (12+)
18.05, 05.35 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)	19.00 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)	18.10 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)	17.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
19.45 «РОДНЯ». (12+)	20.55 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)	20.00 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	19.10 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (12+)
21.30 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)	22.50 «СТАЖЁР». (16+)	21.45 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	01.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
23.25 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)	01.00 «БЕТХОВЕН». (12+)	23.30 «РЖЕВСКИЙ ПРОТИВ НАПОЛЕОНА». (16+)	02.40 «СВЯЗЬ». (16+)
01.10 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)	02.25 «БЕТХОВЕН-2». (12+)	01.00 «ЗОЛУШКА». (16+)	04.00 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
04.15 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)	03.45 «МАРЛИ И Я». (12+)	02.30 «КОРОЛЕВА». (12+)	

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.45, 20.30 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)	07.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)	00.10 «ПАПА-ДОСВИДОС». (16+)	00.45, 02.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+)
03.20, 23.30 «ЧЕЦ». (16+)	09.05 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)	02.45 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2». (12+)	03.35 «КАШЕИ БЕССМЕРТНЫЙ». (6+)
05.15 «ТРОЦКИЙ». (16+)	10.30 «КОРПОРАТИВ». (16+)	04.40 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)	04.50, 06.10, 07.30 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)
07.00 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)	12.10 «ПРЕДОК». (16+)	06.40 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)	08.50 «БАБНИК». (16+)
08.30 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)	13.40 «СПИТАК». (16+)	08.35 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА». (16+)	10.10 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)
10.10 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)	15.25 «ПРО ЖЕНУ, Мечту И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)	10.25 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)	12.45 «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА». (6+)
11.35 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)	17.05 «ДОМОВОЙ». (6+)	12.20 «ДРЯННЫЕ ДЕВЧОНКИ». (12+)	14.35, 15.55 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
13.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)	18.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)	14.10 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)	17.10 «МЕНЯЛЫ». (12+)
14.35 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)	20.45 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)	16.10 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 33 1/3: ПОСЛЕДНИЙ ВЫПАД». (16+)	19.00 «ВОЛКОДАВ». (16+)
15.55 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	22.20 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	17.40 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (12+)	20.55, 22.15 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
17.45 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)	00.00 «ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ». (16+)	19.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)	23.35 «КАПАЧИ». (16+)
19.10 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)	01.20 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)	21.20 «БАНДИТКИ». (16+)	
22.05 «ОТКРЫТАЯ ДОРОГА НАЗАД». (16+)	02.45 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	23.00 «НОЧЬ В «РОКСБЕРИ». (18+)	

суббота!	СУББОТА!	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)	06.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЗОЛОТО». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЗОЛОТО». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЗОЛОТО». (16+)
12.30, 13.25, 14.15, 15.15, 16.05, 17.05 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)	15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)	10.55, 18.55, 02.55 «ПЕРВАЯ СТУДИЯ». (12+)	10.55, 18.55, 02.55 «ПЕРВАЯ СТУДИЯ». (12+)	10.55, 18.55, 02.55 «ПЕРВАЯ СТУДИЯ». (12+)
18.00, 18.55, 19.50, 20.40, 21.35, 22.25 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)	12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)	21.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)	12.50, 20.50, 04.50 «КОЕ-ЧТО О МАРТЕ». (18+)	12.50, 20.50, 04.50 «КОЕ-ЧТО О МАРТЕ». (18+)	12.50, 20.50, 04.50 «КОЕ-ЧТО О МАРТЕ». (18+)
23.20 Суббота news. (16+)	13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)	Сериал. Комедия, Россия, 2016 г.	14.20, 22.20, 06.20 «ПЧЕЛЫ ДЕЛАЮТ МЕД». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ПЧЕЛЫ ДЕЛАЮТ МЕД». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ПЧЕЛЫ ДЕЛАЮТ МЕД». (16+)
23.30 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)	Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г. В ролях: Наталья Швец, Антон Васильев, Софья Хилькова	14.00, 22.00, 06.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)	15.50, 23.50, 07.50 «УШЕДШИЕ». (16+)	15.50, 23.50, 07.50 «УШЕДШИЕ». (16+)	15.50, 23.50, 07.50 «УШЕДШИЕ». (16+)
00.25, 01.20, 02.10 «КОСТИ». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)	01.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)	Драма, Япония, 2008 г.	Драма, Япония, 2008 г.	Драма, Япония, 2008 г.
02.50, 03.30, 04.10 Топ-модель по-американски. (16+)		03.25 «Эй, Арнольд!» Мультсериал. (0+)			
04.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)		05.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
05.30, 06.00, 06.25 Достояние республик. (12+)	05.30 «Путь к Победе». (16+)	05.00 Орел и Решка. Россия. Сахалин. (16+)	05.15 Папа поплал. (12+)
06.50 Наше кино. История большой любви. (12+)	06.30 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)	05.50 Орел и Решка. Россия. Красноярский край. (16+)	08.55 «КЛОП». (16+)
07.15 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	10.30 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)	06.40, 07.40 На ножах. (16+)	11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
10.00 Новости	12.00 «КАЛАШНИКОВ». (16+)	08.40, 09.40, 10.50 На ножах (субтитры). (16+)	13.00 Супермама. (16+)
10.10 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	13.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)	11.50 Четыре свадьбы (субтитры). (16+)	16.00 Мастершеф. (16+)
13.00 Новости	16.50 «БЛАГДА О БОМБЕРЕ». (16+)	Четыре невесты, четыре жениха и всего один медовый месяц, ради которого они готовы пойти на все. В соревнование за путешествие мечты вступают...	20.00 «КЛОП». (16+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	Сериал. Драма, Россия, Украина, 2011 г.	Четыре невесты, четыре жениха и всего один медовый месяц, ради которого они готовы пойти на все. В соревнование за путешествие мечты вступают...	22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
14.10, 16.15, 04.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)	Во время Великой Отечественной войны на территории, оккупированной немцами, развивается советский самолет, но летевшие в нем на задание летчик Гривцов и его возлюбленная радистка Катя чудом выживают. Удалось выжить и катапультировавшемуся штурману экипажа - Лынько. Каждому из них теперь придется найти свой путь, чтобы выполнить боевые задания, вернуться к своим и выжить.	13.50 Любовь на выживание. (16+)	Новые истории, новые эмоции и новые хэппи-энды.
15.05, 04.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)	18.05 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	15.30, 17.00 Четыре свадьбы (субтитры). (16+)	00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
17.00 Мировое соглашение. (16+)	19.00 Новости	19.00, 20.30, 21.50 Четыре свадьбы. (16+)	Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться? Истории больного от прибытия в клинику до обследований и операций. Из заложников своего тела пациенты проекта превратятся в уверенных людей, не стесняющихся самих себя.
18.05 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	19.25, 20.10 Телегра «Игра в кино». (12+)	23.30 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)	01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
19.00 Новости	20.55 Слабое звено. (12+)	01.20 Пятница News. (16+)	03.15 Другая битва экстрасенсов. (16+)
21.50, 22.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)	21.50, 22.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)	01.50 Адская кухня. (16+)	
23.40 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	23.40 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	03.20 Пятница News. (16+)	
02.05 Рак. Битва со смертью. (12+)	02.05 Рак. Битва со смертью. (12+)	03.50 Орел и Решка. Россия. Санкт-Петербург. (16+)	
02.50 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (12+)	02.50 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (12+)	04.40 Пятница News. (16+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.10 Искусство Франции. (16+)	06.00, 05.35 Научные глупости. (16+)
01.10 Из истории Крыма. (12+)	07.05, 08.00, 08.55, 09.50, 10.45, 11.40 Древние конструкторы. (12+)	06.30 Космос: возможные миры. (16+)
01.45, 03.50 Обыкновенная история. (6+)	12.35 Секреты утерянного ковчега. (12+)	07.20 Мегаполисы. (16+)
02.00 Кронштадт 1921. (12+)	13.25 Тайная история рыцарей Храма: Взлет и падение рыцарского ордена. (12+)	08.10 Самые лучшие суперкары. (16+)
03.00, 05.00, 11.10, 22.50 Историограф. (12+)	14.20 Тайная история рыцарей Храма: Тамплиеры или дьявол? (12+)	09.05 Настоящий суперкар. (16+)
04.00 Историада. (12+)	15.20 Искусство Франции: Прольется кровь. (16+)	09.55 Суперкар со свалки. (16+)
05.50 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)	16.15 Великая эпидемия чумы в Лондоне. (12+)	10.50 Дикая тунец. Лучшее. (16+)
06.05 Битва за Москву. Неизвестные герои. (12+)	17.05 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-молья. (12+)	11.40 Дикая тунец. Лучшее. (16+)
07.10 Пешком по Москве. (6+)	18.05 Мегаполис: секреты древнего мира. (12+)	12.30, 16.45 Дикая тунец: Север против Юга. (16+)
07.25 Меценаты России. (6+)	19.00 Древние суперстроения: Великая китайская стена. (12+)	13.20, 14.10 Авто-SOS. (16+)
08.00 Секреты истории. (12+)	19.55 Искусство Франции: Прольется кровь. (16+)	15.05 Затерянные сокровища Египта. (16+)
09.55 Великие живописцы. (12+)	20.50 Великая эпидемия чумы в Лондоне. (12+)	15.55 Величайшие сокровища древнего мира. (16+)
11.00 Семь дней истории. (12+)	22.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-молья. (12+)	17.35 Авто-SOS, лучшее. (16+)
12.00 Гитлер против Пикассо и других. (16+)	23.00 Мегаполис: секреты древнего мира. (12+)	18.25, 18.50 Фабрика еды в Америке. (16+)
13.55 Пешком по Москве. (6+)	23.55, 00.50, 01.40, 02.30, 03.20, 04.10 Древние конструкторы. (12+)	19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
14.20, 15.10 Ступени Победы. (12+)	05.00, 05.25 Невероятные изобретения. (12+)	20.05, 21.00, 03.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)		21.50 Дневник Анны Франк: Послесловие. (16+)
16.50 Орден Святого Георгия. Путь воина. (12+)		23.25 Вторжение на Землю. (16+)
17.20 Семь дней истории. (12+)		00.20 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
17.35 Литературный музей между прошлым и будущим. (12+)		01.05 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
18.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)		01.50, 02.35 Злоключения за границей. (16+)
19.05 «ИСАЕВ». (16+)		04.05 Труднейший в мире ремонт. (16+)
20.00 Историада. (12+)		04.55, 05.20 Игры разума. (16+)
21.00 Непокорённые. (12+)		
21.45 История оружия. (16+)		
23.40 Не квартира - музей. (12+)		

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
09.35 Как построить дом. (12+)	10.00 Научи меня рыбачить. (12+)	00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
10.05, 15.55 Огород круглый год. (12+)	10.30 Давай зарубимся! (12+)	00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
10.35 Паштет. (12+)	10.40, 11.30 Рыбалка сегодня. (16+)	01.00, 14.00, 20.00 Первокласный фитнес. (6+)
10.50, 18.00 Дачные радости. (12+)	11.00 Мир охотника. (12+)	01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
11.25 Альтернативный сад. (12+)	11.50, 20.00 Охота: собачья работа. (16+)	02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
11.55 Сельсовет. (12+)	12.20 Фишермания. (16+)	03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
12.15 Усадьбы будущего. (12+)	12.50 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)	03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
12.45 Букет на обед. (12+)	13.20 Сезон охоты. (16+)	04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
13.05 Огород от-кутюр. (12+)	13.50 Следопыт. (12+)	04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
13.35 Урожай на столе. (12+)	14.25 Мой мир - рыбалка. (12+)	04.45, 08.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
14.05 Сладкая жизнь. (12+)	14.55 Рыбалка на Черемшане. (6+)	Вкусный и полезный завтрак - теперь не проблема, благодаря быстрым и несложным рецептам от шеф-повара Елены Чазовой.
14.25 Чужеземцы. (12+)	15.25 Поймай и снимки. (16+)	05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
14.40 Декоративный огород. (12+)	15.55 На охотничьей тропе. (16+)	05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
15.10 Лучки&Пучки. (12+)	16.25 Андрей Старков и его команда. (16+)	05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
15.25 Нетипичный огород. (12+)	17.00 Территория льда. (16+)	06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
15.40 Идите в баню. (12+)	17.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)	06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.25 Топ-10. (12+)	18.00 На рыбалку с охотой. (12+)	16.30, 22.30 Шапат. (12+)
16.55 Дачных дел мастер. (12+)	18.35 Рождение клинка. (16+)	17.30, 22.00 Zumba. (12+)
17.30 Секреты стиля. (12+)	19.05 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)	18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30 ЗаСада. (12+)	19.35 Морская охота. (16+)	18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)
19.00 Дом, милый дом! (12+)	20.35 Экстремальный фидер. (16+)	
19.15 Готовим на Майорке. (12+)	21.05 Охота с луком. (16+)	
19.35 Школа ландшафтного дизайнера. (12+)	21.35 Первый лед - последний лед. (12+)	
20.05 Проект мечты. (12+)	21.50 Дед Мазай и зайцы. (16+)	
20.35 Вершки-корешки. (12+)	22.05 Безграничная рыбалка. (16+)	
20.50 Дачная энциклопедия. (12+)	22.35 Крылатые охотники. (16+)	
21.25 Искатели приключений. (12+)	22.50 Зимняя рыбалка в Приволье. (12+)	
22.00 Приглашайте в гости. (12+)	23.10 Водоёмы Прибалтики. (12+)	
22.15 Старые дачи. (12+)	23.40 Рыбалка без границ. (12+)	
22.50 Частный сектор. (12+)		
23.20 Деревянная Россия. (12+)		
23.50 Наш румяный каравай. (12+)		

ANIMAL PLANET	Discovery DISCOVERY CHANNEL	TLC
06.00 Секреты природы. (12+)	06.00 Багажные войны. (12+)	06.00, 06.25 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
06.25 Правосудие Луизианы. (16+)	06.25 Махинаторы: машина мечты. (12+)	06.50, 07.16 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
07.10 Зоопарк Ирвингов. (12+)	07.20, 07.45 Короли аукционов. (12+)	07.42 Оденься к свадьбе. (12+)
08.05 Адская кошка. (12+)	08.15, 08.40 Как это сделано? (12+)	08.36, 09.03 Дом на пляже. (12+)
09.00 Меконг: душа реки. (12+)	09.10 Крутой тюнинг. (12+)	09.30 Знаменитости из торта. (12+)
09.55, 10.50, 11.45 Дома для животных. (12+)	10.05 Сурикат: дивный новый мир. (16+)	10.24 Жить непросто людям маленького роста! (12+)
12.40 Дома на деревьях. (12+)	11.00 Школа акул. (12+)	11.18 7 маленьких Джонстонов. (12+)
13.35 Адская кошка. (12+)	11.55, 12.20, 12.50, 13.15, 13.45, 14.10 Как это устроено? (12+)	12.12 Убийства королей красоты. (16+)
14.30 Зоопарк Ирвингов. (12+)	14.40 Махинаторы: машина мечты. (12+)	13.06 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
15.25 Зоопарк. (12+)	15.35 Крутой тюнинг. (12+)	14.00 Виза невесты. Виза жениха. Холостяцкая жизнь. (16+)
16.20 Смертельные острова. (16+)	16.30 Ржавая империя. (12+)	14.54 В большом теле. (16+)
17.15, 18.10		

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00 Баскетбол. Евролига. Женщины. (0+)	00.00 Discovery Golf. (6+)
07.50, 10.00, 12.50, 15.55 Новости	00.30, 09.00 Формула Е. е-При Эд-Дирьи. Ревью. (16+)
07.55, 12.25, 23.50 На пути в Пекин. (12+)	01.30, 07.00 Горные лыжи. КМ. Гармиш-Партенкирхен. Женщины. Супергигант. (16+)
08.20, 21.00 Вид сверху. (12+)	02.30, 03.00, 23.00, 23.30 Биатлон. ЧЕ. Арбер. (6+)
08.50, 02.10 Золото страны. (12+)	03.30 Биатлон. ЧЕ. Арбер. Сингл-микст. (6+)
09.05 Экстремальный спорт. Кубок Москвы. (0+)	04.00 Велоспорт. Тур Саудовской Аравии. 2-й этап. (16+)
10.05, 16.00, 02.25, 04.10 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	05.00, 12.20 Автоспорт. ETCR. Обзор сезона. (16+)
11.55 Гандбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Обзор. (0+)	06.00, 13.20 Автоспорт. WTCR. Обзор сезона. (16+)
12.55, 14.40 XXIV Зимние Олимпийские игры. Фристайл. Прямая трансляция	08.00, 11.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Виллинген. HS 147. 2-й день. (16+)
13.50, 21.30 Большая хоккей. (0+)	10.00, 19.00 Теннис. Australian Open. Обзор. (6+)
14.20, 00.15 Страна. Live. (12+)	14.20 Теннис. Australian Open. Женщины. Финал. (6+)
15.35 Специальный репортаж. (12+)	16.30 Теннис. Australian Open. Мужчины. Финал. (6+)
17.55 Есть тема! (12+)	20.00 Снукер. German Masters. Финал. (6+)
18.55 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. Прямая трансляция	22.00 Автоспорт. WEC. Обзор сезона. (16+)
22.00 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)	
00.35 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. (16+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	13.30 10 самых! (16+)
06.40, 08.40, 15.00, 18.40, 22.00 PRO-новости. (16+)	Горячий, яркий и актуальный топ-10!
09.00 Русский чарт. (16+)	14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Фан-клуб. Вера Брежнева. (16+)	15.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
10.30, 20.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	16.00 2021-й! Спасибо, что живой: как шоу-бизнес пережил уходящий год. (16+)
11.00, 17.40 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
12.00, 17.00 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)	22.20 DFM - Dance chart. (16+)
	23.20, 02.00 Муз'итив. (16+)
	00.00 Муз'итив. (18+)
	03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)	05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние пташки. «Четверо в кубе». (0+)
06.30, 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнена». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	08.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	0 приключения девочки по имени Тайна, которая вместе с друзьями защищает тропические леса Амазонии.
09.00 «Ник-изобретатель». (0+)	07.25 «Чудеса на виражах». (0+)	10.10 «Роботы-поезда». (0+)
09.30, 17.00 Друзья на все времена. «Тайны Медовой долины». (0+)	07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Синица и снегирь. (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.55 «Пёс Пэт». (6+)	К кормушке, которую сделала Криворучка, вот уже несколько дней не прилетают птицы... Как бы их привлечь? Мастер Ксюша помогла Криворучке смастерить им первую подложку, и не одну! Что у них получилось, вы узнаете из нового выпуска программы «Мастерская «Умелые ручки»!
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	09.00 «Доброе утро с Микки». (0+)	11.00 «Смешарики». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)	12.10 «Легенды Спарка». (0+)
14.20 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	11.45 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)	О приключениях машины Спарка, который работает простым механиком в сервисе Старлайт. Он мечтает стать Супергонщиком и успешно преодолеть все самые сложные треки, победив сильнейших соперников.
15.00 «Спина к спине». (0+)	12.15, 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.35 «Бобр добр». (0+)	14.40 «Отряд «Призрак». (6+)	13.10 «Ниндзяго». (6+)
18.00 «Четверо в кубе». (0+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	13.35 «Дикие скриачеры!» (6+)
18.30 «Малышарики». (0+)	16.40 «Гравити Фолз». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)	19.30 «Ая и ведьма». (6+)	14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	21.15 «История игрушек и ужасов». (6+)	14.55 «Спина к спине». (0+)
21.30 «Буба». (6+)	21.40 «Леди Баг и Супер-Кот: Шанхай. Легенда о Леди Драконе». (6+)	16.50 «Царевны». (0+)
23.00 «Клео и Кукин». (0+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)	19.00 «Томас и его друзья. Удивительные механизмы». (0+)
	00.00 «7 гномов». (6+)	19.25 «Енотки». (0+)
		Семь енотов живут в большой музыкальной шкатулке. Каждый из героев олицетворяет собой одну из музыкальных нот, и у каждого своя яркая индивидуальность.
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Оранжевая корова». (0+)
		22.00 «Геомекка». (6+)
		22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
		23.00 «Инфинити Надо». (6+)
		23.25 «Братцы кролики». (6+)
		01.00 «Фиксики». (0+)
		03.00 «Лунтик». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	15.00 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	15.35 «Я ВАС ЛЮБИЛ». (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)	17.20 «ФРОНТ ЗА ОКОЛИЦЕЙ». (0+)
06.05 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». 2 серия. (12+)	18.10 Завет. (6+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	18.45 «ВЕРНОСТЬ». (6+)
10.30 Простые чудеса. (12+)	СССР, 1965 г.
11.20 Пилигрим. (6+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
11.55 Елизавета. (0+)	22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
Документальный фильм «Елизавета» рассказывает о великой княгине Елизавете Федоровне.	23.45 В поисках Бога. (6+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	00.20 День Патриарха. (0+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	00.35 Не от мира сего. Цикл: Русские праведники. (0+)
	01.05 Прямая линия жизни. (16+)
	02.00 Расскажи мне о Боге. (6+)
	02.30 Завет. (6+)
	02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

3 февраля
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Прп. Максима Грека.



Прп. Максима исп. Мч. Неофита. Мчч. Евгения, Кандида, Валериана и Акилы. Мч. Агнии девы. Мч. Анастасия. Сщмч. Илии пресвитера. Икон Божией Матери Ктиторской и именуемой «Отрада», или «Утешение», Ватопедских икон Божией Матери.

Поста нет.

Человеческая воля, как маятник, колеблется между волей Божией, которая ее призывает, и волей бесовской, которая ее соблазняет.
Митр. Сурожский Антоний

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 31 ЯНВАРЯ ПО 6 ФЕВРАЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам следует на этой неделе использовать любую возможность завести знакомства и наладить полезные связи. Кто-то из близких, возможно, вскоре захочет перейти на новый уровень отношений. Будьте внимательны к своему психическому здоровью.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львам, которые хотят изменить свою жизнь к лучшему, звезды готовят приятный сюрприз и отличные возможности для усовершенствований. Не бойтесь уделять себе больше внимания и отстаивать личные границы, тщательнее выбирайте себе друзей.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Больше всего на этой неделе будет везти Стрельцам, любые ваши начинания приведут вас к успеху и не потребуют больших материальных затрат. Главное, не занимайтесь самокопанием и проводите больше времени в кругу семьи и хороших приятелей.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
У Водолеев неделя будет довольно продуктивной, но работать придется много и упорно. В выходные обязательно устройте себе день релакса и хорошенько отдохните. В отношения следует привнести больше романтики и неожиданных сюрпризов.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам не стоит гнаться за одобрением окружающих, лучше направить силы на генерацию новых идей и проектов, которые будут полезны для вашего подъема по карьерной лестнице. Будьте искренни с любимым человеком и не допускайте игры в одни ворота.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
«Харизма, настойчивость, заметность» – вот девиз недели для Дев, желающих достичь высот. Постарайтесь почаще взаимодействовать с начальством и напоминать о себе. Не следует отталкивать от себя любимого человека, он будет готов в любой момент прийти на помощь.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Для карьерного роста Близнецов наступают трудные времена, уделяйте внимание мелочам и не откладывайте рабочие вопросы в долгий ящик. В отношениях с семьей, напротив, следует ожидать самого благоприятного развития событий, смело ищите там поддержку.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Для Весов чрезвычайно важно побороть свою гиперответственность и научиться доверять коллегам в рабочих вопросах, в противном случае вы можете заработать эмоциональное выгорание. Не усложняйте ситуацию по мелочам, и близкие будут расположены к вам.

РАК (22.06 – 22.07)
Успех поджидает Раков прямо за углом, откройтесь навстречу новому и непривычному, и вы не пожалеете. Кратковременные трудности не должны пугать вас. Чтобы избежать застоя в отношениях, следует окружить свою половинку вниманием и заботой.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Козерогам нужно ненадолго залечь на дно и заняться собой, не следует пытаться работать через силу, хороших результатов это не принесет. В отношениях вас ждет стабильность, неприятных сюрпризов звезды не готовят, совместный отдых поможет сблизиться.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Энергии и целеустремленности Козерогов на этой неделе многие могут позавидовать. Не растрачивайте этот подарок звезд впустую и направьте все силы на самореализацию. Давняя обида способна потянуть вас назад, так что найдите в себе силы всех простить.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам необходимо поменять мышление и настроиться на более позитивный лад, если они хотят притягивать в свою жизнь только нужные и приятные им события. Не тратьте силы и время на людей, общение с которыми не приносит вам положительных эмоций.

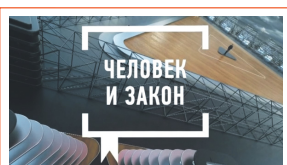
КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Неполная сила музыкального звука.
- Количество продукции, которое должен произвести работник в течение определенного времени.
- Столб для установки парусов на бригантине.
- Переливчатый «вокал» соловья.
- Закладка, вклеенная в книгу еще в типографии.
- Лютый холод, когда лучше не высовывать носа из дома.
- Машина, убирающая злаки.
- Печатная форма с печатным рисунком, служащим для воспроизведения иллюстраций.
- «Ваше благородие, госпожа Разлука, мы с тобой друзья давно, вот какая ...»
- Поддержка в подземной выработке.

Ответы: 1. Пляно. 2. Норма. 3. Манча. 4. Трень. 5. Ляссе. 6. Стужа. 7. Жатка. 8. Клише. 9. Штука. 10. Креп.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 31 ЯНВАРЯ ПО 6 ФЕВРАЛЯ

ПЕРВЫЙ



18.40 «Человек и закон». (16+)

- 04.45 Олимпийские зимние игры 2022 г. В Пекине. Фигурное катание. Командные соревнования. Мужчины
- 10.00 Жить здорово! (16+)
- 11.00 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон». (16+)
- 19.45 Поле чудес. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 Олимпийские зимние игры 2022 г. В Пекине. (0+)
- 23.30 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.25 Концерт Милен Фармер. (12+)
- 02.40 Модный приговор. (6+)
- 03.30 Давай поженимся! (16+)

ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 11.50 «ЗАМКНУТЫЙ КРУГ». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 12.20 15.05 «АВАРИЯ». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 16.55 «Закаulisные войны. Кино». (12+)
- 18.10 «КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ». (12+)
- Если бы Даше сказали, что она будет главной претенденткой на титул Королевы красоты, она бы покрутила пальцем у виска. Даша не считала себя красавицей и никогда к этому не стремилась. Она хотела ловить преступников...
- 20.05 «ПРАВДА». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.10 «Приют комедиантов». (12+)
- 01.05 «Актёрские драмы. За кулисами музыкальных фильмов». (12+)
- 01.50 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (0+)
- 03.15 Петровка, 38. (16+)
- 03.30 «ИДТИ ДО КОНЦА». (12+)
- 05.00 «10 самых...» (16+)

РОССИЯ 1



18.40 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 14.00 17.10 20.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 15.00 Церемония открытия XXIV Зимних Олимпийских игр в Пекине
- 17.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 «Возможно всё!» (16+)
- 23.00 «МИЛЛИАРД». (12+)
- Влиятельный банкир Матвей Левин делает всё возможное, чтобы не делиться имуществом со своими незаконнорожденными сыновьями. Но когда его лишают всех денег, выясняется, что помочь Матвею могут только они
- 00.55 Церемония открытия XXIV Зимних Олимпийских игр в Пекине
- 03.15 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ». (12+)

ЗВЕЗДА

- 06.00 «Битва оружейников». (16+)
- 06.45 09.20 «ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН»: ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ». (16+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 11.25 «ЗЕЛЕНый ФУРГОН». (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.25 «ЗЕЛЕНый ФУРГОН». (12+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 14.05 «ЗЕЛЕНый ФУРГОН». (12+)
- 15.10 «О НЕМ». (16+)
- 17.00 18.40 21.25 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 21.15 Новости дня. (16+)
- 22.00 «Кремль-9». (12+)
- 23.10 «Десять фотографий». (12+)
- 00.00 «СЫНОВЬЯ БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЫ». (12+)
- 01.45 «КОНТРАБАНДА». (12+)
- 03.10 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)». (12+)
- 04.35 «Хроника Победы». (16+)

5



19.40 «СЛЕД». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)
- Майор Кубанков по прозвищу Куба сразу после повышения в столице вынужден вернуться в Среднереченск, поскольку всплывают новые детали в деле о гибели его возлюбленной - Эрики Одинцовой. Докопаться до сути Кубе всечески помогают сотрудники местного РОВД. Однако на отдел ещё выпадают самые запутанные преступления в городе: начиная с поиска пропавших людей и заканчивая кражей ценнейших икон
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «КУБА: ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)
- 17.40 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.45 Светская хроника. (16+)
- 00.45 «СЛЕД». (16+)

ОТР

- 07.05 15.15 01.00 «Среда обитания». (12+)
- 07.30 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 18.00 19.30 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ТЫ И Я». (12+)
- 11.45 «Большая страна: территория тайн». (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.05 «Диалоги без грима». (6+)
- 16.20 «За дело!» (12+)
- 17.00 «Нейро Сапиенс». (16+)
- 21.00 «ХОЛОДНАЯ ВОЙНА». (16+)
- 22.30 Юрий Башмет и камерный ансамбль «Солисты Москвы». (12+)
- 00.00 «Активная среда». (12+)
- 00.30 «Легенды русского балета». (12+)
- 01.20 «Книжные аллеи». (6+)
- 01.50 Международный конкурс русского романса «Романсиада». (12+)
- 03.25 «Потомки». (12+)
- 03.50 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)

НТВ



13.25 Чрезвычайное происшествие

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 11.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 16.00 Сегодня
- 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 ДНК. (16+)
- 17.55 Жди меня. (12+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 23.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.15 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
- 01.50 Квартирный вопрос. (0+)
- 02.45 «СТРОЙКА». (16+)
- 05.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 20.00 «ЛЮСИ». (16+)
- 21.45 «ХРОНИКИ РИДДИКА». (16+)
- 00.00 «САНКТУМ». (16+)
- 02.00 «ПРИЗРАК ДОМА НА ХОЛМЕ». (16+)
- 03.40 «ФОБОС». (16+)

РЕН

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Новый день. (12+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.10 Знаки судьбы. (16+)
- 14.40 Вернувшиеся. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 Самые загадочные происшествия. (16+)
- 19.30 «ВЫЖИВШИЙ». (16+)
- Охотник Хью Гласс серьезно ранен на неизведанных просторах американского Дикого Запада. Товарищ Хью по отряду покорителей новых земель Джон Фицджеральд предательски оставляет его умирать в одиночестве. Теперь у Гласса осталось только одно оружие - его сила воли
- 22.45 «ВРЕМЯ ПСОВ». (16+)
- 00.30 «ПРИЗРАК». (16+)
- 02.30 «ИСПОЛНИТЕЛЬ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 04.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
- 05.30 «Городские легенды». (16+)

РОССИЯ К



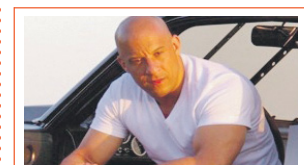
21.05 «ТРЕМБИТА»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Правила жизни»
- 07.35 «Настоящая война престолов»
- 08.30 «Первые в мире»
- 08.45 16.20 «ЖИЛ-БЫЛ НАСТРОЙЩИК...»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 11.40 Открытая книга
- 12.10 «РАФФЕРТИ»
- 13.20 «Лионский зал. Золото на голубом»
- 13.50 Власть факта
- 14.30 Рэгтайм, или Разорванное время
- 15.05 Письма из провинции
- 15.35 «Энигма»
- 17.30 Музыка эпохи барокко. Люка Дебарг. Д. Скарлатти. Сонаты
- 18.15 «Царская ложа»
- 19.00 «Смехоностагия»
- 19.45 «Олимпиадики»
- 20.10 Линия жизни
- 21.05 «ТРЕМБИТА»
- 22.40 «2 Верник 2»
- 23.50 «ДИКАРЬ»
- 01.10 Музыка эпохи барокко
- 02.10 «Искатели»

ТВ-3

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.55 Давай разведемся! (16+)
- 09.55 Тест на отцовство. (16+)
- 12.10 00.50 «Понять. Простить». (16+)
- 13.15 «Порча». (16+)
- 13.45 «Знахарка». (16+)
- 14.20 «Верну любимого». (16+)
- 14.55 «НОТЫ ЛЮБВИ». (16+)
- Арина работает официанткой в ресторане, воспитывает сына Никиту и ухаживает за больной мамой. 12 лет назад она осталась одна с ребёнком на руках, но в её сердце по-прежнему живёт мечта стать певицей
- 19.00 «ВОСПИТАНИЕ ЧУВСТВ». (16+)
- 22.55 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
- 01.50 «Порча». (16+)
- 02.20 «Знахарка». (16+)
- 02.45 «Верну любимого». (16+)
- 03.10 Тест на отцовство. (16+)
- 04.50 По делам несовершеннолетних. (16+)

СТС



21.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «БРАТЬЯ». (16+)
- 09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- Узнав, что Настя отправляет Лёну в санаторий лечиться от храпа, Костя решает поехать с братом...
- 10.35 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД». (12+)
- 12.55 Уральские пельмени. (16+)
- 13.05 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)
- 23.40 «ЛЁД». (12+)
- С детства Надя мечтала стать успешной фигуристой. Благодаря своей силе воли и упорным тренировкам, она достигает больших результатов, но неожиданная травма перечёркивает карьеру Нади...
- 01.55 «БОЙЦОВСКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)
- 03.40 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
- 05.10 «6 кадров». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 11.50 «ЗАМКНУТЫЙ КРУГ». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 12.20 15.05 «АВАРИЯ». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 16.55 «Закаulisные войны. Кино». (12+)
- 18.10 «КОРОЛЕВА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ». (12+)
- Если бы Даше сказали, что она будет главной претенденткой на титул Королевы красоты, она бы покрутила пальцем у виска. Даша не считала себя красавицей и никогда к этому не стремилась. Она хотела ловить преступников...
- 20.05 «ПРАВДА». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.10 «Приют комедиантов». (12+)
- 01.05 «Актёрские драмы. За кулисами музыкальных фильмов». (12+)
- 01.50 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (0+)
- 03.15 Петровка, 38. (16+)
- 03.30 «ИДТИ ДО КОНЦА». (12+)
- 05.00 «10 самых...» (16+)



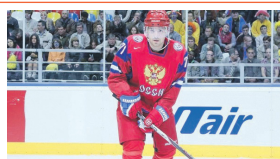
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
10.30 «ФИЗРУК». (16+)
12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР». (16+)
 17.00 «Я тебе не верю». (16+)
 18.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
 20.00 «Однажды в России». (16+)
 Шоу «Однажды в России» честно рассказывает о наших российских реалиях, именно поэтому получается остро, реалистично и очень смешно. На две обычные российские беды - дураки и дороги - здесь приходится ещё минимум триста: кино, спорт, политика, шоу-бизнес...
 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
 22.00 «Comedy Баттл». (16+)
 23.00 «Импровизация. Команды». (16+)
 00.00 «Такое кино!» (16+)
00.30 «1+1». (16+)
 02.25 «Импровизация». (16+)
 04.05 «Comedy Баттл». (16+)



13.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.10 «ЛЮТЫЙ». (12+)
 07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
 09.00 Улётное видео. (16+)
 13.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
 14.00 «+100500». (16+)
 17.00 Улётное видео. (16+)
 20.00 «+100500». (16+)
 23.00 «+100500». (18+)
 23.30 iТопчик. (16+)
 Признайся, тебе давно хотелось ответить Максусу из «+100500». Мы тебя услышали! Знакомься: новое шоу «iТопчик» на «ЧЕ!». У популярного ведущего появится напарник, таинственный Мистер Голос. Наконец-то кто-то поставит Макса на место, поспорит с ним и скажет всё, что думает. Топовые шоу, блогеры-миллионники и самые популярные TikTok тренды - ничто не скроется от внимания ведущего и его напарника
 01.30 Улётное видео. (16+)



15.30 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)

06.00 07.00 12.30 15.25 18.30
 Новости
 06.05 18.35 22.00 Все на Матч!
 07.05 XXIV Зимние Олимпийские игры. Хоккей
 09.20 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.40 «ЛУЧШИЙ ИЗ ЛУЧШИХ-4: БЕЗ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ». (16+)
 11.30 «Есть тема!»
 12.55 Хоккей. Россия - Германия. XXIII Зимние Олимпийские игры. Мужчины. Финал. (0+)
15.30 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
 17.30 Лучшие бои К. Макгрегора. (16+)
 19.20 Мини-футбол. ЧЕ. Прямая трансляция
 21.10 Баскетбол. ЦСКА - «Альба». Евролига. Прямая трансляция
 22.35 «Точная ставка». (16+)
 22.55 Футбол. «Манчестер Юнайтед» - «Мидлсбро». Прямая трансляция
 01.00 XXIV Зимние Олимпийские игры. Церемония открытия. (0+)



01.50 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
 11.10 23.00 «Азбука петербуржца». (6+)
 11.15 «Петербург. Город решений». (12+)
 12.25 «Вектор успеха». (12+)
 13.10 15.15 Новости спорта. (12+)
 13.15 Бизнес-Петербург. (12+)
15.20 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
15.20 «ЛАНЦЕТ». (16+)
 17.30 100лицца империи. (16+)
 18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
 19.00 «Главный врач». (12+)
20.00 «ЧУЖАЯ ЖЕНА И МУЖ ПОД КРОВАТЬЮ». (16+)
 21.30 «Зона особого внимания». (16+)
 22.00 «Пульс города». (12+)
 23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
00.10 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)
01.50 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)



17.10 «А Я ЛЮБЛЮ ЖЕНАТОГО». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
 11.00 13.00 15.00 17.00
 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
11.10 «ПОДКИДЫШ». (6+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
 15.10 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
 15.35 «Заповедники РФ». (12+)
16.05 «МОТИВ ПРЕСТУПЛЕНИЯ». (16+)
17.10 «А Я ЛЮБЛЮ ЖЕНАТОГО». (16+)
 19.00 23.00 02.00 05.20
 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
 19.40 04.10 «Кондитер». (16+)
21.00 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (12+)
23.40 «ИСКУССТВО ЖИТЬ В ОДЕССЕ». (18+)
 01.30 «Люди РФ». (12+)
02.40 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ НЕРВНОГО СРЫВА». (16+)



02.00 «СДВИГ». (16+)

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
 10.10 10.35 11.10 11.35
 «Полезное утро». (12+)
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00
 10.30 11.00 11.30 12.00
 13.00 18.00 19.00 21.00
 «Известия 78». (12+)
 12.15 23.15 Хочу и буду. (16+)
 13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
 14.00 17.00 «Происшествия». (16+)
 14.30 «Освобождение». (12+)
 15.00 «Середина дня». (12+)
 16.00 «Прогноз погоды». (12+)
 16.05 «Народный контроль». (12+)
 17.30 21.50 «Хранители». (16+)
 18.15 «Загадка века». (12+)
 19.15 «Открытая студия. Неделя». (12+)
 21.20 «7 вопросов про деньги». (12+)
 22.20 «Давно не виделись». (12+)
 00.00 «Белая ночь». (16+)
02.00 «СДВИГ». (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

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.

Вера торопилась на работу, испытывая жгучий стыд за то, что не смогла остаться на мероприятии, в котором участвовал ее сын. Но ее осенила одна догадка, которую требовалось срочно проверить. А к сыну она, быть может, еще успеет... хотя бы на финал викторины.
 – Быков! – влетела Вера в кабинет. – Ты сегодня супругу Мальцева допрашивал?
 – Ты чего здесь делаешь, у тебя же выходной? – вопросом на вопрос ответил майор.
 – Неважно, – отмахнулась Вера. – Так ты допрашивал или нет?
 – Ну, прям не допрашивал, – пожал плечами Быков. – Снимал показания.
 – Хорошо-хорошо, – согласилась Вера. – И она, я так понимаю, продолжает настаивать, что не знает, где ее муж и куда пропали деньги, снятые со счетов компании?

Камень за пазухой и на шее



– Ну да, продолжает настаивать, – согласился Быков. – Но если она правда не знает, куда сбежал ее благоверный со всеми деньгами?
Не только с деньгами, Быков, не только с деньгами. Она ведь настаивает на том, что и украшения из ее сейфа в спальне он все выгреб, осталась только бижутерия в шкатулке.
 – На чем? – не понял майор.
 – На туалетном столике, – Давай-ка, собирайся, наве-

стим несчастную. Вдруг ей требуется наша помощь, поддержка там. Давай-давай, чего расселся? Мне еще на мероприятие к сыну нужно успеть. Погнались.
Гнали будь здоров, Быков даже пристегнулся в кои веки.
 – Вот и правильно, – одобрила Вера, – нечего правила нарушать. А то взял моду...
 Брошенная жена бизнесмена Мальцева гостей явно не ждала. В коридоре чемоданы, в квартире беспорядок, сама

женщина в свитере и джинсах – не в домашнем.
 – Уезжаете куда-то? – Вера выразительно посмотрела на чемоданы и сумки.
 – Хочу навестить родителей, – ничуть не смутившись, тут же ответила дама. – Да и квартира эта мне больше не по карману, нужно искать что-то подешевле.
А можно еще раз взглянуть на ваш чудесный комплект, – Вера кивнула на большой кулон с розовым камнем, висящий на шее женщины.
 – Да, конечно, – согласилась та, сняла кулон, кольцо с таким же камнем и протянула Вере. – Но я уже говорила, эти украшения ничего не стоят, это бижутерия. Недешевая, но все же фианиты – не бриллианты. Их даже в ломбард не заложить, а мне бы сейчас деньги не помешали. Игорь никогда не разрешал мне работать, говорил, что работающая жена уничтожит его как мужчину. Я всю жизнь прожила за ним как за каменной стеной. Дорого, сыто, без материальных проблем, что называется, а вот теперь ума не приложу, что делать.

Вера не слушала, она поднесла кольцо к губам и подула на камень. Улыбнулась.
У вас есть подсолнечное масло? – совершенно обескуражила она Быкова вопросом, адресованным даме. И Быков с удивлением отметил, как дама меняется в лице, становясь злой и высокомерной.
 – Как вы догадались? – спросила она у Веры. – Вот уж не подумала бы, что какая-то... ищайка сможет отличить бриллиант от фианита.

Вера посмотрела на даму:
 – Я, видите ли, тоже люблю украшения, меняю их разнообразно образу. А тут меня насторожило, что один и тот же комплект на вас постоянно, притом что шкатулка с бижутерией ломится от колец, серег и кулонов. Ну, и сын мне помог. Так есть у вас масло? Ах да, и где же муж? Подозреваю, что он пропал из поля зрения не по собственному желанию.
 – Он изменил мне, – сказала женщина. – Не надо масла. Не пачкайте камень, вы же и так уже обо всем догадались.
Любовь АНИНА



О чем догадалась Вера и зачем ей подсолнечное масло?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 3: чтобы за два взвешивания определить, в какой из коробок спрятаны драгоценные бусины, необходимо для начала разделить их на три части – три, три и две штуки. Далее взвесить две части по три коробки. Если части уравновесятся, отложить их в сторону и взвесить по одной коробке из той части, где их две, выявив таким образом нужную. Если части, в которых по три коробки, не уравновесятся, то необходимо взять три коробки из той части, что оказалась тяжелее, и разделить ее на три части по одной коробке. Теперь все просто. Взвесить две коробки из этой части. Если уравновесились, значит бусины в той, что осталась невзвешенной. Если нет, то бусины в той коробке, которая перевесила.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.05 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (12+)
- 08.45 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 10.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (16+)
- 11.50 «ИВАН САННИКОВА». (12+)
- 13.30 «ОТСТАВНОЙ КОЗЫ БАРАБАНЩИК». (12+)
- 14.50 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 16.35 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
- 19.10 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 21.00 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 22.40 «УСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 00.25 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 04.45 «ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)

TV1000

- 07.10 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
- 09.15 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 11.10 «СТАЖЁР». (16+)
- 13.20 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 15.10 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 19.00 «ЧЕЛОВЕК ДОЖДЯ». (16+)
- США, 1988 г. В ролях: Дастина Хоффман, Том Круз, Валерия Голино, Джералд Р. Молен, Джек Мердок
- 21.25 «ТУТСИ». (16+)
- США, 1982 г.
- 23.40 «СДЕЛАНО В АМЕРИКЕ». (16+)
- 01.40 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)
- 03.30 «ПРАВИЛА СЪЁМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)

TV1000
РУССКОЕ КИНО

- 06.00 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 07.40 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 09.30 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 11.15 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
- 13.05 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 14.45 «КОРОЛЕВА». (12+)
- 16.20 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
- 18.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 20.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 21.20 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
- 22.50 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
- 00.20 «ДЕНЬ ДО». (18+)
- 01.50 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
- 03.10 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.00 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.40 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 10.00 «СВАТЫ». (16+)
- 15.00 «ЭЙС ВЕНТУРА: РОЗЫСК ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ». (16+)
- США, 1994 г.
- 16.35 «ЭЙС ВЕНТУРА-2: КОГДА ЗОВЁТ ПРИРОДА». (16+)
- США, 1995 г.
- 18.10 «СВАТЫ». (16+)
- 01.10 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
- 02.50 «ЛЕДОКОЛ». (12+)
- 04.45 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 02.55 «ТРОЦКИЙ». (16+)
- 04.45 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
- 06.20 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 08.20 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
- 09.45 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
- 11.10 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
- 12.45 «ОТКРЫТАЯ ДОРОГА НАЗАД». (16+)
- 14.10 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
- 15.55 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
- 17.25 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
- 18.55 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 20.30 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
- 22.20 «ЧЕТЕЦ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 07.10 «ПОРТ». (16+)
- 08.50 «ПРЕДОК». (16+)
- 10.20 «СПИТАК». (16+)
- 12.10 «ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)
- 13.50 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 15.40 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
- 17.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 18.50 «ПОРТ». (16+)
- 20.35 «СТОРОЖ». (16+)
- Драма, триллер, Россия, 2019 г.
- 22.30 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- Криминал, мелодрама, Россия, 2015 г.
- 23.50 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
- 01.30 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)
- 02.55 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
- 04.10 «КОРПОРАТИВ». (16+)
- 05.35 «ПРЕДОК». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.30 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)
- 03.10 «КАДРЫ». (12+)
- 05.25 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 07.15 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)
- 09.15 «МОЙ ШПИОН». (6+)
- 11.05 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
- 12.40 «НОЧЬ В «РОКСБЕРИ». (18+)
- 14.10 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
- 15.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 17.40 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)
- 19.35 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 21.35 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
- 23.50 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

- 01.10 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА». (12+)
- 02.35 «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
- 04.45 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
- 06.25 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
- 07.55 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (12+)
- 09.30 «КАШЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ». (6+)
- 10.45 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (6+)
- 13.20 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (6+)
- 15.15 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (6+)
- 17.05 «ВООРУЖЁН И ОЧЕНЬ ОПАСЕН». (12+)
- 19.00 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+)
- 20.30, 21.50 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
- 23.05 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.25, 13.20, 14.20, 15.15, 16.05, 17.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 18.00, 18.55, 19.50, 20.40, 21.35, 22.25 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
- Сериал. Драма, США, 2004-2012 гг.
- 23.20 Суббота news. (16+)
- 23.30 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
- 00.25, 01.20, 02.10, 02.50, 03.30, 04.10 «КОСТИ». (16+)
- 04.50 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г. В ролях: Полина Сыркина, Александр Мохов
- 13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

СТС LOVE

- 06.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
- 10.05 «КУХНЯ». (12+)
- 15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.55 «МОЛОДЕЖКА». (0+)
- Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013 г. В ролях: Денис Никифоров, Михаил Жигалов, Фёдор Бондарчук, Сергей Габриелян, Владимир Зайцев
- 00.00 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
- 01.05 Даёшь молодёжь! (16+)
- 03.30 «Эй, Арнольд!» Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

- 10.00, 18.00, 02.00 «ЗОЛОТО». (16+)
- 11.00, 19.00, 03.00 «ДЕВУШКА, КОТОРАЯ БЯЛАСЬ ДОЖДЯ». (16+)
- 12.50, 20.50, 04.50 «НЕЗАКОННОЕ ВТОРЖЕНИЕ» (субтитры). (16+)
- 14.45, 22.45, 06.45 «МЕХАНИК». (18+)
- Боевик, триллер, США, 2010 г.
- 16.20, 00.20, 08.20 «В ФУКУСЕ». (18+)
- Драма, комедия, Канада, Бразилия, 2015 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.20 Мультфильмы. (0+)
- 06.35 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 07.00 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 10.00 Новости
- 10.10 В гостях у цифры. (12+)
- 10.20 «ОСТРОВ НЕУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 13.00 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.00 Новости
- 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 16.55 «ГАРАЖ». (12+)
- 19.00 Новости
- 19.15 Слабое звено. (12+)
- 20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 21.00 «Ты - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (0+)
- 22.45 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
- 00.30 «ЛЮБОВЬ И МОРЕ». (12+)
- 03.45 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (12+)
- 04.50 Мультфильмы. (0+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе». (16+)
- 06.10 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
- 07.40 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
- 09.10 «СОЛДАТИК». (12+)
- 10.40 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
- 12.20 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 13.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
- 16.40 «КОМИССАРША». (18+)
- Курская область, 1943 год... Много лет назад Галина уехала из родного городка в Москву. После окончания юридического факультета девушка устроилась следователем в отделение милиции, а в 1941 году ушла на войну. Отлучившись и получив ранение, Галина через два года возвращается в родной город: на освобожденных землях остро не хватает людей, которые бы навели там порядок.
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 02.50 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 04.30 «Я ПОДАРОЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и Решка. Россия. Москва. (16+)
- 06.10 Орел и Решка. Россия. Екатеринбург. (16+)
- 07.00 На ножах (субтитры). (16+)
- 08.10, 09.10 На ножах. (16+)
- 10.10, 11.20, 12.20, 13.20 На ножах (субтитры). (16+)
- 14.30 На ножах. (16+)
- 15.30, 16.50 Мир наизнанку. Пакистан (субтитры). (16+)
- 18.00 Мир наизнанку. Южная Америка (субтитры). (16+)
- 19.00 «ПУНКТ НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- Говорят, что смерть не обманешь... Но уйти от опасной судьбы удалось Алексею и еще семерым пассажирам, которые сошли с самолета до того как он взорвался.
- 21.00 «ПУНКТ НАЗНАЧЕНИЯ-2». (16+)
- 22.50 «21 МОСТ». (16+)
- 00.50 Пятница News. (16+)
- 01.20 Адская кухня. (16+)
- 02.50 Пятница News. (16+)
- 03.10 Мир за бесплатно. Токио. Япония (субтитры). (16+)
- 04.20 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.35 Папа поплал. (12+)
- 08.55 «КЛОП». (16+)
- 11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
- 13.00 Супермама. (16+)
- 16.00 Мастершеф. (16+)
- 20.00 «КЛОП». (16+)
- 22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
- Новые истории, новые эмоции и новые хэппи-энды. Два вечерних выпуска о жизни участников, их романтических свиданиях после заката и обсуждение итогов дня на Лобном месте с Ксенией Бородиной, Ольгой Орловой, Владом Кадони, Андреем Черкасовым и новым ведущим - популярным певцом и видеоблогером Дава.
- 00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 01.40 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
- Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР.
- 03.15 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Из истории Крыма. (12+)
- 01.45, 03.50 Обыкновенная история. (6+)
- 02.00 Битва за Москву. Известные герои. (12+)
- 03.00, 05.00 Историограф. (12+)
- 04.00 Историда. (12+)
- 05.50 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 06.05 Огненная дуга. (12+)
- 07.10 Пешком по Москве. (6+)
- 07.25 Меценаты России. (6+)
- 08.00 Гитлер против Пикассо и других. (16+)
- 09.55 Историограф. (12+)
- 10.40 Пешком по Москве. (6+)
- 11.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 12.00, 12.50 Ступени Победы. (12+)
- 13.40 Не квартира - музей. (12+)
- 14.00 Историда. (12+)
- 15.00 Семь дней истории. (12+)
- 15.10 Непокорённые. (12+)
- 16.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
- 16.50 Феодосий Веселого. Наука о приключениях и подвиге. (12+)
- 17.20 Семь дней истории. (12+)
- 17.35 Тайны российской дипломатии. (12+)
- 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 20.00 «ЕРМАК». (12+)
- 22.35 Пешком по Москве. (6+)
- 23.00 Люди Гитлера. (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.10 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.35, 07.30, 08.25 Древние конструкции. (12+)
- 09.20, 10.20, 11.15 Древние суперстроения. (12+)
- 12.10 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
- 13.10 История христианства: Первое христианство. (12+)
- 14.15 История христианства: Католицизм: неожиданный рассвет Рима. (12+)
- 15.20 Искусство Франции. (16+)
- 16.15 Великая эпидемия чумы в Лондоне. (12+)
- 17.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
- 18.00 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
- 19.00 Древние суперстроения. (12+)
- 20.00 Искусство Франции. (16+)
- 20.55 Великая эпидемия чумы в Лондоне. (12+)
- 22.00 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
- 22.55 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
- 23.55, 00.50, 01.40 Древние конструкции. (12+)
- 02.30, 03.25, 04.15 Древние суперстроения. (12+)
- 05.05, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.30 Космос: возможные миры. (16+)
- 07.20 Мегалис. (16+)
- 08.10 Самые лучшие суперкары. (16+)
- 09.05 Настоящий суперкар. (16+)
- 09.55 Суперкар со свалки. (16+)
- 10.50 Дикая туеца. (16+)
- 11.40 Дикая туеца: Лучшее. (16+)
- 12.30, 16.45, 20.05 Расследования авиа-катастроф. (16+)
- 13.20, 14.10 Авто-SOS. (16+)
- 15.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
- 15.55 Величайшие сокровища древнего мира. (16+)
- 17.35 Авто-SOS, лучшее. (16+)
- 18.25, 18.55 Фабрика еды в Америке. (16+)
- 19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 21.00, 03.35 AZF: Взрыв на французском заводе. (16+)
- 21.50 Призрак Минервы. (16+)
- 22.45 Неизвестная планета земля. (16+)
- 23.40 Вторжение на Землю. (16+)
- 00.30 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 01.15 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 02.00, 02.50 Злоключения за границей. (16+)
- 04.20 Труднейший в мире ремонт. (16+)
- 05.10, 05.35 Игры разума. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

- 10.10 Чужеземцы. (12+)
- 10.25 Кашеварим. (12+)
- 10.40 Декоративный огород. (12+)
- 11.15 Лучки и Пучки. (12+)
- 11.30 Нетипичный огород. (12+)
- 11.45 Идите в баню. (12+)
- 12.05 Огород круглый год. (12+)
- 12.35 Топ-10. (12+)
- 13.05 Фотоохота с Евгением Полонским. (12+)
- 13.40 Секреты стиля. (12+)
- 14.10 Дачные радости. (12+)
- 14.40 ЗаСаДа. (12+)
- 15.10 Дом, милый дом! (12+)
- 15.25 Готовим на Майорке. (12+)
- 15.40 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
- 16.10 Проект мечты. (12+)
- 16.40 Вершки-корешки. (12+)
- 16.55 Дачная энциклопедия. (12+)
- 17.30 Искатели приключений. (12+)
- 18.00 Приглашайте в гости. (12+)
- 18.20 Старые дачи. (12+)
- 18.55 Частный сектор. (12+)
- 19.25 Деревянная Россия. (12+)
- 19.55 Наш румяный каравай. (12+)
- 20.15 Как поживаете? (12+)
- 20.45 Кухня народов СССР. (12+)
- 21.05 Домашняя экспертиза. (12+)
- 21.35 Травовед. (12+)
- 21.50 Правила огородника. (12+)
- 22.10 Семейный обед. (12+)
- 22.40 Крымские дачи. (12+)
- 23.10 Идеальный сад. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 09.30 Сезон охоты. (16+)
- 10.00 Следопыт. (12+)
- 10.30 Мой мир - рыбалка. (12+)
- 11.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
- 11.30, 19.35 Поймай и сними. (16+)
- 12.00, 20.05 На охотничьей тропе. (16+)
- 12.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
- 13.00 Территория льда. (16+)
- 13.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
- 14.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
- 14.30 Рождение клинка. (16+)
- 15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
- 15.35 Популярная охота. (16+)
- 15.55 Охота: собачья работа. (16+)
- 16.25 Экстремальный фидер. (16+)
- 16.55 Охота с луком. (16+)
- 17.25 Первый лед - последний лед. (12+)
- 17.45 Дед Мазай и зайцы. (16+)
- 18.00 Безграничная рыбалка. (16+)
- 18.30 Крылатые охотники. (16+)
- 18.45 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
- 19.05 Поймать жереха. (16+)
- 20.35 Технология зимнего клева. (12+)
- 21.10 В Индийском океане... (12+)
- 21.35 Зов предков. (16+)
- 22.10 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
- 22.40 Сам себе охотник. (16+)
- 23.10 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)
- 23.40 Поефестивалим! (16+)

ЖИВИ!

- 00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
- 00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
- 01.00, 14.00, 20.00 Первокласный фитнес. (6+)
- 01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
- 02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
- 03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
- 03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
- 04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
- 04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
- 04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
- 05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
- Авторский курс от мастера международного класса Юлии Аминовой. Упражнения направлены на достижение баланса и гармонии души и тела.
- 05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
- 05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
- 06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
- 06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
- 16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
- 17.30, 22.00 Zumba. (12+)
- 18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
- 18.30, 23.30 ЙогаВечер. (6+)

ANIMAL PLANET

- 06.00 Секреты природы. (12+)
- 06.25 Зоопарк. (12+)
- 07.10 Зоопарк Ирвингов. (12+)
- 08.05 Адская кошка. (12+)
- 09.00 Меконг: душа реки. (12+)
- 09.55 Смертельные острова. (16+)
- 10.50, 11.45 Дикая река Африки. (16+)
- 12.40 Дома на деревьях. (12+)
- 13.35 Адская кошка. (12+)
- 14.30 Зоопарк Ирвингов. (12+)
- 15.25 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
- 16.20, 16.45, 17.15, 17.40, 18.10, 18.35 Братья по трясине. (12+)
- 19.05 Меконг: душа реки. (12+)
- 20.00 Самые милые питомцы Америки. (12+)
- 20.55 Центр реабилитации Аманды. (12+)
- 21.50 Дома на деревьях. (12+)
- 22.45 В поисках йети. (12+)
- 23.40 Осторожно, опасные животные. (16+)
- 00.35 Франк в Африке. (16+)
- 01.24 Меконг: душа реки. (12+)
- 02.12 Дома на деревьях. (12+)
- 03.00 Живой или вымерший. (12+)
- 03.45 На свободу с питбулем. (16+)
- 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
- 05.15 В поисках йети. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00 Багажные войны. (12+)
- 06.25 Махинаторы: машина мечты. (12+)
- 07.20, 07.45 Короли аукционов. (12+)
- 08.15, 08.40 Как это сделано? (12+)
- 09.10 Махинаторы. (12+)
- 10.05 Золотая лихорадка. (16+)
- 11.55, 12.20, 12.50, 13.15, 13.45, 14.10 Багажные войны. (12+)
- 14.40 Махинаторы: машина мечты. (12+)
- 15.35 Крутой тюнинг. (12+)
- 16.30 Ржавая империя. (12+)
- 17.25 Быстрые и громкие: театр разрушений. (12+)
- 18.20, 18.45 Короли аукционов. (12+)
- 19.15, 19.40 Как это сделано? (12+)
- 20.10 Махинаторы: машина мечты. (12+)
- 21.05 Смертельный улов: дорогой отца. (16+)
- 22.00 Операция «Спасение дома». (12+)
- 23.50, 00.45, 01.40 Как это сделано? Спецвыпуск: турбо. (12+)
- 02.27 Быстрые и громкие: театр разрушений. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 10.05, 13.05 Вoley-бол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)	00.00, 01.00 Горные лыжи. КМ. Гармиш-Партенкирхен. Женщины. (16+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	02.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Виллинген. HS 147. 2-й день. (16+)
07.55, 09.05 XXIV Зимние Олимпийские игры. Фристайл. Могул. (0+)	03.00 Лыжное двоеборье. КМ. Зефельд. Мужчины. 12,5 км. (16+)
08.50 Спорт. Истоки. (12+)	03.30 Теннис. Australian Open. Мужчины. Финал. (6+)
11.55 Экстремальный спорт. Кубок Москвы. (0+)	05.00 Теннис. US Open. Обзор. (6+)
14.55, 02.45 Большой хоккей. (12+)	06.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Обзор. (6+)
15.25 Страна смотрит спорт. (12+)	07.00 Snaker. German Masters. Финал. (6+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)	08.30 Велоспорт. Париж-Рубе. Мужчины. (16+)
16.20 XXIV Зимние Олимпийские игры. Хоккей. (0+)	10.30, 18.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Женщины. (6+)
18.15 Страна. Live. (12+)	12.00, 17.00, 21.30 Формула Е. Е-при Эд-Дирьи. 1-я гонка. (16+)
18.35 Есть тема! (12+)	13.00, 16.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». Обзор. (16+)
19.35 Баскетбол. Евролига в Москве. (12+)	14.00, 22.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Мужчины. (6+)
19.55, 21.50 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Прямая трансляция	19.30 Велоспорт. ЧМ. Мужчины. Шоссейная гонка. (16+)
22.45 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Реал» (Испания) – «Зенит» (Россия). Прямая трансляция	
00.35 Профессиональный бокс. (16+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	17.00 10 самых! (16+)
06.40, 08.40, 15.00, 18.40, 23.00 PRO-новости. (16+)	17.35 PRO-клип. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)	17.40 Ждите ответа. (16+)
10.00 Лайкер. (16+)	19.00 Русский чарт. (16+)
11.00 TikTok чарт. (16+)	20.00 UK Fest онлайн: каникулы вместе. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)	23.20 Наше. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	00.20 Муз'итив. (18+)
15.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	02.00 Муз'итив. (16+)
16.00 #НАМУЗТВ. (16+)	03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птички. «Турбозавры». (0+)
06.30, 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)	Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнена». (0+)
08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	08.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Ник-изобретатель». (0+)	07.25 «Чудеса на виражах». (0+)	10.10 «Роботы-поезда». (0+)
09.30, 17.00 Друзья на все времена. «Тайны Медовой долины». (0+)	07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	10.45 «Студия Каляки-Маялки». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.55 «Пёс Пэт». (6+)	Каляка-Маялка и его подружка Ляля приглашают детей в удивительную студию рисования!
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	11.10 «Смешарики». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	11.00 «Повелитель драконов». (6+)	Истории о дружбе и приключениях обязательных круглых героев. Весёлые и музыкальные, неожиданные и мечтательные, домашние и авантурные - целый мир в одной уютной Ромашковой долине!
14.20 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	13.00 «Гравити Фолз». (12+)	12.10 «Легенды Спарка». (0+)
15.00 «Спина к спине». (0+)	17.20 «Ведьмина служба доставки». (6+)	12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.35 «Бобр добр». (0+)	19.30 «Корпорация монстров». (6+)	13.10 «Ниндзяго». (6+)
18.00 «Четверо в кубе». (0+)	Действие увлекательного анимационного фильма происходит в необычном городке Монстрополис.	13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
18.30 «Малышарики». (0+)	21.35 «ЛОВУШКА ДЛЯ ПРИВИДИЕНИЯ». (12+)	Мультипликационные сражения скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)	23.25 «ИНСПЕКТОР ГАДЖЕТ». (6+)	14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	21.25 «Буба». (6+)	Победители официальных соревнований Московской области по акробатическому рок-н-роллу в 2021 году! Серебряные призёры Всероссийских соревнований федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла 21-го года! Спортсмены и танцоры! В гостях у Ани и Яны - Ингат Жаровский и Славяна Лепихова!
21.25 «Буба». (6+)	23.00 «Город героев: Новая история». (6+)	14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
23.00 «Клео и Кукин». (0+)		15.15 «Простоквашино». (0+)
		19.35 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
		22.00 «Ниндзяго». (6+)
		22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
		22.40 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)
		23.25 «Ералаш». (6+)
		01.05 «Фиксики». (0+)
		03.00 «Лунтик». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	14.55, 15.25
05.00 День Патриарха. (0+)	Двенадцать. (12+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	16.00 Царская семья. Путь к святым. (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)	16.25 «ВЕРНОСТЬ». (6+)
06.05 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». 1 серия. (12+)	18.10, 02.30 Завет. (6+)
06.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	18.45 «ВОПРОСЫ ВОСПИТАНИЯ». (0+)
10.30 Во что мы верим. (0+)	19.00 «ФРАНЦУЗ». (12+)
11.30 Расскажи мне о Боге. (6+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
12.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)	22.45 Преподобный Кирилл Белозерский. Цикл: День Ангела. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	23.20 Паломница. (16+)
13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)	00.35 День Патриарха. (0+)
	00.50 День Ангела. Благовещенный князь Димитрий Донской. (0+)
	01.20 Простые чудеса. (12+)
	02.00 Украина, которую мы любим. (12+)
	02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

4 февраля
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Ап. Тимофея.



Прмч. Анастасия Персиянина. Прп. Макария Жабанского, Беллевского, чудотворца. Мчч. Мануила, Георгия, Петра, Леонтия епископов, Сиония, Гавриила, Иоанна, Леонта, Парода пресвитера и прочих 377. Прмч. Анастасия, диакона Печерского. Сщмчч. Иоанна и Евфимия пресвитеров.

Постный день. Разрешается рыба.

«Вялость и бессилие, которые являются в душе от наслаждений, противны предназначению христианина. Наша цель состоит в том, чтобы уподобиться Иисусу Христу».

Прп. Никодим Святогорец

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Многие знакомые нам с детства зимние забавы были придуманы вовсе не для развлечения. Несколько столетий назад, когда вьюга наметала сугробы под самые крыши, у наших предков не было другого способа выбраться за водой или к соседу, кроме как на лыжах. Кстати, самой старой лыже, обнаруженной на Псковщине, – 4300 лет! А первые коньки известны с XII века. Тогда для перемещения по льду использовались кости животных. Металлические полозья появились только в XIV веке в Голландии. В Россию моду на них привёз царь Пётр I. Что ещё интересного можно узнать о зимних забавах?

Зимние забавы для дружной оравы

1 В народе молодёжь предпочитала катание с горы. Понятно, что сани (в классическом виде) были далеко не у каждого, и с горы летели кто на чём горазд. Чтобы было веселее, устраивались целые «поезда» из сцепленных саней, всяких катулек, ледеянок, рогожек и шкур. Девицы засматривались на очтачных молодцев, катающихся на ногах. С горы или с высокого берега можно было улететь достаточно далеко, ведь ледяной скат переходил в длинную, расчищенную от снега дорожку. Не все добирались до дорожки, под дружный хохот и визг сани переворачивались. Считалось, что самым управляемым было деревянное корыто, в котором съезжающий помогал себе короткой палкой, как веслом.

а) Подмороженное лукошко. б) Корежка. в) Ледяная лодка.

2 Массовыми катания на коньках в России стали лишь к середине XIX века. В Санкт-Петербурге был открыт первый конькобежный каток в Юсуповском саду, недалеко от Сенной площади. Пускали на него по специальным билетам. Там же заработал первый конькобежный клуб, который стал любимым местом зимних забав «золотой молодёжи». На катке стали проводить первые соревнования. Интересны дисциплины состязаний: «бег скорости», «исполнение фигур», «парный бег голландским шагом – кавалер и дама». Что ещё было в программе?

а) Бег на скорость спиной вперед. б) Бег на скорость с санями впереди. в) Бег на скорость со стульями.

3 Господа веселились, катаясь в запряжённых лошадьми санях. Сани утепляли, выкладывая внутри тёплыми шкурами, сукном. Состоятельные господа стелили внутрь ковры. Украшали сбрую – вешали цветные лоскуты, металлические бляшки, кожаные кисточки. На раскрашенные дуги подвешивали бубенцы. Почему по закону нельзя было вешать колокольчик, он же звонче?

а) Колокольчики были разрешены только для курьерских и почтовых троек. б) Колокольчики были очень дорогими. в) Колокольчики по рангу полагались только дворянам.

4 Одно из развлечений, к которому готовились заранее, связано с проводами зимы – Масленицей. Это взятие снежного городка. Помните картину с таким названием? В центре полотна – лихой взлёт всадника на коне, который рушит снежную стену. Очевидцы вспоминали, что для создания этой фигуры по просьбе художника раз пять делали городок во дворе и звали казака, который, настёгивая лошадь, летел на него. Сейчас картину «Взятие снежного городка» можно увидеть в Государственном Русском музее в Санкт-Петербурге. Кто её автор?

а) Алексей Кондратьевич Саврасов. б) Исаак Ильич Левитан. в) Василий Иванович Суриков.

5 Среди забав было и состязание, которое тоже называлось взятием городка, но никакого отношения к снежной крепости не имело. Городком называли деревянный столб, вкопанный в землю, на вершине которого прикреплялись ценные призы. Храбрец, который забирался наверх, забирал награду. Для устройства столб выбирали из тонкого дерева и ещё до установки...

а) ...мазали жиром. б) ...обливали водой на морозе для обледенения. в) ...натирали смолой.

ОТВЕТЫ

1-в, 2-а, 3-а, 4-б, 5-в. Ответы даны в рубрике «Вопросы и ответы» в номере от 15 января 2022 г.

ПЕРВЫЙ



23.55 «ОТЕЛЬ «ГРАНД БУДАПЕШТ». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 Умницы и умники. (12+)
09.45 Слово пастыря. (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.20 К юбилею Льва Лещенко. (12+)
11.30 Новости (с субтитрами)
11.45 Олимпийские зимние игры 2022 г. В Пекине. Биатлон
13.20 «Лихая музыка атаки». (12+)
14.25 Видели видео? (6+)
16.15 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
17.50 Сегодня вечером. (16+)
19.50 Премьера. Юбилейный концерт Льва Лещенко «Созвездие Льва». (12+)
21.00 Время
21.20 Премьера. «Созвездие Льва». (12+)
22.55 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. В Пекине. (0+)
23.55 «ОТЕЛЬ «ГРАНД БУДАПЕШТ». (16+)
01.40 Наедине со всеми. (16+)

ТВЦ

- 05.25 «НОЖ В СЕРДЦЕ».** (12+)
07.20 Православная энциклопедия. (6+)
07.45 «Фактор жизни». (12+)
08.20 «Королевы комедий». (12+)
09.15 «Москва резиновая». (16+)
10.00 «Самый вкусный день». (6+)
10.50 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (0+)
11.30 14.30 23.45 События
11.45 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (0+)
13.20 14.45 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (12+)
17.40 «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.15 «Право знать!» (16+)
00.00 «90-е. Ликвидация шайтанов». (16+)
00.50 «Прощание». (16+)
01.35 Специальный репортаж. (16+)
02.00 «Хватит слухов!» (16+)
02.30 Хроники московского быта. (12+)
05.15 «Закон и порядок». (16+)
05.45 Петровка, 38. (16+)

РОССИЯ 1



09.00 «Пятеро на одного»

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «Формула еды». (12+)
09.00 «Пятеро на одного»
09.50 Сто к одному
10.45 XXIV Зимние Олимпийские игры в Пекине. Лыжные гонки. Женщины 7, 5 км / 7,5 км Скиатлон
11.45 Вести
12.15 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
13.20 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 «НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ НАЗАД». (12+)
Лера - добрая и отзывчивая девушка, работает медсестрой. Однажды судьба сводит её с Артуром, богатым наследником строительной компании
01.10 «СЛИШКОМ КРАСИВАЯ ЖЕНА». (12+)
04.27 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА

- 05.00 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ».** (12+)
06.40 08.15 «ЦАРЕВИЧ ПРОША». (6+)
08.00 Новости дня. (16+)
08.40 «Морской бой». (6+)
09.45 «Крузи-контроль». (12+)
10.15 «Легенды музыки». (12+)
10.45 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
11.35 «Война миров». (16+)
12.30 «Не факт!» (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.15 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным». (12+)
14.05 «Легенды кино». (12+)
14.40 «МУР ЕСТЬ МУР!» (16+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.15 «Задело!» с Николаем Петровым. (16+)
18.30 «МУР ЕСТЬ МУР!» (16+)
00.00 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
01.30 «ПРОПАЖА СВИДЕТЕЛЯ». (6+)
03.00 «ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ». (6+)
04.30 «О НЕМ». (16+)

5



10.00 «СВОИ-2». (16+)

- 05.00 «СЛЕД».** (16+)
06.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.00 Светская хроника. (16+)
10.00 «СВОИ-2». (16+)
13.20 «СЛЕД». (16+)
Идеальных преступлений не бывает. После каждого остаются следы. Иногда эти следы бросаются в глаза. Иногда их можно найти только с помощью специальных приборов. Приборов много, каждый предназначен для чего-то одного. А людей, которые умеют ими управлять мало. Это - сотрудники «Федеральной Экспертной Службы», оказывающие уникальную помощь в раскрытии преступлений. В лаборатории ФЭС собраны лучшие кадры. Исследуя улики они направляют следствие и изобличают преступников
00.00 «Известия. Главное». (16+)
00.55 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)

ОТР

- 07.25 «Фигура речи». (12+)
07.50 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+)
08.20 «За дело!» (12+)
09.00 16.50 Календарь. (12+)
09.55 14.35 «Среда обитания». (12+)
10.20 «Новости Совета Федерации». (12+)
10.30 «Дом «Э». (12+)
11.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.05 Специальный проект ОТР «Отчий дом». (12+)
11.15 13.05 01.35 «ЧУДОТВОРЕЦ». (12+)
15.05 Большая страна. (12+)
16.00 05.05 «ОТражение» с Дмитрием Лысковым. (12+)
17.45 «Книжные аллеи». (6+)
18.10 19.05 Международный конкурс русского романа «Романсиада». (12+)
19.55 «Очень личное». (12+)
20.35 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)
22.45 Спектакль «Корабль влюбленных». (12+)
00.05 «ЦЫГАН». (6+)

НТВ



09.25 Едим дома. (0+)

- 05.00 ЧП. Расследование. (16+)
05.25 «МОЛОДОЙ». (16+)
07.20 Смотр. (0+)
08.00 Сегодня
08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
08.50 Поедем, поедим! (0+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.00 Сегодня
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.05 Однажды... (16+)
14.00 Своя игра. (0+)
15.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.20 Ты не поверишь! (16+)
21.20 Секрет на миллион. (16+)
23.25 «Международная пилорама». (16+)
00.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.35 Дачный ответ. (0+)
02.25 «СТРОЙКА». (16+)

РЕН

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
06.55 «РАЗБОРКА В БРОНКСЕ». (16+)
08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
12.00 «Наука и техника». (16+)
13.05 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
14.05 «СОВБЕЗ». (16+)
15.05 «Документальный спецпроект». (16+)
16.10 «Засекреченные списки». (16+)
17.10 «ВЕДЬМИНА ГОРА». (12+)
19.10 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
21.30 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
23.55 «ЧАС РАСПЛАТЫ». (16+)
02.10 «V» ЗНАЧИТ ВЕНДЕТТА». (16+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



16.20 «ВЫЛЕТ ЗАДЕРЖИВАЕТСЯ»

- 07.05 «Птичка Тари». «Конек-Горбунок»
08.30 «СУРОВЫЕ КИЛОМЕТРЫ»
10.00 «Обыкновенный концерт»
10.25 «Передвижники»
10.55 «ТРЕМБИТА»
12.30 «Эрмитаж»
12.55 01.15 «В царстве белого голового лангура»
13.50 «Эффект бабочки»
14.20 Церемония вручения VII Всероссийской премии «За верность науке»
16.20 23.55 «ВЫЛЕТ ЗАДЕРЖИВАЕТСЯ»
17.40 «Ксения - дочь Ксении...» 100 лет со дня рождения Ксении Марининой
18.20 «Старший сын» молодого драматурга
19.00 «Отцы и дети»
19.30 «Энциклопедия загадок»
20.00 «ПРОФЕССИЯ: РЕПОРТЕР»
22.00 «Агора»
23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
02.10 «Искатели»

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.15 «БЕТХОВЕН-4». (0+)
12.15 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)
14.30 «ПРИЗРАК». (16+)
17.00 «АГЕНТ 007: ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА». (12+)
19.30 «АГЕНТ 007: И ЦЕЛОГО МИРА МАЛО». (16+)
22.30 «ШИРОКО ШАГАЯ». (12+)
После службы в армии США домой возвращается Крис Вон, сержант спецназа. Он приезжает в родной городок, рассчитывая заняться работой на лесопилке, где прежде был занят его отец. Бывший солдат видит, что некогда уютный и спокойный город превратился в притон наркоторговцев. Прежний шериф, как говорят, погиб при аварии, а нынешний сквозь пальцы смотрит на террор преступников
00.00 «ЛОГОВО МОНСТРА». (18+)
02.00 «ЛИХОРАДКА». (18+)

СТС



21.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.35 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Не дрони! (16+)
10.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.55 «Дом-монстр». (12+)
13.45 «Рио-2». (0+)
15.40 «Кунг-фу Панда». (6+)
17.35 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
19.15 «Кунг-фу Панда-3». (6+)
21.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (12+)
23.00 «ПАРНИ СО СТВОЛАМИ». (18+)
01.15 «ОПАСНЫЕ ПАССАЖИРЫ ПОЕЗДА 1 2 3». (16+)
03.05 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
04.35 «6 кадров». (16+)

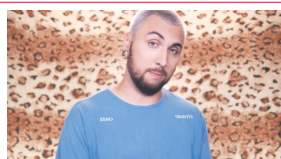
ДОМАШНИЙ

- 06.30 «Предсказания: 2022». (16+)
07.05 «У ПРИЧАЛА». (16+)
Марина приезжает в родной дом после многолетней ссоры с семьёй, и в эту же ночь её отец погибает. Подозрения в убийстве, ревность сестры, предательство мужа и встреча с первой любовью заставляют Марину по-другому взглянуть на свою жизнь
10.50 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)
История любви Тимура и Наны растянулась на двадцать лет. Они могли бы быть счастливы, но расстались из-за рокового недоразумения. Она вышла замуж за его близкого друга Андрея, сына прокурора, и стала врачом. Тимур так и не понял, что послужило причиной расставания
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
23.25 «УКУС ВОЛЧИЦЫ». (16+)
03.00 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)
06.10 «КОРЗИНА ДЛЯ СЧАСТЬЯ». (16+)



13.00 «ФИЗРУК». (16+)

07.00 «TNT. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
13.00 «ФИЗРУК». (16+)
Премьера! Марафон первого сезона нашумевшего сериала. Ещё вчера Фома был криминальным авторитетом, а сегодня - работает на государство, устраиваясь в общеобразовательную школу учителем физкультуры. Вот только бандитские замашки у Фомы никуда не делись, а ведь с детьми нужно быть аккуратнее
21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
23.00 «Женский стендап». (16+)
00.00 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)
01.40 «Импровизация». (16+)
04.05 «Comedy Баттл». (16+)
04.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)



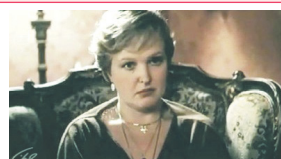
14.00 «+100500». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.20 Летучий надзор. (16+)
Елена Летучая снова начинает войну против несправедливости. На этот раз под прицелом недоброкачественные сервисы, производители продуктов и товаров, которыми мы пользуемся ежедневно. В каждом выпуске проекта «Летучий надзор» Елена будет рассказывать о правах и обязанностях производителей продуктов питания и прочих товаров
07.10 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
13.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Улётное видео. (16+)
18.30 Улётное видео. Топ-35. (16+)
19.30 Улётное видео. (16+)
21.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 iТопчик. (16+)
01.30 Улётное видео. (16+)



09.25 Все на Матч!

07.00 09.20 09.50 11.20 13.40 18.30 22.30 Новости
07.05 16.35 XXIV Зимние Олимпийские игры. Хоккей. Женщины
09.25 12.55 18.35 00.45 Все на Матч!
09.55 XXIV Зимние Олимпийские игры. Церемония открытия. (0+)
11.25 XXIV Зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт
13.45 XXIV Зимние Олимпийские игры. Прямая трансляция
19.10 01.15 XXIV Зимние Олимпийские игры. (0+)
20.25 Футбол. «Бавария» - «Лейпциг». Прямая трансляция
22.40 Футбол. Прямая трансляция
02.55 Новости. (0+)
03.00 Смешанные единоборства. Дж. Херманссон - Ш. Стрикланд. UFC. Прямая трансляция



14.20 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (16+)

06.55 «ЧУЖАЯ ЖЕНА И МУЖ ПОД КРОВАТЮ». (16+)
08.15 «Слово в образе». (12+)
08.35 «Нетрудный подросток». (12+)
09.05 «Не по-детски». (6+)
09.20 «Азбука петербуржца». (6+)
09.25 «Зона особого внимания». (16+)
10.00 «Пульс города». (12+)
11.00 13.00 15.00 18.00 Новости. (16+)
11.10 «Петр Первый». (6+)
11.30 «Культурная эволюция». (16+)
12.35 13.50 Малые родины. (6+)
13.15 «Время суток». (16+)
14.20 15.15 18.20 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (16+)
19.00 «Итоги недели». (16+)
19.55 «В ритме Петербурга». (12+)
20.55 «Другая команда». (6+)
21.10 «Театральная гостиная». (16+)
22.45 «КУМИР». (16+)
05.40 «ОДИССЕЯ КАПИТАНА БЛАДА». (12+)



21.00 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!». (16+)

07.30 «ПОДКИДЫШ». (6+)
09.00 Чужие в городе. (12+)
09.50 «КАК ПОССОРИЛСЯ ИВАН ИВАНОВИЧ С ИВАНОМ НИКИФОРОВИЧЕМ». (0+)
11.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
11.15 «Осенний обед». (12+)
11.45 «Россия вне зоны доступа». (12+)
12.30 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)
14.10 15.15 «ТЕСТ НА ЛЮБОВЬ». (12+)
17.30 «Концерты Михаила Задорнова». (16+)
19.15 «Человек-невидимка». (16+)
20.10 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)
21.00 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!». (16+)
22.35 «ПОЦЕЛУЙ СКВОЗЬ СТЕНУ». (16+)
00.05 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ НЕРВНОГО СРЫВА». (16+)
01.35 «Би-2 «Горизонт событий». Концерт. (12+)



16.05 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)
08.30 «Зверопитер». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 18.00 «Известия 78». (12+)
12.15 «Хороший день». (12+)
13.15 «Большой Хоха». (12+)
13.45 «Автограф». (12+)
14.15 22.00 «Легенды советского сыска». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «Прогноз погоды». (12+)
16.05 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)
18.15 «КАПИТАН ПОЛИЦИИ МЕТРО». (16+)
20.15 «Кавалеры ордена Александра Невского». (12+)
20.30 «Другой Петербург». (16+)
21.00 «Происшествия». (16+)
01.00 «Сражения с Наполеоном». (12+)
03.20 «Легендарные воздушные суда». (12+)

ЦВЕТОВОДСТВО

Арундинария – многолетнее растение, которое можно встретить в Японии и Китае.

Относится к семейству злаковых, но более нам знакома как бамбук. Неприхотлива, растет быстро. Правда, в домашних условиях в зависимости от разновидности вырастает обычно до метра, иногда и до трех метров.

Освещение

Растению требуется рассеянный свет. Лучше всего разместить ее на восточном или западном окне. Можно также использовать южные окна, но с обязательным притенением.

Температура

В идеале – 18-20 градусов в летнее время с понижением, до 15 градусов, зимой. Можно также разместить растение на утепленной, но неотапливаемой лоджии, где температура не опускается ниже 10 градусов.

Арундинария, или знакомый бамбук



Полив

Арундинария любит обильный полив. Особенно в весенне-летний период, когда погода жаркая. Нельзя допускать полного пересыхания земляного кома. Излишек воды из поддона обязательно сливайте. В зимнее время при прохладном содержании количество поливов сокращают, но опять же, не допуская пересыхания земли в горшке.

Обрезка

В принципе, арундинарии обязательная обрезка не требуется. Если только время от времени прищипывание молодых побегов для лучшего ветвления. И еще важно удалять засохшие листья и стебли. Они портят декоративность и могут послужить источником размножения вредителей и вредных бактерий.

Влажность

Арундинария растет на берегах озер и рек, где влажность воздуха высокая. В домашних условиях вы можете ежедневно опрыскивать растение из пульверизатора, включить увлажнитель воздуха или разместить горшок с растением на поддоне с влажной галькой и регулярно ее смачивать.

Самый быстрый

Бамбук относится к самым быстрорастущим растениям. Он может вырасти на 10 см за день. Некоторые его разновидности вырастают до метра за день, то есть на 1 мм за 2 минуты. Рекордный зафиксированный за сутки рост – на 1,2 м.

Пересадка и подкормка

Корневая система арундинарии разрастается довольно быстро, поэтому желательно пересаживать ее ежегодно. Самый оптимальным будет широкий и глубокий горшок. Во время пересадки можно отделить побег и посадить его в отдельную емкость. Арундинария очень легко укореняется. Пересаживание лучше осуществлять в весенние месяцы. Весной и летом растения подкармливают дважды в месяц. Хороши удобрения, содержащие фосфор для лучшего развития корневой системы и азот для наращивания листьев.

Детали

Бамбук – очень популярное растение. У него жесткая и плотная древесина, из которой часто строят дома, плоты и лодки, мебель, посуду. Из бамбука делают красивые текстурные обои, даже изготавливают пряжу и делают ткань. Молодые побеги бамбука употребляют в пищу.

– Я принёс тебе букетик одуванчиков. Как же трудно донести его на таком ветру!



Бамбук используют в народной медицине, так как в нем содержится большое количество полезных веществ для волос и кожи.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.45 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (16+)
11.50 «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (12+)
13.05 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (12+)
14.30 «КОМЕДИЯ ДАВНО МИНУВШИХ ДНЕЙ». (12+)
16.00 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
17.50 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
20.35 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (16+)
23.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
01.00 «АКСЕЛЕРАТКА». (12+)
02.25 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (16+)
03.55 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
05.30 «ПЫШКА». (12+)

TV1000

- 05.20 «СДЕЛАНО В АМЕРИКЕ». (16+)
07.10 «ТУТСИ». (16+)
09.25 «ЧЕЛОВЕК ДОЖДЯ». (16+)
12.00 «ВЫБОР КАПИТАНА КОРЕЛЛИ». (16+)
14.20 «ДЮНКЕРК». (16+)
16.15 «ПЕРАГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
19.00 «ЗЕЛЁНАЯ МИЛЯ». (16+)
США, 1999 г. В ролях: Том Хэнкс, Дэвид Морс, Бонни Хант, Майкл Кларк Данкан, Джеймс Кромуэлл
22.25 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
США, 1994 г. В ролях: Том Хэнкс, Робин Райт, Салли Филд, Гэри Синиз
01.05 «ДЮНКЕРК». (16+)
02.45 «ВРАГ У ВОРОТ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 06.10, 07.20 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
08.35 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
10.10 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
11.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
13.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
14.35 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
16.20 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
18.10 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
20.00 «2 ДНЯ». (16+)
21.40 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
23.05 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!». (16+)
00.35 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)

ДОМ КИНО

- 06.05 «Ералаш». (6+)
06.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
08.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
09.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
11.10 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
12.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
14.05 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
15.20 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «ПРИЗРАК». (6+)
02.50 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)
04.30 «БАБЛО». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 03.05 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
05.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
06.45 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
08.15 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
09.40 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
11.15 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
13.00 «ЧТЕЦ». (16+)
14.55 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
16.15 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
17.35 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
19.10 «ОТКРЫТАЯ ДОРОГА НА ЗАД». (16+)
20.30 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
22.15 «НАПРОЛОМ». (16+)
23.40 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.55 «НЯНЬКИ». (16+)
08.30 «ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)
10.10 «ДОМОВОЙ». (6+)
12.00 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
13.30 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
15.15 «КОРПОРАТИВ». (16+)
16.55 «ПРЕДОК». (16+)
18.20 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
19.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
21.10 «НЯНЬКИ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.
22.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
Комедия, криминал, приключения, Россия, 2016 г.
00.25 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
02.05 «ПРЕДОК». (16+)
03.25 «СПИТАК». (16+)
05.00 «ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.40 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГ». (18+)
03.05 «БАНДИТКИ». (16+)
04.35 «НАЧАЛО ВРЕМЯ». (16+)
06.20 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
08.05 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА». (16+)
10.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
11.50 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)
13.45 «МОЙ ШПИОН». (6+)
15.35 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (12+)
17.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
19.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
21.20 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)
23.10 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)

РОДНОЕ КИНО

- 01.00, 03.05 «НЕ ПОКИДАЙ». (12+)
04.30, 05.45, 07.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+)
08.15 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
09.55, 11.10 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
12.30 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
14.10 «КАШЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ». (6+)
15.25 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (16+)
17.00 «ВОЛКОВА». (16+)
Боевик, СССР, 1991 г.
19.00 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
Комедия, Франция, 1986 г.
20.40 «ПАПАШИ». (16+)
Комедия, Франция, 1983 г.
22.25 «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА». (6+)

СУББОТА!

- 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
05.45 «Маши и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.55, 13.50, 14.55 Свекровь или невестка. (16+)
16.00, 16.55, 17.50, 18.40, 19.35, 20.25, 21.20, 22.15 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
Сериал. Драма, США, 2004-2012 гг.
23.15, 23.40, 00.05, 00.40, 01.05, 01.35, 02.00, 02.25, 02.45, 03.05, 03.30, 03.50, 04.10, 04.35 Оденсья к свадьбе. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
12.00, 20.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Сериал. Лирическая комедия, Россия, 2011 г. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев, Мария Аронова
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (12+)
00.05 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
Сериал. Спортивная драма, Россия, 2019 г.
01.10 Сердца за любовь. (16+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

- 10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МАЛЬБЕЗЕ». (16+)
Сериал. Боевик, криминальная драма, Италия, 2017 г.
11.00, 19.00, 03.00 «ЮНКЕР». (12+)
12.30, 20.30, 04.30 «ТРАССА 60». (18+)
Фантастика, приключения, Канада, США, 2001 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ГИВ МИ ЛИБЕРТИ». (18+)
Драма, комедия, США, 2019 г.
16.25, 00.25, 08.25 «КРОЛИЧЬИ НОРЫ». (16+)
Драма, США, 2010 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (0+)
06.00 Все, как у людей. (6+)
06.15 Мультфильмы. (0+)
06.25 «АРАЖ». (12+)
08.30 Исторический детектив с Николаем Валугевым. (12+)
09.00 Слабое звено. (12+)
10.00 Погода в мире
10.10 «Ты - мне, я - тебе». (0+)
11.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ». (16+)
Сериал. Военный фильм, Россия, Украина, 2007 г.
16.00 Новости
16.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ». (16+)
19.00 Новости
19.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ». (16+)
21.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. КРЫМ». (16+)
В основу сериала положены события Великой Отечественной войны - противостояние фашистской разведки и советской контрразведки во время подготовки к ялтинской конференции встреч глав государств-союзников.
04.30 Мультфильмы. (0+)

ПОБЕДА

- 06.30 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
08.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
10.30 «СПАСТИ ИЛИ УНИЧОЖИТЬ?». (16+)
14.10 «ОБНИМАЯ НЕБО». (16+)
1980-е годы. В Забайкальский военный гарнизон переезжает семья Луговых: подполковник Андрей, его жена Марина и их пятнадцатилетняя дочь Женя. С первого взгляда девочка влюбляется в своего одноклассника, Ваню Котова, мальчишку, мечтающего стать летчиком. Выясняется, что их чувства взаимны. Женя и Ваня обещают любить друг друга всю жизнь и никогда не расстаться. Но судьба решает по-своему: череда несчастий разлучает влюбленных, и они теряют друг друга...
01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
02.50 «КРАЙ». (16+)
04.50 «В ДАЛЕКОМ СОРОК ПЯТОМ... ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и Решка. Россия. Якутия. (16+)
05.50 Орел и Решка. Россия. Сочи (субтитры). (16+)
06.30 Орел и Решка. Россия-3. Республика Алтай (субтитры). (16+)
07.30 Гастротур. (16+)
Дмитрий Левицкий отправился на Алтай, чтобы исследовать местную кухню.
09.00 Орел и Решка. Незданное. (16+)
10.00 На ножах. (16+)
11.00, 12.00, 13.00 На ножах (субтитры). (16+)
14.10 Мир наизнанку. Южная Америка (субтитры). (16+)
15.10, 16.10, 17.20, 18.30 Мир наизнанку. Бразилия (субтитры). (16+)
19.40, 20.50, 21.50, 22.50 Мир наизнанку. Китай (субтитры). (16+)
23.50 Дикари. Вьетнам (субтитры). (16+)
00.40 Дикари. Камбоджа (субтитры). (16+)
01.20 Дикари. Бангладеш (субтитры). (16+)
02.40 Дикари. Непал. (16+)
03.30 Мир за бесплатно (субтитры). (16+)

Ю

- 05.45 Папа поплал. (12+)
09.20 Беременная в 16. (16+)
12.25 Чадо из ада. (12+)
Реалити, в котором избалованного ребенка из богатой семьи родители отправляют на перевоспитание в простую дружную семью, где подросток будет жить самой обычной жизнью и выполнять все правила, заведенные в принимающей семье.
16.50 Беременная в 16. (16+)
В новом сезоне нашумевшего реалити о подростковой беременности еще более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и стать счастливыми?
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
01.05 Ю-кино. «СЕМЬЯНИН». (16+)
03.20 Папа поплал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
01.10 Из истории советского периода. (6+)
01.40 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Огненная дуга. (12+)
03.00 Историкограф. (12+)
03.50 Обыкновенная история. (6+)
04.00 Историада. (12+)
05.00 Историкограф. (12+)
05.50 Обыкновенная история. (6+)
06.00 Албазинские сказки. (12+)
07.10 Пешком по Москве. (6+)
07.25 Меценаты России. (6+)
08.00, 08.50 Ступени Победы. (12+)
09.40 История Великой хартии вольностей. (12+)
10.40 Подземная Италия. (12+)
11.50 Семь дней истории. (12+)
12.00 Историада. (12+)
13.00 Тайное становится явным. (12+)
13.20 Непокорённые. (12+)
14.10 Историкограф. (12+)
14.55 Не квартира - музей. (12+)
15.15 «ЕРМАК». (12+)
17.50 Пешком по Москве: Пятницкая от Садового кольца. (6+)
18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
20.00, 21.45 «НАПОЛЕОН». (16+)
Сериал. Военный фильм, биография, приключения, драма, история, Франция, Канада, 2002 г.
23.35 Пешком по Москве: Набережные. (6+)

VIASAT HISTORY

- 06.10, 06.55 Очень странные экспонаты. (12+)
07.40 Тайны музеев: Национальный морской музей, Лондон. (12+)
08.25 Тайны музеев: Версаль. (12+)
09.15 Тайны музеев: Бардо, Тунис. (12+)
10.00 Музейные тайны: Танцующая чума. (16+)
10.45 Сибирская одиссея. (6+)
11.45 Охота на гиппопотамов Эскобара. (12+)
12.40 Открытие мамонта. (12+)
13.35, 14.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
15.10 Покинутые места: Тени СССР. (12+)
16.10 Покинутые места: Забытая империя. (12+)
17.05 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
18.05 Древний апокалипсис: Догтерленд. (16+)
19.00 Древний апокалипсис: Содом и Гоморра. (16+)
19.55 Древний апокалипсис: Затерянный город Телика. (16+)
21.00, 21.50 Титаник: истории из глубины. (12+)
22.35, 23.25, 00.15 Тайны музеев. (12+)
01.00 Музейные тайны: Танцующая чума. (16+)
01.40, 02.35, 03.25 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)
04.20, 05.00 Музейные тайны. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

- 06.00, 06.25 Как побеждать во всем. (16+)
06.45, 07.15 Зона строительства. (16+)
07.45 Секунды до катастрофы. (16+)
08.30, 09.25 Мегазаводы. (16+)
10.15 Мера-спом. (16+)
11.15, 12.10 Дикарь туец: Север против Юга. (16+)
13.00, 13.55 Суперсооружения Третьего рейха. (16+)
14.45, 15.40 Настоящий суперкар. (16+)
16.35 Антарктика. (16+)
17.35, 18.30 Опасные путешествия. (16+)
19.30 Древний Китай с высоты птичьего полета. (16+)
20.10, 20.35 1989: Год, сотворивший современный мир. (16+)
21.00 80-е: десятилетие, которое сотворило нас. (16+)
21.50, 22.20 1989: Год, сотворивший современный мир. (16+)
22.45 2000-е: Величайшие трагедии. (16+)
23.40 Небесные герои: Непобедимая 8-я воздушная армия. (16+)
01.15 Немецкая армия Черчилля. (16+)
02.00, 02.50 Авто-SOS. (16+)
03.35 Авто-SOS, лучшее. (16+)
04.20 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
05.05, 05.25, 05.40 Научные глупости. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

- 06.00, 09.55, 14.00, 18.00, 22.10, 02.25 Тихая моя родина. (12+)
06.35, 10.30, 14.30, 18.35, 22.40, 02.55 Свечной заводик. (12+)
06.50, 10.45, 14.45, 18.50, 23.00, 03.10 Спылу с жару. (12+)
07.00, 11.05, 15.05, 19.10, 23.15, 03.25 Гордость России. (6+)
07.30, 15.35, 19.40, 23.45, 03.50 Прогулка по саду. (12+)
08.00, 12.05, 20.10, 00.15, 04.20 Чай вдвоем. (12+)
08.20, 12.25, 16.30, 20.30, 00.35, 04.35 Не просто суп! (12+)
08.35, 12.40, 16.40, 20.45, 00.55, 04.45 Домоводство. (12+)
08.55, 12.55, 16.55, 21.05, 01.10, 05.05 Стройплощадка. (12+)
09.25, 21.40, 01.40, 05.35 Дети на даче. (12+)
11.35, 17.30 Огород круглый год. (12+)
13.30 Агротуризм. (12+)
Многим горожанам в наши дни надоела городская жизнь, но они еще не готовы полностью от нее отказаться. Лучший выход из создавшегося положения предлагают наши герои - приехать к ним на ферму, поближе ознакомиться с фермерской жизнью, а заодно и ... помочь немного по хозяйству.
16.10 Нетипичный огород. (12+)
02.10 50 оттенков желе. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 06.00, 07.00, 09.05, 10.05, 11.10, 12.10, 13.10, 14.10, 15.10, 16.15, 17.15, 18.15, 19.15, 20.15, 21.15, 22.15, 23.10, 00.15, 01.15, 02.10, 03.10, 04.10, 05.05 Оружейные дома Европы. (16+)
Путешествия по старым европейским городам, журналист Сергей Александрович побывает на уникальных семейных оружейных предприятиях, познакомится с их историей и покажет зрителю, как рождаются ружья известных в мире марок.
06.30, 07.30, 08.35, 09.35, 10.35, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.45, 17.45, 18.40, 19.40, 20.45, 21.45, 22.45, 23.45, 00.45, 01.40, 02.40, 03.40, 04.40, 05.35 Рыбный день. (16+)
08.00 На рыбалку с охотой. (12+)
Темы, волнующие зрителя канала «Охота и рыбалка», можно перечислять бесконечно: нормативные документы, открытия и закрытия сезонов, новинки рынка, рейды против браконьерства, вести с водоемов и охотхозяйств, соревнования по рыболовному спорту, анонсы и репортажи о выставках, фестивалях и мастер-классах. ... Об этом и многом другом охотники и рыболовы узнают из еженедельной новостной программы «На рыбалку с охотой».

ЖИВИ!

- 00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
Все, что нужно для стройности - это 15 минут дыхательной гимнастики с главным тренером страны по бодифлекс и оксисайз Мариной Корпан.
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шапат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

ANIMAL PLANET

- 06.00 Секреты природы. (12+)
06.25 Дома для животных. (12+)
07.10 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.05 Адская кошка. (12+)
09.00 Незвезданная Мексика. (12+)
09.55, 10.50, 11.45, 12.40 Меконг: душа реки. (12+)
13.35 Адская кошка. (12+)
14.30 Зоопарк Ирвинов. Свадьба Бинди. (12+)
Бинди и Чандлер готовятся к самому счастливому дню в их жизни. Но эпидемия коронавируса вынуждает их в корне поменять планы всего за несколько недель до знаменательного события.
15.25, 16.20 Смертельные острова. (16+)
17.15 Смертельные острова: Чёртов остров. (12+)
18.10 Правосудие Луизианы. (16+)
19.05 Зоопарк. (12+)
20.00 Франк в Африке. (16+)
20.55, 21.50, 22.45, 23.40 Дома на деревьях. (12+)
00.35, 01.24, 02.12 Осторожно, опасные животные. (16+)
03.00 Живой или вымерший. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00 Багажные войны. (12+)
06.25, 06.50, 07.20, 07.45, 08.15, 08.40 Как это устроено? (12+)
09.10, 09.35 Трое мужчин, четыре колеса. (12+)
10.05 Охотники за старьем: классические авто. (12+)
11.00 Большие грязные гонки. (12+)
Грязная семёрка - команда лучших гонщиков из Центральной Флориды - соревнуется с командами со всей Америки на специальном грязевом стадионе.
11.55 Охотники за старьем. (12+)
12.50 Металлоломщики. (12+)
13.45, 14.10, 14.40, 15.05, 15.35, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25, 17.50 Короли аукционов. (12+)
18.20 Золотая лихорадка. (16+)
Старатели возвращаются на Юкон в надежде озолотиться.
20.10 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+)
21.05 Махинаторы. (12+)
22.00, 22.55, 23.50, 00.45 Махинаторы: машина мечты. (12+)
01.40 Махинаторы. (12+)
02.27, 02.51, 03.14, 03.38, 04.01, 04.25 Багажные войны. (12+)
04.48 Идрис Эльба: без тормозов. (12+)
05.35 Багажные войны. (12+)

TLC

- 06.00, 06.25 Оденсья к свадьбе: Австралия. (12+)
06.50, 07.16, 07.42, 08.09 Оденсья к свадьбе: Атланта. (12+)
08.36, 09.03 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
09.30, 09.57, 10.24, 10.51, 11.18, 11.45, 12.12, 12.39 Дом в Скалистых горах. (12+)
13.06 Большие сестры. (16+)
14.00 Семья Шантель. (16+)
14.54 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
16.42 Свекровь-соперница. (16+)
17.36, 19.24 Я вешу 300 кг. (16+)
21.12 В большом теле. (16+)
22.06 Верните мне волосы. (12+)
23.00 Большие сестры. (16+)
23.54 Меня зовут Джоз. (18+)
00.47 Аномалии тела. (18+)
У девятилетнего мальчика быстро растёт шея, и время идет на минуты. В теле маленького ребенка скрывается организм 30-летней женщины.
01.36 Аномалии тела. (16+)
02.25 Аномалии тела. (18+)
03.13 Измены. (18+)
03.38, 04.02, 04.26, 04.50 За что мне такое тело? (16+)
05.14 Свекровь-соперница. (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 XXIV Зимние Олимпийские игры. Церемония открытия. (0+)
 - 07.50, 10.00, 13.00 Новости
 - 07.55 Время первых. (12+)
 - 08.15 XXIV Зимние Олимпийские игры. Фигурное катание. (0+)
 - 10.05 Баскетбол. Евролига в Москве. (12+)
 - 10.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
 - 12.15 Вид сверху. (12+)
 - 12.45 Спорт. Истоки. (12+)
 - 13.05 Страна смотрит спорт. (12+)
 - 13.35, 19.55 Страна. Live. (12+)
 - 13.55 XXIV Зимние Олимпийские игры. Шорт-трек. Прямая трансляция
 - 16.40 XXIV Зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт. (0+)
 - 17.55 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. Прямая трансляция
 - 20.15, 21.30, 00.50, 01.55, 03.10 XXIV Зимние Олимпийские игры. (0+)
 - 23.25 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)
- EUROSPORT 1**
- 00.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Женщины. Финал. (6+)
 - 01.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Обзор. (6+)
 - 02.30 Велоспорт. «Джиро д'Италия». Обзор. (16+)
 - 03.30, 05.00 Теннис. Australian Open. Женщины. Финал. (6+)
 - 07.00 Тележурнал Wheels & Heels. (16+)
 - 07.30 Автоспорт. ETCR. Обзор сезона. (16+)
 - 08.30 Велоспорт. Тур Ломбардии. Мужчины. (16+)
 - 10.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Женщины. Полуфинал. (6+)
 - 12.00, 17.00, 21.30 Формула Е. е-При Эд-Диръи. 2-я гонка. (16+)
 - 13.00, 16.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор. (16+)
 - 14.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Мужчины. Полуфинал. (6+)
 - 18.00 Теннис. US Open. Женщины. Финал. (6+)
 - 19.30 Велоспорт. Париж-Рубе. Мужчины. (16+)
 - 22.30 Теннис. US Open. Мужчины. Финал. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
 - 14.30 Лайкер. (16+)
 - 16.00 Хорошо быть кисюю: лакшери-жизнь звездных питомцев. (16+)
 - 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
 - 19.00 Жара Фест-2021. (16+)
 - 21.15 Музыкальная премия «Новое Радио Awards-2021». (16+)
 - 23.20 Танцпол. (16+)
 - 00.20 Муз'итив. (18+)
 - 02.00 Наше. (16+)
 - 03.00 Караокинг. (16+)
- МУЗ**
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
 - 06.15, 08.40 PRO-новости. (16+)
 - Мы знаем о звездах всё!
 - 06.35, 12.30 TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)
 - 09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
 - 10.00, 18.00 Прогноз по году. (16+)
 - 11.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

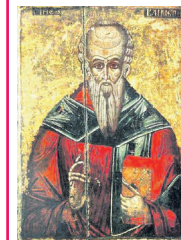
- МУЛЬТ**
- 06.00 «Смешарики». (0+)
 - 06.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 07.00 «Время малышей». (0+)
 - 08.00, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00 «Монсики». (0+)
 - 10.00 «Енотки. Ключи и дверь». (0+)
 - 11.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 12.05 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Быстрее ветра». (0+)
 - 12.15 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Вперёд, в будущее!» (0+)
 - 12.20 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
 - 12.25 «Аленький цветочек». (0+)
 - 13.10, 21.25 «Тайны Медовой долины». (0+)
 - 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
 - 18.00 «Четверо в кубе». (0+)
 - 18.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 19.00 МУЛЬТпреьера! (0+)
 - 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.00 «Барбоскины». (0+)
- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
 - 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 - 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 - 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
 - 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
 - 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
 - 07.50 «Алиса знает, что делать!» (6+)
 - 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
 - 11.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
 - 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 - 11.55 «Маленький принц». (6+)
 - 15.55 «Мы - монстры». (6+)
 - По воле могущественного Дракулы семейка Уишбоунов сталкивается с «монстрическими» проблемами.
 - 17.55 «Ая и ведьма». (6+)
 - 19.30 «Университет монстров». (6+)
 - 21.35 «Ведьмина служба доставки». (6+)
 - 23.45 «ИНСПЕКТОР ГАДЖЕТ-2». (6+)
 - 01.25 «ФЛАББЕР». (0+)
 - 02.50 «ТАЙНА ВОЛШЕБНОЙ ТЫКВЫ». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Буба». (6+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Малышарики идут в детский сад». (0+)
 - 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
 - Сегодня на кухне - повар-модельер Алина! Чем люди отличаются от животных, зачем белке майонез, и почему лучше быть ребёнком? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
 - 09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
 - 09.50 «Супер МЯУ». (0+)
 - 11.00 «Семья на ура!» (0+)
 - 11.30 «Поезд динозавров». (0+)
 - 13.00 «Зелёный проект». (0+)
 - 13.25 «Монсики». (0+)
 - 15.20 «Ералаш». (6+)
 - 16.50 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 - 19.20 Семейное кино. «Руби и Повелитель воды». (6+)
 - Божья коровка по имени Руби живёт в стеклянной банке в лаборатории. Вместе со стрекозой Повелителем воды они мечтают о том, что бы то ни стало отправиться в путешествие в загадочную страну - Золотой каньон. Но добраться туда можно только на волшебной гигантской птице. ... В опасном и увлекательном приключении нашим героям предстоит победить злобную ящерицу и уйти от погони королевских ос. И всё это - ради мечты!
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 Семейное кино. «Огонёк-Огниво». (6+)
 - Жизнь доброго бедного Гончара меняется, когда он находит огниво - магический предмет, который делает своего владельца сказочно богатым, но взамен насылает страшное проклятие. Огниво когда-то принадлежало королеве, и теперь она готова на любое коварство, лишь бы вернуть этот источник молодости и богатства.
 - 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
 - 22.40 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)
 - 23.25 «Ералаш». (6+)
 - 01.05 «Смешарики». (0+)
 - 03.00 «Лунтик». (0+)
- УНИКУМ**
- 07.15 «Тайна Сухаревой башни». (6+)
 - 08.00, 12.38, 18.40 Мультфильмы. (6+)
 - 08.14, 09.14, 13.28, 21.35 «Веселая карусель». (0+)
 - 08.31, 12.52, 13.00, 18.16, 18.49 Мультфильмы. (0+)
 - 09.28 «Джони-бони-бо». (12+)
 - 09.42 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 10.50 «Бобр добр». (0+)
 - 11.40, 17.18 «Богатырята». (6+)
 - 12.56 «Девочка, дракон и папа». Альманах «Велосипед». (0+)
 - 14.00, 15.05, 21.50, 22.53 Кондитер Сладкожеккина. (6+)
 - 14.16, 15.21, 22.06, 23.07 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
 - 14.31, 15.35, 22.21, 23.22 Проще простого! (6+)
 - 14.49, 15.56, 22.39, 23.40 История великих изобретений. (6+)
 - 16.10 «Макс Стилл». (12+)
 - 19.00 «Маленький принц». (6+)
 - 20.45 «Домики». (0+)
- О!**
- 05.00 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 07.00 «Фиксики». (0+)
 - 09.40 «Что в тарелке?». (0+)
 - 10.00 О! Кино! «Большое путешествие». (6+)
 - 11.20 О! Музыка! (0+)
 - Все самые любимые песни из мультфильмов - теперь на телеканале «О!»
 - 11.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 13.00 «Дуда и Дада. Мир удивительных животных». (0+)
 - 14.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
 - 16.00 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
 - 16.25 «ДиноСити». (0+)
 - 18.00 «Ничего себе имя!» (0+)
 - 18.30 «Фиксики». (0+)
 - 21.00 «Оранжевая корова». (0+)
 - 23.00 «Супер МЯУ». (0+)
 - 00.30 О! Кино! «Принцесса и дракон». (6+)
 - 01.35 «Команда Флоры». (0+)
 - 03.00 «Букварий». (0+)
 - 03.25 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10, 08.05, 08.45, 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 05.20, 05.45 Монастырская кухня. (0+)
 - 06.15 Праведники во веки живут. (0+)
 - 07.30, 21.10, 01.45 Расскажи мне о Боге. (6+)
 - 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
 - 09.05 Физики и клирики. (0+)
 - 09.40, 20.20, 01.00 Простые чудеса. (12+)
 - 10.30 В поисках Бога. (6+)
 - 11.05 Святыни России. (6+)
 - 12.10, 12.45, 19.45 Двенадцать. (12+)
 - 13.20 Паломница. (16+)
- 14.40 Преподобный Кирилл Белозерский. Цикл: День Ангела. (0+)
 - 15.10 «ФРАНЦУЗ». (12+)
 - 16.40, 18.15 «ДЕМИДОВЫ». 1-2 серии. (12+)
 - 21.40, 02.15 Профессор Осипов. (0+)
 - 22.15 Украина, которую мы любим. (12+)
 - 22.45 Бутовские новомученики. Цикл: День Ангела. (0+)
 - 23.15 День Патриарха. (0+)
 - 23.30 Движение вверх. (0+)
 - 00.30 День Ангела. Святой Тихон, Патриарх Московский и всея Руси. (0+)
 - 02.45 «ВОПРОСЫ ВОСПИТАНИЯ». (0+)
 - 03.00 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+)

Православный календарь

5 февраля
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Сщмч. Климента, еп. Анкирского,
и мч. Агафангела.



Прп. Мавсимы Сирина. Прп. Саламана молчальника. Свт. Павлина Милостивого, еп. Ноланского. Воспоминание VI Вселенского Собора. Прп. Геннадия Костромского и Люблимоградского. Перенесение мощей свт. Феоктиста, архиеп. Новгородского. Собор Костромских святых. Прмч. Серафима, прмчц. Евдокии и Екатерины. Мц. Милиции.

Поста нет.

«Различать добро от зла принадлежит сердцу — это его дело. Но опять нужно время, нужно укоснение в заповедях евангельских, чтоб сердце стяжало тонкость вкуса к отличию вина цельного от вина поддельного».

Свт. Игнатий Брянчанинов

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

ОТВЕТЫ

- 1

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

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

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

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

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

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

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

ПЕРВЫЙ



17.45 Концерт Максима Галкина. (12+)

- 04.45 **06.10 «ГАЛКА И ГАМА-ЮН».** (16+)
- 06.00 Новости
- 06.50 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.35 Часовой. (12+)
- 08.05 Здоровье. (16+)
- 09.15 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
- 09.35 Новости (с субтитрами)
- 09.50 Олимпийские зимние игры 2022 г. В Пекине. Лыжные гонки. Мужчины. 15 км / 15 км. Скиатлон
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Видели видео? (6+)
- 14.35 «Страна Советов. Забытые вожди». (16+)
- 17.45 Концерт Максима Галкина. (12+)
- 19.10 Премьера. «Две звезды. Отцы и дети». (12+)
- 21.00 Время
- 22.00 «ХРУСТАЛЬНЫЙ». (16+)
- 00.15 Дневник Олимпийских зимних игр 2022 г. В Пекине. (0+)
- 01.15 Наедине со всеми. (16+)
- 02.00 Модный приговор. (6+)

ТВЦ

- 06.00 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (0+)
- 08.00 «НЕИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
- 10.00 «Знак качества». (16+)
- 10.55 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 00.25 События
- 11.50 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (0+)
- 13.40 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.05 «Актёрские драмы. У роли в плену». (12+)
- 15.55 Хроники московского быта. (12+)
- 16.50 «Прощание». (16+)
- 17.40 «ЛИШНИЙ». (12+)
- 21.45 00.45 «УЛЫБКА ЛИСА». (12+)
- Когда-то восемь студентов-биохимиков были друзьями. С тех пор многое изменилось, кроме привычки называть друг друга студенческими прозвищами
- 01.35 Петровка, 38. (16+)
- 01.45 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (12+)
- 04.50 «Семейные тайны. Леонид Брежнев». (12+)

РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 04.30 XXIV Зимние Олимпийские игры в Пекине. Фигурное катание
- 07.40 «По секрету всему свету»
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 Петросян-шоу. (16+)
- 13.20 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
- 17.50 «Танцы со Звёздами». Новый сезон. (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ ТАТЬЯНА ИВАНОВА: ДОРОГАЯ МОЯ СЛУЖАНКА». (12+)
- 03.15 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ ТАТЬЯНА ИВАНОВА: ДОЛЬЧЕ ВИТА ПО-РУССКИ». (12+)
- 04.58 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА

- 06.00 «ДВА БОЙЦА». (12+)
- 07.35 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
- 09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым. (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)
- 11.30 «Секретные материалы». (16+)
- 12.20 «Код доступа». (16+)
- 13.10 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.30 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 19.25 «Легенды советского сыска». (16+)
- 22.45 «Сделано в СССР». (12+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ЗЕЛЕНый ФУРГОН». (12+)
- 02.20 «Шарль де Голль. Его Величество Президент». (12+)
- 03.10 «Оружие Победы». (12+)

5



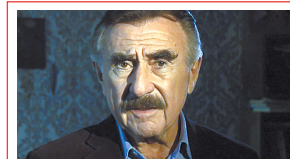
12.00 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)

- 05.00 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
- 08.10 «КОМА». (16+)
- Молодой парень Денис Неволин пришёл на службу в уголовный розыск, чтобы честно бороться с преступностью. Но постепенно, глядя на других, начал принимать вознаграждения за выполненную работу. Затем стал оказывать покровительство бизнесменам и выполнять их поручения
- 12.00 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 19.40 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
- Следователи поспешили закрыть дело о покушении на участкового района Красный Молот капитана полиции Андрея Фролова, в результате которого был тяжело ранен его отец. Фролов подозревает, что организовал покушение его давний враг
- 23.25 «КОМА». (16+)
- 02.50 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Большая страна». (12+)
- 06.55 «Сделано с умом». (12+)
- 07.25 19.55 «Вспомнить всё». (12+)
- 07.50 «Активная среда». (12+)
- 08.20 «От прав к возможностям». (12+)
- 08.30 «Гамбургский счёт». (12+)
- 09.00 16.00 «Календарь». (12+)
- 09.40 14.35 «Среда обитания». (12+)
- 10.00 «Мультфильмы». (0+)
- 11.00 13.00 15.00 Новости
- 11.05 13.05 02.10 «ЧУДОТВОРЕЦ». (12+)
- 15.05 «Большая страна». (12+)
- 16.40 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (6+)
- 17.10 «КТО ЕСТЬ КТО?» (16+)
- 19.00 01.15 «ОТражение недели». (12+)
- 20.20 «СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 23.15 Спектакль «Свидание в Москве». (12+)
- 05.40 «Большая страна: территория тайн». (12+)

НТВ



16.20 Следствие вели... (16+)

- 04.45 «БЕГЛЕЦ». (16+)
- 06.35 Центральное телевидение. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 У нас выигрывают! (12+)
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Первая передача. (16+)
- 11.00 Чудо техники. (12+)
- 12.00 Дачный ответ. (0+)
- 13.00 НашПотребНадзор. (16+)
- 14.00 Своя игра. (0+)
- 15.00 Следствие вели... (16+)
- 16.00 Сегодня
- 18.00 Новые русские сенсации. (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.10 Звезды сошлись. (16+)
- 21.40 Основано на реальных событиях. (16+)
- 01.20 «СТРОЙКА». (16+)
- Морозовы узнают о поломке котла в доме, но Макс решает ехать на стройку лишь на следующий день. В итоге - половина труб в доме лопается от перепада температуры
- 04.35 Их нравы. (0+)
- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 07.30 «22 МИЛИ». (16+)
- 09.20 «БРОСОК КОБРЫ». (16+)
- 11.40 «G.I. JOE: БРОСОК КОБРЫ-2». (16+)
- 13.50 «ВЕДЬМИНА ГОРА». (12+)
- 15.50 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
- 18.05 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
- 20.30 «ХРОНИКИ ХИЩНЫХ ГОРОДОВ». (16+)
- Прошли тысячелетия после того, как мир настиг апокалипсис. Человечество адаптировалось и теперь живет по новым правилам. Гигантские движущиеся мегаполисы рассекают пустоши и поглощают маленькие города ради ресурсов
- 23.00 «Добров в эфире». (16+)
- 23.55 «Военная тайна». (16+)
- 01.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 04.20 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)

РЕН

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



20.10 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ»

- 06.30 «Энциклопедия загадок»
- 07.05 «Как грибы с горохом воевали». «Рикки Тикки Тави»
- 07.45 «ВЕСЁЛАЯ ВДОВА»
- 10.05 «Мы - грамотеи!»
- 10.50 «МЕТЕЛЬ»
- 12.05 Больше, чем любовь
- 12.45 Письма из провинции
- 13.15 «Петербургские встречи»
- 14.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 14.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 15.10 «Архи-важно»
- 15.40 «СИЛЬНАЯ ЖАРА»
- 17.10 «Пешком. Другое дело»
- 17.40 Линия жизни
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 «Новости культуры с Владиславом Флярковским»
- 20.10 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ»
- 21.30 Шедевры мирового музыкального театра
- 23.55 «ИСЧЕЗНУВШАЯ БАННИ ЛЕЙК»
- 01.40 Диалоги о животных
- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.45 «ВЫЖИВШИЙ». (16+)
- 14.00 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (16+)
- 22.30 Самые загадочные происшествия. (16+)
- 23.30 «НЕРВ». (16+)
- Тихоня Ви открывает для себя мир популярной онлайн-игры «Нерв», где участники выполняют задания разной степени сложности, которые придумывают для них другие пользователи. В случае успеха игроки получают очень неплохие деньги. Ви в очередном раунде знакомится с парнем по имени Иэн. Красивая пара нравится зрителям игры, и они решают, что следующие задания Ви и Иэн должны выполнять только вместе. Ставки растут, задания становятся все опаснее, и Ви постепенно понимает, что выйти из игры по собственной воле не получится
- 01.15 «ВРЕМЯ ПСОВ». (18+)
- 02.45 «БЕТХОВЕН-4». (0+)
- 04.15 «Тайные знаки». (16+)

ТВ-3

СТС



21.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 08.40 «ДВОЙНОЙ ФОРСАЖ». (12+)
- 10.45 «ФОРСАЖ-4». (16+)
- 13.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)
- 15.35 «ФОРСАЖ-6». (12+)
- 18.15 «ФОРСАЖ-7». (16+)
- 21.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)
- 23.40 «ФОРСАЖ». (16+)
- Доминик Торетто днём занимается капитальным ремонтом гоночных автомобилей, а ночью его карманы наполняются долларами: он чемпион уличных гонок, любимец толпы. Самый яркий его поклонник, Брайан, тоже принимает участие в гонках и завоёвывает расположение Торетто, а сестра Доминика влюбляется в Брайана
- 01.45 «ТРОЙНОЙ ФОРСАЖ: ТОКИЙСКИЙ ДРИФТ». (12+)
- 03.25 «МАМЫ ЧЕМПИОНОВ». (16+)
- 06.30 «КОРЗИНА ДЛЯ СЧАСТЬЯ». (16+)
- 09.50 «ДВА СЕРДЦА». (16+)
- 14.05 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
- 18.45 Пять ужинов. (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- Сюжет основан на реальных событиях, произошедших во времена правления султана Сулеймана (Сулеймана Великолепного), который долгие годы правил Османской империей. В сериале описывается период жизни Роксоланы (Хюррем), которую турки взяли в плен во времена набегов татар на Крым в 1520 году. Роксолана была подарена визирем Ибрагимом-пашой Сулейману I. Вскоре, приняв ислам, Роксолана стала первой официальной женой Сулеймана и стала именоваться Хюррем
- 23.15 «ВОСПИТАНИЕ ЧУВСТВ». (16+)
- 02.50 «ОБЪЯТИЯ ЛЖИ». (16+)
- 06.00 Домашняя кухня. (16+)
- 06.25 «6 кадров». (16+)

ДОМАШНИЙ

ТНТ ТНТ-СПБ



15.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
- 09.00 «Перезагрузка». (16+)
- 09.35 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 11.10 «Битва экстрасенсов. Дайджест». (16+)
- 12.50 «ОЛЬГА». (16+)
- 15.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
Будущее. Деспотичное государство ежегодно устраивает показательные игры на выживание, за которыми в прямом эфире следит весь мир. Жребий участвовать в Играх выпадает юной Китнисс и тайно влюбленному в нее Питу
- 18.10 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Stand up». (16+)
- 00.00 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (18+)
- 01.30 «Импровизация». (16+)
- 04.00 «Comedy Баттл». (16+)

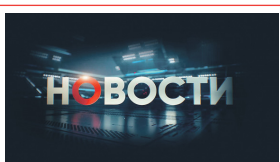
че! ЧЕ



08.00 Утилизатор. (12+)

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Летучий надзор. (16+)
- 07.00 Утилизатор. (16+)
- 08.00 10.30 11.30 Утилизатор. (12+)
- 10.00 11.00 Утилизатор. (16+)
Участник программы сможет продать свой старый автомобиль по выгодной цене и заработать ещё, ответив на вопросы викторины. В конце программы он должен будет сделать выбор: дать вторую жизнь своей ласточке и при этом потратить свой выигрыш на ремонт или забрать деньги и уничтожить её
- 12.00 Улётное видео. (16+)
- 13.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
- 14.00 21.00 «+100500». (16+)
- 17.00 Улётное видео. (16+)
- 18.30 Улётное видео. Топ-35. (16+)
- 19.30 Улётное видео. (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 iTопчик. (16+)
- 01.30 Летучий надзор. (16+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



08.30 Новости

- 06.00 XXIV Зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт
- 08.30 09.50 11.20 13.55 18.30 22.35 Новости
- 08.35 13.15 15.55 18.35 21.45 00.45 Все на Матч!
- 09.55 Смешанные единоборства. Дж. Херманссон - Ш. Стрикланд. UFC. (16+)
- 11.25 XXIV Зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт
- 14.00 XXIV Зимние Олимпийские игры. Прямая трансляция
- 16.10 XXIV Зимние Олимпийские игры. Санний спорт
- 17.00 19.10 01.15 03.00 XXIV Зимние Олимпийские игры. (0+)
- 22.40 Футбол. Прямая трансляция
- 02.55 Новости. (0+)
- 05.10 XXIV Зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт

СПБ САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



13.45 «ПАПАШИ». (16+)

- 08.15 «Святые покровители Санкт-Петербурга». (6+)
- 08.25 «Слово в образе». (12+)
- 08.40 «Петр Первый». (6+)
- 09.00 «Итоги недели». (16+)
- 09.55 «Главный врач». (12+)
- 10.55 «Азбука петербуржца». (6+)
- 11.00 13.00 15.00 18.00 Новости. (16+)
- 11.10 «Не по-детски». (6+)
- 11.30 «Нетрудный подросток». (12+)
- 12.00 «Папа, мама, я - спортивная семья». (6+)
- 13.15 «100лица империи». (16+)
- 13.45 «ПАПАШИ». (16+)
- 15.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (16+)
- 17.35 18.20 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)
- 19.40 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 21.25 «ВСЕ О ЕГО БЫВШЕЙ». (16+)
- 23.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИМПЕРАТОР». (16+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ24



20.10 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)

- 06.00 «Где дракон?» (6+)
- 07.40 «Осенний обед». (12+)
- 08.10 «Концерты Михаила Задорнова». (16+)
- 09.35 «БЕЗ СЫНА НЕ ПРИХОДИ!» (12+)
- 11.00 15.00 19.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
- 11.15 «Моё родное». (12+)
- 12.00 03.20 «КАК ПОССОРИЛСЯ ИВАН ИВАНОВИЧ С ИВАНОВИЧЕМ». (0+)
- 13.10 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (12+)
- 15.15 «Клинический случай». (12+)
- 15.45 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
- 19.15 «Шерлоки». (16+)
- 20.10 05.05 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)
- 21.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПЕРЕСАДОК». (16+)
- 22.40 «ПОЛНОЕ ПРЕВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 00.05 «ИСКУССТВО ЖИТЬ В ОДЕССЕ». (18+)

78 78 КАНАЛ



16.05 «МАМА». (16+)

- 06.00 «Легенды СССР». (12+)
- 06.55 «Эликсир молодости». (12+)
- 08.30 «Автограф». (12+)
- 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
- 10.00 12.00 18.00 «Известия 78». (12+)
- 12.15 «Происшествия». (16+)
- 13.15 20.30 «Другой Петербург». (16+)
- 13.45 «Если бы я...» (16+)
- 14.15 «Легенды советского сыска». (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 «Прогноз погоды». (12+)
- 16.05 «МАМА». (16+)
- 18.15 «Загадки века». (12+)
- 21.00 «Неделя в Петербурге». (12+)
- 22.00 «Дальше некуда». (16+)
- 23.00 «Тренерская». (16+)
- 23.30 «Хранители». (16+)
- 00.00 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)
- 01.55 «Предатели». (12+)
- 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

31 января	Восход: 9 ч. 14 м. Заход: 17 ч. 10 м. Долгота дня: 7 ч. 56 мин.
Убывающая Луна в знаке Водолея	
1 февраля	Восход: 9 ч. 11 м. Заход: 17 ч. 12 м. Долгота дня: 8 ч. 01 мин.
Новолуние, Луна в знаке Водолея	
2 февраля	Восход: 9 ч. 09 м. Заход: 17 ч. 15 м. Долгота дня: 8 ч. 06 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
3 февраля	Восход: 9 ч. 07 м. Заход: 17 ч. 17 м. Долгота дня: 8 ч. 10 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
4 февраля	Восход: 9 ч. 04 м. Заход: 17 ч. 20 м. Долгота дня: 8 ч. 16 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	
5 февраля	Восход: 9 ч. 02 м. Заход: 17 ч. 23 м. Долгота дня: 8 ч. 21 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	
6 февраля	Восход: 8 ч. 59 м. Заход: 17 ч. 25 м. Долгота дня: 8 ч. 26 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 31 ЯНВАРЯ ПО 6 ФЕВРАЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

31 ЯНВАРЯ
В 1714 году по приказу Петра I был создан «Государев кабинет» – Кунсткамера (сегодня – Музей антропологии и этнографии Российской академии наук).
В 1924 году была принята первая Конституция СССР.
1 ФЕВРАЛЯ
В 1865 году А. Линкольн подписал резолюцию конгресса о внесении 13-й поправки в Конституцию США, отменившей рабство.
2 ФЕВРАЛЯ
В 1701 году Петром I был издан указ, положивший начало Балтийскому флоту.
В 1956 году с полигона Капустин Яр осуществлен пуск ракеты с ядерной головной частью (операция «Байкал»).

3 ФЕВРАЛЯ
В 1565 году Иван Грозный учредил опричнину.
В 1966 году советская станция «Луна-9» впервые в мире осуществила мягкую посадку на Луну.
4 ФЕВРАЛЯ
В 1722 году Пётр I утвердил «Табель о рангах». В 2004 году начала работу социальная сеть Facebook.
5 ФЕВРАЛЯ
В 1912 году в Москве открылась первая выставка Общества художников «Бубновый валет». В 1928 году впервые искусственным путем Адольф Виндаус получил витамин D.
6 ФЕВРАЛЯ
В 2004 году был поставлен рекорд в купольной акробатике (357 парашютистов построили формацию).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ
31 ЯНВАРЯ. Владимир, Дмитрий, Кирилл, Мария, Михаил.
1 ФЕВРАЛЯ. Антон, Арсений, Григорий, Макар.
2 ФЕВРАЛЯ. Артём, Захар, Инна, Лев, Римма.
3 ФЕВРАЛЯ. Анна, Валерий, Евгений, Илья, Максим.
4 ФЕВРАЛЯ. Георгий, Иван, Николай, Пётр, Тимофей, Юрий.
5 ФЕВРАЛЯ. Геннадий, Екатерина, Елизавета, Фёдор.
6 ФЕВРАЛЯ. Денис, Ксения, Оксана, Павел, Тимофей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТЬ
31 ЯНВАРЯ ■ Международный день ювелира
■ День рождения русской водки
1 ФЕВРАЛЯ ■ Новый год по лунному календарю
2 ФЕВРАЛЯ ■ День воинской славы – День разгрома немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.) ■ Сагалган – буддийский Новый год
■ Шагаа – тывинский Новый год
3 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день нежности
4 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями
5 ФЕВРАЛЯ ■ День эрудита
6 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день бармена
■ День саамского народа (День саамов)

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Тимофеев мороз ползимы унёс

31 января по народному календарю считалось днем Афанасия-ломоноса. В этот день часто наступали самые сильные морозы: «Пришел Афанасий-ломонос – береги щеки и нос». Оттепель же сулила ненастное лето и плохой урожай картофеля. По погоде **1 февраля**, в день Макара-весноуказника, судили о весне: ясный день предвещал скорую весну, а метель означала, что ее следует ждать и на Масленицу.
2 февраля, в Ефимов день, наблюдали за погодой в полдень: яркое солнце указывало на дождливое лето, а сильный ветер – что весь год будет сырым.
Ясная зarya **3 февраля**, в день Мак-

сима-утешителя, предвещала наступление морозов. Про **4 февраля**, день Тимофея-ползимника, говорили: «Тимофеев мороз ползимы с собой унес» – поскольку в этот день начинались сильные вьюги и метели. На Тимофея было принято смотреть на оконные стекла: если они «запотевают» – скоро потеплеет, а если появляются узоры – холода продлятся долго. В день Агафия-полухлебника, **5 февраля**, наблюдали за птицами: утром синица кричит – к морозу, утки и гуси в снегу купаются – к оттепели.



Мужчина в жизни никогда не должен жаловаться на две вещи: на жену и на машину – сам выбирал!

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издается с апреля 2018 года.



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77 e-mail: telek@kardos.ru
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8 (495) 937-95-77, доб. 220 E-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н.
Телефон рекламной службы: Тел. 8-962-724-29-44 e-mail: reklama@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. 8 (495) 937-95-77, доб. 237. E-mail: distrib@kardos.ru

№ 4 (200).
Дата подписания в печать: 23.00 час. 24.01.2022 г.
Дата производства: 25.01.2022 г.
Дата выхода в свет: 25.01.2022 г. Тираж 67 850 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-47/04. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 891 265 экз.
Рекомендованная цена в розницу 16 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 06.30 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+) 08.05 «ИНКОГНИТО ИЗ ПЕТЕРБУРГА». (12+) 09.45 «12 СТУЛЬЕВ». (12+) 15.10 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!». (12+) 17.05 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ»». (16+) 18.45 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+) 23.00 Воскресная премьера 02.15 «ВЫКУП!». (12+) 03.40 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+) 04.45 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ!». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+. 01.55, 23.20 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО!». (16+) 03.25, 16.50 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+) 05.10 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+) 06.35 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ!». (16+) 07.55 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+) 09.25 «ОТКРЫТА ДОРОГА НАЗАД». (16+) 10.45 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+) 12.25 «НАПРОЛОМ!». (16+) 13.55 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА!». (16+) 15.20 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ!». (16+) 18.35 «ЧЕЩ». (16+) 20.30 «РЫЖИЙ ПЕС». (16+) 21.55 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН. 06.25 «ЧЕМПИОНЫ!». (6+) 08.00 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+) 09.35 «НЕУЛОВИМЫЕ!». (16+) 11.15 «СТОРОЖ». (16+) 13.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ!». (16+) 14.35 «ДОМОВОЙ!». (16+) 16.25 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+) 17.50 «НЯНЬКИ!». (16+) 19.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ!». (16+) 21.00 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ!». (12+) 22.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК!». (16+) 00.25 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+) 01.55 «ПРО ЖЕНУ, МЕЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+) 03.20 «ДОМОВОЙ!». (6+) 04.55 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ!». (12+)

суббота! СУББОТА! 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+) 05.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) 12.00, 12.55, 14.00, 15.05 Свекровь или невестка. (16+) 16.00, 16.55, 17.50, 18.45, 19.40, 20.30, 21.25, 22.20 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+) 23.15 «НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ!». (16+) 01.40, 02.05, 02.25, 02.50, 03.10, 03.35, 03.55, 04.15 Оденсья к свадьбе. (16+) 04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА. 06.00, 09.55, 14.00, 18.00, 22.10, 02.25 Тихая моя родина. (12+) 06.30, 10.30, 14.30, 18.30, 22.40, 02.55 Свечной заводик. (12+) 06.45, 10.45, 14.45, 18.50, 23.00, 03.10 Спылу с жару. (12+) 07.00, 11.05, 19.10, 23.15, 03.25 Гордость России. (6+) 07.30, 11.35, 15.35, 19.40, 23.45, 03.50 Прогулка по саду. (12+) 08.00, 12.05, 16.10, 20.10, 00.15, 04.20 Чай вдвоем. (12+) 08.20, 12.25, 16.25, 20.30, 00.35, 04.35 Не просто суп! (12+) 08.35 Нетипичный огород. (12+) 08.50, 12.55, 16.55, 21.05, 01.10, 05.05 Стройплощадка. (12+) 09.25, 15.05 Огород круглый год. (12+) 12.40, 16.40, 00.55, 04.45 Домоводство. (12+) 13.30, 17.30, 21.40, 01.40, 05.35 Дети на даче. (12+) Чтобы обеспечить счастливое детство своему чаду, вовсе не обязательно иметь большой участок и устанавливать громоздкие покупные конструкции из железа и пластика. Нужно просто включить фантазию или посмотреть, что получилось у героев нашей программы. 20.45 Детская мастерская. (12+) 02.10 Букварь дачника. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР. 05.00 Мультфильмы. (0+) 05.15 «ЛЮБОВЬ И МОРЕ». (12+) 09.00 Рожденные в СССР. К юбилею Л. Лещенко. (12+) 09.25 ФазендаЛайф. (6+) 10.00 Новости 10.10 «ФРОНТ!». (16+) 16.00 Новости 16.15 «ФРОНТ!». (16+) 18.30 Итоговая программа «Вместе» 19.30 «ФРОНТ!». (16+) 20.10 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (12+) В 1942 году крупное подразделение советских войск попадает в немецкий «котел» с тылами армию соединяет лишь узкий перешийек, окруженный болотами. Немцы готовят прорыв, среди русских находится опытный диверсант. Для его разоблачения НКВД внедряет одного из лучших сотрудников, майора Урсова, который берет с собой трех молодых разведчиков. 00.00 Итоговая программа «Вместе» 01.00 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+) 02.35 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (6+) 04.10 Мультфильмы. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ. 00.00 Час истины. (12+) 01.10 Из истории советского периода. (6+) 01.45 Обыкновенная история. (6+) 02.00 Албазинские скаски. (12+) 03.05 Историкограф. (12+) 03.55 Обыкновенная история. (6+) 04.05 Историада. (12+) 05.05 Историкограф. (12+) 05.55 Николай Окунев. Эмиграция в Византию. (12+) 07.10 Пешком по Москве. (6+) 07.25 Меценаты России. (6+) 08.00 Историада. (12+) 09.00 Непокорённые. (12+) 09.50 История оружия. (16+) 10.50 Историкограф. (12+) 11.40 Не квартира - музей. (12+) 12.00 «НАПОЛЛЕОН». (16+) 13.50 «ЕРМАК». (12+) 16.35 Пешком по Москве. (6+) 16.50 Люди Гитлера. (16+) 17.50 Пешком по Москве. (6+) 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+) 20.00, 20.45 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+) 21.35 Последний Первый Секретарь Ереван. (12+) 23.15 Максим Горький. Потаённая биография. (12+) 23.50 Семь дней истории. (12+)

В программе возможны изменения по независимости от редакции причин. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

- | | |
|---|---|
| <p>МАТЧ! СТРАНА</p> <p>06.00, 06.55, 08.05, 11.30, 16.20, 00.20, 02.05 XXIV Зимние Олимпийские игры. (0+)</p> <p>07.50, 10.00, 13.00, 15.45 Новости</p> <p>07.55 Мастер спорта с Максимом Траньковым. (12+)</p> <p>09.30 Большой хоккей. (12+)</p> <p>10.05 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)</p> <p>13.05 Страна. Live. (12+)</p> <p>13.25, 23.55 Лица Страны. Константин Игропуло. (12+)</p> <p>13.55 XXIV Зимние Олимпийские игры. Прыжки с трамплина. К95. Мужчины. Финал. Прямая трансляция</p> <p>15.50, 21.35 Спортивная неделя. Итоги. (12+)</p> <p>17.55 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. Прямая трансляция</p> <p>19.30, 20.45, 03.40 XXIV Зимние Олимпийские игры. Санный спорт. (0+)</p> <p>22.05 XXIV Зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт. (0+)</p> <p>04.25 XXIV Зимние Олимпийские игры. Фристайл. Прямая трансляция</p> | <p>EUROSPORT 1</p> <p>00.30 Теннис. US Open. Женщины. Финал. (6+)</p> <p>01.30 Теннис. US Open. Обзор. (6+)</p> <p>02.30 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор. (16+)</p> <p>03.30, 07.00 Wheels & Heels. (16+)</p> <p>04.00 Автоспорт. ETCR. Обзор сезона. (16+)</p> <p>05.00, 17.00, 22.30 Теннис. Australian Open. Мужчины. Финал. (6+)</p> <p>07.30 Автоспорт. WTCR. Обзор сезона. (16+)</p> <p>08.30 Велоспорт. ЧМ. Мужчины. Шоссейная гонка. (16+)</p> <p>10.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Женщины. Финал. (6+)</p> <p>12.00 Автоспорт. WEC. Обзор сезона. (16+)</p> <p>13.00 Теннис. Australian Open. Женщины. Финал. (6+)</p> <p>14.30 «АТР: За кадром». (16+)</p> <p>15.00 Теннис. ATP 250. Пуне. Финал. (6+)</p> <p>18.30 Теннис. Australian Open. Финал. (6+)</p> <p>19.30 Велоспорт. Тур Ломбардии. Мужчины. (16+)</p> <p>21.30 Теннис. Australian Open. Обзор. (6+)</p> |
|---|---|

МУЗЫКА

- | | |
|--|--|
| <p>МУЗ-ТВ</p> <p>05.00 Караокинг. (16+)</p> <p>07.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)</p> <p>08.30 PRO-новости. Лучшее. (16+)</p> <p>09.00 DFM - Dance chart. (16+)</p> <p>10.00, 18.00 Ждите ответа. (16+)</p> <p>11.00 Русский чарт. (16+)</p> <p>12.00, 19.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)</p> <p>14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)</p> | <p>15.00 Русские хиты. Чемпионы недели. (16+)</p> <p>16.30 Звезда под прикрытием. (16+)</p> <p>17.00 Хит-сториз. (16+)</p> <p>17.30 Прогноз по году. (16+)</p> <p>20.00 TOP 30 - Крутяк недели. (16+)</p> <p>22.10, 03.00 Золотая лихорадка. (16+)</p> <p>00.00 10 sexy. (18+)</p> <p>01.00 Муз'итив. (18+)</p> <p>Музыкальный нон-стоп самых актуальных хитов.</p> <p>02.00 Муз'итив. (16+)</p> |
|--|--|

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

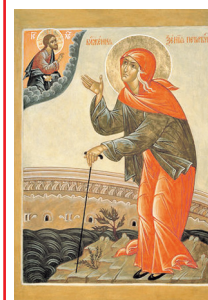
- | | | |
|--|--|--|
| <p>МУЛЬТ</p> <p>06.00 «Смешарики». (0+)</p> <p>06.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>07.00 «Время малышей». (0+)</p> <p>08.00 «Маша и Медведь». Песенки для малышей, «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.55 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)</p> <p>09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</p> <p>10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)</p> <p>13.45 «Простоквашино». (0+)</p> <p>14.00 «Маша и Медведь». Адаптация. (0+)</p> <p>15.00 «Волшебная кухня». (0+)</p> <p>16.00, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>17.00 «Тайны Медовой долины». (0+)</p> <p>17.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)</p> <p>18.00 «Четверо в кубе». (0+)</p> <p>18.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)</p> <p>19.00 МУЛЬТпреьера! (0+)</p> <p>20.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>20.55 «Машины сказки». (0+)</p> <p>21.00 «Барбоскины». (0+)</p> <p>21.25 «Буба». (6+)</p> | <p>КАНАЛ DISNEY</p> <p>05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)</p> <p>05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)</p> <p>05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)</p> <p>06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)</p> <p>06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)</p> <p>07.25 «Чудеса на виражах». (0+)</p> <p>07.50 «Алиса знает, что делать!» (6+)</p> <p>09.00 Доброе утро с Микки. (0+)</p> <p>11.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)</p> <p>11.30 «Гравити Фолз». (12+)</p> <p>13.55 «Хранитель Луны». (6+)</p> <p>15.35 «Корпорация монстров». (6+)</p> <p>17.20 «Университет монстров». (6+)</p> <p>19.30 «Мы - монстры». (6+)</p> <p>21.25 «ТАЙНА ВОЛШЕБНОЙ ТЫКВЫ». (0+)</p> <p>23.20 «ФЛАББЕР». (0+)</p> <p>01.05 «ИНСПЕКТОР ГАДЖЕТ». (6+)</p> <p>02.15 «ЛОВУШКА ДЛЯ ПРИВИДЕНИЯ». (12+)</p> <p>03.40 «Отель Трансильвания». (12+)</p> | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <p>05.00 «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «С добрым утром, Мартин!» (0+)</p> <p>09.00 «Еда на ура». (0+)</p> <p>Весёлые ведущие Тутта и Марфа расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!</p> <p>09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</p> <p>Робокар Поли научит маленьких зрителей основным правилам безопасности на дорогах и в городской среде.</p> <p>09.50 «Лунтик». (0+)</p> <p>11.00 «Трам-пам-пам». (0+)</p> <p>11.30 Семейное кино. «Руби и Повелитель воды». (6+)</p> <p>12.40 Семейное кино. «Огонёк-Огниво». (6+)</p> <p>14.10 «Лео и Тиг». (0+)</p> <p>15.00 «Студия красоты». (0+)</p> <p>15.20 «Энчантималс. Бал на королевском острове». (0+)</p> <p>Новые приключения подружек Энчантималс на королевском острове! Получив свои магические способности от королевы Давианы, юные волшебницы продолжают весело проводить время на королевском острове в облаках. Героини поучаствуют в незабываемой вечеринке, танцевальном состязании, покажут мод и других светских развлечениях.</p> <p>15.55 «Ералаш». (6+)</p> <p>17.30 «Зебра в клеточку». (0+)</p> <p>18.40 «Царевны». (0+)</p> <p>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>20.45 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>22.30 «Герои Гуджитус». (6+)</p> <p>Однажды на Землю обрушилась космическая сила, которая из обычных животных сделала героев с невероятными способностями. Так обитатели зоопарка мутировали в супергероев Гуджитус, способных растягиваться и как угодно менять форму.</p> <p>22.40 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)</p> <p>23.25 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.05 «Смешарики». (0+)</p> <p>03.00 «Лунтик». (0+)</p> |
| <p>УНИКУМ</p> <p>07.18 «Тайна Сухаревой башни». (6+)</p> <p>08.00, 08.30, 08.46, 09.14, 12.52, 18.41, 21.32 Мультфильмы. (0+)</p> <p>08.22, 08.38, 08.56, 09.05, 12.38, 18.10 Мультфильмы. (6+)</p> <p>09.37 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)</p> <p>10.50 «Бобр добр!». (0+)</p> <p>11.40, 17.12 «Богатырята». (6+)</p> <p>13.00 «Новые приключения попугая Кеши». (0+)</p> <p>13.28, 18.24, 21.16 «Веселая карусель». (0+)</p> <p>14.00, 15.00, 21.50, 22.53 Кондитер Сладкоежка. (6+)</p> <p>14.15, 15.16, 22.06, 23.07 Я сегодня нарисую. (6+)</p> <p>14.30, 15.32, 22.21, 23.22 Проще простого! (6+)</p> <p>14.46, 15.48, 22.39, 23.38 Шах и мат! (6+)</p> <p>16.02 «Макс Стил». (12+)</p> <p>19.00 «Королевский Корги». (6+)</p> <p>20.25 «Домики». (0+)</p> | <p>О!</p> <p>05.00 «Оранжевая королева». (0+)</p> <p>07.00 «Фиксики». (0+)</p> <p>09.40 «ТриО!» (0+)</p> <p>10.00 О! Кино! «Смешарики. Начало». (0+)</p> <p>Отправившись помочь супергерою Люсьену бороться со злым доктором Калигари, Смешарики сами становятся... супергероями!</p> <p>11.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)</p> <p>13.00 «Эмми и Гуру». (0+)</p> <p>14.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)</p> <p>16.00 «Букварий». (0+)</p> <p>16.20 «Супер МЯУ». (0+)</p> <p>18.00 «Ничего себе имя!» (0+)</p> <p>18.30 «Фиксики». (0+)</p> <p>21.00 «Зебра в клеточку». (0+)</p> <p>23.00 «ДиноСити». (0+)</p> <p>00.30 О! Кино! «Большое путешествие». (6+)</p> <p>01.50 «Команда Флоры». (0+)</p> <p>03.00 «Студия Каляки-Маяки». (0+)</p> <p>03.25 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)</p> | |

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- | | |
|---|--|
| <p>СПАС</p> <p>05.00 День Патриарха. (0+)</p> <p>05.10, 04.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)</p> <p>05.35 Монастырская кухня. (0+)</p> <p>06.05 Романовы. Царское дело. Последний император. Русский урок. (0+)</p> <p>07.10 Украина, которую мы любим. (12+)</p> <p>07.45, 08.20 Двенадцать. (12+)</p> <p>08.50 В поисках Бога. (6+)</p> <p>09.25 Профессор Осипов. (0+)</p> <p>10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)</p> <p>12.45 Простые чудеса. (12+)</p> <p>13.40 Во что мы верим. (0+)</p> <p>14.40 Бутовские новомученики. Цикл: День Ангела. (0+)</p> | <p>15.15 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (6+)</p> <p>16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)</p> <p>18.00, 00.55 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)</p> <p>19.45 Бессонная ночь. (0+)</p> <p>21.30 Двенадцать. (12+)</p> <p>22.05 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)</p> <p>23.00, 03.25 Щипков. (12+)</p> <p>23.30 Лица Церкви. (6+)</p> <p>23.45 День Патриарха. (0+)</p> <p>00.00 Во что мы верим. (0+)</p> <p>02.25 Оптинские старцы. Цикл: День Ангела. (0+)</p> <p>02.55 В поисках Бога. (6+)</p> <p>03.55 Физики и клирики. (0+)</p> <p>04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)</p> |
|---|--|

Православный календарь

6 февраля
Неделя 33-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Собор новомучеников и исповедников
Церкви Русской.
Блж. Ксении Петербургской.



Прп. Ксения. Мчч. Вавилы Сицилийского и учеников его Тимофея и Агапия. Прп. Македония, сирийского пустытника. Перенесение мощей прмч. Анастасия Персянина. Свт. Герасима Великопермского, Устьвымского. Мч. Иоанна Казанского. Поминание всех усопших, пострадавших в годину гонения за веру Христову.

Поста нет.

« Чем проще сердце, тем больше в нем мудрости. Детская любовь – это не просто мудрость, а премудрость». Монах Симеон Афонский

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Анапа 105,9 FM
Вышний Водочек 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

App Store Google play

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...если кого чем обидел, воздам вчетверо»

Потом Иисус вошел в Иерихон и проходил через него. И вот, некто, именем Закхей, начальник мытарей и человек богатый, искал видеть Иисуса, кто Он, но не мог за народом, потому что мал был ростом, и, забежав вперед, взлез на смоковницу, чтобы увидеть Его, потому что Ему надлежало проходить мимо нее. Иисус, когда пришел на это место, взглянув, увидел его и сказал ему: Закхей! сойди скорее, ибо сегодня надобно Мне быть у тебя в доме. И он поспешил сошел и принял Его с радостью. И все, видя то, начали роптать, и говорили, что Он зашел к грешному человеку; Закхей же, став, сказал Господу: Господи! половину имения моего я отдам нищим, и если кого чем обидел, воздам вчетверо. Иисус сказал ему: ныне пришло спасение дому сему, потому что и он сын Авраама, ибо Сын Человеческий пришел взыскать и спасти погибшее.

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 6 февраля, в воскресенье.



Комментарий священника
Антония Борисова

Апостол Лука рассказывает нам историю сборщика налогов по имени Закхей. Закхей современник одновременно ненавидели и презирали. Ведь он собирал подати в пользу Римской империи. Причем брал с сограждан больше положенного, чтобы и себе в карман что-то положить. Приход Христа разбудил в душе Закхей давно забытые чувства – он вдруг обнаружил, что никакое богатство не может принести счастья, заглушить жажды быть ближе к Богу. Потому и залез состоятельный чиновник на дерево. Его не волновали насмешки окружающих. Закхей очень хотел увидеть Христа. Спаситель, в свою очередь, тоже увидел сборщика налогов. Увидел не как простой че-



ловек, а как Сын Божий. Христос распознал в безрасудном поступке Закхей желание полностью изменить жизнь. Чиновник залез на дерево – внешне это смотрелось комично, но в духовном смысле такое деяние стало первым шагом к покаянию, то есть коренному внутреннему изменению. Чтобы укрепить Закхей в его добром стремлении, Христос отправляется к нему в гости. Со всех сторон звучат упреки – как может приличный человек зайти к этому жулику в дом? Но Спаситель знает и видит больше. И Его желание посетить Закхей тут же приносит результат – растроганный любовью Христа чиновник обещает, что вернет все украденное, а половину своей собственности продаст и раздаст нищим.

Чему учит нас Евангелие? Тому, что в сердце, поработанном страстями, можно пробиться только с помощью любви. Жестокость вызывает в ответ только жестокость. Искренняя любовь, которая выражается в желании увидеть в человеке создание Божие, способна найти и затронуть в нашем сердце неожиданные вещи – вернуть нам утраченный, казалось бы, радостный вкус детства в Боге.

ДОРОГА К ХРАМУ

СВЯТАЯ ВОДА ПОМОЖЕТ ВЫЗДОРОВЕТЬ

Набрала святой воды на Крещение, 19 января. А как ей лечиться? Надо лекарство записать? Или больные места кропить или помазывать? Ольга Викторова

Жестких правил нет. Рекомендуют пить утром, натощак, 2-3 глотка. Можно добавлять немного (несколько капель) в воду, запивая лекарства. Не следует на святой воде готовить пищу, заваривать на ней чай и т.д. Можно окропить с молитвой святой водой комнату, где вы живете. Но помните, что все дается нам от Господа по силам нашим и по вере нашей.

МОЖНО ЛИ МОЛИТЬСЯ ЗА РОДНЫХ СИДЯ?

Родственники, да и родители, давно ушли в мир иной. Когда нет возможности сходить на могилку, читаю дома Псалтырь в дни их упокоения и рождения. Но стали ноги устывать, т.к. работаю продавцом, целый день на ногах. И родным помочь надо, хоть молитвой. Можно ли сидя (если устану) читать Псалтырь? Ирина

По благочестивой православной традиции в храмах и дома принято молиться стоя. Не следует подходить к исполнению молитвенного правила формально. Свои отношения с Богом человек должен выстраивать сам, исходя из молитвенной подготовки, здоровья, свободного времени, практики общения с духовником. Апостол Павел пишет: «Все мне позволительно, но не все полезно» (1 Кор. 6, 12). Устал или болеешь – можно сидеть. Но следует понимать, чем при этом руководствуешься: болью, которая мешает молиться, или ленью. Если альтернативой чтению молитвы сидя является ее полное отсутствие, конечно, лучше читать сидя. Еще святитель Филарет Московский писал, что «лучше сидя думать о Боге, чем о ногах стоя». Но если это просто усталость, постарайтесь побороть себя.

Стратификация – это механизм, заложенный природой в «память» растений, чтобы семена не взойшли сразу после того, как осенью упали на землю.

Б лагодаря стратификации некоторые семена «помнят», что взойти они могут только тогда, когда пережили продолжительное воздействие холода. Зима прошла, наступила весна – появились всходы... Это и есть природная стратификация. Некоторые растения, которые мы выращиваем на даче, требуют стратификации, и наша задача – имитировать процесс стратификации в домашних условиях, чтобы обеспечить всхожесть. Какие же правила нужно соблюдать при стратификации семян дома?



4 Высокая влажность

Некоторые считают, что достаточно положить пакетик с семенами в холодильник, и на этом стратификация закончена. На самом деле для стратификации важно сочетание холода и высокой влажности. Чтобы обеспечить влажную среду для семян, необходимо поддерживать высокую влажность грунта на всем протяжении периода стратификации.

Контейнер с грунтом нужно поместить в полиэтиленовый пакет или закрыть крышкой с вентиляционными отверстиями, чтобы предотвратить высыхание почвы.

6 Регулярный контроль

Нужно проверять заложенные на стратификацию семена не реже чем раз в неделю. Достаем емкость, снимаем пакет и осматриваем емкость на предмет плесени, высохшей почвы и т.п. Если почва подсохла, опрыскиваем грунт из пульверизатора. Если заметили плесень, обрабатываем поверхность грунта фунгицидом, например, перекисью водорода, разбавленной водой.

КСТАТИ

А ЕСЛИ ОБОЙТИСЬ БЕЗ СТРАТИФИКАЦИИ?

Да, несколько семечек прорастут. Но большинство семян, которые нуждаются в стратификации, без воздействия низких температур не взойдут, а просто сгниют в почве.

Стратификация:

разбудите спящее семечко

1 Каким культурам это нужно?

Не все семена нуждаются в стратификации. В большинстве случаев обработка холодом и влагой нужна семенам растений, которые традиционно произрастают в умеренных широтах с жарким летом и морозными зимами. Растения, которые родом из южных стран, где нет таких сезонных скачков температуры, защитой от ранних всходов не обладают, а значит, и в стратификации не нуждаются. Приобретая семена конкретного растения, обязательно уточните, нуждаются ли они в стратификации (информации в интернете для садоводов-огородников достаточно).

2 Сроки стратификации

Если растение нуждается в стратификации, обязательно уточните информацию о ее сроках на пакетике с семенами или изучите другие источники. У разных культур сроки могут быть различными: например, для семян лаванды – это один месяц, а для семян тюльпанного дерева – полгода!

3 Правильный грунт

После того, как с семенами определились, важно правильно подготовить субстрат, в который будут высеваться семена. Идеальный вариант – смесь покупного универсального грунта и крупнофракционного песка в пропорции 1:1. Важный процесс подготовки грунта – его дезинфекция, чтобы предотвратить появление плесени на поверхности и гнили на семенах и проростках. Для обеззараживания грунта его можно проморозить на балконе или прокалить в духовке.



5 Подходящая температура

Чтобы обеспечить нужную для стратификации температуру, удобнее всего убрать емкость с семенами в холодильник. Важно найти в холодильнике место (или выбрать соответствующую настройку), чтобы температура была в пределах +1... +3 °С. Плохо, если температура выше +4 (семена стратификацию не пройдут и толку не будет), и не очень хорошо, если ниже +1 или 0.

7

Своевременный финиш

После того, как время стратификации подошло к концу, емкость нужно достать из холодильника и поставить в хорошо освещенное, теплое место, чтобы семена «поняли», что пора прорасти. Если все было сделано правильно, всходы появятся в течение 2 недель. Если же всходы появились до окончания срока стратификации, не нужно выдерживать положенное время, а сразу достать емкость с семенами из холодильника и поставить на свет.

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Как использовать яичную скорлупу на даче?

Яичная скорлупа – природный источник карбоната кальция, также в скорлупе содержатся фосфор, фтор, медь, железо и другие микроэлементы.

Ч тобы использовать яичную скорлупу в качестве удобрения, скорлупу от вареных или сырых яиц необходимо хорошо промыть, удалить все пленки, просушить и измельчить до состояния порошка любым способом. Хранят подготовленную таким образом скорлупу в банке с плотно закрытой крышкой. Как использовать это природное удобрение?

ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ПЛОДОРОДИЯ ПОЧВЫ

Если вносить измельченную яичную скорлупу под перекопку осенью или ранней весной, вы получите эффект раскисления и обогащения почвы кальцием и микроэлементами. Оценят добавку яичной скорлупы в грядки все виды капусты, баклажаны, дыня, лук, шпинат, салат и свекла.

В КАЧЕСТВЕ ИСТОЧНИКА КАЛЬЦИЯ

Порошок яичной скорлупы вносят при посадке рассады по хорошей горсти в лунку, распыляя по стенкам. Такую подкормку любят помидоры

и болгарский перец, она помогает им не болеть вершинной гнилью.

ДЛЯ БОРЬБЫ С ВРЕДИТЕЛЯМИ

Крупно смолотую скорлупу, смешанную с золой в пропорции 1:1, рассыпают вокруг капусты и в междурядьях. Подобный «скраб» становится непреодолимым препятствием для нежных брюшек слизней, а также для других почвенных вредителей.

Если слово «огород» прочитать наоборот, можно узнать, во сколько он обходится.

НА ЗАМЕТКУ

Яичная скорлупа подщелачивает почву. Не все огородные культуры это любят. Не «дружат» с яичной скорлупой бобовые, земляника, огурцы, кабачки, патиссоны и тыква.



ПОНЕДЕЛЬНИК



7 февраля

Растущая Луна в Тельце
Мультимаска, подобранная под ваш тип кожи, порадует омолаживающим эффектом. А патчи помогут избавиться от синяков под глазами. Распланируйте бюджет – сколько вы готовы потратить на уход за собой?

14 февраля

Растущая Луна во Льве
Отличный день для того, чтобы подобрать себе новый шампунь, бальзам и маску для волос. При нанесении мейкапа можно для выразительности сделать акцент на глаза при помощи подводки. Больше ходите пешком.

21 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе (благоприятный день)
Можно тонировать волосы и подстригать посеченные концы, но желательно обойтись без осветления. Сделайте ванночку с солью для ножек и хорошенько увлажните их кремом с мочевиной.

28 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Теплый свитер с забавным рисунком станет одной из ваших любимых вещей. Эффективны будут домашние процедуры по уходу за ногтями на ногах и руках. Можно делать ламинирование и наращивание ресниц.

ВТОРНИК

1 февраля

Луна в Водолее, новолуние (неблагоприятный день)
Эксперименты с волосами помогут вам найти внутреннюю гармонию. Актуален будет маникюр с животными принтами или перламутровыми втирками. Не бойтесь украсить пальчики сразу несколькими колечками.

8 февраля

Луна в Тельце, первая четверть (неблагоприятный день)
Душ Шарко и руки массажиста сделают из вашей фигуры конфетку. Для красоты кожи вы сегодня не найдете ничего лучше, чем скрабирование и фотоэпиляция нежелательных волосков.

15 февраля

Растущая Луна во Льве
Для хорошего настроения вам необходимо больше дружеского общения. Самый актуальный цвет сегодня – мятный. Стоит посетить сеанс классического массажа или немного помедитировать под музыку.

22 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе
Ламинирование бровей и перманентный макияж губ сделают ваш образ законченным. Можно незначительно повысить интенсивность тренировок. Очень полезна будет красная рыба.

СРЕДА

2 февраля

Растущая Луна в Рыбах
Тот самый день, когда домашние процедуры по омоложению будут очень действенны. Не стоит забывать про тренировки. При выборе макияжа лучше отдавать предпочтение нечетким линиям и хорошо растушевывать все цвета.

9 февраля

Растущая Луна в Близнецах
Чашечка кофе без дополнительных добавок будет полезна для здорового цвета кожи. Тренировку сегодня не стоит делать слишком утомительной. Можно без опасения пробовать новые косметические средства.

16 февраля

Луна в Деве, полнолуние (неблагоприятный день)
Эфирные масла с приятным запахом помогут расслабиться и мыслить в оптимистичном ключе. Можно сделать креативное окрашивание или экстравагантную стрижку. Свежевыжатые соки будут очень полезны.

23 февраля

Убывающая Луна в Стрельце
Овощная монодиета в этот день будет очень кстати. Поэкспериментируйте с цветными контактными линзами, если хотите чего-то необычного в образе. Активный отдых – это именно то, что вам сейчас требуется.

ЧЕТВЕРГ

3 февраля

Растущая Луна в Рыбах
Эффект от шугаринга, сделанного в этот день, будет радовать еще долго. Наращивание ресниц также будет очень удачным. Общение с близкими друзьями и родными принесет вам много положительных эмоций.

10 февраля

Растущая Луна в Близнецах
Мяч для фитнеса поможет вам оставаться в прекрасной форме. Новые духи со шлейфовым ароматом сведут с ума в хорошем смысле. Экранирование волос превосходно позаботится об их блеске и ухоженном виде.

17 февраля

Убывающая Луна в Деве
Морс с клюквой и малиной – отличное подспорье для иммунитета. Постарайтесь сегодня пользоваться только натуральной косметикой. Подберите себе уютный вязаный шарфик или палантин на холодную погоду.

24 февраля

Луна в Стрельце, третья четверть (неблагоприятный день)
Отличный день, чтобы подобрать удобный спортивный бюстгальтер и отправиться на тренировку по современным танцам. Постарайтесь оградить себя от чрезмерного использования гаджетов.

ПЯТНИЦА

4 февраля

Растущая Луна в Овне
Держите всегда под рукой увлажняющий бальзам для губ. Прием пищи сегодня должно быть минимум пять, есть следует маленькими порциями. Полезно будет очистить кожу лица при помощи специальной пенки.

11 февраля

Растущая Луна в Близнецах (благоприятный день)
Плотную матовую помаду лучше заменить на легкий прозрачный блеск для губ. Сегодня не рекомендуется делать наращивание ногтей и новую стрижку. Очень полезны будут фундук, арахис и грецкий орех.

18 февраля

Убывающая Луна в Деве
Крупные кудри и стиль бохо в одежде сделают вас неотразимой. Депиляция принесет отличный долговременный результат. Не забудьте снять макияж и тщательно очистить кожу после длинного дня.

25 февраля

Убывающая Луна в Козероге
Первую половину дня стоит посвятить спокойным занятиям, например чтению или рукоделию, вторая же половина идеально подходит для экспериментов с имиджем. Посетите косметологическую консультацию.

СУББОТА

5 февраля

Растущая Луна в Овне
Уделите сегодня пристальное внимание своей мимике, чтобы избежать появления мелких морщинок. Для внутреннего баланса нужно постараться навести порядок в доме, вашем повседневном гардеробе и косметичке.

12 февраля

Растущая Луна в Раке
Сегодня лучше отложить все дела и позволить себе хорошенько отдохнуть. Для красоты ваших волос можно сделать натуральную маску на основе масел, а для отдохновения кожи личика – огуречную с экстрактом алоэ.

19 февраля

Убывающая Луна в Весах
Кислотный пилинг поможет избавиться от неравномерного цвета кожи. Градиентный макияж губ сделает их очень чувственными. Не стоит есть слишком много сладкого, лучше обратить внимание на кисломолочку.

26 февраля

Убывающая Луна в Козероге (благоприятный день)
Фейсфитнес и гимнастика для глаз сегодня очень актуальны и полезны. Есть в эти сутки можно все, но понемногу. Для хорошего самочувствия употребляйте больше жидкости. Устройте себе сеанс музыкотерапии.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

6 февраля

Растущая Луна в Овне (благоприятный день)
Напитайте вашу шевелюру репейным маслом и проведите пятиминутную процедуру дарсонвализации. Сделайте несколько упражнений для хорошей осанки. Маска с голубой глиной точно порадует результатом.

13 февраля

Растущая Луна в Раке
Маска с охлаждающим эффектом и глубокая чистка лица у косметолога отлично подойдут вам в эти лунные сутки. Постарайтесь сделать утром небольшую разминку для всех групп мышц и включите в свой дневной рацион авокадо.

20 февраля

Убывающая Луна в Весах
Воспользуйтесь защитным кремом при выходе на улицу. Гидромассаж отлично поможет от целлюлита и растяжек на коже. Посетите сауну или турецкий хаммам, если хотите избавиться от черных точек на коже.

27 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Попробуйте себя в командных видах спорта, для этой цели отлично подойдет волейбол. Удачный день для шопинга и улучшения своих навыков в нанесении макияжа, можно даже записаться на онлайн-курсы.



Календарь красоты на февраль

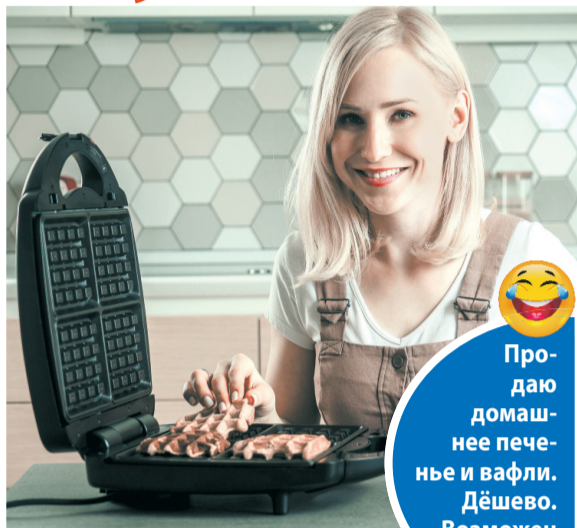
В детстве все мы любили вафли и с нетерпением ждали, когда мама напечёт румяную горку этого лакомства.

Одни любили хрустящие вафельки, которые еще теплыми заворачивали в рожок. Другие – мягкие и пышные. Если вам и сейчас по выходным хочется побаловать себя вкуснятиной из детства – айда за электровафельницей! А мы подскажем, на что обратить внимание при выборе.

Определимся с толщиной

Все вафельницы бывают двух видов: одни могут приготовить вафли небольшой толщины (классические или американские), а другие – более воздушные и толстые (они называются бельгийские или венские). При этом форма значения не имеет, только толщина. Выпекать с помощью одного устройства и тонкие, и толстые вафли не получится, поэтому определиться в своих приоритетах стоит заранее.

Электровафельница: вкус детства гарантирован!



Продаю домашнее печенье и вафли. Дёшево. Возможен торт.

Размер тоже важен

Чем меньше размер электровафельницы, тем она более простая и дешевая. Такой бюджетный вариант можно рассмотреть, если у вас небольшая кухня и небольшая семья. Если же домочадцев, охочих до вафель, много и есть возможность выделить для хранения агрегата чуть больше места, выбирайте более габаритную помощницу. Скорее всего, она будет металлическая (что желательнее), но при этом и более дорогая.

Антипригарное покрытие

Чтобы готовые вафли было удобнее извлекать из прибора, при выборе обратите внимание на качество и равномерность антипригарного покрытия. Чем качественнее оно будет, тем дольше прослужит агрегат в целом.

Поворотное устройство

Существуют модели, в которых предусмотрена очень полезная опция – поворотный механизм. Работает он так: после того, как вы залили тесто в вафельницу, закрыли крышку, вы можете быстро перевернуть корпус прибора вокруг своей оси для равномерного распределения теста внутри вафельницы. Вафли в этом случае получатся одинаковой толщины по всей площади. Функция есть не во всех приборах, но крайне желательна.

Дополнительные функции

При выборе вафельницы обратите внимание на такие функции, как:

- термостат, который позволит в процессе приготовления регулировать структуру и цвет вафель;
- таймер, который поможет следить за временем приготовления вафель.

Отдельные модели оснащены контрольной лампой, которая подает сигнал об окончании приготовления вафель. А некоторые модели способны даже сами выключаться, когда контрольная лампа подала соответствующий сигнал. Как правило, эти функции есть у более дорогих приборов, за которые все равно придется заплатить больше. Так пусть они помогают вам в приготовлении по полной программе!

КСТАТИ
ПОМОЩНИЦА НА ВСЕ СЛУЧАИ ЖИЗНИ
Можно даже встретить вафельницы с функцией приготовления тостов, гриля, гамбургеров или сэндвичей. Эти вафельницы также очень популярны среди покупателей.

Несмотря на то что вафельница не является прибором первой необходимости, она очень упрощает жизнь и помогает внести свежую нотку вкуса в вашу жизнь. Надеемся, что теперь вы определились, какая вафельница нужна именно вам.

Светлана СИДОРЧУК

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПИМ ВАШИ КНИГИ в хорошем состоянии. Выезд оценщика на дом

Тел. 906-97-56

КУПЛЮ ВСЁ. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Куклы. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовар. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 929-92-55, Александр.

■ 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, куклы, самовар, подстаканники, пластинки, патефон, часы, значки, бинокль, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

СООБЩЕНИЯ

■ Аттестат о полном среднем образовании Б № 3931522 от 21.06.2005 г., выданный школой № 156 г. Санкт-Петербурга, на имя Хоружина Кирилла Сергеевича, в связи с утерей считать недействительным.

КУПИМ фарфор, мебель, картины, часы, серебро, значки, фото, открытки, ёлочные игрушки

948-23-83

СКУПКА КНИГ

Выезд по СПб и пригородам

от 100 экземпляров

ОПЛАТА СРАЗУ!

934-00-62

■ 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68

■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Тел.: 8 (931) 337-91-68

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ 8 (951) 684-12-44, 945-96-88 МАСТЕР НА ЧАС! ВСЕ ВИДЫ РАБОТ. САНТЕХНИКА И ЭЛЕКТРИКА. МЕЛКИЙ РЕМОНТ. Установка ремонт замков. Гарантия качества. Без выходных. Тел.: 8 (951) 684-12-44, 945-96-88

РАБОТА



ООО «КТС» приглашает:

КУРЬЕР (пеший)

30 000 – 45 000 р. + премия

ВОДИТЕЛЬ-КУРЬЕР

40 000 – 55 000 р.

Компенсация: ГСМ, сотовая связь, проезд. График: 5/2.

8 (911) 929-89-89

КУПЛЮ

■ 980-08-00 Дорого! Зингер. Книги. Часы. Куклы. Ёлочные и детские игрушки. Мебель. Значки. Картины. Самовар. Открытки. Фото. Бусы. Сервиз. Патефон. Хрусталь. Военные вещи. Люстру. Лампу. Детали. Посуду. Архив. Пианино. Бюсты. Грамоты. Фигурки и другое. Тел.: 980-08-00

■ 996-55-66 Книги, Зингер, картину, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервиз, вазу, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппарат, игрушки, самовар, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66

■ 984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ

В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!

8 (962) 724-29-44

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от **250** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

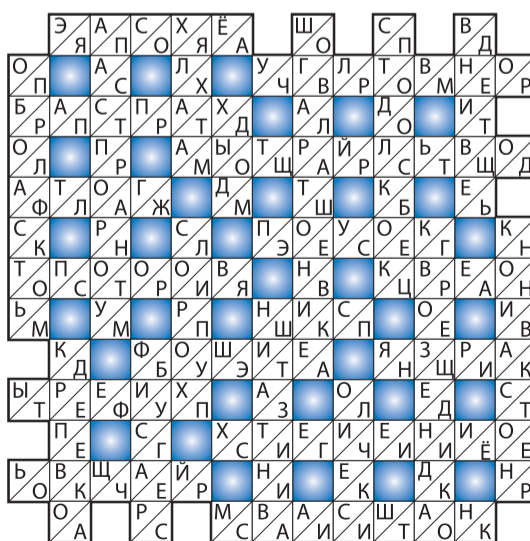
1. Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635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

Скидки уточняйте у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Эпоха. Угломер. Распад. Мытарство. Флаг. Песок. Остров. Кран. Шип. Фуэте. Ящик. Треух. Стечение. Овчар. Свисток.
По вертикали: Паспарту. Хлам. Оглашение. Подскок. Ветвь. Профком. Дым. Лопух. Крещендо. Книксен. Штатив. Древо. Фугас. Очес.



Реклама

LEOMAX

Акция «Счастливый шанс»!
Оформи заказ по телефону
8 (800) 500-2954
и **ВЫИГРАЙ!**
Призовой фонд - **100 000 рублей!**

1000 товаров в прямых эфирах на сайте leomax.ru или на кнопке пульта твоего ТВ:



ВКЛЮЧАЙ И ЗАКАЗЫВАЙ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

Медицинский нейростимулятор «Леомакс-Остео»

лот 93405 8999 4999.-
«Остео» поможет:
• при болях в шее, головных болях и мигренях;
• при метеочувствительности;
• при снижении остроты зрения, головокружениях, онемении пальцев рук и при других симптомах шейного остеохондроза.
Материал: пластик, металл. Размер (Д×Ш×В): 16×15×6 см.
Питание: 2 батарейки типа АА (входят в комплект).
Время работы от батареек не менее 10 часов.
В комплекте: нейростимулятор, 2 батарейки АА, подробная инструкция.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Икона-медальон «Матрона Московская» + 2-я в ПОДАРОК! 2 шт.

лот 68901-01 999.-
Икона-медальон украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4×2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья).
Материал: сплав недрагоценных металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Магнитный фиксатор. Упаковка: бархатный мешочек.



Ниспадающий платок «Светлый праздник», 2 шт.

лот 88427 999.-
• Благодаря особому крою не спадает при поклонах.
• Белый, украшенный кружевом платок идеален для посещения храма.
Материал: 100% ПЭ (вуальная ткань, кружево).
Размер: 129×100 см.



Набор алмазной мозаики с ликами Святых, 3 шт.

лот 28293-04 999.-
3 шт.
В наборе: клеевый холст (30×40 см), стразы, лоток, карандаш для нанесения страз, клей, подарочная упаковка.
При покупке вы получите 3 разных набора: «Матрона Московская» (1), «Николай Чудотворец» (2), «Пресвятая Богородица Донская» (3).



Триммер «Аполлон»

лот 40804 1299.-
• Удаление волос в носу и ушах.
• Встроенная подсветка.
• Подравнивание стрижки, усов, бороды и бакенбардов.
Материал: пластик, металл, резина, нержавеющая сталь (лезвия). Мощность: 10-12 Вт. Размер: 12×2×4 см.
Работает от 2 батареек типа ААА (в комплект не входят).



Духи «Пани Валевска», 30 мл

лот 400249-01 999.-
• Верхние ноты: гальбанум и жасмин.
• Базовые ноты: гиацитин.
• Ноты шлейфа: белый мускус, сандал.



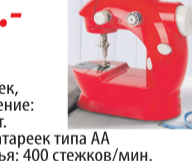
Набор духов «Быть может», 2 флакона + 3-й в ПОДАРОК, 30 мл

лот 400248-04 999.-
«Париж». Верхние ноты: сандал, лавр. Базовые ноты: гардения, жасмин, роза. Ноты шлейфа: амбра.
«Лондон». Верхние ноты: бергамот, роза, фиалка. Базовые ноты: гиацитин, ландыш, мимоза, кедр, сандал. Ноты шлейфа: амбра, гелиотроп.
«Нью-Йорк». Верхние ноты: лайм, танжерин. Базовые ноты: иланг-иланг, апельсиновый цвет. Ноты шлейфа: древесная нота, ваниль, гвоздика.
Объем одного флакона: 10 мл. В наборе 3 аромата.



Швейная машинка «Помощница»

лот 19266 2999 1499.-
• Поможет подшить, подрубить, прострочить и шить что-то новое.
• Компактный размер.
В комплекте: 1 запасная игла, 6 шпулек, 1 нитевдеватель, инструкция. Управление: электромеханическое. Мощность: 6 Вт.
Работает от адаптера DC 6V или от 4 батареек типа АА (в комплект не входят). Скорость шитья: 400 стежков/мин.



Ультразвуковая стиральная машинка «Хозяюшка»

лот 93631 1499.-
• Не требует подключения к водопроводу.
• Подходит для стирки любых тканей.
• Стирает даже крупные вещи.
• Потребляет мало энергии.
• Удобно брать с собой в поездки.
Материал: пластик, силикон. Размер: 8×5,7×4,4 см. Напряжение: 220 В. Мощность: 10 Вт. Длина шнура: 2 м.



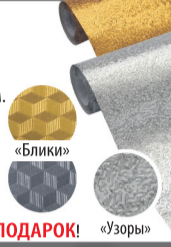
Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594 2999.-
• 6 положений высоты.
• Ответив для фиксации душевой лейки.
• Нескользящие и нецарапающие наконечники ножек.
Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Размер (Ш×Г×В): 51×31×53 см. Ножки регулируются по высоте от 39 до 50 см. Максимальная нагрузка: 120 кг.



Чудо-пленка «Надежная защита»

лот 100123 1999 990.-
• Обновит и защитит ваш интерьер.
• Водоотталкивающая.
• Выдерживает температуру до +250°C.
• Не выцветает и устойчива к царапинам.
• Приклеивается сама к любой поверхности.
Материал: ПВХ, алюминий.
Две фактуры: «Блики» и «Узоры», каждая в золотом и серебряном цвете (укажите при заказе).
В комплекте: рулон 60×300 см + рулон 40×200 см. Второе изделие в ПОДАРОК!



Светильник «Суперсвет», 2 шт.

лот 18868 999.-
• Легкий монтаж там, где нет проводов.
• Датчик движения.
Материал: ПВХ. Диаметр светильника: 9 см. Яркость: 180 лм. Датчик движения/освещения: дальность срабатывания до 10 м. Крепление: двухсторонний скотч. Работает от 3 батареек ААА (в комплект не входят). В комплекте: светильник, 2 шт.



Беспроводной прожектор «Ястреб»

лот 18930 999.-
• Освещает площадь до 40 кв. м.
• Заряжается за 3 часа от дневного света.
• Работает без перерыва до 10 часов, без подключения к электросети.
Размер: 123×95×47 мм. Яркость: 600 лм.
48 светодиодов. Материал: ударопрочный пластик. Радиус действия датчика движения: до 5 м, угол 120°. Автоматически отключается через 15 секунд.
В комплекте: прожектор, крепление (винт – 1 шт.), инструкция.



Складной столик «Партнер»

лот 100886 1999.-
• Работайте и отдыхайте с комфортом!
• Подставка под кружку.
• Подставка для планшета.
• Удобная ручка для переноски.
• Складные нескользящие ножки.
Материал: МДФ, металл, полипропилен, ЭВА. Размер: 59,5×39,5×26,4 см (в сложенном виде: 59,5×39,5×4,6 см). Цвет: светлый, темный (укажите при заказе).



Простыня на резинке

лот 27839 от 1199.-
Белый, оливковый, персиковый
лот 16558 Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий
Материал: 100% хлопок. Надежная фиксация по периметру.
Размеры: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.
Цвет и размер укажите при заказе.



Плед с подушкой-игрушкой «Сова» 3 в 1

лот 101397 1999.- Розовый
• 3 в 1: плед, подушка и игрушка.
• Внутри подушки спрятан теплый плед.
Материал: флис (100% ПЭ).
Размер пледа: 110×160 см.
Размер подушки-игрушки: 44×42 см.
Цвет: белый, голубой, желтый, зеленый, розовый, серый (укажите при заказе).
Надежная фиксация по периметру.



Матрас-топпер «Соната Комфорт»

лот 27848 от 2999.-
• Анатомический эффект.
• Гипоаллергенный и экологичный.
• Не поглощает влагу и запахи.
Материал: стеганный чехол – 100% ПЭ; наполнитель – холкон. Толщина: 5 см. Размеры: 70×200 см, 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см (укажите при заказе).
Расцветка в ассортименте без возможности выбора.



Чехлы для мебели «Новая жизнь»

лот 16084 5499.-
• Берегут новую мебель от повреждений.
• Легко растягиваются до любого размера.
Материал: 100% ПЭ.
Комплект на диван и 2 кресла – 5 цветов (укажите при заказе).
Коричневый, Бежевый, «Бордо», «Кофе с молоком», Горчичный.



Набор столовых приборов «Изысканный вкус», 24 предм.

лот 93509 2999.-
• Набор упакован в «золотой» кейс с замочком.
Материал: нержавеющая сталь. В наборе 24 предмета. Размер кейса: 32×25,5×4,5 см.



Чайный сервиз «Царский»

лот 91811 2999.-
• Керамическая посуда поддерживает тепло напитка и не искажает его вкус.
В комплекте: 6 чашек по 250 мл, сахарница – 400 мл, чайник – 1150 мл.
Материал: керамика. Цвет: белый, «Кобальт», изумрудный (укажите при заказе).



Лимонадница «Муза»

лот 28463 1999.-
• Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной окантовкой.
• Позволит красиво подать на стол морсы, соки и другие напитки.
• Удобный кран поможет налить напиток аккуратно.
Материал корпуса: стекло. Высота: 46 см с крышкой. Объем: 2 л.



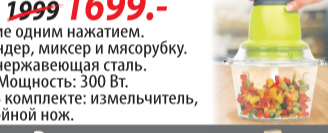
Комбайн «Здоровье+»

лот 28089 1999.-
• Заменит терку, шинковку и шнековую соковыжималку.
• Готовит салаты, соки, соусы и др.
Размер: 29×18×20 см.
Материал: пластик, нержавеющая сталь. В комплекте: база для комбайна, насадка-овощерезка с толкателем и двумя насадками, насадка-соковыжималка (шнековая), ручка, инструкция.



Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634-01 1999 1699.-
• Простое управление одним нажатием.
• 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.



Кадка с гнетом «Разносолы»

лот 28938 2699.-
• Ароматные заготовки квашеной капусты, соленых огурцов и моченых айлов в настоящих липовых кадках!
Материал: древесная липа, нержавеющая сталь. Объем: 10 л.



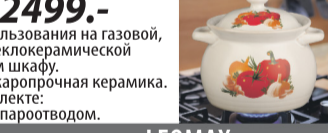
Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678-01 2999 2499.-
• Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.
• Высококачественная сталь с керамическим покрытием Granitex, содержащим частицы гранита.
• Стеклокерамическая крышка Ø 32 см с клапаном для пара.
Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: Ø 17 см. Высота бортика: 9,5 см.



Керамический горшок «Вкусный обед»

лот 200350 2499.-
• Подходит для использования на газовой, электрической, стеклокерамической плитах и в духовом шкафу.
Материал корпуса: жаропрочная керамика. Объем: 3 л. В комплекте: кастрюля, крышка с пароводом.



Электрическая ножеточка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная), 2 шт.

лот 21703 1999 999.- 2 шт.
• Наточит ножи, ножницы, отвертки и другие инструменты.
• Есть поддон для опилок.
Материал: пластик, металл. Размер: 6×8,5×14 см. Работает от 4 батареек типа АА (в комплект не входят).



Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.

лот 19128-02 999.- 3 шт.
• Устраняет ржавчину, защищает от коррозии.
• Грунтует, готовит к покраске.
• Реставрирует металл.
Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки. Объем: 500 мл. При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!



Дрель-шуруповерт «Профи» 26 в 1 (трансформер)

лот 19169 1599 999.-
• Работает от аккумулятора.
• Встроенная подсветка освещает рабочую зону.
• 26 бит в комплекте заменят множество инструментов.
• Ручка дрели-шуруповерта может поворачиваться на 180°. В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., биты крестовые – 4 шт., биты шестигранные – 4 шт., биты-сверла – 2 шт., биты четырехгранные – 2 шт., накидные насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция.
Материал: ударопрочный пластик, металл. Кейс для хранения.



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!
*Срок проведения акции «Счастливый шанс»: с 26 января по 26 мая 2022 г. Максимальное количество денежных призов – 25 по 4000 руб. Получение призов до 30.09.2022 г. переводом через «Почту России». Условия проведения акции уточняйте по телефону 8 (800) 500-2954 или на сайте www.leomax.ru. Организатор акции и дистрибьютор: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. E-mail: catalog@leomax.ru. Товары, подлежащие сертификации, сертифицированы.

Скидки до 72% на лидеры продаж!



Коричневые бабуши

Бабуши на войлочной нескользящей подошве согреют и подарят мягкость и комфорт. Сделаны из натуральной овечьей шерсти.

Материал: 70% шерсть, 30% п/э. Стелька – войлок. Подошва: ЭВА. Россия. Размеры 36 – 45. **Спрашивайте Ваш размер при заказе!**

скидка 41%

1690^Р 990^Р



Сумка «Шоколад»

Эта разлетается мгновенно – она вечно заканчивается на пике продаж! Из кожи пэчворк, 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. А самое главное – снизу есть потайное отделение для зонта – это защитит ваши вещи от промокания.

Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 748 821



Кармашек для зонта



Материал: металл, полиэстер. В сложенном виде 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР.

ЗОНТ В ПОДАРОК

скидка 72%

3490^Р 990^Р

Жакет жаккардовый синий в розах

Теплый и элегантный жакет из плотного шерстяного трикотажа жаккардовой вязки.

Материал: 40% шерсть, 60% акрил. Длина: 73 см. Россия. Размеры 48-64. **Спрашивайте Ваш размер при заказе!**



скидка 50%

3490^Р 1745^Р



Эффект пуш-ап

- Сохраняет тепло
- Эффект «второй кожи»
- Эластичное, подойдет до 62 размера

скидка 50%

1990^Р 990^Р

Термобелье

Мягкое и комфортное термобелье согреет в холодную погоду и скроет недостатки фигуры. Хорошо пропускает воздух и впитывает влагу. Незаметно под одеждой.

Материал: 64% вискоза, 34% полиэстер, 2% эластан. КНР. 2 цвета: черный и сирень. Размеры: 44-50, 52-58 (до 62). **Уточните у оператора при заказе.**

Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.

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



Удлиненная ручка



Специальный рельеф, не скользит

+ ПОДАРОК

690^Р

Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.



Складные увеличительные очки-лупа

Они пригодятся вам для чтения мелкого текста, похода по магазинам, шитья, мелкого ремонта.

Не для постоянного ношения и корректировки зрения. Материал оправы и линз: пластик. Диоптрии: +2.5. Расстояние между дужками: 13,5 см. Размер: дужки – 13 см, линзы – 4,8x2,8 см. КНР. Лот 124 9880

всего

590^Р



6 пар в наборе

Женские



4 пары в наборе

Мужские

Носки без резинки «Релакс»

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

Материал: 74% хлопок, 24% п/э, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские: универсальный размер 23-25. Мужские: размеры 25, 27, 29. **Уточните у оператора при заказе.**

скидка 30%

990^Р 690^Р

МОЙ МИР

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ:**

8-800-250-21-76

код заказа: **PM-22-300-СУМ**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 3090. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 31.03.2022 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-22-300-СУМ. Реклама.