

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№20
(184)

ТВ-программа с 20 по 26 мая 2019 года

36
КАНАЛОВ
ТВ

о чём говорят
счастливые
супруги

стр. 4

КАЖДЫЙ
ВЕЧЕР –
НА ДИЕТУ!

стр. 27

АЛЕКСЕЙ ГУСЬКОВ

АКТЁРУ НУЖЕН
ДИАЛОГ СО ЗРИТЕЛЕМ

стр. 2

12+

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ЗАВЕРНЁМ
В РУЛЕТ
ЧТО-ТО
ВКУСНЕНЬКОЕ

стр. 8

В ОДНОЙ
ТЕПЛИЦЕ:
ВМЕСТЕ НЕ ТЕСНО

стр. 16

ПОЧЕМУ
БОЛЯТ ПЯТКИ?

стр. 9

Фото Вадим Тараканов/ТАСС



Актёр. Режиссёр. Продюсер. Театральный педагог. Алексей Гуськов неуловим для журналистов.

Съёмки в России и Европе, спектакли в родном Театре Вахтангова и работа над проектом «Онегин-блуз» театрального агентства «Арт-Партнер XXI». На вопрос, как жить в гармонии с собой и миром, он ответил одним глаголом – «бежать». О том, куда бежит народный артист Алексей Гуськов сейчас, мы поговорили с ним – на бегу.

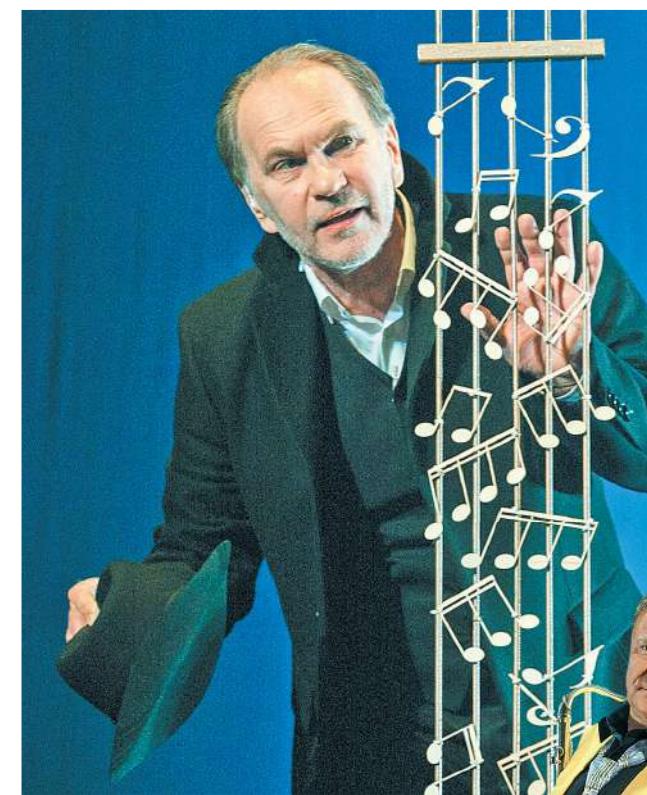
На сцене чувствуется время

– Ваша творческая разносторонность удивляет и восхищает всех, кто вас знает. И всё-таки театр остаётся главным делом вашей жизни?

– В первую очередь я театральный актер. Театр стоит на первом месте. Когда я выпускаю новый спектакль, я исчезаю для всех. Сцена – это живой организм, живая эмоция. Каждому актеру нужен контакт со зрителем, диалог с ним. Для кого мы все делаем, для чего? В театре ответы на эти вопросы мы получаем в режиме реального времени. В кино – только после выхода картины на экраны, когда уже нельзя исправить ошибок. И конечно, кино нередко вгоняет актера в штампы. Театр – живой процесс, он помогает видеть, как меняется зритель, как приходит в театр новое поколение зрителей – и артисты должны чувствовать и слышать это время. Театр – атмосфера живого присутствия.

Размышления об Онегине

– Ваша давняя мечта о своей сценической версии «Евгения Онегина»



осуществилась совсем недавно благодаря театральному агентству «Арт-Партнёр XXI». Что нового с этой театральной работой открылось вам в хорошо знакомой истории?

– Этот спектакль – мои размышления, родившиеся не вчера. «Онегина» я люблю еще со времен института. Это удивительное произведение, которое меня тревожит долгие годы. Мой педагог Виктор Карлович Монюков знал этот роман наизусть и передал мне свою любовь к «Евгению Онегину». Наш «Онегин-блуз» – это вер-

сия о человеке, который мертв без любви. Онегин ведь ни в чем и никогда не участвовал ни сердцем, ни душой. Это человек, которому все досталось самой собой: и дом, и образование. И при-

шедшую к нему любовь он тоже принимает как должное. И лишь в конце пути понимает, что самым ценным в его жизни были чувства и письмо провинциальной девочки Татьяны. Кто же я в этом спектакле? Не Онегин, не Ленский и не Пушкин. Я, скорее, сторонний наблюдатель за этой историей и ее героями.

Детали

«Рождение идеи»

– Идеей спектакля и любовью к творчеству Пушкина вы заразили своего друга музыканта Игоря Бутмана. Вместе вы создали удивительный синтез музыкального и драматического искусства.

– В нашей постановке есть великая поэзия, балет, струнный квартет, тенор, саксофон Бутмана. Поэтому это действительно многосторонняя постановка. Мы с моим другом Игорем Бутманом задумывали ее еще шесть лет назад. Как-то раз в нашей частной беседе произнадели строчки из «Онегина» – самого великого произведения русской литературы, на мой взгляд. И вдруг я говорю Игорю: давай попробуем сделать спектакль, дополненный пушкинскими поэзиями композициями-импровизациями (ведь Игорь на каждом спектакле импровизирует!). Вот так и родилась эта идея. Осуществилась она совсем недавно благодаря театральному агентству «Арт-Партнер XXI» и продюсеру Леониду Роберману, который поддержал нас. Мы уже год существуем с этой историей. И каждый раз получаем удовольствие, когда вместе выходим на сцену. А если мы получаем удовольствие, значит, и зрители получают его тоже. Ждем вас на спектаклях 21 мая и 5 июня в театре «Содружество актеров Таганки».

бя жизненные ситуации, чтобы при работе с новым текстом понимать, сколько вариантов решений предлагает тот или иной автор.

Безусловно, есть творческие предложения, от которых я отказываюсь в силу определенных этических норм и принципов морали. Это может быть как что-то связанное с работой, театром, кино, так и с моей личной жизнью.

– Съемки, спектакли, продюсирование... Как в таком ритме успеваете отдыхать?

– Сейчас я понимаю, что не хочу и не должен тратить свою жизнь на то, что меня не радует или не интересует. Жизнь так быстро несет! Жить надо в радость. Об этом я говорю и в своем новом фильме «Вечная жизнь Александра Христофорова», о необходимости поиска сиюминутной радости в сегодняшнем дне, о потребности человека любить и быть любимым.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ



Фото Елизаветы Бузовой предоставлены МТА «Арт-Партнер XXI»

Шоу «Танцы» покажет детей

На телеканале ТНТ объявили кастинг в шоу «Танцы» для детей от 9 до 15 лет. Проект стал настолько популярным, что юные таланты тоже хотят попробовать свои силы в нем. Правда, организаторы решили не устраивать какого-то детского конкурса или соревнования: ребята, которые прекрасно танцуют, смогут принять участие в спецвыпуске, который запланирован на начало сентября. Юные танцоры продемонстрируют все, на что они способны. Кстати, состав жюри для них будет тот же, что и для взрослых, и в него войдут постоянные судьи – хореографы Егор Дружинин и Мигель.



Евровидение готовится к старту

Как известно, 64-й ежегодный конкурс песни Евровидение пройдет в одном из крупнейших городов и культурном центре Израиля Тель-Авиве. Эта страна получила право провести следующий конкурс. 18 мая на телеканале «Россия» в прямом эфире будет показан финал этого международного конкурса. Традиционно в финале вне конкурса автоматически прошли шесть стран, так называемая «Большая пятерка»: Франция, Германия, Италия, Испания и Великобритания – и принимающая страна Израиль. По десять лучших исполнителей будет выбрано в каждом полуфинале. Таким образом, в гранд-финале за победу будут состязаться 26 стран-участниц. Будем надеяться, что и наш Сергей Лазарев в финал попадет!

Фото Thomas Hanses



Александр Васильев раскрыл секреты блошиного рынка



Александр Васильев часто бывает в Париже. Известно, что телеведущий любит необычные старинные вещи. Ими он пополняет не только свой интерьер, но и коллекции, которые периодически выставляются в различных музеях. Новыми приобретениями из французской столицы стали каминный экран в стиле второго рококо с бывшей виллы Коко Шанель «La Pausa», коллекция французских украшений в стиле ар деко 20-х и 30-х годов прошлого века, дамский туалетный столик красного дерева начала XIX века и серия рисунков с модами 1944-1945 годов французского художника Жизель Симон.

– На протяжении последних 35 лет моей жизни в Париже я стал большим специалистом в области покупок на местных блошиных рынках, – рассказал нам Александр Васильев. – Их там четыре, и все они по-своему интересны. Можно добиться и 35 процентов скидки, особенно если расплачиваться наличными. Улыбка, знание языка, тщательный осмотр предмета вашего желания без выражения восторга на лице – все это будет вам в помощь на блошином рынке.

Жанна Бадоева снова отправилась в путешествие

На Первом канале идут съемки новых выпусков передачи «Жизнь других» с Жанной Бадоевой. Съемочная группа за две недели сменила четыре страны, а впереди – еще несколько командировок.



– Мы отработали передачи в Иордании и Турции, – рассказала нам Жанна. – В Турции мы были в Стамбуле. Казалось бы, про эту страну наши туристы все знают, но на деле это не так. Например, знали вы о том, что Стамбул – первый город в Европе по численности населения? Или о том, что власти города высягивают столько же цветов, сколько жителей в этом мегаполисе? Конечно, это только маленькая часть того, что мы узнали. Впечатлила и поездка в Амман – это в Иордании. Например, снимаем утром «Жизнь других» на улице в кафе, и тут неожиданно в кадр садится местный житель и за завтраком рассказывает про свою жизнь. Вот из таких случайных сюжетов и складываются самые интересные передачи.



Агата Муценеце снимает сериал

Агата Муценеце занялась съемками сериала «Ты ж мать!». Правда, пока снято всего несколько серий, а выкладывать их актриса будет на своем видеоканале в интернете. Каждая серия продолжительностью чуть больше десяти минут, а сюжет везде простой: рассказ о мамах – о том, какие они бывают, как воспитывают детей, об их взглядах на жизнь и о многом другом. В главной роли – Агата, играет она саму себя. В кадре также появятся их с Павлом Прилучным дети Тимофей и Мия. Кроме того, в веб-сериале снимается Маруся Зыкова и другие актрисы.

Если такой формат понравится зрителям, продолжительность серий будет увеличена.

«Ищейка» берёт новые награды



В Москве прошла церемония вручения наград XXI Московского Международного фестиваля детективных фильмов и телепрограмм правоохранительной и антитеррористической тематики «DetectiveFEST». Свои работы показали представители 78 стран. И главный приз получил сериал «Ищейка-3», который не так давно с успехом прошел в эфире Первого канала. А исполнительница главной роли – следователя Александры Кушнир – актриса Анна Банщикова стала лучшей в номинации «За харизматичное исполнение положительной роли в фильме».

Напомним: создатели сериала пообещали, что продолжение обязательно будет, и съемки новых серий начнутся уже в ближайшее время.



Елена Панова стала деревенской мисс Марпл

На Первом канале – премьера детективного сериала «Мама Лора». Это история вроде бы обычной деревенской жительницы, которая владеет придорожным кафе. Правда, оказывается, мама Лора – это местная мисс Марпл, которая ловко распутывает загадочные преступления. В главных ролях – Елена Панова, Ольга Тумажкина, Ольга Хохлова, Константин Юшкевич и многие другие.

Фильм снимался в Ярославской области – в Переславле-Залесском, Тутаеве, в городе Гаврилов-Ям. Долго искали кафе главной героини. Съемочная группа уже думала строить его самостоятельно. Но в итоге остановились на кафе на трассе между Ярославлем и Переславлем-Залесским.

В каждой серии есть какое-то блюдо, во время готовки которого к Лоре приходит «озарение» – и она понимает, как распутать сложное дело.

Ирина Розанова открыла тайну своей броши



Ирина Розанова часто появляется на светских мероприятиях со старинной брошью, которую актриса прикрепляет на пиджак, платье или блузку.

– Это мамина брошь, и я все времяхожу с ней, – пояснила нам актриса. – Это моя поддержка и мой оберег. Она будет всегда со мной, в моем сердце – моя мама... Я открою вам небольшой секрет: не только у меня есть такие близкие и дорогие сердцу вещи. Я снималась с Аленом Делоном в фильме «С Новым годом, мамы!», и этот великий артист достал и показал деревянный католический крестик, который ему подарила мама. Он тоже его всегда берет с собой.

Новинки уже в продаже!

Геладринк

Фаст Экстра



Со вкусом черной смородины!
Добавлена антигомоцистеиновая формула!

Геладринк

Форте Люкс



Удобно брать в поездки!
Есть новые вкусы!

Геладринк Плюс



Полноценное артродиетическое питание для суставов и позвоночника, улучшение состояния кожи, укрепление волос и ногтей.

Порошок

Геладринк форте



Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает.

Порошок, капсулы

Геладринк фаст



Экстракт босвеллии серраты в сочетании с коллагеном продлит долголетие и придаст лёгкость движениям.

Капсулы

Геладринк артродиет



«Оживляет» сосуды, защищает их от разрушения, восстанавливает питание в проблемных суставах.

Порошок, капсулы

Кальцидринк



Способствует предотвращению травм и переломов, питанию костных тканей, выработке собственного коллагена.

Мы желаем здоровья Вам и Вашим близким – относитесь внимательно к своему здоровью и не дайте шанса болезням победить Вас!

Тел.: 8 (495) 340-39-11

www.geladrink.ru | www.aptekamos.ru

Согр ЕврАзЭС № RU.77.99.11.003.Е.004151.09.18. от 19.09.2018 г.; Согр ЕврАзЭС № RU.77.99.11.003.Е.002797.07.18 от 06.07.2018 г.; Согр № RU.77.99.11.003.Е.000005.01.15. от 12.01.2015 г.; Согр № RU.77.99.11.003.Е.000003.01.15 от 12.01.2015 г.; Согр № RU.77.99.11.003.Е.000002.01.15 от 12.01.2015 г.; Согр № RU.77.99.11.003.Е.000004.01.15 от 12.01.2015 г.; Согр № RU.77.99.32.003.Е.003065.02.15. от 10.02.2015г. БД. ООО "АСоф XXI" ОГРН 1027739003302 117049, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1 А. Реклама.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Потолок
в карьере?
Проблем!

Для многих из нас работа – это подъём по карьерной лестнице. Но рано или поздно каждому придётся упереться головой в карьерный потолок. В этой ситуации легко потерять мотивацию, перестать развиваться, а это для профессионала недопустимо. Что можно предпринять?



Использовать ресурсы внутреннего совместительства. Если в компании нет более высокой должности, а из своей вы уже «выросли», можно взять инициативу в свои руки и попросить предоставить вам возможность решать более масштабные задачи. Оформить это можно как внутреннее совместительство. Таким образом, компания сохранит ценного сотрудника, а вы получите новый плацдарм для самореализации и увеличения дохода.

Сменить сферу деятельности. Когда вы уже достигли верха профессионализма не только в своей компании, но и в профессии, можно попробовать испытать себя в другой деятельности. Поговорите с руководством, возможно, в компании есть потребность в проверенных людях на другой должности.

Сменить место работы. Если вы работаете в маленькой фирме, можно поменять ее на более сильную и перспективную компанию. Даже если вы уйдете на меньшие деньги, но с большими карьерными перспективами, дело того стоит!

Открыть свой бизнес. За долгие годы трудовой деятельности вы обрели нужные знания и навыки, получили бесценный опыт. Возможно, пришло время использовать все накопленные ресурсы, чтобы начать собственное дело.

Почему мужчина, который в начале отношений смотрел на вас с обожанием, со временем теряет к вам интерес?

Дело в том, что романтические отношения похожи на костер. Он горит, пока пламя поддерживает, и угасает, если оставить его без внимания и новой порции топлива. Любовь не будет ярко гореть, если не поддерживать ее бескорыстными поступками, совместными делами и позитивным общением. Как вернуть в семью радость общения?

Проявляйте инициативу

1 Самая распространенная проблема в отношениях – неумение общаться. Не бывает отношений без конфликтов, но в тех парах, где супруги не молчат, а обсуждают друг с другом свои переживания, все так или иначе разрешается. Крах отношений наступает там, где партнеры замыкаются в молчании, копят обиды и раздражение. Научитесь делиться даже негативными чувствами, только выказывайте их как факт, без горечи и обвинений. Не бойтесь проявлять инициативу в общении, обращайтесь к мужу с вопросами, делитесь своими мыслями и чувствами, планами, наблюдениями, смешными случаями. Там, где муж и жена обсуждают только детей и бытовые проблемы, радости от общения они не испытывают, а значит, постепенно отдаляются друг от друга.



У каждого человека есть глубокая потребность в том, чтобы его слышали, чтобы к нему прислушивались.

Чтобы ваш муж общался с вами открыто и делился самым сокровенным, он должен быть уверен, что все сказанное останется только между вами. Никогда не обсуждайте личные вещи публично – вы можете, не заметив этого, сделать больно близкому человеку. Даже если вы «по секрету» делитесь тем, что доверили вам муж, с подругами или мамой, то рано или поздно тайное станет явным, а супруг перестанет быть с вами откровенным.

Позитивное общение с мужем: как говорить не только о проблемах

Выражайте позитивные суждения

2 Настройтесь на позитив! Все мы любим преувеличивать неприятности и помнить плохое. Важно подбадривать друг друга, когда кто-то из партнеров угнетен и смотрит на вещи негативно. Можно сказать: «Ты устал, дорогой, поэтому все видишь в черном цвете. Подумай, как важно, что ты сегодня...». Всегда стремитесь найти и подчеркнуть позитивную сторону событий.

Флиртуйте

3 Возьмите за правило заигрывать и кокетничать с мужем, как вы это делали в начале знакомства. Это внесет интригу в ваши отношения, позволит не поддаваться рутине. Например, скажите ему, что сегодня смотрели передачу про тайский массаж и готовы опробовать на нем вечером несколько новых приемов. Он будет заинтригован, отвлечется от бытовых проблем, и позитивное общение вам обоим будет гарантировано!

4 Не ждите, когда муж догадается о ваших желаниях. Скажите ему о том, что вам нужно, прямо.

Мужчины не понимают намеков, а женщины часто делают из муhi слова, думая, что муж непременно должен догадаться о том, что она себе нафантализировала. Чтобы вернуть общение в позитивное русло, научитесь говорить без иносказаний. Вместо многозначительного: «Лене муж подарил такие классные духи!», нужно сказать: «Дорогой, мне очень понравились духи, я бы хотела, чтобы ты подарил мне такие».

Не критикуйте

5 Критика для семейных отношений – та самая ложка дегтя, которая может погубить все усилия по выстраиванию позитивного общения. Положительная оценка способствует открытости в отношениях, а критика обычно тормозит здоровое общение. Поэтому вместо критической фразы «Ты никогда не даришь мне цветов!» лучше употребить позитивное: «Я так ценила те волшебные моменты, когда ты дарил мне цветы».

Кстати

- Когда в семье кто-то не умеет слушать («Давай не сейчас! Я занят. Потом поговорим!»), его партнер испытывает неудовлетворенность и не чувствует свою значимость для супруга. Эта ситуация постепенно перерастает в серьезные межличностные проблемы.

- Профессор Огсбургер формулирует мысль о значимости умения слушать партнера так: «Открытое ухо – это единственный достоверный признак открытого сердца».

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Путешествие в бочке

27 апреля завершилось путешествие Жан-Жака Савена. Он провел 122 дня в водах Атлантики в большой неуправляемой капсуле, похожей по форме на бочку. Цель путешествия – доказать, что океан возможно пересечь, повинуясь лишь течению. К слову сказать, увлеченному путешественнику 72 года. Когда течение окончательно прибьет капсулу к берегу, Жан-Жак предстоит решить еще один сложный вопрос: как переправить бочку-корабль обратно домой, во Францию?



Пять важных «почему»

Основатель компании «Тойота» Сакити Тойода всю жизнь придерживался правила пяти «почему». Например, вам хочется шубу. Спросите себя: почему? Потому что хочется быть красивой. Опять «почему» – «Потому что чувствую себя не уверенно». – «Почему?» – «Потому что я не могу себя реализовать». И так пять раз. Попробуйте, окажется, что вам нужна совсем не шуба. Последнее «почему» – это то, о чем вы боитесь признаться даже самим себе, а все остальное – просто мишуря.



И таким бывает искусство

В 2011 году в одном из музеев немецкого города Дортмунд было уничтожено произведение искусства стоимостью 800 000 евро. Называлось оно «Когда начинает капать с потолка» и представляло собой таз с осадком от накапавшего. Убираясь, служительница музея вытерла таз. Искусство погибло. Похожая история произошла и в Италии, где уборщица выкинула мятые бумажки и смела со стола крошки, которые тоже были инсталляцией, застрахованной на круглую сумму.



Какого цвета бедро нимфы?

Сегодня нам трудно представить себе, что это за цвет. Но в XVIII веке такое название вызывало четкие ассоциации. Цвет бедра нимфы – это бледно-розовый цвет. А вот когда нимфу напугает фавн, то бедро у нее становится более насыщенного, ярко-розового цвета. Картины с этими милыми божествами были тогда широко распространены. Существовал также цвет бедра взведенной нимфы, который немного отличался от «испуганной».

Светлана СИДОРЧУК

Профессия адвоката была в XIX веке одной из самых популярных. Лучшие её представители были известны не меньше, чем артисты.

На процессы с их участием даже продавали билеты, как в театр. Именно за этот факт ухватился сценарист Дмитрий Константинов (его «перу» принадлежит история из сериала «Оттепель»), когда решил написать сценарий к фильму «Победители» для НТВ. Наконец долгожданный фильм вышел в эфир. А мы расскажем, чем были примечательны съемки.

За кем будет победа?

Действие происходит в 1895 году в Санкт-Петербурге. Столичный адвокат Николай Андронов – настоящая живая легенда. Вместе со своими друзьями-адвокатами Виктором Роксевичем и Михаилом Заварзином он не проиграл ни одного судебного процесса. Государственные обвинители не могут противостоять им в полемике. Публика в полном восторге! Но однажды из Москвы приезжает «гроза адвокатов» – прокурор Гущин. Лучший обвинитель и лучший защитник должны сойтись в судебной схватке. Кто выйдет победителем и отстоит свою профессиональную репутацию? Узнаем, когда в эфир выйдут последние серии.

«Победителей» рассуждают зрители



КТО ЕСТЬ КТО

Филипп Игнатьевич Гущин



Фёдор Лавров

Детали Отголоски настоящих дел

Готовясь к написанию сценария, Дмитрий Константинов изучил огромное количество материалов – исторических и биографических – об адвокатах конца XIX века. В результате все образы в сценарии – сибирячские, но сходство с реальными людьми все же есть. Например, оно прослеживается между Андроновым и Фёдором Плевако. Оба – простого происхождения, оба прославились уже в молодости, оба – талантливые ораторы и часто полагаются в суде на импровизацию. Многие эффектные ходы и приемы в описании процессов взяты из настоящих дел: например, разоблачение настоящего убийцы прямо в зале суда; или внезапное появление в качестве свидетеля защиты отца одного из фигурантов дела, с которым тот не виделся и не общался много лет. Но опять же: если подобные ситуации взяты из жизни, то суть дела и детали процесса каждый раз значительно изменены. Поэтому сериал нельзя назвать документальным, хотя контекст его правдоподобен.

СТОРОНА ОБВИНЕНИЯ

Николай Андронов



Никита Панфилов

Виктор Роксевич



Никита Ефремов

Михаил Заварзин



Евгений Антропов

Друг Андронова и Роксевича, начинал адвокатскую карьеру вместе с ними, но «сломался» после трагической неудачи: подзащитная грамотно воспользовалась его доверчивостью, тогда как была виновна. После этой истории Заварзин ушел из профессии и стал драматургом (бездарным). В 1-й серии он вернулся в адвокатскую профессию и стал коллегой Роксевича и Андронова. Романтик, поэт, тонко чувствующий, переживающий проблемы подзащитных, как свои собственные.

СТОРОНА ЗАЩИТЫ

Вера Андронова



Анна Чиповская

Ольга Загорская



Юлия Пересильд

Евгений Антропов

Коллекция персонажей

Нам удалось узнать у исполнителей главных ролей их впечатления о съемках и персонажах, которых они сыграли.

Никита Панфилов (Николай Андронов):

– Самое сложное в работе – мотивировать себя на произнесение огромных текстов. Здесь не приходилось этого делать. До такой степени интересно найти эту логическую цепочку в речах моего героя. Я просто упивался этим сценарием, когда читал. Тем, кто любит детективы, он точно должен понравиться.

Евгений Антропов (Михаил Заварзин):

– Мой герой ведет абсолютно аскетический образ жизни, у него очень мало предметов в квартире, и этим он очень выделяется на фоне остальных. Мне очень нравится этот герой, я его люблю, но при этом мне его очень жалко за то, что с ним происходит. Очень хочется, чтобы он к какому-то миру с самим собой пришел, потому что он не знает, что он хочет. Вроде любви, но любви все хотят. Он себя пытается найти. То есть, если Андронов и Роксевич себя нашли, то Миша Заварзин не понимает себя и свои желания.

Никита Ефремов (Виктор Роксевич):

– Я думаю, что мой герой – это опасный, но обаятельный мерзавчик. Он, конечно, подлец, но нужно отдать должное, что он профессионал.

Анна Чиповская (Вера Андронова):

– На съемках я в основном встречалась с Никитой Панфиловым, и это было замечательно. Мы давно знаем друг друга, когда я училась на 1-м курсе во МХАТе. Никита учился на 4-м. К тому же мы уже работали вместе однажды. Никита замечательный партнер, очень точный и живой. С ним интересно.

Юлия Пересильд (Ольга Загорская):

– Ольга Загорская – журналистка и одна из лидеров газеты «Женская доля» – газеты феминистского склада, борющихся за права женщин, за то, чтобы было равноправие полов. И, надо сказать, что это был период, когда действительно были сделаны большие шаги в равноправии. А так, она – прекрасная хулиганка, и они с Роксевичем такие Мистер и Миссис Смит. И при этом, чем больше вокруг разбитой посуды, гитар, каких-то криков и всего прочего, тем больше между ними драйва и искр.

На телеканале «Россия» близится финал грандиозного музыкального шоу производителя «ВайТ Медиа» под названием «Ну-ка, все вместе!».

Более масштабного жюри (100 человек во главе с Сергеем Лазаревым) еще не было за всю историю российского телевидения. Среди них – одна из самых талантливых и успешных выпускниц «Фабрики звезд» Ирина Ортман, которая сегодня не просто радует своими песнями, но все время совершенствуется, записывает новые альбомы, и даже пробует сама писать музыку.



Как сердце подскажет

Ирина ОРТМАН:

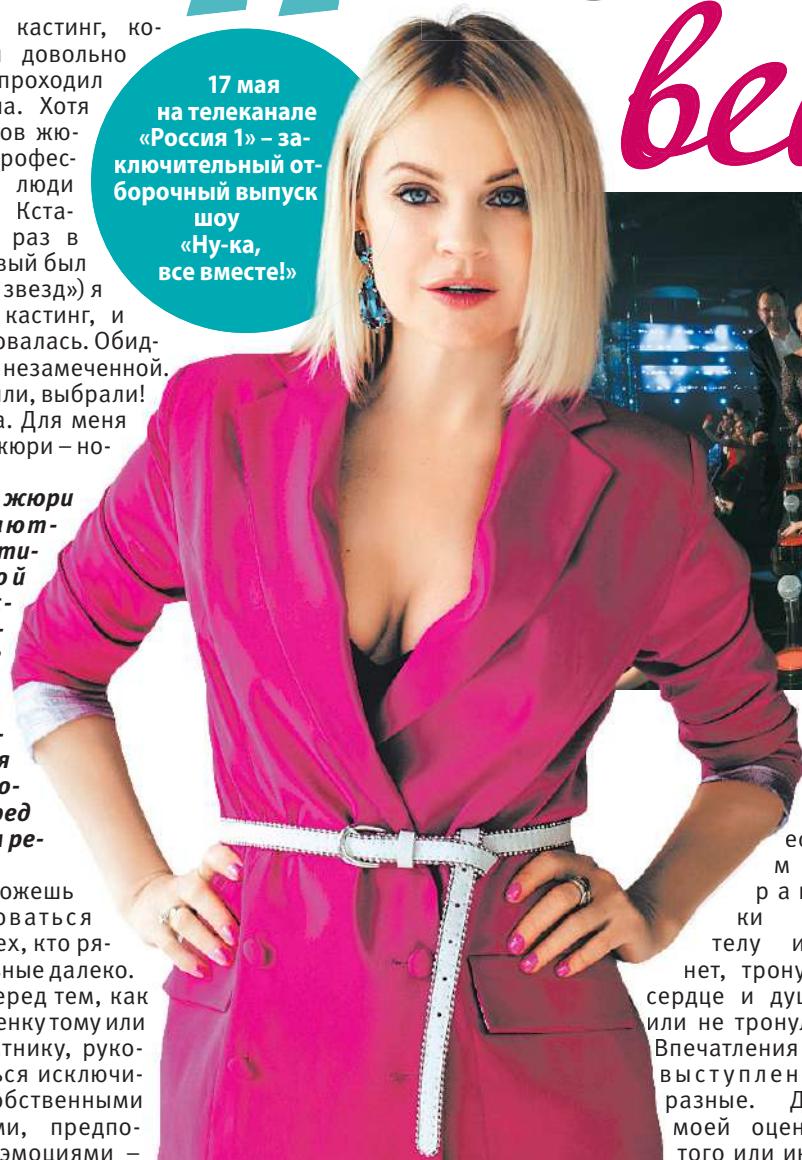
– Ирина, ни в одном другом телепроекте нет ста членов жюри! Как проходил отбор в столь масштабное музыкальное шоу?

– Через кастинг, который был довольно сложным и проходил в три этапа. Хотя среди членов жюри многие профессионалы – люди известные. Кстати, второй раз в жизни (первый был в «Фабрике звезд») я проходила кастинг, и очень волновалась. Обидно остаться незамеченной. Но – заметили, выбрали! Я счастлива. Для меня членство в жюри – новый опыт.

– Члены жюри располагаются на шести уровнях в высотой в 12 метров. Они могут советоваться между собой перед принятием решения?

– Ты можешь ориентироваться только на тех, кто рядом, остальные далеко. Поэтому, перед тем, как вынести оценку тому или иному участнику, руководствуясь исключительно собственными ощущениями, предположениями, эмоциями –

17 мая на телеканале «Россия 1» – заключительный отборочный выпуск шоу «Ну-ка, все вместе!»



/// Бог за ниточку ведёт



есть мурящики по телу или нет, тронуло сердце и душу, или не тронуло. Впечатления от выступлений разные. Для моей оценки того или иного исполнителя важен репертуар, который выбрал конкурсант. Если говорить в целом: 60 процентов участников работают на высоком профессиональном уровне. Есть среди них те, кто Богом поцелован.

Подарок свыше

– Вы в своё время побывали на месте этих ребят, когда приехали в Москву

скву провинциальной девочкой испытать удачу в «Фабрике звёзд». Сегодня вы сами звезда, и сами выбираете себе песни. У вас есть свой автор? Кто пишет вам песни?

– Недавно у меня вышел альбом, где звучит танцевальная музыка в жанре поп, написанная Ильей Гуровым, Сергеем Щавинским и Вадимом Эстерманом. Осеню выйдет еще один альбом, где будут звучать песни моего отца – Виктора Ортмана, опять же Эстермана, Щавинского и Жанны Колмагоровой. Как видите, в своих предпочтениях я постоянна. Мне вообще везет с авторами. Считаю это подарком свыше. Меня Бог, как в песне поется, за ниточку ведет.

– Слышала, вы и сами по-немногу пишете музыку...

– Именно понемногу. Предпочитаю доверяться тем, кто делает это лучше. Кстати, в первом моем альбоме звучат две мои песни.

Переоценка ценностей

– Каждый артист, выходящий на сцену, как бы ни был востребован, хочет большего. Чего хочет Ирина Ортман?

– Мне грех жаловаться. Не хочется, как в «Сказке о золотой рыбке», требовать еще и еще. Больше скажу, за последние пять лет мое мировоззрение так поменялось, что я точно знаю: сегодня для меня самое важное – семья.

– Хотите сказать, что, несмотря на плотную занятость, всё работаете дома-хозяйкой?

– Я стопроцентная хозяйка, помощницу у меня нет. И стряпаю сама, причем, хорошо. Готовлю мужу и дочери мясо, а сама уже 20 лет являюсь вегетарианкой.

– Готовить и самой не есть – это как?

– Легко. Я даже не пробую мясные блюда. Но сладкое ем. В принципе лишний вес меня не пугает, поскольку три раза в неделю хожу в спортзал, а бегу предпочитаю быструю ходьбу. Мы живем за городом в своем доме, и там легко накручивать километры.

– А работа на земле?

– Не мое, да и некогда. Когда есть возможность отдохнуть, мы отправляемся на море, в Сочи. Родной Алтай тоже не забываю, отдыхаем там на Марыном острове всей семьей, дороже которой для меня ничего нет.

Наталья АНОХИНА

Фото компании «ВайТ Медиа» и Ольги Хлыз

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

PRESSA.RU № 09 (80) 13 - 24 мая 2010 год

ПИСЬМА КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧЕЙ НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

ПОЧЕМУ «БОЛЕЮТ» ПОЧКИ? СИМПТОМЫ, ПЕЧЕНЬ, ПРОВАЛАТИКА

СКАНВОРДЫ КРОССВОРДЫ ПОЛУЧИСКИЕ ЗАДАНИЯ

ОТЧЕГО ВЫЛЕЧИТ МИНЕРАЛКА КЛЮЧИЧКА, СУПЛАНГА, ГАРДИАНОРИАНАТ

ВЕСЕННИЙ ГАРДЕРОБ УЧИСЬ СКРЫТЬ НЕДОСТАКИ

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН ЛЕМОНГРАСС УРОКИ КРУПНЫЙ ГОД

ДАЧНЫЙ ФИТНЕС КАК НЕ «ПАХАТЬСЯ» ДО БОЛЬНИЧНОЙ КОЙКИ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

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

Будьте здоровы с «ПЛАНЕТОЙ ЗДОРОВЬЯ»!
Номер уже в продаже!

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

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

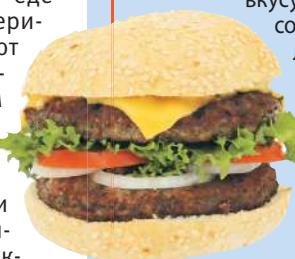
На канале «Россия» с успехом прошёл сериал «Испытание», в котором главную роль сыграла актриса Дана Абызова. Зрителей она покорила не только своим актёрским талантом, но и утончённой красотой.

Мало кто знает, но за хрупкостью и нежностью актрисы стоит большая работа над собой: она занимается триатлоном и зорко следит за своим питанием.

«Мне нужно разнообразие в еде»

– **Любите экспериментировать на кухне?**

– Я отношу себя к тем людям, которые в еде очень много экспериментируют, пробуют разные способы и методы питания, в том числе и питание по анализу крови. Последнего, какая сдала кровь, мне прислали специальную таблицу с перечнем продук-



Дана АБЫЗОВА:

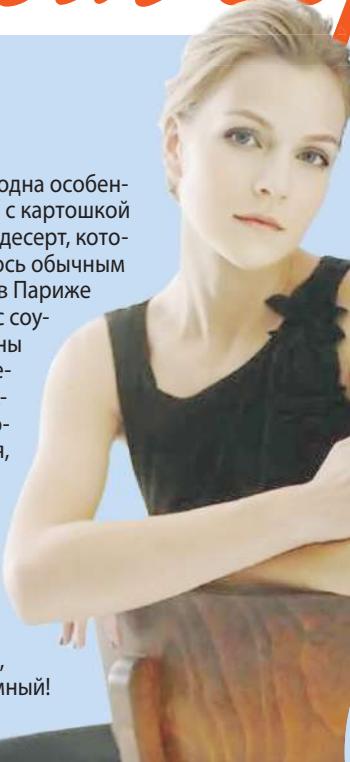
/// Лучшая диета – правильный образ жизни

Подробности

О рисе, улитках и бургере

– **Какие блюда вам запомнились в путешествиях?**

– Недавно мы с супругом были в Португалии, где есть одна особенность, которая меня удивила: там рис подается вместе с картошкой на одной тарелке. Еще я хотела попробовать местный десерт, который все расхваливают... Но на деле это блюдо оказалось обычным пирогом, ничего особенного я не почувствовала. Еще в Париже я наконец-то попробовала улиток, которые подавали с соусом песто. По вкусу они мне напомнили смесь барабанины и морепродуктов – на мой взгляд, это ужасающее сочетание, тем более что я терпеть не могу ни морепродукты, ни барабанину! (Смеется.) И еще в Париже я попробовала лягушачьи лапки. Долго не могла на это решиться, но было интересно, и я рискнула. Оказалось, что по вкусу они очень похожи на куриное мясо... Ну и не могу не вспомнить мой любимый американский бургер. Никогда не забуду, как я в первый раз приехала в Нью-Йорк, и мы пошли в настоящую бургерную. И в бургере был кусок мяса размером, наверно, с меня – невероятно огромный! Но безумно вкусный! Ну как не попробовать?



Кстати

«Готовлю каши»

– **Как часто вас можно застать на кухне? Вы любите готовить?**

– Готовлю я завтраки. Делаю это с удовольствием. Я родилась и выросла в Латвии, оттуда мне передалась культура подачи еды. Это целая церемония: свечки, цветочки, вышитые салфеточки... Для меня все это очень важно, потому что так всегда делали мои бабушки с дедушками и мои родители, и теперь я тоже так делаю. Поэтому, чтобы приготовить завтрак, я встаю примерно часа на два раньше. Готовлю тарелочки, чашечки, приборчики, чтобы все было красиво. И завтрак – это, наверное, самый любимый прием пищи...



– **Из чего обычно он состоит?**
– Я стараюсь делать так, чтобы завтраки были разнообразными. Готовлю каши, а к ним – разные топинги: мед, орехи, сухофрукты. Иногда бывают и свежие фрукты. Еще люблю делать маленькие бутербродики...



«Опыт подсказал, что самым правильным является интуитивное питание, потому что слушать свой организм и выбирать продукты, которые нужны организму, а не те, которые хочется, – это наиболее правильный, на мой взгляд, способ, хотя и очень трудный».

рые сохранились в вашей семье.

– В Латвии есть национальные блюда. Например, это традиционные пирожки со шпеком (разновидность вяленого мяса. – **Прим. авт.**), которые я никак не могу научиться готовить... Еще – серый горох и тушеная капуста.

– **Квашеная или свежая?**

– Туда идет и квашеная, и свежая. Добавляются еще лук и морковь, и все тушиится в томатном соусе. Иногда добавляют и чернолив. Еще один из наших семейных рецептов – это хлебный суп.

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Дани Абызовой

«Слушать свой организм»

– **И какой вы нашли выход?**

– В конце концов я поняла, что самая эффективная диета – это правильный образ жизни. Опыт подсказал, что самым правильным является интуитивное питание, потому что слушать свой организм и выбирать продукты, которые нужны организму, а не те, которые хочется, – это наиболее правильный, на мой взгляд, способ, хотя и очень трудный. Поэтому что часто не хватает времени, чтобы правильно поесть, и приходится себя

личкать чем-то нехорошим и неправильным. Потому что мои вкусовые предпочтения, как это ни странно, – это всяческие булочки, чипсы, шоколадки. Но изредка все же нужно себе позволять такие грешки, потому что иначе будет совсем грустненько.

– **Изредка – это раз в неделю или реже?**

– Это очень индивидуально и зависит в большей степени от основного питания. Года два назад я увлекалась детоксом, и раз в неделю делала разгрузочный день только на овощных и травяных соках холодного отжима.

– **А в остальные дни калории нужно считать?**

– Для меня это нереально: хочется же заниматься интересными делами, а не сидеть и тупо подсчитывать калории. Лучше перед каждым приемом пищи послушать себя: нужно ли это сейчас организму или нет?

О тушёной капусте и хлебном супе

– **Расскажите о традиционных блюдах, которые**

ОТВЕТЫ

3. Длина Северного морского пути от Карских Ворот до бухты Провидения – около 5600 км. Что такое Карские Ворота?

a) Пролив между островами Большевик и Октябрьской Революции.

b) Пролив между островами Вайгач и Новая Земля.

b) Пролив между полуостровом Таймыром и архипелагом Северная Земля.

4. 5 декабря был спущен на воду атомный ледокол «Ленин», первое в истории человечества надводное судно с ядерной силовой установкой. Этот день стал днём рождения атомного флота России. В каком году произошло это знаменательное событие?

a) 1957 год.

b) 1965 год.

b) 1972 год.



Из истории Северного морского пути

Трудно переоценить значение Северного морского пути для России. Для нашей страны это «исторически сложившаяся национальная транспортная коммуникация РФ в Арктике».

1. Русские купцы в XVI-XVII веках пользовались предшественником Северного морского пути – от устья реки Северная Двина до Тазовской губы и Обской губы. Как назывался этот морской ход, связывающий Поморье и Сибирь?

- a) Мангазейский морской ход.
b) Морской ход Виллема Баренца.
c) Дежнёвский морской ход.

2. При Совете народных комиссаров СССР был создан в 1932 году

«Главсевморпуть». Первым руководителем управления стал полярный исследователь. В этом же году этот человек стал руководителем ледокольного похода по Северному морскому пути на пароходе «Сибиряков», впервые в истории пути пройдя маршрут за 65 дней. Вспомните, как зовут этого исследователя?
a) Семён Иванович Челюскин.
b) Харитон Прокофьевич Лаптев.
c) Отто Юльевич Шмидт.

У каждой хозяйки есть свои секреты для того, чтобы удивить гостей или порадовать семью. Предлагаем несколько рецептов из тонкого лаваша.

Этими закусками можно украсить и праздничный стол, и взять с собой на дачу, в дорогу, и встретить неожиданных гостей. Пока гости осваиваются, быстро готовим несколько разных начинок, заворачиваем их в лаваш и отправляем в холодильник. Перед подачей нарезаем наши заготовки небольшими рулетиками – и вкусная закуска готова.

Кстати Секреты и советы

Чтобы рулетики не развалились и полностью оправдали ваши ожидания, надо следовать простым правилам:

- все ингредиенты необходимо предварительно охладить;
- продукты, особенно твердые (овощи, ветчину, крабовые палочки и т.д.), нужно нарезать (натереть) как можно мельче;
- начинку следует распределять на лаваше равномерно;
- на лаваш выкладывать сначала измельченные продукты, и только затем соус;
- если есть возможность прогреть рулет, можно добавить любой «склеивающий» элемент – сыр, сырое яйцо; в этом случае готовый рулет запекают 5–7 минут в хорошо разогретой духовке, на гриле, в микроволновке и т.д.

МЯСО И ПТИЦА

Из куриной печени

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г куриной печени, 2–3 ложки жирных сливок, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 265 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Печень пожарить на растительном масле до готовности, посолить, поперчить, немного остудить.
- 2 Переложить в чашу блендера, добавить сливки, взбить до однородности.
- 3 Выложить на лаваш, завернуть и прогреть в духовке или на гриле.



Завернуть и съесть: 12 начинок для рулетиков из лаваша

ОРИГИНАЛЬНЫЕ НАЧИНКИ

Творожная

ИНГРЕДИЕНТЫ: пачка творога, 1–2 зубчика чеснока, пучок зелени, сметана (или майонез), соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 161 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Зелень мелко нарубить, чеснок пропустить через пресс.
- 2 Все ингредиенты сложить в миску, посолить, заправить сметаной, перемешать.

Ореховая

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 морковь, 1 свекла, 1 зубчик чеснока, 70 г грецких орехов, майонез.

Калорийность (на 100 г): 126 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Свеклу отварить до готовности, остудить, почистить, натереть на терке.
- 2 Морковь натереть на терке, орехи измельчить, чеснок пропустить через пресс.
- 3 Смешать все ингредиенты, заправить майонезом, перемешать.

РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

Крабовая

ИНГРЕДИЕНТЫ: упаковка крабовых палочек, 2 зубчика чеснока, 2 яйца, 100 г сыра, зелень, майонез.

Калорийность (на 100 г): 138 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, охладить, мелко нарезать или натереть на крупной терке.
- 2 Сыр натереть на терке, чеснок пропустить через пресс, крабовые палочки и зелень мелко нарезать.
- 3 Все ингредиенты сложить в одну миску, заправить майонезом, перемешать.

Из красной рыбы

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г малосольной красной рыбы, 1 свежий огурец, пучок зелени, майонез.

Калорийность (на 100 г): 194 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рыбу нарезать мелкими кубиками, огурец натереть на крупной терке, зелень мелко нарубить.
- 2 Все ингредиенты перемешать, выложить на лаваш, добавить немного майонеза, свернуть в рулет.

– Дорогой, в июне мы едем в отпуск.
– И куда же это, если не секрет?
– Туда, где «всё включено», к маме на дачу!

Из рыбных консервов

ИНГРЕДИЕНТЫ: банка рыбных консервов (в масле или в собственном соку), 100 г сыра, пучок зелени.

Калорийность (на 100 г): 220 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сливать жидкость из консервов, размятть рыбью вилкой.
- 2 Сыр натереть на терке, зелень нарубить.
- 3 Все смешать, выложить на лаваш, свернуть рулетом.

Грибная

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г свежих грибов, 1 луковица, 100 г сыра, 2 яйца, пучок зелени, растительное масло, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 199 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, спассеровать на растительном масле, добавить мелко нарезанные грибы, жарить до готовности; остудить.
- 2 Яйца сварить вкрутую, остудить, нарезать мелкими кубиками.
- 3 Сыр натереть на терке, зелень мелко нарубить.
- 4 Все ингредиенты смешать, выложить на лаваш, завернуть и прогреть в духовке или на гриле.

Из корейской моркови

ИНГРЕДИЕНТЫ: 150 г корейской моркови, 200 г адыгейского сыра, пучок зелени, майонез.

Калорийность (на 100 г): 128 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сыр раскрошить руками, зелень мелко нарубить.
- 2 Смешать сыр, морковь и зелень, выложить на лаваш, добавить немного майонеза, свернуть в рулет.

Овощная

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 баклажан, 2 помидора, 1 сладкий перец, 1 луковица, 1–2 зубчика чеснока, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 152 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Баклажан, помидоры, перец запечь в духовке или на гриле до готовности.
- 2 Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- 3 Запеченные овощи переложить в блендер, добавить пропущенный через пресс чеснок, посолить, поперчить, взбить в однородную пасту.

Вечером в офисе:

- Напечаталось наконец!
- Принтер бумагу зажевал...
- Не напоминай про еду!



Секреты и советы

Чтобы рулетики не развалились и полностью оправдали ваши ожидания, надо следовать простым правилам:

- все ингредиенты необходимо предварительно охладить;
- продукты, особенно твердые (овощи, ветчину, крабовые палочки и т.д.), нужно нарезать (натереть) как можно мельче;
- начинку следует распределять на лаваше равномерно;
- на лаваш выкладывать сначала измельченные продукты, и только затем соус;
- если есть возможность прогреть рулет, можно добавить любой «склеивающий» элемент – сыр, сырое яйцо; в этом случае готовый рулет запекают 5–7 минут в хорошо разогретой духовке, на гриле, в микроволновке и т.д.



ОВОЩИ И ГРИБЫ

Из куриной печени

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г куриной печени, 2–3 ложки жирных сливок, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 265 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Печень пожарить на растительном масле до готовности, посолить, поперчить, немного остудить.
- 2 Переложить в чашу блендера, добавить сливки, взбить до однородности.
- 3 Выложить на лаваш, завернуть и прогреть в духовке или на гриле.

Мясная

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г мясного фарша, 1 луковица, 1 болгарский перец, 100 г твердого сыра, растительное масло.

Калорийность (на 100 г): 231 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, спассеровать на растительном масле, добавить фарш, жарить до готовности; остудить.
- 2 Сыр натереть на терке, перец нарезать мелкими кубиками.
- 3 Все ингредиенты смешать, выложить на лаваш, завернуть и прогреть в духовке или на гриле.

Светлана ИВАНОВА

Какой бы ни была масса тела, наши стопы ежедневно испытывают большие нагрузки. Кроме давления веса, это еще и постоянное трение, от которого кожа стоп защищается, наращивая ороговевший эпидермис в самой нагруженной зоне – на пятках.

Однако часто и эта защита не спрашивается – кожа сохнет, начинает шелушиться и трескаться.

Отчего и почему

Основными причинами сухости кожи на пятках являются:

- неудобная обувь;
- длительное хождение;
- несоблюдение гигиены ног, вследствие чего кожа мало увлажняется;
- отсутствие регулярного ухода.

Однако кроме внешних, существуют и внутренние причины, которые могут говорить о проблемах в организме, иногда серьезных. Так, кожа на пятках может сохнуть и трескаться в случае:

- недостатка витаминов,
- дерматита,
- грибкового заболевания,
- гормонального сбоя,
- скрытого варикоза,
- гастрита,
- сахарного диабета.

Возможен ряд других причин и заболеваний. В случае если причины внутренние, даже умелый мастер не сможет справиться с проблемой сухих пяток. Необходимо проконсультироваться с врачом.

Ну а если дело только в недостаточном уходе, эту проблему достаточно просто устранить самостоятельно.

Со здоровьем неполадки – посмотри на свои пятки!



Знай и помни!

Ни в коем случае нельзя срезать ороговевшую кожу острыми режущими инструментами: бритвой, ножом, ножницами, металлическими щетками.

Кстати

Почему обувь плохо пахнет?

У человека на ступнях 26 костей, 33 сустава, более сотни сухожилий, мышц и связок и около 250 тысяч потовых желез. Железы выделяют ежедневно около 400 мл пота. На самом деле пот не пахнет так ярко, причина запаха – теплая и влажная среда, которая идеальна для роста «ароматных» бактерий.

Флирту – нет!

Психологи провели некое исследование. Выводы были сделаны такие: если женщина расположена к знакомству, то она при разговоре отодвинет ногу чуть назад. Скрещенные или поджатые ноги говорят о полном нежелании флиртовать.



Одна подруга говорит другой:
– Аня, на улице такой дождь! У меня ноги до ушей промокли.
– Ой, Катя, не льсти себе.

Неужели так?

Удивительно, но ряд специалистов считает, что всю жизнь человек ходит на одной ноге – на нее он наступает. Второй он только отталкивается.

Обувь имеет значение

Чтобы пятки не «черствели», необходимо подбирать обувь, в которой ногам комфортно. Слишком узкая обувь, очень высокий каблук, жесткие некачественные материалы затрудняют нормальное кровообращение и питание стоп, прямым следствием чего является огрубление кожи. Колодка обуви должна быть удобной, материалы – мягкими и «дышащими», каблук – невысоким. Идеальным вариантом для уставших ног, которым приходится много ходить, является специальная ортопедическая обувь или ортопедические стельки.

Этапы домашнего ухода

Если на пятках уже имеется солидный слой ороговевшей кожи, не нужно даже пытаться снять его весь и сразу. Даже если ваши усилия увенчаются успехом, это только спровоцирует бурный рост нового жесткого слоя. Ороговевший эпидермис нарастает постепенно, и так же постепенно необходимо его снимать.

Делается это следующим образом. Сначала ноги необходимо размочить в специальной ванночке. В воду можно добавить морскую соль, травяные отвары, мыльный раствор и другие смягчающие средства. Когда кожа достаточно размякла, нужно снять верхний слой ороговевшего эпидермиса с помощью скраба, пемзы, жесткой мочалки, специальной щетки, пилки с алмазным напылением или терки для ног. После этого ноги нужно ополоснуть, вытереть насухо и нанести жирный крем или питательную маску.

О чём сигналят мозоли на пятках

Кутикулизация эпидермиса – так называются мозоли по-научному. Омозолелость (да-да, есть и такой термин) часто предупреждает о проблемах в организме. Мозолистая пятка может свидетельствовать о неполадках в работе прямой кишки, а у женщин – с функциями матки. Замечено, что задолго до появления аднексита женщинам становится больно наступать на пятку той ноги, на стороне которой начинается воспаление. Уплотнения над пяткой сзади выступающей kostочки расскажут о проблемах с сосудистыми нарушениями и скачущем давлении. Своебразные «подковки» вокруг пяток сигнализируют о начале неблагоприятных изменений в суставах.

Важно!

Если пятка заболела

Если есть пульсирующая боль в области пятки (может быть началом фасциита), или боль при ходьбе (зачастую связана с воспалительным процессом в сухожилии), или появляется чувство жжения или покалывание при прощупывании (возможная причина – артрит), нужно обратиться к врачу.

В зависимости от типа болезненного синдрома выбирайте врача-специалиста. Решением проблем могут заниматься терапевты, ортопеды, травматологи, неврологи, хирурги, ревматологи и физиотерапевты. Не терпите боль, не запускайте болезнь. Обязательно обращайтесь к врачу.

ПОДРОБНОСТИ

Я помню все свои трещинки

Трещины на пятках – серьезная и порой мучительная проблема. Однако при желании с ней можно справиться самостоятельно в домашних условиях.

Большим подспорьем в борьбе с трещинами могут стать народные средства.

Условия успеха

Лечение трещин на пятках в домашних условиях будет

эффективным только при соблюдении нескольких условий. Во-первых, процедуры должны быть систематическими, выполнять их необходимо строго по графику. Во-вторых, принцип «чем больше, тем лучше» – не лучший выбор для этого случая. Лекарственные или народные

средства необходимо применять точно в рекомендуемых объемах – не меньше, но и не больше.

Медовый компресс

Нанести мед на пятки, обернуть пищевой пленкой, сверху надеть х/б носки. Оставить компресс на ночь. Утром смыть остатки меда прохладной водой.



Луково-медовая мазь

Взять 2 луковицы, мелко нарезать. Разогреть 1 стакан нерафинированного растительного масла, обжарить лук до золотистого цвета, а затем процедить. Добавить 1 ст. л. пчелиного воска, перемешать, остудить и убрать в холодильник. Мазь наносить на распаренные пятки перед сном.



Маска из кабачка

Взять небольшой кусок свежего кабачка, натереть на терке вместе с кожей, добавить немного любого растительного масла до получения густой смеси. Нанести смесь на пятки, обмотать пищевой пленкой, надеть х/б носки. Через 15-20 минут маску смыть прохладной водой, на пятки нанести питательный крем.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	05.10	«АДВОКАТ». (16+)	06.00	Ералаш. (0+)	07.00	09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
09.00	Новости	09.00	Вести	06.00	«Утро. Самое лучшее». (16+)	06.45	«Рога и копыта». (0+)	09.00	15.00 «Документальный проект». (16+)
09.25	«Сегодня 20 мая. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	08.10	«Мальцева»	08.30	«Том и Джерри». (0+)	10.15	15.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)	09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	09.00	«Уральские пельмени». (16+)	11.30	16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести	10.00	Сегодня	10.00	«КРОЛИК ПИТЕР». (6+)	12.30	12.30 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
12.00	Новости с субтитрами	11.25	Вести. Местное время	10.20	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (12+)	11.55	«ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЁРКА». (12+)	13.30	13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
12.15	Время покажет. (16+)	11.45	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	13.00	Сегодня	США - Германия, 2005 г. Фантастический боевик. Иоан Гриффит, Джессика Альба.	15.00	15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	
15.00	Новости с субтитрами	12.50	«60 минут». (12+)	13.25	Обзор. Чрезвычайное происшествие	Четыре астронавта отправились на путешествие в параллельное измерение.	17.00	17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.00	Вести	14.00	«Место встречи»	США - Германия, 2009 г. Фантастический боевик. Крис Пайн, Закари Куинто, Леонард Нимой.	20.00	20.00 «ТОЛЯ-РОБОТ». (16+)	
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	14.25	Вести. Местное время	16.00	«ДНК». (16+)	История первого путешествия экипажа звездолёта «Энтерпрайз», самого совершенного космического корабля во Вселенной.			
17.00	Время покажет. (16+)	14.45	«Кто против?» (12+)	18.10	«Основано на реальных событиях». (16+)	21.00	«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)		
18.00	Вечерние новости с субтитрами	17.00	Вести. Местное время	19.00	Сегодня	18.05	«СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)		
18.25	Время покажет. (16+)	18.50	«Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	19.40	«УЛИЦЫ РАЗБИТИХ ФОНАРЕЙ». (16+)	21.00	«ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)		
18.50	На самом деле. (16+)	20.00	Вести	21.45	«КОНСУЛЬТАНТ». (16+)	США - Германия, 2012 г. Фантастический боевик. Крис Пайн, Закари Куинто, Леонард Нимой.			
19.50	«Пусть говорят». (16+)	20.45	Вести. Местное время	00.00	В Полынске зверски убита ресторанный певица Светлана, и Брагин, по старой дружбе, обращается за консультацией к Широкову.	23.30	«Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)		
21.00	Время	21.00	«ВСЁ МОГЛО БЫТЬ ИНАЧЕ». (12+)	00.10	Внешне убитая очень похожа на солистку популярной группы «Брюлики» Алину Репину.	00.30	«К-9. СОБАЧЬЯ РАБОТА». (0+)		
21.30	«МАМА ЛОРА». (16+)	1994 год. Чехов. Татьяна и Михаил Тимирязевы готовятся стать родителями. Но ожидание первенца омрачено борьбой за выживание, у безработной пары нет денег даже на УЗИ...	01.20	Сегодня	00.25	Сегодня	02.25	02.25 «БРАТЬЯ ИЗ ГРИМСБИ». (18+)	
23.30	«Большая игра». (12+)	23.20	«Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	01.30	«Поздняков». (16+)	03.40	«ХРОНИКИ ШАННАРЫ». (16+)		
00.30	«Познер». (16+)	02.00	«МОРОЗОВА». (12+)	02.00	«ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ...» (0+)	04.55	«Мистер и миссис Z». (12+)		
01.30	«АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)	03.00	Новости	03.10	«Место встречи». (16+)	05.20	«6 кадров». (16+)		
03.00	«АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)	03.05	«АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)	03.00	«АДВОКАТ». (16+)	05.20	05.20 «ТНТ. Best». (16+)		
03.30	«Мужское / Женское». (16+)	04.15	«Контрольная закупка». (6+)						

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	ОТР	ОТР	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ	ДЕТСКИЕ	ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ
05.00	04.00 Барышня-крестьянка. (16+)	06.00	«Мультифильмы»	05.00	11.05 21.05 «Правда?» (12+)	05.00	06.00 Как это сделано?
07.00	Школа доктора Комаровского. (12+)	07.30	«Дорожные войны». (16+)	05.25	«Жужики». (6+)	06.55	06.25 Золотая лихорадка.
07.30	Утро Пятницы. (16+)	12.00	«За гранью реального мира». (16+)	06.15	«Зак Шторм - Суперпират». (6+)	07.00	07.35 Музейные тайны.
09.30	«Орел и решка. Америка». (16+)	13.00	«Идеальный ужин». (16+)	06.25	10.50 22.30 23.30 23.50 «Активная среда». (12+)	07.30	08.25 Смертоносный интеллект.
19.00	Мегаполисы на хайпе. (16+)	15.00	«ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)	07.05	10.50 «Герои в масках». (0+)	07.35	09.20 Загадочные убийства.
20.00	Орел и Решка. По морям-3. (16+)	18.30	22.30 «Опасные связи». (16+)	08.30	10.50 «Хранитель Лев». (0+)	07.40	10.10 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
21.00	Инсайдеры-2. (16+)	19.30	«Дорожные войны 2.0». (16+)	09.00	10.50 «Удивительная Виз». (6+)	07.45	10.15 10.30 Охотники за реликвиями. (16+)
23.00	Теперь я босс. (16+)	20.30	«Решала». (16+)	10.00	10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+)	07.50	11.00 Аляска: семья из леса. (16+)
00.00	Аферисты в сетях. (16+)	00.00	«+100500». (18+)	11.00	11.05 21.05 «Документальный фильм». (12+)	11.55	11.20 Как это устроено? (12+)
01.00	Пятница News. (16+)	01.00	«Дорожные войны. Лучшее». (16+)	12.00	12.30 «Документальный фильм». (12+)	12.50	13.15 Как это сделано? (12+)
01.30	«ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	01.30	«УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)	13.00	13.25 «Елена - принцесса Авала». (0+)	13.45	14.10 Как это сделано? (16+)
05.25	«Европа plus чарт». (16+)	03.00	«КАРТОЧНЫЙ ДОМИК». (16+)	14.00	14.05 «София Прекрасная». (0+)	14.40	15.30 Невероятные изобретения. (12+)
06.15	«ТРОПИКАНКА». (12+)	05.25	«Улетное видео»	15.00	15.05 «Дружные мопсы». (0+)	15.50	16.00 Невероятные изобретения. (12+)
07.10	«КЛОН». (16+)			16.00	16.00 «Веселые братя-мопсы». (0+)	16.30	16.30 05.00 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)
08.55	«Беременна в 16». (16+)			17.00	17.00 «Медометр». (12+)	17.25	17.25 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
10.40	«Взвешенные и Счастливые». (16+)			18.00	18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	18.20	18.20 Ржавая империя. (16+)
15.20	Лишний вес - коварный враг. Он приходит с уютным диваном и вкусным тортиком и начинает портить жизнь, отнимая красоту и здоровье.			19.00	19.05 «Герои в масках». (0+)	19.15	19.40 Как это сделано? (16+)
17.30	«Обмен жёнами». (16+)			19.30	19.30 «Гигантозавр». (0+)	20.10	20.10 Великий махинатор. (12+)
19.00	«КЛОН». (16+)			20.45	20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)	21.05	21.30 21.30 Охотники за реликвиями. (16+)
21.00	«Я стесняюсь своего тела». (16+)			21.30	21.30 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)	22.00	22.00 Махинаторы. (12+)
00.35	«В теме». (16+)			22.00	22.00 «Четверь в кубе». (0+)	22.55	24.20 Как устроена Вселенная: Первые океаны. (12+)
01.00	«МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)			22.30	22.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	23.50	23.50 Вторая мировая война. (12+)
03.20	«Обмен жёнами». (16+)			23.55	23.55 «Гравити Фолз». (12+)	00.45	00.45 Голье и напуганные. (16+)

РОССИЯ Культура	РОССИЯ К Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-Й КАНАЛ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ
06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры «Пешком...»	06.00 «Настроение» 08.00 «ХОД КОНЁМ». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории». (16+) 16.00 «Гадалка» (16+) 17.00 «Очевидцы». (16+) 17.35 «Слепая». (16+) 18.40 «КОСТИ». (12+) Сотрудник департамента египтологии умирает от остановки сердца. Взглянув на усопшего во время церемонии прощания, Брендан убежден, что его смерть была не случайной...	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории». (16+) 16.00 «Гадалка» (16+) 17.00 «Очевидцы». (16+) 17.35 «Слепая». (16+) 18.40 «КОСТИ». (12+) Сотрудник департамента египтологии умирает от остановки сердца. Взглянув на усопшего во время церемонии прощания, Брендан убежден, что его смерть была не случайной...	06.30 «6 кадров». (16+) 06.50 «Удачная покупка». (16+) 07.00 «Понять. Простить». (16+) 07.30 «6 кадров». (16+) 07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.45 «Давай разведёмся!» (16+) 09.45 «Тест на отцовство». (16+) 10.50 «Реальная мистика». (16+) 12.30 «Понять. Простить». (16+) 13.35 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+) 18.00 «6 кадров». (16+) 19.00 «ВОПРЕКИ СУДЬБЕ». (16+)	05.00 «Известия» 05.20 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+) 06.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+) 09.00 «Известия» 09.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+) 18.30 «Известия» 19.00 «СЛЕД». (16+) Зверски убиты два работника прокуратуры и адвокат. В коттедже - следы оргии. 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» 00.25 «СЛЕД». (16+) 01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 03.20 «Известия» 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Лубянка 6». (16+) 11.45 «Компас потребителя». (12+) 12.15 «Формула здоровья». (12+) 12.45 «Адрес истории». (12+) 13.00 «Открытая наука». (12+) 13.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+) 14.30 04.45 «Да! Еда!». (12+) 14.45 03.45 «Марафон». (12+) 15.45 00.15 «Звездное интервью». (12+) 16.30 «ТАКСИ-2». (12+)	
06.35 20.05 «Правила жизни» 07.35 «Легенды мирового кино» 08.00 «СИТА И РАМА» 08.45 «Австрия. Зальцбург. Дворец Альтенена» 09.15 «Предки наших предков» 10.15 «Наблюдатель» 11.10 01.15 XX век 12.10 «Дороги старых мастеров» 12.25 18.45 00.20 «Власть факта» 13.10 02.15 «Контрасты и ритмы Александра Дейнеки» 13.50 «Луна. Возвращение» 14.20 20.45 «О чём молчат львы» 15.10 «На этой неделе... 100 лет назад» 15.40 «Агора» 16.45 «Культурная полиция. Охотники за искусством» 17.30 01.00 «Мировые сокровища» 17.50 «Исторические концерты» 19.45 «Главная роль» 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 21.30 «Сати. Нескучная классика...» 22.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ». (16+) 23.00 «Дом архитектора» 23.50 Магистр игры	09.35 «Роман Карцев. Шут гороховый». (12+) 10.55 Городское собрание. (12+) 11.30 События 11.50 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 13.35 Мой герой. (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.00 «Естественный отбор». (12+) 17.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+) 19.40 События 20.00 Петровка, 38. (16+) 20.20 «Право голоса». (16+) 22.00 События 22.30 «Мусорная революция». (16+) 23.05 «Знак качества». (16+) 00.00 События. 25-й час 00.35 «90-е». (16+) 01.25 «Письмо товарища Зиновьева». (12+) 02.15 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 04.00 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 04.00 Большое кино. (12+) 05.30 Большое кино. (12+)	21.15 Ник расследует странное и запутанное дело, связанное с экзорцизмом и тёмными делами Совета... Розали разрывается между желанием помочь ему и своей верностью Совету. Тем временем капитан Ренар отправляется в Вену, чтобы решить «семейные дела»... 23.00 «НЕ ПОЙМАН - НЕ ВОР». (16+) 02.00 «ПОМНИТЬ ВСЕ». (16+) 02.00 «Тайные знаки». (12+) 05.30 Большое кино. (12+)	06.00 Украина, 2018 г. 23.15 «6 кадров». (16+) 00.30 «Муж напрокат». (16+) 02.25 «Понять. Простить». (16+) 02.55 «Реальная мистика». (16+) 04.15 «Тест на отцовство». (16+) 05.05 «По делам несовершеннолетних». (16+) 05.55 «6 кадров». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (16+)	06.00 08.00 08.20 10.05 13.15 14.05 14.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 18.50 «Сталинградская битва». (12+) 19.40 «Скрытые угрозы» 20.25 «Загадки века». (12+) 21.25 «Открытый эфир». (12+) 23.00 «Между тем». (12+) 23.30 «СМЕРШ». (16+) 03.40 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)	06.00 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 10.05 13.15 14.05 14.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 14.00 Военные новости 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 18.50 «Сталинградская битва». (12+) 19.40 «Скрытые угрозы» 20.25 «Загадки века». (12+) 21.25 «Открытый эфир». (12+) 23.00 «Между тем». (12+) 23.30 «СМЕРШ». (16+) 03.40 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)		
21.05 Хоккей. Канада - Дания. Чемпионат мира. (0+) 23.40 Тотальный футбол 01.20 Хоккей. Франция - Великобритания. Чемпионат мира. (0+) 03.30 Хоккей. Австрия - Италия. Чемпионат мира. (0+) 05.40 Спецрепортаж. (12+)	00.50 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 01.30 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 02.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 04.00 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 05.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 06.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 1-я гонка. (0+) 06.30 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 07.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 07.30, 09.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 08.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. Прямая трансляция. (0+) 21.00 Конный спорт. Global Champions League. (0+) 21.45 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 22.15 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 23.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. (0+)	06.10 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+) 08.05 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА». (12+) 10.25 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+) 12.45 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+) 14.00 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 14.30 «1+1». (16+) 16.35 «Хранитель Луны». Мультфильм. (6+) 18.15 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+) 20.10 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+) США, 1999 г. В ролях: Джулия Робертс, Ричард Гир, Джон Кьюсак, Гектор Элизондо 07.30, 09.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 08.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. Прямая трансляция. (0+) 21.00 Конный спорт. Global Champions League. (0+) 21.45 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 22.15 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 23.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. (0+)	05.20 «ЗЕЛЁНЫЙ ФУРГОН». (12+) 08.00 «СВАТЫ». (16+) 12.00 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (6+) 14.50 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+) 14.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГО РЕЖИМА». (12+) 16.20, 17.10 «СВИРИДОВЫ». (16+) 18.30 «РОК». (16+) 20.20 «МАРАФОН». (12+) 20.10 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+) США, 1999 г. В ролях: Джулия Робертс, Ричард Гир, Джон Кьюсак, Гектор Элизондо 07.30, 09.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 08.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. Прямая трансляция. (0+) 21.00 Конный спорт. Global Champions League. (0+) 21.45 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 22.15 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 23.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. (0+)	00.35 «ОВСЯНКИ». (16+) 01.55 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+) 03.30 «ОХОТНИК». (16+) 04.50 «ПЕРЕГОН». (16+) 07.55 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) 09.20 «ОТДАТЬ КОНЦЫ». (16+) 11.10, 12.05, 13.05, 14.05 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+) 15.05, 16.00, 17.00, 18.00 «СХВАТКА». (16+) 19.00, 19.55 «СВИРИДОВЫ». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2013 г. 20.50 «СОБЫТИЕ». (16+) 22.50 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+) Комедия, мелодрама, Россия, 2016 г.	00.35 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». Фильм 1. (0+) 05.45 «Полеты над Северной Финляндией». Фильм 7. Михаило-Архангельский монастырь. (0+) 06.00 Завет. (0+) 07.00 Иоанн Богослов. Цикл: Апостолы. (0+) 07.30 Пилигрим. (0+) 08.00 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+) 09.00 Русский обед. (0+) 10.00 И будят двое... (0+) 11.00 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (0+) 13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+) 14.30 Монастырская кухня. (0+) 15.00 Следы Империи. (0+)		
18.55 Футбол. «Рубин» (Казань) - «Анжи» (Махачкала). Российская Примера-лига 21.05 Хоккей. Канада - Дания. Чемпионат мира. (0+) 23.40 Тотальный футбол 01.20 Хоккей. Франция - Великобритания. Чемпионат мира. (0+) 03.30 Хоккей. Австрия - Италия. Чемпионат мира. (0+) 05.40 Спецрепортаж. (12+)	00.50 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 01.30 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 02.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 04.00 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 05.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 06.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 1-я гонка. (0+) 06.30 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 07.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 07.30, 09.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+) 08.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+) 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. Прямая трансляция. (0+) 21.00 Конный спорт. Global Champions League. (0+) 21.45 Автогонки. WTCR. Зандворт. 2-я гонка. (0+) 22.15 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+) 23.00 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. (0+)	06.10 «ТУТСИ». (16+) 02.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+) 04.40 «К ЧЕРТУ НА РОГА». (16+) 06.20 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+) 08.15 «МОИ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+) 10.05 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+) 11.45 «МАЛАВИТА». (16+) 13.55 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+) 16.05 «НИ МИНУТЫ ПОКОЯ». (12+) 17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+) 19.30 «РАЗВОД ПО ФРАНЦУЗСКИЙ». (16+) 20.00 Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+) 21.05 «ИДЕАЛЬ». (18+) Комедия, Франция, Германия, 2016 г. 20.00 Топ 30 - Русский криминальный недели. (16+) 22.50 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+) 02.15 Несприннер. (16+)	07.55 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+) 09.45 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕННИ». (16+) 11.50, 12.35, 04.30, 05.15 Проект подиум. (16+) 13.20 «КРУПНАЯ РЫБА». (16+) 15.20 Четыре свадьбы. (16+) 16.10 Холостяк. (16+) 17.00 Правила моей пекарни. (16+) 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+) 20.00, 20.45, 00.15, 01.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+) 21.00, 21.20 «ЖИЗНЬ, КОТОРЫЙ НЕ БЫЛО». (16+) 22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+) 04.00, 05.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+) 22.15, 02.45 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+) 23.15, 23.45, 01.45, 02.15 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+) 02.15 Несприннер. (16+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+) 12.00, 13.00 «НА МОРЕ». (16+) 14.00, 15.00 «НАВИГАТОР». (16+) 20.00, 21.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРЫЙ НЕ БЫЛО». (16+) 22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+) 04.00, 05.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+) 06.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КАИНА». (16+)	06.00, 14.35, 17.30, 21.45 «КАНДИС РЕНУАР». (16+) 06.55, 05.35 «КИЗИН В ДЕТАЛЯХ». (16+) 07.20, 08.05, 13.00, 13.45, 01.05, 01.		

12

ВТОРНИК, 21 МАЯ

ТЕЛЕК

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.00 «Доброе утро»	05.00 Утро России	05.10 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	05.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	05.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	
09.00 Новости	09.00 Вести	09.25 Утро России	09.55 «О самом главном». (12+)	06.40 «Да здравствует король Джудиан!» (6+)	09.00 «Дом-2. Lite». (16+)	09.00 «Дом-2. Lite». (16+)	06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)	06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)	06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
09.25 «Сегодня 21 мая. День начинается». (6+)	09.25 «О самом главном». (12+)	09.00 «Мальцева»	09.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	07.30 «Три кота». (0+)	10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)	07.00 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	07.00 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	07.00 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	
09.55 «Модный приговор». (6+)	11.00 Вести	11.25 Вести. Местное время	10.00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	07.45 «Приключения Буди и его друзей». (0+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	09.00 09.00 13.30 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.00 09.00 13.30 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.00 09.00 13.30 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)	
10.55 «Жить здорово!» (16+)	12.50 «60 минут». (12+)	14.00 Вести	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)	08.30 «Том и Джерри». (0+)	12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)	17.00 20.00 21.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	17.00 20.00 21.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	17.00 20.00 21.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	
12.00 Новости с субтитрами	14.25 Вести. Местное время	14.45 Вести. Местное время	13.00 «60 минут». (12+)	09.00 «Уральские пельмени». (16+)	10.20 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)	20.00 «Импровизация». (16+)	20.00 «Импровизация». (16+)	20.00 «Импровизация». (16+)	
12.15 Время покажет. (16+)	14.45 Вести. Местное время	17.00 Вести. Местное время	13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие	10.20 «След». (0+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	21.00 «Звёздный путь». (16+)	21.00 «Звёздный путь». (16+)	21.00 «Звёздный путь». (16+)	
15.00 Новости с субтитрами	17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	14.00 «Место встречи»	10.20 «След». (0+)	12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)	14.40 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)	14.40 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)	14.40 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)	
15.15 «Давай поженимся!» (16+)	18.50 «60 минут». (12+)	20.00 Вести	16.00 «Место встречи»	10.20 «След». (0+)	13.10 «Бородина против Бузовой». (16+)	20.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	20.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	20.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	
16.00 «Мужское / Женское». (16+)	20.45 Вести. Местное время	21.00 «ВСЁ МОГЛО БЫТЬ ИНАЧЕ». (12+)	18.10 «Основано на реальных событиях». (16+)	10.20 «След». (0+)	14.10 «След». (0+)	21.00 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)	21.00 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)	21.00 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)	
17.00 Время покажет. (16+)	21.00 «Всё могло быть иначе». (12+)	21.45 Сообразив, что натворил, Лёша умоляют Юлю простить его. Но Юля больше не хочет его видеть. Она сбегает в Москву вместе с Яной, где надеется поступить в институт искусств...	19.00 «Улицы РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	10.20 «След». (0+)	15.10 «Консультант». (16+)	22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)	22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)	22.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+)	
18.00 Вечерние новости с субтитрами	21.45 «Всё могло быть иначе». (12+)	21.45 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	19.40 «След». (0+)	10.20 «След». (0+)	16.00 «Консультант». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	
18.25 Время покажет. (16+)	00.00 «След». (0+)	02.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	20.00 «Морозова». (12+)	00.00 «След». (0+)	17.00 «Грань». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	
18.50 «Давай поженимся!» (16+)	00.10 «След». (0+)	02.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	02.00 «Морозова». (12+)	00.10 «След». (0+)	01.35 «След». (0+)	01.00 «STAND UP». (16+)	01.00 «STAND UP». (16+)	01.00 «STAND UP». (16+)	
01.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)	03.00 Новости	02.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.00 «Морозова». (12+)	01.05 «След». (0+)	03.05 «След». (0+)	02.50 «Открытый микрофон». (16+)	02.50 «Открытый микрофон». (16+)	02.50 «Открытый микрофон». (16+)	
03.00 «Мужское / Женское». (16+)	03.05 «Мужское / Женское». (16+)	03.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.00 «Морозова». (12+)	03.00 «След». (0+)	04.40 «Хроники Шанна-Ры». (16+)	05.15 «ТНТ. Best». (16+)	05.15 «ТНТ. Best». (16+)	05.15 «ТНТ. Best». (16+)	
03.50 «Давай поженимся!» (16+)	03.50 «Давай поженимся!» (16+)	03.50 «Давай поженимся!» (16+)	03.50 «Давай поженимся!» (16+)	03.50 «След». (0+)	05.20 «6 кадров». (16+)	00.30 «Кровавый алмаз». (18+)	00.30 «Кровавый алмаз». (18+)	00.30 «Кровавый алмаз». (18+)	

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 04.00 Барышня-крестьянка. (16+)

07.00 Школа доктора Комаровского. (12+)

Его советам можно доверять, потому что он - врач высшей категории и кандидат медицинских наук!

07.30 Утро Пятницы. (16+)

09.30 «Орел и решка. Перезагрузка-3». (16+)

19.00 Кондитер. (16+)

20.00 На ножах. (16+)

21.00 Инсайдеры-2. (16+)

00.00 Аферисты в сетях. (16+)

01.00 Пятница News. (16+)

01.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)

Ю

05.00 «Обмен жёнами». (16+)

06.30 «В теме». (16+)

06.55 «ТРОПИКАНКА». (12+)

07.45 «КЛОН». (16+)

09.40 «Обмен жёнами». (16+)

Получится ли у женщин навести порядок в чужой семье, сохранив дружную и спокойную атмосферу? Посмотрим.

11.15 «Взвешенные и Счастливые». (16+)

15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)

17.30 «Обмен домами». (16+)

19.00 «КЛОН». (16+)

21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)

00.20 «В теме». (16+)

00.50 «Мыслить как преступник». (16+)

03.20 «Обмен жёнами». (16+)

ЧЕ

06.00 12.00 «За гранью реального». (16+)

06.50 «Дорожные войны». (16+)

13.00 «Идеальный ужин». (16+)

15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)

18.30 22.30 «Опасные связи». (16+)

19.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)

20.30 «Решала». (16+)

00.00 «+100500». (18+)

01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)

01.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

03.10 «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК». (16+)

05.30 «Улетное видео». (16+)

МИР

06.00 Культ//Туризм. (16+)

06.30 «СУПРУГИ». (16+)

08.40 10.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНЯЯ». (16+)

10.00 13.00 Новости

13.15, 03.00 Зал суда. (16+)

14.10, 01.25 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)

15.05, 02.15 Дела семейные. Новые истории. (16+)

16.00 Новости

16.15 Такому мама не научит. (12+)

17.15, 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)

19.00 Новости

19.55 Телегра «Игра в кино». (12+)

20.40 00.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНЯЯ». (16+)

00.00 Новости

01.00 Такому мама не научит. (12+)

03.50 Наше кино. (12+)

04.20 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (12+)

OTP

05.00 11.05 21.05 «Правда?» (12+)

05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)

06.25 10.50 22.30 23.50 «Активная среда». (12+)

06.30 «Нормальные ребята». (12+)

07.00 10.40 15.45 «Гора Самоцветов». (0+)

07.40 15.15 «Календарь»

07.40 15.15 «Календарь»

09.00 10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+)

09.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости

12.30 00.00 «Загадочная планета». (12+)

13.20 18.00 «ОТражение»

17.50 «Медосмотр». (12+)

РЕТРО

01.15, 02.25 «ЗОЛОТАЯ СВАДЬБА». (12+)

03.40, 06.00, 22.00 Песня-88. (12+)

05.20 Мультифильмы. (6+)

08.00 «Маша больше не лентяйка». Мультифильм. (0+)

08.15 «Рассказы старого моряка». Мультифильм. (6+)

08.40 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)

10.40 Голубой огонек. (12+)

13.10 «Каша из топора». Мультифильм. (0+)

13.20, 18.00, 23.55 «ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧО». (12+)

14.40 Клуб путешественников. (12+)

15.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МНОГО ЗНАЛ». (16+)

19.25 Неизвестный Хемингуэй. (12+)

20.30 «ТЕРРОР». (16+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Ранние пташки». (0+)

06.55 «Чик-зарядка». (0+)

07.00 «С добрым утром, мышыши!». (0+)

07.30 «Чик-зарядка». (0+)

08.30 «Хранитель Лев». (0+)

09.00 «Удивительная Ви». (0+)

09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)

10.00 «Елена - принцесса Авалаора». (0+)

10.30 «София Прекрасная». (0+)

11.00 «Дружные мопсы». (0+)

11.30 «Гигантозавр». (0+)

12.00 «Уходи, Единорог!». (0+)

12.30, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

13.25 «Город героев: Новая история». (6+)

15.20, 19.05 «Герои Энвилла». (6+)

15.50 «Финес и Ферб». (6+)

16.45 «Закон Мерфи». (12+)

17.15, 21.15 «Гравити Фолз». (12+)

19.30 «Трио в перьях». (6+)

19.45 «Борободур». (12+)

20.30 «Гравити Фолз». (12+)

21.15 «Борободур». (12+)

21.45 «Борободур». (12+)

22.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

22.30 «Город героев: Новая история». (6+)

23.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

23.30 «Город героев: Новая история». (6+)

24.00 «Навигатор. Новости». (0+)

24.10 «Свинка Пеппа». (0+)

24.55 «Приключения Тома и Джерри». (6+)

25.40 «Лабораториум». (0+)

26.10 «Клуб Винкс». (6+)

26.35 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)

26.55 «Лунтик и его друзья». (0+)

27.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+)

27.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

28.20 «Пластилиники». (0+)

29.30 «Спокойной ночи, мышыши!». (0+)

29.45 «Барбоскины». (0+)

30.25 «Барбоскины». (0+)

30.45 «Инфинити Надо». (6+)

31.20 «Новые Луны Тюнз». (6+)

31.55 «Брумиз». (0+)

01.05 «Детектив Миретта». (6+)

02.45 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+)

03.10 «Паровозик Тишка». (0+)

04.10 «Королевская Академия». (6+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». (0+)

06.55 «Чик-зарядка». (0+)

07.00 «С добрым утром, мышыши!». (0+)

07.30 «Чик-зарядка». (0+)

08.30 «Хэтч

РОССИЯ Культура	РОССИЯ К Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-Й КАНАЛ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ
06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры «Пешком...»	06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.45 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (0+)	06.00 «Мультильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории». (16+)	06.00 «Мультильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+) 06.50 «Удачная покупка». (16+) 07.00 «Понять. Простить». (16+) 07.30 «6 кадров». (16+) 07.40 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.40 «Давай разведёмся!». (16+) 09.40 «Тест на отцовство». (16+) 10.45 «Реальная мистика». (16+) 12.45 «Понять. Простить». (16+) 13.50 «ЦЕНА ПРОШЛОГО». (16+) 18.00 «6 кадров». (16+) 19.00 «ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)	05.00 «Известия» 05.20 «Страх в твоем доме». (16+) 08.35 «СНАЙПЕРЫ». (16+)	05.00 «Известия» 05.20 «Страх в твоем доме». (16+) 08.35 «СНАЙПЕРЫ». (16+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Тайны века». (16+) 12.15 18.00 «Область спорта». (12+) 12.30 14.45 «Магистраль». (12+) 12.45 15.00 «Полицейский вестник». (12+) 13.00 03.45 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Такие разные». (12+) 14.30 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+) 15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)
06.35 20.05 «Правила жизни» 07.35 «Легенды мирового кино» 08.00 «СИТА И РАМА» 08.45 23.00 «Дом архитектора» 09.10 22.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЬЕ». (16+)	10.15 «Наблюдатель» 11.10 01.15 ХХ век 12.20 18.40 00.30 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским 13.10 «Мы - грамотеи!» 13.50 «Поиски жизни» 14.20 20.45 «О чём молчат львы» 15.10 «Пятое измерение» 15.40 «Белая студия» 16.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+)	11.30 События «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 13.40 Мой герой. (12+) 14.30 События Город новостей «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 15.05 21.15 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 17.00 «Естественный отбор». (12+) 17.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)	18.40 В бочке с дегустационным вином обнаружены останки критика, писавшего крайне нелестные отзывы о винах, производимых на винограднике... «ГРИММ». (16+) В канун Рождества двое подростков крадут подарки. Скрывшись от прохожих, они начинают разбирать пакеты и рассматривать подарки. Неожиданно их веселье прерывает существо, похожее на козла в костюме Санты. Оно скрывается, забрав в мешке для подарков одного из подростков и оставляет кусок угля... «ПСИХО». (16+)	23.00 Украина, 2018 г. «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3». (16+) 00.30 «Муж напрокат». (16+) 02.25 «Понять. Простить». (16+) 02.55 «Реальная мистика». (16+) 04.30 «Тест на отцовство». (16+) 05.20 «По делам несовершеннолетних». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (16+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Тайны века». (16+) 12.15 18.00 «Область спорта». (12+) 12.30 14.45 «Магистраль». (12+) 12.45 15.00 «Полицейский вестник». (12+) 13.00 03.45 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Такие разные». (12+) 14.30 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+) 15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)
06.35 20.05 «Правила жизни» 07.35 «Легенды мирового кино» 08.00 «СИТА И РАМА» 08.45 23.00 «Дом архитектора» 09.10 22.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЬЕ». (16+)	10.15 «Наблюдатель» 11.10 01.15 ХХ век 12.20 18.40 00.30 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским 13.10 «Мы - грамотеи!» 13.50 «Поиски жизни» 14.20 20.45 «О чём молчат львы» 15.10 «Пятое измерение» 15.40 «Белая студия» 16.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+)	11.30 События «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 13.40 Мой герой. (12+) 14.30 События Город новостей «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 15.05 21.15 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 17.00 «Естественный отбор». (12+) 17.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)	18.40 В бочке с дегустационным вином обнаружены останки критика, писавшего крайне нелестные отзывы о винах, производимых на винограднике... «ГРИММ». (16+) В канун Рождества двое подростков крадут подарки. Скрывшись от прохожих, они начинают разбирать пакеты и рассматривать подарки. Неожиданно их веселье прерывает существо, похожее на козла в костюме Санты. Оно скрывается, забрав в мешке для подарков одного из подростков и оставляет кусок угля... «ПСИХО». (16+)	23.00 Украина, 2018 г. «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3». (16+) 00.30 «Муж напрокат». (16+) 02.25 «Понять. Простить». (16+) 02.55 «Реальная мистика». (16+) 04.30 «Тест на отцовство». (16+) 05.20 «По делам несовершеннолетних». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (16+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Тайны века». (16+) 12.15 18.00 «Область спорта». (12+) 12.30 14.45 «Магистраль». (12+) 12.45 15.00 «Полицейский вестник». (12+) 13.00 03.45 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Такие разные». (12+) 14.30 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+) 15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)
06.35 20.05 «Правила жизни» 07.35 «Легенды мирового кино» 08.00 «СИТА И РАМА» 08.45 23.00 «Дом архитектора» 09.10 22.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЬЕ». (16+)	10.15 «Наблюдатель» 11.10 01.15 ХХ век 12.20 18.40 00.30 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским 13.10 «Мы - грамотеи!» 13.50 «Поиски жизни» 14.20 20.45 «О чём молчат львы» 15.10 «Пятое измерение» 15.40 «Белая студия» 16.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+)	11.30 События «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 13.40 Мой герой. (12+) 14.30 События Город новостей «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 15.05 21.15 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 17.00 «Естественный отбор». (12+) 17.50 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)	18.40 В бочке с дегустационным вином обнаружены останки критика, писавшего крайне нелестные отзывы о винах, производимых на винограднике... «ГРИММ». (16+) В канун Рождества двое подростков крадут подарки. Скрывшись от прохожих, они начинают разбирать пакеты и рассматривать подарки. Неожиданно их веселье прерывает существо, похожее на козла в костюме Санты. Оно скрывается, забрав в мешке для подарков одного из подростков и оставляет кусок угля... «ПСИХО». (16+)	23.00 Украина, 2018 г. «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3». (16+) 00.30 «Муж напрокат». (16+) 02.25 «Понять. Простить». (16+) 02.55 «Реальная мистика». (16+) 04.30 «Тест на отцовство». (16+) 05.20 «По делам несовершеннолетних». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (16+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 08.20 13.15 14.05 «ДАЛЬНО-БОЙЩИКИ». (16+) 10.00 14.00 Военные новости 18.30 14.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Тайны века». (16+) 12.15 18.00 «Область спорта». (12+) 12.30 14.45 «Магистраль». (12+) 12.45 15.00 «Полицейский вестник». (12+) 13.00 03.45 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Такие разные». (12+) 14.30 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+) 15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ	ЕВРОСПОРТ 1
06.00 «Вся правда про...» (12+)	00.35 03.00, 05.00, 07.30, 09.30, 13.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 9-й этап. (0+)
06.30 «Капитаны». (12+)	01.30, 04.00, 06.00, 08.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Квалификация. (0+)
07.00 08.30 10.25 16.30 20.00 Новости. (0+)	10.30 Фехтование. Серия Гран-при. Шанхай. (0+)
07.05 12.40 15.40 23.40 Все на Матч! (0+)	11.30, 12.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Шанхай. (0+)
08.35 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)	12.35 Автогонки. WTCR. Зандворт. 3-я гонка. (0+)
10.30 Хоккей. Швеция - Латвия. Чемпионат мира. (0+)	13.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. Прямая трансляция. (0+)
13.05 Хоккей. Чехия - Швейцария. Чемпионат мира (0+)	18.00 Велоспорт. «Джиро»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
16.00 «Невозданная хоккейная Россия». (12+)	18.30, 19.00 20.00 Теннис. ATP. Женева. 1-й круг. Прямая трансляция. (0+)
16.35 19.40 20.30 Все на хоккей! (0+)	21.05 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». Обзор дня. (0+)
17.05 Хоккей. Словакия - Дания. Чемпионат мира (0+)	23.00 Автогонки. WTCR. Зандворт. Обзор. (0+)
20.10 Спортивная гимнастика. Чемпионат мира. (0+)	23.30 Автогонки. Blancpain GT World Challenge. Обзор. (0+)
00.30 Волейбол. Россия - Доминиканская Республика. Лига наций. Женщины. (0+)	23.55 Автогонки. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)
02.30 Чемпионат Европы - 2019 по латиноамериканским танцам. (12+)	
03.35 Спортивная гимнастика. Мировой Кубок вызова. (0+)	
05.30 «Команда мечты». (12+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	
05.00 Сделано в 90-х. (16+)	13.00 18.20 Караокинг. (16+)
06.00 08.45 13.40 18.00 ПроНовости. (16+)	14.00 Топ чарт Европы плюс. (16+)
06.15 10.12 05.10 17.05 10 клипов дня. (16+)	15.00 Битва номинантов. (16+)
06.55 17.00 PRO-Клип. (16+)	16.00 Русские хиты. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)	20.00 Премия «Муз-ТВ-2016». Энергия Будущего. (16+)
10.00 Победитель битвы номинантов. (16+)	21.15 Ждите ответа. (16+)
10.30 MuzRapertura. (16+)	22.20 Неформат чарт. (16+)
11.05 Check-In на Mуз-ТВ. (16+)	22.50 Топ 30. (16+)
	01.20 Наше Made in Russia!. (16+)
	02.30 # ЯНАМуз-ТВ. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

<tbl_r cells="5" ix="4" maxcspan="1" maxrspan="1" usedcols="5

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Сегодня 22 мая. День начинается». (6+) 09.55 «Модный приговор». (6+) 10.55 «Жить здорово!» (16+) 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. (16+) 18.00 Вечерние новости с субтитрами 18.25 Время покажет. (16+) 18.50 На самом деле. (16+) 19.50 «Пусть говорят». (16+) 21.00 Время 21.30 «МАМА ЛОРА». (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести 09.25 Утро России 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.50 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.25 Вести. Местное время 14.45 «Кто против?» (12+) 17.00 Вести. время 17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.50 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 20.45 Вести. Местное время 21.00 «ВСЁ МОГЛО БЫТЬ ИНАЧЕ». (12+)	05.00 «АДВОКАТ». (16+) 06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.10 «Мальцева» 09.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.00 Сегодня 16.25 «Место встречи» 17.10 «ДНК». (16+) 18.10 «Основано на реальных событиях». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.40 «Да здравствует король Джалиан!» (6+) 07.30 «Три кота». (0+) 07.45 «Приключения Буди и его друзей». (0+) 08.30 «Том и Джерри». (0+) 09.00 «Уральские пельмени». (16+) 10.05 «НА ГРАНИ». (16+) США, 2012 г. Боевик. Сэм Уортингтон, Элизабет Бэнкс. Мужчина заселяется в отель на Манхэттене, съедает завтрак, тщательно вытирает все отпечатки пальцев, вылезает на карниз и собирается покончить жизнь самоубийством...	07.00 «ТНТ. Best». (16+) 09.00 «Дом-2. Lite». (16+) 10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+) 11.30 «Бородина против Бузовой». (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «ТОЛЯ-РОБОТ». (16+) 21.05 «Однажды в России». (16+)	05.00 04.20 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+) «С добрым утром!». (16+) 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишким». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 20.00 «ОСТРОВ». (12+)				
23.30 «Большая игра». (12+) 00.30 «Вечерний Ургант». (16+) 01.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+) 03.00 Новости 03.05 «Мужское / Женское». (16+) 03.50 «Давай поженимся!» (16+) 04.30 «Контрольная закупка». (6+)	23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+) 02.00 «МОРОЗОВА». (12+) На квартире, снимаемой успешным бизнесменом для развлечений с девушками, найден его труп. Смерть наступила от сердечного приступа, вызванного употреблением клофелина со спиртным.	21.45 Яна обещает Леше найти Юлю. Татьяна рассказывает Владу про тройняшек, она предполагает, что за рулём машины была одна из ее дочек. Влад намерен посадить убийцу Маши, кем бы она ни была. «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+) На квартире, снимаемой успешным бизнесменом для развлечений с девушками, найден его труп. Смерть наступила от сердечного приступа, вызванного употреблением клофелина со спиртным.	00.00 Сегодня 00.10 «Мировая закупка». (16+) 01.05 «Место встречи». (16+) 03.00 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 «КОНСУЛЬТАНТ». (16+) В другом городе убивают певицу Лину Рублеву, работавшую под Алину Репину. На теле девушки находят билет с номером три. Широкова вызывают на место преступления. Там он знакомится со следователем из Москвы. Сегодня 00.10 «Мировая закупка». (16+) 01.05 «Место встречи». (16+) 03.00 «АДВОКАТ». (16+)	12.10 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+) 14.50 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) 20.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+) 21.00 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+) США - Гонконг - Китай, 2016 г. Фантастический боевик. Крис Пайн, Закари Куинто. Команда крейсера «Энтерпрайз» исследует неизведанные глубины космоса.	22.05 «Где логика?». (16+) 23.05 «Дом-2. Город любви». (16+) 00.05 «Дом-2. После заката». (16+) 01.05 «STAND UP». (16+) 02.50 «Открытый микрофон». (16+) 05.15 «ТНТ. Best». (16+)	США, 2005 г. Боевик. Юэн МакГрегор, Скарлетт Йоханссон, Джиммон Хонс, Шон Бин. Глобальная катастрофа уничтожила большую часть населения и сделала Землю непригодной для жизни. «Смотреть всем!». (16+) 00.30 «ЗОЛОТОЙ ГЛАЗ». (16+)		
05.00 04.00 Барышня-крестьянка. (16+) 07.00 Школа доктора Комаровского. (12+) 07.30 Утро Пятницы. (16+) 09.30 13.00 19.00 На но-жах. (16+) Обладатель тяжелой руки и адепт шоковой терапии рубит с плеча и делает фарши из всех, кто отказывается помимать с первого раза. Но результат того стоит! 12.00 Кондитер. (16+) 21.00 Инсайдеры-2. (16+) 00.00 Аферисты в сетьях. (16+) 01.00 Пятница News. (16+) 01.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	06.00 12.00 «За гранью реального». (16+) 06.50 «Дорожные войны». (16+) 13.00 «Идеальный ужин». (16+) 15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+) 18.30 22.30 «Опасные связи». (16+) 19.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 20.30 «Решала». (16+) 00.00 «+100500». (18+) 01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 01.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 03.10 «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК». (16+) 05.40 «Улетное видео». (16+)	05.00 11.05 21.05 «ПравДа?». (12+) 05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+) 06.25 10.50 23.50 «Активная среда». (12+) 06.30 «Служу отчине» 07.00 10.40 15.45 «Гора Самоцветов». (0+) 07.40 15.15 «Календарь» 08.10 22.35 «Надежда Плевицкая. Краснобелая история». (12+) 09.00 10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+) 09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+) 10.00 «Елена - принцесса Авалаор». (0+) 10.30 «София Прекрасная». (0+) 11.00 «Дружные мопсы». (0+) 11.30 «Гигантозавр». (0+) 12.00 «Уходи, Единорог!» (6+) 12.30 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.25 «Утиные истории». (6+) Современный комедийно-приключенческий мультсериал «Утиные истории» основан на культовом одноименном проекте 1987 года, удостоенном премии «Эмми». В центре сюжета - новые приключения Скуджа Макдака, его племянника Дональда Дака, озорных Билли, Вилли и Диllib, заботливой Миссис Клювдии, очаровательной Поночки и беспарящего пилота Зигзага Маккряка... 14.20 19.05 «Герои Энвэлла». (6+) 15.50 «Финес и Ферб». (6+) 16.45 «Закон Мерфи». (12+) 17.15 21.15, 02.45 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 Киноистория Глеба Скородюкова. Мультифильм. (6+) 18.10 «Сказка о глупом муже». Мультифильм. (6+) 19.00 «Новости» 19.55 «Игра в кино». (12+) 20.40 00.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНЯЯ». (16+) 00.00 «Новости» 01.00 «Такому мама не научит». (12+) 03.50 «Наше кино. История большой любви». (12+) 04.20 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)	05.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 06.15 «Зак Шторм - Супер-пират». (6+) 07.05 «Герои в масках». (0+) 08.30 «Хранитель Лев». (0+) 09.00 «Удивительная Ви». (6+) 09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+) 10.00 «Елена - принцесса Авалаор». (0+) 10.30 «София Прекрасная». (0+) 11.00 «Дружные мопсы». (0+) 11.30 «Гигантозавр». (0+) 12.00 «Уходи, Единорог!» (6+) 12.30 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.25 «Утиные истории». (6+) Современный комедийно-приключенческий мультсериал «Утиные истории» основан на культовом одноименном проекте 1987 года, удостоенном премии «Эмми». В центре сюжета - новые приключения Скуджа Макдака, его племянника Дональда Дака, озорных Билли, Вилли и Диllib, заботливой Миссис Клювдии, очаровательной Поночки и беспарящего пилота Зигзага Маккряка... 14.20 19.05 «Герои Энвэлла». (6+) 15.50 «Финес и Ферб». (6+) 16.45 «Закон Мерфи». (12+) 17.15 21.15, 02.45 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 Киноистория Глеба Скородюкова. Мультифильм. (6+) 18.10 «Сказка о глупом муже». Мультифильм. (6+) 19.00 «Новости» 19.55 «Игра в кино». (12+) 20.40 00.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНЯЯ». (16+) 00.00 «Новости» 01.00 «Такому мама не научит». (12+) 03.50 «Наше кино. История большой любви». (12+) 04.20 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)	05.00 «КАРУСЕЛЬ». (0+) 06.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, мышы!». (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Хэтчимал. Приключения в Хатчтопии». (0+) 07.40 «Лео и Тиг». (0+) 09.10 «Деревяшки». (0+) 09.20 «Микроистория: Многочисленная редкость». (0+) 09.25 «В мире животных». (0+) 09.50 «Храбрец-удалец». (0+) 10.05 «Василиса Прекрасная». (0+) 10.25 «Роботы-поезд». (0+) 11.00 «Суперкрылья». (0+) 11.30 «Четверо в кубе». (0+) 12.15 «Тобот Атлон». (6+) 12.40 «Ниндзяго». (6+) 13.05 «Смешарики». Пин-коды. (6+) 14.00 «Навигатор». (0+) 14.10 «Свинка Пеппа». (0+) 14.55 «Приключения Тома и Джерри». (6+) 15.40 «Король караоке». (0+) 16.10 «Клуб Винкс». (6+) 16.35 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) 16.55 «Лунтик и его друзья». (0+) 18.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.20 «Пластилиники». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, мышы!». (0+) 20.45 «Барбоскины». (0+) 22.50 «Новые Луны Тюнз». (0+) 23.55 «Брумиз». (0+) 01.40 «Детектив Миретта». (0+) 02.45 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+) 03.10 «Паровозик Тишка». (0+) 04.10 «Королевская Академия». (6+)	05.00 «КАРУСЕЛЬ». (0+) 06.00 «КАРУСЕЛЬ». (0+) 06.25 «Золотая лихорадка». (16+) 07.20 «Великий махинатор». (12+) 08.15 «Быстрые и громкие». (12+) 09.10, 09.35 «Как это сделано?». (16+) 10.05, 10.30 «Охотники за реликвиями». (16+) 11.00, 11.55 «Охотники за старьем». (12+) 12.50 «НАСА: необъяснимые материалы». (12+) 13.45, 14.10 «Как это сделано?». (16+) 14.40 «Великий махинатор». (12+) 15.35 «Быстрые и громкие». (12+) 16.30 «Золотая лихорадка». (16+) 17.25 «Спасатели-тяжеловесы». (16+) 18.20, 03.30 «Ржавая империя». (12+) 19.15, 19.40 «Как это сделано?». (16+) 20.10 «Великий махинатор». (12+) 20.15, 21.30 «Охотники за реликвиями». (16+) 22.00 «Сибирь: ДНК Ледникового периода». (12+) 22.55 «Невидимые города Италии». (12+) 23.50 «Вторая мировая война». (12+) 00.45 «Карл Плагге: нацист-праведник». (12+) 01.35 «Запретная история». (12+) 02.25 «Музейные тайны». (12+) 03.10 «Загадочные убийства». (12+) 04.20 «Хакер в дикой природе». (16+) 05.10 «Забытая инженерия». (12+)	06.00 Как это сделано? (16+) 06.25 Золотая лихорадка. (16+) 07.20 Великий махинатор. (12+) 08.15 Смертоносный интеллект. (12+) 09.10 Загадочные убийства. (12+) 10.05, 10.30 Охотники за реликвиями. (16+) 11.00, 11.55 Охотники за старьем. (12+) 12.50 НАСА: необъяснимые материалы. (12+) 13.45, 14.10 Как это сделано? (16+) 14.40 Великий махинатор. (12+) 15.35 Быстрые и громкие. (12+) 16.30 Золотая лихорадка. (16+) 17.25 Спасатели-тяжеловесы. (16+) 18.20, 03.30 Ржавая империя. (12+) 19.15, 19.40 Как это сделано? (16+) 20.10 Великий махинатор. (12+) 20.15, 21.30 Охотники за реликвиями. (16+) 22.00 Сибирь: ДНК Ледникового периода. (12+) 22.55 Невидимые города Италии. (12+) 23.50 Вторая мировая война. (12+) 00.45 Карл Плагге: нацист-праведник. (12+) 01.35 Запретная история. (12+) 02.25 Музейные тайны. (12+) 03.10 Загадочные убийства. (12+) 04.20 Хакер в дикой природе. (16+) 05.10 Забытая инженерия. (12+)	06.00 Научные глупости. (16+) 06.30 Чудеса инженерии. (16+) 07.20, 08.15 Дикий тунец. (16+) 09.05 Авто-SOS. (16+) 10.00 Враждебная планета: Джунгли. (16+) 10.55, 11.45 Авто-SOS. (16+) 12.35 Неизвестный Китай. (16+) 13.25 Осушить океан: Титаник. (16+) 14.15 Реальное паранормальное: Город привидений. (16+) 15.05 Чудеса инженерии. (16+) 16.00 Расследования авиакатастроф. (16+) 16.50 Враждебная планета: Джунгли. (16+) 17.45, 18.35 Авто-SOS. (16+) 19.25 Реальное паранормальное: Город привидений. (16+) 20.15 Сила племени: Воды крови. (16+) 21.10 Авто-SOS. (16+) 22.00 Дикий тунец. (16+) 22.50 Враждебная планета: Джунгли. (16+) 23.45 Апокалипсис: Вторая мировая война. (16+) 00.40 Злоключения за границей: Кокаиновая ловушка. (16+) 01.30 Дикий тунец. (16+) 02.20 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+) 03.05 Расследования авиакатастроф. (16+) 03.50 Авто-SOS. (16+) 04.40 Дикий тунец. (16+) 05.35 Игры разума. (16+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ	

<tbl_r cells="2" ix="3" maxcspan

РОССИЯ Культура	РОССИЯ Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-Й КАНАЛ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ	
06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры «Пешком...»	06.00 «Настроение» 08.05 «Доктор И...» (16+) 08.40 «ПАССАЖИРКА». (16+)	06.00 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+) События 11.30 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)	06.00 «Мультильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории». (16+) 16.00 «Гадалка». (16+) 17.00 «Очевидцы». (16+) 17.35 «Слепая». (16+) 18.40 «КОСТИ». (12+) Бут и Бреннан расследуют убийство мужчины, связанное с загадочным содержимым его кейса. Улики ведут к тайным агентам ЦРУ... «ГРИММ». (16+) Возле одной закусочной избивают до смерти богатого гангстера из банды, где все члены - Ягуарды, ягуароподобные существа. В живых осталась только его девушка. К несчастью, всё это видел юноша, которого теперь преследуют преступники, чтобы устранить свидетеля... 21.15 «РАССВЕТ МЕРТВЕЦОВ». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+) 06.50 «Удачная покупка». (16+) 07.00 «Понять. Простить». (16+) 07.30 «6 кадров». (16+) 08.05 «По делам несовершеннолетних». (16+) 09.05 «Давай разведёмся!» (16+) 10.05 «Тест на отцовство». (16+) 11.10 «Реальная мистика». (16+) 13.00 «Понять. Простить». (16+) 14.05 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА». (16+) 18.00 «6 кадров». (16+) 19.00 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)	05.00 «Известия» 05.20 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) Россия, 2008 г. 08.40 «СНАЙПЕРЫ». (16+) 09.00 «Известия» 09.25 «СНАЙПЕРЫ». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) 18.30 «Известия» 19.00 «СЛЕД». (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» 00.25 «СЛЕД». (16+) 01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 03.35 «Известия» 03.40 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вместе». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+) 11.00 00.30 «Кремль 9». (16+) 12.15 14.30 18.00 «Артпроспект». (12+) 12.30 «Улыбнитесь, каскадеры!». (12+) 13.00 03.45 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Футбол губернии». (12+) 14.45 «Крупным планом». (12+) 15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+) 16.30 «ТАКСИ-2». (12+) 17.00 «Заметные люди». (12+) 17.45 «Собрание сочинений». (12+) 18.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+) 19.00 21.00 02.00 «Итоги». (12+) 19.15 21.15 02.15 «Парламентский дневник». (12+) 20.00 22.00 03.00 «Легенды спорта». (12+) 20.15 22.15 03.15 «Формула здоровья». (12+) 22.45 «ДЕМИДОВЫ». (6+) 00.00 «Звёздное интервью». (12+) 01.30 «Блаженная Феодиста». (12+)		
06.35 20.05 «Правила жизни» 07.35 «Легенды мирового кино» 08.00 «СИТА И РАМА» 08.45 23.00 «Дом архитектора» 09.10 22.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЬЕ». (16+) 10.15 «Наблюдатель» 11.10 01.20 XX век 12.20 18.40 00.30 «Что делать?» 13.10 Искусственный отбор «Земля и Венера. Соседки» 13.50 20.45 «О чем молчат львы» 15.10 Библейский сюжет «Три тайны адвоката Плевакова» 16.05 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+) СССР, 1977 г. Детектив. 1936 год. В Ленинграде на набережной найден убитым и ограбленным инженер Слайковский. По подозрению в убийстве арестовывается пьячуга Родыкин. 17.40 «Исторические концерты» 19.45 «Главная роль» 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 21.30 «Абсолютный слух» 23.50 «Шарашка - двигатель прогресса» 02.25 «Врубель»	10.35 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+) События 11.50 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)	13.40 Мой герой. (12+) События 14.30 Город новостей 14.50 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.00 «Естественный отбор». (12+) 17.50 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (12+) События 19.40 Петровка, 38. (16+) 20.20 «Право голоса». (16+) 22.00 События 22.30 Линия защиты. (16+) 23.05 «90-е». (16+) 00.00 События. 25-й час 00.35 «Удар властью. Распад СССР». (16+) 01.25 «Три генерала - три судьбы». (12+) 02.10 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 03.55 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+) 05.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)	23.00 «Машина времени». (16+) 01.15 «Человек-невидимка». (12+)					
06.00 «Вся правда про...» (12+) 06.30 «Капитаны». (12+) 07.00 08.55 11.10 14.10 17.15 Новости 07.05 11.15 14.15 22.25 00.55 Все на Матч! 09.00 Хоккей. Финляндия - Германия. Чемпионат мира. (0+) 12.00 Хоккей. Норвегия - Латвия. Чемпионат мира. (0+) 14.45 17.25 05.30 Специальный репортаж. (12+) 15.05 Хоккей. Россия - Швеция. Чемпионат мира. (0+) 17.55 Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2018-2019. Финал 20.25 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Химки». Единая лига ВТБ. 1/2 финала. Прямая трансляция 22.50 Волейбол. Россия - Китай. Лига наций. Женщины 01.25 Профессиональный бокс. (16+) 03.25 Футбол. «Атлетико Паранаэнсе» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина). Суперкубок Южной Америки	00.35 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+) 01.30 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+) 02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+) 04.00 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+) 05.00, 07.30, 09.35, 12.05 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+) 06.00, 08.30 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+) 11.00 Автомото. Формула Е. Берлин. Превью. (0+) 11.30 Автомото. WTCR. Зандворт. Обзор. (0+) 14.05 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. Прямая трансляция. (0+) 18.00 Велоспорт. «Джиро-экстра». Прямая трансляция. (0+) 18.30 Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. Прямая трансляция. (0+) 19.00 Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. Прямая трансляция. (0+) 21.00 Теннис. Тележурнал «АТР. За кадром». (0+) 21.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. (0+) 23.05 Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. (0+)	06.10 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+) 08.35 «БАНДИТЫ». (16+) 11.15 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+) 13.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+) 15.55 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+) 18.05 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+) 20.10 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+) США, Германия, Франция, Испания, 2007 г. 22.20 «АФЕРА ПО АМЕРИКАНСКИЙ». (16+) 01.00 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+) 02.45 «ЗА ПРОПАСТЬЮ ВО РЖИ». (18+) 04.35 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)	06.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+) 08.45 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАВДИЩА». (12+) 10.25 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+) 12.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+) 13.45 «ВИКИНГ». (12+) 16.20, 17.15 «СВИРИДОВЫ». (16+) 20.10 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+) США, Германия, Франция, Испания, 2007 г. 22.20 «АФЕРА ПО АМЕРИКАНСКИЙ». (16+) 01.00 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+) 02.45 «ЗА ПРОПАСТЬЮ ВО РЖИ». (18+) 04.35 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)	06.00 «СВАТЫ». (16+) 08.00 «СВАТЫ». (16+) 11.45 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+) 10.25 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Синякина, Александр Пороховщик 12.40 «ЛЕДОКОЛ». (12+) Россия, 2016 г. В ролях: Пётр Фёдоров, Сергей Пускепалис, Виталий Хаев, Алексей Барабаш, Александр Паль 18.15 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (12+) 20.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕТОМ». (16+) 22.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+) 00.10 «УЧЕНИК». (18+) 02.35 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+) 04.20 «СВИДАНИЕ С МОЛОДОСТЬЮ». (6+)	06.00 «ОЖИДАНИЕ». (12+) 06.30 «ДЕЛО № 306». (12+) 08.00 «СВАТЫ». (16+) 11.45 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+) 10.25 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Синякина, Александр Пороховщик 12.40 «ЛЕДОКОЛ». (12+) Россия, 2016 г. В ролях: Пётр Фёдоров, Сергей Пускепалис, Виталий Хаев, Алексей Барабаш, Александр Паль 18.15 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (12+) 20.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕТОМ». (16+) 22.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+) 00.10 «СВАТЫ». (16+) 02.40 «ПОЗДНЯЯ ЯГОДА». (12+) 04.10 «СВИДАНИЕ С МОЛОДОСТЬЮ». (6+)	06.00 «ДУРА». (16+) 02.25 «ЩЕНОК». (16+) 03.15 «ПЕРЕГОН». (16+) 05.35, 06.30, 07.30, 08.30 «СХВАТКА». (16+) 09.30, 10.25 «СВИРИДОВЫ». (16+) 11.20 «СОБЫТИЕ». (16+) 13.20 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+) 15.00 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (16+) 17.05 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+) Россия, 2017 г. 19.05, 19.55 «СВИРИДОВЫ». (16+) 20.50 «ОТЕЛЬ». (16+) Детектив, Россия, 2014 г. 22.20 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+) Детектив, боевик, Россия, 2013 г.	06.00 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 10.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 14.00 Военные новости 14.05 «ВЕРДИКТ». (16+) 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 18.50 «Сталинградская битва». (12+) 19.40 «Последний день». (12+) 20.25 «Секретная папка». (12+) 21.25 «Открытый эфир» 23.00 «Между тем». (12+) 23.30 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (12+) 01.25 «ТЫ ДОЛЖЕН ЖИТЬ»	06.00 Сегодня утром 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 10.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 14.00 Военные новости 14.05 «ВЕРДИКТ». (16+) 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 18.50 «Сталинградская битва». (12+) 19.40 «Последний день». (12+) 20.25 «Секретная папка». (12+) 21.25 «Открытый эфир» 23.00 «Между тем». (12+) 23.30 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (12+) 01.25 «ТЫ ДОЛЖЕН ЖИТЬ»

СПОРТ	
МАТЧ!	МАТЧ! ТВ
06.00 «Вся правда про...» (12+)	00.35 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+)
06.30 «Капитаны». (12+)	01.30 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+)
07.00 08.55 11.10 14.10 17.15 Новости	02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+)
07.05 11.15 14.15 22.25 00.55 Все на Матч!	04.00 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+)
09.00 Хоккей. Финляндия - Германия. Чемпионат мира. (0+)	05.00, 07.30, 09.35, 12.05 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 10-й этап. (0+)
12.00 Хоккей. Норвегия - Латвия. Чемпионат мира. (0+)	06.00, 08.30 Теннис. АТР. Женева. 1-й круг. (0+)
14.45 17.25 05.30 Специальный репортаж. (12+)	11.00 Автомото. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)
15.05 Хоккей. Россия - Швеция. Чемпионат мира. (0+)	11.30 Автомото. WTCR. Зандворт. Обзор. (0+)
17.55 Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2018-2019. Финал	14.05 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. Прямая трансляция. (0+)
20.25 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Химки». Единая лига ВТБ. 1/2 финала. Прямая трансляция	18.00 Велоспорт. «Джиро-экстра». Прямая трансляция. (0+)
22.50 Волейбол. Россия - Китай. Лига наций. Женщины	18.30 Теннис. Тележурнал «АТР. За кадром». (0+)
01.25 Профессиональный бокс. (16+)	19.00 Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. Прямая трансляция. (0+)
03.25 Футбол. «Атлетико Паранаэнсе» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина). Суперкубок Южной Америки	21.00 Теннис. Тележурнал «АТР. За кадром». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Сделано в 00-х. (16+)
06.00 08.45 13.40 18.00 ПроНовости. (16+)
06.15 10 11.35 10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55 17.00 PRO-Клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 Топ чарт Европы плюс. (16+

Сейчас почти на каждом участке можно увидеть теплицу. Особенно в регионах рискованного земледелия.

Здесь без укрытия урожай не вырастить. Но вырастить хочется многое, а теплица одна... Как совместить растения под одной крышей, чтобы все они комфортно себя чувствовали и хорошо плодоносили?

Плюсы и минусы совместного «проживания»

В идеале для каждой культуры нужна отдельная теплица. В таком случае можно соблюсти все требования по уходу за ней. Но не на каждом участке хватит места для нескольких добротных сооружений. Поэтому приходится прибегать к совмещенным посадкам.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

- + экономия места,
- + экономия на отоплении и освещении,
- + экономия времени,
- + возможность выращивать особо требовательные к климату культуры,
- + возможность регулировать уровень влажности и температуры при помощи систем полива и вентиляции.

НЕДОСТАКИ:

- растения могут переопылиться;
- вредители могут нападать и на соседей;
- серьезная опасность загущения посадок;
- чем меньше площадь теплицы, тем труднее создавать условия, подходящие для разных культур.

Общие правила совмещённых посадок

Главный вопрос, которым задается дачник, заселяя теплицу: какие растения могут жить рядом, а какие – нет? И здесь надо учитывать многие факторы. Потребность в освещенности, влажности воздуха и почвы, совместные вредители, потребность в питательных веществах.

Логично предположить, что рядом с растениями, сильно истощающими почву, лучше посадить нетребовательные к ее качеству культуры. Теневыносливые растения будут хорошо себя чувствовать рядом с высокими, которые будут их притенять. При этом не забывайте учитывать и

конструкцию теплицы: она тоже диктует свои правила. Если свод у сооружения полукруглый, значит, самое высокое место в центре. Именно здесь и стоит сажать высокие и длинные растения. Хорошо, если теплица имеет двери с обоих торцов. Тогда есть возможность при помощи элементарных загородок из полистиэлена или даже простых занавесок поделить теплицу на две части, в каждой из которых можно создать свой особенный микроклимат.

Магазин «Садовод». – У вас есть лопаты? – Нет. – А вёдра, гвозди? – Нет! – А зачем вы здесь сидите? – Потому что замков НЕТ!

Под одной тепличной крышей



Не забывайте, что главный враг теплиц – загущенные посадки! Оставляйте растениям достаточно места для роста и развития. А разные культуры постараитесь посадить так, чтобы они не соприкасались листьями друг с другом.

Польза пряных трав

Пряные травы не просто хорошо растут рядом с определенными культурами, они еще и отпугивают вредителей благодаря своему запаху. Что с чем сажать? Здесь все просто: что отлично сочетается на столе, хорошо будет и расти вместе. Под кустами огурцов посейте укроп. Рядом с томатами – базилик. Петрушка – всем подружка, так же, как и сельдерей. А вот с салатами будьте осторожны, они могут привлечь в теплицу слизней!

Выбираем соседей

Самые популярные культуры, выращиваемые в теплицах, – томаты и огурцы. Но именно для них требуются совершенно разные условия содержания. Огурцам необходима высокая влажность. От недостатка воды они не будут развиваться, плоды вырастут мелкими и горькими.

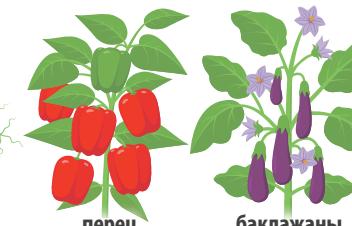
Томаты же, наоборот, от переизбытка влаги страдают грибковыми заболеваниями, а плоды трескаются и на вкус становятся водянистыми.

Что же делать? Во-первых, развести томаты и огурцы по разным



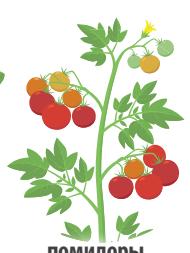
огурцы

фасоль



перец

баклажаны



помидоры

углам теплицы. Помидоры посадить ближе к выходу, так как они нуждаются в свежем воздухе, а огурцы разместить по дальше. Для надежности можно между огурцами и томатами поставить перегородку. Можно создать также надежную живую ширму, посадив рядом с томатами спар-

жевую фасоль. В теплице она растет намного лучше, чем в открытом грунте. Четыре-пять кустов обеспечат семью полноценным урожаем.

Перцы и баклажаны можно посадить рядом с помидорами. Они лю-

бят чуть больше влаги, но тоже нуждаются в притоке свежего воздуха.

Не стоит сажать рядом сладкий и горький перец. Они переопыляются, и получится у вас сладкий перец с горчинкой, а горький совсем несъедобный.

Авторы фото: Evgeniy Zhukov, Andrii Chagovets/Shutterstock.com

Правила использования

Недостаток щепы заключается в том, что она вытягивает из почвы азот. Поэтому ее лучше выкладывать в приствольные круги взрослых деревьев и кустарников. А для молодых стоит положить под мульчу слой компоста или перегноя. На долговечность мульчи влияет, из какой породы деревьев она была произведена. Хвойные породы служат дольше, чем лиственные, но при этом закисляют почву. Мульча из липы или березы быстрее перепреет, но и подойдет для любых растений. Чтобы весной почва быстрее просохла, щепу сгребают. Затем ее можно промыть, продезинфицировать и, просушив, снова использовать.

СОВЕТ БЫВАЛОГО ДАЧНИКА

О пользе мульчирования сказано уже много. Мульча помогает защитить растение от сорняков, сохраняет влагу в почве, делает грунт более рыхлым и отдаёт растению свои полезные вещества. Но при этом хочется, чтобы мульча ещё и украшала участок. И это возможно.

Цветное украшение участка

Это один из материалов, которые проще купить, чем заготовливать самому. Конечно, щепа не вечная, ее придется периодически обновлять, но не часто. Чаще всего такой мульчи хватает на два-три сезона. Сегодня в магазине

Мульча из щепы: красота и польза сразу

можно встретить самую разную щепу. Умелый дизайнер впишет в ландшафт любую «веселенькую» расцветку. Но если вы не дизайнер, тогда лучше всего выбирать щепу природных расцветок: зеленую, коричневую и желтую, для декорирования клумб.



ВАЖНО!
Покупая щепу, обращайте внимание, чем ее окрасили. Естественные красители, попадая в почву, не нанесут ей вреда, а вот искусственные...

16-26 МАЯ: ДЕКАДА ЛЬГОТНОЙ ПОДПИСКИ на 2-е ПОЛУГОДИЕ 2019 ГОДА!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
С 16 по 26 мая проходит
ДЕКАДА ЛЬГОТНОЙ ПОДПИСКИ
на все наши издания
на 2-е полугодие 2019 года.



Оформить
ПОДПИСКУ
по льготной цене
до почтового ящика
можно во всех
почтовых отделениях
связи и на сайте
Почты России

<https://podpiska.pochta.ru>

Только для жителей Белгородской,
Воронежской, Курской, Липецкой,
Орловской и Тамбовской областей.



ООО «ИД «КАРДОС», 12+

**Стоимость
льготной подписки
на «ТЕЛЕК Черноземье»
на 2-е полугодие 2019 г.**

1 месяц	115,43 руб.
6 месяцев (26 номеров)	692,58 руб.

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

Газета выходит
1 раз в неделю



**Стоимость
льготной подписки
на «ДАЧА pressa.ru»
на 2-е полугодие 2019 г.**

1 месяц	49,29 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	295,74 руб.*

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

Газета выходит
2 раза в месяц

ООО «ИД «КАРДОС», 12+



**Стоимость
льготной подписки
на «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ» pressa.ru
на 2-е полугодие 2019 г.**

1 месяц	44,47 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	266,82 руб.*

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

Журнал выходит
2 раза в месяц

ООО «ИД «КАРДОС», 16+



**Стоимость
льготной подписки
на «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»
на 2-е полугодие 2019 г.**

1 месяц (1 номер)	27,18 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	163,08 руб.*

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

Журнал выходит
1 раз в месяц

ООО «ИД «КАРДОС», 12+



**Стоимость
льготной подписки
на «ДОМАШНИЙ ПОВАР»
на 2-е полугодие 2019 г.**

1 месяц (1 номер)	29,34 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	176,04 руб.*

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

Журнал выходит
1 раз в месяц

ООО «ИД «КАРДОС», 12+

* Цены указаны по каталогу «Почта России» для жителей г. Москвы ([с доставкой до почтового ящика](#)). ВНИМАНИЕ: цена может незначительно меняться в зависимости от региона доставки.
Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Сегодня 23 мая. День начинается». (6+) 09.55 «Модный приговор». (6+) 10.55 «Жить здорово!» (16+) 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. (16+) 18.00 Новости с субтитрами 18.25 Время покажет. (16+) 18.50 На самом деле. (16+) 19.50 «Пусть говорят». (16+) 21.00 Время 21.30 «МАМА ЛОРА». (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести 09.25 Утро России 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.50 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.25 Вести. Местное время 14.45 «Кто против?» (12+) 17.00 Вести. Местное время 17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.50 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 20.45 Вести. Местное время 21.00 «ВСЁ МОГЛО БЫТЬ ИНАЧЕ». (12+) 23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+) 02.00 «МОРОЗОВА». (12+)	05.10 «АДВОКАТ». (16+) 06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.10 «Мальцева» 09.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.00 Сегодня 16.25 «Место встречи» 17.10 «ДНК». (16+) 18.10 «Основано на реальных событиях». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 21.45 Потапов у своего дома задерживает молодого парня Дремова в окровавленной одежде. Он стал случайным свидетелем смерти Мокшина, истекающего кровью на лестнице. «КОНСУЛЬТАНТ». (16+) Лариса с Широковым приезжают в Долгопрудный, где появилась жертва номер пять - певец Анисимов... 00.00 Сегодня 00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+) 00.45 «Место встречи». (16+) 03.00 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.40 «Да здравствует король Джалиан!» (6+) 07.30 «Три кота». (0+) 07.45 «Приключения Буди и его друзей». (0+) 08.30 «Том и Джерри». (0+) 09.00 «Уральские пельмени». (16+) 10.20 «МАШИНА ВРЕМЕНИ». (12+) США, 2002 г. Фантастический боевик. Гай Пирс, Саманта Мамба. Конец 19 века. Одаренный молодой учёный Александр Хартдеген преподает теоретическую механику в Колумбийском университете. «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+) 12.20 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+) 14.50 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) 20.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+) 21.00 «СКАЛА». (16+) США, 1996 г. Боевик. Шон Коннери, Николас Кейдж, Эд Харрис. Морские пехотинцы во главе с генералом Хаммелем, захватили тюремную крепость Алькатрас, уже давно превратившуюся в аттракцион для туристов, и взяли группу заложников. «ЗМЕИНЫЙ ПОЛЁТ». (16+) 01.45 «ХРОНИКИ ШАННАРЫ». (16+) 03.10 «ЗВОНОК». (16+) 04.55 «6 кадров». (16+)	07.00 «ТНТ. Best». (16+) 09.00 «Дом-2. Lite». (16+) 10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+) 11.30 «Бородина против Бузовой». (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «ТОЛЯ-РОБОТ». (16+) 21.00 «Шоу «Студия «Союз». (16+) В эфире ТНТ единственное в своем роде комедийно-музыкальное шоу - «Студия СОЮЗ». В рамках программы звезды российского шоу-бизнеса меряются музыкальностью, чтобы сделать тебе очень смешно! Для этого они погружаются в мир изощренной русской эстрады, и только юмор и самоирония помогут им выстоять в этой схватке.	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+) «С добрым утром!». (16+) 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишким». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 03.20 «Тайны Чапман». (16+) 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (16+)				
23.30 Премьера. «Большая игра». (12+) 00.30 «Вечерний Ургант». (16+) 01.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+) 03.00 Новости 03.05 «Мужское / Женское». (16+) 03.50 «Давай поженимся!» (16+) 04.30 «Контрольная закупка». (6+)	23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+) 02.00 «МОРОЗОВА». (12+) Во время перевозки сбегают двое. Один из них - Игорь Панарин, брат Вадика, приятеля Ксюши. Он отбывал срок за убийство жены генерала Станкевича, с которой состоял в любовной связи.	05.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЬ Е». (12+) 18.30 22.30 «Опасные связи». (16+) 19.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 20.30 «Решала». (16+) 00.00 «+100500». (18+) 01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 01.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 03.10 «НЕЗАБЫВАЕМОЕ». (16+) 05.00 «Летнее видео». (16+)	00.00 «ЗАК ШТОРМ - Суперпират». (6+) 06.25 10.50 22.30 23.50 «Активная среда». (12+) 06.30 «Дом «Э». (12+) 07.00 10.40 «Гора Самоцветов». (0+) 07.40 15.15 «Календарь» 08.10 22.35 «Споймите, друзья!» (12+) 09.00 10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+) 10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости 12.30 00.00 «Загадочная планета». (12+) 13.20 18.00 ОТРажение 17.45 «Медсострой». (12+) 22.00 «Гамбургский счёт»	00.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 07.05 «Герои в масках». (0+) 08.30 «Хранитель Лев». (0+) 09.00 «Удивительная Ви». (6+) 09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+) 10.00 «Елена - принцесса Авалаор». (0+) 10.30 «София Прекрасная». (0+) 11.00 «Дружные мопсы». (0+) 11.30 «Гигантозавр». (0+) 12.00 «Уходи, Единорог!» (6+) 12.30 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.25 «Рапунцель: История продолжается». (6+) Приключения отважной Принцессы и ее друзей продолжаются! Во втором сезоне увлекательного мульти сериала Рапунцель предстоит покинуть родную Корону и отправиться в захватывающее путешествие, чтобы разгадать тайну волшебных черных камней. Компанию Рапунцель в этом нелегком деле составят: Юдкин, Касандра, конь Максимус, а также совершившая новая герояния - Адира.	00.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, мамыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Хэтчимал. Приключения в Хатчикопии». (0+) 07.40 «Лео и Тиг». (0+) 09.10 «Деревяшки». (0+) 09.20 «Букабу». (0+) 09.40 «Про девочку Машу». (0+) 10.05 «Живая игрушка». (0+) 10.15 «Грибной дождик». (0+) 10.25 «Роботы-поезда». (0+) 11.00 «Суперкрылья». (0+) 11.30 «Четверг в кубе». (0+) 12.15 «Тобот Атолон». (6+) 12.40 «Ниндзяго». (6+) 13.05 «Смешарики». Пин-коды. (6+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Свинка Пеппа». (0+) 14.55 «Приключения Тома и Джерри». (6+) 15.40 «Всё, что вы хотели знать, но боились спросить». (6+) 16.10 «Клуб Винкс». (6+) 16.35 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) 16.55 «Лунтик и его друзья». (0+) 18.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.30 «Пластилиники». (0+) 23.55 «Спокойной ночи, мамыши!» (0+) 20.45 «Барбосикины». (0+) 22.25 «Инфинити Надо». (6+) 22.50 «Новые Луны Тюнз». (6+) 23.55 «Брумиз». (0+) 01.05 «Детектив Миретта». (6+) 02.45 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+) 03.10 «Паровозик Тишка». (0+) 01.20 «ПЁС И НИШИЙ». (6+) 02.45 «Отель Трансильвания». (12+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+) 01.00 «STAND UP». (16+) 02.50 «THT-Club». (16+) 02.55 «Открытый микрофон». (16+) 05.15 «ТНТ. Best». (16+)	ЮАР - Китай - США, 2017 г. Мистический боевик. Итан Хоук, Пол Андерсон, Рутгер Хауэр. Опытный киллер Трэвис Конрад теряет жену и сына. После их смерти он уходит из грязного бизнеса... «Смотреть всем!». (16+) «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА». (16+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ				ДЕТСКИЕ				ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ			
ПЯТНИЦА 05.00 04.00 Барышня-крестьянка. (16+) 07.00 Школа доктора Комаровского. (12+) 07.30 Утро Пятницы. (16+) 09.30 «Орел и решка. Перезагрузка-3». (16+) 19.00 21.00 Инсайдеры-2. (16+) 22.00 Теперь я босс. (16+) Реалити-шоу про бизнес по обмену! Супер успешный бизнесмен и начинающий предприниматель на три дня меняются местами. 23.00 Аферисты в сетях. (16+) 01.00 Пятница News. (16+) 01.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	ЧЕ 06.00 12.00 «За гранью реального». (16+) 06.50 «Дорожные войны». (16+) 13.00 «Идеальный ужин». (16+) 15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЬ Е». (12+) 18.30 22.30 «Опасные связи». (16+) 19.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 20.30 «Решала». (16+) 00.00 «+100500». (18+) 01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 01.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 03.10 «НЕЗАБЫВАЕМОЕ». (16+) 05.00 «Летнее видео». (16+)	OTP 05.00 11.05 21.05 «ПравДа?». (12+) 05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+) 06.25 10.50 22.30 23.50 «Активная среда». (12+) 06.30 «Дом «Э». (12+) 07.00 10.40 «Гора Самоцветов». (0+) 07.40 15.15 «Календарь» 08.10 22.35 «Споймите, друзья!» (12+) 09.00 10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+) 10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости 12.30 00.00 «Загадочная планета». (12+) 13.20 18.00 ОТРажение 17.45 «Медсострой». (12+) 22.00 «Гамбургский счёт»	КАНАЛ DISNEY 05.00 07.35 «Пёс Пэт». (6+) 05.25 «Жужуки». (6+) 06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 07.05 «Герои в масках». (0+) 08.30 «Хранитель Лев». (0+) 09.00 «Удивительная Ви». (6+) 09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+) 10.00 «Елена - принцесса Авалаор». (0+) 10.30 «София Прекрасная». (0+) 11.00 «Дружные мопсы». (0+) 11.30 «Гигантозавр». (0+) 12.00 «Уходи, Единорог!» (6+) 12.30 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.25 «Рапунцель: История продолжается». (6+) Приключения отважной Принцессы и ее друзей продолжаются! Во втором сезоне увлекательного мульти сериала Рапунцель предстоит покинуть родную Корону и отправиться в захватывающее путешествие, чтобы разгадать тайну волшебных черных камней. Компанию Рапунцель в этом нелегком деле составят: Юдкин, Касандра, конь Максимус, а также совершившая новая герояния - Адира.	KARUSSEL 05.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, мамыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Хэтчимал. Приключения в Хатчикопии». (0+) 07.40 «Лео и Тиг». (0+) 09.10 «Деревяшки». (0+) 09.20 «Букабу». (0+) 09.40 «Про девочку Машу». (0+) 10.05 «Живая игрушка». (0+) 10.15 «Грибной дождик». (0+) 10.25 «Роботы-поезда». (0+) 11.00 «Суперкрылья». (0+) 11.30 «Четверг в кубе». (0+) 12.15 «Тобот Атолон». (6+) 12.40 «Ниндзяго». (6+) 13.05 «Смешарики». Пин-коды. (6+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Свинка Пеппа». (0+) 14.55 «Приключения Тома и Джерри». (6+) 15.40 «Всё, что вы хотели знать, но боились спросить». (6+) 16.10 «Клуб Винкс». (6+) 16.35 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) 16.55 «Лунтик и его друзья». (0+) 18.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.30 «Пластилиники». (0+) 23.55 «Спокойной ночи, мамыши!» (0+) 20.45 «Барбосикины». (0+) 22.25 «Инфинити Надо». (6+) 22.50 «Новые Луны Тюнз». (6+) 23.55 «Брумиз». (0+) 01.05 «Детектив Миретта». (6+) 02.45 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+) 03.10 «Паровозик Тишка». (0+) 01.20 «ПЁС И НИШИЙ». (6+) 02.45 «Отель Трансильвания». (12+)	DISCOVERY CHANNEL 06.00 Как это сделано? (16+) 06.25 Золотая лихорадка. (16+) 07.20 Великий махинация. (12+) 08.15 Быстрые и громкие. (12+) 09.10, 09.35 Как это сделано? (16+) 10.05, 10.30 Охотники за реликвиями. (16+) 11.00, 11.55, 12.50 Разрушители легенд: кастиング. (16+) 13.45, 14.10 Как это сделано? (16+) 14.40 Великий махинация. (12+) 15.35 Быстрые и громкие. (12+) 16.30 Золотая лихорадка. (16+) 17.25 Спасатели-тяжеловесы. (16+) 18.20 Ржавая империя. (12+) 19.15, 19.40 Как это сделано? (12+) 20.10 Великий махинация. (12+) 21.05, 21.30 Охотники за реликвиями. (16+) 22.						

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	ЧЕ
05.00 Барышня-крестьянка. (16+) 07.00 Школа доктора Комаровского. (12+) 07.30 Утро Пятницы. (16+) 09.30 «Орел и решка. Переагрузка». (16+) 12.00 Мейкаперы-2. (16+) 13.00 «Орел и решка. Переагрузка-3». (16+) 19.00 «РЕКРУТ». (16+) 23.00 «ПОЛИЦИЯ МАЙАМИ: ОТДЕЛ НРАВОВ». (16+) 01.00 Пятница News. (16+) 01.30 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ГОНКИ 2050». (16+) 03.30 «СОТНЯ». (16+)	06.00 «За гранью реального». (16+) 06.50 «Дорожные войны». (16+) 13.00 «Идеальный ужин». (16+) 14.00 «Опасные связи». (16+) 19.30 «ПОБЕГ ИЗ ЛОС-АНДЖЕЛЕСА». (16+) США, 1996 г. Боевик. 21.30 «ЗВЁЗДНЫЕ ВРАТА». (0+) 00.00 «БИТВА ДРАКОНОВ». (16+) 02.00 «НЕЗАБЫВАЕМОЕ». (16+) 03.45 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+) 05.40 «Улетное видео». (16+)	05.00 11.05 21.05 «За дедол!» (12+) 05.55 12.05 22.50 «Большая страна». (12+) 06.25 10.50 22.45 «Активная среда». (12+) 06.30 23.20 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». (0+) 08.00 15.15 «Календарь» 08.30 «Вспомнить всё» 09.00 10.05 16.05 17.05 «РУССКИЙ ДУБЛЬ». (12+) 10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости 12.30 «Загадочная планета». (12+) 13.20 18.00 ОТРажение 15.45 «Гора Самоцветов» 17.50 «Медсмотри». (12+) 22.00 «Культурный обмен». (12+)
Ю	МИР	ПЕТРО
05.00 «Обмен жёнами». (16+) 06.20 «В теме». (16+) 06.45 «ТРОПИКАНКА». (12+) 07.35 «КЛОН». (16+) 09.30 «Одиночный пapa мечтает познакомиться». (16+) 11.15 «Взвешенные и Счастливые». (16+) 15.20 «Моя скверковымонстр». (16+) 17.30 «Измены». (16+) Две женщины-детектива – психолог Татьяна Виноградова и адвокат Ирина Минеева – объявляют изменения в судьбу! 19.25 «КЛОН». (16+) 21.25 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 00.50 «В теме». (16+) 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.35 «На 10 лет моложе». (12+)	06.00 Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+) 06.25 «СУПРУГИ». (16+) 08.30 10.20 «ДВОРНАЯ СПЛОШНЯЯ». (16+) 10.00 13.00 16.00 19.00 Новости 10.10 В гостях у цифры. (12+) 13.15 Зал суда. (16+) 14.10 15.05 «Дела семейные». (16+) 16.15 Такому мама не научит. (12+) 16.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) 19.20 Всеирманные игры разума. (0+) 20.00 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (6+) 21.50 «ЗИТА И ГИТА». (12+) 00.50 Держись, шоубиз! (16+) 01.15 «ЛЮБИМЫЙ РАДЖА». (16+) 03.40 Наše кино. История большой любви. (12+)	01.10 Юбилейный вечер Александры Пахмутовой. (12+) 03.20 , 07.15, 23.30 Клуб путешественников. (12+) 04.15 Мультифильмы. (6+) 06.00 , 10.50, 14.00, 17.55, 22.05 «ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧО». (12+) 08.10 Мультифильмы. (0+) 09.00 Чахатуриян. (12+) 12.10 Мультифильмы. (0+) 12.35 «Мы с Шерлоком Холмсом». Мультифильм (6+) 12.45 «Мы такие мастера». Мультифильм. (6+) 12.55 Неизвестный Хемингуэй. (12+) 15.20 «СТРАННАЯ ЛЮБОВЬ МАРТЫ АЙВЕРС». (16+) 17.40 Киноистории Глеба Скородюкова. (12+) 19.15, 20.45 «БРИЛЛИАНТЫ ДЛЯ ДИКТАТУРЫ ПРОЛЕТАРИАТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

КАРУСЕЛЬ

05.00, 07.35 «Пёс Пэт». (6+)	05.00 «Ранние птички» (0+)
05.25 «Жухики». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
06.15 «Зак Шторм - Супер-пират». (6+)	07.00 «С добрым утром, мыльши!» (0+)
07.05 «Герои в масках». (0+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
08.30 «Хранитель Лев». (0+)	07.35 «Хэтымал. Приключения в Хэтымитопии». (0+)
09.00 «Удивительная Вия». (6+)	07.40 «Лео и Тиг». (0+)
09.30 «Изысканные Нэнси Клэнси». (0+)	09.10 «Деревяшки». (0+)
10.00 «Елена - принцесса Авалаор». (0+)	09.20 «Букварий». (0+)
10.30 «София Прекрасная». (0+)	09.40 «Союзмультфильм» представляет: «Винни-Пух». (0+)
11.00 «Дружные мопсы». (0+)	10.25 «Роботы-поезда». (0+)
11.30 «Гигантозавр». (0+)	11.00 «Суперкрылья: Джет и его друзья». (0+)
12.00 «Союз зверей». (6+)	11.30 «Четверто в кубе». (0+)
13.55, 23.00 «Гравити Фолз». (12+) В центре сюжета мультсериала - приключения школьников Диллера и Мэйбл Пайнс. Однажды на канапулы брат и сестра отправляются погостить к своему дяде, который живёт в городе Гравити Фолз. Оказывается, это место буквально напичкано чудесами и сверхъестественными явлениями. Здесь обитают зомби и привидения, открываются порталы, а в траве спрятаны магические кристаллы.	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
16.40 «Не бей копытом». (0+)	12.40 «Ниндзяго». (6+)
17.55 «Трио в первых». (6+)	13.05 «Смешарики: Пинг-код». (6+)
19.30 «Большое путешествие». (0+)	14.00 «Навигатор. У нас горит!» (0+)
21.10 «Семейка Грин в городе». (12+) Жизнь неугомонного школьника Крикета Грина неожиданно меняется, когда его семья решает переехать из деревни в мегаполис к бабуле Элис.	14.10 «Свинка Пеппа». (0+)
01.15 «ДОКТОР ДУЛИТТА: СОБАЧЬЯ ЖИЗНЬ ПРЕЗИДЕНТА». (12+)	14.55 «Приключение Тома Джерри». (6+)
02.45 «Псевдокот». (12+)	15.50 «Вкусняшки шоу». (0+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)	Все дети очень любят игры и сладости. А что, если всё это совместить?
	16.10 «Клуб Бинкс». (6+)
	16.35 «Приключение Барби в доме мечты». (0+)
	16.55 «Лунтик и его друзья». (0+)
	18.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
	19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
	20.20 «Пластилиники». (0+)
	20.30 «Спокойной ночи, мыльши!» (0+)
	20.45 «Три кота». (0+)
	22.55 «Инспектор Гаджет». (6+)
	00.50 «Малышы-прыгушки». (0+)
	01.50 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+)
	02.15 «Паровозик Тишк». (0+)
	04.10 «Королевская Академия». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

 DISCOVERY CHANNEL	 VIASAT HISTORY	 NATIONAL GEOGRAPHIC CHANNEL
06.00 Как это сделано? (16+)	07.10 Невероятные изобретения. (6+)	06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Золотая лихорадка. (16+)	07.40 Музейные тайны. (12+)	06.25 Инженерные идеи. (16+)
07.20 Великий махинатор. (12+)	08.30 Смертоносный интеллект. (12+)	07.15, 08.10 Дикий тунец. (16+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)	09.25 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	09.00 Внутри невероятной механики. (16+)
09.10, 09.35 Как это сделано? (12+)	10.20 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)	09.50 На платах по Южному. (16+)
10.05, 10.30 Охотники за реликвиями. (16+)	11.15 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)	10.40, 11.30 Авто-SOS. (16+)
11.00 Голые и нагуленные. (16+)	12.10 Охота за сковорищами нацистов. (12+)	12.25 Великий канал Китая: путешествие фотографа. (16+)
11.55 Взрывая историю. (12+)	13.00 Смертоносный интеллект. (12+)	13.15 Враждебная планета. (16+)
12.50 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)	13.50, 03.10 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	14.10 В поисках правды: Атлантида. (16+)
13.45, 14.10 Как это сделано? (12+)	14.40 Вулканическая одиссея. (12+)	15.00 Инженерные идеи. (16+)
14.40 Великий махинатор. (12+)	15.30 Невероятные изобретения. (12+)	15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)	16.00 Невероятные изобретения. (6+)	16.45 Авто-SOS. (16+)
16.30 Золотая лихорадка. (16+)	16.30, 05.00 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)	17.40 Враждебная планета. (16+)
17.50 Спасатели-тяжеловесы. (16+)	17.25, 05.50 Николай и Александра. (12+)	18.35 Внутри невероятной механики. (16+)
18.45 Ржавая империя. (12+)	18.30 Охота за сковорищами нацистов. (12+)	19.25 В поисках правды: Атлантида. (16+)
19.40 Как это сделано? (12+)	19.20 Смертоносный интеллект. (12+)	20.15 Сила племени. (16+)
20.10 Великий махинатор. (12+)	20.10 Вторая мировая война. (12+)	21.10 Авто-SOS. (16+)
21.05, 21.30 Охотники за реликвиями. (16+)	21.05 Мифические существа	22.00 Исследователь 2.0. (16+)
22.00 Операция «Спасение дома». (12+)	22.00 Остров Адольф	22.50 В поисках правды: Атлантида. (16+)
22.55 Хакер в дикой природе. (16+)	22.55 Тридцатилетняя война. (12+)	23.45 Апокалипсис: Вторая мировая война. (16+)
23.50 Золотая лихорадка. (16+)	23.50 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	00.35 Злоключения за границей. (16+)
01.10 Мега-пит-стопы. (12+)	04.45 Остров Адольф	01.25 Исследователь 2.0. (16+)
02.05 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)	01.35 Запретная история. (12+)	02.10 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
03.00 Быстрые и громкие. (12+)	02.25 Музейные тайны. (12+)	02.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.50 Как это устроено? (12+)	04.00 04.30 Невероятные изобретения. (12+)	03.45 Авто-SOS. (16+)
04.20 Хакер в дикой природе. (16+)		04.30 Исследователь 2.0. (16+)
05.10 Забытая инженерия. (12+)		05.15, 05.40 Игры разума. (16+)

РОССИЯ К Культура	РОССИЯ К Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-Й КАНАЛ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ	
08.45 «Дом архитектора» 09.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВА- ТЬЕ». (16+) 10.15 Шедевры старого кино. (12+) 12.15 «Божественная Глике- рия» 13.00 День славянской письменности и куль- туры. Прямая транс- ляция 15.10 «Письма из провин- ции» 15.40 «Энigma» 16.20 «Черные дыры. Бе- лые пятна» 17.00 «Дело №» Пётр Столыпин. Поку- шение в антракте. Это фатальное для высшего российского чиновника покушение сравнивают с убийством Линкольна. 17.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	06.00 «Настроение» 08.00 «Доктор И...» (16+) 08.35 «УСНУВШИЙ ПАССА- ЖИР». (12+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.00 «Гадалка». (16+) 11.30 «Новый день». (12+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические исто- рии». (16+) 16.00 «Гадалка». (16+) 17.00 «Очевидцы». (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 19.30 «КРЕДО УБИЙЦЫ». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+) 06.50 «Удачная покупка». (16+) 07.00 «Понять. Простить». (16+) 07.30 «6 кадров». (16+) 07.55 «По делам несовер- шеннолетних». (16+) 08.55 «Давай разведёмся!» (16+) 09.55 «Тест на отцовство». (16+) 11.00 «Реальная мистика». (16+) 12.50 «Понять. Простить». (16+) 13.55 «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+) 18.00 «6 кадров». (16+) 19.00 «ХИРУРГИЯ. ТЕРРИТО- РИЯ ЛЮБВИ». (16+)	05.00 «Известия» 05.20 «Страх в твоем доме». (16+) 06.45 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) Россия, 2012 г. Боевик. Сергей Газаров, Владимир Яглыч, Гурам Баблишвили. 09.00 «Известия» 09.25 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) 19.30 «СЛЕД». (16+) 23.45 Светская хроника. (16+) 00.45 «СЛЕД». (16+) 01.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	05.00 07.30 09.30 «Утро вме- сте». (12+) 07.00 09.00 12.00 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губерн- ские новости». (12+) 11.00 «Конец света. Как это будет? 2. (12+) 11.45 18.45 «Воронежская область - регион боль- ших возможностей». (12+) 12.15 14.30 18.00 «Квадрат- ный метр». (12+) 12.30 14.45 «Воронежские спасатели». (12+) 12.45 15.00 «Эффект време- ни». (12+) 13.00 «Открытая наука». (12+) 13.30 18.15 «Up&Down. Уни- кальные судьбы университетских спортсме- нов». (12+) 15.15 «Мастер-класс». (12+) 16.30 «ТАКСИ-2». (12+) 17.00 «Заметные люди». (12+) 17.45 «Собрание сочинений». (12+) 19.00 «Вечер вместе». (12+) 20.00 22.00 «Да! Еда!». (12+) 20.15 01.45 «Адрес истории». (12+) 20.30 03.45 «4-я студия». (12+) 22.15 «Музыкальная пятни- ца». (12+) 23.45 «УБИЙСТВО НА 100 МИЛЛИОНОВ». (12+) 02.00 ФНЛ «Луч» - «Факел». (12+) 04.45 «Легенды спорта». (12+)			
10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	10.10 «ОЗНОБ». (12+) 11.30 События 11.50 «ОЗНОБ». (12+) 14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 «ДОКТОР БЛЕЙК». (12+) 17.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	
18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)	19.20 Петровка, 38. (16+) 19.40 События 20.05 «ОТЦЫ». (16+) 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой 23.10 «Приют комедиантов». (12+) 01.05 «Актерские драмы». Геннадий Нилов и Вадим Бероев». (12+) 01.55 «ИНСПЕКТОР УГО- ЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+) 03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+) 05.05 «Польские красави- цы. Кино с акцентом». (12+)
21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	21.30 «Исторические кон- церты» 18.45 «Билет в Большой» 19.45 День славянской письменности и куль- туры 21.20 «Линия жизни» Людмила Петрушев- ская. Война, голод, тя- желое послевоенное время не погасили в ней задор, вдохновение и оттимизм. 22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ- ЛЕЛИ». (12+) 23.50 «2 Верник 2» 00.35 «КОРОЛЬ КЁРЛИНГА». (16+) 02.05 «Искатели» 02.50 «Конфликт»	

СПОРТ

МАТЧ! ТВ	EUROSPORT 1
06.00 «Вся правда про...» (12+) 06.30 «Капитаны». (12+) 07.00 08.55 11.00 13.05 15.20 18.25 21.05 Новости (12+) 07.05 15.25 23.00 Все на Матч!	00.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 12-й этап. (0+) 01.30 Теннис. АТР. Женева. 1/4 финала. (0+) 02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 12-й этап. (0+) 04.00 Теннис. АТР. Женева. 1/4 финала. (0+) 05.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 12-й этап. (0+) 08.30 Теннис. АТР. Женева. 1/4 финала. (0+) 11.00 Автогонки. Формула Е. Монако. (0+) 14.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 13-й этап. Прямая трансляция. (0+) 18.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	РЕН
05.30	«Россия от края до края». (12+)	05.00	«Утро России. Суббота»	04.50	ЧП. Расследование. (16+)	06.00	Ералаш. (0+)
06.00	Новости	08.15	«По секрету всему свету»	05.25	«ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)	06.30	«Приключения Кота в сапогах». (6+)
06.10	«Россия от края до края». (12+)	08.40	Местное время. Суббота. (12+)	07.25	Смотр. (0+)	07.15	«Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
06.20	«ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (0+)	09.20	«Пятеро на одного»	08.00	Сегодня	07.40	«Три кота». (0+)
08.10	«Играй, гармонь любими!» (12+)	10.10	Сто к одному	08.20	Готовим с Алексеем Зиминим. (0+)	08.05	«Том и Джерри». (0+)
08.55	Умницы и умники. (12+)	11.00	Вести	08.50	«Кто в доме хозяин?» (12+)	08.30	«Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.45	«Слово пастыря». (0+)	11.20	Вести. Местное время	09.25	Едим дома. (0+)	09.30	«ПроСТО кухня». (12+)
10.00	Новости с субтитрами	11.40	«КУЗНЕЦ МОЕГО СЧАСТЬЯ». (12+)	10.00	Сегодня	10.30	«Рогов. Студия 24». (16+)
10.15	Премьера. «Охотник за головами. В объективе - звезды». (16+)	13.40	Валентина Зорькина - лучший хирург больницы, талантливый врач. Она никогда не сдается, берется за самые сложные случаи и всегда доводит дело до конца. Антон Ковалев - полная противоположность Валентины.	10.20	Главная дорога. (16+)	11.30	«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (6+)
11.10	«Теория заговора». (16+)	17.30	«ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (12+)	11.00	«Еда живая и мертвавая». (12+)	13.25	«ЗАКОЛДОВАННАЯ ЭЛЛА». (16+)
12.00	Новости с субтитрами	20.00	Катерина Удальцова - энергичная провинциалка, уже много лет живет в Москве и ведет здесь бизнес. У Катерины свой магазин одежды, недавно она выплатила за него последний кредит и стала полноправной хозяйкой.	12.00	Квартирный вопрос. (0+)	15.20	«Хранители снов». (0+)
12.15	«Идеальный ремонт». (6+)	21.00	«Привет, Андрей!» (12+)	13.00	«НашПотребНадзор». (16+)	17.05	«Как приручить дракона». (12+)
13.20	Премьера. «Живая жизнь». (12+)	21.00	Вести в субботу	14.00	Поедем, поедим! (0+)	19.00	«Как приручить дракона-2». (0+)
16.20	«Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+)	21.00	«Ну-ка, все вместе!»	15.00	Своя игра. (0+)	21.00	«МАЛЕФИСЕНТА». (12+)
17.50	«Эксклюзив». (16+)	21.00	Финал. (12+)	16.00	Сегодня	США - Великобритания, 2014 г. Фэнтези.	
19.30	«Сегодня вечером». (16+)	00.20	«КОГДА ЕГО СОВСЕМ НЕ ЖДЁШЬ». (12+)	17.00	«Секрет на миллион». (16+)	Анджелина Джоли, Эль Фаннинг.	
21.00	Время	00.20	«Когда его совсем не ждёшь». (12+)	19.00	«Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым	С давних времен два соседних королевства были заклятыми врагами. В одном королевстве жили люди, но правил ими алчный король.	
21.20	«Сегодня вечером». (16+)	02.55	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	21.00	«Звезды сошлись». (16+)	23.00	«ПРЕМЬЕРА: ДОЛГОВАТОВ». (16+)
23.00	ПРЕМЬЕРА: «ДОЛГОВАТОВ». (16+)	02.55	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	22.15	Ты не поверишь! (16+)	00.00	«Дом-2. После заката». (16+)
01.20	«Rolling Stone: История на страницах журнала». (18+)	00.20	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	23.25	«Международная пилорама» с Тиграном Keosayном. (18+)	01.00	«THT MUSIC». (16+)
03.25	«Модный приговор». (6+)	01.20	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	00.20	«Квартирик НТВ у Маргулиса». (16+)	01.30	«Открытый микрофон». (16+)
04.20	«Мужское / Женское». (16+)	01.50	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	01.20	«Фоменко фейк». (16+)	02.55	«Открытый микрофон» - «Дайджест». (16+)
05.00	«Давай поженимся!» (16+)	02.55	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	01.50	«Дачный ответ». (0+)	03.45	«Самые шокирующие гипотезы». (16+)
		02.55	«БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	02.55	«Хозяин». (16+)	05.30	«THT. Best». (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	OTP	OTP
05.00	Барышня-крестьянка. (16+)	06.00	«Мультфильмы». (0+)
07.30	Школа доктора Комаровского. (12+)	07.30	«Улетное видео». (16+)
08.00	«БЫТЬ ЧЕТВЕРНОГИМ МАЛЫШ». (12+)	08.30	«ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)
10.00	Регина-1. (16+)	12.30	«БИТВА ДРАКОНОВ». (16+)
	Регина Тодоренко открывает первое в России wellness-шоу для мам!	14.30	«ПОБЕГ ИЗ ЛОС-АНДЖЕЛЕСА». (16+)
11.00	Мейкаперы-2. (16+)	16.45	«ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА». (0+)
12.00	Мегаполисы на хайпе. (16+)	19.15	«Летнее видео». (16+)
13.00	Орел и Решка. По морям-3. (16+)	23.00	«+100500». (18+)
14.00	«Орел и решка. Америка». (16+)	23.30	«ПОБЕГ». (18+)
19.00	23.00 «КОМАНДА А». (16+)	03.00	«БРИЛЛИАНТЫ ОСТАЮТСЯ НАВСЕГДА». (12+)
21.00	«МЕДАЛЬОН». (16+)	04.45	«Летнее видео». (16+)
01.00	«РЕКРУТ». (16+)	05.30	«Мультфильмы». (0+)
03.00	«СОТНЯ». (16+)		
Ю	МИР	РЕТРО	РЕТРО
05.05	«Взвешенные и Счастливые». (16+)	06.15	Миллион вопросов о природе. (6+)
08.30	«Моя свекровь - монстр». (16+)	06.30	Союзники. (12+)
	На Ю в самом разгаре битвы непримиримых соперников! Уже три сезона свекрови и невестки выясняют, кто же в доме хозяин, а попутно пытаются выиграть денежный приз, не убить друг друга на кухне и вкусно накормить гостей. В этот раз противостояние обострится до предела.	07.05	Такие разные. (16+)
19.00	«Беременна в 16». (16+)	07.35	Секретные материалы. (16+)
22.15	«КОКО ДО ША-НЕЛЬ». (16+)	08.00	Мультфильмы. (0+)
00.35	«МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	09.00	Ой, мамочки! (12+)
03.55	«На 10 лет моложе». (12+)	09.25	Наше кино. (12+)
		10.00	Новости
		10.15	Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+)
		10.45	«ДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (6+)
		12.35	«ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
		16.00	Новости
		16.15	«ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
		19.00	Новости
		19.15	«ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
		22.50	«ЗИТА И ГИТА». (12+)
		01.50	«ПОБИМЫЙ РАДЖА». (16+)
		04.20	«ПЛИЗНЦЫ». (0+)
		05.45	Мультфильмы. (0+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00	«Бременские музыканты». (6+)
08.45	«За дело!». (12+)
09.40	«Земля 2050». (12+)
10.05	«Загадочная планета». (12+)
10.35	12.45 «Среда обитания». (12+)
10.45	«Домашние животные». (12+)
11.15	19.20 «Культурный обмен». (12+)
12.00	«Мелодии грузинского кино». (12+)
13.00	15.00 19.00 Новости
13.05	15.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+)
14.00	«София Прекрасная». (0+)
14.15	«Дом-2. После заката». (16+)
15.00	«Большие праздники». (0+)
15.30	«Дружные мопсы». (0+)
16.15	«Большая наука»
16.55	«Дом «Э». (12+)
17.20	00.55 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». (0+)
20.00	«АС». (12+)
21.40	Группа «VIVA». Концерт в Кремле. (12+)
00.30	«ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (12+)
02.05, 06.00, 11.05, 14.00	«ПРИНЦИПЫ». (12+)
22.10	«ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧО». (12+)
03.20	Достояния ЕРСПублики: Песни Давида Тухманова. (12+)
05.05	«Сказка о царе Салтане». Мультифильм. (6+)
07.15, 13.00, 23.30	Клуб путешественников. (12+)
08.00	Мультифильмы. (0+)
08.50	«СТРАННАЯ ЛЮБОВЬ МАРТЫ АЙВЕРС». (16+)
12.25	Мультифильмы. (0+)
12.50	«Недород и Перец». Мультифильм. (6+)
15.25, 16.55	«БРИЛЛИАНТЫ ДЛЯ ДИКТАТУРЫ». (12+)
17.55	«Реальная белка-2». (6+)
19.30	«Рататуй». (0+)
20.20	«Деревяшки». (0+)
20.30	«Спокойной ночи, малыш!». (0+)
20.45	«Царевны». (0+)
22.55	Сибирь: ДНК Ледникового периода. (12+)
00.45	«Доктор Дулиттл: Голливудская история». (12+)
01.05	«МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (12+)
02.30	«Однажды в Сказке». (12+)
04.15	Музыка на Канале Disney. (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	H	VIASAT HISTORY	NG
06.00, 06.25, 06.50	Как это сделано? (16+)	07.00	Невероятные изобретения. (12+)
07.20	Сибирь: ДНК Ледникового периода. (12+)	07.30, 08.30, 09.30	«НАША МИРОВАЯ ВОЙНА». (16+)
09.10	Операция «Спасение дома». (12+)	10.10	Документальный драматический мини-сериал, Великобритания, 2014 г.
10.05	Махинаторы. (12+)	10.30, 11.30	Инки: владыки облаков. (12+)
11.00	Мега-пит-стопы. (12+)	12.30	Охота за сковорицами нацистов. (12+)
11.55	Взгляд изнутри: West Coast Customs. (12+)	13.15	Женщины Третьего Рейха
12.50	Гаражный ремонт. (12+)	14.10	Первые люди. (12+)
13.45, 14.40	Охотники за старьем. (12+)	15.10	Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
14.05	«Доктор Малышкина». (0+) Чтобы как можно реже болеть, полезно знать, как устроен наш организм!	16.10, 17.10, 18.10	Вторая мировая

РОССИЯ К Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-Й КАНАЛ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ	
06.30 Библейский сюжет 07.05 «Царевна-лягушка». «Чудесный колокольчик». «Гуси-лебеди» 08.25 «СИТА И РАМА» 09.55 Телескоп 10.25 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (12+) 12.05 «Шарашка - двигатель прогресса» 12.45 «Пятое измерение» 13.15 «Ритмы жизни Карибских островов» 14.10 IV Международный конкурс молодых оперных режиссеров «Нано-Опера» 16.45 «Одевайтесь по правилам! Мода и провокация» 17.40 Хрустальный бал «Хрустальной Турандот» в честь Инны Чуриковой 18.40 Спектакль «Аудиенция» 21.00 «Агора» 22.00 «БАРРИ ЛИНДОН». (16+) Великобритания - США - Ирландия, 1975 г. Историко-приключенческая драма. Райан О'Нил, Мариса Беренсон. Ирландия, середина XVIII века. Молодому Редмонду Барри судьба уготовила скитания. 01.05 «Ритмы жизни Карибских островов» 02.00 «Искатели» 02.45 «Королевский бутерброд»	05.50 Марш-бросок. (12+) 06.25 АБВГДейка. (0+) 06.50 «Короли эпизода». (12+) 07.40 «Выходные на колёсах». (6+) 08.15 Православная энциклопедия. (6+) 08.40 «СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ». (12+) 10.50 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+) Расставшись с мужем, молодая учительница приезжает в деревню, чтобы начать жизнь заново. 11.30 События 11.45 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+) 13.00 «СМЕРTELНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.45 «ГРИММ». (16+) 13.15 «АНАКОНДА: ОХОТА ЗА ПРОКЛЯТОЙ ОРХИДЕЕЙ». (12+) США, 2004 г. Ужасы. Джонни Месснер, Касти Стриклэнд. Научная экспедиция, финансируемая фармацевтической компанией, отправляется на остров Борнео, в этот удивительный уголок райской природы в теплом экваториальном климате. 15.15 «КИНГ КОНГ». (12+) 19.00 «Последний герой». Финал. (16+)	06.30 «6 кадров». (16+) 08.40 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+) США, 2004 г. Ужасы. Джонни Месснер, Касти Стриклэнд. Научная экспедиция, финансируемая фармацевтической компанией, отправляется на остров Борнео, в этот удивительный уголок райской природы в теплом экваториальном климате. 18.00 «ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+) 19.00 «Я Люблю своего мужа».	05.00 «ДЕТЕКТИВЫ».	05.00 07.30 «Утро вместе».	05.00 09.00 19.30 «Губернские новости».	
				10.40 «СЛЕД».	07.00 09.00 19.30 «Губернские новости».	09.30 «Конные бега на Воронежском ипподроме».	
	14.30 События 14.45 «СМЕРTELНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)	14.45 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (12+)	10.25 «ПРОВИНЦИАЛКА».	00.00 «Известия. Главное «ФАВОРСКИЙ».	11.00 «Машкины страшилки».	12.00 «Легенды спорта».	
	21.00 «Постскриптум» 22.10 «Право знать!» (16+)	21.00 «Постскриптум» 22.10 «Право знать!» (16+)	18.00 «6 кадров». (16+)	00.55 «Россия, 2005 г. Приключения. Дмитрий Быковский-Ромашов, Илья Шакунов, Александр Лыков, Валерий Дегтярь. Александр Богданов - старший помощник на торговом судне Балтийского пароходства, возвращается из заграничного плавания. В Стокгольме он случайно встречается с покойной шведкой, которая просит его передать книгу своему другу в Москве...»	12.15 «Да! Еда!».	12.30 18.00 «Адрес истории».	12.45 02.15 «Квадратный метр».
	23.40 События 23.55 «Право голоса». (16+)	23.40 События 23.55 «Право голоса». (16+)	19.00 «ВАРКРАФТ».	06.00 «ДЕТЕКТИВЫ».	13.00 «УБИЙСТВО НА 100 МИЛЛИОНОВ».	15.00 Песни Юрия Визбора. «Я гляжу сквозь себя».	16.00 ФНЛ «Факел» - «Томь».
	03.00 «90-е. Квартирный вопрос».	03.00 «90-е. Квартирный вопрос».	21.30 «ВАРКРАФТ».	09.00 09.10 10.15 10.45 11.35 12.30 13.15 14.00 14.50 15.40 18.10	12.15 «ЕЩЕ ОДИН ГОД».	18.30 01.15 «Марафон».	18.15 «Компас потребителя».
	03.45 «Удар власти. Распад СССР».	03.45 «Удар власти. Распад СССР».	00.00 «ЧЕЛОВЕК-ВОЛК».	18.00 18.00 Новости «Морской бой».	19.40 «Территория успеха».	19.40 01.15 «Марафон».	23.35 «Воронежская область - регион больших возможностей».
	04.25 «Мусорная революция».	04.25 «Мусорная революция».	02.00 «ВОСПИТАНИЕ КАИНА».	09.10 «Не факт!»	20.10 «ЕЩЕ ОДИН ГОД».	22.15 «МУЗЫКА НАС СВЯЗАЛА».	23.45 «4-я студия».
	04.55 Линия защиты.	04.55 Линия защиты.	03.30 «ВЕРОНИКА МАРС».	10.45 «Улика из прошлого».	21.00 «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии».	00.45 «Область спорта».	01.00 «Арт-проспект».
			05.15 «Охотники за привидениями».	11.35 «Загадки века».	15.40 18.25 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ».	02.30 А.Чехов «Чайка».	02.30 01.00 «Арт-проспект».
				12.30 «Легенды музыки».	18.10 Задело!		

СПОРТ

МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	EUROSPORT 1
06.00 08.10 10.25 12.35 Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала. Трансляция из Словакии. (0+)	00.35 02.30, 05.00, 07.30, 11.00, 22.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». (0+)	01.30 Теннис. WTA. Нью-Йорк. 1/2 финала. (0+)
10.20 14.45 19.55 22.40 Новости	04.00, 06.00, 08.30, 12.30, 19.30 Теннис. ATP. Женева. (0+)	10.00, 08.30, 12.30, 19.30 Теннис. ATP. Женева. (0+)
14.50 Специальный репортаж. (12+)	09.30, 23.30 Автогонки. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)	13.20 «БАНДИТЫ».
15.10 Все на хоккей!	10.00 Автогонки. Формула Е. Берлин. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)	14.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД».
15.35 «Неизведанная хоккейная Россия».	13.15 Автогонки. Формула Е. Берлин. Квалификация. (0+)	16.45 «ГЛУХАРЬ В КИНО».
16.05 20.05 Хоккей. Чемпионат мира. 1/2 финала. Прямая трансляция из Словакии	14.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД».	18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА».
18.40 Формула-1. Гран-при Монако. Квалификация. (0+)	20.10 «ПОЙМАЙ ТОЛСТУХУ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ».	20.20 «ШПИОН».
22.45 Все на Матч!	17.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД».	22.25 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2».
23.30 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. 1/2 финала. (0+)	18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА».	00.20 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ».
01.30 Футбол. «Лейпциг» - «Бавария». Кубок Германии. Финал. (0+)	20.10 «ПРЕСТИЖ».	02.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ».
03.30 Спортивная гимнастика. Мировой Кубок вызова. Трансляция из Хорватии. (0+)	00.45 «МОЛОДЁЖЬ».	04.20 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».
05.00 Таёт лёд с Алексеем Ягудиным. (12+)	02.35 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	04.15 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ».
05.30 «Команда мечты».	04.15 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА».	05.15 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОДЯСТЯКА».

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
14.30 Отлук без путевки. (12+)
15.30 «Золотой Граммофон-2016».
18.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
18.30 «Бессонница». Сольный концерт Кристины Орбакайте. (16+)
20.30 Золотая лихорадка. (16+)
21.30 «Золотые хиты». Дискотека Муз-ТВ. (16+)
00.00 Сделано в 90-х. (16+)
01.00 Несприннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.30 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ».	06.20 «ДЕНЬ РАДИО».	06.20 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ».	05.15 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД».	00.20 «ПЕРЕГОН».	00.20 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ».
08.20 «ВЫБОР КАПИТАНА КОРЕЛЛИ».	08.20 «МЕТРО».	10.00 «МЕНИЯЛЫ».	07.50 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА».	02.40 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ».	02.40 «СХВАТКА».
10.50 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ».	12.35 «МЕНИЯЛЫ».	14.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД».	10.35 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!»	03.55, 04.45, 05.40, 06.35 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА».	03.55, 04.45, 05.40, 06.35 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА».
13.20 «БАНДИТЫ».	13.20 «БАНДИТЫ».	16.45 «ГЛУХАРЬ В КИНО».	12.25 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА».	09.35 «ОТЕЛЬ».	09.35 «ОТЕЛЬ».
14.20 «ПОЙМАЙ ТОЛСТУХУ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ».	18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА».	18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА».	14.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ».	11.10 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН».	11.10 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН».
16.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД».	20.10 «ПОЙМАЙ ТОЛСТУХУ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ».	20.20 «ШПИОН».	19.00 Вечер вместе. «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА».	12.50 «ДОМИК В СЕРДЦЕ».	12.50 «ДОМИК В СЕРДЦЕ».
17.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД».	22.20 «ПРЕСТИЖ».	22.25 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2».	21.05 Вечер вместе. «ПРИЗАРКА».	14.30 «ТЕРРИТОРИЯ».	14.30 «ТЕРРИТОРИЯ».
18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА».	00.45 «МОЛОДЁЖЬ».	00.20 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ».	23.15 Вечер вместе. «ДВА ДНЯ».	15.10, 18.00, 18.55, 19.50 «МИЛЛИОНЕРША».	15.10, 18.00, 18.55, 19.50 «МИЛЛИОНЕРША».
20.10 «ПРЕСТИЖ».	02.35 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	02.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ».	01.00 «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ».	20.50, 21.40 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА».	20.50, 21.40 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА».
22.20 «ПРЕСТИЖ».	04.20 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	04.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ».	01.35 «БРАТ».	14.30 «БРАТ».	14.30 «БРАТ».
00.45 «МОЛОДЁЖЬ».	04.15 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	04.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ».	01.35 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОДЯСТЯКА».	15.00 Завет.	15.00 Завет.
02.35 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	04.15 «ВЕРНУТЬСЯ ОТПРАВИТЕЛЮ».	05.15 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОДЯСТЯКА».			
КИНОКОМЕДИЯ	SONY CHANNEL	ФЕНИКС+ КИНО	FOXlife	FOX LIFE	
00.25 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ».	06.00 Четыре свадьбы.	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ».	06.00, 06.45, 19.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ».	06.00, 06.45, 19.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ».	
02.15 «ДЕТОРОДНЫЕ»	06.50 «ПАРИЖ! ПАРИЖ!»	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД».	07.30, 17.10, 05.40 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ».	07.30, 17.10, 05.40 «ЖИЗНЬ В ДЕТА	

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.50	06.10 «ПРОЕКТ «АЛЬ-ФА». (12+)	04.20 «СВАТЫ». (12+)	04.45 «Звезды сошлись». (16+)	06.00 «Центральное телевидение». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)		
06.00	Новости	07.30 «Смехопанорама Евгения Петросяна	06.00 «Сапоги». (6+)	06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)	07.15 «Дом-2. Lite». (16+)	09.00 «Дом-2. Lite». (16+)	07.40 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)		
07.40	«Часовой». (12+)	08.00 Утренняя почта	08.00 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)	07.15 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)	10.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)	10.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)	09.40 «УМРИ, НО НЕ СЕЙЧАС». (16+)		
08.10	«Здоровье». (16+)	08.40 Местное время. Воскресенье	08.20 «Сегодня у нас выигрывают!» (12+)	07.40 «Три кота». (0+)	11.00 «Перезагрузка». (16+)	11.00 «Перезагрузка» - это не просто шоу глубоких преобразований.	12.15 «КАЗИНО «РОЯЛЬ». (16+)		
09.20	«Непутевые заметки». (12+)	09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»	10.00 «Сегодня»	08.05 «Царевны». (0+)	12.25 «Хранители снов». (0+)	12.25 «Хранители снов». (0+)	15.10 «КВАНТ МИЛОСЕРДИЯ». (16+)		
10.00	Новости с субтитрами	10.10 Сто к одному	10.20 Первая передача. (16+)	09.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)	13.20 «Как приручить дракона». (12+)	13.20 «Как приручить дракона». (12+)	17.15 «007: КООРДИНАТЫ СКАЙФОЛЛ». (16+)		
10.15	Премьера. «Жизнь других». (12+)	11.00 Вести	11.00 Чудо техники. (12+)	10.25 «Дело было вечером». (16+)	15.10 «Как приручить дракона-2». (0+)	15.10 «Как приручить дракона-2». (0+)	Великобритания - США, 2012 г. Приключенческий боевик. Дэниэл Крэйг, Хьюбер Бардем. Бриллиант в короне английской разведки снова в деле. Необычное хобби Джеймса Бонда - воскресать - в очередной раз возвращают его с того света.		
11.10	«Теория заговора». (16+)	11.20 Смеяться разрешается	11.55 Дачный ответ. (0+)	11.25 «Хранители снов». (0+)	17.10 «МАЛЕФИСЕНТА». (12+)	19.05 «Angry Birds в кино». (6+)	20.00 «007: СПЕКТР». (16+)		
12.00	Новости с субтитрами	14.05 «Далёкие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+)	13.00 «НашПотребНадзор». (16+)	13.20 «Как приручить дракона». (12+)	21.00 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	21.00 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	20.00 «Большой завтрак». (16+)		
12.20	«Марина Неелова. «Я умею летать». (12+)	15.40 «СИНЕЕ ОЗЕРО». (12+)	14.00 «Малая земля». (16+)	14.00 «Малая земля» - авторский проект известного журналиста, многократного лауреата премии «ТЭФИ» Сергея Майорова.	15.10 «Как приручить дракона-2». (0+)	19.05 «Angry Birds в кино». (6+)	12.30 «Однажды в России». (16+)		
13.30	«ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	15.40 Нина была счастлива в браке, пока не узнала, что муж Вадим влюбился в другую, планирует развестись и забрать себе дочку. Нина забирает малышку и сбегает.	15.00 Своя игра. (0+)	15.00 «Сегодня»	17.10 «МАЛЕФИСЕНТА». (12+)	21.00 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	14.30 «Комеди Клаб. Дайджест». (16+)		
15.25	«Стас Михайлов. Все слезы женщин». (12+)	20.00 Вести недели	16.00 Следствие вели... (16+)	16.20 США, 2012 г. Фантастический боевик. Тейлор Китч, Линн Коллинс, Марк Стронг.	16.30 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	16.30 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	16.30 «ТОЛЯ-РОБОТ». (16+)		
16.35	«Все для тебя». Юбилейный концерт Стаса Михайлова. (12+)	22.00 Москва. Кремль. Путин	18.00 Новые русские сенсации. (16+)	18.00 Ветеран Гражданской войны в США Джон Картер против своей воли оказывается на Марсе, где попадает в плен к воинственным четырехметровым туземцам.	20.30 «Школа экстрасенсов». (16+)	20.30 «Школа экстрасенсов». (16+)	20.30 «Школа экстрасенсов». (16+)		
18.50	«Ледниковый период. Дети». (0+)	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой	19.00 «Слава Богу, ты прошел!»	22.00 «STAND UP». (16+)	22.00 «STAND UP». (16+)	22.00 «STAND UP». (16+)		
21.00	«Толстой»	01.30 «Далёкие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+)	20.10 «Ты супер!» Супер сезон. (6+)	20.10 «Супер!» Супер сезон. (6+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)		
22.30	«Клуб веселых и находчивых». Высшая лига. (16+)	03.05 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)	22.50 «КОНТРАКТ НА ЛЮБОВЬ». (16+)	22.50 «КОНТРАКТ НА ЛЮБОВЬ». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)		
00.45	«Rolling Stone: История на страницах журнала». (18+)	Курирующий программу приватизации Красин узнает, что у следователя Генеральной прокуратуры в процессе ряда расследований появились компрометирующие куратора материала.	23.35 «Слава Богу, ты прошел!»	23.35 «Слава Богу, ты прошел!»	01.00 «Такое кино!». (16+)	01.00 «Такое кино!». (16+)	01.00 «Такое кино!». (16+)		
02.55	«Модный приговор». (6+)	00.50 «АДВОКАТ». (16+)	03.35 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)	03.35 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)	01.35 «THT MUSIC». (16+)	01.35 «THT MUSIC». (16+)	01.35 «THT MUSIC». (16+)		
03.50	«Мужское / Женское». (16+)	02.50 «АДВОКАТ». (16+)	03.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (6+)	03.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (6+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)		
			05.20 «6 кадров». (16+)	05.20 «6 кадров». (16+)	05.20 «THT. Best». (16+)	05.20 «THT. Best». (16+)	05.20 «THT. Best». (16+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	OTP	OTP
05.00 Барышня-крестьянка. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.10 Группа «ViVA». Концерт в Кремле. (12+)	05.00 «По следам бременских музыкантов». (6+)
07.30 Школа доктора Комаровского. (12+)	06.15 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+)	07.10 02.45 «БУЛЬВАРНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (12+)	06.25 «Жужжики». (6+)
08.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)	08.30 «Улетное видео». (16+)	09.00 «АС». (12+)	06.40 «Мини-Магниты». (0+)
09.00 Регина+1. (16+)	11.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)	10.35 «Среда обитания»	07.05 «Микки и весёлые гонки». (0+)
10.00 Мегаполисы на хайпе. (16+)	11.00 Старший лейтенант Андрей Васильков не давно закончил военно-морской институт...	10.45 «Домашние животные». (12+)	07.35 «Доктор Плюшева». (0+)
11.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+)	17.00 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)	11.15 19.45 «Моя история»	08.00 «Герои в масках». (0+)
12.00 Я твое счастье. (16+)	21.20 «Улетное видео». (16+)	11.45 17.05 «Завтра была война». (12+)	08.30 «Гигантозавр». (0+)
13.00 Мика и Даша готовы превратить каждый день в безумный танец гормонов счастья!	23.00 «+100500». (18+)	12.30 «Гамбургский счёт»	09.00 «Хранитель Лев». (0+)
13.00 На ножах. (16+)	23.30 «Рюкзак». (16+)	13.00 15.00 Новости	09.30 «Елена - принцесса Авалаор». (0+)
23.00 Agent Show. (16+)	00.30 «ПОБЕГ». (18+)	13.05 15.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+)	10.00 «София Прекрасная». (0+)
23.30 «МЕДАЛЬОН». (16+)	03.00 «ЖИВИ и ДАЙ УМЕТЬ». (12+)	16.15 «Фигура речи». (12+)	10.30 «Дружные мопсы». (0+)
03.30 «СОТНЯ». (16+)	04.50 «Улетное видео». (16+)	16.40 «За строчкой архивной...» (12+)	11.00 «Удивительная Ви». (6+)
		18.30 «Вспомни всё»	11.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
		19.00 «ОТРАЖение недели»	12.30 «Крутой ребёнок». (0+)
		20.10 «РУССКИЙ ДУБЛЬ»	13.00 «Три кота». (0+)
		21.50 «КРАСНАЯ ПЛОЩАДЬ». (12+)	14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
			14.10 «Супер4». (6+)
			14.50 «Ералаш». (6+)
			14.40, 14.10 Нефть на заднем дворе. (12+)
			14.40, 15.05 Спасатели имущества. (12+)
			15.35, 16.00 Как это устроено? (12+)
			16.30, 15.55 Как это сделано? (12+)
			17.25, 18.20, 19.15 Разрушители легенд: кастигн. (16+)
			20.10 Мега-пит-стопы. (12+)
			21.05 Что скрывают мумии? (12+)
			22.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
			22.55 Самогонщики. (18+)
			23.50 Операция «Спасение дома». (12+)
			01.45 Голые и напуганные. (16+)
			01.40, 02.05 Повелители разума. (12+)
			02.35, 03.00 Нефть на заднем дворе. (12+)
			03.30, 03.55 Спасатели имущества. (12+)
			04.20 Мега-пит-стопы. (12+)
			04.10 Не пытайтесь повторить. (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 «По следам бременских музыкантов». (0+)	05.00 «Смурфики». (0+)
06.25 «Жужжики». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.45, 10.40, 11.40 Шелковый путь между Востоком и Западом. (12+)	07.00 «С добрым утром, мыши!» (0+)
12.40, 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
17.35, 18.20 Восемь дней, которые создали Рим. (16+)	07.35 «Домики». (0+)
19.10 Смертоносный интеллект. (12+)	09.00 «Секреты маленького шефа». (0+)
20.00 Расцвет древних цивилизаций. (12+)	09.25 «Пластилины». (0+)
21.00, 21.35 Поворотный момент	09.30 «Малышарики». (0+)
22.00 Загадки Египта. (12+)	10.45 «Проще простого!» (0+)
22.50, 23.40 Заговор. (12+)	11.00 «Хэтчимал. Приключения в Хэтчтопии». (0+)
00.30 Тайная война. (12+)	11.00 «Эхэтчимал. Приключения в Хэтчтопии». (0+)
01.10, 21.35 Поворотный момент	11.30 «Карусель» - детский юмористический киножурнал «Ералаш»!
01.15 Осушить океан: Тайны Китайских морей. (16+)	12.30 «Крутой ребёнок». (0+)
20.10 Осушить океан: Легенды Атлантиды. (16+)	13.00 «Три кота». (0+)
21.05, 22.00 Враждебная планета. (16+)	14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
22.55, 23.30 Морган Фриман. Истории о Боге. (16+)	14.40, 14.10 Нефть на заднем дворе. (12+)
01.20 Осушить океан: Пещеры Атлантиды. (16+)	15.40 «Оранжевая корова». (0+)
21.05, 22.00 Враждебная планета. (16+)	15.50 «Голые и напуганные». (16+)
22.55, 23.30 Морган Фриман. Истории о Боге. (16+)	16.30, 16.00 Как это устроено? (12+)
01.35 Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+)	17.25, 18.20, 19.15 Разрушители легенд: кастигн. (16+)
02.	

Я пристроилась в конец очереди «юношей бледных со взором горящим» и достала из сумочки мобильник. Не помогло.

Все равно чувствовала, как любопытные взгляды сверлят мою неподготовленную ауру. Утро выдалось суетным, натянуто маску невозмутимости я не успела. А потому, швырнув бесполезный телефон обратно в недра ридикюля, с вызовом посмотрела на толпу призывников.

За справкой в военкомат

— Контрактница, что ли? — поинтересовался ретивый парнишка, позывкающий возле меня серьгой в ухе.

— Мать солдата, — пожала я плечами и сунула в рот подушечку мятной жевательной резинки.

— Что? — округлил глаза паренек.

— За справкой пришла. Есть желающие пропустить без очереди страждущую даму?

Пропустить желающих не нашлось, а вот завалить вопросами набралось немало. Пришлось поднапрячь память и рассказать все, что узнала от служащего аж целых двадцать две недели сына.

— А картошку-то, картошку чистить в наряде заставляют? Я ее вообще чистить не умею, — вперился в меня тоскливыми взглядом конопатый парнишка.

— А одеваться утром действительно нужно за 45 секунд?

— А портянки до сих пор учат наматывать?

Заверив пацанят, что портянки на картошку за 45 секунд в армии сейчас наматывать не заставляют, я все-таки попыталась пробиться в нужный кабинет.

«А я люблю. Но я переболею»

— Лёшка? — увидев за столом одноклассника в погонах, я искренне поклонилась, что стоматолог уговорил меня на капитальный мост, отвергнув мою безумную идею о вставной челюсти. Сейчас мог бы случиться конфуз, ибо я даже не сразу поняла, что стою с открытым ртом. Лёшка — доходяга, очкарик, зубрилка... и вдруг военный? Полковник?

— Васька, ты, что ли? — у Алексея с челюстью было все в порядке. И видно было, что одноклассник тоже встрече искренне рад.

Лёшкины уши

— Сын? У тебя? Служит? — удивлению бывшего одноклассника не было предела. Но в глазах плясали веселые искорки. И я его вполне понимала. Предположить, что у разбитной рокерши, в восемнадцать оседлавшей байк и сделавшей татуировку на черепе, есть сын, было сложно. Да не просто сын, а вполне себе доживший до совершенномлетия, сохранивший все части тела и закончивший институт.

Честное слово, я сама это до сих пор удивлялась.

— Ну да. Марк, — нарочито небрежно пожала я плечами, испытывая при этом невыразимую гордость за свое любимое чадо.

— Может, и муж есть? — совсем уж удивленно спросил Алексей.

— Ага, — притопнула я каблучками, прямо кожей ощущая, как расту в гла-зах полковника.



— Байкер? — осторожно поинтересовался бывший ботан.

— Банкир, — искося взглянула на Лёшку, третий раз за последние 15 минут уронившего челюсть. Не сдержалась: — Ну, ты знаешь ли, и сам не лыком шит. Полковник! Да я чуть в обморок от неожиданности не упала, когда тебя увидела.

Лёшка рассмеялся, сразу став похожим на себя прежнего — лопоухого конопатого пацана с вечным учебником в худеньких ручках. Ручки, правда, были сейчас вполне себе мужественные, конопушки

бесследно исчезли, а вот уши... Уши были Лёшкины, что надо были эти уши, парандная фуражка точно не упадет. И это было так здорово! Смотришь и понимаешь, что и важные полковники не лишены мальчишеских черт, а потому и их тоже вполне можно, осмелевших, пригласить в кафе на чашечку лимонада. Тыфу ты, справку-то, за которой я в военкомат ходила, так и забыла взять. А все эти уши Лёшкины. Придется завтра снова идти. Надо бы про картошку в портянках что-нибудь более складное сочинить, по случаю.

“Остаться друзьями? Развести маленький огородик на остывшей лаве угасших чувств? Нет, это не для нас с тобой. Любовь не пятнают дружбой. Конец есть конец.”
Эрих Мария Ремарк

Муж как скала

Кафе, выходные на даче, день рождения Лёшки — мы как-то очень быстро и естественно стали дружить семьями. У полковника оказалась очень приятная жена. Веселая хохотушка, легкая и естественная, чуть полноватая, но миловидная, с задорными ямочками на щеках. Видно было, что Алексей очень любит свою Ладу. Кусочек торта ей первой, поцелуй в щечку украдкой, плед на колени, чуть подует ветерок, массаж пальчиков. Честно говоря, даже меня пробрало.

— Миш, ну а ты чего? — терзала я собственного мужа после очередной встречи с полковниковой семьей. — Я тоже массаж хочу, — кокетливый взгляд и ласковый голосок.

— Вась, давай не будем, а? — отмахивался муж, — тебе это не идет. Моя кредитка в свободном доступе, запиши на массаж, и будет тебе счастье. Ты девочка взрослая, все сама знаешь и умеешь.

— Ну хоть поцелую свою избранницу осчастливь, деспот, — переходила я на свой привычный шутливый тон, подставляя супругу щеку. Мы прожили больше двадцати лет, и ждать от Мишки ласки и нежности, в которых он за все эти годы уличен ни

разу не был, конечно, было глупо. Жесткий, деловой, требовательный, он все-таки был очень хорошим. За плохого бы замуж я не пошла. Мишка был надежен как скала, любил меня и сына. Я и сама не слишком ласковая особа, так что tandem у нас получился неплохой.

Пора расчехлять байк

...Я думала так много лет, пока в один из вечеров не вернулась с работы пораньше. Задорный смех Лады и... Мишкин? Мой муж умеет смеяться? И что Лёшкина жена делает в нашей с мужем спальне в компании этого самого моего мужа? Открывшаяся взору картина не оставляла вопросов.

— Ну а что, собственно, случилось? — уверял меня вечером супруг, когда я металась по квартире, пытаясь двадцать с лишним последних лет жизни упихать в один чемодан. — Лада легкая, без заморочек. Ну было, и было. Это ничего не значит.

...Ты прав, Мишка, это ничего не значит, когда нет любви. А я люблю. Но я переболею. Я тоже легкая, без заморочек. Пора расчехлить заскучавший в гараже байк. Ничего, пропремся.



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

Судоку

	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

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

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.

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

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

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

В конце дня холодильник становится настолько притягательным, что невозможно ему противостоять.

Что же делать, чтобы весы с утра не показали прибавку веса?

Почему вечером так хочется кушать?

Больше света

При свете дня мы гораздо лучше себя контролируем, в том числе и в еде. Днем проще включить волю, а темнота, наоборот, притупляет нашу выдержку. В полумраке гораздо легче привлечь лишний кусочек. Поэтому так важно есть при достаточном количестве света. И неходить в полумраке бра к холодильнику.

Рот на замок

Заведите безоговорочное правило: сразу после ужина чистить зубы и таким образом говорить себе, что прием пищи на сегодня закончен. Если же через какое-то время после ужина вам захочется есть, выпейте один или два стакана воды. Скорее всего, это просто чувство жажды и повод задуматься: а достаточно ли количества воды вы потребляете за день?

КСТАТИ Примите ванну

Хорошим успокаивающим эффектом обладает ванна комфортной для вас температуры с добавлением морской соли или ароматических масел. Она поможет уменьшить аппетит, расслабиться и улучшить качество сна.

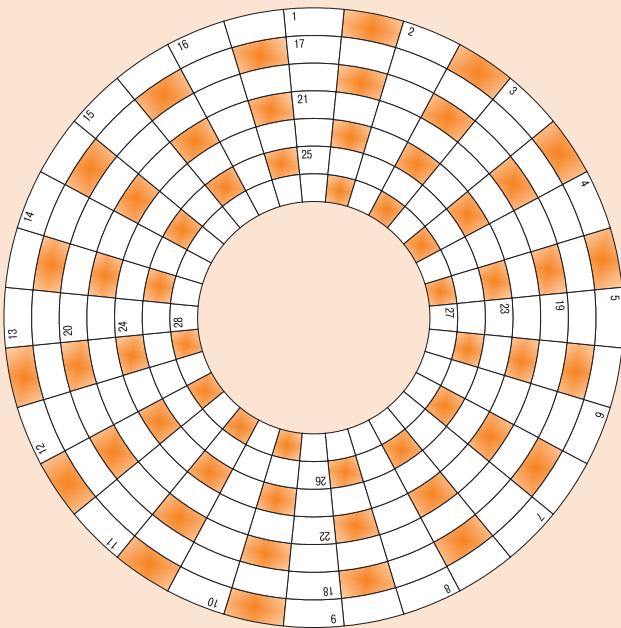


Врач:
– Вам предписана строжайшая диета!
Пациент:
– До еды или после?

Недобор калорий днём

Если в течение дня вы хватали перекусы на бегу и не могли полноценно поесть, наверняка имеет место недобор калорий. В этом случае нет ничего удивительного в вечернем желании смети полхолодильника. Причем в первой половине дня самоконтроль, как уже говорилось, достаточно высок, и полезную пищу кушать легче. А к вечеру уровень самоконтроля снижается, и при нехватке общей калорийности в течение дня организм будет пытаться восполнить этот недостаток в ужин.

КРОССВОРД «КРУГОВОЙ»



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

По кольцам: 5. Машина, предназначенная для доставки продукта от коровы. 13. На столе рядом с солонкой. 17. «Шлем» для пальца портного. 18. Героиня Булгакова на метле. 19. Что ожидает бизнесмена, вылетевшего в трубу? 20. «Мэрия» с бургомистром в голове. 21. Время, ограничивающее говорящих.

По радиусам: 1. Машинист. 2. Краска. 3. Краска. 4. Краска. 5. Краска. 6. Краска. 7. Краска. 8. Краска. 9. Краска. 10. Краска. 11. Краска. 12. Краска. 13. Краска. 14. Краска. 15. Краска. 16. Краска. 17. Краска. 18. Краска. 19. Краска. 20. Краска. 21. Краска. 22. Краска. 23. Краска. 24. Краска. 25. Краска. 26. Краска. 27. Краска. 28. Краска.

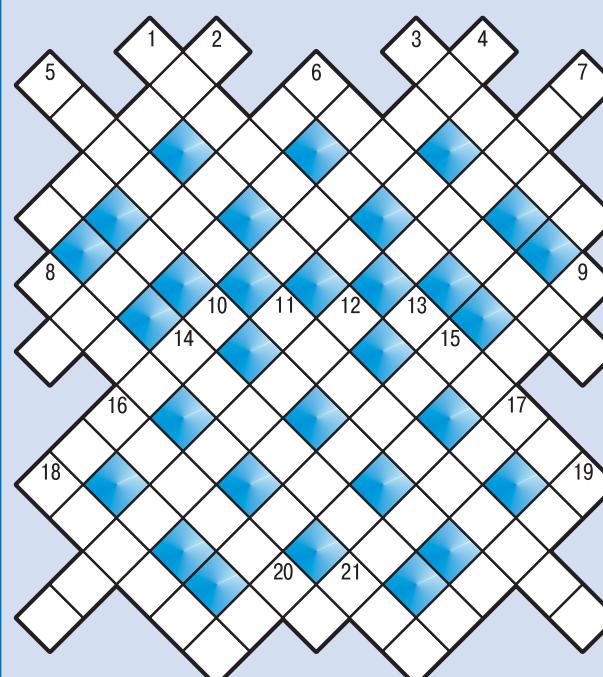
По центру: 1. Краска. 2. Краска. 3. Краска. 4. Краска. 5. Краска. 6. Краска. 7. Краска. 8. Краска. 9. Краска. 10. Краска. 11. Краска. 12. Краска. 13. Краска. 14. Краска. 15. Краска. 16. Краска. 17. Краска. 18. Краска. 19. Краска. 20. Краска. 21. Краска. 22. Краска. 23. Краска. 24. Краска. 25. Краска. 26. Краска. 27. Краска. 28. Краска.

ОТВЕТЫ

торого изображать на картинах заек и мишек – привычное дело.

От внешнего кольца к внутреннему: 1. Актер на сцене не роль играл. Ну а когда совсем устал, то перерыв вдруг объявили. Как он зовется, не забыли? 2. Чужая цитата, используемая автором в качестве вступления. 3. «Хрюканье» довольно жизнью кота. 4. В процессе обработки льна его надо было теребить. А как на Руси называли никуда не годные отходы этой операции? 5. Советский киноактер. 6. Российский певец Сергей... 7. Описал сказочные похождения Алисы. 8. Благоухающий порошок. 9. Спиральная трубка. 10. Жгучая трава. 11. Писатель, который заселяет другие планеты. 12. Водозаборная колонка на улице для тушения пожаров. 13. Инструкция по уходу за обувью (найдете в коробке с ботинками). 14. Корона, скипетр, держава – общее слово. 15. Зудящий недуг. 16. Плюшевые мишки и пластмассовые собачки в детской комнате.

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



В этом кроссворде слова вписываются не по горизонтальным и вертикальным, а по диагоналям (слева-вниз-направо и справа-вниз-налево).

8. Остатки после вычерпывания гуши. 11. Когда он доходит до десяти, вы крепко уснете. 13. Страж времени в микроволновке. 14. Всё, что сверх установленной нормы.

ОТВЕТЫ

1. «Ластоногий» спорт. 3. Умом-заключение, что имеется в каждой басне Крылова. 5. Крупный восточносибирский олень. 6. «Принцесса Турандот» на сцене.

Мнение специалиста

Ужин на все сто!



Мы спросили у диетолога Людмилы Сидоровой, какой ужин считается правильным? Вот что она ответила:

– Вечером желательно употреблять большое количество белка, который участвует в обновлении старых клеток и создании новых и не откладывается в жир. Белковая пища переваривается довольно долго, тем самым обеспечивая длительное чувство сытости.

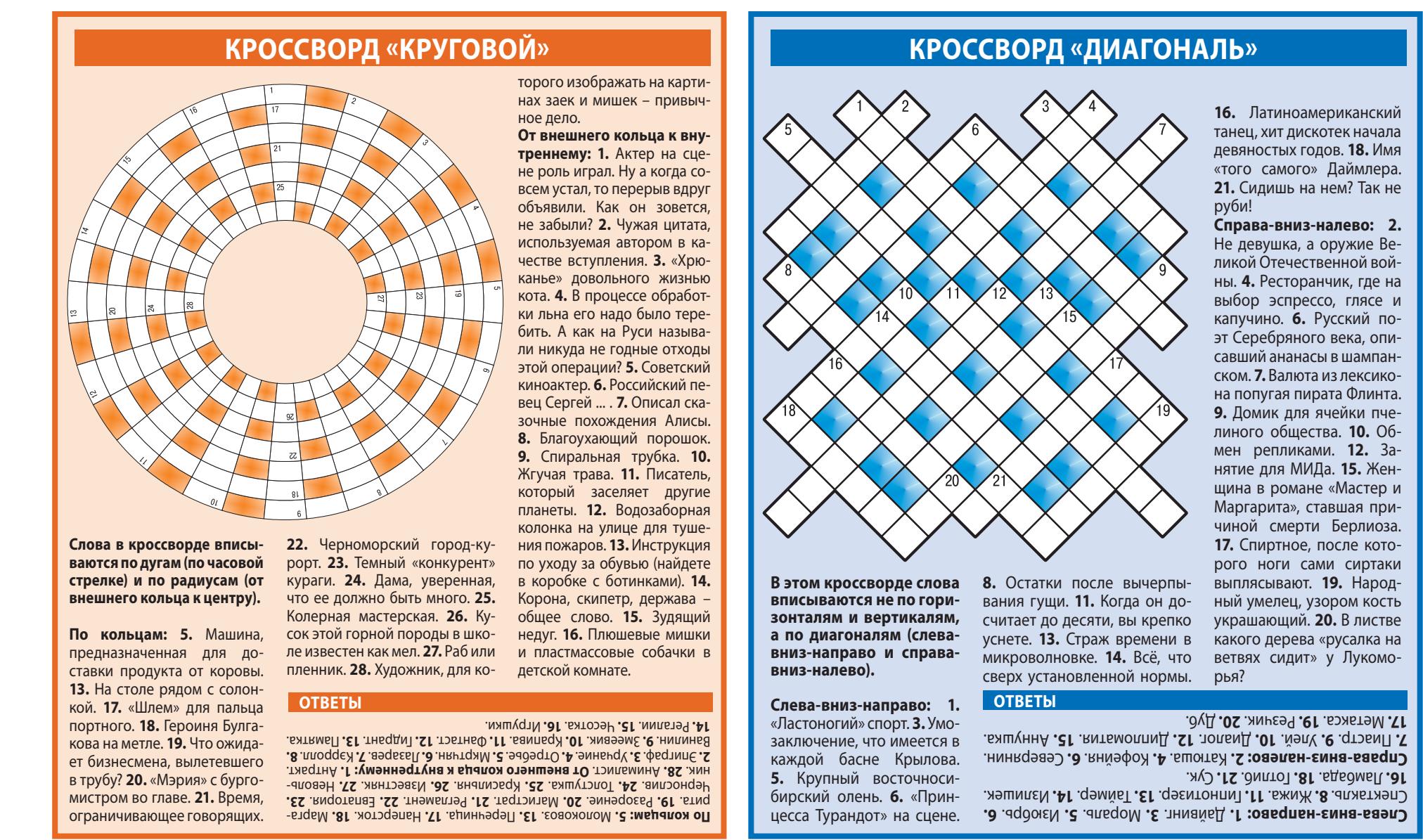
Если в течение дня вы активно занимались физически, вечером к белку в качестве гарнира хорошо добавить сложные углеводы, которые восполнят потерю энергии. А при высокой интеллектуальной загруженности позвольте себе белок в компании с клетчаткой.

Вечерние заботы

Проанализируйте каждый свой вечер. Если у вас есть слабость есть перед телевизором, подумайте, чем другим вы могли бы заняться во время просмотра передач? Например, можно вязать или пропирать пыль, поливать цветы. В этом случае ваша квартира станет краше, а лишние калории не поступят в организм. Можно также посетить фитнес-зал вечером или прогуляться перед сном.

Татьяна МИХАЛЕВА

Фото: Евгений Атаманенко/Shutterstock.com



Когда обувь плохо пахнет, это замечает не только её обладатель, но и окружающие.

Что предпринять, чтобы избавиться от запаха затхлости? Какие средства помогут предотвратить появление отталкивающего аромата и избавить от него любимые туфли?

Ищем причину

Неприятный запах в обуви может появляться по двум причинам: или человек страдает чрезмерной потливостью ног, или не умеет правильно ухаживать за обувью. В обоих случаях сначала необходимо искоренять именно причины, а уж потом переходить к преодолению последствий: появление нежелательного запаха проще не допустить, чем с ним бороться.

• **ЧТО МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ, ЕСЛИ СИЛЬНО ПОТЕЮТ НОГИ?** В этом случае помогут аптечные средства: спреи, дезодорирующие порошки и кремы. Днем держите при себе несколько пар чистых (желательно хлопковых) носков, чтобы заменить несвежие при удобном случае. Приобретайте только качественную обувь, изготовленную из дышащих материалов: кожи, экокожи, ткани. Купите специальные антибактериальные стельки, предотвращающие размножение бактерий.

• **КАК ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАТЬ ЗА ОБУВЬЮ?** Чтобы не появлялся запах затхлости, вернувшись домой, выставляйте обувь для про-

Как устранить неприятный запах в обуви?

ветривания на балкон или в другое место, где нет застоя воздуха. Если вы попали под дождь, набейте обувь старыми газетами (меняйте их по мере впитывания бумагой влаги). Выньте стельки и просушите их отдельно. Приобретите электрическую сушилку для обуви. Лучше, если она будет оснащена ионизатором и компактной ультрафиолетовой лампой. Такой прибор не только сушит обувь, но и уничтожает бактерии, которые и вызывают пренеприятный запах.



– В спортивной обуви нельзя.
– Но кеды с платьем – это тренд!
– Может быть, но правила есть правила. Так что извините, молодой человек.

Боремся с последствиями

Если неприятный запах уже въелся в вашу обувь, придется приложить немало усилий, чтобы вернуть ей первоначальную свежесть. Чтобы добиться максимального успеха, лучше использовать сразу несколько способов устранения неприятного амбре.

• ОБРАБОТАЙТЕ ОБУВЬ ПЕРЕКИСЬЮ ВОДРОДА.

Обильно нанесите 3-процентную перекись водорода на ватный диск и протрите обувь изнутри. Можно залить перекись в пульверизатор и распылить на внутреннюю поверхность, а потом протереть ее ватным диском. После процедуры дезинфекции обувь можно высушить естествен-

ным путем, а можно просушить феном. Благодаря антисептическим свойствам перекиси вы сможете устранить грибок и бактерии, которые размножились внутри изделия.

• ИСПОЛЬЗУЙТЕ АБСОРБЕНТИ.

Такие средства, как тальк, детская присыпка, поваренная соль или активированный уголь, прекрасно впитывают неприятные запахи. Чтобы не пачкать обувь, засыпьте абсорбент в тонкий хлопчатобумажный носок, положите внутрь «ароматных» ботинок и оставьте так на несколько дней. Остатки абсорбента можно будет удалить при помощи пылесоса.

• **ЗАМОРОЗЬТЕ ОБУВЬ.** Положите обувь в пакет и поместите в морозилку на сутки. Затем извлеките из холодильника, просушите и повторите процедуру еще раз. Грибок и бактерии погибнут, а с ними исчезнет и запах.

Светлана СИДОРЧУК

Foto: New Africa/Shutterstock.com

Судоку

1	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					
1	4	5	7	9	6				
4	5	7	9	6	3				

ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ

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

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.

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

4 ★★★★★

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

5 ★★★★★

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

6 ★★★★★

5					8	2			

<tbl_r cells="10" ix="2" maxcspan="1" maxrspan="1" usedcols="

Растение с игристым именем манеттия было привезено из джунглей Южной Америки.

В качестве комнатного растения прижилась только одна разновидность, так называемая манеттия вздутая. К счастью цветоводов, она очень декоративна, быстро растет и легко обвивается вокруг любой опоры. Но ее любят не только за богатую зелень, но и за обильное яркое цветение с февраля по октябрь.

В это время на растении появляются пушистые красновато-оранжевые трубчатые цветки с ярко-желтой окантовкой, похожие на язычки пламени. Цветы достигают 3-5 см. Само же растение, как правило, может вырасти до 1,5 метра длиной. С помощью опор и прищипывания цветку обычно придают форму декоративной лианы. Какой же уход нужен этой не-повторимой красавице из американских джунглей?



Краски из джунглей или Неповторимая манеттия

1 Освещение

Яркий рассеянный свет с некоторым количеством прямого солнца утром или вечером. Лучше всего будет расти на восточных или западных окнах. При недостатке света цветы будут плохо.



2 Температура

Растение предпочитает умеренные температуры. Летом лучше всего растет при 20-22 °C, в зимний период – желательна температура в пределах 15-16 °C, но не ниже 12 °C. То есть зимой манеттия комфортно будет себя чувствовать на утепленной лоджии.



3 Размножение

В феврале-марте размножают стеблевыми черенками, высаживаются во влажную почву по 3-5 штук.

4 Полив

Весной и летом манеттию поливают обильно, но без лишнего застоя влаги у корней. Почва должна всегда оставаться слегка влажноватой. В зимний период полив следует уменьшить. Однако учтите, что растение не любит пересыхания земляного кома. Для полива используется теплая мягкая вода.

5 Влажность воздуха

Манеттия предпочитает постоянное опрыскивание. Ее можно разместить даже на поддоне с мокрым керамзитом или гравием. При сухом воздухе растение потеряет декоративность.

Разговор двух подруг:

- Представляешь, вчера к моим ногам бросали цветы.
- Потрясающе! Как к ногам королевы.
- Ну как бросали... одна бабулька горшок с геранью уронила прямо мне под ноги.



6 Подкормка

В период роста, с марта по август, манеттию подкармливают каждые две недели жидкими удобрениями для комнатных цветущих растений. Концентрацию удобрения желательно снизить в два раза по сравнению с рекомендациями на упаковке.

КСТАТИ

Популярная хризантема

В Японии так любят хризантему, что она стала национальным цветком этой страны. Ежегодно осенью в ботаническом саду Токио проводится выставка хризантем. Изображение цветка даже появлялось на японских монетах. А в Англии Уильям Моррис, поэт и художник, создавал обои с рисунком из хризантемы. Хризантемы часто красовались на картинах Моне. Кстати, в СССР в 1962 году хризантема украсила 10-копеечную марку к 150-летию Государственного ботанического сада.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото: Andrey Ruzhev/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

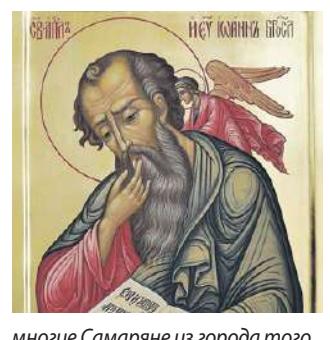
«Иисус говорит ей: это Я, Который говорю с тобою»

Итак приходит Он в город Самарийский, называемый Сихарь, близ участка земли, данного Иаковом сыну своему Иосифу. Там был колодезь Иаковлев. Иисус, утрудаившись от пути, сел у колодезя. Было около шестого часа. Приходит женщина из Самарии почерпнуть воды. Иисус говорит ей: дай Мне пить. Ибо ученики Его отлучились в город купить пищи. Женщина Самарянская говорит Ему: как ты, будучи Иудей, просишь пить у меня, Самарянки? ибо Иудеи с Самарянами не сообщаются. Иисус сказал ей в ответ: если бы ты знала дар Божий и Кто говорит тебе: дай Мне пить, то ты сама просила бы у Него, и Он дал бы тебе воду живую. Женщина говорит Ему: господин! тебе и почерпнуть нечем, а колодезь глубок; откуда же у тебя вода живая? Неужели ты больше отца нашего Иакова, который дал нам этот колодезь и

сам из него пил, и дети его, и скот его? Иисус сказал ей в ответ: всякий, пьющий воду сию, возождет опять, а кто будет пить воду, которую Я дам ему, тот не будет жаждать вовек; но вода, которую Я дам ему, сделается в нем источником воды, текущей в жизнь вечную. Женщина говорит Ему: господин! дай мне этой воды, чтобы мне не иметь жажды и не приходить сюда черпать. Иисус говорит ей: пойди, позвози мужа твоего и приди сюда. Женщина сказала в ответ: у меня нет мужа. Иисус говорит ей: правда ты сказала, что у тебя нет мужа, ибо у тебя было пять мужей, и тот, которого ныне имеешь, не муж тебе; это справедливо ты сказала. Женщина говорит Ему: Господи! вижу, что Ты пророк. Отцы наши поклонялись на этой горе, а вы говорите, что место, где должно поклоняться, находится в Иерусалиме. Иисус

говорит ей: поверь Мне, что наступает время, когда и не на горе сей, и не в Иерусалиме будете поклоняться Отцу. Вы не знаете, чему кланяется, а мы знаем, чему кланяемся, ибо спасение от Иудеев. Но настанет время и настало уже, когда истинные поклонники будут поклоняться Отцу в духе и истине, ибо таких поклонников Отец ищет Себе. Бог есть дух, и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в духе и истине. Женщина говорит Ему: знаю, что придет Мессия, то есть Христос; когда Он придет, то восвяст нам все. Иисус говорит ей: это Я, Который говорю с тобою. В это время пришли ученики Его, и удивились, что Он разговаривал с женщиной; однако ж ни один не сказал: чего Ты требуешь? или: о чём говоришь с нею? Тогда женщина оставила водонес свой и пошла в город, и говорит людям: пойдите, по-

смотрите Человека, Который сказал мне все, что я сделала: не Он ли Христос? Они вышли из города и пошли к Нему. Между тем ученики просили Его, говоря: Равви! ешь. Но Он сказал им: у Меня есть пища, которой вы не знаете. Посему ученики говорили между собою: разве кто принес Ему есть? Иисус говорит им: Моя пища есть творить волю Пославшего Меня и совершить дело Его. Не говорите ли вы, что еще четыре месяца, и наступит жатва? А Я говорю вам: возведите очи ваши и посмотрите на нивы, как они побелели и поспели к жатве. Жнущий получает награду и собирает плод в жизнь вечную, так что и сеющий и жнущий вместе радоваться будут, ибо в этом случае справедливо изречение: один сеет, а другой жнет. Я послал вас жать то, над чем вы не трудились: другие трудились, а вы вошли в труд их. И



многие Самаряне из города того уверовали в Него по слову женщины, свидетельствовавшей, что Он сказал ей все, что она сделала. И потому, когда пришли к Нему Самаряне, то просили Его по-быть у них; и Он пробыл там два дня. И еще большее число уверовали по Его слову. А женщине этой говорили: уже не по твоим речам веруем, ибо сами слышали и узнали, что Он истинно Спаситель мира, Христос.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах в воскресенье, 26 мая.

Комментирует
священник
Дмитрий Барицкий



Апостолы, вернувшись из города, поражены тем, что Христос говорит с женщиной. Законы того времени, касающиеся статуса женщины, были очень строги.

В общественном месте раввин не мог говорить даже со своей женой. Христос же не обращает внимания и на этот запрет.

Важна и другая деталь. Самарянка пришла к колодцу в шестом часу. Шестой час – это, по-нашему, полдень. Женщины обыкновенно приходили к колодцу или рано утром, или вечером. Эта же пришла в самый зной, одна. Скорее всего, перед нами изгой. И Евангелие указывает нам на причину этого. У нее было пять мужей, а шестой мужчина – даже не муж, просто со-живитель. И опять же удивительный момент.

Согласно местным законам, женщина могла выйти замуж всего два раза. Очевидно, что ее чурались, т.к. считали великой грешницей. Но Господь пренебрегает и этим обстоятельством, вступая с ней в разговор.

И это не просто беседа. Христос предлагает ей то, что жаждали получить многие – воды живой, то есть вечной жизни, дара благодати и спасения. Причина этого очевидна. Поняв из разговора, что перед ней Мессия, самарянка не стала оправдываться в своих грехах. Более того, она побежала сообщить радостную новость сво-

им соглеменникам. И проповедь ее была так сильна, что люди, несмотря на дурную репутацию этой женщины, пошли за ней, увидели и поверили во Христа.

Дай же и нам, Господи, такой же отваги перед лицом Твоего Евангелия принять свое несовершенство, дай такоже решимости следовать за Тобой и являть Тебя миру. Ведь лишь в этом случае та благодарят, которую Ты нам предлагаешь, найдет место в нашем сердце. А укоренившись в нем, сможет привлечь к Тебе и тех людей, которые нас окружают.

Фото из открытых интернет-источников

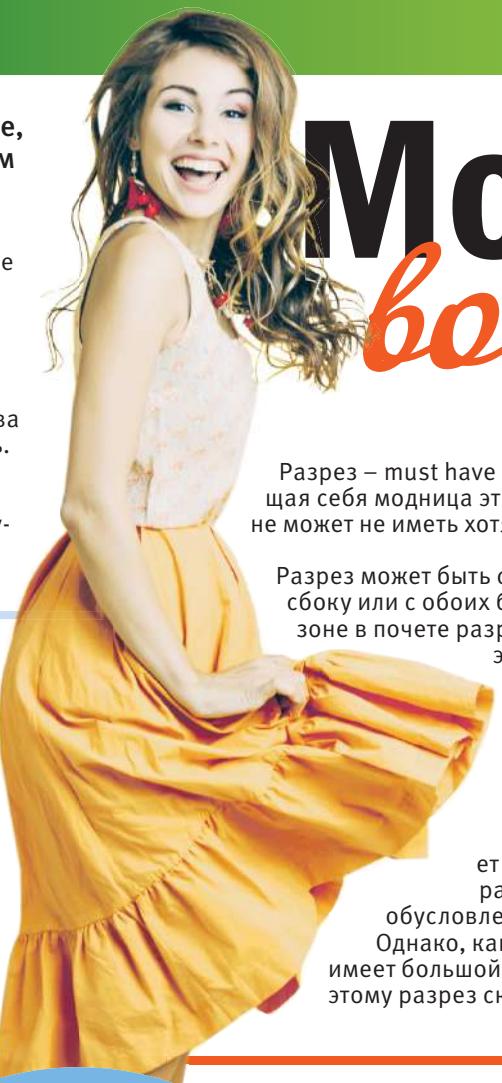
Какая бы погода ни стояла на дворе, юбка была, есть и остаётся главным предметом одежды женщины.

На сезон весна-лето 2019 модные дизайнеры предлагают самые разнообразные фасоны юбок, буквально на любой вкус и любую фигуру. Сегодня мы расскажем об основных трендах. Объединяют все фасоны модных юбок два признака: женственность и элегантность. Именно женственность сейчас наиболее востребована, этот тренд не собирается покидать модный Олимп в обозримом будущем. Ну а элегантность будет в моде всегда.

Самое главное

Хит сезона – оборки, воланы и рюши. Эти милые детали украшают практически все предметы женского гардероба, и юбки не исключение. Волан по подолу, оборки нескользкими ярусами по всему полотну, рюши по краю запаха или разреза – фантазии модных дизайнеров нет границ. Особенно эффектно смотрятся легкие юбки из летящих материалов с воланами по подолу или запаху – умопомрачительный вариант для теплой весны и лета.

Новинка сезона: воланы и оборки могут украшать не только повседневные и вечерние наряды, но и офисные юбки. Конечно, в последнем случае необходимо учитывать дресс-код и выбирать более сдержанные фасоны.



Разговаривают две подруги:

– Хочу, чтобы муж во время готовки шутил и всё время крутился рядом!
– Пригласи красивую подругу в мини-юбке и попроси помочь тебе на кухне...

Цвет и материал

Материалы для летних юбок предпочтительнее легкие, летящие, нежные, подчеркивающие

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 МАЯ



ЭТОЙ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

20 МАЯ

В 1742 году русский штурман Семён Челюскин достиг самой северной оконечности Евразии на собачьих упряжках.

21 МАЯ

В 1937 году заработала первая в мире дрейфующая на льдине научная станция «Северный полюс – 1».

22 МАЯ

В 1524 году заложен Новодевичий монастырь в Москве.

23 МАЯ

В 1879 году Иван Тургенев стал первым в мире писателем, который получил звание доктора гражданского права в Оксфордском университете.

24 МАЯ

В 1844 году отправлена первая телеграмма телеграфом Морзе.

В 1900 году в Санкт-Петербурге спущен на воду крейсер «Аврора».

25 МАЯ

В 1682 году начался Стрелецкий бунт в Москве.

26 МАЯ

В 1829 году у Босфора русский бриг «Меркурий» одержал победу над двумя линейными турецкими кораблями в ходе русско-турецкой войны (1828–1829).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

20 МАЯ Иван, Михаил, Степан.

21 МАЯ Арсений, Иван.

22 МАЯ Василий, Гавриил, Николай.

23 МАЯ Василий, Кирилл, Семён.

24 МАЯ Александр, Кирилл, Константин, Ростислав.

25 МАЯ Герман, Денис, Иван, Пётр, Фёдор.

26 МАЯ Александр, Василий, Георгий, Ирина, Макар, Сергей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

20 МАЯ ■ Всемирный день метрологии ■ День Волги ■ Всемирный день травматолога

21 МАЯ ■ День полярника ■ День работника БТИ

24 МАЯ ■ День кадровика ■ День славянской письменности и культуры (День святых Мефодия и Кирилла)

25 МАЯ ■ День филолога

26 МАЯ ■ День химика ■ День российского предпринимательства

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Мокрый Мокей – лето ещё мокрое

20 мая, на Купальнице, наши предки следили, откуда дует ветер: «Ветры восточные и западные для посадки и посева лучше всего», «Сей под погоду – будешь есть хлеб год от году». На Ивана Долгого,

21 мая, хлебопашцы обращали внимание на деревья: «Пшеницу сей, когда черемуха зацветет».

22 мая, на Николу Вешеного, было принято наблюдать за погодой. Влажное и туманное утро, дождь – все считались хорошей приметой.

А вот дождь на Мокея Мокрого, **23 мая**, по народным приметам обещал и сырое лето: «Мокро на

– Марк Иванна, да зачем мне ваша алгебра, где она мне в жизни пригодиться может?
– Ой, Петров, ты еще вспомнишь меня, когда будешь в 35 лет делать уроки со своими детьми-шестиклассниками!

Авторы фото: Look Studio / Shutterstock.com и открытые интернет-источники

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

20 мая Восход: 4 ч. 23 м. Заход: 20 ч. 16 м.
Долгота дня: 15 ч. 53 мин.

Убывающая Луна
в знаке Стрельца

21 мая Восход: 4 ч. 22 м. Заход: 20 ч. 17 м.
Долгота дня: 15 ч. 56 мин.

Убывающая Луна
в знаке Козерога

22 мая Восход: 4 ч. 20 м. Заход: 20 ч. 19 м.
Долгота дня: 15 ч. 59 мин.

Убывающая Луна
в знаке Козерога

23 мая Восход: 4 ч. 19 м. Заход: 20 ч. 20 м.
Долгота дня: 16 ч. 01 мин.

Убывающая Луна
в знаке Водолея

24 мая Восход: 4 ч. 18 м. Заход: 20 ч. 21 м.
Долгота дня: 16 ч. 03 мин.

Убывающая Луна
в знаке Водолея

25 мая Восход: 4 ч. 17 м. Заход: 20 ч. 23 м.
Долгота дня: 16 ч. 06 мин.

Убывающая Луна
в знаке Водолея

26 мая Восход: 4 ч. 16 м. Заход: 20 ч. 24 м.
Долгота дня: 16 ч. 08 мин.

Убывающая Луна
в знаке Рыб

Разрез

Разрез – must have сезона. Уважающая себя модница этим летом просто не может не иметь хотя бы одну юбку с разрезом.

Разрез может быть спереди и сзади, сбоку или с обоих боков. В этом сезоне в почете разрез длинный, поэтому мини-юбка из списка юбок с разрезом выдается, актуальная длина – миди или макси. Отдельного упоминания требует юбка с запахом, разрез на которой обусловлен конструкцией. Однако, как правило, запах имеет большой запас ткани, поэтому разрез скорее скрыт, чем заметен.

Юбка-карандаш

Конечно, этот классический фасон отнюдь не является открытием сезона. Однако он наиболее востребован именно с точки зрения элегантности. С карандашом в этом плане трудно тягаться любому другому фасону.

Асимметрия

Асимметрия – тренд не новый, но популярный среди модных дизайнеров. Юбка асимметричного края – настоящая находка для тех, кто любит быть в центре внимания. Кроме того, такой край может скрыть некоторые недостатки фигуры и эффектно подчеркнуть ее достоинства. Асимметрия может быть как очень резкой, так и лишь слегка обозначенной.

Детали

«Хромающая» юбка

В начале XX века в Европе английская актриса Цецилия Сорель появилась в утянутой у лодыжек юбке, которая произвела фурор у женщин. Юбка была утянута настолько сильно, что казалось, что дама хромает, когда идет. Зато в такой «хромающей» юбке можно было стоять в красивой скульптурной позе. По необычайным причинам многие дамы пожелали иметь такие юбки в своем гардеробе.

Светлана ИВАНОВА

ТЕЛЕК

Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ №ФС77-58256 от 18.06.2014г. Издается с ноября 2015 года.



КАРДОС

издательский дом

Учредитель, редакция и издатель: © ООО «ИД «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 115088, г. Москва,
ул. Угрешская, д. 2, стр. 15.
e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 105187, г. Москва,
ул. Щербаковская, д. 53, корпус 4,
этаж 3, комн. 3076.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-937-41-31

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор

ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Директор департамента дистрибуции

ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220

Менеджер по подписке ЕФРЕМОВА С.Н.

Тел. (495) 933-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора
по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В.,

КОВАЛЬЧУК Е.В.

Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206

Ведущие менеджеры по работе с рекламными

агентствами: ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А.

Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147, 273

Дизайнер ЛЕХТОНЕН И.П.

Телефон рекламной службы:

8-495-933-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 20 (184). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 14.05.2019 г. фактическое: 01.00 час. 14.05.2019 г.

Дата выхода в свет 15.05.2019 г.

Отпечатано в типографии «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70

Заказ 3797. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж 50 370 экз. Рекомендованная цена в розницу 20 рублей.

Еженедельная семейная газета для читателей 12+

Объем 8 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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.

Риточка отошла на несколько шагов назад и полюбовалась делом рук своих.

– Красота! – со знанием дела произнесла женщина. – Тебе очень идет.

Илья Сергеевич потрогал запонки на манжетах, затем узел на шелковом шейном платке. Перекатился с пяток на носки и обратно, слушая скрип новых лакированных туфель.

– Рит, думаешь, не слишком? – сомнением, но раскрасневшись от удовольствия, спросил Илья Сергеевич. – Это ведь все-лишь клуб знатоков. Можно было бы и в свитере, наверно.

– Еще чего, – фыркнула хорошененькая миниатюрная Риточка. – Свитер – это не твой стиль. Ты умный, одаренный, перспективный – должен нести себя гордо.

Илья Сергеевич за талию аккуратно притянул к себе кокетку в изумрудном шелковом платье и



нежно поцеловал в щеку.

– Я рад, что ты будешь в моей команде в этом году. Ты настоящее ее украшение.

– Ну-у-у, – кокетливо протянула женщина, – может, пригожусь не только в качестве красивой картинки.

Илья Сергеевич подул на ее висок, заставив взлететь легкие кудряшки. Риточка зарделась.

Следователь со товарищи расселись за круглым зеркальным столом. Все были серьезны, сосредо-

точены и молчаливы. И только Риточка в своем изумрудном платье – легка, невесома и смешлива. Она подшучивала над членами команды, за что Илья Сергеевич был атакован недоуменными, осуждающими взглядами коллег по игре. Он краснел, пожимал плечами, но тоже сосредоточенно молчал, настраиваясь на игру.

– Итак, – громогласно объявил ведущий. – Первый вопрос.

Следователю Пику необходимо встретиться с тремя осведомителями, с которыми он работал ра-

нее: Майклом, Дрю и Тиллем. Но это было так давно, что детали стерлись из памяти. Пик помнил, что помогали трое осведомителей-мальчиков в трех делах: «Морской конек», «Зеленая грозь» и «Дом с привидениями». Также следователь помнил, что с «Зеленой грозью» связано имя Дрю. Но как выглядит мальчик, память не подсказывала. Как были связаны остальные осведомители с двумя другими делами, Пик не помнил. **У**видев мальчиков при встрече, Пик начал припомнить.

нотов и защелкали кнопками на автоматических шариковых ручках. И все разом вздрогнули, когда раздался сигнал,озвестивший о том, что кто-то из игроков нажал кнопку готовности. Заозирались, ища взглядами за столами соперников того, кто готов отвечать.

– Да, – указал ведущий в сторону Риты.

Илья Сергеевич уставился на женщину испуганным взглядом, но та и бровью не повела.

– Ну, это совсем просто, – возвестила она.

Любовь АНИНА

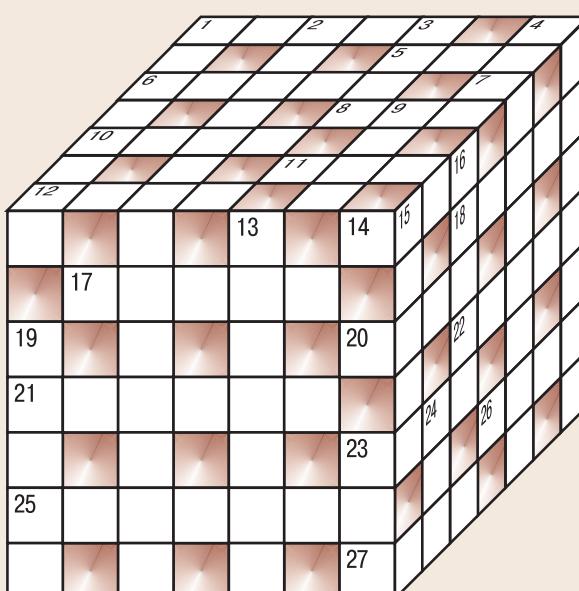
Как Рита решила загадку ведущего?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 19: на пляже действительно много людей, но опытный взгляд следователя «выцепил» из толпы мужчину с типичным загаром строителя – загорелый торс и белые ноги. А потерпевшему как раз и увиделся на ногах мужчины рабочий комбинезон. Строители часто работают с обнаженным торсом и в рабочих брюках, поэтому и загар у них специфический.

Рис. Ирина Светловая

КРОССВОРД «КУБ»



Это объемный вариант обычного классического кроссворда, расположившийся на трех граних куба. Начинается как обычно – по горизонтали, по вертикали – но некоторые слова продолжаются и на другой грани.

По горизонтали: 1. Промысел с девизом: «Эх, прокачу!» 4. Ясность мышления. 5. В ярмо впряженный он привык. Работяга этот бык. 6. В европейскую программу в соревнованиях по бальным танцам входят 4 вида: вальс,

..., фокстрот, квикстеп. 7. Природная сущность натуры человека. 8. ...-стоп (без паузы). 10. Дерево с листиком для Адама. 11. Гипертонический «штурм». 12. Мани у армянина в кармане. 14. «Оратория» барышни с мышкой за шиворотом. 17. Заставшая на сосне смола. 18. Получится, если семеро музыкантов одного дождались.

ОТВЕТЫ

To loponosothain: 1. Nissoz, 4. Hercocb, 5. Bon, 6. Taziro, 7. Ecce, 8. Ho, 10. Nifra, 11. Kpns, 12. Jfpm, 14. Bnzi, 17. Haret, 18. Crtbo, 20. Ulapf, 21. Jfcoocb, 22. Pyctro, 23. Ulane, 25. Boboaka, 26. Gept, 27. Xatap. To bo Beptrkina: 1. Nthnafaa, 2. Bepcabe, 13. Dophpe, 15. Mirka, 16. Lofpe, 19. 3. Bopo, 4. Hneh, 9. Dxpe, 10. Bepcabe, 13. Dophpe, 15. Mirka, 16. Lofpe, 19. Gert, 20. Ulapf, 21. Jfcoocb, 22. Pyctro, 23. Ulane, 25. Boboaka, 26.

Студент в аптеке:
– Две упаковки глюконата кальция. И активированного угля, пожалуйста, тоже две упаковки.
– А что у вас случилось?
– Первенство общежития по шашкам.

Сотрудник ГИБДД останавливает машину, а за рулем – собака. На заднем сиденье сидит мужчина. Полицейский:
– Вы с ума сошли? Собаку за руль посадили?
– А я здесь ни при чем! Я проголосовал, она остановилась...

– Ой, как я переживаю за свою жену!
– А что с ней?
– С ней моя машина...

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

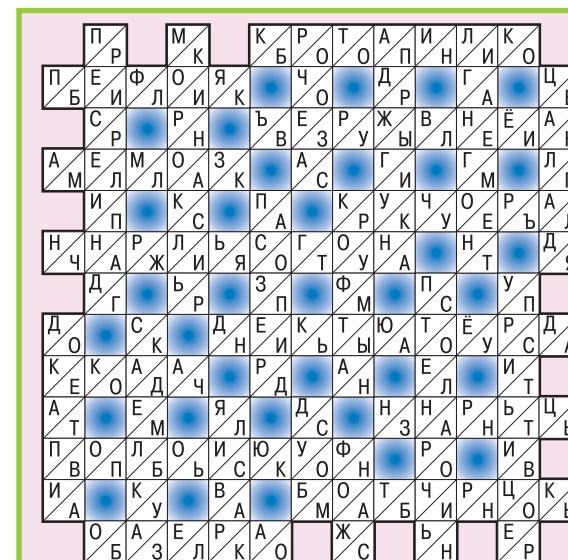
РАБОТА

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



По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (495) 792-47-73



КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Кропило. Белок. Взрывник. Мелок. Кучера. Чарльстон. Диктатура. Конда. Нарты. Полосун. Ботинок. Балка.

По вертикали: Перепад. Монокль. Роза. Прыгун. Лангер. Вклад. Аспид. Кофта. Стеарин. Притвор. Окапи. Сделка. Ясак. Дуб. Нож.

