

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№20
(184)

ТВ-программа с 20 по 26 мая 2019 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

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

ЗАВЕРНЁМ
В РУЛЕТ
ЧТО-ТО
ВКУСНЕНЬКОЕ

стр. 8

В ОДНОЙ
ТЕПЛИЦЕ:
ВМЕСТЕ НЕ ТЕСНО

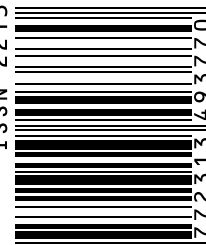
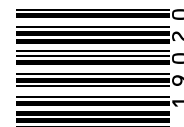
стр. 16

ПОЧЕМУ
БОЛЯТ ПЯТКИ?

стр. 9

Фото Вадим Тараканов/ТАСС

ISSN 2213-4933



9 772313 493770 19020

12+

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-блюз» 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»*

Алексей ГУСЬКОВ:

Актёру нужен диалог со зрителем



Детали

«Рождение идеи»

– *Идеей спектакля и любовью к творчеству Пушкина вы заразили и 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 многогранная постановка. Мы с моим другом Игорем Бутманом задумывали ее еще шесть лет назад. Как-то раз в нашей частной беседе прозвучали строчки из «Онегина» – самого великого произведения русской литературы, на мой взгляд. И вдруг я говорю Игорю: давай попробуем сделать спектакль, дополним пушкинскую поэзию твоими 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».

осуществилась совсем недавно благодаря театральному агентству «Арт-Партнер 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-блюз» – 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 само 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.

Любопытство – обязательно

– *Режиссёр Александр Митта, с которым вы работали, в одном из своих интервью заметил, что вам для хорошего самочувствия нужна загрузка: много всего и сразу. Торопитесь всё успеть?*

– Помните, как у поэта Заболоцкого: «Душа обязана трудиться и день и ночь, и день и ночь...»? Я знаю одно: актер не может быть нелюбопытным к жизни, в нем должен присутствовать интерес ко всему, что его окружает. Он должен быть способным пропускать через се-

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.

– *Съёмки, 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 несется! 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 финал вне конкурса автоматически прошли шесть стран, так называемая «Большая пятёрка»: 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!

Ото Thomas Hanses



ИА «Столица» специально для «Телека»

Александр Васильев раскрыл секреты блошиного рынка

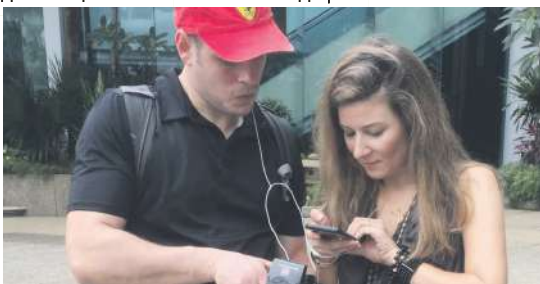


Александр Васильев часто бывает в Париже. Известно, что телеведущий любит необычные старинные вещи. Ими он пополняет не только свой интерьер, но и коллекции, которые периодически выставляются в различных музеях. Новыми приобретениями из французской столицы стали каминный экран в стиле второго рококо с бывшей виллы Коко Шанель «Ла Пауза», 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 стилиста 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 съёмки новых выпусков передачи «Жизнь других» с Жанной Бадоевой. Съёмочная 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 высаживают 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.

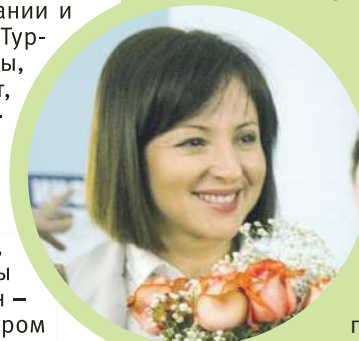


Агата Муцениеце снимает сериал

Агата Муцениеце занялась съёмками 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 Тумайкина, 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. Съёмочная 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 подготовки 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 время хожу 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 Делом 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!

Суставы любят Геладринк!

Произведено
в Чехии



Со вкусом черной смородины! Добавлена антигемоглобиновая формула!



Удобно брать в поездки! Есть новые вкусы!



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



Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает.



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



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



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. БАД, ООО "Асофт ХХИ" ОГРН 1027739003302 117049, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1 А. Реклама.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Потолок в карьере? Пробьём!

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 поддерживают, 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

ПРАВИЛО 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 показывайте 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 доверил 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

ПРАВИЛО 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.

Не критикуйте

ПРАВИЛО 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».

Флиртуйте

ПРАВИЛО 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!

Говорите прямо

ПРАВИЛО 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 мухи слона, думая, что муж непременно должен догадаться о том, что она себе нафантазировала. 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».

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

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

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, повинаясь лишь течению. К слову сказать, увлеченному путешественнику 72 года. Когда течение окончательно прибило капсулу к берегу, Жан-Жаку 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 неуверенно». – «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 мишура.



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 крупную 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 пугает фавн, то бедро у нее становится более насыщенного, ярко-розового цвета. Картины с этими милыми божествами были тогда широко распространены. Существовал также цвет бедра взволнованной 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 Роскевичем и Михаилом Заварзиным 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 Гушин. 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» рассудят зрители



КТО ЕСТЬ КТО

Филипп Игнатьевич Гушин

Знаменитый московский прокурор, «гроза адвокатов» – тоже, как и Андронов, не знающий поражений. Человек высокопрофессиональный, честный, способный уважать достойного соперника.



Фёдор Лавров

Николай Андронов

Блистательный адвокат, не знающий ни одного поражения. Человек из народа, который «сделал себя сам». Спокойный вдумчивый аналитик, досконально знакомый со всеми юридическими тонкостями. Образцовый семьянин, женат на графине из очень знатного рода, отец двоих детей.



Никита Панфилов

Вера Андропова

Жена Андропова, мать его двоих детей, графиня. Брак с Андроновым для нее – мезальянс, и, хотя она искренне любит мужа, пропасть между ними еще чувствуется. Когда на горизонте появляется ее бывший кавалер, человек ее класса, это становится серьезной угрозой их браку.



Анна Чиповская

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 – собирательные, но сходство с реальными людьми все же есть. Например, оно прослеживается между Андроновым и Фёдором Плевако. Оба – простого происхождения, 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.

Виктор Роскевич

Адвокат, друг и соперник Андропова. Весельчак, раздолбай и повеса, любитель женщин, прирожденный шоумен. Любое его выступление превращается в яркое, почти театральное представление. В отличие от вдумчивого Андропова, никогда не готовит судебные речи – лишь какой-нибудь эффектный «фокус» – предпочитая выступать «на вдохновении».



Никита Ефремов

Ольга Загорская

Подруга Роскевича, пламенная суфразистка. Их отношения с Роскевичем – это любовь и ненависть: ее воротит от его мужского шовинизма и постоянных измен, но кажется, будто эта ненависть только сильнее их сплачивает. Ольга не бросит Роскевича ни при каких обстоятельствах.



Юлия Пересильд

Михаил Заварзин

Друг Андропова и Роскевича, 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 Роскевича и Андропова. Романтик, поэт, тонко чувствующий, переживающий проблемы подзащитных, как свои собственные.



Евгений Антропов

Коллекция характеров

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 Роскевич себя нашли, то Миша Заварзин не понимает себя и свои желания.

Никита Ефремов (Виктор Роскевич):

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

Анна Чиповская (Вера Андропова):

– 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 Роскевичем 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 производства «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 радуется своими песнями, но все время совершенствуется, записывает новые альбомы, и даже пробует сама писать музыку.

Как сердце подскажет

– 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 шестиуровневой конструкции высотой в 12 метров. Они могут советовать 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, руководствуешься исключительно собственными ощущениями, предпочтениями, эмоциями –

Ирина ОРТМАН:

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



Бог за ниточку ведёт



есть мурашки по телу или нет, тронуло сердце и душу, или не тронуло. Впечатления от выступлений разные. Для моей оценки того или ино-

го 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 Мо-

скву провинциальной девочкой испытать удачу в «Фабрике звезд». 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. Осенью 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 понемногу 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, ещё работаете домохозяйкой?

– Я стопроцентная хозяйка, помощниц у меня нет. И стряпаю сама, причем, хорошо. Готовлю мужу и дочерям 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 Маринном острове всей семьей, дорожке которой для меня ничего нет.

Наталья АНОХИНА

Фото компании «ВайТ Медиа» и Ольги Хмыз



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://podpiska.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. После того, как я сдала кровь, мне прислали специальную таблицу с перечнем продук-



Дана АБЫЗОВА:

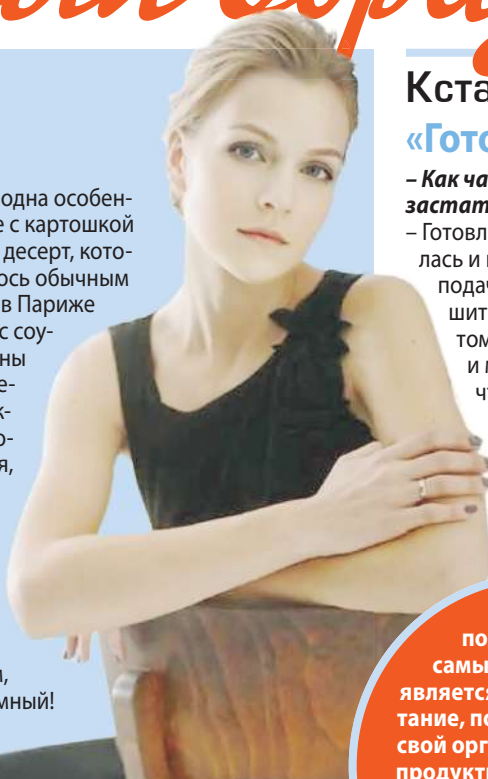
Лучшая диета – правильный образ жизни

■ 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 баранины и морепродуктов – на мой взгляд, это ужасающее сочетание, тем более что я терпеть не могу ни морепродукты, ни баранину! (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, отсюда 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, наверно, 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».



«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. Потому что часто не хватает времени, чтобы правильно поесть, и приходится себя

пичкать 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 грустно.

– 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, кото-

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 тушится в томатном соусе. Иногда добавляют и чернослив. Еще один из наших семейных рецептов – это хлебный суп.

Елена СОКОЛОВА

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?

а) Мангазейский морской ход.
б) Морской ход Виллема Баренца.
в) Дежнёвский морской ход.

«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?

а) Семён Иванович Челюскин.
б) Харитон Прокофьевич Лаптев.
в) Отто Юльевич Шмидт.



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

а) Пролив между островами Большевик и Октябрьской Революции.
б) Пролив между островами Вайгач и Новая Земля.
в) Пролив между полуостровом Таймыр 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?

а) 1957 год.
б) 1965 год.
в) 1972 год.

ОТВЕТЫ

1. а) «Ход имени Мангазеи». По имени Мангазеи, первого русского исследователя Арктики.
2. в) Исследователь Ледовитого океана, капитан «Сибиряков».
3. б) Пролив между островами Вайгач и Новая Земля.
4. в) 1957 год.
5. б) 1965 год.

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, быстренько 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» начинку элемент — сыр, сырое яйцо; в этом случае готовый рулет запекают 5-7 минут в хорошо разогретой духовке, на гриле, в микроволновке и т.д.

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.

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 Слить жидкость из консервов, размять рыбу вилкой.
- 2 Сыр натереть на терке, зелень нарубить.
- 3 Все смешать, выложить на лаваш, свернуть рулетом.

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



ОВОЩИ И ГРИБЫ

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.

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.

Из жареной курицы

ИНГРЕДИЕНТЫ: 150 г жареного куриного мяса, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 2 соленых огурчика, 1 помидор, половинка болгарского перца, растительное масло, майонез.

Калорийность (на 100 г): 227 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, спассеровать до золотистого цвета на растительном масле, остудить.
- 2 Мясо, огурцы, помидор и перец нарезать мелкими кубиками, чеснок пропустить через пресс.
- 3 Смешать все ингредиенты, выложить на лаваш, добавить немного майонеза, свернуть в рулет.

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 мелко нарезать, 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.

Вечером в офисе:

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



Ветчинная

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г ветчины, 150 г сыра, 1 свежий огурец, 1 зубчик чеснока, майонез.

Калорийность (на 100 г): 273 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Ветчину, сыр и огурец нарезать мелкими кубиками, чеснок пропустить через пресс.
- 2 Смешать все ингредиенты, заправить майонезом.

Светлана ИВАНОВА

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

Однако часто и эта защита не справляется – кожа сохнет, начинается шелушиться и трескаться.

Знай и помни!

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

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:

- нехватки 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!

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 лсти себе.

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 эпителий 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 сигнализируют мозоли на пятках

Кутикулизация эпидермиса – так называются мозоли по-научному. Омоложение (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 аднекситы женщинам становится больно наступать на пятку той ноги, на стороне которой начинается воспаление. Уплотнения над пяткой сзади выступающей косточки расскажут о проблемах с сосудистыми нарушениями и скачком давления. Своеобразные «подковки» вокруг пяток сигнализируют о начале неблагоприятных изменений в суставах.

Неужели так?

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

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.

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.

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 пробуждении (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 – серьёзная 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 кожицей, 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.



A man wearing a white cowboy hat and a light blue shirt is looking at a woman with blonde hair wearing a red hat. They are standing outdoors in front of a wooden building.

США, 2012 г. Боевик.
Джейсон Стэйтем,
Дженнифер Лопез.
Паркер - Джейсон Стэй-
тем - известный в криминальных кругах про-
фессиональный вор.
«Водить по-русски».
(16+)
«ГОНКА». (16+)
«РЕПОРТЁРША». (16+)
«Территория заблуж-
дений» с Игорем Про-
копенко. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ


РОССИЯ К
Культура

06.30	07.00	07.30	10.00	15.00
	19.30	23.30	Новости культуры	
06.35	«Пешком...»			
07.05	20.05 «Правила жизни»			
07.35	«Легенды мирового кино»			
08.00	«СИТА И РАМА»			
08.45	«Австрия. Зальцбург. Дворец Альтенау»			
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 чем 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 ВИНЬ ВИНОВАТЫЕ». (16+)			
23.00	«Дом архитектора»			
23.50	Магистр игры			


ТВЦ

06.00	«Настроение»			
08.00	«ХОД КОНЁМ». (0+)			
				
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+)			
05.30	Большое кино. (12+)			


ТВ-3

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, Бреннан убеждена, что его смерть была не случайной...			
21.15	«ГРИММ». (16+)			
				
23.00	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 ПОЙМАНЫ НЕ ВОР». (16+)			
02.00	«ПОМНИТЬ ВСЕ». (16+)			
05.30	«Тайные знаки». (12+)			

ДОМАШНИЙ

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	«ВОПРОКИ СУДЬБЕ». (16+)			
				
23.15	Украина, 2018 г.			
00.30	«6 кадров». (16+)			
02.25	«Муж напрокат». (16+)			
02.55	«Понять. Простить». (16+)			
04.15	«Реальная мистика». (16+)			
05.05	«Тест на отцовство». (16+)			
05.55	«По делам несовершеннолетних». (16+)			
06.00	«6 кадров». (16+)			
	«Домашняя кухня». (16+)			

5-й КАНАЛ

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+)			
				
06.00	Сегодня утром			
08.00	13.00 18.00 21.15 Новости дня			
08.20	10.05 13.15 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+)			

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

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 «Звёздное интервью». (12+)			
16.30	«ТАКСИ-2». (12+)			
17.00	«Заметные люди». (12+)			
17.45	«Четвёртая студия». (12+)			
18.45	20.45 01.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)			
19.00	21.00 02.00 «Магистраль». (12+)			
19.15	21.15 02.15 «Полицейский вестник». (12+)			
20.00	22.00 03.00 «Область спорта». (12+)			
20.15	22.15 03.15 «Такие разные». (12+)			
22.45	«СТРАННИК». (16+)			
01.15	«Улыбнитесь, каскадеры!». (12+)			

СПОРТ

06.00	«Вся правда про...» (12+)			
06.30	«Капитаны». (12+)			
07.00	08.05 10.00 11.55 13.50 16.05 18.20 20.55 Новости			
07.05	18.25 00.50 Все на Матчи			
08.10	Футбол. Чемпионат Италии. (0+)			
10.05	Футбол. Чемпионат Испании. (0+)			
12.00	Футбол. «Наполи» - «Интер». Чемпионат Италии. (0+)			
13.55	Хоккей. Австрия - Чехия. Чемпионат мира. (0+)			
16.10	Хоккей. Россия - Швейцария. Чемпионат мира. (0+)			
18.55	Футбол. «Рубин» (Казань) - «Анжи» (Махачкала). Российская Премьер-лига			
21.05	Хоккей. Канада - Дания. Чемпионат мира			
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+)			

МУЗЫКА

05.00	04.00 Наше Made in Russia! (16+)			
06.00	Засеки звезду. (16+)			
06.10	10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)			
06.55	11.55 PRO-Клип. (16+)			
07.00	Каждое утро. (16+)			
09.00	Муз-ТВ чарт. (16+)			
10.00	Победитель битвы номинантов. (16+)			
10.30	PRO-Обзор. (16+)			
11.05	22.35 Золотая лихорадка. (16+)			
12.00	16.00 Check-In. (16+)			
13.00	# ЯНАМуз-ТВ. (16+)			
14.00	Русский чарт. (16+)			
15.00	Битва номинантов. (16+)			
16.35	10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)			
18.00	Pro-Новости. (16+)			
18.20	Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)			
19.00	Золотая дюжина. (16+)			
20.00	Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+)			
00.00	Тор 30 - Русский крутяк недели. (16+)			
02.15	Неспиннер. (16+)			

КИНО И СЕРИАЛЫ

 TV1000	 TV1000 РУССКОЕ КИНО	 ДОМ КИНО	 ДОМ КИНО	 РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.10 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)	06.20 «О ЛЮБВИ». (16+)	05.20 «ЗЕЛЁНЫЙ ФУРГОН». (12+)		00.35 «ОВСЯНКИ». (16+)
08.05 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА». (12+)	08.15 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)	08.00 «СВАТЫ». (16+)		01.55 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)
10.25 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)	10.05 «ПИРАММИДА». (16+)	12.00 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (6+)		03.30 «ОХОТНИК». (16+) Драма, Россия, 2011 г.
12.45 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)	12.15 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)	14.50 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+) Россия, 1995 г. В ролях: Вера Алентова, Валерий Гаркалин, Игорь Угольников, Инна Чурикова		05.30 «ПЕРЕГОН». (16+)
14.30 «1+1». (16+)	14.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)	17.25 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+) СССР, 1985 г. В ролях: Ирина Муравьева, Александр Абдулов, Александр Ширвиндт, Леонид Куравлёв, Татьяна Васильева		07.55 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)
16.35 «Хранитель Луны». Мультфильм. (6+)	16.20, 17.10 «СВИРИДОВЫ». (16+)	19.00 «СВАТЫ». (16+)		09.20 «ОТДАТЬ КОНЦЫ». (16+)
18.15 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)	18.30 «РОК». (16+)	22.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		11.10, 12.05, 13.05, 14.05 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
20.10 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+) США, 1999 г. В ролях: Джулия Робертс, Ричард Гир, Джоан Кьюсак, Гектор Элизондо	20.20 «МАРАФОН». (12+) Россия, 2013 г. В ролях: Михаил Пореченков, Екатерина Васильева	02.40 «КРЕЙЦЕРОВА СОНАТА». (16+)		15.05, 16.00, 17.00, 18.00 «СХВАТКА». (16+)
22.25 «ОРБИТА-9». (16+)	22.20 «АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК». (16+)			19.00, 19.55 «СВИРИДОВЫ». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2013 г.
00.15 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)	00.20 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)			20.50 «СОБЫТИЕ». (16+) Драма, Россия, 2008 г.
02.20 «ЧЕЛОВЕК - ШВЕЙЦАРСКИЙ НОЖ». (18+)	02.20 «ЧЁРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)			22.50 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+) Комедия, мелодрама, Россия, 2016 г.
04.05 «2+1». (16+)	04.20, 05.05 «СВИРИДОВЫ». (16+)			

 КИНОКОМЕДИЯ	 SONY CHANNEL	 ОМНИСКА КИНО	 ФЕНИКС+ КИНО	 FOXlife	 FOX LIFE
00.40 «ТУТСИ». (16+)	07.55 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00,		06.00, 14.35, 17.30, 21.45	
02.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)	09.45 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)	00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)		06.55, 05.35 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)	
04.40 «К ЧЕРТУ НА РОГА». (16+)	11.50, 12.35, 04.30, 05.15 Проект подиум. (16+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00,		07.20, 08.05, 13.00, 13.45,	
06.20 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	13.20 «КРУПНАЯ РЫБА». (16+)	02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)		01.05, 01.45 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	
08.15 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)	15.20 Четыре свадьбы. (16+)	12.00, 13.00 «НА МОРЕ». (16+)		08.55 Кулинарный поединок с Джейми Оливером. (12+)	
10.05 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)	16.10 Холостяк. (16+)	14.00, 15.00 «НАВИГАТОР». (16+)		09.45, 10.35, 02.30, 03.15 «НОМЕР 309». (16+)	
11.45 «МАЛАВИТА». (16+)	17.00 Правила моей пекарни. (16+)	20.00, 21.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)		11.25, 12.10, 19.25, 20.10,	
13.55 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)	18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)	22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)		04.05, 04.45 «КАСЛ». (16+)	
16.05 «МИ МИНУТЫ ПОКОЯ». (12+)	20.00, 20.45, 00.15, 01.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	04.00, 05.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)		15.30 «ОДИНОКИЕ РОДИТЕЛИ». (16+)	
17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)	21.30, 03.45 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)	06.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КАМНА». (16+)		15.55 «ПОЩЕЛУЙ ДЛЯ ШЕФ-ПОВАРА». (16+)	
19.30 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)	22.15, 02.45 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)			18.30 «МУНЧ». (16+)	
21.05 «ИДЕАЛЬ». (18+) Комедия, Франция, Германия, 2016 г.	23.15, 23.45, 01.45, 02.15 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)			21.00, 00.20 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+) 1 сезон. Сериал. США, 2012 г.	
22.50 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)				22.45, 23.30 «ЭТО МЫ». (16+)	

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	Ералаш. (0+)	07.00	«ТНТ. Best». (16+)	05.00	04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	
09.00	Новости	09.00	Вести	06.00	«Утро. Самое лучшее». (16+)	06.40	«Да здравствует король Джулиан!» (6+)	09.00	«Дом-2. Lite». (16+)	06.00	11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)	
09.25	«Сегодня 21 мая. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	08.10	«Мальцева»	07.30	«Три кота». (0+)	10.15	«Дом-2. Остров любви». (16+)	07.00	«С бодрым утром!». (16+)	
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)	09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	07.45	«Приключения Вуди и его друзей». (0+)	11.30	«Бородина против Бузовой». (16+)	08.30	12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести	10.00	Сегодня	08.30	«Том и Джерри». (0+)	12.30	«Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)	09.00	«Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	
12.00	Новости с субтитрами	11.25	Вести. Местное время	10.20	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)	09.00	«Уральские пельмени». (16+)	13.30	«САШАТАНЯ». (16+)	12.00	16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	
12.15	Время покажет. (16+)	11.45	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	13.00	Сегодня	10.20	«ОСЛЕПЛЁННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)	15.00	«УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	13.00	23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	
15.00	Новости с субтитрами	12.50	«60 минут». (12+)	13.25	Обзор. Чрезвычайное происшествие	12.10	«СВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)	17.00	«ИНТЕРНЫ». (16+)	14.00	«Невероятно интересные истории». (16+)	
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.00	Вести	14.00	«Место встречи»	14.40	«ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)	20.00	«ТОЛЯ-РОБОТ». (16+)	17.00	03.40 «Тайны Чапмана». (16+)	
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	14.25	Вести. Местное время	16.00	Сегодня	20.00	«СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	21.00	«Импровизация». (16+)	18.00	02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	
17.00	Время покажет. (16+)	14.45	«Кто против?» (12+)	16.25	«Место встречи»	21.00	«СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)	В эфире ТНТ самое непредсказуемое комедийное шоу на российском телевидении. Здесь нет сценария и всё действие придумывается на ходу. Под управлением ведущего Павла Воли четыре комика, а также специально приглашенные звезды, оказываются в самых странных ситуациях и выбирают из них с помощью чувства юмора.	22.00	«Шоу «Студия «Союз». (16+)	20.00	«ЗАЩИТНИК». (16+)
18.00	Вечерние новости с субтитрами	17.00	Вести. Местное время	17.10	«ДНК». (16+)	23.40	«НА ГРАНИ». (16+)	23.00	«Дом-2. Город любви». (16+)	00.00	«Дом-2. После заката». (16+)	
18.25	Время покажет. (16+)	17.25	«Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	18.10	«Основано на реальных событиях». (16+)	01.35	«ОСЛЕПЛЁННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)	00.00	«Дом-2. После заката». (16+)	01.00	«STAND UP». (16+)	
18.50	На самом деле. (16+)	18.50	«60 минут». (12+)	19.00	Сегодня	03.05	«КУДРЯШКА СЮ». (0+)	01.00	«STAND UP». (16+)	02.50	«Открытый микрофон». (16+)	
		20.00	Вести	19.40	«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	04.40	«ХРОНИКИ ШАННА-РЫ». (16+)	02.50	«Открытый микрофон». (16+)	05.15	«ТНТ. Best». (16+)	
19.50	«Пусть говорят». (16+)	20.45	Вести. Местное время	21.45	«КОНСУЛЬТАНТ». (16+)	05.20	«6 кадров». (16+)	05.15	«ТНТ. Best». (16+)			
21.00	Время	21.00	«ВСЁ МОГЛО БЫТЬ ИНАЧЕ». (12+)		В отделе появляется новый сотрудник - капитан Богдан Золотов. В новом составе менты расследуют гибель Людмилы Власовой.							
21.15	Чемпионат мира по хоккею-2019. Сборная России - сборная Швеции	23.20	«Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)		21.45	«КОНСУЛЬТАНТ». (16+)						
23.30	«Большая игра». (12+)	02.00	В бильярдной от тяжелого анафилактического шока умирает известный композитор. Под подозрением оказываются жена, любовница и друг умершего. У всех был мотив свести с ним счеты.		00.00	Сегодня						
00.30	«Вечерний Ургант». (16+)				00.10	«Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+)						
01.00	«АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)				01.05	«Место встречи». (16+)						
03.00	Новости				03.00	«АДВОКАТ». (16+)						
03.05	«Мужское / Женское». (16+)											
03.50	«Давай поженимся!» (16+)											

	США, 2012 г. Боевик. Джейсон Стэйтем, Катрин Чан. Бывший агент элитных спецслужб спасает девочку...
21.50	«Водить по-русски». (16+)
00.30	«КРОВАВЫЙ АЛМАЗ». (18+)



США, 2012 г. Боевик. Джейсон Стэйтем, Катрин Чан. Бывший агент элитных спецслужб спасает девочку...

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	ОТР
05.00 04.00 Барышня-крестьянка. (16+)	06.00 12.00 «За гранью реального». (16+)	05.00 11.05 21.05 «Правда?» (12+)
07.00 Школа доктора Комаровского. (12+)	06.50 «Дорожные войны». (16+)	05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
Его советам можно доверять, потому что он - врач высшей категории и кандидат медицинских наук!	13.00 «Идеальный ужин». (16+)	06.25 10.50 22.30 23.50 «Активная среда». (12+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)	15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)	06.30 «Нормальные ребята». (12+)
09.30 «Орел и решка. Перегрузка-3». (16+)	18.30 22.30 «Опасные связи». (16+)	07.00 10.40 15.45 «Гора Самоцветов». (0+)
19.00 Кондитер. (16+)	19.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)	07.40 15.15 «Календарь»
20.00 На ножах. (16+)	20.30 «Решала». (16+)	08.10 22.35 «А зори здесь тихие». (12+)
21.00 Инсайдеры-2. (16+)	00.00 «+100500». (18+)	09.00 10.05 16.05 17.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+)
00.00 Аферисты в сетях. (16+)	01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
01.00 Пятница News. (16+)	01.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)	12.30 00.00 «Загадочная планета». (12+)
01.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	03.10 «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК». (16+)	13.20 18.00 Отражение
	05.30 «Улетное видео». (16+)	17.50 «Медосмотр». (12+)
		
05.00 «Обмен жёнами». (16+)	06.00 Культи/Туризм. (16+)	01.15, 02.25 «ЗОЛОТАЯ СВАДЬБА». (12+)
06.30 «В теме». (16+)	06.30 «СУПРУГИ». (16+)	03.40, 06.00, 22.00 Песня-88. (12+)
06.55 «ТРОПИКАНКА». (12+)	08.40 10.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)	05.20 Мультфильмы. (6+)
07.45 «КЛОН». (16+)	10.00 13.00 Новости	08.00 «Маша больше не лентяйка». Мультфильм. (0+)
09.40 «Обмен жёнами». (16+)	13.15, 03.00 Зал суда. (16+)	08.15 «Рассказы старого моряка». Мультфильм. (6+)
Получится ли у женщин навести порядок в чужой семье, сохранив дружную и спокойную атмосферу? Посмотрим.	14.10, 01.25 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	08.40 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)
11.15 «Взвешенные и Счастливые». (16+)	15.05, 02.15 Дела семейные. Новые истории. (16+)	10.40 Голубой огонек. (12+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)	16.00 Новости	13.10 «Каша из топора». Мультфильм. (0+)
17.30 «Обмен домами». (16+)	16.15 Такому маме не научит. (12+)	13.20, 18.00, 23.55 «ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧО». (12+)
19.00 «КЛОН». (16+)	17.15 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	14.40 Клуб путешественников. (12+)
21.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)	19.00 Новости	15.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МНОГО ЗНАЛ». (16+)
00.20 «В теме». (16+)	19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)	19.25 Незвестный Хемингуэй. (12+)
00.50 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	20.40 00.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)	20.30 «ТЕРРОР». (16+)
03.20 «Обмен жёнами». (16+)	00.00 Новости	
	01.00 Такому маме не научит. (12+)	
	03.50 Наше кино. (12+)	
	04.20 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (12+)	

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00, 07.35 «Пёс Пат». (6+)	05.00 «Ранние пташки» (0+)
05.25 «Жуки». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
06.15 «Зак Шорм - Суперпират». (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.05 «Герои в масках». (0+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
08.30 «Хранитель Лев». (0+)	07.35 «Хэтчмиллс. Приключения в Хэтчтопии». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)	07.40 «Лео и Тиг». (0+)
09.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	09.10 «Деревяшки». (0+)
10.00 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	09.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
10.30 «София Прекрасная». (0+)	09.40 «Мойдодыр». (0+)
11.00 «Дружные молсы». (0+)	09.55 «Стрекоза и муравей». (0+)
11.30 «Гигантозавр». (0+)	10.05 «Мореплавание Солнышкина». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	10.25 «Роботы-поезда». (0+)
12.30, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
13.25 «Город героев: Новая история». (6+)	11.30 «Четверо в кубе». (0+)
15.20, 19.05 «Герои Энвелла». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
15.50 «Финес и Ферб». (6+)	12.40 «Ниндзяг». (6+)
16.45 «Закон Мерфи». (12+)	13.05 «Смешарики. Пинкод». (6+)
17.15, 21.15 «Гравити Фолз». (12+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
19.30 «Трио в перьях». (6+)	14.10 «Свинка Пеппа». (0+)
Воробей Ричард с самого рождения воспитывался аистами и считал себя одним из них, пока не настало время миграции! Испугавшись, что сынишка не сможет преодолеть перелет через океан, родители оставили его дома. Но маленький смельчак, не довольный таким поворотом событий, решил отправиться в теплые края самостоятельно.	14.55 «Приключения Тома и Джерри». (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)	15.40 «Лабораториум». (0+)
23.55 «Стражи Галактики: Новая Миссия». (12+)	16.10 «Клуб Винкс». (6+)
00.25 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	16.35 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
01.20 «ПЕС-МИЛЛИОНЕР». (6+)	16.55 «Лунтик и его друзья». (0+)
02.45 «Звездная принцесса и силы зла». (12+)	18.10 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
	19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
	20.20 «Пластилинка». (0+)
	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
	20.45 «Барбоскины». (0+)
	22.25 «Инфинити Надю». (6+)
	22.50 «Новые Луны Тюнз». (6+)
	23.55 «Врумиз». (0+)
	01.05 «Детектив Миретта». (6+)
	02.45 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+)
	03.10 «Паровозик Тишка». (0+)
	04.10 «Королевская Академия». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	Viasat History	NG
06.00 Как это сделано? (12+)	07.15 Невероятные изобретения. (6+)	06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Золотая лихорадка. (16+)	07.50 Музейные тайны. (12+)	06.25 Чудеса инженерии. (16+)
07.20 Великий махинатор. (12+)	08.40 Смертоносный интеллект. (12+)	07.20, 08.15 Дикий туец. (16+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)	09.30 Загадочные убийства. (12+)	09.05 Затерянные сокровища Майя. (16+)
09.10, 09.35 Как это сделано? (16+)	10.25 Шесть королей Генриха VIII. (12+)	09.55 На плотках по Юкону. (16+)
10.05, 10.30 Охотники за реликвиями. (16+)	11.20 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)	10.50, 11.40 Авто-SOS. (16+)
11.00, 11.55 Братья Динзель. (16+)	12.10 Настоящая игра престолов. (12+)	12.30 Враждебная планета: Джунгли. (16+)
12.50 Махинаторы. (12+)	12.55 Смертоносный интеллект. (12+)	13.25 Осушить океан: глубоководное погружение. (16+)
13.45, 14.10 Как это сделано? (16+)	13.50 Загадочные убийства. (12+)	14.15 Реальное паранормальное: Шестое чувство. (16+)
14.40 Великий махинатор. (12+)	14.40 Лыжная страна: ночь и день. (12+)	15.05 Чудеса инженерии. (16+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)	15.40 Невероятные изобретения. (12+)	16.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.30 Золотая лихорадка. (16+)	16.10 Невероятные изобретения. (6+)	16.50, 17.40 Авто-SOS. (16+)
17.25 Спасатели-тяжеловесы. (16+)	16.40, 05.20 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)	18.35 Затерянные сокровища Майя. (16+)
18.20 Ржавая империя. (12+)	17.35 Шесть королей Генриха VIII. (12+)	19.25 Реальное паранормальное: Шестое чувство. (16+)
19.15, 19.40 Как это сделано? (16+)	18.30 Настоящая игра престолов. (12+)	20.15 Враждебная планета: Джунгли. (16+)
20.10 Великий махинатор. (12+)	19.20 Смертоносный интеллект. (12+)	21.10, 22.00 Авто-SOS. (16+)
21.05, 21.30 Охотники за реликвиями. (16+)	20.10 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	22.50 Реальное паранормальное: Шестое чувство. (16+)
22.00 Взрывая историю: Проклятые сокровища джунглей. (12+)	21.05 Мифические существа	23.40 Апокалипсис: Вторая мировая война. (16+)
22.55 Хакер в дикой природе. (16+)	22.00 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)	00.35 Злоключения за границей: Контрабанда в стиле экшен. (16+)
23.50 Золотая лихорадка. (16+)	22.55, 23.30 Поворотный момент	01.20 Авто-SOS. (16+)
00.45 Что скрывают мумии? (12+)	00.00 Вторая мировая война. (12+)	02.10 Служба безопасности аэропорта Перу. (16+)
01.40 Махинаторы. (12+)	00.50 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)	02.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)	01.50 Запретная история. (12+)	03.40, 04.25 Авто-SOS. (16+)
03.30 Ржавая империя. (12+)	02.45 Музейные тайны. (12+)	05.10, 05.40 Игры разума. (16+)
04.20 Хакер в дикой природе: Проклятые джунгли. (16+)	03.30 Загадочные убийства. (12+)	
05.10 Забытая инженерия. (12+)	04.20 Невероятные изобретения. (6+)	

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

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


РОССИЯ К
Культура

06.30	07.00	07.30	10.00	15.00
06.35	19.30	23.30	Новости культуры	
07.05	«Пешком...»			
07.35	20.05 «Правила жизни»			
	«Легенды мирового кино»			
08.00	«СИТА И РАМА»			
08.45	23.00 «Дом архитектора»			
09.10	22.10 «БЕЗ ВИНЬ ВИНОВАТЫЕ». (16+)			
10.15	«Наблюдатель»			
11.10	01.15 XX 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 чем молчат львы»			
15.10	«Пятое измерение»			
15.40	«Белая студия»			
16.20	«РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+)			
	СССР, 1977 г. Детектив. Ленинград, март 1932 г. Неизвестный преступник крадет зарплату рабочих Путиловского завода.			
17.55	«Исторические концерты»			
19.45	«Главная роль»			
20.30	«Спокойной ночи, малыши!»			
21.30	Искусственный отбор			
23.50	«Счастливый билет Бориса Васильева»			
02.15	«Гений русского модерна. Фёдор Шехтель»			


ТВЦ

06.00	«Настроение»			
08.10	«Доктор И...» (16+)			
08.45	«ЗОЛОТАЯ МИНА». (0+)			
				
11.30	События			
11.50	«ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)			
13.40	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	«Осторожно, мошенники!» (16+)			
23.05	«Женщины Василия Шукшина». (16+)			
00.00	События. 25-й час			
00.35	«Прощание. Любовь Полищук». (16+)			
01.25	«Маршала погубила женщина». (12+)			
02.15	«ДОКТОР БЛЕЙК». (12+)			
04.00	«ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)			
05.30	«10 самых...» (16+)			


ТВ-3

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+)			
	В бочке с дегустационным вином обнаружены останки критика, писавшего крайне не лестные отзывы о винах, производимых на винограднике...			
21.15	«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...			
23.00	«ПСИХО». (16+)			
				
01.15	«ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)			
05.45	«Мультфильмы». (0+)			

ДОМАШНИЙ

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+)			
				
23.05	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+)			

5-й КАНАЛ

05.00	«Известия»			
05.20	«Страх в твоём доме». (16+)			
08.35	«СНАЙПЕРЫ». (16+)			
	Россия, 2012 г. Военная драма.			
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+)			
03.10	«Известия»			
03.20	«ДЕТЕКТИВЫ». (16+)			
				
08.00	13.00 18.00 21.15 Новости дня			
08.20	13.15 14.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)			
10.00	14.00 Военные новости			
18.30	«Специальный репортаж». (12+)			
18.50	«Сталинградская битва». (12+)			
19.40	«Легенды армии»			
20.25	«Улика из прошлого»			
21.25	«Открытый эфир»			
23.00	«Между тем». (12+)			
23.30	Торжественное мероприятие, посвященное 100-летию со дня образования Главного военно-политического управления ВС РФ			

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

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+)		
16.30	«ТАКСИ-2». (12+)			
17.00	01.30	«Заметные люди». (12+)		
17.45	02.15	«Собрание сочинений». (12+)		
18.45	20.45	00.15 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)		
19.15	«Актуальное интервью». (12+)			
20.00	22.00	03.00 «Арт-проспект». (12+)		
20.15	22.15	03.15 «Футбол губернии». (12+)		
21.00	«Крупным планом». (12+)			
22.45	«РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (16+)			

СПОРТ

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

МУЗЫКА

05.00	Сделано в 90-х. (16+)			
06.00	08.45 13.40 18.00 Pro-Новости. (16+)			
06.15	10 12.05 10 17.05 10 клипов дня. (16+)			
06.55	17.00 PRO-Клип. (16+)			
07.00	Каждое утро. (16+)			
09.00	R'n'B чарт. (16+)			
10.00	Победитель битвы номинантов. (16+)			
10.30	МузРаскрутка. (16+)			
11.05	Check-In на Муз-ТВ. (16+)			
13.00	18.20 Караокинг. (16+)			
14.00	Топ чарт Европы плюс. (16+)			
15.00	Битва номинантов. (16+)			
16.00	Русские хиты. (16+)			
19.00	Муз-ТВ чарт. (16+)			
20.00	Премия «Муз-ТВ-2016». Энергия Будущего. (16+)			
21.15	Ждите ответа. (16+)			
22.20	Неформат чарт. (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	ДОМ КИНО	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.10 «СЁСТРЫ МАГДАЛИНЫ». (16+)	06.20 «АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК». (16+)	05.30 «ЛЮБОВЬ С ПРИВИЛЕГИЯМИ». (16+)	00.25 «ДВА В ОДНОМ». (16+)	02.35 «УБИЙСТВО ДЕПУТАТА». (16+)
08.45 «ОРБИТА-9». (16+)	08.20 «МАРАФОН». (12+)	08.00 «СВАТЫ». (16+)	04.15 «ОТДАТЬ КОНЦЫ». (16+)	05.50, 06.50, 07.50, 08.50 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
10.50 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)	10.25 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (12+)	11.45 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (12+)	09.50, 10.40 «СВИРИДОВЫ». (16+)	11.35, 12.30, 13.30, 14.20 «СХВАТКА». (16+)
13.15 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)	12.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	13.25 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (12+)	15.25 «СОБЫТИЕ». (16+)	17.20 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)
15.40 «2+1». (16+)	14.15 «ЧЁРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)	15.20 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (12+) СССР, 1969 г.	19.00, 19.55 «СВИРИДОВЫ». (16+)	20.50 «ОВЕЧКА ДОЛЛА БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (16+) Комедия, приключения, фантастика, Россия, 2015 г.
17.50 «СЁСТРЫ МАГДАЛИНЫ». (16+)	16.20, 17.15 «СВИРИДОВЫ». (16+)	16.55 «МАРШ-БРОСОК». (16+) Россия, 2002 г. В ролях: Владимир Волга, Ольга Чурсина, Евгений Косырев, Александр Балувев, Сергей Гармаш	22.55 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	
20.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+) США, Франция, 2013 г. В ролях: Марк Руффало, Джесси Айзенберг, Вуди Харрельсон, Айла Фишер, Дэвид Франко	18.30 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)	22.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.25 «БАНДИТЫ». (16+)	20.20 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (12+) Россия, 2015 г.	02.45 «ЛЕДИ МАКБЕТ МЦЕНСКОГО УЕЗДА». (16+)		
01.00 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)	22.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3Д: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)	04.00 «ПРОПАЛО ЛЕТО»		
03.45 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)	00.25 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)			
	02.10 «ВИКИНГ». (12+)			
	04.25, 05.15 «СВИРИДОВЫ». (16+)			
КИНОКОМЕДИЯ	SONY CHANNEL	ФЕНИКС+ КИНО	FOXlife	FOX LIFE
00.30 «ПРИШЕЛЦЫ». (12+)	06.00, 15.20 Четыре свадьбы. (16+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	06.00, 05.35 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)	06.20, 15.20, 16.05, 22.45, 23.30 «ЭТО МЫ». (16+) 1 сезон. Серил. США, 2016 г. В ролях: Майло Вентимилья, Мэнди Мур, Стерлинг К. Браун, Крисис Мец, Джастин Хартли
02.35 «ПРИШЕЛЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)	06.50 «МЕСТЬ». (16+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)	07.05, 18.35 «МУНЧ». (16+)	08.00, 08.50, 13.45, 14.30, 01.05, 01.50 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
04.35 «Ч/Б». (16+)	08.45, 09.30, 20.00, 20.45, 00.15, 01.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	12.00, 13.00 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (12+)	09.35 Кулинарный поединок с Джейми Оливером. (12+)	10.30, 11.20, 02.30, 03.15 «НОМЕР 309». (16+)
06.25 «ПОВЕЛИТЕЛИ СНОВ». (16+)	10.15, 21.30, 03.45 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)	14.00, 15.00 «НАВИГАТОР». (16+)	12.10, 12.55, 19.30, 20.15, 04.00, 04.50 «КАСП». (16+)	16.50, 21.00, 02.20 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
08.00 «СЕМЬ КАБИНОК». (18+)	11.00, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)	20.00, 21.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)	17.40, 21.45 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)	
09.55 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	12.00, 12.45, 04.30, 05.15 Проект подиум. (16+)	22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)		
11.50 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ!». (16+)	13.30 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+) США, 2004 г.	04.00, 05.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)		
13.55 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)	16.10 Холостяк. (16+)	06.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. СТАРЫЕ СЧЕТЫ». (16+)		
15.35 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)	17.00 Правила моей пекарни. (16+)			
17.10 «КЕЙТ И ЛЕО». (12+)	22.15, 02.45 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)			
19.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)	23.15, 23.45, 01.45, 02.15 «СЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)			
21.25 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ. ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)				
23.45 «МАЛАВИТА». (16+)				



США, 2005 г. Боевик.
Юэн МакГрегор, Скар-
летт Йоханссон, Джи-
мон Хонсу, Шон Бин.
Глобальная катастрофа
уничтожила большую
часть населения и сде-
лала Землю непригод-
ной для жизни.

«Смотреть всем!». (16+)
«ЗОЛОТОЙ ГЛАЗ».
 (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ
ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

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


РОССИЯ К
Культура

06.30	07.00	07.30	10.00	15.00
	19.30	23.30	Новости культуры	
06.35			«Пешком...»	
07.05		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 ВИНЬ ВИНОВАТЫЕ». (16+)	
10.15			«Наблюдатель»	
11.10		01.20	XX век	
12.20		18.40	00.30 «Что делать?»	
13.10			Искусственный отбор	
13.50			«Земля и Венера. Соседки»	
14.20		20.45	«О чем молчат львы»	
15.10			Библейский сюжет	
15.40			«Три тайны адвоката Плевако»	
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 пьянчуга Родькин.	
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»	

ТВЦ

06.00			«Настроение»	
08.05			«Доктор И...» (16+)	
08.40			«ПАСАЖИРКА». (16+)	
				
10.35			«Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)	
11.30			События	
11.50			«ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)	
13.40			Мой герой. (12+)	
14.30			События	
14.50			Город новостей	
15.05			«ДОКТОР БЛЕЙК». (12+)	
17.00			«Естественный отбор». (12+)	
17.50			«ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)	
19.40			События	
20.00			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+)	


ТВ-3

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+)	
			Бут и Бреннан расследуют убийство мужчины, связанное с загадочным содержимым его кейса. Улики ведут к тайным агентам ЦРУ...	
21.15			«ГРИММ». (16+)	
			Возле одной закуской 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...	
23.00			«РАССВЕТ МЕРТВЕЦОВ». (16+)	
				
01.15			«Машина времени». (16+)	
02.15			«Человек-невидимка». (12+)	

ДОМАШНИЙ

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+)	
				
22.50			«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3». (16+)	
23.55			«6 кадров». (16+)	
00.30			«Муж напрокат». (16+)	
02.25			«Понять. Простить». (16+)	
02.55			«Реальная мистика». (16+)	
04.25			«Тест на отцовство». (16+)	
05.15			«По делам несовершеннолетних». (16+)	
06.00			«Домашняя кухня». (16+)	

5-й КАНАЛ

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+)	
				
06.00			Сегодня утром	
08.00			13.00 18.00 21.15 Новости дня	
08.20			10.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)	
10.00			14.00 Военные новости	
13.15			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			«ЦЕПЬ ВИЖУ». (12+)	
01.25			«ТЫ ДОЛЖЕН ЖИТЬ»	

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

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 «Арт-проспект». (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 Феоктиста». (12+)

СПОРТ

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			Автогонки. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)	
11.30			Автогонки. WTCR. Зандворт. Обзор. (0+)	
14.05			Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. Прямая трансляция. (0+)	
18.00			Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. 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+)	

МУЗЫКА

05.00			Сделано в 00-х. (16+)	
06.00			08.45 13.40 18.00 Pro-Новости. (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+)	
10.00			Победитель битвы номинантов. (16+)	
10.30			21.40 Check-In. (16+)	
12.25			10 самых. (16+)	
13.00			Русские хиты. (16+)	
14.00			Золотая дюжина. (16+)	
15.00			Битва номинантов. (16+)	
16.00			22.45 Караокинг. (16+)	
18.20			# ЯНАМуз-ТВ. (16+)	
19.00			R'n'B чарт. (16+)	
20.00			«Живая среда»: Дима Билан. (16+)	
21.15			Хиты планеты. Топ 5. (16+)	
00.00			Наше Made in Russia! (16+)	
01.00			Неспиннер. (16+)	
04.00			Двойной удар. (16+)	

КИНО И СЕРИАЛЫ

 TV 1000	TV1000
06.10 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)	06.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3Д: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
08.35 «БАНДИТЫ». (16+)	08.45 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
11.15 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)	10.25 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
13.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	12.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
15.55 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)	13.45 «ВИКИНГ». (12+)
18.05 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)	16.20, 17.15 «СВИРИДОВЫ». (16+)
20.10 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+) США, Германия, Франция, Испания, 2007 г.	18.15 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕКА». (12+)
22.20 «АФЕРА ПО-АМЕРИКАНСКИ». (16+)	20.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
01.00 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+)	22.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)
02.45 «ЗА ПРОПАСТЬЮ ВО РЖИ». (18+)	00.10 «УЧЕНИК». (18+)
04.35 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)	02.35 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
	04.20, 05.10 «СВИРИДОВЫ». (16+)
 КИНОКОМЕДИЯ	 SONY CHANNEL
01.30 «К ЧЕРТУ НА РОГА». (16+)	06.00, 15.20 Четыре свадьбы. (16+)
03.00 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)	06.50 «МЕСТЬ». (16+)
04.35 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.15, 01.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
06.15 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)	10.20, 21.30, 03.45 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
08.05 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)	11.05, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
10.00 «НИ МИНУТЫ ПОКОЯ». (12+)	12.05, 12.50, 04.30, 05.15 Проект подиум. (16+)
11.30 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)	13.30 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+) Великобритания, 2015 г.
13.45 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)	16.10 Холостяк. (16+)
15.25 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)	17.00 Правила моей пекарни. (16+)
17.25 «МАЛАВИТА». (16+)	22.15, 02.45 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
19.30 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+)	23.15, 23.45, 01.45, 02.15 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
21.25 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)	
23.35 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	
	 ДОМ КИНО
	ДОМ КИНО
	05.20 «ОЖИДАНИЕ». (12+)
	06.30 «ДЕЛО № 306». (12+)
	08.00 «СВАТЫ». (16+)
	11.45 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)
	14.50 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+) Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Синакина, Александр Пороховиков
	16.40 «ЛЕДОКОЛ». (12+) Россия, 2016 г. В ролях: Пётр Фёдоров, Сергей Пускепалис, Виталий Хаев, Алексей Барабаш, Александр Паль
	19.00 «СВАТЫ». (16+)
	22.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
	02.40 «ПОЗДНЯЯ ЯГОДА». (12+)
	04.10 «СВИДАНИЕ С МОЛОДОСТЬЮ». (6+)
	 ФЕНИКС+ КИНО
	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 «КЛУБ СЧАСТЬЯ». (16+)
	14.00, 15.00 «НАВИГАТОР». (16+)
	20.00, 21.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
	22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
	04.00, 05.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
	06.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. СТАРЫЕ СЧЕТЫ». (16+)
	 FOXlife
	FOX LIFE
	00.50 «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+) Комедия, драма, 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.

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.

НЕДОСТАТКИ:

- ✖ 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 совмещенных 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 рослые и длинные растения. Хорошо, если теплица имеет двери с обоих торцов. Тогда есть возможность при помощи элементарных загоронок из полиэтилена 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 ведра, 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 постарайтесь посадить так, чтобы они не соприкасались листьями друг с другом.

Польза пряных трав

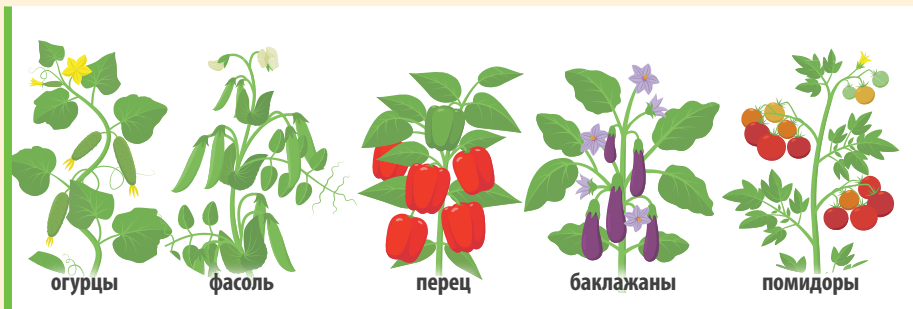
Пряные травы не просто хорошо растут рядом с определенными культурами, они еще и отпугивают вредителей благодаря своему запаху. Что с чем сажать? Здесь все просто: что отлично сочетается на столе, хорошо будет и расти вместе. Под кустами огурцов посеяйте укроп. Рядом с томатами – базилик. Петрушка – 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



углам теплицы. Помидоры посадить ближе к выходу, так как они нуждаются в свежем воздухе, а огурцы разместить подальше. 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 переопылятся, и получится у вас сладкий перец с горчинкой, а горький совсем несъедобный.

Валерия ПАШЕЧКИНА

СОВЕТ БЫВАЛОГО ДАЧНИКА

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

Цветное украшение участка

Это один из материалов, которые проще купить, чем заготавливать 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!

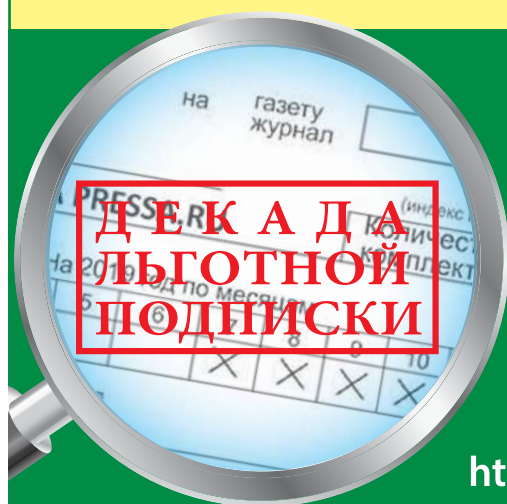
Покупая щепу, обращайте внимание, чем ее окрасили. Естественные красители, попадая в почву, не нанесут ей вреда, а вот искусственные...

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.

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.



**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

ООО «ИД «КАРДОС». 12+



**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>

ВОЗНИКЛИ ВОПРОСЫ ПО ПОДПИСКЕ? ЗВОНИТЕ В РЕДАКЦИЮ: 8 (495) 933-95-77 (доб. 237)



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...

«ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

В ПРОГРАММАХ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ
ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.


РОССИЯ К
Культура

06.30	07.00	07.30	10.00	15.00
	19.30	23.30	Новости культуры	
06.35			«Пешком...»	
07.05		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 ВИНЬ ВИНОВАТЫЕ». (16+)	
10.15			«Наблюдатель»	
11.10		01.10	XX век	
12.25		18.45	00.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным	
13.10			«Абсолютный слух»	
13.50			«Солнце и Земля. Вспышка»	
14.20		20.45	«О чем молчат львы»	
15.10			«Пряничный домик»	
15.40			«2 Верник 2»	
16.30			«РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (0+)	
17.50			«Исторические концерты»	
19.45			«Главная роль»	
20.30			«Спокойной ночи, малыши!»	
21.30			«Энигма»	
23.50			«Черные дыры. Белые пятна»	
02.25			«Мир Пираниези»	
06.30		07.00	07.30	10.00
		15.00	19.30	23.30
			Новости культуры	
06.35			14.30	«Пешком...»
07.05				«Правила жизни»
07.35				«Легенды мирового кино»
08.00				«СИТА И РАМА»


ТВЦ

06.00	«Настроение»
08.10	«Доктор И...» (16+)
08.45	«ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (0+)
	
10.35	«Вадим Спиридонов. Я уйду в 47». (12+)
11.30	События
11.50	«ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)
13.40	Мой герой. (12+)
14.30	События
14.50	Город новостей
15.05	«ДОКТОР БЛЕЙК». (12+)
17.00	«Естественный отбор». (12+)
17.50	«ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
19.40	События
20.00	Петровка, 38. (16+)
20.20	«Право голоса». (16+)
22.00	События
22.30	«Вся правда». (16+)
23.05	«На осколках славы». (12+)
00.00	События. 25-й час
00.35	«Хроники московского быта». (12+)
01.25	«Мятеж генерала Гордова». (12+)
02.10	«ДОКТОР БЛЕЙК». (12+)
03.55	«ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ». (16+)
05.30	«Обложка». (16+)


ТВ-3

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+)
	На электрической ограде обнаружены обугленные человеческие останки. Труп идентифицирован как мумия члена Египетской королевской семьи, привезенная в Институт для участия в выставке...
21.15	«ГРИММ». (16+)
	В Портленде совершена серия убийств людей в военной или полицейской форме. Почерк один и тот же: человек найден убитым и скальпированным. Ник и Хэнк выясняют, что целью убийцы являются воины, чьи скальпы должны наделять снявшего их существа непобедимостью...
23.00	«НЕ ДЫШИ». (16+)
	
01.00	«ГОРЕЦ». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30	«6 кадров». (16+)
06.50	«Удачная покупка». (16+)
07.00	«Понять. Простить». (16+)
07.30	«6 кадров». (16+)
07.35	«По делам несовершеннолетних». (16+)
08.35	«Давай разведёмся!». (16+)
09.35	«Тест на отцовство». (16+)
10.40	«Реальная мистика». (16+)
12.30	«Понять. Простить». (16+)
14.10	«ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)
18.00	«6 кадров». (16+)
19.00	«ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
	
23.05	«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3». (16+)
00.00	«6 кадров». (16+)
00.30	«Муж напрокат». (16+)
02.25	«Понять. Простить». (16+)
02.55	«Реальная мистика». (16+)
04.25	«Тест на отцовство». (16+)
05.15	«По делам несовершеннолетних». (16+)
06.00	«Домашняя кухня». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00	«Известия»
05.20	«НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
09.00	«Известия»
09.25	«НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (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+)
03.15	«Известия»
03.25	«ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
	
06.00	Сегодня утром
08.00	13.00 18.00 21.15 Новости дня
08.20	10.05 13.15 14.05 «ИНКАССАТОРЫ». (16+)
10.00	14.00 Военные новости
18.30	«Специальный репортаж». (12+)
18.50	«Сталинградская битва». (12+)
19.40	«Легенды кино». (6+)
20.25	«Код доступа». (12+)
21.25	«Открытый эфир». (12+)
23.00	«Между тем». (12+)
23.30	Всероссийский фестиваль прессы «МЕДИАС-2019»
00.40	«ВЕРДИКТ». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

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		«Конец света. Как это будет» 1. (12+)
11.45			«Век Штукмана». (12+)
12.15	14.30	18.00	«Легенды спорта». (12+)
12.30	14.45		«Итоги». (12+)
12.45	15.00		«Парламентский дневник». (12+)
13.00	03.45		«Открытая наука». (12+)
13.30	18.15		«Формула здоровья». (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	«Воронежские спасатели». (12+)
19.15	21.15	02.15	«Эффект времени». (12+)
20.00	22.00	03.00	«Квадратный метр». (12+)
20.15	22.15	03.15	«Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
22.45			«ДЕМИДОВЫ». (6+)
00.00			«Звездное интервью». (12+)
01.15			«Триптих». (12+)

СПОРТ

06.00	«Вся правда про...» (12+)
06.30	«Капитаны». (12+)
07.00	08.30 11.05 13.40 15.40 20.35 Новости
07.05	11.10 15.45 23.40 Все на Матч!
08.35	16.15 05.40 Специальный репортаж. (12+)
09.05	Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2018-2019. Финал. Трансляция из Самары. (0+)
11.40	Футбол. «Атлетико Параназе» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина). Суперкубок Южной Америки. (0+)
13.45	Профессиональный бокс. (16+)
16.35	19.40 20.40 Все на хоккей!
17.05	21.05 Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала
20.05	«Неизвестная хоккейная Россия». (12+)
00.15	Профессиональный бокс. (16+)
01.50	Волейбол. Россия - Бразилия. Лига наций. Женщины. Прямая трансляция из Бразилии
03.55	Профессиональный бокс. (16+)
00.30	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. (0+)
01.35	Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. (0+)
02.30	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. (0+)
04.00	Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. (0+)
05.00	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. (0+)
06.00, 08.30	Теннис. АТР. Женева. 2-й круг. (0+)
07.30, 09.35, 12.05	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 11-й этап. (0+)
11.00	Автогонки. WTCR. Зандворт. Обзор. (0+)
11.30	Автогонки. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)
14.15	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 12-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.15	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». Прямая трансляция. (0+)
18.30, 19.00	Теннис. АТР. Женева. 1/4 финала. Прямая трансляция. (0+)
20.00	Теннис. «Ролан Гаррос». Жеребьевка. Прямая трансляция. (0+)
21.00	Велоспорт. «Джиро-д'Италия». (0+)
23.00	Теннис. АТР. Женева. 1/4 финала. (0+)

МУЗЫКА

05.00	Сделано в 90-х. (16+)
06.00	08.45 13.40 18.00 Pro-Новости. (16+)
06.15	10 11.35 10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55	PRO-Клип. (16+)
07.00	Каждое утро. (16+)
09.00	Русский чарт. (16+)
10.00	Победитель битвы номинантов. (16+)
10.30	Ждите ответа. (16+)
12.25	#21.30 # ЯНАМуз-ТВ. (16+)
14.00	R'n'B чарт. (16+)
15.00	Битва номинантов. (16+)
16.05	Отпуск без путевок. (12+)
18.20	Русские хиты. (16+)
19.00	Тор чарт Европы плюс. (16+)
20.00	Макс Барских. Сольное шоу «Семь». (16+)
23.30	10 сексу. (16+)
00.35	Неспиннер. (16+)
04.00	Наше Made in Russia! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

06.10	«ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
08.40	«АФЕРА ПО-АМЕРИКАНСКИ». (16+)
11.25	«УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+)
13.40	«ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА». (12+)
16.05	«ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)
17.50	«ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
20.10	«МАШИНА ВРЕМЕНИ». (12+) США, 2002 г. В ролях: Гай Пирс, Саманта Мамба, Орландо Джонс, Марк Эдди, Джереми Айронс
22.05	«РЕЗНЯ». (16+) Германия, Франция, Испания, Польша, 2011 г.
23.40	«ВОЗМЕЗДИЕ». (18+)
02.00	«БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)
04.10	«ОРБИТА-9». (16+)
06.20	«СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)
08.20	«ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
10.30	«ТАЙНА ЧЕТЫРЕХ ПРИНЦЕСС». (6+)
12.25	«О ЛЮБВИ». (16+)
14.25	«ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
16.20, 17.10	«СВИРИДОВЫ». (16+)
18.15	«ПИРАММИДА». (16+)
20.20	«ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+) СССР, 2009 г.
22.35	«БАРМЕН». (16+)
00.25	«СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
02.40	«АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК». (16+)
04.25, 05.15	«СВИРИДОВЫ». (16+)
05.35	«ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ». (12+)
08.00	«СВАТЫ». (16+)
12.00	«ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
14.35	«БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (6+) СССР, 1981 г. В ролях: Елена Проклова, Андрей Миронов, Нина Русланова
16.15	«ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+) СССР, 1989 г. В ролях: Елена Яковлева, Томас Лаустиола, Анастасия Немолова, Ирина Розанова, Валерий Хромушкин
19.00	«СВАТЫ». (16+)
22.50	«УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
02.40	«СОРОК ПЕРВЫЙ». (12+)
04.10	«ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)
05.00, 15.20	Четыре свадьбы. (16+)
06.50	«МЕСТЬ». (16+)
08.30, 09.15, 20.00, 20.45, 00.15, 01.00	«ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.00, 21.30, 03.45	«НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
10.45, 18.00, 19.00	Правила моей кухни. (16+)
11.45, 12.30, 04.30, 05.15	Проект подиум. (16+)
13.15	«ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ». (16+) США, Франция, 1998 г.
16.10	Холостяк. (16+)
17.00	Правила моей пекарни. (16+)
22.15, 02.45	«ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
23.15, 23.45, 01.45, 02.15	«СЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
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	«ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
14.00, 15.00	«НАВИГАТОР». (16+)
20.00, 21.00	«ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
22.00, 23.00	«ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
04.00, 05.00	«ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
06.00, 07.00	«Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)
06.00, 17.35	«КАНДИС РЕНУАР». (16+)
06.50, 18.30	«МУНЧ». (16+)
07.50, 08.40, 13.35, 14.25, 00.55, 01.40	«АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
09.25	Кулинарный поединок с Джейми Оливером. (12+)
10.20, 11.10, 02.20, 03.10	«НОМЕР 309». (16+)
12.05, 12.50, 19.25, 20.15, 03.55, 04.40	«КАСЛ». (16+)
15.10, 15.55, 22.35, 23.20	«ЭТО МЫ». (16+)
16.45, 21.00, 00.10	«ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
21.45	«РЕЗИДЕНТ». (16+)
2 сезон. Серил. США, 2018 г. В ролях: Мэтт Зукри, Эмили ВанКэмп, Мэниш Дайал	
05.20, 05.40	«ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

05.00	Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)
05.45	Полеты над Северной Фиваидой. Фильм 8. Феррапонтов монастырь. (0+)
06.00	Завет. (0+)
07.00	Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00	До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30	Монастырская кухня. (0+)
10.00	И будут двое... (0+)
11.00	Код Кирилла. Рождение цивилизации. (0+)
12.00	Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
13.00	Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30	Монастырская кухня. (0+)
15.00	Патриарх. (0+)
15.50	Путь. Русская православная церковь 2009-2019. (0+)
16.10	«МИР ВХОДЯЩЕМУ». (0+)
18.00	Завет. (0+)
19.00	Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00	Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30	До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30	Патриарх. (0+)
00.15	День Патриарха. (0+)
00.30	Завет. (0+)
01.25	Путь. Русская православная церковь 2009-2019. (0+)
01.45	Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.45	До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40	Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

23 мая	Седмица 4-я по Пасхе. Глас 3. Апостола Симона Зилота.
	Мчч. Алфия, Филателфа, Киприана, Онисима, Еразма и иных. Мч. Исихия Антиохийского. Прп. Исидора, Христа ради юродивой. Блж. Таисии. Свт. Симона, еп. Владимирского и Суздальского, Печерского. Блж. Симона, Христа ради юродивого, Юрьевского. Киево-Братской иконы Божией Матери.
Поста нет.	
«Любовь к ближнему есть стезя, ведущая в любовь к Богу: потому что Христос благоволил таинственно облечься в каждого ближнего нашего, а во Христе – Бог».	Свт. Игнатий Брянчанинов

A man in a black tuxedo with a white shirt and black bow tie stands next to a woman in a red, strapless, sequined dress. They are both looking towards the right. The background is slightly blurred, showing what appears to be an indoor setting with a painting on the wall.

США - Великобритания, 1999 г. Приключенческий боевик. Пирс Броснан, Софи Марсо, Роберт Карлайл, Дениз Ричардс. На ближнем востоке погибает британский нефтяник Роберт Кинг.

01.40 «КОРОЛЕВА ПРОКЛЯТЫХ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

В ПРОГРАММАХ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ
ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

РОССИЯ К
Культура

08.45 «Дом архитектора»
09.10 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВА-
ТЫЕ». (16+)
10.15 Шедевры старого
кино. (12+)
12.15 «Божественная Гликерия»
13.00 День славянской
письменности и куль-
туры. Прямая транс-
ляция
15.10 «Письма из провин-
ции»
15.40 «Энигма»
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
оптимизм.
22.20 «ВОКАЛЬНЫЕ ПАРАЛ-
ЛЕЛИ». (12+)
23.50 «2 Верник 2»
00.35 «КОРОЛЬ КЕРЛИНГА».
(16+)
02.05 «Искатели»
02.50 «Конфликт»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Доктор И...» (16+)
08.35 «УСНУВШИЙ ПАССА-
ЖИР». (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+)
Альбина приходит в се-
бя в больнице. Ей гово-
рят, что она пыталась
покончить с собой. Но
она совершенно не пом-
нит попытки суицида.
19.20 Петровка, 38. (16+)
19.40 События
20.05 «ОТЦЫ». (16+)
22.00 «В центре событий» с
Анной Прохоровой
«Приют комедиантов».
(12+)
01.05 «Актерские драмы.
Геннадий Нилов и Ва-
дим Беров». (12+)
01.55 «ИНСПЕКТОР УГО-
ЛОВНОГО РОЗЫСКА».
(0+)
03.30 «ЗАГНАННЫЙ». (16+)
05.05 «Польские красави-
цы. Кино с акцентом».
(12+)

ТВ-3


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+)

Великобритания, Гон-
конг, Мальта, США, Тай-
вань, Франция, 2016 г.
Фантастика. Майкл Фас-
бендер, Марион Котий-
яр, Джереми Айронс.
Каллум Линч бывший
преступник, который
приговорен к казни.
21.30 «ЭЛЕКТРА». (12+)
Канада, США, 2005 г.
Фантастика, Дженнифер
Гарнер, Горан Вишнич,
Кирстен Праут.
Издавна между добром
и злом ведётся непри-
миримая война...
23.30 «ИЗ МАШИНЫ». (16+)
01.45 «ВЕРОНИКА МАРС».
(12+)
03.30 «Вокруг Света. Места
Силь». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ

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+)

Украина, 2016 г.
Мелодрама.
23.15 «6 кадров». (16+)
00.30 «Муж напрокат». (16+)
02.25 «Понять. Простить».
(16+)
02.55 «Реальная мистика».
(16+)
04.25 «Тест на отцовство».
(16+)
05.15 «По делам несовер-
шеннолетних». (16+)
06.00 «Домашняя кухня».
(16+)

5-й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.20 «Страх в твоём 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+)

05.10 «ГОДЕН К НЕСТРОЕ-
ВОЙ». (0+)
06.35 08.20 «РАСПИСАНИЕ
НА ПОСЛЕЗАВТРА».
(0+)
08.00 13.00 18.00 21.15 Ново-
сти дня
08.55 10.05 «ПРИКАЗ:
ОГОНЬ НЕ ОТКРЫ-
ВАТЬ». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
11.00 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ
ГРАНИЦУ». (12+)
13.15 14.05 18.35 21.25
«КРЕСТНЫЙ». (16+)
23.10 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПРЕСТУПНИК». (0+)
01.05 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ
ВЕДЬМЫ». (6+)

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ

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
уникальных 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+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
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
07.05 15.25 23.00 Все на
Матч!
09.00 Волейбол. Россия -
Бразилия. Лига наций.
Женщины. Трансляция
из Бразилии. (0+)
11.05 Баскетбол. ЦСКА
- «Зенит» (Санкт-
Петербург). Единая лига
ВТБ. 1/2 финала. (0+)
13.10 16.15 Хоккей. Чемпи-
онат мира. 1/4 финала.
Трансляция из Слова-
кии. (0+)
18.30 Баскетбол. УНИКС
(Казань) - «Химки». Еди-
ная лига ВТБ. 1/2 фина-
ла. Прямая трансляция
21.10 «Инсайдеры». (12+)
21.40 22.30 Специальный
репортаж. (12+)
22.00 Все на футбол! (12+)
23.30 «Кибератлетика».
(16+)
00.00 «ЗАЩИТНИК». (16+)
02.15 Смешанные едино-
борства. ONE FC. Ш. Ао-
ки - К. Ли. Н. Хольцкен -
Р. Эрсель. (16+)
04.25 «Глена». (16+)
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+)
06.00 Теннис. АТР. Женева.
1/4 финала. (0+)
07.30, 09.30, 12.00 Ве-
лоспорт. «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+)
18.15 Велоспорт. «Джиро-
д'Италия». Прямая транс-
ляция. (0+)
18.30 Велоспорт. «Тур де
Ланс». 1-й этап. Прямая
трансляция. (0+)
19.30 Теннис. WTA. Нюрн-
берг. 1/2 финала. (0+)
21.00 Велоспорт. «Джиро-
д'Италия». Обзор дня.
(0+)
23.00 Теннис. АТР. Женева.
1/2 финала. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Сделано в 00-х. (16+)
06.00 08.45 13.40 18.00 Pro-
Новости. (16+)
06.15 10 10.30 10 17.05 10
самых горячих клипов
дня. (16+)
06.55 17.00 PRO-Клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 Победитель битвы но-
минантов. (16+)
11.20 Отпуск без путе-
вок. (12+)
12.20 Check-In на Муз-ТВ.
(16+)
14.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
15.00 Битва номинантов.
(16+)
16.00 Засеки звезду.
(16+)
16.10 Русские хиты. Чемпи-
оны пятницы. (16+)
18.20 02.00 Золотая лихо-
радка. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 «Золотой Граммо-
фон-2016». (16+)
22.25 Танцпол. (16+)
00.00 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000
06.10 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕ-
СТА». (16+)
08.20 «РЕЗНЯ». (16+)
09.55 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗО-
РА». (12+)
12.15 «МАШИНА ВРЕМЕ-
НИ». (12+)
14.05 «ОРБИТА-9». (16+)
15.55 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)
18.00 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕ-
СТА». (16+)
20.15 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮ-
БОВЬ». (16+)
22.50 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫ-
ЗОВ». (16+)
00.35 «ВЫБОР КАПИТАНА
КОРЕЛЛИ». (16+)
02.55 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)
05.00 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ».
(16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.15 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕ-
РЕПОЛОЖ». (16+)
03.35 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
05.30 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛ-
ЛЕР». (18+)
07.20 «МАЛАВИТА». (16+)
09.25 «С ЛЮБОВЬЮ, РО-
ЗИ!». (16+)
11.30 «КЕИТ И ЛЕО». (12+)
13.45 «НИ МИНУТЫ ПО-
КОЯ». (12+)
15.20 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И
БЕСОМ». (16+)
17.30 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕР-
СИ». (16+)
19.30 «SUPERНЬЯ». (16+)
21.05 «SUPERНЬЯ-2». (16+)
22.45 «(НЕ)ЖДАННЫЙ
ПРИНЦ». (16+)

TV1000
РУССКОЕ КИНО

06.20 «БАРМЕН». (16+)
08.10 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ».
(16+)
10.25 «СУМАСШЕДШАЯ
ПОМОЩЬ». (16+)
12.45 «АПЕЛЬСИНОВЫЙ
СОК». (16+)
14.35 «ОПАСНЫЕ КАНИКУ-
ЛЫ». (6+)
16.20, 17.10 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО
НАШЕЙ ЖИЗНИ». (16+)
18.20 «МАРАФОН». (12+)
20.20 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
Россия, 2008 г.
22.20 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬ-
ШОМ ГОРОДЕ». (16+)
Россия, Украина, 2009 г.
00.00 «МЕТРО». (16+)
02.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D:
ПОСЛЕДНИЙ РАУНД».
(16+)
04.30, 05.20 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО
НАШЕЙ ЖИЗНИ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 15.20 Четыре свадь-
бы. (16+)
06.45 «МЕСТЬ». (16+)
08.35, 09.20 «ОТЧАЯННЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.05 «НОВЫЙ АМСТЕР-
ДАМ». (16+)
10.50, 18.00, 19.00 Правила
моей кухни. (16+)
11.50, 12.30, 03.45, 04.30,
05.15 Проект подиум.
(16+)
13.15 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ».
(16+)
16.10 Холостяк. (16+)
17.00 Правила моей пекар-
ни. (16+)
20.00 «ДЖЕРРИ МАГУАЙ-
ЕР». (16+)
22.15 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИ-
ЦА». (16+)
00.20 «ГИГАНТИК». (16+)
01.55 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ».
(16+)

ДОМ КИНО

05.50 «ПОПСА». (16+)
08.00 «СВАТЫ». (16+)
11.45 «САМОГОНЩИКИ».
(12+)
12.05 «ВАС ОЖИДАЕТ
ГРАЖДАНКА НИКАНО-
РОВА». (12+)
13.40 «МАЧЕХА». (6+)
15.20 «ДЕЛО БЫЛО В
ПЕНЬКОВЕ». (12+)
1957 г.
17.15 «БЕРЕГИСЬ АВТО-
МОБИЛЯ». (12+)
1966 г. В ролях: Иннокен-
тий Смоктуновский, Олег
Ефремов, Любовь Доб-
рянская, Андрей Миро-
нов, Анатолий Папанов
19.00 «СВАТЫ». (16+)
22.50 «УБОЙНАЯ СИЛА».
(16+)
02.40 «КРЫЛЬЯ». (16+)
04.05 «КОРОЛЬ МАНЕЖА»

ФЕНИКС+ КИНО

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 «ЖИЗНЬ, КОТО-
РОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
14.00, 15.00 «НАВИГАТОР».
(16+)
20.00, 21.00 «ВОЛЬФ МЕС-
СИНГ: ВИДЕВШИЙ
СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
22.00, 23.00 «ЛИКВИДА-
ЦИЯ». (16+)
04.00, 05.00 «НА МОРЕ». (16+)
06.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХ-
РАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В
ПРОГРАММЕ». (16+)

РУССКИЙ
ИЛЛЮЗИОН

01.10 «ОТДАТЬ КОНЦЫ».
(16+)
02.45, 03.40, 04.30, 05.25
«ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИ-
НОЙ». (16+)
06.20 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУ-
ТЕШЕСТВИЕ». (12+)
08.00 «ОВЕЧКА ДОЛЛА БЫ-
ЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕР-
ЛА». (16+)
10.10, 11.05 «СВИРИДО-
ВЫ». (16+)
12.05 «ТОЧКА НЕВОЗВРА-
ТА». (16+)
14.05 «ОТЕЛЬ». (16+)
15.35 «ФРАНЦУЗСКИЙ
ШПИОН». (16+)
17.20 «ДОМИК В СЕРДЦЕ».
(12+)
19.00, 19.50 «БАНДЫ». (16+)
20.50, 21.40, 22.35, 23.25
«МИЛЛИОНЕРША». (16+)
Сериал. Мелодрама,
Россия, 2017 г.

FOXlife FOX LIFE

06.00, 18.30, 23.00, 23.55
«МУНЧ». (16+)
07.00, 07.25, 00.50 «ЖИЗНЬ
В ДЕТАЛЯХ». (16+)
07.50, 08.35, 13.30, 14.15,
01.35, 02.20 «АНАТОМИЯ
СТРАСТИ». (16+)
09.25 Кулинарный поеди-
нок с Джейми Оливером.
(12+)
10.15, 11.05, 03.00, 03.45
«НОМЕР 309». (16+)
11.55, 12.45, 19.25, 20.10,
04.35, 05.15 «КАСЛ». (16+)
15.05, 15.50 «ЭТО МЫ». (16+)
16.40 «ЧИКАГО В ОГНЕ».
(16+)
17.25 «КАНДИС РЕНУАР».
(16+)
21.00, 01.10 «ОДИНОКИЕ
РОДИТЕЛИ». (16+)
21.25 «ПОЦЕЛУЙ ДЛЯ
ШЕФ-ПОВАРА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 В поисках Бога. (0+)
05.30 Завет. (0+)
06.30 Новый день.
Новости на СПАСЕ. (0+)
07.30 До самой сути.
С Еленой Жосуп. (0+)
08.30 Человек. (0+)
10.00 Божественная литур-
гия в день памяти святых
равноапостольных Ки-
рилла и Мефодия. Пря-
мая трансляция. (0+)
12.00 День славянской
письменности и культуры.
Прямая трансляция. (0+)
15.00 Патриарх. (0+)
Этот фильм о роли чело-
века в истории, фильм о
выдающемся проповед-
нике - Святейшем Патри-
архе Московском и всея
Руси Кирилле.
16.45 Монастырская кухня.
(0+)
17.15 Патриарх. (0+)
18.00 Завет. (0+)
19.00, 01.15 Новый день.
Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00 День славянской
письменности и культу-
ры. (0+)
21.45 Человек. (0+)
23.15 «Наши любимые
песни». Концерт. (0+)
00.15 Завет. (0+)
02.10 И будут двое... (0+)
03.05 Бесогон. Авторская
программа Никиты Ми-
халкова. (12+)
03.30 Вера в большом
городе. (0+)
04.15 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
04.30 Тайны сказок
с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

24 мая
Седмица 4-я по Пасхе. Глас 3.
Равноап. Мефодия и Кирилла,
учителей Словенских.



Сщмч. Мокия. Равноап.
Ростислава, князя Ве-
ликоморовского. Прп.
Софрония, затворника
Печерского. Свт. Нико-
дима, архиеп. Сербско-
го. Сщмч. Иосифа, митр.
Астраханского. Сщмч.
Михаила пресвитера.

Сщмч. Александра, архи-
еп. Харьковского. День
тезоименитства Святейшего Патриарха
Московского и всея Руси Кирилла.

Постный день. Разрешается рыба.
«Люди, сильно предавшиеся жи-
тейским попечениям, подобны от-
кормленным птицам: напрасно имея кры-
лья, они не могут оторваться от земли».
Свт. Василий Великий

США, 2013 г. Боевик. Сильвестр Сталлоне, Арнольд Шварценеггер. У Рэя весьма необычная профессия. Он проверяет американские тюрьмы «на прочность» - тестирует места лишения свободы.

22.40 «ПЛАН ПОБЕГА-2». (16+)

Китай - США, 2018 г. Боевик. Сильвестр Сталлоне, Дэйв Батиста, Хуан Сюмин. Рэй Бреслин вновь получает вызов на пригодность...

00.30 «ТЮРЯГА». (16+)

02.20 «КРУТОЙ ЧУВАК». (16+)

03.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

В ПРОГРАММАХ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ
ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

РОССИЯ К
Культура

06.30 Библийский 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»

ТВЦ

05.50 Марш-бросок. (12+)
06.25 АБВГДейка. (0+)
06.50 «Короли эпизода». (12+)
07.40 «Выходные на колесах». (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 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)
14.30 События
14.45 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ». (12+)
17.05 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
21.00 «Постскриптум»
22.10 «Право знать!» (16+)
23.40 События
23.55 «Право голоса». (16+)
03.00 «90-е. Квартирный вопрос». (16+)
03.45 «Удар властью. Распад СССР». (16+)
04.25 «Мусорная революция». (16+)
04.55 Линия защиты. (16+)



ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.45 «ГРИММ». (16+)
13.15 «АНАКОНДА: ОХОТА ЗА ПРОКЛЯТОЙ ОРХИДЕЕЙ». (12+)
США, 2004 г. Ужасы. Джонни Месснер, Кади Стрикленд. 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+)
21.30 «ВАРКРАФТ». (12+)
Канада, Китай, США, Япония, 2016 г. Фэнтези. Трэвис Фиммел, Пола Паттон, Бен Фостер. Людей от любых нападений защищала магия и непреступные стены.
00.00 «ЧЕЛОВЕК-ВОЛК». (16+)
02.00 «ВОСПИТАНИЕ КАИНА». (16+)
03.30 «ВЕРНИКА МАРС». (12+)
05.15 «Охотники за привидениями». (16+)



ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
08.40 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+)
10.25 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)
Россия, 2008 г. Мелодрама. Анна Арланова, Ирина Розанова. Лиза приезжает в Москву из провинциального городка в надежде добиться освобождения из тюрьмы своей сестры...
18.00 «6 кадров». (16+)
19.00 «Я ЛЮБЛЮ СВОЕГО МУЖА». (16+)
Украина, 2016 г. Мелодрама. Екатерина Климова, Иван Оганесян. Сергей считает, что за 15 лет брака узнал всё о своей жене Ольге. Она хорошая хозяйка и мать, но с годами стала скучной, неинтересной...
23.30 «6 кадров». (16+)
00.30 «Я ПОДАРОК СЕБЕ ЧУДО». (16+)
02.20 «Героини нашего времени». (16+)
05.20 «6 кадров». (16+)
05.35 «Домашняя кухня». (16+)



5-й КАНАЛ

05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
10.40 «СЛЕД». (16+)
00.00 Известия. Главное
00.55 «ФАВОРСКИЙ». (16+)
Россия, 2005 г. Приключения. Дмитрий Быковский-Ромашов, Илья Шакунов, Александр Лыков, Валерий Дегтярь. Александр Богданов - старший помощник на торговом судне Балтийского пароходства, возвращается из зарубежного плавания. В Стокгольме он случайно встречается с пожилой шведкой, которая просит его передать книгу своему другу в Москве...
06.00 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
09.00 13.00 18.00 Новости
09.10 «Морской бой». (6+)
10.15 «Не факт!» (6+)
10.45 «Улика из прошлого». (16+)
11.35 «Загадки века». (12+)
12.30 «Легенды музыки»
13.15 «Последний день». (12+)
14.00 «Десять фотографий». (6+)
14.50 «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии». (12+)
15.40 18.25 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)
18.10 Задело!



ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.30 «Утро вместе». (12+)
07.00 09.00 19.30 «Губернские новости». (12+)
09.30 «Конные бега на Воронежском ипподроме». (12+)
11.00 «Машины страшилки». (0+)
12.00 «Легенды спорта». (12+)
12.15 «Да! Еда!». (12+)
12.30 18.00 «Адрес истории». (12+)
12.45 02.15 «Квадратный метр». (12+)
13.00 «УБИЙСТВО НА 100 МИЛЛИОНОВ». (12+)
15.00 Песни Юрия Визбора. «Я гляжу сквозь себя». (12+)
16.00 ФНЛ «Факел» - «Томь». (12+)
18.15 «Компас потребителя». (12+)
18.30 01.15 «Марафон». (12+)
19.40 «Территория успеха». (12+)
20.10 «ЕЩЕ ОДИН ГОД». (16+)
22.15 «МУЗЫКА НАС СВЯЗЫВАЕТ». (16+)
23.35 «Воронежская область - регион больших возможностей». (12+)
23.45 «4-я студия». (12+)
00.45 «Область спорта». (12+)
01.00 «Арт-проспект». (12+)
02.30 А.Чехов «Чайка». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 08.10 10.25 12.35 Хоккей. Чемпионат мира. 1/4 финала. Трансляция из Словакии. (0+)
10.20 14.45 19.55 22.40 Новости
14.50 Специальный репортаж. (12+)
15.10 Все на хоккей! «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
16.05 20.05 Хоккей. Чемпионат мира. 1/2 финала. Прямая трансляция из Словакии
18.40 Формула-1. Гран-при Монако. Квалификация. (0+)
22.45 Все на Матч!
23.30 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. 1/2 финала. (0+)
01.30 Футбол. «Лейпциг» - «Бавария». Кубок Германии. Финал. (0+)
03.30 Спортивная гимнастика. Мировой Кубок вызова. Трансляция из Хорватии. (0+)
05.00 Тает лёд с Алексеем Ягудиным. (12+)
05.30 «Команда мечты». (12+)

EUROSPORT 1

00.35, 02.30, 05.00, 07.30, 11.00, 22.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». (0+)
01.30 Теннис. WTA. Нюрнберг. 1/2 финала. (0+)
04.00, 06.00, 08.30, 12.30, 19.30 Теннис. АТР. Женева. (0+)
09.30, 23.30 Автогонки. Формула Е. Берлин. Превью. (0+)
10.00 Автогонки. Формула Е. Берлин. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)
13.15 Автогонки. Формула Е. Берлин. Квалификация. (0+)
13.45 Автогонки. Формула Е. Берлин. Интро. (0+)
14.00 Автогонки. Формула Е. Берлин. Прямая трансляция. (0+)
15.15 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 14-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.15 Велоспорт. «Джиро-экстра». (0+)
18.30 Велоспорт. «Тур де Лэн». 2-й этап. Прямая трансляция. (0+)
21.00 Теннис. АТР. Лион. Финал. (0+)
23.00 Дзюдо. Большой шлем. Баку. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Pro-Новости. (16+)
05.15 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
07.20 Засеки звезды. (16+)
07.30 Караокинг. (16+)
08.40 Pro-Новости. (16+)
09.00 Сделано в 90-х. (16+)
10.20 Top чарт Европы плюс. (16+)
11.20 PRO-Обзор. (16+)
12.00 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)

14.30 Отпуск без путешествий. (12+)
15.30 «Золотой Граммофон-2016». (16+)
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». Дискоотека Муз-ТВ. (16+)
00.00 Сделано в 90-х. (16+)
01.00 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.30 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
08.20 «ВЫБОР КАПИТАНА КОРЕЛЛИ». (16+)
10.50 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
13.20 «БАНДИТЫ». (16+)
15.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
17.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)
20.10 «ПОЙМАЙ ТОЛСТУХУ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Джейсон Бейтман, Мелисса МакКарти, Аманда Пит, Роберт Патрик, Генезис Родригес
22.20 «ПРЕСТИЖ». (16+)
00.45 «МОЛОДЁЖЬ». (16+)
02.35 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+)
04.15 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.25 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
02.15 «ДЕТОРОДНЫЕ» (16+)
03.55 «К ЧЕРТУ НА РОГА». (16+)
05.35 «НИ МИНУТЫ ПОКОЯ». (12+)
07.10 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
09.10 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
11.15 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)
12.50 «КЕИТ И ЛЕО». (12+)
15.05 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ. ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)
17.30 «ЗАХОЧУ И СОСКОЧУ». (16+)
19.30 «ЗАХОЧУ И СОСКОЧУ. СУПЕРГЕРОИ». (16+)
21.30 «ЗАХОЧУ И СОСКОЧУ. МАСТЕР-КЛАСС». (16+)
23.45 «МАЛАВИТА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
08.20 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
10.00 «МЕТРО». (16+)
12.35 «МЕНЯЛЫ». (12+)
14.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ ЗД: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
16.45 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
18.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
20.20 «ШПИОН». (16+)
Россия, 2012 г.
22.25 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)
Россия, 2010 г.
00.20 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (12+)
02.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)
04.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00 Четыре свадьбы. (16+)
06.50 «ПАРИЖ! ПАРИЖ!» (16+)
08.50 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
11.00, 11.45, 12.30, 13.15, 14.00, 14.45, 15.30, 16.15 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «КАРТЕР». (16+)
20.00 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+)
США, Великобритания, 1995 г.
22.15 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
00.05 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПЕРЕСАДОК». (16+)
01.40, 02.10, 02.40, 03.10, 03.40 «СЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
04.10, 05.05 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)

ДОМ КИНО

05.15 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
07.50 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (6+)
10.35 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
12.25 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕНИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)
14.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
Россия, 2009 г.
21.05 Вечер вместе. «ПРИЗРАК». (6+)
23.15 Вечер вместе. «ДВА ДНЯ». (16+)
01.00 «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ». (6+)
03.15 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)

ФЕНИКС+КИНО

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 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
14.00, 15.00, 06.00, 07.00 «НАВИГАТОР». (16+)
20.00, 21.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
04.00, 05.00 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (12+)
Мелодрама, Россия, 2000 г.

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.20 «ПЕРЕГОН». (16+)
02.40 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)
03.55, 04.45, 05.40, 06.35 «СХВАТКА». (16+)
07.35 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)
09.35 «ОТЕЛЬ». (16+)
11.10 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)
12.50 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+)
14.30 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
Драма, приключения, Россия, 2014 г.
17.10, 18.00, 18.55, 19.50 «МИЛЛИОНЕРША». (16+)
20.50, 21.40 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г.
22.35 «БРАТ». (16+)
Драма, криминал, боевик, Россия, 1997 г.

FOXlife FOX LIFE

06.00, 06.45, 19.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
07.30, 17.10, 05.40 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
07.55, 12.05, 13.00 Кулинарный поединок с Джейми Оливером. (12+)
08.45, 09.35, 04.15, 04.55 «ЭТО МЫ». (16+)
10.20, 11.15, 02.40, 03.30 «НОМЕР 309». (16+)
13.55, 14.40, 15.30, 16.20 «КАСП». (16+)
17.35 «ОДИНОКИЕ РОДИТЕЛИ». (16+)
1 сезон. Сериал. США, 2019 г. В ролях: Таран Киллзм, Лейтон Мистер
18.00, 21.30, 22.30 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
19.45 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
20.35, 01.45 «МУНЧ». (16+)
23.25 «ПОЦЕЛУЙ ДЛЯ ШЕФ-ПОВАРА». (16+)
01.00 «ЗВЕЗДА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
05.55 «ПЕРВОПЕЧАТНИК ИВАН ФЕДОРОВ». (0+)
06.55, 07.05 Мультфильм. (0+)
07.25 «Бременские музыканты». Мультфильм. (0+)
07.50 «По следам бременских музыкантов». Мультфильм. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
08.30 Пилигрим. (0+)
09.00 Завет. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00 Русский обед. (0+)
12.00 И будет двое... (0+)
13.00 Я хочу ребенка. (0+)
13.45 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)
14.30 В поисках Бога. (0+)
15.00 Завет. (0+)

16.00 «Наши любимые песни». Концерт. (0+)
17.00 Человек. (0+)
18.25 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
20.15 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.00 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)
22.00 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». 1 серия. (0+)
23.30 Женская половина. (0+)
00.30 День Патриарха. (0+)
00.45 Завет. (0+)
01.40 В поисках Бога. (0+)
02.10 Парсуна. С Владимиром Легкойдой. (0+)
03.05 Res Publica. (0+)
04.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

25 мая
Седмица 4-я по Пасхе. Глас 3. Прославление сщмч. Ермогена, патриарха Московского и всея Руси, чудотворца.



Свт. Епифания, еп. Кипрского. Свт. Германа, патриарха Константинопольского. Свт. Савина, архиеп. Кипрского, и прочих свт. Кипрских. Свт. Полулия, еп. Ринокирского. Мч. Иоанна Валаха (Рум.). Прп. Дионисия Радонежского. Второе обретение мощей прав. Симеона Верхотурского. Сщмч. Петра, пресвитера. Мч. Евдокии. Собор новомучеников в Бутове пострадавших.

Поста нет.

«Собирай сокровища для нескончаемого века, а настоящий век оскудевает даже прежде своего конца». Свт. Григорий Богослов

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН	РЕН
05.50	06.10 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)	04.20 «СВАТЫ». (12+)	07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна	04.45 «Звезды сошлись». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	
06.00	Новости	07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна		06.00 «Центральное телевидение». (16+)	06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)	09.00 «Дом-2. Lite». (16+)	07.40 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)	07.40 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)	
07.40	«Часовой». (12+)	08.00 Утренняя почта		08.00 Сегодня	07.15 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)	10.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)	09.40 «УМРИ, НО НЕ СЕЙЧАС». (16+)	09.40 «УМРИ, НО НЕ СЕЙЧАС». (16+)	
08.10	«Здоровье». (16+)	08.40 Местное время. Воскресенье		08.20 «У нас выигрывают!» (12+)	07.40 «Три кота». (0+)	11.00 «Перезагрузка». (16+)	12.15 «КАЗИНО «РОЯЛЬ». (16+)	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+)	«Перезагрузка» - это не просто шоу. Это шоу глубоких преобразований. Участниками проекта становятся обычные девушки, оказавшиеся в сложной ситуации. Они признали, что совершили ошибку, и пришли к экспертам за помощью. У них разные истории, но всех их объединяет одно - девушки уверены, что «Перезагрузка» - первый шаг на пути к переменам в жизни. Главная задача шоу - не только внешнее преобразование...	15.10 «КВАНТ МИЛОСЕРДИЯ». (16+)	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+)	12.00 «Большой завтрак». (16+)	17.15 «007: КООРДИНАТЫ «СКАЙФОЛЛ». (16+)	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+)	12.30 «Однажды в России». (16+)	Великобритания - США, 2012 г. Приключенческий боевик. Дэниэл Крэйг, Хавьер Бардем. Бриллиант в короне английской разведки снова в деле. Необычное хобби Джеймса Бонда - воскресать - в очередной раз возвращает его с того света.	20.00 «007: СПЕКТР». (16+)	
11.10	«Теория заговора». (16+)	11.20 Смеяться разрешается		11.55 Дачный ответ. (0+)	11.25 «Хранители снов». (0+)	14.30 «Комеди Клуб. Дайджест». (16+)	20.00 «007: СПЕКТР». (16+)	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+)	16.30 «ТОЛЯ-РОБОТ». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	
12.20	«Марина Неелова. «Я умею летать». (12+)	15.40 «СИНЕЕ ОЗЕРО». (12+)		14.00 «Малая земля». (16+)	На острове Олук живёт племя викингов...	20.30 «Школа экстрасенсов». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	
13.30	«ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	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+)	15.10 «Как приручить дракона-2». (0+)	22.00 «STAND UP». (16+)	01.00 «Такое кино!». (16+)	01.00 «Такое кино!». (16+)	
		20.00 Вести недели		16.00 Сегодня	17.10 «МАЛЕФИСЕНТА». (12+)	22.00 «STAND UP». (16+)	01.35 «ТНТ MUSIC». (16+)	01.35 «ТНТ MUSIC». (16+)	
		22.00 Москва. Кремль. Путин		16.20 Следствие вели... (16+)	19.05 «Angry Birds в кино». (6+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)	
		22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)		18.00 Новые русские сенсации. (16+)	21.00 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	05.20 «ТНТ. Best». (16+)	05.20 «ТНТ. Best». (16+)	
		01.30 «Далёкие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+)		19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой	США, 2012 г. Фантастический боевик. Тейлор Китч, Линн Коллинс, Марк Стронг. Ветеран Гражданской войны в США Джон Картер против своей воли оказывается на Марсе, где попадает в плен к воинственным четырехметровым туземцам.	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	01.50 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	01.50 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	
		03.05 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)		20.10 «Ты супер!» Суперсезон. (6+)	23.35 «Слава Богу, ты пришел!» (16+)	01.00 «Такое кино!». (16+)			
		Курирующий программу приватизации Красин узнает, что у следователя Генеральной прокуратуры в процессе ряда расследований появились компрометирующие куратора материалы.		22.50 «КОНТРАКТ НА ЛЮБОВЬ». (16+)	00.35 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)	01.35 «ТНТ MUSIC». (16+)			
				Звезда российского кино Илья Ракитин много зарабатывает и много тратит. Он привык брать от жизни лучшее - все, что у него есть, должно быть самого высокого качества...	02.30 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (12+)	02.05 «Открытый микрофон». (16+)			
				00.50 «ВСЕ ПРОСТО». (16+)	03.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (6+)	05.20 «ТНТ. Best». (16+)			
				02.50 «АДВОКАТ». (16+)	05.20 «6 кадров». (16+)				

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	ОТР
05.00 Барышня-крестьянка. (16+) 07.30 Школа доктора Комаровского. (12+) 08.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+) 09.00 Регина+1. (16+) 10.00 Мегаполисы на хайпе. (16+) 11.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+) 12.00 Я твоё счастье. (16+) Мика и Даша готовы превратить каждый день в безумный танец гормонов счастья! 13.00 На ножах. (16+) 23.00 Agent Show. (16+) 23.30 «МЕДАЛЬОН». (16+) 03.30 «СОТНЯ». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 06.15 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+) 08.30 «Улетное видео». (16+) 11.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+) Старший лейтенант Андрей Васильков недавно закончил военноморской институт... 17.00 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+) 21.20 «Улетное видео». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 23.30 «Рюкзак». (16+) 00.30 «ПОБЕГ». (18+) 03.00 «ЖИВИ И ДАЙ УМЕРЕТЬ». (12+) 04.50 «Улетное видео». (16+)	06.10 Группа «ViVa». Концерт в Кремле. (12+) 07.10 02.45 «БУЛЬВАРНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (12+) 09.00 «АС». (12+) 10.35 «Среда обитания» 10.45 «Домашние животные». (12+) 11.15 19.45 «Моя история» 11.45 17.05 «Завтра была война». (12+) 12.30 «Гамбургский счёт» 13.00 15.00 «Новости» 13.05 15.05 «ПРИНЦИП ХАБАРОВА». (16+) 16.15 «Фигура речи». (12+) 16.40 «За строчкой архивной...» (12+) 18.30 «Вспомнить всё» 19.00 Отражение недели 20.10 «РУССКИЙ ДУБЛЬ» 21.50 «КРАСНАЯ ПЛОЩАДЬ». (12+)
Ю	МИР	РЕТРО
05.25 «Взвешенные и Счастливые». (16+) 08.45 «В стиле». (16+) 09.20 «Ювелир». (16+) 11.25 «Обмен домами». (16+) 16.00 «Папа попал». (12+) 23.15 «КОКО ДО ШАНЕЛЬ». (16+) Франция, Бельгия, 2009 г. Драма. Экранизированная биография, рассказывающая о легендарной личности - дизайнере Коко Шанель. Сюжет сфокусирован на времени, когда она еще не была знаменитой законодательницей мод, надевшей на женщину мужской костюм, и звалась Габриэль Шанель. 01.30 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.45 «Обмен жёнами». (16+)	06.00 Мультфильмы. (0+) 06.15 Миллион вопросов о природе. (6+) 06.30 Мультфильмы. (0+) 06.45 Беларусь сегодня. (12+) 07.15 Мультфильмы. (0+) 07.45 Кульм/Туризм. (16+) 08.15 Ещё дешевле. (12+) 08.50 Всемирные игры разума. (0+) 09.25 Наше кино. История большой любви. (12+) 10.00 Новости 10.15 Мировые леди. (12+) 10.45 Любовь без границ. (12+) 11.45 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+) Сериал. Драма 16.00 Новости 16.15 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+) 18.30 «Вместе» 19.30 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+) 00.00 «Вместе» 01.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)	00.25, 06.00, 10.55, 22.15 «ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧА». (12+) 01.35, 02.55, 07.10, 09.30, 23.35 «БРИЛЛИАНТЫ ДЛЯ ДИКТАТУРЫ ПРОЛЕТАРИАТА». (16+) 04.10 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (12+) 05.40 Мультфильмы. (6+) 12.15 «Новеллы о космосе». Мультфильм. (0+) 12.25 «Новичок». Мультфильм. (0+) 13.00 Клуб путешественников. (12+) 13.55 Голубый огонек. (12+) 15.20 «ЕСЕНИЯ». (12+) Мексика, 1971 г. 17.45 Киноистория Глеба Скороходова. «Неподдающиеся». (12+) 18.00 Песня-88. (12+) 20.05 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЫ». (16+) Австралия, 1975 г. В ролях: Рейчел Робертс, Хелен Морс, Доминик Гард

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 «По следам бременских музыкантов». (6+) 05.25 «Жужики». (6+) 06.15, 12.00 «Пёс Пат». (6+) 06.40 «Мини-Маппеты». (0+) 07.05 «Микки и весёлые гонимые». (0+) 07.35 «Доктор Плюшева». (0+) 08.00 «Герои в масках». (0+) 08.30 «Гигантозавр». (0+) 09.00 «Хранитель Лев». (0+) 09.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+) 10.00 «София Прекрасная». (0+) 10.30 «Дружные молсы». (0+) 11.00 «Удивительная Ви». (6+) 11.30 «Изысканная Нэнси Кленси». (0+) 12.30 Лучшие друзья. (6+) В каждом выпуске нового шоу «Лучшие друзья» две семьи, знакомые в реальной жизни, будут соревноваться в пяти веселых игровых раундах. Участникам предстоит бежать, параллельно отвечая на сложные вопросы, как можно тише разматывать рулон клейкой ленты и даже сбивать кегли домашними тапочками! 13.25 «Герои Энвелла». (6+) 14.20 «Утиные истории». (6+) 15.30 «МИССИЯ ДАРВИНА». (12+) 17.20 «Рататуй». (0+) 19.30 «Реальная белка-2». (6+) 21.00 «МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (12+) 22.55 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ: СОБАЧЬЯ ЖИЗНЬ ПРЕЗИДЕНТА». (12+) 00.40 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (12+) 02.05 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)	05.00 «Смурфики». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Домики». (0+) 09.00 «Секреты маленького шефа». (0+) 09.25 «Пластилиники». (0+) 09.30 «Малышарики». (0+) 10.45 «Проще простого!» (0+) В нашей мастерской всегда кипит работа! 11.00 «Хэтчмалл. Приключения в Хэтчитопии». (0+) 11.05 «Сказочный патруль». (0+) 12.30 «Крутой ребёнок». (0+) 13.00 «Три кота». (0+) 14.05 «Доктор Малышкина». (0+) 14.10 «Супер4». (6+) 14.50 «Ералаш». (6+) На канале «Карусель» - детский комедийный киножурнал «Ералаш»! 15.40 «Оранжевый король». (0+) Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров. 16.00 «Маша и Медведь». (0+) 17.20 «Барбоскины». (0+) 19.15 «Щенячий патруль». (0+) Если случилась беда - щенячий патруль придет на помощь! 20.20 «Деревяшки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 22.55 «Инспектор Гаджет». (6+) 00.50 «Малыши-прыгуши». (0+) 01.50 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+) 02.15 «Паровозик Тишка». (0+) 04.10 «Королевская Академия». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NG
06.00 Как это сделано? (16+) 06.25, 06.50 Как это устроено? (12+) 07.20, 07.45 Как это сделано? (12+) 08.15 Взрывная история. (12+) 09.10 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+) 10.05 Неизвестная экспедиция. (16+) 11.00, 11.25 Повелители разума. (12+) 11.55 Что скрывают мумии? (12+) Известный египтолог, археолог и лингвист Реми Романи разгадывает поразительные тайны мумий. 12.50 Голые и напуганные. (16+) 13.45, 14.10 Нефть на заднем дворе. (12+) 14.40, 15.05 Спасатели имущества. (12+) 15.35, 16.00 Как это устроено? (12+) 16.30, 16.55 Как это сделано? (12+) 17.25, 18.20, 19.15 Разрушители легенд: кастинг. (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+) 00.45 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+) 05.10 Не пытайтесь повторить. (16+)	07.00, 07.55, 08.50 Расцвет древних цивилизаций. (12+) 09.45, 10.40, 11.40 Шелковый путь между Востоком и Западом. (12+) 12.40, 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50 Загадочные убийства: царственные особы. (12+) 17.35, 18.20 Восемь дней, которые создали Рим. (12+) 19.10 Смертоносный интеллект. (12+) 20.00 Расцвет древних цивилизаций. (12+) Карфагеняне по мнению римлян и греков были пронырливыми купцами и жестокими убийцами детей, но исследования показывают, что они были не столь плохи, какими их выставляли слухи. 21.10, 21.35 Поворотный момент 22.00 Загадки Египта. (12+) 22.50, 23.40 Заговор. (12+) 00.30 Тайная война. (12+) Летом 1942 в пустынях Северной Африки небольшой отряд британских солдат был отобран для задания. 01.25 Запретная история. (12+) Прошедшие столетия смешали факты и выдумки о храмовниках. Эта серия представляет иной взгляд и бросает вызов устоявшимся взглядам на орден, разгневавший почти всю Европу. 02.20, 03.15 Музейные тайны. (12+) 04.00, 04.30 Невероятные изобретения. (6+) 05.00 Взрывная Земля. (12+) 05.50 Запретная история. (12+)	06.00 Научные глупости. (16+) 06.20, 07.05 Египет с высоты птичьего полета. (16+) 08.00, 08.50 Человек против YouTube. (16+) 09.40, 10.30, 11.25 Служба спасения Аляски. (16+) 12.15 Осушить океан: Тайны Китайских морей. (16+) 13.10 Осушить океан: Легенды Атлантиды. (16+) 14.00, 14.55 Опасные путешествия. (16+) 15.50 Следующее мегацунами. (16+) Спустя 10 лет после одного из самых смертельных цунами за всю историю, учёные сделали ужасающее открытие... 16.40, 17.35, 18.25 Египет с величайшим исследователем в мире. (16+) 19.15 Осушить океан: Тайны Китайских морей. (16+) 20.10 Осушить океан: Легенды Атлантиды. (16+) 21.05, 22.00 Враждебная планета. (16+) 22.55, 23.50 Морган Фриман. Истории о Боге. (16+) 00.40 Враждебная планета. (16+) 01.35 Самые удивительные фотографии National Geographic. (16+) 02.00 Осушить океан: Затерянные чудеса Египта. (16+) 02.45 Осушить океан: Мексиканский залив. (16+) 03.35, 04.00 Тайные истории. (16+) 04.25, 05.10 Человек против YouTube. (16+)

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

РОССИЯ К
Культура

- 06.30 «Аленький цветочек». «Василиса Микулишна». «Про бегемота, который боялся прививок»
- 07.55 «СИТА И РАМА»
- 10.10 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным»
- 10.40 «КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА». (6+)
- 12.20 «Письма из провинции»
- 12.50 Диалоги о животных
- 13.30 «Николай Пржевальский. Экспедиция длиной в жизнь»
- 14.30 «Линия жизни»
- 15.20 Спектакль «А чой-то ты во фраке?»
- 16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком
- 17.15 «Ближний круг Исаака Штокбанта»
- 18.15 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.10 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (12+)
СССР, 1960 г.
Испытательный срок предстоит пройти двум парням, направленным в угрозыск...
- 21.45 Опера «Отелло»
- 00.25 «Одевайтесь по правилам! Мода и провокация»
- 01.20 Диалоги о животных
- 02.00 «Искатели»
- 02.45 «Про Фому и про Ерёму»

ТВЦ

- 05.25 «ВАНЕЧКА». (16+)
- 07.25 «Фактор жизни». (12+)
- 08.00 «ХРАБРЫЕ ЖЕНЬ». (12+)
- 09.50 «Актерские драмы. Геннадий Нилов и Владимир Беров». (12+)
- 10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)
- 13.45 «Смех с доставкой на дом». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Свадьба и развод». (16+)
- 15.55 «Прощание. Марина Голуб». (16+)
- 16.40 «Хроники московского быта. Доза для мажора». (12+)
- 17.35 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)



- 21.25 «КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)
- 00.15 События
- 00.35 «КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)
- 01.30 «ОТЦЫ». (16+)
- 03.10 Петровка, 38. (16+)
- 03.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- 05.00 «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.45 «ГРИММ». (16+)
Возле одной закуской избивают до смерти богатого гангстера из банды, где все члены - Ягуарды, ягуароподобные существа. В живых осталась только его девушка.
- 12.30 «ЭЛЕКТРА». (12+)
- 14.30 «КРЕДО УБИЙЦЫ». (16+)
- 16.45 «ВАРКРАФТ». (12+)
- 19.00 «КИНГ КОНГ». (12+)



- Германия, Новая Зеландия, США, 2005 г. Боевик. Наоми Уоттс, Эдриан Броуди, Джек Блэк. Современная версия фильма 1976 года. Действие происходит в 1933 году. В разгар Великой Депрессии актриса Энн Дэрроу теряет ангажемент. Но удача улыбается девушке.
- «Последний герой». Финал. (16+)
- 01.30 «ИЗ МАШИНЫ». (16+)
- 03.30 «ВОСПИТАНИЕ КАИНА». (16+)
- 04.45 «Охотники за привидениями». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 07.35 «ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА». (16+)
- 09.30 «ХИРУРГИЯ. ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 11.55 «Полезно и вкусно». (16+)
- 12.00 «ХИРУРГИЯ. ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 13.45 «ТРИ ДОРОГИ». (16+)
Россия, 2016 г. Мелодрама. Мария Куликова, Андрей Егоров. 1974 год. Слава и Сергей остаются без отца, который погибает в автокатастрофе.
- 18.00 «6 кадров». (16+)
- 19.00 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ». (16+)



- Россия, 2015 г. Детектив. Агата Муцениеце, Михаил Пшеничный. У Нины редкий дар - она умеет считывать чужие эмоции и безошибочно определять ложь.
- 23.00 «6 кадров». (16+)
- 00.30 «ДВАЖДЫ В ОДНУ РЕКУ». (16+)
- 02.20 «Героини нашего времени». (16+)
- 05.25 «6 кадров». (16+)
- 05.35 «Домашняя кухня». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ФАВОРСКИЙ». (16+)
- 08.05 Светская хроника. (16+)
- 09.00 «Моя правда». (16+)
- 10.05 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
Россия, 2012 г. Детектив. Денис Рожков, Кирилл Полукин, Зоя Буряк. Приказ о переводе Фролова обратно опером в Центральный район уже практически подписан, и вот и зашел Андрей прогуляться «на районе»...
- 22.15 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
- 01.30 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)



- 05.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)
- 09.00 «Новости недели»
- 09.25 «Служу России»
- 09.55 «Военная приемка»
- 10.45 «Код доступа». (12+)
- 11.30 «Скрытые угрозы»
- 12.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.45 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 13.40 «ОХОТА НА ВЕРВОЛЬФА». (16+)
- 18.00 Главное с О. Беловой
- 19.20 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Машины страшилки». (0+)
- 11.15 «Машины сказки». (0+)
- 12.00 «Марафон». (12+)
- 13.00 «Территория успеха». (12+)
- 13.30 «Формула здоровья». (12+)
- 14.00 «Губернские новости». (12+)
- 14.10 «ЕЩЕ ОДИН ГОД». (16+)
- 16.15 «Компас потребителя». (12+)
- 16.30 «Адрес истории». (12+)
- 16.45 «Да! Еда!». (12+)
- 17.00 «4-я студия». (12+)
- 18.00 «ЗВУКИ РЕГГИ». (16+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 Олег Газманов. «Сделан в СССР». (12+)
- 21.00 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
- 22.45 «Такие разные». (12+)
- 23.15 «Конные бега на Воронежском ипподроме». (12+)
- 00.45 «Арт-проспект». (12+)
- 01.00 «Формула здоровья». (12+)
- 01.30 «МУЗЫКА НАС СВЯЗЫВАЛА». (16+)
- 02.50 Песни Юрия Визбора. «Я гляжу сквозь себя». (12+)
- 03.50 «Малая сцена». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+)
- 07.10 09.40 Хоккей. Чемпионат мира. 1/2 финала. Трансляция из Словакии. (0+)
- 09.20 19.15 04.30 Специальный репортаж. (12+)
- 11.50 13.50 15.55 19.10 21.20 Новости
- 12.00 Футбол. Чемпионат Италии. (0+)
- 13.55 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Арсенал» (Тула). Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 16.00 Все на хоккей!
- 16.35 Хоккей. Чемпионат мира. Матч за 3-е место. Прямая трансляция из Словакии
- 19.35 23.25 Все на Матч!
- 20.25 «РПЛ 2018/2019. Как это было». (12+)
- 21.25 Футбол. Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 00.15 Формула-1. Гран-при Монако. (0+)
- 02.45 «Лобановский навсегда». (16+)
- 05.00 Тает лёд. (12+)
- 05.30 «Команда мечты». (12+)

EUROSPORT 1

- 00.00 Ралли. ERC. Латвия. 1-й день. (0+)
- 00.35 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 14-й этап. (0+)
- 01.30 Турнир WTA. Нюрнберг. Финал. (0+)
- 02.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 14-й этап. (0+)
- 04.00, 06.00 Теннис. АТР. Женева. Финал. (0+)
- 05.00, 07.30, 09.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 14-й этап. (0+)
- 08.30 Турнир WTA. Нюрнберг. Финал. (0+)
- 11.00 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. Обзор. (0+)
- 11.55, 18.15, 20.00 Теннис. «Ролан Гаррос». 1-й день. Прямая трансляция. (0+)
- 14.00 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». 15-й этап. Прямая трансляция. (0+)
- 18.10 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». Прямая трансляция. (0+)
- 22.00 Теннис. Тележурнал «Гейм, Шетт и Матс». Прямая трансляция. (0+)
- 22.30 Теннис. «Ролан Гаррос». Матч дня. (0+)
- 23.30 Велоспорт. «Джиро-д'Италия». Обзор дня. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 08.00 #ЯНАМуз-ТВ. (16+)
- 09.00 Хиты планеты. Топ 5. (16+)
- 09.25 Караокинг. (16+)
- 10.30 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 12.00 Отпуск без путешествий. (12+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 «Деци, кто ты?» (16+)

- 14.50 Премия «Муз-ТВ-2017». (16+)
- 20.20 PRO-Обзор. (16+)
Самая ответственная персона в команде программы «PRO-обзор»! Её друзья считают, что она полностью отдается своему делу...
- 21.00 Top 30 - Крутая неделя. (16+)
- 23.30 Золотая лихорадка. (16+)
- 01.00 10 сексу. (16+)
- 01.50 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

- 06.10 «АФЕРА ПО-АМЕРИКАНСКИ». (16+)
- 08.55 «ПРЕСТИЖ». (16+)
- 11.25 «МОЛОДЕЖЬ». (16+)
- 13.15 «ПОЙМАЙ ТОЛСТУХУ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (16+)
- 15.20 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА». (16+)
- 17.35 «АФЕРА ПО-АМЕРИКАНСКИ». (16+)
- 20.10 «ИНТУИЦИЯ». (12+)
США, 2001 г. В ролях: Джон Кьюсак, Кейт Бекинсейл, Джереми Пивен, Бриджет Мойнэхэн, Юджин Леви
- 21.55 «13-Й РАЙОН». (16+)
Франция, 2004 г.
- 23.35 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!» (16+)
- 01.30 «ВОЗМЕЗДИЕ». (18+)
- 03.50 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.45 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
- 03.55 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 06.05 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+)
- 08.05 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)
- 09.55 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)
- 12.10 «СУПЕРНЬЯНЬ». (16+)
- 13.45 «СУПЕРНЬЯНЬ-2». (16+)
- 15.30 «КОРСИКАНЕЦ». (16+)
- 17.20 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
- 19.30 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
Комедия, мелодрама, фэнтези, Россия, 2015 г.
- 21.05 «ВСЁ О МУЖЧИНАХ». (16+)
Комедия
- 22.35 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

TV 1000 РУССКОЕ КИНО

- 06.20 «ШПИОН». (16+)
- 08.30 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)
- 10.30 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (12+)
- 12.35 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)
- 14.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 16.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
- 18.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН. НАШЕ ВРЕМЯ». (16+)
- 20.20 «ЛЁД». (12+)
Россия, 2018 г. В ролях: Агата Тарасова, Диана Енакаева
- 22.40 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-3». (12+)
- 00.20 «ЧАС ПИК». (16+)
- 02.35 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
- 04.40 «БАРМЕН». (16+)

SONY CHANNEL

- 06.00, 06.50 Четыре свадьбы. (16+)
- 07.35 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (16+)
- 09.25 «ГИГАНТИК». (16+)
- 11.00, 11.45, 12.30, 13.15 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
- 14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 20.00 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИЦА». (16+)
США, 1996 г.
- 22.05 «ДЖЕРРИ МАГУАЙЕР». (16+)
- 00.20 «ЛЮБОВЬ - ЭТО ДЛЯ ДВОИХ». (16+)
- 02.00, 02.30, 03.00, 03.30 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
- 04.00, 05.00 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)

ДОМ КИНО

- 07.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТРОНИМ ВХОД ВОСПРЕЩЁН». (6+)
- 08.30 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (6+)
- 10.00 «СТРАПУХА». (6+)
- 11.15 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)
- 13.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 15.10 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 17.15 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
- 19.00 Золото «Мосфильма». «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (6+)
- 20.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (12+)
- 22.45 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (12+)
- 00.25 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)

ФЕНИКС+КИНО

- 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 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
- 14.00, 15.00 «АЗИАТ». (16+)
Россия, 2008 г.
- 20.00, 21.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 22.00, 23.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
- 04.00, 05.00 «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
- 06.00, 07.00 «НАВИГАТОР». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 00.15, 01.05, 01.55 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)
- 02.45 «СОБЫТИЕ». (16+)
- 04.35 «ДУРА». (16+)
- 06.15 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)
- 07.55 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)
- 09.35 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+)
- 11.10 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
- 13.50, 14.40, 15.35, 16.25 «МИЛЛИОНЕРША». (16+)
- 17.20, 18.10 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (16+)
- 19.05 «БРАТ». (16+)
Драма, криминал, боевик, Россия, 1997 г.
- 20.50, 21.40 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (16+)
- 22.35 «БРАТ-2». (16+)
Криминал, боевик, Россия, 2000 г.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 Я тебя люблю. (0+)
- 05.55 И будут двое... (0+)
- 06.50 Я хочу ребенка. (0+)
- 07.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
- 08.30 В поисках Бога. (0+)
- 09.00 Завет. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 13.00, 14.00 Святые России. (0+)
- 15.00 Следы Империи. (0+)
- 16.30 Пилигрим. (0+)
- 17.00 Парсуна. С Владимиром Легкойдой. (0+)
- 18.00 Путь. Русская православная церковь 2009-2019. (0+)
Документальный фильм.

- 18.20, 19.50 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». 1 и 2 серии. (0+)
СССР, 1979 г.
- 21.15 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 22.00 Шипков. (0+)
- 22.30 Res Publica. (0+)
- 23.30 Лица Церкви. (0+)
- 23.45 Вера в большом городе. (0+)
- 00.30 День Патриарха. (0+)
- 00.45 Пилигрим. (0+)
- 01.15 Вечность и Время. (0+)
- 02.00 Завет. (0+)
- 02.55 Лица Церкви. (0+)
- 03.10 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 03.50 Я тебя люблю. (0+)
- 04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

26 мая
Седмица 5-я по Пасхе, о самаряныне.
Глас 4.



Мч. Александра Римского. Мч. Гликерии девы и с нею мч. Лаодикия, стража темничного. Свт. Павликария, еп. Синадского. Свв. Георгия исп. с супругой Ириной и чадами. Прп. Евфимия Иверского, Святогора (Груз.). Прав. Гликерии девы, Новгородской. Перенесение мощей прмч. Макария Каневского, игумена Пинского, Переяславского чудотворца. Сщмчч. Василия, Александра и Христофора пресвитеров, прмч. Макария и мч. Сергия. Мчч. 103 Черкасских.

Поста нет.

« Помолитесь же, да откроет Господь умные очи наши, и да узрим все, не как оно кажется, а как оно есть». Свт. Феофан Затворник

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, натянуть 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, позвякивающий 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, — вперились в меня тоскливым 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»



Остаться друзьями? Развести маленький огорожок на остывшей лаве угасших чувств? Нет, это не для нас с тобой. Любовь не пятнают дружбой. Конец есть конец.

Эрих Мария Ремарк

— Лёшка? — увидев за столом одноклассника в погонах, я искренне порадовалась, 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 совершеннолетия, сохранивший все части тела и закончивший институт. Честное слово, я сама этому 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 глазах полковника.



— Байкер? — осторожно поинтересовался бывший ботан.

— Банкир, — искоса 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, парадная 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, осмелившись, пригласить в кафе на чашечку лимонада.

Тьфу 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.

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 полная, с задорными ямочками на щеках. Видно было, что Алексей очень любит свою Ладку. 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, запишись на массаж, и будет тебе счастье. Ты девочка взрослая, все сама знаешь и умеешь.

— Ну хоть поцелуем свою избранницу осчастливи, деспот, — переходила я на свой привычный шуточный 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 тандем у нас получился неплохой.

Пора расчехлять байк

...Я думала так много-много лет, пока в один из вечеров не вернулась с работы пораньше. Задорный смех Ладки 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? — увещевал меня вечером супруг, когда я металась по квартире, пытаюсь 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, провремся.

ВАСИЛИСА

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



Авторы фото: Dm. Cherry/Shutterstock.com

Судоку

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

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

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

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

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

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

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

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

Почему вечером так хочется кушать?

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

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 прихватить лишний кусочек. Поэтому так важно есть при достаточном количестве света. И не ходить 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 количество воды вы потребляете за день?



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

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 восполняют 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 протирать 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 МИХАЛЁВА

Недобор калорий днём

Если в течение дня вы хватили перекусы на бегу и не могли полноценно поесть, наверняка имеет место недобор калорий. В этом случае нет ничего удивительного в вечернем желании смести 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.

КСТАТИ

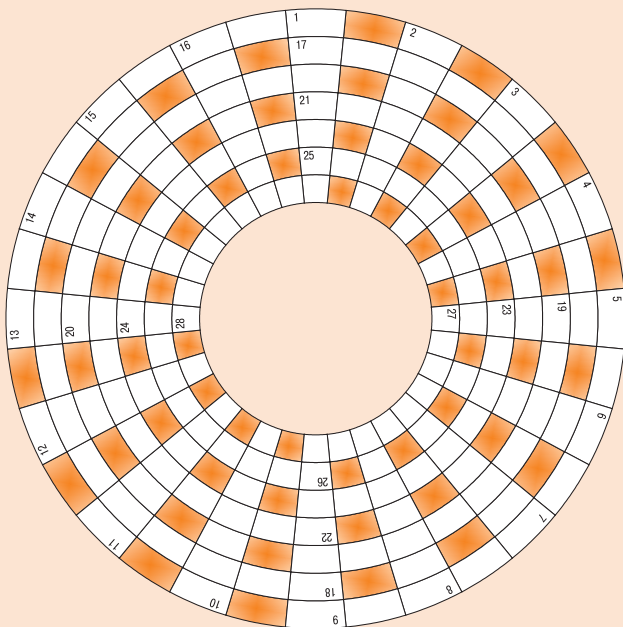
Примите ванну

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.

Сладость в радость

Довольно часто на ночь глядя нам хочется чего-нибудь сладкого и мучного. И в этом нет ничего странного. Такая еда обеспечивает выработку серотонина, который заодно оказывает снотворное действие. Поэтому, если очень хочется сладкого, не отказывайте себе. Но выбирайте более легкий, нежирный десерт. Это может быть молочный коктейль с морожеными или свежими ягодами, фрукты, сорбет, желе и т.п.

КРОССВОРД «КРУГОВОЙ»



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

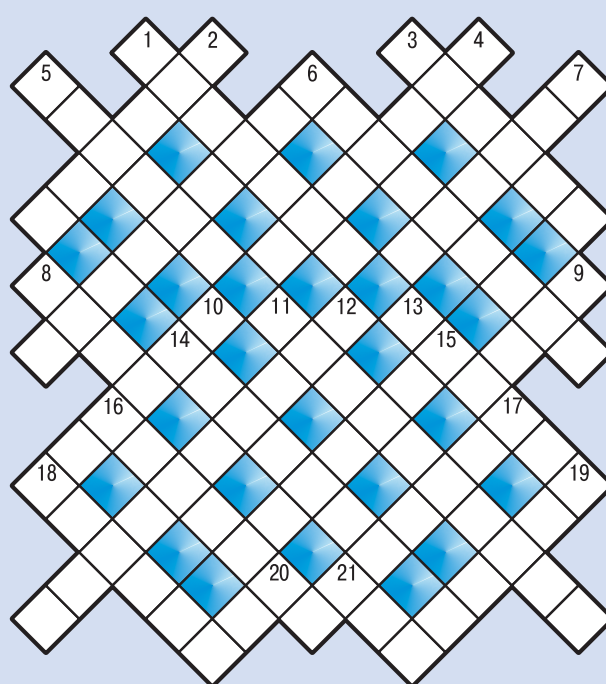
По кольцам: 5. Машина, предназначенная для доставки продукта от коровы. 13. На столе рядом с солонкой. 17. «Шлем» для пальца портного. 18. Героиня Булгакова на метле. 19. Что ожидает бизнесмена, вылетевшего в трубу? 20. «Мэрия» с бургомистром во главе. 21. Время, ограничивающее говорящих.

22. Черноморский город-курорт. 23. Темный «конкурент» кураги. 24. Дама, уверенная, что ее должно быть много. 25. Колерная мастерская. 26. Кусок этой горной породы в школе известен как мел. 27. Раб или пленник. 28. Художник, для которого изображать на картинах заек и мишек – привычное дело.

ОТВЕТЫ

1. Петалии. 15. Чесотка. 16. Игрушки. 17. Метакса. 19. Резчик. 20. Дуб. 21. Метакса. 22. Метакса. 23. Метакса. 24. Метакса. 25. Метакса. 26. Метакса. 27. Метакса. 28. Метакса.

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



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

Слева-вниз-направо: 1. «Ластоногий» спорт. 3. Умо-заклучение, что имеется в каждой басне Крылова. 5. Крупный восточносибирский олень. 6. «Пирин-десса Турандот» на сцене.

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

ОТВЕТЫ

1. Ласточка. 3. Умозаключение. 5. Олень. 6. Пириндесса. 8. Остатки. 11. Когда. 13. Страж. 14. Всё.

16. Latinoамериканский танец, хит дискотек начала девяностых годов. 18. Имя «того самого» Даймлера. 21. Сидишь на нем? Так не руби!

Справа-вниз-налево: 2. Не девушка, а оружие Великой Отечественной войны. 4. Ресторанчик, где на выбор эспрессо, глясе и капучино. 6. Русский поэт Серебряного века, описавший ананасы в шампанском. 7. Валюта из лексикона популяра Флинта. 9. Домик для ячейки пчелиного общества. 10. Обмен репликами. 12. Занятие для МИДа. 15. Женщина в романе «Мастер и Маргарита», ставшая причиной смерти Берлиоза. 17. Спиртное, после которого ноги сами сиртаки выплывают. 19. Народный умулец, узором кость украшающий. 20. В листе какого дерева «русалка на ветвях сидит» у Лукоморья?

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?

Как устранить неприятный запах в обуви?

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 искоренить 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-

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 неприятный запах.



Боремся с последствиями

Если неприятный запах уже вошел 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 ВОДОРОДА.**

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 АБСОРБЕНТЫ.** 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

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



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			

ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ

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

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

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

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

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

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

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

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

Растение с игри-
вым именем
манеттия было
привезено из
джунглей Южной
Америки.

В качестве
комнатно-
го растения
прижилась только
одна разновидность,
так называемая ма-
неттия вздутая. К
счастью цветоводов,
она очень декора-
тивна, 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 рас-
тении появляются пу-
шистые 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 прида-
ют форму декоратив-
ной лианы. Какой же
уход нужен этой не-
повторимой краси-
вице из американских
джунглей?

Краски из джунглей или Неповторимая манеттия

1 Освещение

Яркий рассеянный
свет с некоторым коли-
чеством прямого солнца утром
или вечером. Лучшее место
будет расти на восточных
или западных окнах. При не-
достатке света цвести будет
плохо.

2 Температура

Растение предпо-
читает умеренные темпера-
туры. Летом лучше
всего растет при
20-22 °C, в зим-
ний период –
желательна температура в
пределах 15-
16 °C, но не
ниже 12 °C.
То есть зимой
манеттия комфортно
будет себя чув-
ствовать на уте-
пленной лоджии.

3 Размножение

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



4 Полив

Весной и летом
манеттию поливают
обильно, но без лиш-
него застоя влаги у
корней. Почва долж-
на всегда оставаться
слегка влажной. В
зимний период полив
следует уменьшить. Од-
нако учтите, что растение
не любит пересыхания зем-
ляного кома. Для полива ис-
пользуется теплая мягкая вода.

5 Влажность воздуха

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

Разговор двух подруг.
– Представляешь, вче-
ра к моим ногам броса-
ли цветы.
– Потряса-
юще! Как к
ногам коро-
левы.
– Ну как бросали... од-
на бабулька горшок с
геранью уронила пря-
мо мне под ноги.



Пересадка

7 Желательно пере-
саживать ежегодно до
цветения растения. В
состав почвенной смеси долж-
ны входить хвойная, дерно-
вая, торфяная и листовая
земля, а также песок.
Обязателен хороший
дренаж.

6 Подкормка

В период роста, с
марта по август, манет-
тию подкармливают каж-
дые две недели жидкими
удобрениями для комнат-
ных цветущих растений.
Концентрацию удобрения
желательно снизить в два
раза по сравнению с реко-
мендациями на упаковке.

КСТАТИ

Популярная хризантема

В Японии так любят
хризантему, что
она стала нацио-
нальным цветом
этой страны. Ежегод-
но осенью в ботани-
ческом саду Токио
проводится выставка
хризантем. Изображе-
ние цветка даже по-
являлось на японских
монетах. А в Англии
Уильям Моррис, поэт
и художник, создавал
обои с рисунком из
хризантем. Хризанте-
мы часто красовались
на картинах Моне.
Кстати, в СССР в 1962
году хризантема укра-
сила 10-копеечную
марку к 150-летию Го-
сударственного бота-
нического сада.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

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

Итак приходит Он в город Са-
марийский, называемый Сихарь,
близ участка земли, данного
Иаковому сыну своему Иосифу. Там
был колодезь Иаковлев. Иисус,
утрудившись от пути, сел у ко-
лодезя. 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 Самарянка го-
ворит Ему: как ты, будучи Иудей,
просишь пить у меня, Самарян-
ки? 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 не-
чем, а колодезь глубок; откуда же
у тебя вода живая? Неужели ты
больше отца нашего Иакова, ко-
торый дал нам этот колодезь и

сам из него пил, и дети его, и скот
его? Иисус сказал ей в ответ: вся-
кий, пьющий воду сию, возжаж-
дет 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, позови мужа
твоего и приди сюда. Женщина
сказала в ответ: у меня нет му-
жа. Иисус говорит ей: правду 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: господин! вижу, что Ты про-
рок. Отцы наши поклонялись на
этой горе, а вы говорите, что
место, где должно поклоняться,
находится в Иерусалиме. Иисус

говорит ей: поверь Мне, что на-
ступает время, когда и не на горе
сей, и не в Иерусалиме будете по-
клоняться Отцу. Вы не знаете,
чему кланяетесь, 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 возвестит нам все. Иисус го-
ворит ей: это Я, Который говорю
с тобою. В это время пришли
ученики Его, и удивились, что Он
разговаривал с женщиною; од-
нако ж ни один не сказал: чего Ты
требуешь? или: о чем говоришь
с нею? Тогда женщина оставила
водонос 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
друг другу: 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: возведи-
те очи ваши и посмотрите на
нивы, как они побелели и поспели
к жатве. Жнущий получает на-
граду и собирает плод в жизнь
вечную, так что и сеющий и жну-
щий 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 тру-
дились, а вы вошли в труд их. И



многие Самаряне из города того
уверовали в Него по слову женщи-
ны, свидетельствующей, 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 уверо-
вали по Его слову. А женщине той
говорили: уже не по твоим речам
веруем, ибо сами слышали и узна-
ли, что Он истинно Спаситель
мира, Христос.

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

Комментирует
священник
Дмитрий
Барский



Апостолы, вернувшись из города, по-
ражены тем, что Христос говорит с жен-
щиной. Законы того времени, касающие-
ся статуса женщины, были очень строги.

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

Важна и другая деталь. Самарянка при-
шла к колодезю в шестом часу. Шестой
час – это, по-нашему, полдень. Женщины
обыкновенно приходили к колодезю 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-
житель. И опять же удивительный момент.

Согласно местным законам, женщина мо-
гла выйти замуж всего два раза. Очевидно,
что ее чурались, т.к. считали великой греш-
ницей. Но Господь пренебрегает и этим об-
стоятельством, вступая с ней в разговор.

И это не просто беседа. Христос пред-
лагает ей то, что жаждали получить мно-
гие, – воды живой, то есть вечной жизни,
дара благодати и спасения. Причина этого
очевидна. Поняв из разговора, что перед
ней Мессия, самарянка не стала оправды-
ваться в своих грехах. Более того, она по-
бежала сообщить радостную новость сво-

им соплеменникам. 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 отдачи
перед лицом Твоего Евангелия принять
свое несовершенство, дай такой же ре-
шимости следовать за Тобой и являть
Тебя миру. Ведь лишь в этом случае та
благодать, которую Ты нам предлагаешь,
найдет место в нашем сердце. А укорен-
ившись в нем, сможет привлечь к Тебе и
тех людей, которые нас окружают.

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 несколькими 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 предпочитают легкие, летящие, нежные, подчеркивающие

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 выбывает, 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 кроя – настоящая находка для тех, кто любит быть в центре внимания. Кроме того, такой крой 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 необъяснимым причинам многие дамы пожелали иметь такие юбки в своем гардеробе.

Светлана ИВАНОВА

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	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 МАЯ

ЭТОТ 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 мокрей

20 мая, на Купальницу, 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 Вешнего, было принято наблюдать за погодой. Влажное и туманное утро, дождь – все считалось хорошей приметой. А вот дождь на Мокея Мокрого, **23 мая**, по народным приметам обещал и сырое лето: «Мокро на

Мокея – жди лета еще мокрее». А если восход окрашивал багрянцем небо, то лето ждали с пожарами. **26 мая** народ чествовал Лукерью Комарницу. Родовались обилию кровососов грибки и ягодники. Считали так: «Если на Лукерью много комаров – готовь по ягоды коробов; если много мошек – готовь по грибы лукошек».



– Марь 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!

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. Издаётся 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. 307б.

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.
Ведущие менеджеры отдела рекламы:
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

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

№ 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. Ежедневная 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 пятки на носки и обратно, слушая скрип новых лакированных туфель.

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

– Еще чего, – фыркнула хорошенькая 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

Серьёзная игра для серьёзных мужчин



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, сосредото-

ченны 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 Тилем. Но это было так давно, что детали стерлись из памяти. Пик помнил, что помогали трое осведомителей-мальчиков в трех делах: «Морской конек», «Зеленая гроздь» и «Дом с привидениями». Также следователь помнил, что с «Зеленой гроздью» связано имя Дрю. Но как выглядит мальчик, память не подсказывала. Как были связаны остальные осведомители с двумя другими делами, Пик не помнил.

Увидев мальчиков при встрече, Пик начал припоминать.

У одного была родинка на подбородке, у другого шрам под глазом, у третьего – лохматая, в вечном беспорядке шевелюра. Мальчика со шрамом точно звали Майкл, и шрам у него остался после драки с другом. Именно его, друга, густая шевелюра точно упоминалась в деле «Дом с привидениями».

Как звали каждого из мальчиков и кто из них над каким делом трудился?

И время пошло. Проки тут же зашелестели страницами блок-

нотов и защелкали кнопками на автоматических шариковых ручках. И все разом вздрогнули, когда раздался сигнал, возвестивший 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



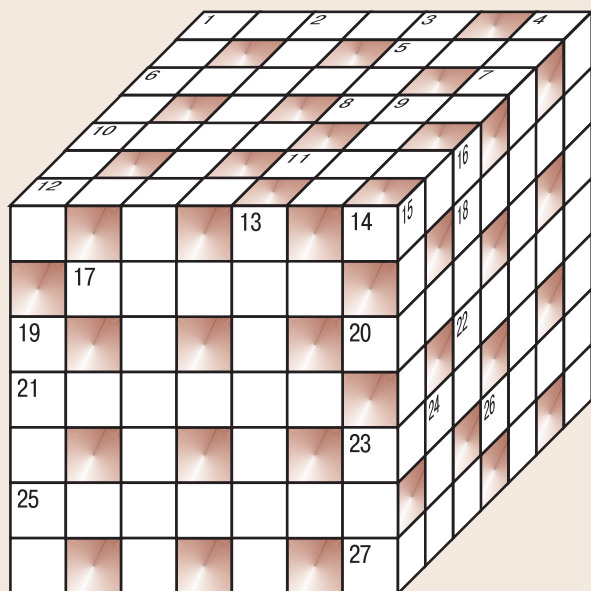
Как Рита решила загадку ведущего?

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 Световой

КРОССВОРД «КУБ»



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

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

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

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Промысел с девизом: «Эх, прокачу!» 4. Ясность мышления. 5. В ярмо впрягаться он привык. Работяга этот бык. 6. В европейскую программу в соревнованиях по бальным танцам входят 4 вида: вальс, фокстрот, квикстеп. 7. Природная сущность природы человека. 8. ...-стоп (без паузы). 10. Дерево с листиком для Адама. 11. Гипертонический «шторм». 12. Мани у армянина в кармане. 14. «Оратория» барышни с мышкой за шиворотом. 17. Застывшая на сосне смола. 18. Получится, если семеро музыкантов одного дождались.

20. Мне бабушка его вязала, чтобы я не замерзала. Чтобы горло не болело, я в мороз его надела. 21. «Что Сибирь, что Аляска – два берега: баня, водка, гармонь и ...» 22. «Морщина» на «лице» Земли для тела реки. 23. Дачка с видом на швейцарские Альпы. 25. Имя мальчика. 26. «Всё пройдет – и печаль, и радость. Всё пройдет – так устроен ... Всё пройдет, только верить надо, что любовь не проходит, нет». 27. Беле-ный «особняк» украинского крестьянина.

По вертикали: 1. Движение сопротивления в Палестине. 2. Отрасль сельского хозяйства. 3. «Музыка» фужеров. 4. Один из команды или уравнения. 9. Краска полыхающей лавы. 13. Донателла, хозяйка модного дома. 15. В древнегреческом эпосе родина и царство Одиссея. 16. Неопытный портной его отплессе не отличит. 19. Дерево, венчик из веток которого получал победитель Олимпийских игр. 23. Титул монарха. 24. Его Киса Воробьянинов выиграл, но оплачивать отказался.



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...

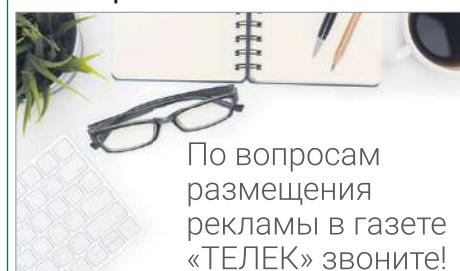
– Ой, как я переживаю за свою жену! – А что с ней? – С ней моя машина...

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. Кода. Нарты. Полоскун. Ботинок. Балка.

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

