ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№29
(193)

ТВ-программа с 22 по 28 июля 2019 года

ТЕЛЕК
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36 КАНАЛОВ ТВ

НИКИТА МИХАЛКОВ

МУЖЕСТВЕННОСТЬ – ЭТО ТОЧКА ЗРЕНИЯ, ВНУТРЕННИЙ ПОКОЙ, УВЕРЕННОСТЬ стр. 3

Фото Persona Stars

7 ИДЕЙ *ДЛЯ ЛЕТНЕГО СВИДАНИЯ* стр. 4

ЧЕМ ПОУЖИНАТЬ *НА ДАЧЕ* стр. 8

КАК **ПОДКОРМИТЬ ТОМАТЫ?** стр. 27

ПОДАРКИ *ОТ ВИТАМИНА С* стр. 17

АРБУЗ И ДЫНЯ: *ПРАВИЛА ВЫБОРА* стр. 28

12+

ISSN 2213-4933

«Форт Боярд» возвращается

Шоумен и музыкант Сергей Шнуров стал ведущим новой версии культовой телеигры «Форт Боярд» от телеканала СТС, съёмки которой начались во Франции. Известные актеры, музыканты, ведущие и топовые блогеры окунутся в таинственный мир форта и преодолеют свои страхи, чтобы добраться до заветных сокровищ.

– Мне кажется, нет такого человека, который не видел «Форт Боярд», – рассказывает Сергей Шнуров. – Со своей стороны, постараюсь стать для участников другом-помощником. Для меня эта игра – вызов… Мне хочется воспитать в себе соревновательный дух, заразить себя, героев шоу, а главное, зрителей желанием оторвать «пятые точки» от диванов и побежать бороться со своими фобиями.

В обновленном шоу встретятся десять тематических команд по пять звездных участников в каждой. Среди них: Анна Седокова, Виктория Боня, Роза Сябитова, Екатерина Волкова, Анна Хилькевич, Алёна Шишкова, Мария Ивакова, Егор Дружинин, Эвелина Блёданс, Сергей Светлаков и многие другие звезды. Премьера легендарного шоу – осенью на СТС.

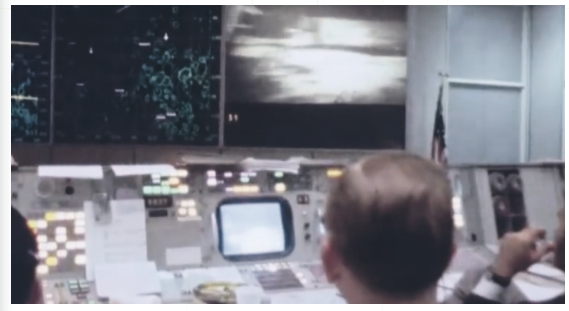
Фото пресс-службы СТС

Discovery Channel расскажет о полёте на Луну

Новая программа Discovery Channel «Аполлон: найденные видео» расскажет о полёте космического корабля «Аполлон-11». Ее российская премьера состоится ровно через полвека после того, как человек впервые побывал на Луне, – проект выйдет в эфир канала 21 июля. Напомним, полет «Апполона-11» состоялся с 16 по 24 июля 1969 года. На его борту было трое астронавтов: Нил Армстронг, Базз Олдрин и Майкл Коллинз.

Чтобы мечта о Луне стала реальностью, потребовались усилия 400 000 ученых, инженеров, исследователей. О том, какую гигантскую работу они проделали, зрители узнают из рассказов экспертов и архивных кадров, часть из которых ранее никогда не показывалась широкой публике.

Фото телеканала Discovery Channel



Оперативнику поможет дельфин

Телеканал НТВ приступил к съёмкам приключенческого детектива «Дельфин». Сюжет новой картины повествует о дружбе дельфина и столичного оперативника Андрея Кораблёва. Главную роль в четырехсерийном фильме исполнит российский актер театра и кино Сергей Жарков.

В приморский городок возвращается оперативник Андрей Кораблёв (Сергей Жарков), получивший известие о гибели деда. В городе Андрея помнят: когда-то он служил в местном УМВД, и у него осталось много знакомых. Общаясь с ними, Кораблёв приходит к выводу, что смерть деда не была случайной. В поселке идет активная скупка земли, за которой стоит местный бизнесмен (Денис Синявский). Андрей знакомится с девушкой Инной (Дарья Румянцева), которая работает в местном филиале океанографического института, здесь же он встречается со спасенным океанологом дельфином. Настоящая дружба, возникшая между Андреем и дельфином, оказывается большой подмогой в расследовании убийства деда.

Юрий Стоянов похудел на 20 кг

Ведущий авторской передачи «100янов» на телеканале «Россия» Юрий Стоянов рассказал, что для съёмок этого нового проекта он похудел более чем на 20 килограмм. По признанию артиста, никакие диеты для этого не понадобились. Как бывший спортсмен (мастер спорта по фехтованию) он решил, что в таком деле поможет спорт. И сделал правильную ставку. Стоянов занимался с тренером, много плавал и занимался на тренажерах – и результат не заставил себя ждать.

Напомним, что новое шоу Юрия Николаевича выходит на телеканале несколько месяцев и уже успело стать рейтинговым, а подготовка к нему заняла больше полугода.

У «Ольги» будет новый сезон

На телеканале ТНТ начался повторный показ всех трёх сезонов комедийного сериала «Ольга» с Яной Трояновой в главной роли. Но, как нам удалось узнать, создатели проекта планируют продолжение этой захватывающей семейной истории. Буквально на днях в Москве начались съемки четвертого сезона. Подробности сценария держатся в тайне, но продюсеры обещают, что не будут лишать зрителей полюбившихся героев. Хотя в фильме появятся и сюжетные линии, которые потребуют новых персонажей. Поэтому в новых сериях мы снова увидим как старых знакомцев: отца Ольги Юргена, дочь Аню и сестру Лену, так и новых героев.

В эфир четвертый сезон сериала планируется выпустить в следующем году.

Александра Ширвиндта спасает ирония

На Первом канале – премьера документального проекта к юбилею Александра Ширвиндта «Ирония спасает от всего». Именитый актер отмечает 85-летие, и он с удовольствием пустил съемочную группу к себе на дачу и даже в театр.

Александр Анатольевич утверждает, что главный секрет его долголетия – в том, что он никогда не соблюдает диет, не посещает спортзал и ест на ночь. Чувство юмора Ширвиндта тоже не стареет, и любая его реплика, любой рассказ и даже пауза в самом интересном месте всегда сопровождаются громким хохотом… А смех, как известно, продлевает всем нам жизнь.

В съемках проекта приняли участие сам Александр Ширвиндт и его сын Михаил, а также другие известные личности.

«Мухтар» отмечает юбилей

В августе один из самых длинных сериалов на российском телевидении – «Мухтар. Новый след» – будет отмечать 15-летний юбилей. Впервые сериал был показан на телеканале «Россия», но потом перешел на НТВ (первые девять сезонов сериал назывался «Возвращение Мухтара»). Всего было снято 12 сезонов, это 990 эфирных часов. Несмотря на то что действие сериала разворачивается в Москве, съемки шли сначала в Москве, потом в Киеве, а теперь – в Минске. В сериале снялись 17 овчарок, которыми за время существования проекта было съедено около двух тонн мяса. А хозяев у Мухтара было трое: первого играл Александр Носик, второго – Александр Волков, Алексей Шутов, Павел Вешняков и Владимир Фекленко, а третьего – Артём Осипов.

Лиза Арзамасова снова на СТС

Телеканал СТС приступил к съёмкам нового, четвёртого сезона юмористического скетчкома «Ивановы-Ивановы». Как и раньше, в основе сюжета – жизнь двух семей из разных социальных слоев, которые вынуждены соседствовать под одной крышей. Любимых персонажей, как и прежде, будут играть Сергей Бурунов, Александра Флоринская, Михаил Трухин, Анна Уколова, Юрий Ицков, а также Алексей Лукин и Семён Трескунов. Как выяснилось, Семён уже сколотил собственную рок-группу, а с недавних пор увлекся съемкой фильмов и музыкальных клипов.

У персонажа Лукина – Вани Иванова – в новых сериях случится любовь. Предметом его воздыханий станет аспирантка Настя – ее сыграет звезда легендарного сериала «Папины дочки» Лиза Арзамасова.

ИА «Столица» специально для «Телека» и собств. инф.

Никита МИХАЛКОВ:

«Мужественность – это точка зрения

Если лето для большинства – начало долгожданного отпуска, то для учащихся творческой мастерской Академии кинематографического и театрального искусства Н.С. Михалкова – это самая горячая пора, точнее, самая волнительная.

Слушатели Академии отчитываются за прошедший учебный год, и представили зрителю сразу два спектакля – «Метаморфозы IV: Барыня. Суходол» и «Метаморфозы V: Ведьма».

Любит – не любит

– Никита Сергеевич, пятый год живёт созданная вами Академия – духовная мышца, заставляющая работать ранее дремавшие душевные струны. В нынешнем году вы показали зрителям два новых спектакля, и снова Чехов и Бунин...

– Рассказы Антона Павловича и Ивана Алексеевича можно перечитывать бесконечно, они неисчерпаемы. Как все талантливое, надоесть не могут, каждый раз открываешь для себя что-то еще. В процессе репетиций мы ищем новые формы воспроизведения замечательной прозы Чехова и Бунина, экспериментируем. Главное – не заиграться, как говорил Чехов, «делать так, чтобы не обиделся автор». Но когда я вижу желание ребят работать, их жертвенное служение профессии, все сомнения отпадают. Другое дело, что пришлось отучать их от штампов, освобождать от того, чему учили раньше, давать выход свободе, хулиганству, импровизации.

– Всё, что мы видим на сцене в «Метаморфозах», ещё раз подтверждает, что любовь правит миром. Но любовь, которую демонстрируют на сцене слушатели Академии, вся какая-то трудная, часто безысходная, ни одного солнечного пятна...

– Это диктуют нам Иван Алексеевич и Антон Павлович. Не забывайте, что «Окаянные дни», «Суходол» и другие представленные в «Метаморфозах» рассказы написаны Буниным в эмиграции. Это его ощущение мира после того, как он потерял Россию. И потом, вся настоящая драматургия построена по единой схеме: я люблю – меня не любят, меня любят – я не люблю, люблю, но не имею права любить, поскольку связан супружескими узами с другим и так далее. Везде – внутренний конфликт, везде любовь – самое живое чувство. Весь Бунин и Чехов – об этом.

Кстати

О душе по Чехову и Бунину

– Почти во всех показанных вами мини-спектаклях присутствуют серый тягучий дождь и серые печальные дома...

– Они своего рода действующие лица спектакля, призваны создавать необходимую атмосферу, без которой спектакль не живет.

– Но, может, они и подчёркивают, что русский человек очень любит потосковать, погрустить...

– Есть известное выражение о том, что русские обожают свое прошлое, ненавидят настоящее и боятся будущего. Это слова Антона Павловича Чехова. Он зафиксировал состояние души русского человека в своих рассказах, как и Бунин, а мы постарались это воспроизвести.

«В последние годы у сильной половины заметна определенная потеря не мужественности даже, а мужского отношения к миру, подразумевающего, что человек должен брать на себя ответственность».

Брать на себя ответственность

– Не хочу никого обидеть, но девочки в «Метаморфозах V» интересней мужской половины. Или в данном случае авторами ярче выписаны женские образы?

– К сожалению, есть такое перевешивание. И это гендерная особенность нашего времени. Выбор девочек, поступающих в любой театральный вуз, всегда больше, нежели ребят. И они чаще более легкие, талантливые, раскрытые, что является знаком нашего времени. В последние годы у сильной половины заметна определенная потеря не мужественности даже, а мужского отношения к миру, подразумевающего, что человек должен брать на себя ответственность. Посмотрите, что происходит в Европе: женоподобные мужчины, от которых и требовать ничего не приходится. Это очень опасно. Дело в том, что мужественность – это не красота, это точка зрения, внутренний покой. Уверенность, которую не надо путать с самоуверенностью. Посмотрите на героев иностранных блокбастеров – прекрасные, техничные, симпатичные ребята, но все – типажи. Противовесом таким ребятам может выступать, например, Максим Суханов, которому не нужно ничего играть. В нем есть и сила, и мужественность.

«Главное – не заиграться, как говорил Чехов, «делать так, чтобы не обиделся автор».

Играй, чтобы поверили

– Ваши спектакли очень кинематографичны. Это сознательный приём?

– Конечно. Минимум декораций на сцене и основной упор на артиста. Вытаскивай изнутри все, что есть. Играй так, чтобы тебе поверили. Согласен, что сложно сыграть состояние, которое Бунин или Чехов описывают одной фразой. Но мы этому учим. Для этого существует Академия. Внутри нас живет тайная надежда, что, если бы Антон Павлович или Иван Алексеевич увидели наши спектакли, они бы не обиделись.

– В нынешнем сезоне ещё будут премьеры от Академии?

– Надеюсь, что осенью зритель увидит «Метаморфозы VI». Мы работаем. Наша задача – создать театральную труппу, которая смогла бы реализовывать масштабные творческие проекты, интересные как в России, так и за рубежом.

Наталья АНОХИНА

Фото www.personastars.com

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Во поле берёзонька стояла...

Издавна на Руси это дерево считалось гордостью и народным символом, лечило, украшало быт. Много ли вы знаете о берёзах?

1. На месте Адмиралтейского сада в Санкт-Петербурге было посажено четыре ряда берёз. С этого места и с этих берёз начиналась именно эта магистраль в городе...
а) Адмиралтейский проспект.
б) Вознесенский проспект.
в) Невский проспект.

2. Среди других деревьев ствол берёзы выделяется своим белым цветом. Наличие именно этого вещества придаёт бересте такую окраску. В коре берёзы повислой этого вещества примерно 14 %, а в берёзе пушистой максимальное содержание доходит до 44 %. Что это за вещество?
а) Бетулин.
б) Гидроксид алюминия.
в) Фосфат цинка.

3. Одно из пасхальных яиц фирмы Фаберже, изготовленное в 1917 году, имеет отношение к берёзе. Что от берёзы досталось ювелирному изделию?
а) Материал, из которого оно изготовлено.
б) «Березовое» название.
в) Шкатулка для хранения яйца.

4. При сухой перегонке из берёзовой коры образуется это вещество. Его применяют в медицине и парфюмерии как противовоспалительное и антисептическое средство.
а) Деготь.
б) Скипидар.
в) Канифоль.

ОТВЕТЫ

1-в. Невский проспект.
2-а. Органический пигмент бетулин окрашивает кору в белый цвет.
3-а, б. Одно из пасхальных яиц фирмы Фаберже было изготовлено из карельской берёзы и называлось «березовое».
4-а. Деготь использовали не только в косметике и медицине, но и смазывали им сгустки колес для уменьшения трения.

Авторы фото: Lukiyanova Natalia frenta/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

СЕКРЕТ УСПЕХА

Готовимся к онлайн-собеседованию

С каждым годом всё больше работодателей используют этот формат собеседования для первого знакомства с претендентом на вакантную должность. Чтобы получить приглашение на очную встречу, нужно хорошо подготовиться к онлайн-собеседованию и произвести на работодателя благоприятное впечатление.

ЧЕМ ОНЛАЙН-СОБЕСЕДОВАНИЕ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ОБЫЧНОГО?

- Вам сложнее ориентироваться в ситуации, так как «за кадром» остается обстановка в офисе, корпоративная культура и невербальные сигналы собеседника.
- Дома бывает трудно сосредоточиться и настроиться на рабочий диалог.
- Нужно быть готовым к тому, что неполадки со связью могут испортить разговор.

ВАЖНЫЕ ДЕТАЛИ

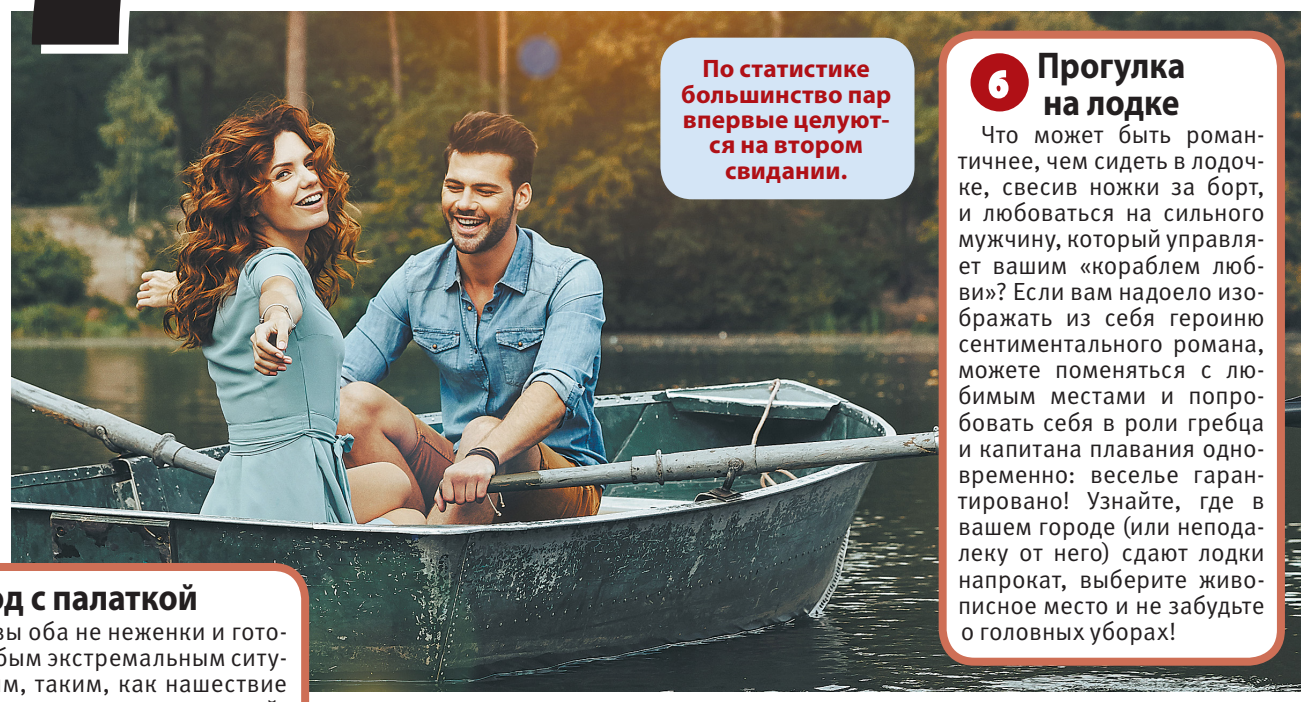
- Техническая подготовка должна включать проверку ноутбука, микрофона, интернета. Все должно работать безукоризненно. Собеседование обычно проходит в Skype, Whats App или Viber. За 5-10 минут до начала собеседования стоит добавить собеседника в контакты, если вы этого не сделали заранее, и напомнить о себе.
- Проследите, чтобы в кадр не попали бытовые предметы. Попросите домочадцев не появляться в кадре, придержать домашних животных и детей, выключить радио и ТВ. Домашнюю одежду поменяйте на деловую.
- Примите позу уверенного в себе человека: расправьте плечи, не горбитесь, положите руки перед собой.
- Во время разговора смотрите в камеру, а не на экран. В этом случае вы будете смотреть на собеседника, а не в сторону.
- Микрофон искажает звук, поэтому говорите четко, громко, не частите. Информацию о себе выучите наизусть, не читайте по бумажке.

7 идей для летнего свидания

Люди с большой долей вероятности влюбятся друг в друга, если во время первого свидания они вместе пережили будоражащие кровь сильные эмоции. Поэтому для первого свидания отлично подходит парк аттракционов, катание на коньках и другие активные формы отдыха.

Не важно, сколько вы вместе – 5 месяцев или 25 лет, летом душа просит чего-то романтического, будоражащего...

Лето – отличное время, чтобы не сидеть в квартире, а пригласить любимого на свидание! Только не зовите его в кинотеатр или кафе (там можно проводить время и в холодное время года), а предложите что-то новенькое. Мы подобрали несколько оригинальных идей, которые помогут вам устроить незабываемое летнее свидание.



По статистике большинство пар впервые целуются на втором свидании.

1 Пикник на крыше

Когда тепло, можно всю ночь с высоты любоваться видами ночного города, смотреть на звезды и угощать друг друга напитками, бургерами и другой «походной» едой. Правда, к такому свиданию нужно тщательно подготовиться: узнать у знакомых или поискать информацию о том, на какую смотровую площадку можно беспрепятственно попасть ночью. Это вершина горы, или смотровая площадка, или веранда высотки, или... А можно поступить проще и отправиться с корзинкой для пикника, например, в «бар», оборудованный на крыше высотного здания.

2 Посещение парка аттракционов

Колесо обозрения, карусели, американские горки, сладкая вата и всплеск адреналина в крови... Развлекаясь в парке аттракционов, вы сможете вновь почувствовать себя беззаботными студентами, которые влюблены и счастливы.

3 Поход с палаткой

Если вы оба не неженки и готовы к любым экстремальным ситуациям, таким, как нашествие комаров и ливень, отправляйтесь в поход с палаткой. Общение с природой, ужин, приготовленный в походном котелке, теплый свет вечернего костра... Это объединяет, очищает душу, дарит незабываемые эмоции!

4 Прогулка на теплоходе

Отправляйтесь на теплоходную прогулку на закате. Знакомый город, открывающийся вам с непривычного ракурса, подсвеченный огоньками, пылающий закат, плавное течение реки, вкусный ужин в ресторане на борту... Поэтично, романтично и увлекательно!

5 Поход на стадион

Еще одно адреналиновое развлечение, которое стоит пережить вместе, – поход на стадион. Возьмите с собой хот-доги, прохладительные напитки и отправляйтесь поболеть за симпатичную вам футбольную команду.

6 Прогулка на лодке

Что может быть романтичнее, чем сидеть в лодочке, свесив ножки за борт, и любоваться на сильного мужчину, который управляет вашим «кораблем любви»? Если вам надоело изображать из себя героиню сентиментального романа, можете поменяться с любимым местами и попробовать себя в роли гребца и капитана плавания одновременно: веселье гарантировано! Узнайте, где в вашем городе (или неподалеку от него) сдают лодки напрокат, выберите живописное место и не забудьте о головных уборах!

Если хотите запомниться новому знакомому, на первом свидании почаще называйте его по имени.

7 Путешествие на машине

Если вас не прельщают массовые мероприятия, незабываемые впечатления можно пережить, отправившись в путешествие в автомобиле «куда глаза глядят». Проявите спонтанность и любовь к приключениям, возьмите только самое необходимое и проведите с любимым пару дней в пути. Вы сможете делать остановки в новых, интересных местах и провести романтическую ночь в номере придорожного мотеля.

Чем старше становишься, тем больше свидания начинают напоминать собеседования.

Интересные факты о свиданиях

- Если вы хотите вызвать симпатию человека на первом свидании, постарайтесь незаметно копировать его жесты, позу и мимику. Этот прием называется «отзеркаливание» и позволяет вашему новому знакомому почувствовать, что вы с ним «на одной волне».
- Четыре самых распространенных ошибки на первом свидании: вы опоздали, вы все время говорите о себе, вы много рассказываете о бывших, вы проявляете чрезмерную активность.
- Согласно последним данным, шансы найти свою половинку через родных или друзей выше, чем в ночных клубах или барах.

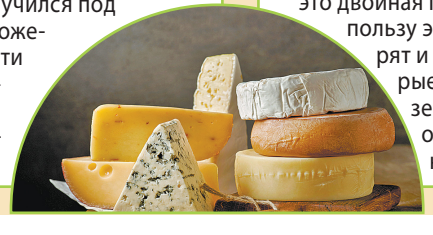
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Авторы фото: G-Stock Studio, fizkes/Shutterstock.com

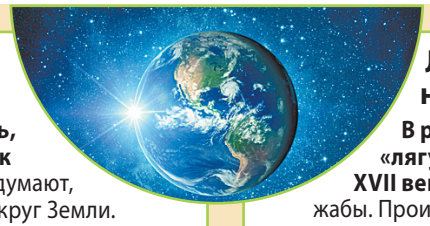
БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Сыр с музыкальным вкусом

В 2018 году сыродел-любитель Бит Уэмпфлер высказал гипотезу: музыка способна изменить вкус сыра. Он взял шесть головок сыра эмменталь и поместил их в отдельные ящики, в каждом из которых звучала своя музыка. Сыры вызревали шесть месяцев под рок, классику, хип-хоп и так далее. Экспериментатор утверждает, что самый нежный вкус получился под хип-хоп. Но вы можете и сами провести подобный эксперимент и узнать, вкус какой музыки вам по душе.



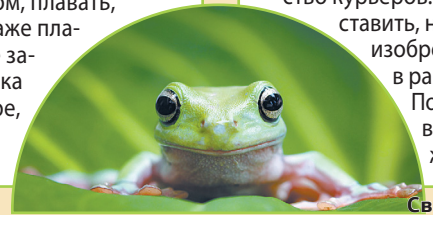
Луна – совсем не спутник?



Мы привыкли считать, что Луна – это спутник Земли. Многие также думают, что Луна вращается вокруг Земли. На самом деле это не так. Луна и Земля вращаются вокруг общей точки, которая называется барицентром. Именно поэтому некоторые ученые не считают Луну спутником Земли. Земля и Луна – это двойная планета, по их мнению. В пользу этого утверждения говорят и размеры Луны, которые составляют четверть от земных. Это много, у всех остальных планет спутники намного меньше.

Лягушки не так просты

В русском языке слово «лягушка» появилось лишь XVII веке. До этого были одни жабы. Происхождение слова восходит к праславянскому – «лЯгать», то есть бедро. Всем прекрасно известно, что эти земноводные передвигаются при большом участии задних конечностей. Но лягушки умеют не только прыгать. Еще они могут ходить пешком, плавать, лазать по деревьям и даже планировать в воздухе. Все зависит от того, где лягушка живет: на болоте, в озере, в лесу или даже под землей.



Почта Чингисхана

В первую очередь Чингисхан прославился как великий полководец. Однако его правление принесло много прогрессивных изменений в жизнь современников. Например, Чингисхан учредил почту. Почтовые «отделения» располагались на расстоянии 24 км друг от друга, и на них всегда были свежие лошади и большое количество курьеров. Трудно представить, насколько это изобретение помогло в развитии империи. Почтой Чингисхана восхищались даже иностранцы.

Светлана СИДОРЧУК

Авторы фото: MaraZe, Kurit afshen, Triff/Shutterstock.com

Ирина ПУДОВА:

«Хочется заниматься тем, о чём мечтал, – возьми и займись!

Передача «Сегодня. День начинается», которая выходит на Первом канале, – довольно молодая. Но она уже успела завоевать популярность у зрителей и показать высокие рейтинги.

Ее ведущие Родион Газманов и Ирина Пудова заряжают прекрасным настроением на весь день.

Для Ирины Пудовой, напомним, это уже не первый опыт работы на телевидении – до этого она вела программы о путешествиях, рассказывала зрителям о далеких и близких странах и самых интересных уголках нашей планеты.

Ирина Пудова в передаче «Сегодня. День начинается» готова рассказать зрителям всё самое интересное.

«Надо жизнь не переносить»

– Ирина, судя по передачам, которые вы вели и ведёте, вы очень позитивный человек. Какой бы дали совет тем, кто постоянно на что-то жалуется, всегда всем недоволен?

– Надо жить нормально – как тебе нравится, свободно. Надо не «переносить жизнь», а наслаждаться ею. Если ты чувствуешь, что не хочешь что-то делать, – ну и не делай этого, потому что потом будешь чувствовать себя еще хуже. И наоборот, если тебе хочется заниматься чем-то новым, тем, о чем ты давно мечтал, – возьми и займись, сделай. Попробуй в конце концов. Не надо этого бояться... Я понимаю, что мы все живем в реальном мире и ситуация такова, что если ты не будешь работать даже на нелюбимой работе, то жить тебе будет не очень комфортно. Тогда надо попробовать изменить свое отношение к работе, искать какие-то плюсы... В любом случае лапки не надо свешивать. Нужно искать гармонию – и в себе, и с окружающим.

«Люблю ездить с семьёй»

– Я даже не сомневаюсь в том, что ваша нынешняя работа – любимая. Но осталось ли время для путешествий? Вы ведь раньше постоянно были в разъездах...

– Конечно, путешествия никуда из моей жизни не делись. Просто все немного изменилось. Сейчас я люблю ездить с семьей... Кроме того, мы организовали с друзьями компанию, которая помогает путешествовать многим людям, которые увлечены этим так же, как и мы. Мы делаем это в необычном ракурсе: так как мы с друзьями влюблены в паруса, то мы делаем все путешествия именно под большими парусами... В последнее время больше внимания уделяю путешествиям внутри страны. Потому что здесь еще очень много неизведанного, и у нас очень много интересных проектов посещения мест, где мы еще не были. Надо отметить, что внутренний туризм бурно развивается, и это не может не радовать.

«Раз в неделю – на йогу»

– Понятно, что важную часть вашего времени, конечно же, занимает работа – съёмки и эфиры. А что входит в расписание Ирины Пудовой в свободное от работы время?

– Как и у любой другой женщины, у меня есть семейные и прочие организационные вопросы, которые постоянно приходится решать. Обычно по утрам отвожу двух младших дочек в детский сад, а старшую – в школу. Но сейчас каникулы, и мое расписание немного поменялось: например, Настя вместо школы ходит в летний городской лагерь. Там ежедневно проходят различные полезные и развивающие занятия. Это и родителям очень удобно, и дети заняты делом.

– На спорт время остаётся?

– Хожу раз в неделю на йогу и два раза в неделю – на EMS-тренировки (*тренировки в специальном костюме с электростимуляцией.* – **Прим. авт.**), а в остальные дни – изо дня в день, уже много лет – я просто делаю утреннюю зарядку. Для меня это важно. Я считаю, что лучше заниматься каждый день по чуть-чуть, чем редко, но помногу. Это как диета: мы же правильно едим каждый день, а не от случая к случаю. Важна регулярность: что-то делать каждый день проще, чем бросать, а потом снова начинать. Регулярно и постоянно – так оно гораздо легче.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

КСТАТИ

Дела семейные

– У вас три дочери: Анастасия, Алёна и Анна. Девочки уже задумываются, какую профессию собираются выбрать?

– Пока, наверное, об этом рано еще говорить. Главное сейчас, как мне кажется, делать упор на учебу. Старшая, Настя, окончила первый класс, а в этом году средняя, Алёна, пойдет в школу.

– Вы помогаете в учёбе?

– Нам повезло: у нас старшая учится совершенно самостоятельно, она полностью автономна, сама делает уроки. Хоть в первом классе домашних заданий им не задавали, но она самостоятельно повторяла тот материал, которые они прошли в школе. Она контролирует расписание, регулярно заходит на различные образовательные сайты. Дочери еще занимаются скорочтением, а средняя, Алёна, много времени уделяет музыке, поет в хоре. У Анны тоже очень много интересов...

На отдыхе.

Фото Юлии Ханиной, Виолы Бибаевой (фото предоставлены ИА «Столица»)

ООО «ИД «КАРДОС» 12+ Реклама

ГАЗЕТА О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ

СВЕЖИЙ НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 20 ИЮЛЯ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2940

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

Ксана СЕРГИЕНКО:

«В интерьере нравится минимализм

Ксана Сергиенко хорошо известна телезрителям: яркая участница проектов «Три аккорда», «Точь-в-точь» и «Голос» на Первом канале давно завоевала сердца миллионов россиян.

Артистка жила какое-то время в США, но сейчас вернулась домой, в Россию. Не так давно она переехала в новую квартиру – в большой жилой комплекс, расположенный рядом с Москвой-рекой. После новоселья Ксана пригласила нас к себе в гости и показала свое новое, просторное жилище с великолепным видом из окон.

Всё дело в окнах!

– Переехали мы сюда, когда дом уже был построен, – рассказывает нам Ксана. – Я как зашла – мне сразу все очень понравилось, как говорится, легло на душу. Тут ощущаешь прелесть пространства – и внутри, и снаружи. Для этого тут – огромные панорамные окна от пола до потолка! Вся Москва – как на ладони, видно даже Останкинскую телебашню. Ремонт шел около полугода. Нам, наверное, повезло: никаких сложностей с рабочими не было.

– А в принципе вы способны сделать ремонт самостоятельно?

– Конечно. И я его делала – когда жила одно время в Нью-Йорке. То красила стены в съемной квартире, то ровняла полы. Могу шкафы сама и разбирать-собирать, и передвигать. Меня это не пугает... Да и каждый, я думаю, при желании может сделать все сам, своими руками. Даже если не знаешь, как это делается, есть масса способов узнать подробности той или иной технологии: спросить у специалистов, подсмотреть в интернете... Но когда вы ограничены во времени – то, конечно, надо довериться профессионалам.

Любимое место

– Ксана, у вас есть любимое место в доме?

– Да – вот это комфортное белое кресло. Оно безумно удобное, да еще и раскладывается, на нем можно спать, а можно наблюдать красивую картину перед собой – то есть тот самый шикарный вид из панорамного окна на Канал имени Москвы.

– Когда уезжаете на гастроли – с собой что-то возите из вещей для того, чтобы придать гостиничному номеру ощущение домашнего уюта?

– Нет. У меня главное требование – чтобы в гостинице, в которую я приехала, а точнее – в моем номере, обязательно была кровать! (*Смеется.*) Я вожу с собой ноутбук, микрофон и еще некоторые необходимые технические вещи, чтобы в любой момент можно было записать какую-то мелодию.

Минимализм в интерьере

Замечаем, что квартира в целом оформлена достаточно скупо, но одна стена явно – даже нарочито – выбивается из общего стиля.

– Да, в интерьере у нас преобладают минимализм и серо-коричневые цвета, – соглашается Сергиенко. – Но одну стену все же решили сделать таким арт-объектом. Получилась вот такая абстракция в фиолетово-желтых тонах, которую делал профессиональный художник. Без этой яркой стены было бы немного скучновато, слишком просто и буднично.

– При выборе мелочей для дома вы тоже руководствовались принципом минимализма?

– Дело все в том, что эта квартира еще не до конца обжита, и каких-то вот таких милых вещичек, о которых можно рассказывать какие-то истории, пока нет. Коллекционированием же я не занимаюсь. Единственное – люблю из разных стран привозить монетки. Так что у нас пока из главных украшений – цветок, фортепиано и моя музыкальная студия.

– Это же, наверное, самое важное – когда у музыканта на расстоянии «вытянутой руки» есть место, где можно в любой момент, в любое время дня и ночи работать?

– Да, там есть весь необходимый минимум для того, чтобы записать какую-нибудь музыкальную композицию, придумать аранжировку. Конечно, это не профессиональная студия в широком понимании этого слова. Есть компьютер, колонки, микрофон, стационарная звукоизоляция. Все необходимое – в мини-варианте.

ДЕТАЛИ

«Я родилась в своём доме»

– А вам бы хотелось иметь свой большой загородный дом или домик у моря?

– Да, конечно – это все есть в моих планах... Я это очень люблю, потому что я родилась в своем доме. Странно: когда я была поменьше, то мне не нравилось быть в доме – я уходила всегда к тете в ее квартиру. Мне почему-то казалось, что там лучше. А теперь я обожаю приезжать к маме, она живет в Миргороде... Утро может начинаться с того, что ты идешь и собираешь клубнику... Это непередаваемые ощущения! Надеюсь, что у меня когда-нибудь будет свой большой, просторный дом...

О гардеробной комнате

– Многие женщины основное требование предъявляют к гардеробной комнате: хотят, чтобы она была просторной и удобной...

– Я не стала исключением. Мне, конечно, хочется иметь еще более просторную гардеробную, так как у меня много сценических вещей и получается, что я храню их в разных местах квартиры. Но, перефразируя известное выражение, можно сказать, что в гардеробной любой женщины всегда мало места для вещей – но при этом нечего надеть. Вечная наша проблема...

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Фото Вадима Тараканова

Про вегетососудистую дистонию слышали многие. Но не многие догадываются, что это не болезнь, а синдром, с которым очень непросто жить.

Почему так происходит, рассказывает врач-невролог высшей квалификационной категории, врач спортивной медицины, физиотерапевт **Светлана Ермакова**.

Выход из равновесия

От головы до пят

– Светлана Викторовна, так что же это за загадочный синдром ВСД?

– Сразу скажу, что это мифическое заболевание, которое вроде есть и вроде нет. На прием приходит больной с обширными жалобами, у него проблемы везде – от головы до пят. Раньше этот диагноз именовали вегетососудистой дистонией. Сейчас это синдром вегетативной дисфункции – комплекс симптомов психовегетативных явлений, которые могут возникнуть в любом возрасте на фоне ослабленного организма, болезни, стресса, повышенной утомляемости либо нарушения адаптации организма к каким-то физическим факторам, будь то смена работы, школы или детского сада.

Дисфункция – не болезнь, нарушены просто функции какого-либо органа или адаптация всего организма. И вот эта дисфункция проявляется различными жалобами: повышенная утомляемость, частая смена настроения, нарушение сна, ощущение общей усталости, апатия или раздражительность. Это может быть повышение температуры, ощущение жара или, наоборот, озноба; головокружение, причем не настоящее, а чувство неустойчивости и дурноты; ощущение сердцебиения, частый пульс или перебои, возникающие на фоне волнения.

Это могут быть нарушения, связанные с аппетитом: его отсутствие или подташнивание на определенный вид продукта, пучение и урчание живота, метеоризмы, частые икоты. Симптомов очень много, около 40. Я перечислила общие жалобы, а они могут быть на каждый орган.

СОВЕТЫ ОТ ДОКТОРА

Если у вас синдром ВСД:

- Слушайтесь врача и находите плюсы в том лечении, которое вам назначено.
- Если лекарство вам не помогает, пройдите повторную консультацию у врача.
- Поймите, что вас провоцирует. Обратитесь к психологу или психоаналитику, чтобы убрать значимость психологического фактора.
- Научитесь не паниковать. Запомните, что паника никаким логическим умозаключениям не подлежит.
- Ни в коем случае самостоятельно не отменяйте прием лекарственных препаратов, даже если вы чувствуете себя хорошо.

Если вы допускаете, что у вас синдром ВСД:

- Отправляйтесь на консультацию к неврологу, чтобы он подкорректировал ваши соматические проблемы, назначив настоящее лечение.
- Не усугубляйте этот симптом. Ни один народный метод не решит эту проблему до конца.

ДЕТАЛИ

Слабое звено, а не симуляция

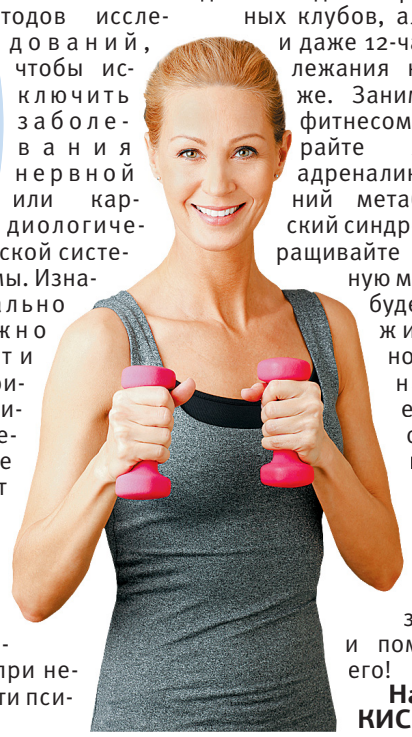
– А у здорового человека может быть вегетативная дисфункция?

– Да, если он очень устал и его жизненный резерв сбился. А реагировать на эту вегетатику он будет тем органом, что является его слабым звеном. У кого-то будет синдром вегетативных панических атак, ощущение нехватки воздуха или учащенное сердцебиение. Может быть и абдоминальный синдром или же «медвежья болезнь». Так, человек выступает на сцене, а у него живот болит. Он не уверен, что его кишечник сладит с этим стрессом. То же самое бывает и перед экзаменом. Зная, что он что-то недоучил, человек неосознанно формирует тот рефлекс в головном мозге, который, как ему кажется, наиболее удобен для этой ситуации. И он не симулянт!

Под маской

– Как ставят этот диагноз?

– Доктор может поставить диагноз ВСД только после назначения минимальных методов исследований, чтобы исключить заболевания нервной или кардиологической системы. Изначально нужно пойти на прием к педиатру или терапевту, где назначат ЭКГ и общий анализ крови. Далее стоит посетить невролога и при необходимости психолога.



– Можно ли вылечить синдром ВСД?

– Трудно представить, что вегетативная дисфункция, которая так удобна пациенту для выхода из ситуации, просто так исчезнет. Он привык быть больным и чувствовать заботу окружающих, ему этот диагноз поставили в детстве, и он несет его как знамя: «Я болен!» И советы заниматься спортом, тренировать нервную деятельность, соблюдать режим труда и отдыха – все это будет восприниматься не должным образом. Все же это психологическое расстройство, обрастающее соматикой. И она здесь как маска. Очень сложно сказать, будут ли вегетативные изменения, или нет.

– Что же делать таким пациентам?

– Кому-то нужно поменять режим труда и отдыха, кому-то найти ту отдушину, которая будет ему интересна. Для таких пациентов необходимы физиотерапевтические мероприятия и витамины, правильный режим сна и отсутствие вредных привычек. Запомните, нет отдыха в виде сигарет, ночных клубов, алкоголя и даже 12-часового лежания на пляже. Занимайтесь фитнесом, убирайте лишний адреналин и лишний метаболический синдром и наращивайте мышечную массу. Не будет положительной динамики, если все оставить как есть. Найдите слабое звено и поменяйте его!

Наталья КИСЕЛЁВА

Авторы фото: Syda Productions, fizkes, Kinga/Shutterstock.com

ПОДРОБНОСТИ

По семейному сценарию

– Как узнать пациента с такой дисфункцией?

– Таких пациентов видно сразу. Приходят молодые, красивые мужчина или женщина, в руках у них разноцветные папочки с клиническими исследованиями от разных врачей. Видно, что они были везде и, как правило, не услышали ответа.

Зерно проблемы, все же, я считаю, в генетике. Мы невольно делаем себе подобных. Если у мамы или папы очень выражен уровень тревожности о здоровье, то вольно или невольно ребенок копирует их поведение. А если в роду есть кто-то неудачно леченный, то последующие поколения, скорее всего, будут бояться неправильной постановки диагноза и будут искать у себя разные болезни.

– Кто в группе риска?

– Все эмоционально неустойчивые или гиперактивные дети. Первый стресс они получают, когда идут в сад. И, если нет достаточной медицинской и родительской поддержки, то, когда ребенок пойдет в школу, к существующему симптому присоединится новый.

Самый сложный гормональный всплеск происходит в подростковом возрасте, когда начинаются психологические и гормональные проблемы: головные боли, повышение температуры, потливость, нарушения сна.

Следующий период – возраст около 40 лет, когда начинается старение организма и смена гормонального фона.

В это время выскакивают как гормональные нарушения, так и происходит манифест гипертонической болезни.

ПИРШЕСТВО ДЛЯ ДАЧНИКА

Дачный сезон в разгаре. В отличие от опытных дачников, новички часто задаются вопросом: что приготовить?

Ведь желательно сделать это как можно быстрее и использовать поменьше посуды, мыть которую на даче зачастую не очень удобно. К тому же, не все дачные домики оборудованы плитой, и для приготовления пищи можно использовать лишь открытый огонь.

Чем подкрепиться дачнику?

Летом многие лакомятся овощами и зеленью с собственного огорода. Можно и даже нужно использовать это богатство и для приготовления еды. На завтрак хорошо сделать салат из морковки или отварной свеклы со сметаной, кашу со свежими ягодами, яичницу или омлет с огородной зеленью и овощами.
Всевозможные салаты, окрошки, холодные супы прекрасно подойдут для обеда в жаркий летний день. Если же погода прохладная, отличным выбором будут зеленые щи, для приготовления которых можно использовать буквально всю зелень, растущую в огороде, даже крапиву. Если недалеко есть лес, можно сварить вкуснейший грибной суп, а рыба из ближайшей речки или пруда может стать основой для ухи.
А вот на ужин, когда жара спадает, можно приготовить что-то и на огне – начиная от шашлыка или колбасок на гриле и заканчивая пловом.

Кстати
Чай готовим сами

От черного традиционного чая на даче можно отказаться. Его вполне может заменить отвар или настой из свежих трав: огородных (мята, мелисса, чабрец) и дикорастущих (зверобой, душица, ромашка аптечная, липовый цвет и т.д.).

Салат из запечённых и свежих овощей

Болгарская кухня. На 6 персон
ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 молодой цукини, 1 болгарский перец, 3 помидора, 1-2 зубчика чеснока, пучок зеленого лука, зелень (салатные листья, петрушка, укроп, базилик, руккола и т.д.), растительное масло, молотый черный перец, соль.
Калорийность (на 100 г): 79 кКал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Цукини нарезать вдоль полосками толщиной 1 см, перец разрезать пополам, удалить семена.
2 Запечь цукини и перец на гриле до готовности, остудить, нарезать соломкой.
3 Помидор нарезать крупными ломтиками, чеснок – тонкой соломкой, зелень крупно нарубить.
4 Смешать все ингредиенты в одной миске, посолить, поперчить, сбрызнуть растительным маслом.

Курица с овощами в казане

Узбекская кухня. На 6 персон
ИНГРЕДИЕНТЫ: тушка курицы, 800 г молодого картофеля, 1 болгарский перец, 3-4 помидора, крупная луковица, 2 моркови, головка чеснока, пучок зелени, 100 мл растительного масла, специи, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 149 кКал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Курицу разрубить на порционные куски, натереть специями, оставить мариноваться на 15-20 минут.
2 Луковицу нарезать крупными полукольцами, морковь – кружочками, перец – толстой соломкой или крупными полукольцами, помидоры – крупными ломтиками, зелень крупно порубить, головку чеснока разрезать поперек пополам.
3 Разогреть в казане растительное масло, обжарить лук до золотистого цвета, добавить куски курицы, жарить до румяной корочки.
4 Добавить морковь, жарить еще 7-10 минут.
5 Залить в казан 250-300 мл кипятка, тушить под крышкой 15 минут.
6 Картофель тщательно вымыть, крупные клубни разрезать пополам, добавить в казан, готовить еще 15 минут.
7 Добавить остальные овощи и зелень, посолить, поперчить, готовить еще 15 минут.

Караси на мангале

Русская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 4 крупных карася, пучок укропа, 4 пера зеленого лука, молотый черный перец, соль.
Калорийность (на 100 г): 121 кКал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Рыбу почистить, выпотрошить, тщательно вымыть, обсушить, натереть солью и перцем.
2 Внутрь рыбы положить по 3-4 веточки укропа и 1 перу зеленого лука.
3 Жарить до золотистой корочки (3-5 минут с каждой стороны).

Кукуруза-гриль под острым маслом

Мексиканская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 4 початка кукурузы (в листьях), 1 острый перчик, 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. сливочного масла, ¼ ч. л. сахара, пучок зелени (петрушка, кинза), растительное масло, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 173 кКал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 С кукурузы снять листья, удалить волокна; початки вымыть, обсушить, снова завернуть в листья и выложить на смазанную растительным маслом решетку гриля.
2 Жарить кукурузу до готовности (~ 20 минут), периодически переворачивая.
3 Острый перец избавить от семян, мелко порубить вместе с чесноком, посолить, добавить сахара, смешать с размягченным сливочным маслом.
4 Зелень мелко нарубить.
5 Готовую кукурузу выложить на блюдо, смазать маслом и посыпать зеленью.

Пикник на даче:
– Да нет, любимая, трава вовсе не сырая. Просто ты села на картофельный салат под майонезом.

Шашлык из свинины с яблоками

Китайская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 600 г свинины (шейка, лопатка), 3 крепких яблока, 1,5 стакана яблочного сока, 3 ст. л. горчицы, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 210 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Яблочный сок и горчицу смешать.
2 Мясо нарезать крупными кусками, положить в маринад, поперчить, перемешать, оставить на 2-4 часа в прохладном месте.
3 Яблоки освободить от жесткой сердцевины, нарезать крупными ломтиками.
4 Нанизать на шампуры куски мяса, перемежая ломтиками яблок.
5 Жарить на мангале, периодически смазывая оставшимся маринадом, до готовности (~ 20 минут).

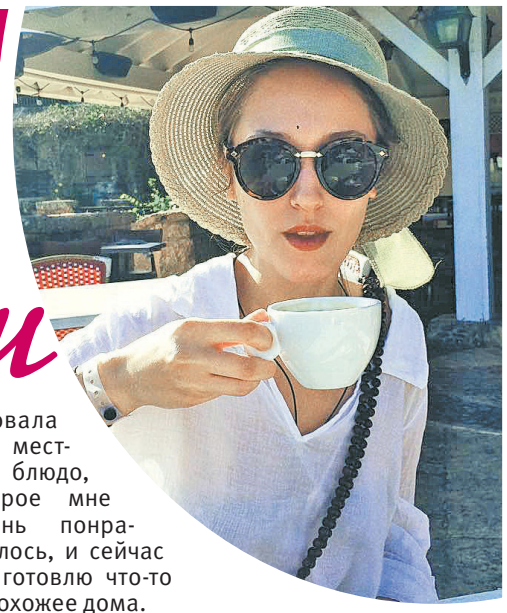
Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: Motortion Films, Igor Dutina, Lunov Mykola, AS Food studio, Pinkyone/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

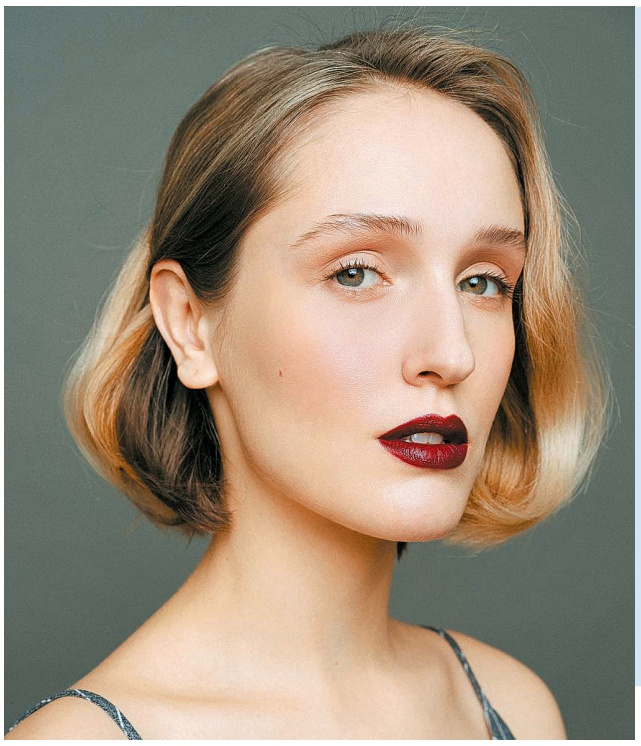
У актрисы Софьи Ардовой («Ростов», «И всё-таки я люблю») – свой интересный взгляд на питание. Вместо того, чтобы «худить» себя диетами, она пробует договориться со своим организмом.

Софья АРДОВА:

«Никогда не считала калории



Актриса рассказала о том, что она добавляет в кашу, которую готовит, и поделилась привезенным с Мальты рецептом бутерброда с солью и медом.



«Стараюсь не пропускать завтраки»

– Софья, как складываются ваши отношения с едой?

– Я очень люблю вкусно поесть, ведь еда – это часть нашей жизни, и не самая плохая. И здесь я ни в чем себе не отказываю – ем все, что захочется!

– То есть диеты и веганство – это не про вас?

– Нет, это совершенно не про меня! Я не сижу на диетах и спокойно ем мясо – всегда его любила, и сейчас не перестаю любить.

– Но всё-таки есть продукты, которые вы не едите?

– Я практически отказалась от чипсов, фастфуда, не ем тяжелую пищу, в том числе жареную.

– Соблюдаете ли вы какой-то режим в питании?

– Стараюсь не пропускать завтраки. Если знаю, что сегодня у меня съемка, то встану на два часа раньше, чтобы выпить воды, сделать зарядку, сходить в душ и позавтракать. В моей профессии завтрак важен чрезвычайно, потому что неизвестно, когда в течение дня смогу перекусить.

– И какие завтраки вам нравятся?

– Очень люблю каши, особенно овсянку! Эта любовь тянется из детства, потому что моя мама (*актриса Анна Ардова.* – **Прим. авт.**) готовила изумительные каши! Еще я очень люблю яичницу, хлеб, сыр, и просто обожаю сырники! Мой идеальный завтрак – это каша и бутерброд с сыром.

– Расскажите, как вы готовите кашу?

– Кашу варю на воде, но обязательно добавляю в нее молоко, корицу, банан и мед.

С мамой Анной Ардовой.

КСТАТИ

Если нагрянут гости...

– А если в дом нагрянут друзья, чем будете угощать?

– Мои друзья – это мои друзья. Они меня прекрасно знают и принимают такой, какая я есть. Однако голодным никто не останется – закуска найдется всегда! Скорее всего, это будет нарезка из сыра, колбасы, огурцов и фруктов. А еще угощу оливками, маслинами, орешками и медом... Вот как раз если я что-то приготовлю – мои друзья, я думаю, страшно удивятся и не поверят, что это сделала я! Знаете, это как в фильме «Отчаянные домохозяйки», где одна из главных героинь сделала вид, что сама испекла печенье, достав его из духовки, а потом в мусорном баке нашлась упаковка от этого самого печенья!

– Между прочим, очень изысканная закуска у вас получилась – к ней и готовить ничего не надо!

– В том-то и дело, что со вкусом у меня все хорошо. Но стоять у плиты не хочу. По крайней мере пока.

Бутерброды с Мальты

– Часто ли вам удаётся путешествовать и какая кухня мира вам наиболее близка?

– Я стараюсь почаще куда-то выезжать, а там – пробовать новые блюда. Среди прочих я бы выделила средиземноморскую и грузинскую кухни. Средиземноморская мне нравится своей легкостью и простотой. Обед из рыбы и салата из овощей – что может быть лучше? В Грузии же вообще все можно назвать вкусным. Больше всего мне запомнилось блюдо из говядины, которую сначала варят, потом, уже готовую, разрывают руками и подают с сыром... На Мальте я попробовала одно местное блюдо, которое мне очень понравилось, и сейчас я готовлю что-то похожее дома.

– Оно сложное?

– Наоборот, простое. Поджариваем хлеб в тостере и намазываем сливочным маслом. Потом посыпаем солью и сверху намазываем медом. Сочетание сладкого и соленого дает необычный, но очень приятный вкус.

Яйца, гречка, творожок

– Какие продукты всегда есть в вашем доме?

– Это яйца, гречка и зерненый творожок. Кстати, недавно я придумала отличное блюдо: на тарелку кладем гречку, рядом – зерненый творожок и авокадо. Это блюдо я могу есть всегда!

– А вы любите ходить в кафе, рестораны?

– Если у меня выходной – я ни за что в жизни не выйду из дома!

– Что приготовит мама, зная, что вы придёте?

– Мама – этот тот человек, который может приготовить шикарное блюдо из ничего. Вернее, из того, что найдет в холодильнике. У мамы нет одинаковых блюд, она всегда придумывает что-то новое!

«Я сладкоежка»

– Как вы относитесь к сладкому?

– Хоть я и люблю здоровую пищу, все же я ужасная сладкоежка, и в сладостях себе отказываю редко.

– Шоколадки?

– Нет, шоколадки я себе покупаю редко, а вот перед пирожными, мороженым или тортиком устоять не получается! А еще в сумке или рюкзаке у меня всегда лежит батончик из сухофруктов.

– Не боитесь поправиться?

– Любой нормальный ежик перед зимой поправляется на 200 граммов. Вот и я, как этот ежик, каким-то образом тоже могу набрать лишнее. Поэтому стараюсь не есть на ночь – чтобы еда успела переварироваться и ночью организм отдыхал, а не работал, занимаясь перевариванием пищи. Никогда не считала калории... Но я умею договариваться со своим организмом. Например, если много сладкого, в последующие два дня от сладостей откажусь – посижу на гречке, например. Не представляю, как люди сидят на диетах! И еще мне кажется, что, если не знать о калориях, они о тебе тоже не узнают и просто пройдут мимо!

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Софьи Ардовой (фото предоставлены ИА «Столица»)

РЕЦЕПТЫ СО ВСЕГО СВЕТА

ЕДА НА РЕШЁТКЕ

Баклажаны

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 кг небольших баклажанов, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 38 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Баклажаны вымыть, высушить и нарезать вдоль на полоски толщиной 1-1,5 см.

2 Уложить полоски баклажанов на решетку, поперчить и жарить до золотистого цвета.

3 Готовые баклажаны снять с решетки и посолить.

Грибы

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г шампиньонов, 100 г майонеза, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 41 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Грибы вымыть, высушить.

2 Смешать майонез, перец и соль, полученной смесью намазать грибы.

3 Уложить грибы на решетку, жарить до румяной корочки.

Болгарский перец

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 3 болгарских перца (разноцветных), растительное масло (рафинированное), оливковое масло, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 40 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Перцы разрезать пополам (или на 4 части), не отрезая плодоножку, вычистить семена.

2 Решетку гриля или барбекю смазать растительным маслом и выложить перцы.

3 Жарить перцы до готовности, после чего снять с решетки, посолить, поперчить, сбрызнуть оливковым маслом и сразу подавать.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: kostrez/Shutterstock.com

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)

19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ДВОЕ ПРОТИВ СМЕРТИ». (12+)
Питерская одиннадцатиклассница Лера Таланова, за тягу к знаниям прозванная одноклассницами Кротихой...
23.30 «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым. (16+)
01.10 «Время покажет». (16+)
03.00 Новости
03.05 «Время покажет». (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
22.55 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)
Во время урока у молодой учительницы Ирины Ильиничны начинаются проблемы с речью. Она падает на пол в судорогах...
01.10 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (12+)
Алевтина Борзова - умная, привлекательная женщина, майор Московского уголовного розыска.
03.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ

05.10 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «ЛЕСНИК». (16+)
Краснов обращается к Дронову с просьбой найти дочь. Пантелеич проигрывает на автоматах все свои деньги, даже те, которые скопил для собственных похорон...
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
16.00 Сегодня
16.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Погиб пьяница Митрич. Свидетели, оказавшиеся на месте происшествия, видели поблизости черного добермана. За неделю до гибели Митрича в этом же поселке взбесившийся доберман Цезарь загрыз своего хозяина, бизнесмена Бочарова.
00.45 «ПАУТИНА». (16+)
03.50 Их нравы. (0+)
04.25 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Да здравствует король Джулиан!» (6+)
07.10 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 Ералаш. (0+)
07.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
13.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
15.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
США - Китай - Великобритания - Канада, 2016 г. Криминальный триллер. Джесси Айзенберг, Марк Руффало. «Четыре всадника», команда лучших иллюзионистов мира, снова в сборе! Их «магия» стала ещё совершеннее, а враги - опаснее.
18.30 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
21.00 «ТРОЯ». (16+)
США - Мальта - Великобритания, 2004 г. Историческая драма. Брэд Питт, Эрик Бана. XIII до нашей эры. Троянский царевич Парис украл прекрасную Елену, жену царя Спарты Менелая. Взбешённый Менелай является в Микены, к своему брату Агамемнону, который мечтает уничтожить Трою.
00.15 «БОЛЬШОЙ КУШ». (16+)
02.10 «МЕКСИКАНЕЦ». (16+)
04.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
05.30 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «ОЛЬГА». (16+)
Андрюху выпускают - его чудесным образом перевели в свидетели. Семейство счастливо, и только Ольга знает правду. Аня предлагает Андрюхе уйти от пацанов и начать новую жизнь, но у него другие планы. Юрген и Чича сбегают от Тимки, который узнал секрет позитивного деда. Ольга хочет во всем признаться Грише, но у Лены свой взгляд на эту ситуацию.
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «STAND UP». (16+)
03.00 «Открытый микрофон». (16+)
05.40 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
06.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «РОБОКОП». (16+)

США, 1987 г. Фантастический боевик. Питер Уэллер, Нэнси Аллен.
22.00 «Водить по-русски». (16+)
00.30 «Анекдот Шоу с Вадимом Галыгиным». (16+)
01.00 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)
02.45 «ОТЧАЯННЫЙ ПАПА». (12+)
04.20 Засекреченные списки. (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 Есть один секрет. (16+)
05.30 07.50 01.15 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
13.00 22.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
14.00 21.00 Орел и решка. Америка. (16+)
15.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+)
16.50 Орел и решка. Мегаполисы на хайпе. (16+)
19.00 Орел и Решка. По морям. (16+)
23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
03.30 Верю - не верю. (16+)

ЧЕ

06.00 «Мультфильмы». (0+)
07.30 19.00 «Дорожные войны». (16+)
12.00 «Дорога». (16+)
13.00 «Идеальный ужин». (16+)
15.00 23.00 «Опасные связи». (16+)
16.30 «Вне закона». (16+)
18.00 05.40 «Улетное видео». (16+)
21.00 «Решала». (16+)
00.00 «+100500». (18+)
01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)
01.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
03.15 «КАК ИЗБЕЖАТЬ НАКАЗАНИЯ ЗА УБИЙСТВО». (18+)
04.00 «ГРОМОБОЙ». (16+)

ОТР

05.00 11.05 «Прав!Да?»
05.55 12.05 «Большая страна». (12+)
06.20 «Большая наука»
07.00 15.10 «СЕМЬЯ СВЕТОФОРОВЫХ». (12+)
07.25 16.45 «Вспомнить всё. (12+)
07.50 «Символы русского флота». (12+)
08.30 Мультфильмы
09.10 22.05 «ЕВА». (12+)
12.00 13.00 15.00 Новости
12.30 «Гамбургский счёт».
13.10 18.00 ОТРажение
15.40 «Медосмотр». (12+)
15.50 «Путешествие по городам с историей»
16.15 «Фигура речи». (12+)
17.10 «Культурный обмен»
21.05 «Моя история». (12+)
21.35 «Морской узел. Адмирал Сенявин». (12+)

Ю

05.30 «ДУРНУШКА». (12+)
Это комедийная ироничная сказка о современной Золушке в мире моды.
06.55 «Europa plus чарт». (16+)
07.45 «ТРОПИКАНКА». (12+)
08.45 «КЛОН». (16+)
09.45 «Беременна в 16». (16+)
10.55 «Взвешенные и счастливые». (16+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.30 «Бывшие». (16+)
19.15 «КЛОН». (16+)
21.10 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
23.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
00.55 «В теме». (16+)
01.25 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
03.05 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (12+)
07.05 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
09.05, 10.15 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
10.00 13.00 Новости
11.25 «ВИЙ». (12+)
13.15, 04.20 Зал суда. (16+)
14.10, 02.55 Дела семейные. (16+)
16.00 Новости
16.15, 00.55 Такому мама не научит. (12+)
17.15, 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.55 «Игра в кино». (12+)
20.40, 05.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+)
00.00 Новости
01.20 «ТЫ ВСЕГДА БУДЕШЬ СО МНОЙ?» (16+)

РЕТРО

01.35 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (12+)
03.05 Голубой огонек. (12+)
05.10 Мультфильм. (6+)
06.00, 22.05 ДОстояние РЕспублики: Песни Давида Тухманова. (12+)
07.50 Мультфильмы. (6+)
09.15 «Малыш и Карлсон». Мультфильм. (0+)
09.40, 18.10 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ». (12+)
10.55 «КОРОЛЕВСКАЯ СВАДЬБА». (12+)
12.45 «Про злую мачеху». Мультфильм. (0+)
13.10 «Детский альбом». Мультфильм. (0+)
13.30 «Фантазеры из деревни Угоры». Мультфильм. (6+)
13.55 ДОстояние РЕспублики: Песни Алексея Рыбникова. (12+)
15.55 «ЖИЗНЬ С ОТЦОМ». (16+)
19.30, 20.40 Песня года. (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Жужики». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
Во втором сезоне познавательного мультсериала «Герои в масках» зрителей ждет еще больше захватывающих приключений, неожиданных открытий и увлекательных головоломок. В новых эпизодах отважные дошколята - Амайя, Коннор и Грег - не раз спасут мир от различных опасностей с помощью своих невероятных способностей.
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00, 02.40 «Белоснежка и семь гномов». (0+)
13.50 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Король Лев». (0+)
21.30, 00.55 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.00 «Великий Человек-Паук: Воины паутины». (12+)
23.55 «Мстители: Революция Альтрона». (12+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки» (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.25 «Пластилинки». (0+)
08.30 «Юху спешит на помощь». (0+)
08.40 «Семейка Бегемотов». (0+)
08.50 «Три кота». (0+)
09.20 «Magic English». (0+)
09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
10.30 «Говорящий Том». (0+)
10.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Металионы». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Истории свинок». (6+)
13.30 «Барбоскины». (0+)
14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
14.10 «Джинглики». (0+)
15.15 «Четверо в кубе». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Свинка Пеппа». (0+)
17.25 «Царевны». (0+)
18.05 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Томас и его друзья». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
22.25 «Ниндзяго». (6+)
23.15 «LBX - Битвы маленьких гигантов». (12+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.00 «Детектив Миретта». (6+)
02.15 «Шиммер и Шайн». (0+)
03.00 «Лентяево». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25 Взрывая историю. (12+)
07.20 Махинаторы. (12+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)
09.10 Как работают машины. (12+)
10.05, 10.30 Охотники за складами. (16+)
11.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
11.55, 12.20 Как это устроено? (12+)
12.50, 13.15 Как это сделано? (12+)
13.45 Как работают машины. (12+)
14.40 Махинаторы. (12+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)
16.30 Взрывая историю: Затерянный город майя. (12+) В джунглях Гватемалы скрываются руины исчезнувшего города Тикаль, в котором проживало более 100000 человек...
17.25 Металлоломщики. (12+)
18.20 Охотники за старьем. (12+)
19.15 Как работают машины. (12+)
20.10 Махинаторы. (12+)
21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
22.00 Американский чоппер. (16+)
22.55 Выжить вместе. (12+)
23.50 Самогонщики. (18+)
00.45 Аполлон: найденные видео. (12+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Выжить вместе. (12+)
05.10 Металлоломщики. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Музейные тайны. (12+)
07.15 Невероятные изобретения. (12+)
07.45 Запретная история. (12+)
08.35, 09.35, 10.30, 11.30, 12.25, 13.20, 14.20 Творцы XX столетия. (12+)
15.15, 16.10 Правда о Пёрл-Харборе. (12+) Захватывающий сериал из двух частей рассказывает о скандалах и козлах отпущения, связанных с ужасающей атакой на Перл-Харбор в 1941 году.
17.05, 18.05 Первые цивилизации. (12+)
19.05 Американские принцессы на миллион долларов. (12+) В 1895 году свадьбы англо-американских мультимиллионеров достигли своего пика.
20.00 Поля сражений. (16+)
21.00 Наполеон: Египетская кампания. (12+)
22.00 Охотники на нацистов. (16+) К 1960 году нацистский военный преступник Адольф Эйхманн поселился в Аргентине под именем Риккардо Клемент...
23.00 Запретная история. (12+)
23.55, 03.30 Высадка на Луне: величайшая фальшивка в истории
00.50 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
01.45 Охотники на нацистов. (16+)
02.35 Запретная история. (12+)
04.30 Карты убийства. (16+)
05.25 Музейные тайны. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
07.20, 08.10 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
09.05 Осушить океаны: Побег с Алькатраса. (16+)
09.55, 10.20 Научные глупости. (16+)
10.50, 11.40 Авто - SOS. (16+)
12.30 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
13.25 Миссия полета к Солнцу. (16+)
14.10, 23.40 Космос: Пространство и время. (16+)
15.05 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
15.55, 16.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.40 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
18.30 Осушить океаны: Побег с Алькатраса. (16+)
19.20 Морган Фриман. Истории о Боге. (16+)
20.15, 04.20 Авто - SOS. (16+)
21.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00, 00.35, 03.30 Аполлон: Миссия, которая изменила мир. (16+)
22.50 Армстронг. (16+)
01.20 Злоключения за границей. (16+)
02.05, 02.30 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
05.05 Исследователь 2.0. (16+)
05.35 Научные глупости. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 «Пешком...»
07.05 «Молнии рождаются на земле. Телевизионная система «Орбита»
07.45 «Легенды мирового кино»
08.15 «ЧИСТОЕ НЕБО»
10.00 Новости культуры
10.15 «Мой Шостакович»
11.05 «СИТА И РАМА»
Мать Раваны Кайкеси понимает, что Сита - необычная женщина. Ее добродетель может спасти и Равану, и Ланку.
12.40 «Линия жизни»
13.35 «Молнии рождаются на земле. Телевизионная система «Орбита»
14.15 «Не укради. Возвращение святыни»
15.00 Новости культуры
15.10 Спектакль «Чайка»
18.10 «Роман в камне»
18.40 Звезды XXI века
19.30 Новости культуры
19.45 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
20.45 «Жизнь не по лжи»
21.50 «ГОНКИ ПО ВЕРТИКАЛИ»
23.00 «Красота скрытого». История нижнего платья с Ренатой Литвиновой»
23.30 Новости культуры
23.50 «Лунные скитальцы»
00.30 Звезды XXI века
01.20 «В ЛЕСАХ И НА ГОРАХ»
02.50 Цвет времени

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Ералаш». (6+)
08.20 «СЕМЬ НЯНЕК». (6+)
09.55 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)

11.30 События
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
17.50 События
18.20 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
Отдыхая в лесу, подруги становятся свидетелями убийства и заявляют в полицию...
20.05 «КТО ТЫ?» (16+)
22.00 События
22.30 «Украина. Слуга всех господ». Спецрепортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «90-е. Чёрный юмор». (16+)
01.45 «Светлана Аллилуева. Дочь за отца». (12+)
02.25 «КТО ТЫ?» (16+)
03.50 «ПОД КАБЛУКОМ». (12+)
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 «Знаки судьбы». (16+)
17.35 «Слепая». (16+)
18.40 «КОСТИ». (12+)

Персонаж детского шоу найден убитым. Команда доктора Бреннан приходит за кулисы съёмочной площадки, чтобы раскрыть преступление, совершённое в отношении любимого многими персонажа «морковки Билла»...
21.15 «ГРИММ». (16+)
Ева обращается за помощью к Адалинде и просит у нее колдовские книги ее матери. Там Ева надеется найти информацию про зеркала и потусторонний мир. Тем временем Ник, Хэнк и Ву начинают расследование дела об убийстве в доме престарелых.
23.00 «НЕЧТО». (16+)
01.15 «Нечисть». (12+)
05.30 «Тайные знаки». (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «Плохие девчонки». (16+)
07.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.40 «Давай разведёмся!» (16+)
09.40 «Тест на отцовство». (16+)
10.40 «Реальная мистика». (16+)
12.35 «Понять. Простить». (16+)
14.15 «СТРЕКОЗА». (16+)
19.00 «ЖЕНИТЬ МИЛЛИОНЕРА». (16+)

Россия, 2012 г. Комедия. Лидия Федосеева-Шукшина, Андрей Леонов. Пожилая дама Нина Петровна решает, наконец, женить своего сына...
22.50 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (16+)
00.55 «Понять. Простить». (16+)
02.30 «Реальная мистика». (16+)
04.00 «Тест на отцовство». (16+)
04.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
05.40 «Домашняя кухня». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.20 «Страх в твоем доме». (16+)
07.00 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
08.45 «ГАИШНИКИ-2». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ГАИШНИКИ-2». (16+)
12.15 13.25 «ГЛУХАРЬ». (16+)
13.00 18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.20 «Известия»
03.30 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)

ЗВЕЗДА

06.20 08.20 «Легенды армии». (12+)
08.00 13.00 18.00 21.50 Новости дня
09.20 10.05 13.15 «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
13.40 14.05 «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ». (16+)
18.35 «История водолазного дела». (12+)
19.15 20.05 21.00 22.00 22.50 «Загадки века». (12+)
23.40 «РИСК - БЛАГОРОДНОЕ ДЕЛО». (0+)
01.15 «АЛЬПИНИСТЫ». (18+)
02.45 «АПАЧИ». (0+)

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 15». (16+)
11.45 «Компас потребителя». (12+)
12.15 «Формула здоровья». (12+)
12.45 «Адрес истории». (12+)
13.00 00.00 «Ты в эфире» Лучшее. (0+)
13.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
14.30 04.45 «Просто жизнь». (12+)
14.45 03.45 «Марафон». (12+)
15.45 «Звёздное интервью». (12+)
16.30 «ТАКСИ-2». (12+)
17.00 «Заметные люди». (12+)
17.45 «4-я студия». (12+)
18.45 22.30 03.30 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)
19.00 21.15 02.15 «Магистраль». (12+)
19.15 22.00 03.00 «Полицейский вестник». (12+)
20.00 22.15 03.15 «Область спорта». (12+)
20.15 01.15 «Такие разные». (12+)
22.45 «МИГ УДАЧИ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 Хайдайвинг. Чемпионат мира по водным видам спорта. Женщины
06.45 07.50 09.30 10.40 13.15 15.35 18.00 21.35 Новости
06.50 09.35 13.20 15.40 21.05 23.00 Все на Матч!
07.55 Хайдайвинг. Чемпионат мира по водным видам спорта. Мужчины
10.45 «Шёлковый путь». (12+)
11.15 Футбол. «Ювентус» (Италия) - «Тоттенхэм» (Англия). Международный Кубок чемпионов. (0+)
13.50 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
16.40 «Большая вода Кванджу». (12+)
18.05 Спецрепортаж. (12+)
18.25 Реальный спорт. Бокс
19.15 Международный день бокса
21.40 Фехтование. Чемпионат мира. (0+)
23.45 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ-Я». (16+)
02.05 Профессиональный бокс. (16+)
03.55 Плавание. Чемпионат мира

EUROSPORT 1

02.30 Лёгкая атлетика. Чемпионат Европы (до 20 лет). Швеция. (0+)
04.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 15-й этап. (0+)
06.00 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
07.30 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
08.30 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. (0+)
09.30 Ралли. ERC. Италия. Обзор. (0+)
10.05 Велоспорт. «Тур де Франс». 15-й этап. (0+)
12.00 Тележурнал Watts. (0+)
12.25 Теннис. ATP 500. Гамбург. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)
14.30 Теннис. ATP 500. Гамбург. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)
16.30 Теннис. ATP 500. Гамбург. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)
18.30, 21.30 Теннис. ATP 500. Гамбург. (0+)
19.25 Теннис. ATP 500. Гамбург. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)
22.00 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 04.00 Наше Made in Russia! (16+)
06.10 10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55 11.55 00.55 PRO-Клип. (16+)
07.00 13.00 16.00 Check-IN на Муз-ТВ. (16+)
08.00 18.20 Русские хиты. (16+)
09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30 PRO-Обзор. (16+)
11.05 100% летний хит. (16+)
12.00 Золотая Лихорадка. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.40 10 самых. (16+)
18.00 Pro-новости. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
20.00 Творческий вечер Аллы Пугачёвой. (16+)
22.20 Top 30 - Русский Крутяк недели. (16+)
01.00 # ЯНАМуз-ТВ. (16+)
02.00 Love Hits. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «2+1». (16+)
08.25 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)
10.45 «ЗЕЛЁНАЯ МИЛЯ». (16+)
14.20 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)
16.10 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
17.55 «2+1». (16+)
20.10 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (6+) США, 2002 г. В ролях: Антонио Бандерас, Карла Гуджино, Алекса ПенаВега, Дэрил Сабара, Стив Бушеми
22.10 «ШОПО-КОП». (12+) США, 2009 г.
00.00 «МАДАМ». (16+)
01.55 «ГОСТЬЯ». (16+)
04.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
08.10 «ГОРЬКО!-2». (16+)
10.10 «РУСАЛКА». (16+)
12.20, 13.05 «ПАРФЮМЕРША». (12+)
14.15 «СТРАНА ЧУДЕС». (12+)
16.05 «ТРУДНО БЫТЬ МАЧО». (16+)
18.05 «ЧАС ПИК». (16+)
20.20 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (6+) Россия, 2004 г. В ролях: Алексей Панин, Виктор Бычков, Анатолий Горячев
22.25 «КАВКАЗСКОЕ ТРИО». (12+)
00.05 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
02.25 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
04.30, 05.15 «ПАРФЮМЕРША». (12+)

ДОМ КИНО

06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
10.25 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)
12.05 «СТРЯПУХА». (6+)
13.20 «СВАТЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (12+) СССР, 1989 г. В ролях: Юрий Гончаров, Николай Маликов, Алена Кищик, Дмитрий Харатьян, Ирина Феофанова
20.45 Вечер вместе. «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ». (6+) СССР, 1974 г.
23.20 Вечер вместе. «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
01.05 «БАБЛО». (16+)
02.40 «ПАКЕТ». (16+)
03.50 «АВАРИЯ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.20 «В СОЗВЕЗДИИ БЫКА». (16+)
02.00 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
04.05 «ВЕЧНОЕ ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
06.00 «ЩЕНОК». (16+)
06.50 «ОДНАЖДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+)
08.45 «КОРОЛЁВ». (16+)
10.50 «ГАМЛЕТ XXI ВЕК». (16+)
13.25 «ЖМУРКИ». (16+)
15.20 «ПРИЗРАК». (12+)
17.20, 18.10, 19.05, 19.55 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
20.50 «ИГРА». (16+) Комедия, спорт, Россия, 2008 г.
22.30 «ЖИТЬ». (16+) Драма, триллер, криминал, Россия, 2010 г.
23.55 «ВЕЧНОЕ ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.40 «БАНДИТКИ». (16+)
02.25 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
04.10 «МИДДЛТОН». (16+)
06.05 «ПРИЗРАК». (6+)
08.15 «ИМЯ». (16+)
10.30 «ЖИВОТНОЕ». (12+)
12.05 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
14.00 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
15.45 «30 СВИДАНИЙ». (16+) Мелодрама, комедия, Россия, 2015 г.
17.40 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+) Комедия, приключения, Россия, 2019 г.
19.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+) Комедия, Италия, 1980 г.
21.35 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+) Комедия, Италия, 1979 г.
23.30 «21 И БОЛЬШЕ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
06.50, 07.50, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
08.50 «МАТЧ ПОИНТ». (16+)
10.55 «ФРАНЦУЗСКИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+)
12.55, 13.40, 03.30, 04.15, 05.00 Проект подиум. (16+)
14.25 «ЖИЗНЬ ПО ДЖЕЙН ОСТИН». (16+)
16.10 Холостячка. (16+)
20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
21.30, 02.45 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
22.15, 22.35, 02.00, 02.20 «ЮНАЯ». (16+)
23.00, 23.45 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
05.40 Спросони. (12+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
04.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ТАНЦЫ НА УГЛЯХ». (12+)

FOX LIFE

06.00, 16.15, 19.00, 20.00 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
06.50, 07.10, 15.50 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
07.35 Путешествие в мир специй. (12+)
08.30, 08.55, 05.35 Готовим быстро и легко с Джейми Оливером. (12+)
09.25, 10.20, 02.35, 03.25 «НОМЕР 309». (16+)
11.10 «БОЛЬНОЙ ОТ ЛЮБВИ». (16+)
12.40, 13.30, 23.40 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
14.20, 15.05, 01.10, 01.55 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
17.25, 18.10, 04.10, 04.55 «ДЛЯ ЛЮДЕЙ». (16+)
21.00, 00.25 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
21.45 «ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО». (16+) США, 2017 г.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

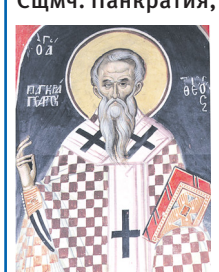
СПАС

05.00 Новый завет вслух. (0+)
05.15 Я хочу ребенка. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Библейский сюжет. Отче наш. (0+)
Обращение великих художников к Библии никогда не заканчивалось только иллюстрацией того или иного сюжета Вечной Книги. Оно всегда предполагало личное осмысление. Художник выбирал библейскую историю, чтобы рассказать о себе, о своем времени, чтобы глубже постичь смысл происходящего.
07.30 Пилигрим. (0+)
08.00 Знак равенства. (0+)
08.15 Следы Империи. (0+)
09.50 Русский обед. (0+)
10.55 «ВОЛГА-ВОЛГА». (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 «ХОЗЯЙКА ДЕТСКОГО ДОМА». Фильм 2. (0+)
17.00 Завет. (0+)
18.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
20.00 «ПЕРВОКЛАССНИЦА». (0+)
21.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
23.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

22 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Сщмч. Панкратия, еп. Тавроменийского.



Сщмч. Кирилла, еп. Гортинского. Прмчч. Патермуфия, Коприя и мч. Александра. Прпп. Патермуфия и Коприя Египетских. Свт. Феодора, еп. Едесского. Прп. Гавриила Афонского, настоятеля афонского Ильинского скита. Сщмч. Константина пресвитера. Колочской и Кипрской в с. Стромыни (Московская обл.) икон Божией Матери.

Поста нет.

«Зачем, спросишь, блудницу принял Христос? Чтобы освободить от порока, показать человеколюбие, чтобы ты познал, что нет недуга, побеждающего Его благость».

Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ДВОЕ ПРОТИВ СМЕРТИ». (12+)
Леру выписывают из больницы. Она уверена, что выздоровела: родные просят врачей не сообщать девушке об её истинном состоянии до операции.
23.30 Премьера. «Камера. Мотор. Страна». (16+)

01.05 «Время покажет». (16+)
03.00 Новости
03.05 «Время покажет». (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
Знакомая Раи - Вера Изотова - становится жертвой грабителя. Помимо украшений и денег из квартиры пропадает любимая собака хозяйки -Чапа...
23.00 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)
01.20 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (12+)
Алевтина продолжает жить и работать в Нижнем Новгороде. Ее отдел занят расследованием нового дела: в ресторане убита официантка, Дарья.
04.05 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ

05.10 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «ЛЕСНИК». (16+)
В Ольховке снимается кино. В доме у Веры селится главный герой картины Игорь Жарков, а Светлана Штерн, исполняющая главную женскую роль, живет у Авдотьи.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
16.00 Сегодня
16.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Возле коттеджного поселка происходит преступление. Погибший от удара мечом - участник ролевой игры, который хотел спасти от наказания даму сердца. Но, как оказалось, юный рыцарь очень плохо знал свою возлюбленную...
00.45 «ПАУТИНА». (16+)
03.40 «»Таинственная Россия». (16+)
04.25 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Да здравствует король Джулиан!» (6+)
07.10 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
15.20 «ТРОЯ». (16+)
18.35 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)
США - Австралия, 2011 г. Боевик. Джейсон Стэйтем, Роберт Де Ниро, Ивонн Страховски. Отошедший от дел наёмный убийца международного уровня Дэнни Брайс узнаёт, что его бывший напарник взят в заложники арабским шейхом.
21.00 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
Великобритания - США, 2012 г. Триллер. Джейсон Стэйтем, Агата Бузек. Бывший спецназовец Джоуи, вернувшись с войны, живёт в лондонских трущобах и пытается избавиться от мучительных воспоминаний с помощью алкоголя.
23.00 «БОЙЦОВСКИЙ КЛУБ». (18+)
01.45 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
03.15 «НЕУЛОВИМЫЕ. ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
04.25 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
05.15 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «ОЛЬГА». (16+)
Ольга узнает о новой любви Тимофея и не согласна с его выбором. Аня вынуждена рассказать Андрюхе правду об УЗИ. Юрген тяжело приживается в коллективе коммунаров и расплачивается за свою предприимчивость. На Гришу нападает стая агрессивных подростков, а Ольге прилетают приветы из прошлого.
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «STAND UP». (16+)
03.00 «Открытый микрофон». (16+)
05.40 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 04.30 Засекреченные списки. (16+)
06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.40 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «РОБОКОП-2». (16+)

США, 1990 г. Фантастический боевик. Питер Уэллер, Нэнси Аллен, Дэн О'Херлихи, Том Нунен, Белинда Бауэр.
22.15 «Водить по-русски». (16+)
00.30 «Анекдот Шоу с Вадимом Галыгиным». (16+)
01.00 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 Есть один секрет. (16+)
05.30 07.40 01.15 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.10 Школа доктора Комаровского. (12+)
13.00 На ножах. (16+)
19.00 Четыре свадьбы. (16+)
В романтическое соревнование за путешествие мечты вступают... невесты! Каждая из девушек попытается доказать, что ее свадьба - самая лучшая.
20.10 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
03.30 Верю - не верю. (16+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
06.50 19.00 «Дорожные войны». (16+)
12.00 «Дорога». (16+)
13.00 «Идеальный ужин». (16+)
15.00 23.00 «Опасные связи». (16+)
16.30 «Вне закона». (16+)
18.00 «Улетное видео». (16+)
21.00 «Решала». (16+)
00.00 «+100500». (18+)
01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)
01.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ». (16+)
03.20 «КАК ИЗБЕЖАТЬ НАКАЗАНИЯ ЗА УБИЙСТВО». (18+)
04.00 «БАНДИТЫ». (16+)

ОТР

05.00 11.05 «Прав!Да?»
05.55 12.05 «Большая страна». (12+)
06.20 «Большая наука»
07.00 15.10 «СЕМЬЯ СВЕТОФОРОВЫХ». (12+)
07.25 16.45 «Вспомнить всё. (12+)
07.50 «Символы русского флота». (12+)
08.30 Мультфильмы
09.10 22.05 «ЕВА». (12+)
12.00 13.00 15.00 Новости
12.30 «Гамбургский счёт»
13.10 18.00 ОТРажение
15.40 «Медосмотр». (12+)
15.50 «Путешествие по городам с историей»
16.15 «Фигура речи». (12+)
17.10 «Культурный обмен»
21.05 «Моя история». (12+)
21.35 «Морской узел. Адмирал Грейг». (12+)

Ю

05.00 «ДУРНУШКА». (12+)
07.00 «В теме». (16+)
07.25 «ТРОПИКАНКА». (12+)
08.20 «КЛОН». (16+)
В семье Феррас происходит трагедия. Погибает любимый сын Леонидаса - Диогу...
09.20 «Беременна в 16». (16+)
11.20 «Взвешенные и счастливые». (16+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.30 «Бывшие». (16+)
19.05 «КЛОН». (16+)
21.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
23.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
00.55 «В теме». (16+)
01.25 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
03.05 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 06.50 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)
08.50 10.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА». (16+)
10.00 Новости
13.00 Новости
13.15 Зал суда. (16+)
14.10, 04.20 Дела семейные. (16+)
16.00 Новости
16.15, 00.55 Такому мама не научит. (12+)
17.15, 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40, 05.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+) Сериал. Россия, 2006 г.
22.45, 00.10 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ОТДЕЛ ОПЕРАТИВНЫХ РАССЛЕДОВАНИЙ». (16+)
00.00 Новости
01.20 «ЯЛТА 45». (16+)

РЕТРО

00.05 «ЦИРК». (12+)
01.40 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (12+)
03.10, 06.00, 22.05 ДОстояние РЕспублики. (12+)
05.00 Клуб путешественников. (12+)
07.50 Мультфильмы. (6+)
09.45 «ПОСЛЕДНИЙ РАЗ, КОГДА Я ВИДЕЛ ПАРИЖ». (16+)
11.55 Мультфильмы. (6+)
12.40 «Можно и нельзя». Мультфильм. (6+)
13.05 «Му-Му». Мультфильм. (12+)
13.25 «Малыш и Карлсон». Мультфильм. (0+)
13.55 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ». (12+)
15.15, 16.20 Песня года. (12+)
17.45 «Гуси-лебеди». Мультфильм. (0+)
18.10, 19.40 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
21.05 Кастро: человек и миф. (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Жужики». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Тимон и Пумба». (6+) Встречайте обитателей саванны - лучших друзей Тимона и Пумбу! В увлекательном мультсериале очаровательных персонажей, знакомых зрителям по шедевру Disney «Король Лев», ждут новые невероятные приключения. В каждом эпизоде эта веселая парочка умудряется попасть в забавную ситуацию, из которой им помогает выбраться оптимизм, чувство юмора и легендарный девиз - «Акуна матата»!
13.00 «Отель Трансильвания». (12+)
19.30 «Горбун из Нотр-Дама». (6+)
21.30 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.00 «Великий Человек-Паук: Воины паутины». (12+)
23.55 «Мстители: Революция Альтрона». (12+)
00.55 «Классный ниндзя». (12+)
03.05 «Чудеса на виражах». (0+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки» (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.25 «Пластилинки». (0+)
08.30 «Юху спешит на помощь». (0+)
08.40 «Семейка Бегемотов». (0+)
08.50 «Три кота». (0+)
09.20 «Magic English». (0+)
09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
10.30 «Говорящий Том: Герои». (0+)
10.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Металионы». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Истории свинок». (6+)
13.30 «Барбоскины». (0+)
14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
14.10 «Джинглики». (0+)
15.15 «Четверо в кубе». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Свинка Пеппа». (0+)
17.25 «Царевны». (0+)
18.05 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Томас и его друзья». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
22.25 «Ниндзяго». (6+)
23.15 «LBX - Битвы маленьких гигантов». (12+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.00 «Детектив Миретта». (6+)
02.15 «Шиммер и Шайн». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25 Взрывая историю: Затерянный город майя. (12+)
07.20 Махинаторы. (12+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)
09.10 Как работают машины. (12+)
10.05, 10.30 Охотники за складами. (16+)
11.00, 11.55 Братья Дизель. (12+)
12.50 Американский чоппер. (16+)
13.45 Как работают машины. (12+)
14.40 Махинаторы. (12+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)
16.30 Взрывая историю: Проклятие сокровищ джунглей. (12+) С помощью компьютерной графики и последних открытий археологов мы по кирпичику разберем шедевры архитектуры...
17.25 Металлоломщики. (16+)
18.20 Охотники за старьем. (12+)
19.15 Как работают машины. (12+)
20.10 Махинаторы. (12+)
21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
22.00 Автобан А2. (12+)
22.55 Выжить вместе. (16+)
23.50 Самогонщики. (18+)
00.45 Голые и напуганные. (16+)
01.40 Американский чоппер. (16+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Выжить вместе. (16+)
05.10 Металлоломщики. (16+)

VIASAT HISTORY

06.15, 07.15 Невероятные изобретения. (12+)
07.40, 08.30 Запретная история. (12+)
09.25 Невидимый город Рим. (12+)
10.25, 11.15, 12.05, 13.00, 13.50, 14.45, 15.35, 16.30, 17.20, 18.15 Загадки Египта. (12+)
19.05 Смертоносный интеллект. (12+)
19.55 Поля сражений. (16+)
21.00 Тайны египетских пирамид. (12+) Присоединяйтесь к археологам, которые расшифровывают дневник строителя пирамид возрастом 4500 лет...
22.00 Охотники на нацистов. (16+) Будучи шефом гестапо в Лионе, Клаус Барби запятнал себя кровью 10000 французских евреев. Беата Кларсфельд и ее муж Серж десятки лет преследовали Барби в Южной Америке.
23.00 Запретная история. (12+) Джейми отправляется в Иерусалим, чтобы понять были ли знаменитые сокровища храма Соломона разграблены в 70 году н.э.
23.50 История без прикрас. (12+)
00.50 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
01.40 Охотники на нацистов. (16+)
02.30 Запретная история. (12+)
03.20 История без прикрас. (12+)
04.25 Карты убийства. (16+)
05.15 Музейные тайны. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
07.20, 08.10 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
09.05 Аполлон: Миссия, которая изменила мир. (16+)
09.55, 10.20 Научные глупости. (16+)
10.50, 11.40 Авто - SOS. (16+)
12.30 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
13.25 Аполлон: Лунная миссия. (16+)
15.10 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
16.00, 16.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.45 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
18.35 Аполлон: Миссия, которая изменила мир. (16+)
19.25 Армстронг. (16+)
20.15 Авто - SOS. (16+)
21.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00 Суперкар со свалки. (16+)
22.50 Внутри невероятной механики. (16+)
23.40 Космос: Пространство и время. (16+)
00.35, 03.35 Суперкар со свалки. (16+)
01.20 Злоключения за границей. (16+)
02.05, 02.30 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
04.20 Авто - SOS. (16+)
05.15 Исследователь 2.0. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 «Пешком...»
07.05 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
08.10 «Легенды мирового кино»
08.35 21.50 «ГОНКИ ПО ВЕРТИКАЛИ»
09.45 «Важные вещи»
10.00 Новости культуры
10.15 «Острова»
11.00 «СИТА И РАМА»
12.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов!
13.20 «Лунные скитальцы»
14.00 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
15.00 Новости культуры
15.10 Спектакль «Чайка»
18.00 «2 Верник 2»
18.40 Звезды XXI века
19.30 Новости культуры
19.45 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Острова»
21.45 Цвет времени
23.00 «Красота скрытого». История нижнего платья с Ренатой Литвиновой»
23.30 Новости культуры
23.50 «Полет на Марс, или Волонтеры «Красной планеты»
00.20 Звезды XXI века
01.10 «В ЛЕСАХ И НА ГОРАХ»
02.40 «Первые в мире»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.05 «Доктор И...» (16+)
08.35 «НОЧНОЙ МОТОЦИКЛИСТ». (12+)

10.00 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
11.30 События
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
17.50 События
18.20 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
20.05 «КТО ТЫ?» (16+)
22.00 События
22.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
23.05 «Хроники московского быта. Позорная родня». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «90-е. Выпить и закусить». (16+)
01.45 «Валерий Чкалов. Жил-был летчик». (12+)
02.30 «КТО ТЫ?» (16+)
04.00 «ПОД КАБЛУКОМ». (12+)
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 «Знаки судьбы». (16+)
17.35 «Слепая». (16+)
18.40 «КОСТИ». (12+)
Команда Бреннан расследует убийство женщины, чьи останки были найдены в заболоченном пруду в одном из благоприятных пригородных районов.
21.15 «ГРИММ». (16+)

Пророчество начинает сбываться. Дайана с помощью палочки открывает портал, чтобы вернуть Ника и Еву. Но вместе с ними в наш мир приходит Зло. Друзья думают, как защитить Дайану.
23.00 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: БОРЬБА ЗА БУДУЩЕЕ». (16+)
01.30 «Сверхъестественный отбор». (16+)
05.15 «Дело о ликвидации приморских боевиков». (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 «Удачная покупка». (16+)
06.55 «Плохие девчонки». (16+)
07.55 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.55 «Давай разведёмся!» (16+)
09.55 «Тест на отцовство». (16+)
10.55 «Реальная мистика». (16+)
12.55 «Понять. Простить». (16+)
15.15 «ТЁЩИНЫ БЛИНЫ». (16+)
19.00 «В ОЖИДАНИИ ЛЮБВИ». (16+)

Россия, 2011 г. Мелодрама. Юлия Кадушкевич, Андрей Кислицын. Настя живет в небольшом поселк...
23.00 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (16+)
01.10 «Понять. Простить». (16+)
03.10 «Реальная мистика». (16+)
04.45 «Тест на отцовство». (16+)
05.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.20 «Страх в твоем доме». (16+)
06.45 «ГАИШНИКИ-2». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ГАИШНИКИ-2». (16+)
12.15 «ГЛУХАРЬ». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ГЛУХАРЬ». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.05 «Известия»
03.10 «МАТЬ-И-МАЧЕХА». (16+)

ЗВЕЗДА

06.25 08.20 «Легенды кино»
08.00 13.00 18.00 21.50 Новости дня
09.35 10.05 13.15 14.05 «ОХОТА НА АСФАЛЬТЕ». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
18.35 «История водолазного дела». (12+)
19.15 20.05 21.00 22.00 22.50 «Улика из прошлого». (16+)
23.40 «СЛЕД В ОКЕАНЕ». (12+)
01.15 «МООНЗУНД». (12+)
03.35 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ОШИБКА». (12+)
05.15 «Выдающиеся авиаконструкторы». (12+)

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» 17. (16+)
12.15 14.45 «Магистраль». (12+)
12.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
13.00 17.45 «Такие разные». (12+)
14.30 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+)
15.00 «Область спорта». (12+)
15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)
16.30 «ТАКСИ-2». (12+)
17.00 01.30 «Заметные люди». (12+)
18.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)
19.15 21.15 02.15 «Соль земли». (12+)
20.00 22.00 03.00 «Арт-проспект». (12+)
20.15 22.15 03.15 «Футбол губернии». (12+)
21.00 «Актуальное интервью». (12+)
22.45 «ПАТРИОТИЧЕСКАЯ КОМЕДИЯ». (12+)
В старом ветхом домике, находящемся в самом центре большого города, живёт русский интеллигент чеховского типа Ильин...

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Квалификация
06.45 08.25 10.50 13.20 15.55 19.00 21.05 Новости
06.50 10.55 13.25 16.00 19.05 23.00 Все на Матч!
08.30 Футбол. Российская Премьер-лига. (0+)
10.20 01.30 Специальный репортаж. (12+)
11.20 Международный день бокса. (16+)
13.50 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
17.00 Профессиональный бокс. (16+)
19.55 Пляжный футбол. Чемпионат мира-2019. Отборочный турнир
21.10 Фехтование. Чемпионат мира. (0+)
23.35 «НЕ ОТСТУПАТЬ И НЕ СДАВАТЬСЯ». (16+)
02.00 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Арсенал» (Англия). Международный Кубок чемпионов
04.00 Футбол. «Бавария» (Германия) - «Милан» (Италия). Международный Кубок чемпионов

EUROSPORT 1

00.15, 08.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 15-й этап. (0+)
01.00 Велоспорт. La Course. (0+)
02.00, 12.25 Ралли. ERC. Италия. Обзор. (0+)
02.30, 11.35, 23.40 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
04.00, 10.30, 13.00, 22.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
05.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 12-й этап. (0+)
06.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 13-й этап. (0+)
07.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 14-й этап. (0+)
09.00 Тележурнал Watts. (0+)
09.30, 19.00 Олимпийские игры. Flag and Family. (0+)
14.05 Велоспорт. «Тур де Франс». 16-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.30 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. (0+)
20.00, 20.30 Олимпийские игры. «Сила личности». (0+)
21.00 Конный спорт. Rolex Grand Slam. (0+)
23.05 Ралли. ERC. «All Access». (0+)
23.30 Ралли. Италия. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х. (16+)
06.00 08.40 13.40 18.00 Pro-новости. (16+)
06.10 10 11.35 10 17.05 10 клипов дня. (16+)
06.55 12.25 17.00 00.55 PRO-Клип. (16+)
07.00 10.30 Check-IN на Муз-ТВ. (16+)
08.00 18.20 Караокинг. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
12.30 100% летний хит. (16+)
14.00 Top чарт Европы плюс. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 Русские хиты. Чемпионы вторника. (16+)
19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
20.00 «Жара в Баку-2018». Творческий вечер Валерия Меладзе. (16+)
22.25 Top 30 - Крутяк недели. (16+)
01.00 Наше Made in Russia! (16+)
02.00 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «СИНЯЯ БЕЗДНА». (16+)
08.00 «ШОПО-КОП». (12+)
09.50 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+)
11.50 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (6+)
13.45 «ГОСТЬЯ». (16+)
16.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
18.20 «СИНЯЯ БЕЗДНА». (16+)
20.10 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+) США, 2004 г.
22.45 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
00.30 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
02.15 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
03.55 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «КАВКАЗСКОЕ ТРИО». (12+)
08.00 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (6+)
10.10 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
12.30, 13.15 «ПАРФЮМЕРША». (12+)
14.20 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
16.35 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)
18.10 «ПИРАММММИДА». (16+)
20.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+) Россия, 2007 г.
22.05 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+) Россия, 2018 г.
23.45 «КРАЙ». (16+)
02.10 «ЛЁД». (12+)
04.25, 05.10 «ПАРФЮМЕРША». (12+)

ДОМ КИНО

06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
10.20 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)
11.50 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (6+)
13.20 «СВАТЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+) СССР, 1957 г. В ролях: Майя Менглет, Светлана Дружинина, Вячеслав Тихонов, Владимир Ратомский, Валентина Телегина
20.50 Вечер вместе. «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (6+)
22.40 Вечер вместе. «ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА». (12+)
00.30 «СТАЛКЕР». (16+)
03.20 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
05.10 «МЕТЕЛЬ». (6+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.55 «СУНДУК ПРЕДКОВ». (16+)
03.40 «ОДНАЖДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+)
05.30 «КОРОЛЁВ». (16+)
07.30 «ГАМЛЕТ XXI ВЕК». (16+)
10.05 «ЖМУРКИ». (16+)
12.00 «ПРИЗРАК». (12+)
14.00, 14.55, 15.50, 16.50 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
17.45 «ИГРА». (16+) Комедия, спорт, Россия, 2008 г.
19.25 «ЖИТЬ». (16+) Драма, триллер, криминал, Россия, 2010 г.
20.50 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+) Триллер, мелодрама, боевик, фантастика, Россия, 2006 г.
22.45 «ДУРА». (16+) Комедия, драма, Россия, 2005 г.

КИНОКОМЕДИЯ

01.00 «ТУРЕЦКИЙ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ». (16+)
02.55 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
04.20 «ХОЛОСТЯКИ В ОТРЫВЕ». (16+)
06.00 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
08.00 «РЭД-2». (12+)
10.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
12.00 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
14.00 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
15.50 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
17.40 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
19.30 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
21.35 «ПРИШЕЛЬЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+) Комедия, приключения, фантастика, Франция, 1998 г.

SONY CHANNEL

06.00, 05.40 Спросони. (12+)
06.25, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
07.15, 08.15, 11.30, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
09.15, 10.00, 20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.45, 21.30, 02.45 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
12.35, 13.20, 03.30, 04.15, 05.00 Проект подиум. (16+)
14.05 «ФРАНЦУЗСКИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+) Великобритания, США, 1995 г.
16.10 Холостячка. (16+)
22.15, 22.35, 02.00, 02.20 «ЮНАЯ». (16+)
23.00, 23.45 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
04.00, 05.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)

FOX LIFE

06.00, 13.35, 14.25, 23.10, 05.15 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
06.45, 19.05, 20.05 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
07.40 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
08.05 Путешествие в мир специй. (12+)
09.00, 09.30 Готовим быстро и легко с Джейми Оливером. (12+)
10.00, 10.50, 02.10, 03.00 «НОМЕР 309». (16+)
11.45 «ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО». (16+)
15.10, 15.55, 00.45, 01.25 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
16.45, 21.00, 23.55 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
17.30, 18.20, 03.45, 04.30 «ДЛЯ ЛЮДЕЙ». (16+)
21.45 «КОГДА ЖИЗНЬ НЕ СТОИТ НА ПУТИ». (16+) США, 2014 г.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

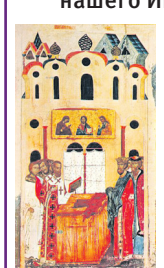
СПАС

05.00 Новый завет вслух. (0+)
05.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
05.30 Вся Россия. (0+)
05.45 Лица Церкви. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.30, 10.00 Монастырская кухня. (0+)
10.30 Киево-Печерская Лавра. Фотография тысячелетия. (0+)
11.50 «Возвращение Саввы». Мультфильм. (0+)
12.05 Что скрывает чудо-остров. Цикл: Искатели. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Земля героев. Добрыня Никитич. (0+)
15.35 «ПЕРВОКЛАССНИЦА». (0+)
17.00 Завет. (0+)
18.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
20.05 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». Фильм 1. (0+) СССР, 1980 г.
21.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
23.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

23 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Положение честной ризы Господа нашего Иисуса Христа в Москве.



Мчч. 45 в Никополе Армянском: Леонтия, Маврикия, Даниила, Антония, Александра, Ианикита, Сисиния, Менеи, Вирилада и прочих. Прп. Антония Печерского, Киевского, начальника всех русских монахов. Мч. Аполлония. Мчч. Вианора и Силуана. Преподобных пустынников египетских, огнем и дымом уморенных. Прп. Силуана, схимника Печерского. Прпп. Евмения и Парфения Гортинских. Сщмчч. Александра, Василия, Петра и Стефана пресвитеров, Георгия и Нестора диаконов. Коневской иконы Божией Матери.

Поста нет.

«Благость и правда – две руки Господа, простертые над каждым. Одна наказывает, чтобы другой представить случай помиловать».

Прп. Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)

16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ДВОЕ ПРОТИВ СМЕРТИ». (12+)
Вик дозванивается до Леры, но она не хочет его слышать...
23.30 «Звёзды под гипнозом». (16+)
01.15 «Время покажет». (16+)
03.00 Новости
03.05 «Время покажет». (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
23.00 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)
У новой пациентки Рихтера, сестры Сергии, красные нарывы на руках. В то время как сестры-монахини считают, что это стигматы, Рихтер подозревает, что это дерматит, вызванный аллергической реакцией...
01.20 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (12+)
Соседка Борзовой Полина Ермолаевна укоряет Алевтину за неподобающий молодой женщине образ жизни.
03.20 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

НТВ

05.10 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Роман Шилов оказывается в Центральном отделении полиции в должности простого опера. Нельзя сказать, что все этому рады...
16.00 Сегодня
16.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
В Даниловске найдены трупы Оксаны Дементьевой и еще двух рыжеволосых девушек. Все нити преступления ведут в местный ночной клуб «Дымка». Чтобы вычислить преступника, Корецкой приходится устроиться на работу в клуб танцовщицей. Против САУ играет опытный и сильный противник.
00.45 «ПАУТИНА». (16+)
03.55 Их нравы. (0+)
04.30 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)

СТС

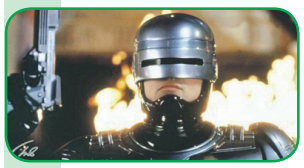
06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Да здравствует король Джулиан!» (6+)
07.10 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
16.25 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
США - Австралия, 2016 г. Фэнтези. Брентон Туэйтс, Джерард Батлер. Некогда процветающее египетское царство погружается в хаос: бог тьмы Сет убивает своего брата Осириса и узурпирует трон. Вызов ему неожиданно бросает простой смертный, находчивый молодой вор.
18.55 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
21.00 «СТУКАЧ». (12+)
США - ОАЭ, 2012 г. Драматический триллер. Дуэйн Джонсон, Барри Пеппер, Джон Бернтал. Ради спасения сына, которому грозит срок за продажу наркотиков, отец идёт на сделку с полицией.
23.15 «МЕХАНИК». (18+)
01.00 «НЕУЛОВИМЫЕ. ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
02.25 «НЕУЛОВИМЫЕ. ДЖЕКПОТ». (16+)
03.45 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
04.55 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «ОЛЬГА». (16+)
Ольга становится бабушкой, но Гриша не желает разделить с ней это счастье, он просто исчезает. У Ани постродовая депрессия и Андрюха решает помочь новоиспечённой мамаше. Юрген сбегает в Москву, но вернуться домой и заявиться перед Ольгой не так-то просто. На помощь приходит Чича, который помогает Юргену найти работу.
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Где логика?». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «STAND UP». (16+)
03.00 «Открытый микрофон». (16+)
05.40 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 Засекреченные списки. (16+)
06.00 11.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.40 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «РОБОКОП-3». (16+)



США, 1993 г. Фантастический боевик. Роберт Джон Бёрк, Нэнси Аллен, Рип Торн, Джон Касл, Стивен Рут.
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «Анекдот Шоу с Вадимом Галыгиным». (16+)
01.00 «СПАРТАК: БОГИ АРЕНЫ». (18+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 Есть один секрет. (16+)
05.30 07.40 01.15 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
Мы нашли настоящего «доктора Айболита»! Его советам можно доверять, потому что он - врач высшей категории и кандидат медицинских наук!
13.00 16.00 Орел и решка. Перезагрузка. (12+)
15.00 Орел и решка. Америка. (16+)
17.00 На ножах. (16+)
23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
03.30 Верю - не верю. (16+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
06.45 19.00 «Дорожные войны». (16+)
12.00 «Дорога». (16+)
13.00 «Идеальный ужин». (16+)
15.00 23.00 «Опасные связи». (16+)
16.30 «Вне закона». (16+)
18.00 05.20 «Улетное видео». (16+)
21.00 «Решала». (16+)
00.00 «+100500». (18+)
01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)
01.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ». (16+)
03.00 «КАК ИЗБЕЖАТЬ НАКАЗАНИЯ ЗА УБИЙСТВО». (18+)
03.45 «ЛЕДЯНОЙ». (16+)

ОТР

05.00 11.05 «Прав!Да?»
05.55 12.05 «Большая страна». (12+)
06.20 «Большая наука»
07.00 15.10 «СЕМЬЯ СВЕТОФОРОВЫХ». (12+)
07.25 16.45 «Вспомнить всё. (12+)
07.50 «Символы русского флота». (12+)
08.30 Мультфильмы
09.10 22.05 «ЕВА». (12+)
12.00 13.00 15.00 Новости
12.30 «Гамбургский счёт»
13.10 18.00 ОТРажение
15.40 «Медосмотр». (12+)
15.50 «Путешествие по городам с историей»
16.15 «Фигура речи». (12+)
17.10 «Культурный обмен»
21.05 «Моя история». (12+)
21.35 «Морской узел. Адмирал Эссен». (12+)

Ю

05.20 «ДУРНУШКА». (12+)
06.45 «В теме». (16+)
07.10 «ТРОПИКАНКА». (12+)
Вы увидите историю любви молодой наследницы богатой семьи Летисии и обычного рыбака Рамиро.
08.00 «КЛОН». (16+)
09.00 «Беременна в 16». (16+)
12.00 «Взвешенные и счастливые». (16+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.30 «Бывшие». (16+)
19.25 «КЛОН». (16+)
21.20 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
23.15 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
01.00 «В теме». (16+)
01.35 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
03.10 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 06.50 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)
08.50 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
10.00 Новости
10.10 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. (16+)
14.10, 04.20 Дела семейные. (16+)
16.00 Новости
16.15, 00.55 Такому мама не научит. (12+)
17.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40, 05.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+)
00.00 Новости
01.20 «ГРАЖДАНКА КАТЕРИНА». (12+)

РЕТРО

00.05, 09.55 «ЖИЗНЬ С ОТЦОМ». (16+)
02.10, 03.10, 06.00, 07.05, 23.35 Песня года. (12+)
04.20, 22.15 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ». (12+)
05.30 Мультфильмы. (0+)
09.30 «Метеор на ринге». Мультфильм. (0+)
12.15 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)
12.55 «По следам бременских музыкантов». Мультфильм. (6+)
13.25 «Почта». Мультфильм. (6+)
13.45 «Самый, самый, самый, самый». Мультфильм. (0+)
14.10, 15.35, 18.05, 19.20 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
17.05 Кастро: человек и миф. (12+)
20.45 Принцессы мира. (12+)
21.40 Сыны России: Русский Гораций. (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Жужики». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Тимон и Пумба». (6+)
13.00 «7 гномов». (6+) Любимые герои возвращаются! В новом современном мультсериале «7 гномов» зрителей ждет встреча со знаменитой компанией друзей. Умник, Простачок, Скромник, Ворчун, Чихун, Соня и Весельчак знакомы миллионам людей во всем мире по непревзойденному шедевру анимации Disney «Белоснежка и Семь гномов»! В центре сюжета нового анимационного проекта - приключения друзей в волшебном королевстве
19.30 «Горбун из Нотр-Дама-2». (6+)
20.55 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.00 «Великий Человек-Паук: Воины паутины». (12+)
23.55 «Мстители: Революция Альтрона». (12+)
00.55 «Гравити Фолз». (12+)
03.05 «Геркулес». (12+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки» (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.25 «Пластилинки». (0+)
08.30 «Юху спешит на помощь». (0+)
08.40 «Семейка Бегемотов». (0+)
08.50 «Три кота». (0+)
09.20 «Magic English». (0+)
09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
10.30 «Говорящий Том: Герои». (0+)
10.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Металионы». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Истории свинок». (6+)
13.30 «Барбоскины». (0+)
14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
14.10 «Джинглики». (0+)
15.15 «Четверо в кубе». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Свинка Пеппа». (0+)
17.25 «Царевны». (0+)
18.05 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Томас и его друзья». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
22.25 «Ниндзяго». (6+)
23.15 «LBX - Битвы маленьких гигантов». (12+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.00 «Детектив Миретта». (6+)
02.15 «Шиммер и Шайн». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25 Взрывая историю: Проклятие сокровищ джунглей. (12+)
07.20 Махинаторы. (12+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)
09.10 Как работают машины. (12+)
10.05, 10.30 Охотники за складами. (16+)
11.00, 11.55 Охотники за старьем. (12+)
12.50 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
13.45 Как работают машины. (12+)
14.40 Махинаторы. (12+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)
16.30 Взрывая историю: Похороненные сокровища Рамзеса. (12+)
Абу-Симбел - крупнейший вырезанный в скале храм - 3000 лет тому назад построил фараон Рамзес II. Какие он преследовал цели?
17.25 Металлоломщики. (16+)
18.20 Охотники за старьем. (12+)
19.15 Как работают машины. (12+)
20.10 Махинаторы. (12+)
21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
22.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
22.55 Выжить вместе. (16+)
23.50 Самогонщики. (18+)
00.45 Братья Дизель. (12+)
01.40 Автобан А2. (12+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Выжить вместе. (16+)
05.10 Металлоломщики. (16+)

VIASAT HISTORY

06.05 Запретная история. (12+)
07.15, 07.45 Невероятные изобретения. (12+)
08.10 Запретная история. (12+)
09.05, 09.50, 10.40, 11.25 Музейные тайны. (12+)
12.15, 13.05, 13.55 Заговор. (12+)
14.45, 15.35 Карты убийства. (12+)
16.20 Взгляд изнутри: убийство Джона Кеннеди. (12+)
17.25, 18.15 Смертоносный интеллект. (12+)
19.05 История без прикрас. (12+) Очень долго никто не сомневался, что план Маршалла спас Европу от отчаяния и хаоса войны...
20.05 История Европы. (12+) Континент определяет скорее культура, чем география. Европа получила свое название от мифического соблазнения королевы Европы Зевсом, владыкой древнегреческих богов. А отсюда все дороги ведут в Рим…
21.00 Тайны египетских пирамид. (12+)
22.00 Охотники на нацистов. (16+)
23.00 Запретная история. (12+)
23.50 Заговор. (12+)
00.40 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
01.30 Охотники на нацистов. (16+)
02.20 Запретная история. (12+)
03.15 Заговор. (12+)
04.05 Карты убийства. (12+)
04.55 Музейные тайны. (12+)
05.45 Запретная история. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
07.20, 08.15 Дикий тунец. (16+)
09.10 Суперкар со свалки. (16+)
10.00, 10.25 Научные глупости. (16+)
10.55, 11.45 Авто - SOS. (16+)
12.35 Инстинкт выживания: Жертвоприношение в джунглях. (16+)
13.25, 14.15 Аполлон: Обратно к Луне. (16+)
15.10 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
16.00, 16.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.45 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
18.35 Суперкар со свалки. (16+)
19.25 Внутри невероятной механики. (16+)
20.15 Авто - SOS. (16+)
21.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00 Операция: подъем акулы. (16+)
22.50 Пропавшая колония Колумба. (16+)
23.45 Космос: Пространство и время. (16+)
00.35 Операция: подъем акулы. (16+)
01.20 Злоключения за границей. (16+)
02.05, 02.30 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
03.40 Операция: подъем акулы. (16+)
04.25 Авто - SOS. (16+)
05.15 Исследователь 2.0. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 «Пешком...»
07.05 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
08.10 «Легенды мирового кино»
08.35 21.50 «ГОНКИ ПО ВЕРТИКАЛИ»
09.45 «Важные вещи»
10.00 Новости культуры
10.15 «Острова»
11.00 «СИТА И РАМА»
12.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов!
13.20 «Полет на Марс, или Волонтеры «Красной планеты»
13.45 18.15 Цвет времени
14.00 «Древний Египет. Жизнь и смерть в Долине Царей»
15.00 Новости культуры
15.10 Спектакль «Чайка»
17.25 «Олег Янковский. Полеты наяву»
18.30 Звезды XXI века
19.30 Новости культуры
19.45 «Китай. Империя времени»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
20.55 «Острова»
21.40 Цвет времени
23.00 «Красота скрытого». История нижнего платья с Ренатой Литвиновой»
23.30 Новости культуры
23.50 «Pгоневесомость»
00.30 Звезды XXI века
01.25 «В ЛЕСАХ И НА ГОРАХ»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Ералаш». (6+)
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «БЕСТСЕЛЛЕР ПО ЛЮБВИ». (12+)

10.35 «Инна Ульянова. В любви я Эйнштейн». (12+)
11.30 События
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 События
18.15 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
20.05 «КТО ТЫ?» (16+)
22.00 События
22.30 «Линия защиты». (16+)
23.05 «Прощание». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Хроники московского быта. Кровавый шоу-бизнес 90-х». (12+)
01.45 «Жуков и Рокоссовский. Служили два товарища». (12+)
02.25 «КТО ТЫ?» (16+)
04.00 «ПОД КАБЛУКОМ». (12+)
05.35 «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 «Знаки судьбы». (16+)
17.35 «Слепая». (16+)
18.40 «КОСТИ». (12+)
Бут получает таинственный звонок от незнакомца и едет на встречу, о которой его просят. Однако пока он добирается до назначенного места, звонивший ему человек погибает от взрыва...
23.00 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ХОЧУ ВЕРИТЬ». (16+)

США, 2008 г. Ужасы. Дэвид Духовны, Джиллиан Андерсо, Аманда Пит.
Бывший агент спецподразделения ФБР Дана Скалли теперь работает врачом в католическом госпитале. Однажды к ней за помощью обращается агент Мосли Драмми...
01.15 «Знахарки». (12+)
04.00 «Тайные знаки». (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 «Удачная покупка». (16+)
06.45 «Плохие девчонки». (16+)
07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.45 «Давай разведёмся!» (16+)
09.45 «Тест на отцовство». (16+)
10.45 «Реальная мистика». (16+)
12.45 «Понять. Простить». (16+)
15.05 «ЯЩИК ПАНДОРЫ». (16+)
19.00 «СЧАСТЬЕ ЕСТЬ». (16+)

Россия, 2011 г. Мелодрама. Наталия Антонова, Анна Михайловская. Светлане сорок лет, она живёт вместе с 18-летней дочерью...
23.00 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (16+)
01.05 «Понять. Простить». (16+)
03.05 «Реальная мистика». (16+)
04.45 «Тест на отцовство». (16+)
05.35 «По делам несовершеннолетних». (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.20 «Страх в твоем доме». (16+)
06.00 «ГАИШНИКИ-2». (16+)
08.20 09.25 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (12+)
09.00 13.00 «Известия»
13.25 «ГЛУХАРЬ». (16+)
16.35 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
18.30 03.05 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.15 «МАТЬ-И-МАЧЕХА». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 08.20 «Легенды музыки». (6+)
08.00 13.00 18.00 21.50 Новости дня
09.15 10.05 13.15 14.05 «ХУТОРЯНИН». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
18.35 «История водолазного дела». (12+)
19.15 20.05 21.00 22.00 22.50 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (12+)
23.40 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (0+)
01.05 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (0+)
02.20 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
04.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)

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 «Люди луны. Тайная жизнь». (16+)
11.45 «Звёздное интервью». (12+)
12.15 14.30 18.00 «Арт-проспект». (12+)
12.30 14.45 «Актуальное интервью». (12+)
12.45 15.00 «Соль земли». (12+)
13.00 03.45 «Открытая наука». (12+)
13.30 18.15 «Футбол губернии». (12+)
15.15 04.15 «Мастер-класс». (12+)
16.30 «ТАКСИ-2». (12+)
17.00 01.15 «Заметные люди». (12+)
17.45 «Собрание сочинений». (12+)
18.45 20.45 00.00 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Воронежские спасатели». (12+)
19.15 21.15 02.15 «Сибур. Территория успеха». (12+)
20.00 22.00 03.00 «Легенды спорта». (12+)
20.15 22.15 03.15 «Формула здоровья». (12+)
22.45 «И НИКТО ДРУГОЙ». (16+)
00.15 «Адрес истории». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 Хайдайвинг. Чемпионат мира по водным видам спорта. Мужчины
07.30 11.25 18.00 19.50 21.05 Новости
07.35 11.30 13.35 18.05 21.10 22.45 Все на Матч!
09.25 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Арсенал» (Англия). Международный Кубок чемпионов. (0+)
12.25 13.55 Чемпионат мира по водным видам спорта
16.00 Футбол. «Ювентус» (Италия) - «Интер» (Италия). Международный Кубок чемпионов. (0+)
19.20 22.25 «Страна восходящего спорта». (12+)
19.55 Пляжный футбол. Чемпионат мира-2019. Отборочный турнир
21.40 «Мурат Гассиев. Новый вызов». (16+)
23.10 Футбол. Международный Кубок чемпионов. (0+)
01.10 Футбол. Кубок Либертадорес. 1/8 финала
03.10 Футбол. «Фиорентина» (Италия) - «Бенфика» (Португалия). Международный Кубок чемпионов

EUROSPORT 1

01.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
02.00 Тележурнал Watts. (0+)
02.30 Велоспорт. La Course. (0+)
04.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 16-й этап. (0+)
06.00, 19.05 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
07.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 16-й этап. (0+)
09.30, 20.05 Ралли. ERC. «All Access». (0+)
10.05 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
11.05 Конный спорт. Rolex Grand Slam. (0+)
12.10 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
13.15 Велоспорт. «Тур де Франс». 17-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.30 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
20.35, 21.00, 21.30 Олимпийские игры. «Живые легенды». (0+)
22.00 АТР: за кадром. (0+)
22.30 Тележурнал Watts. (0+)
23.15 Автогонки. Формула Е. Нью-Йорк. Обзор. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая Лихорадка. (16+)
06.00 08.40 13.40 18.00 Pro-новости. (16+)
06.10 10 11.35 10 17.05 10 клипов дня. (16+)
06.55 17.00 00.00 PRO-Клип. (16+)
07.00 10.30 Check-IN на Муз-ТВ. (16+)
08.00 100% летний хит. (16+)
09.00 Top чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
12.25 10 самых. (16+)
13.00 Русские хиты. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 Караокинг. (16+)
18.20 #23.00 # ЯНАМуз-ТВ. (16+)
19.00 R'n'B чарт. (16+)
20.00 Дискотека. (16+)
22.00 Ждите ответа. (16+)
00.05 Неспиннер. (16+)
03.00 Наше Made in Russia! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «Гадкий я». Мультфильм. (12+)
07.55 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
09.40 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
11.25 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
13.55 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
16.25 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
18.20 «Гадкий я». Мультфильм. (12+)
20.10 «ОБЛИВИОН». (16+) США, 2013 г.
22.30 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (6+)
00.35 «ШПИОН, ВЫЙДИ ВОН!» (18+)
02.55 «ГОЛОС ИЗ КАМНЯ». (18+)
04.25 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
08.10 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)
09.50 «КРАЙ». (16+)
12.15, 13.00 «ПАРФЮМЕРША». (12+)
14.05 «ЛЁД». (12+)
16.20 «ШПИОН». (16+)
18.25 «ГОРЬКО!» (16+)
20.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+) Россия, 2007 г. В ролях: Владимир Вдовиченков, Григорий Сиятвинда, Гоша Куценко, Слава
22.10 «ВИКИНГ». (12+) Россия, 2016 г. В ролях: Данила Козловский, Светлана Ходченкова
00.50 «КОНВЕРТ». (16+)
02.25 «РУСАЛКА». (16+)
04.25, 05.10 «ПАРФЮМЕРША». (12+)

ДОМ КИНО

06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
10.25 «ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)
11.45 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (6+)
13.20 «СВАТЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (12+) СССР, 1978 г.
20.40 Вечер вместе. «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА». (12+)
22.35 Вечер вместе. «СТАРЫЙ ЗНАКОМЫЙ». (12+)
00.15 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
01.40 «ГРАЖДАНИН ЛЁШКА». (6+)
03.15 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
04.50 «ПРАВО НА ПРЫЖОК». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.30 «ОДНАЖДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+)
02.20 «КОРОЛЁВ». (16+)
04.15 «ГАМЛЕТ XXI ВЕК». (16+)
06.45 «ЖМУРКИ». (16+)
08.40 «ПРИЗРАК». (12+)
10.35, 11.30, 12.25, 13.20 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
14.10 «ИГРА». (16+)
15.50 «ЖИТЬ». (16+) Драма, триллер, криминал, Россия, 2010 г.
17.10 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
19.05 «ДУРА». (16+) Комедия, драма, Россия, 2005 г.
20.50 «КУКУШКА». (16+) Драма, военный фильм, Россия, 2002 г.
22.35 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+) Фантастика, Россия, 2016 г.

КИНОКОМЕДИЯ

00.00 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ». (18+)
01.45 «1+1». (16+)
04.20 «ИМЯ». (16+)
06.20 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)
08.15 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
10.20 «УБЕЙ МЕНЯ ТРИЖДЫ». (18+)
12.05 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
14.00 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
15.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
17.45 «БАНДИТКИ». (16+)
19.30 «ПАРИЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
21.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ». (16+) Комедия, мелодрама, Франция, Бельгия, 2018 г.
23.00 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
06.55, 07.55, 11.10, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
08.55, 09.40, 20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.25, 21.30, 02.45 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
12.10, 12.55, 03.30, 04.15, 05.00 Проект подиум. (16+)
13.40 «КОГДА ГАРРИ ВСТРЕТИЛ САЛЛИ». (16+)
15.15, 16.10 Холостячка. (16+)
22.15, 22.35, 02.00, 02.20 «ЮНАЯ». (16+)
23.00, 23.45 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
05.40 Спросони. (12+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «МИФ ОБ ИДЕАЛЬНОМ МУЖЧИНЕ». (16+)
04.00, 05.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)

FOX LIFE

06.00, 06.55, 19.00, 20.00 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
07.55 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
08.25 Американское путешествие Джейми. (12+)
09.20, 09.50 Готовим быстро и легко с Джейми Оливером. (12+)
10.20, 11.15, 02.20, 03.10 «НОМЕР 309». (16+)
12.05 «КОГДА ЖИЗНЬ НЕ СТОИТ НА ПУТИ». (16+)
13.30, 14.15, 23.20 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
15.05, 15.50, 00.55, 01.35 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
16.40, 21.00, 00.05 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
17.25, 03.55 «ДЛЯ ЛЮДЕЙ». (16+)
18.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
21.45 «ДОБРАЯ ВЕДЬМА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый завет вслух. (0+)
05.15 Вся Россия. (0+)
05.30 Как я стал монахом. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.30, 10.00 Монастырская кухня. (0+)
10.30 Апостолы Руси. Цикл: Русские праведники. (0+)
11.25 Я тебя люблю. (0+)
12.25 В поисках Бога. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Земля героев. Илья Муромец. (0+)
15.35 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». Фильм 1. (0+) СССР, 1980 г. Режиссёр: Сурен Шахбазян. В ролях: Олег Меньшиков, Николай Скоробогатов, Борис Новиков
17.00 Завет. (0+)
18.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
20.05 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». Фильм 2. (0+)
21.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
23.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

24 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Равноап. Ольги, вел. княгини Российской, во Св. Крещении Елены.

Воспоминание чуда вмц. Евфимии всехвальной, имже Православие утвердися. Обретение мощей сщмч. Илариона, архиеп. Верейского. Мч. Киндея пресвитера. Ржевской, или Оковецкой, и Борколабовской икон Божией Матери.

Постный день.

« Мысль о милосердии Божием принимай только тогда, когда низвергаешься в глубину отчаяния».
Прп. Иоанн Лествичник

Что такое шипица и как с ней бороться

На стопе или руке вдруг появляется странный нарост желтоватого цвета, похожий на твёрдую мозоль...

Если нажать на нарост, возникает боль, как будто под ним сидит заноза. Попытки удалить «мозоль» обычным способом успеха не приносят – она вырастает снова и снова.
Это шипица – подкожная бородавка. Сегодня мы с врачом-дерматологом Татьяной Ковалевской расскажем, почему появляется подкожная бородавка и как от нее избавиться.

– Доктор, как вы оцениваете моё состояние?
– Вполне достаточным для оплаты лечения!

Внешне похожа на мозоль

Шипица похожа на мозоль тем, что также покрыта ороговевшей кожей. Однако под этой кожей находятся ее «ножки» – сосочковидные разрастания, которые способны уходить вглубь мышечной ткани. Именно из-за этих разрастаний и не удается удалить шипицу так же, как и мозоль, – на месте среза огоровевшей ткани из них вырастают новые образования.
Шипица является доброкачественным образованием, но может разрастись на всю стопу, поэтому от нее необходимо избавляться.

Откуда она берётся?

Вызывает шипицу вирус папилломы, который легко подхватить в общественной бане, на пляже и т.д. Особенно если на стопе или руке есть необработанная ранка – царапина, потертость и трещинка... Вирус очень быстро размножается во влажной среде, поэтому в зоне особого риска люди с повышенной потливостью ног. Здоровый организм легко справляется с вирусом шипицы. Но если иммунитет ослаблен, этот агрессивный вирус быстро внедряется под кожу и разрастается.

Внимание!

Для постановки верного диагноза необходимо обратиться к врачу-дерматологу и сдать анализы для установления типа ВПЧ.

Что делать?

Если вы обнаружили шипицу – не пробуйте избавиться от образования самостоятельно, даже если оно находится в зачаточном состоянии. Обязательно обратитесь к дерматологу, который точно поставит диагноз и удалит подкожную бородавку быстро и безболезненно.

Если подкожных бородавок много (или одна, но большая и разрастается), необходимо срочно обратиться к врачу-дерматологу. Удалить разросшуюся шипицу или несколько застарелых шипиц за один прием, скорее всего, не удастся, поэтому придется запастись терпением.

В ряде случаев может потребоваться хирургическое вмешательство. Не занимайтесь самолечением.
Кроме того, кроме дерматолога следует посетить и специалиста-иммунолога. Ведь если не укрепить иммунитет, разнообразные болячки будут возникать снова и снова.

Детали

Удаление шипицы с помощью салиподного пластыря

С недавно возникшей шипицей хорошо справляется пластырь «Салипод». Для лечения необходимо вырезать из пластыря небольшой кусок и наклеить непосредственно на шипицу, не выходя за ее пределы. Сверху лучше зафиксировать «Салипод» обычным пластырем. Через 12 часов все пластыри можно удалить. Если шипица выйдет не полностью, процедуру нужно повторить.

От первого лица

Татьяна Ковалевская, врач-дерматолог:
– Медицинские методы лечения шипицы дают хорошие, надежные результаты. Очень важно обратиться к врачу как можно раньше, не запуская заболевание. Не ставьте себе сами диагноз, а тем более не занимайтесь самолечением. В том числе и потому, что необходимо убедиться, что удалены и все корни. Если корни не удалить или не обезвредить с помощью прижигания, шипица вырастет вновь, и, скорее всего, она будет уже не одна.
Лечение может быть разным. Например, пациентам с ранней шипицей врач может порекомендовать специальный пластырь, который клеится непосредственно на шипицу, на 12 часов, и сверху фиксируется пластырем обычным.
Врач может рекомендовать и другое лечение: шипицу прижигают жидким азотом или ферезолом. Это, на мой взгляд, самый распространенный и действенный метод. Как правило, хватает одного-двух сеансов.
Также применяются концентрат ионов серебра, щелочное или кислотное воздействие.
С небольшими шипицами эффективно борется электрокоагуляция и ляписный карандаш.
В особо запущенных случаях необходимо хирургическое вмешательство – шипицу вырезает хирург при местной анестезии.

В КОПИЛКУ ЗДОРОВЫХ СОВЕТОВ

Клюква, лимонник, кофе – что снижает, а что повышает давление

Зачастую мы используем для лечения народные средства. Но сегодня наука нередко опровергает вековые представления о пользе или вреде тех или иных лекарственных растений.

Поэтому лучше не заниматься самолечением и обсудить применение народных средств с лечащим врачом. Иначе есть риск не поправить, а ухудшить свое состояние.

Клюква

Ряд исследований свидетельствуют, что клюква является одним из природных средств для снижения давления. Входящие в состав клюквы вещества очищают сосуды, способствуют улучшению их работы и увеличению содержания так называемого хорошего холестерина.

Лимонник

Лимонник также укрепляет сосуды, увеличивает их проходимость, но при этом на некоторое время сужает их. В результате давление увеличивается. Гипертоникам лимонник противопоказан, а вот гипотоникам пойдет на пользу.

Кофе

Как доказали ученые, влияние кофеина на артериальное давление не укладывается в рамки понятий «повышает» или «понижает». Кофе стабилизирует давление, но это зависит от многих факторов. В частности, от того, какое давление является для конкретного человека нормальным.
Так, пониженное давление кофе доводит до нормального, то есть немного повышает.
При нормальном АД под воздействием кофе давление либо не изменится, либо незначительно и плавно повысится.
При гипертонии употребление кофе давление не повысит, но будет препятствовать его понижению. Кроме того, влияние кофе на организм зависит еще и от того, как часто человек его пьет.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: Monkey Business Images, Evgeniy Kalinovskiy/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

Подарки от витамина С

Один из постоянных спутников молодости, красоты и стройности – витамин С.

Если включать в свое ежедневное меню продукты, богатые аскорбиновой кислотой, желаемая физическая форма станет на шаг ближе.

КСТАТИ

Рекомендованная норма витамина С в сутки: для мужчин – 90 мг, для женщин – 75 мг.

ДРУЖЕСКИЙ ВИТАМИН

Витамин С укрепляет иммунную систему и усиливает действие других антиоксидантов – таких как селен и витамин Е. Кроме того, он участвует в синтезе белка коллагена, благодаря которому кожа выглядит молодой и подтянутой и который также замедляет процессы старения организма.

Семечки – это не только витамин Е, но и два-три часа женского молчания.

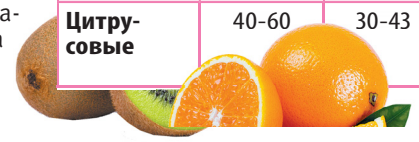
Больше пользы

Ниже мы расскажем о продуктах, которые считаются настоящими чемпионами по содержанию витамина С. А пока спросим у диетолога **Людмилы Сидоровой,** как сохранить его свойства во время приготовления.

– Витамин С считается одним из самых чувствительных и неустойчивых витаминов, он быстро разрушается в некомфортных для него условиях. А это длительное хранение продуктов при комнатной температуре, солнечный свет, – рассказала нам Людмила. – Чтобы этого не произошло, сразу убирайте продукты, богатые витамином С, в холодильник и по возможности даже замораживайте. Овощные салаты желательно готовить непосредственно перед употреблением. А лучше всего помидоры, огурцы и зелень подавать целыми или минимально порезанными – так сохраняется больше витамина. При кулинарной обработке используйте более щадящие виды: варка на пару, запекание. И закладывайте продукты сразу в кипящую воду.

Пьедестал витаминного почёта

Продукт	Содержание витамина С, мг/100 г	Энергетическая ценность, ккал /100 г	Дополнительные полезные свойства продукта
Шиповник	1100	51	Оказывает тонизирующее и общеукрепляющее действие на весь организм в целом.
Черная смородина	200	44	Эфирные масла, антоцианы, пектины и органические кислоты дают ей способность к лечению многих заболеваний.
Болгарский перец	150 (желтый), 250 (красный)	27	Спелый перец содержит ликопин и большое количество витамина А (больше, чем в морковке), которые благотворно влияют на здоровье глаз. Кроме того, ликопин продлевает молодость всего организма.
Перец чили	140	40	Придающий жгучесть капсаицин воздействует на мозг, заставляя вырабатывать больше эндорфинов, и благотворно влияет на настроение, сон, а также центральную нервную систему.
Зелень	100-140	23-49	Зелень содержит большое количество клетчатки, которая очищает наш организм, выводя шлаки и нормализуя метаболизм.
Киви	92,7	61	Содержит редкий актинидин, который способствует расщеплению и лучшему усвоению белков.
Цитрусовые	40-60	30-43	Эфирные масла цитрусовых защищают от простуды, нормализуют сон, улучшают настроение и помогают бороться с симптомами сезонной депрессии.



Подготовила Татьяна МИХАЛЁВА

Фото: Alliance Images2/Shutterstock.com

Домашний повар СВ

Номер уже в продаже!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ВНИМАНИЕ!
Приобрести номера Спецвыпусков «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно также:

- на сайте **www.avanta.ru** в разделе «Серии издательства «Кардос»». Доставка по всей России. ООО «АВИКС» *(Юр. адрес: 105082, г. Москва, Набережная Рубцовская, д. 3, стр. 3, пом. 1, комната 25. ОГРН 1177746345622)*
- по телефону **8-800-100-67-14** *(будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный)*. Доставка по всей России

Номер уже в продаже!

ООО «ИД «КАРДОС» 12+ Реклама

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)

18.00 Новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ДВОЕ ПРОТИВ СМЕРТИ». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.25 На ночь глядя. (16+)
Гость программы -Людмила Петрушевская (прозаик, драматург, сценарист, певица, автор музыкального проекта «Кабаре Людмилы Петрушевской»).
01.20 «Время покажет». (16+)
03.00 Новости
03.05 «Время покажет». (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
23.00 Ко Дню сотрудника органов следствия РФ. «Профессия - следователь». (16+)
23.55 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (12+)
У Максима - сложная ситуация в личной жизни: он собирается с духом, чтобы уйти от любимой жены к беременной любовнице.
03.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
Найден зарезанным молодой мужчина. Вскоре обнаружен его одноклассник, повесившийся у себя дома.

НТВ

05.15 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Из военной части, где когда-то служил Танкист, сбегают двое солдат с машиной оружия, убив младшего офицера, сопровождавшего груз. Дезертиры являются к Танкисту с просьбой найти покупателя.
16.00 Сегодня
16.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Сотрудники САУ расследуют массовое отравление лосьоном для ванной «Зверобой», которое несколько человек употребили внутрь. Выясняется, что в последней партии этиловый спирт был заменен на метиловый.
00.45 «ПАУТИНА». (16+)
03.50 Их нравы. (0+)
04.30 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)

СТС

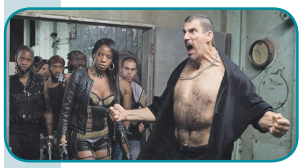
06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Да здравствует король Джулиан!» (6+)
07.10 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 Ералаш. (0+)
07.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
15.05 «МЕХАНИК». (16+)
США, 2010 г. Криминальный боевик. Джейсон Стэйтем, Бен Фостер, Тони Голдуин. Артур Бишоп - профессиональный киллер. Он мастер своего дела, и ему нет равных. Его работа требует полного самообладания и беспристрастности.
16.55 «СТУКАЧ». (12+)
19.15 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (12+)
21.00 «ЭЛИЗИУМ». (16+)
США, 2013 г. Фантастический боевик. Мэтт Дэймон, Алиси Брага. 2154 год. Земля страдает от перенаселения, болезней и войн. Самые богатые люди переселились на космическую станцию «Элизиум» с чистой окружающей средой.
23.10 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)
01.30 «НЕУЛОВИМЫЕ. ДЖЕКПОТ». (16+)
02.55 «НЕУЛОВИМЫЕ. БАНГКОК». (16+)
04.15 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
05.00 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «ОЛЬГА». (16+)
Ольга пытается выяснить, откуда у Тимки синяки и проводит свое расследование. Лена всю ночь заливает после расставания с Максом, а на утро обнаруживает себя в странной компании. Андрюха отправляется проведать Юргена в коммуну и попадает в максимально безумный замес.
21.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «STAND UP». (16+)
03.00 «THT-Club». (16+)
03.05 «Открытый микрофон». (16+)
05.40 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)
06.00 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.40 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (16+)



Франция - Канада, 2013 г. Боевик. Пол Уокер, Давид Белль, RZA, Гучи Бой, Каталина Денис, Аиша Исса.
21.45 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «Анекдот Шоу с Вадимом Галыгиным». (16+)
01.00 «СПАРТАК: БОГИ АРЕНЫ». (18+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 07.30 01.15 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. (12+)
12.30 19.00 Кондитер-3. (16+)
Легендарный мастер и гений кондитерского искусства возвращается! Ведущий самого сладкого шоу страны устраивает грандиозную битву среди кондитеров России. Сотни кулинаров представят Ренату Агзамову свои десерты.
15.00 20.10 На ножах. (16+)
23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
03.30 Верю - не верю. (16+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
06.45 19.00 «Дорожные войны». (16+)
12.00 «Дорога». (16+)
13.00 «Идеальный ужин». (16+)
15.00 23.00 «Опасные связи». (16+)
16.30 «Вне закона». (16+)
18.00 05.20 «Улетное видео». (16+)
21.00 «Решала». (16+)
00.00 «+100500». (18+)
01.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)
01.30 «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ». (16+)
03.00 «КАК ИЗБЕЖАТЬ НАКАЗАНИЯ ЗА УБИЙСТВО». (18+)
03.45 «МОЛОДОЙ МАСТЕР». (12+)

ОТР

05.00 11.05 «Прав!Да?»
05.55 12.05 «Большая страна». (12+)
06.20 «Большая наука»)
07.00 15.10 «СЕМЬЯ СВЕТОФОРОВЫХ». (12+)
07.25 16.45 «Вспомнить всё. (12+)
07.50 «Символы русского флота». (12+)
08.30 Мультфильмы
09.10 22.05 «ЕВА». (12+)
12.00 13.00 15.00 Новости
12.30 «Гамбургский счёт»
13.10 18.00 ОТРажение
15.40 «Медосмотр». (12+)
15.50 «Путешествие по городам с историей»
16.15 «Фигура речи». (12+)
17.10 «Культурный обмен»
21.05 «Моя история». (12+)
21.35 «Морской узел. Адмирал Литке». (12+)

Ю

05.00 «ДУРНУШКА». (12+)
06.55 «В теме». (16+)
07.20 «ТРОПИКАНКА». (12+)
08.15 «КЛОН». (16+)
09.05 «Беременна в 16». (16+)
12.15 «Взвешенные и счастливые». (16+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.30 «Бывшие». (16+)
19.25 «КЛОН». (16+)
21.25 Спасите моего ребенка. (16+)
23.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
Ты увидишь работу лучших следователей ФБР изнутри.
00.45 «В теме». (16+)
01.15 Спасите моего ребенка. (16+)
02.40 «Europa plus чарт». (16+)
03.25 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 06.50 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)
08.50 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
10.00 Новости
10.10 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
13.00 Новости
13.15, 05.10 Зал суда. (16+)
14.10, 03.35 Дела семейные. (16+)
16.00 Новости
16.15 Такому мама не научит. (12+)
17.15, 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40, 05.55 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+)
23.40, 00.10 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (16+)
00.00 Новости
01.50 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)

РЕТРО

00.45, 09.50, 11.00 Песня года. (12+)
01.55, 03.15, 06.00, 07.20, 14.00, 15.15, 18.10, 19.30, 21.55, 23.25 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
04.30 Кастро: человек и миф. (12+)
05.20 Мультфильмы. (12+)
12.50 «Наследство волшебника Бахрама». Мультфильм. (0+)
13.15 «Друзья-товарищи». Мультфильм. (6+)
13.35 «Метеор на ринге». Мультфильм. (0+)
16.45 Принцессы мира. (12+)
17.35 Сыны России: Русский Гораций. (12+) Героем фильма стал Андрей Тимофеевич Болотов - едва ли не самый интересный русский человек во всём 18 столетии.
20.55 На сопках Маньчжурии. (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Жужики». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Тимон и Пумба». (6+)
13.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) Знакомьтесь с тринадцатилетней школьницей Маринет. На первый взгляд она самая обычная девочка, но на самом деле Маринет обладает невероятными способностями! Превращаясь в супергероиню по имени Леди Баг, она борется с самыми коварными злодеями Парижа. Защищать город от преследователей ей помогает таинственный персонаж - Супер-Кот...
19.30 «Хранитель Луны». (6+)
21.25 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.00 «Великий Человек-Паук: Воины паутины». (12+)
23.55 «Мстители: Революция Альтрона». (12+)
00.55 «Мой друг - призрак». (12+)
03.05 «Легенда о Тарзане». (6+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки» (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.25 «Пластилинки». (0+)
08.30 «Юху спешит на помощь». (0+)
08.40 «Семейка Бегемотов». (0+)
08.50 «Три кота». (0+)
09.20 «Magic English». (0+)
09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
10.30 «Говорящий Том: Герои». (0+)
10.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Металионы». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Истории свинок». (6+)
13.30 «Барбоскины». (0+)
14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
14.10 «Джинглики». (0+)
15.15 «Четверо в кубе». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Свинка Пеппа». (0+)
17.25 «Царевны». (0+)
18.05 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Томас и его друзья». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
22.25 «Ниндзяго». (6+)
23.15 «LBX - Битвы маленьких гигантов». (12+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.00 «Детектив Миретта». (6+)
02.15 «Шиммер и Шайн». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25 Взрывая историю. (12+)
07.20 Махинаторы. (12+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)
09.10 Как работают машины. (12+)
10.05, 10.30 Охотники за складами. (16+)
11.00 Аполлон: найденные видео. (12+)
12.50 Что могло пойти не так? (16+)
13.45 Как работают машины. (12+)
14.40 Махинаторы. (12+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)
16.30, 16.55 Чудеса психологии. (16+)
17.25 Металлоломщики. (16+)
18.20 Охотники за старьем. (12+)
19.15 Как работают машины. (12+)
20.10 Махинаторы. (12+)
21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
22.00 Золотой путь Паркера Шнабеля. (16+) Испытав на себе суровое бездорожье Клондайка и ядовитые джунгли Гайаны, Паркер Шнабель отправляется за золотом в Папуа - Новую Гвинею.
22.55 Выжить вместе. (16+)
23.50 Самогонщики. (18+)
00.45 Братья Дизель. (12+)
01.40 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Выжить вместе. (16+)
05.10 Металлоломщики. (16+)

VIASAT HISTORY

07.10 Невероятные изобретения. (12+)
07.35 Запретная история. (12+)
08.30, 09.35, 10.40 Наша Мировая война. (16+)
11.45, 12.40 Правда о Пёрл-Харборе. (12+)
13.30, 14.30, 15.25, 16.25 Творцы XX столетия. (12+)
17.20, 18.20 Война асов. (12+)
19.15 Заговор. (12+)
20.10 История Европы. (12+) Начиная со Средних веков, Европа считала христианство основной западной культуры. Хотя это и правда, многие идеи, сформировавшие Европу, включая христианство, пришли с Востока.
21.10 Рим: первая сверхдержава. (12+) Мы рассказываем историю Ромула и Рема и ищем доказательства доисторических поселений в долине Тибра. А в канализации древнего Рима мы узнаем, как его первые лидеры сделали город каменным.
22.00 Охотники на нацистов. (16+)
23.00 Запретная история. (12+)
23.50, 03.10 Тени средневековья. (12+)
00.40 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
01.30 Охотники на нацистов. (16+)
02.20 Запретная история. (12+)
04.00 Карты убийства. (12+)
04.50, 05.40 Музейные тайны. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
07.20, 08.15 Дикий тунец. (16+)
09.10 Операция: подъем акулы. (16+)
10.00, 10.25 Научные глупости. (16+)
10.55, 11.45 Авто - SOS. (16+)
12.35 Инстинкт выживания. (16+)
13.25, 14.15 Космический шаттл: триумф и трагедия. (16+)
15.05 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
15.55, 16.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.40 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
18.30 Операция: подъем акулы. (16+)
19.25 Пропавшая колония Колумба. (16+)
20.15 Авто - SOS. (16+)
21.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
22.50 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+)
23.40 Космос: Пространство и время. (16+)
00.35 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
01.20 Злоключения за границей. (16+)
02.05, 02.30 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
02.50, 03.35 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
04.20 Авто - SOS. (16+)
05.10 Исследователь 2.0. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 «Пешком...»
07.05 «Китай. Империя времени»
07.55 «Первые в мире»
08.10 «Легенды мирового кино»
08.35 «ГОНКИ ПО ВЕРТИКАЛИ»
09.45 «Важные вещи»
10.00 Новости культуры
10.15 «Острова»
11.00 «СИТА И РАМА»
12.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов!
13.20 «Pronевесомость»
14.05 «Китай. Империя времени»
15.00 Новости культуры
15.10 Спектакль «Чайка»
18.05 «Ход к зрительному залу... Вячеслав Невинный»
18.50 Звезды XXI века
19.30 Новости культуры
19.45 «Китай. Империя времени»
20.35 «Острова»
21.30 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛУЮ»
СССР, 1977 г. Драма. Лидия Федосеева-Шукшина, Станислав Любшин.
23.00 «Красота скрытого». История нижнего платья с Ренатой Литвиновой»
23.30 Новости культуры
23.50 «Женский космос»
00.30 Звезды XXI века
01.30 «В ЛЕСАХ И НА ГОРАХ»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Ералаш». (6+)
08.10 Большое кино. (12+)
08.40 «ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС». (12+)

10.35 «Василий Шукшин. Правду знаю только я». (12+)
11.30 События
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
16.55 «Естественный отбор». (12+)
17.50 События
18.15 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
20.05 «КТО ТЫ?» (16+)
22.00 События
22.30 «Вся правда». (16+)
23.05 «Последняя передача. Трагедии звезд голубого экрана». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Удар властью». (16+)
01.45 «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклание». (12+)
02.25 «КТО ТЫ?» (16+)
03.55 «ПОД КАБЛУКОМ». (12+)
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 «Знаки судьбы». (16+)
17.35 «Слепая». (16+)
18.40 «КОСТИ». (12+)
Эксперты расследуют убийство создателя компьютерных игр. Чем больше следователи узнают о жизни погибшего, тем больше появляется подозреваемых. Вскоре выяснится, что убийство дизайнера имеет свои мотивы...
23.00 «НЕ ДЫШИ». (18+)

США, 2016 г. Ужасы. Стивен Лэнг, Джейн Леви, Дилан Миннетт. Трое друзей Алекс, Бро и Роки промышляют мелкими грабежами. Но однажды им сообщают, что в одном из домов в заброшенной части города живет одинокий пожилой ветеран...
01.00 «Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 «Удачная покупка». (16+)
06.50 «Плохие девчонки». (16+)
07.50 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.50 «Давай разведёмся!» (16+)
09.50 «Тест на отцовство». (16+)
10.50 «Реальная мистика». (16+)
12.45 «Понять. Простить». (16+)
15.05 «СЧАСТЬЕ ЕСТЬ». (16+)
19.00 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА». (16+)

Россия - Украина, 2013 г. Мелодрама. Лиза способна по фотографиям влюбленных определить, подходят ли они друг другу...
23.05 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (16+)
01.10 «Понять. Простить». (16+)
03.10 «Реальная мистика». (16+)
04.40 «Тест на отцовство». (16+)
05.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
06.15 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.45 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (12+)
09.00 «Известия»
09.25 «МСТИТЕЛЬ». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
16.45 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА-2». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.05 «Известия»
03.15 «МАТЬ-И-МАЧЕХА». (16+)

ЗВЕЗДА

06.20 08.20 «Легенды космоса». (6+)
08.00 13.00 18.00 21.50 Новости дня
09.15 10.05 13.15 «ХУТОРЯНИН». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
13.40 14.05 «ЛЬВИНАЯ ДОЛЯ». (12+)
16.00 «С ДОНА ВЫДАЧИ НЕТ». (16+)
18.35 «История водолазного дела». (12+)
19.15 20.05 21.00 22.00 22.50 «Код доступа». (12+)
23.40 «Профессия-следователь». (12+)
00.15 «ЕДИНСТВЕННАЯ...» (0+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.10 09.10 «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 «Владимир Грамматиков. В движении». (16+)
11.45 «Звёздное интервью». (12+)
12.15 14.30 18.00 «Легенды спорта». (12+)
12.30 14.45 «Воронежские спасатели». (12+)
12.45 15.00 «Сибур. Территория успеха». (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 01.15 «Заметные люди». (12+)
17.45 «Собрание сочинений». (12+)
18.45 20.45 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Соль земли». (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». (12+)
22.45 «ТЫ ВСЕГДА БУДЕШЬ СОМНОЙ?». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Квалификация
06.45 «Вся правда про...» (12+)
07.00 08.55 11.00 13.35 21.55 Новости
07.05 11.35 13.40 23.00 Все на Матч!
09.00 Футбол. Кубок Либертадорес. 1/8 финала. (0+)
11.05 Спецрепортаж. (12+)
12.25 Водное поло. Чемпионат мира по водным видам спорта. Мужчины. 1/2 финала
13.55 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
16.00 Футбол. Международный Кубок чемпионов. (0+)
18.00 Реальный спорт
18.40 Пляжный футбол. Чемпионат мира-2019
19.50 Футбол. Лига Европы
22.00 «Большая вода Кванджу». (12+)
23.35 «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ». (16+)
01.25 Профессиональный бокс. (16+)
03.25 Футбол. Кубок Либертадорес. 1/8 финала

EUROSPORT 1

00.15 Автогонки. Blancpain GT World Challenge. Зандвурт. Обзор. (0+)
00.45 Олимпийские игры. «Живые легенды». (0+)
01.00, 11.00, 22.05 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
02.00, 19.30 Ралли. ERC. Италия. Обзор. (0+)
02.30, 09.30, 20.40 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
04.00, 07.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 17-й этап. (0+)
06.00, 06.45, 23.05 Гребной слалом. Кубок мира. Словения. (0+)
12.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 18-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.20 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
18.50 Тележурнал Watts. (0+)
19.00 Автогонки. Blancpain GT World Challenge. Зандвурт. Обзор. (0+)
20.00 Автогонки. Формула Е. Нью-Йорк. Обзор. (0+)
23.35 Настольный теннис. Мировой тур. Australian Open. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х. (16+)
06.00 08.40 13.40 18.00 Pro-новости. (16+)
06.10 10 11.35 10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55 10.25 17.00 PRO-Клип. (16+)
07.00 Check-IN на Муз-ТВ. (16+)
08.00 Золотая Лихорадка. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30 Ждите ответа. (16+)
12.25 Премия Муз-ТВ. (16+)
13.00 # ЯНАМуз-ТВ. (16+)
14.00 R'n'B чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 100% летний хит. (16+)
18.20 Русские хиты. (16+)
19.00 Top чарт. (16+)
20.00 «Жара» в Баку. (16+)
23.05 10 sexy. (16+)
00.00 Неспиннер. (16+)
04.00 Наше Made in Russia! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.25 «ЗЕЛЁНАЯ МИЛЯ». (16+)
09.50 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (6+)
11.55 «ОБЛИВИОН». (16+)
14.20 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПСИХ». (16+)
16.40 «ЗЕЛЁНАЯ МИЛЯ». (16+)
20.15 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+) США, 2009 г. В ролях: Кэтрин Хайгл, Джерард Батлер, Бри Тёрнер
22.05 «ДРУГИЕ». (16+) США, Испания, Франция, Италия, 2001 г. В ролях: Николь Кидман, Фионнула Фланаган, Кристофер Эккльстон
00.05 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
02.25 «МАДАМ». (16+)
04.20 «ШОПО-КОП». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
08.15 «ВИКИНГ». (12+)
10.55 «КОНВЕРТ». (16+)
12.30, 13.15 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)
14.25 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
16.15 «РУСАЛКА». (16+)
18.20 «ГОРЬКО!-2». (16+)
20.20 «МИФЫ». (16+) Россия, 2017 г. В ролях: Яннис Пападопулос, Фёдор Бондарчук, Сергей Безруков, Иван Ургант, Милош Бикович
22.10 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+) Россия, 2000 г.
00.15 «ЗАЛОЖНИКИ». (18+)
02.20 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
04.30, 05.10 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)

ДОМ КИНО

06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
10.30 «СТЁЖКИ- ДОРОЖКИ». (6+)
11.45 «ОПЕКУН». (12+)
13.20 «СВАТЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (12+)
20.40 Вечер вместе. «ДВА ФЁДОРА». (6+) СССР, 1958 г. В ролях: Василий Шукшин, Коля Чурсин, Тамара Семина
22.20 Вечер вместе. «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (6+)
00.05 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
01.35 «ХЛЕБ И РОЗЫ». (12+)
03.10 «ЧЕГЕМСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
04.30 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.25 «КОРОЛЁВ». (16+)
02.20 «ГАМЛЕТ XXI ВЕК». (16+)
04.45 «ПРИЗРАК». (12+)
06.40, 07.40, 08.35, 09.25 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
10.25 «ИГРА». (16+)
12.05 «ЖИТЬ». (16+)
13.30 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
15.25 «ДУРА». (16+) Комедия, драма, Россия, 2005 г.
17.10 «КУКУШКА». (16+) Драма, военный фильм, Россия, 2002 г.
19.00 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+) Фантастика, Россия, 2016 г.
20.50 «ОХОТНИК». (16+) Драма, Россия, 2011 г.
22.55 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) Комедия, драма, фэнтези, Россия, 1991 г.

КИНОКОМЕДИЯ

00.40 «ИМЯ». (16+)
02.45 «ПРИЗРАК». (6+)
05.00 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
06.50 «УБЕЙ МЕНЯ ТРИЖДЫ». (18+)
08.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
10.05 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ». (18+)
11.55 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
14.00 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
15.45 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
17.35 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
19.30 «ПРОСНУВШИСЬ В РИНО». (16+)
21.10 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+) Комедия, криминал, мелодрама, США, 1996 г.
22.45 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 05.40 Спросони. (12+)
06.25, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
07.20, 08.20, 11.35, 18.00, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
09.20, 10.05, 20.00, 20.45, 00.30, 01.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.50, 21.30, 02.45 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
12.35, 13.20, 03.30, 04.15, 05.00 Проект подиум. (16+)
14.05 «МАТЧ ПОИНТ». (16+) США, Великобритания, 2006 г. В ролях: Джонатан Риз Майерс, Скарлетт Йоханссон
16.10 Холостячка. (16+)
22.15, 22.35, 02.00, 02.20 «ЮНАЯ». (16+)
23.00, 23.45 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «МИФ ОБ ИДЕАЛЬНОМ МУЖЧИНЕ». (16+)
04.00, 05.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)

FOX LIFE

06.00, 06.50, 19.00, 20.00 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
07.50 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
08.15 Американское путешествие Джейми. (12+)
09.10, 09.40 Готовим быстро и легко с Джейми Оливером. (12+)
10.10, 11.00, 02.20, 03.10 «НОМЕР 309». (16+)
11.55 «ДОБРАЯ ВЕДЬМА». (16+)
13.25, 14.15, 23.20 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
15.00, 15.50, 00.55, 01.40, 05.20 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
16.35, 21.00, 00.10 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
17.25, 18.10, 04.00, 04.40 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
21.45 «ПОЧЕМУ Я ПОХИТИЛА СВОЕГО БОССА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый завет вслух. (0+)
05.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
05.30 «Возвращение Саввы». Мультфильм. (0+)
05.45 Вся Россия. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.30, 10.00 Монастырская кухня. (0+)
10.30 Миссия веры и милосердия. (0+)
11.25 Вся Россия. (0+)
11.40 Я хочу ребенка. (0+)
12.30 Пилигрим. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Крещение Руси. Цикл: Церковь в истории. (0+)
15.35 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». Фильм 2. (0+) СССР, 1980 г.
17.00 Завет. (0+)
18.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
19.45 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+) СССР, 1939 г.
21.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
23.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

25 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4.
Мчч. Прокла и Илария.

Прп. Михаила Малеина. Мц. Голиндухи, во Св. Крещении Марии. Прпп. Иоанна и Гавриила Святогорцев (Груз.). Мчч. Феодора варяга и сына его Иоанна, в Киеве. Прп. Арсения Новгородского. Прп. Симона Воломского. Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».

Поста нет.

« Бог и милует с рассуждением, и мерою проявляет милосердие достойным; и когда судит, щадит нашу немощь, наказывая нас более по человеколюбию, чем для воздаяния равным за равное».

Свт. Василий Великий

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». 16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Поле чудес». (16+)
21.00 Время
21.30 «Три аккорда». (16+)
23.20 «Вечерний Ургант». (16+)
00.15 «Ингмар Бергман». (16+)
01.10 «ПАТЕРСОН». (16+)

США-Франция-Германия, 2016. В ролях: Адам Драйвер, Голшифте Фарахани Нелли.
03.35 «Про любовь». (16+)
04.20 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
23.00 «ЗОЛОТЦЕ». (12+)
Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Пелагея Невзорова, Сергей Угрюмов.
Катя - романтичная и наивная девушка, мечтающая о сказке. Она сирота, вместе с дедушкой работает прислугой у разочаровавшегося в жизни олигарха Павла Бурова.
03.25 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
Убит и ограблен почтальон, разносивший пенсии.

НТВ

05.15 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «ЛЕСНИК». (16+)
При передаче денег похитителям удается скрыться. Зубов и Сивый спугнули их. Лобовы в шоке - теперь Егора убьют! Лобов говорит жене, что знает, кто похитил Егора. Это их конкурент по бизнесу Бурков. Лобова, втайне от мужа, покупает пистолет на черном рынке и стреляет в Буркова.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
16.00 Сегодня
16.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
23.00 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Ночью около деревни прогремел взрыв. На месте взрыва обнаружены истекающие кровью подростки. Кто они? Что делали ночью в лесу?
00.45 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.30 «ПАУТИНА». (16+)
04.35 Их нравы. (0+)

СТС

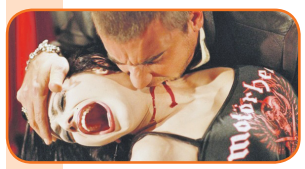
06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Да здравствует король Джулиан!» (6+)
07.10 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
07.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
09.35 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (12+)
Германия - США - Бельгия, 2002 г. Фантастический боевик. Дуэйн Джонсон, Стивен Бренд. Ещё задолго до того, как были возведены египетские пирамиды, с востока пришёл дерзкий и безжалостный завоеватель с ордами кровожадных воинов.
11.25 «ЭЛИЗИУМ». (16+)
13.30 «Уральские пельмени». (16+)
17.55 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
США, 2016 г. Фантастический триллер. Эми Адамс, Джереми Реннер, Форест Уитакер, Майкл Стулбарг. Неожиданное появление неопознанных летающих объектов в разных точках планеты повергает мир в трепет. Намерения пришельцев не ясны...
23.25 ПРЕМЬЕРА! «ОНО». (18+)
02.00 «НЕУЛОВИМЫЕ. БАНГКОК». (16+)
03.20 «СПАСТИ РЯДОВОГО РАЙАНА». (16+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.15 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «Comedy Woman». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Комик в городе» - «Сочи». (16+)
22.30 «Комик в городе» - «Санкт-Петербург». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «Такое кино!». (16+)
01.40 «НЕЦЕЛОВАННАЯ». (16+)
Чтобы написать репортаж про отвязную жизнь школьников, 25-летняя журналистка скидывает десяток лет и внедряется в одно из учебных заведений. Ей придется включить оторву, хотя всю свою жизнь она была застенчивой дурнушкой с брекетами.
03.30 «Открытый микрофон». (16+)
05.40 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 04.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)
06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 Засекреченные списки. (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 03.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+)
23.00 «БЛЭЙД-3: ТРОИЦА». (18+)



США, 2004 г. Боевик. Уэсли Снайпс, Крис Кристофферсон. Вампиры готовят атаку на человеческий мир. Блэйд становится последней надеждой «смертных» на спасение.
01.15 «СПАРТАК: БОГИ АРЕНЫ». (18+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 07.30 02.10 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. (12+)
12.30 16.00 Орел и решка. Кругосветка. (16+)
13.30 15.30 Орел и Решка. На краю света. (16+)
14.30 17.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+)
19.00 Орел и решка. Америка. (16+)
21.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
21.50 «ЧОКНУТЫЙ ПРОФЕССОР». (16+)
23.30 «ЧОКНУТЫЙ ПРОФЕССОР-2». (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
04.30 «ПОЛОВИНКИ». (16+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
06.50 «Дорожные войны». (16+)
12.00 «Дорога». (16+)
13.00 «Идеальный ужин». (16+)
14.00 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)
19.00 «ГОРЯЧИЕ ГОЛОВЫ». (12+)
США, 1991 г. Комедийный боевик.
20.45 «ГОРЯЧИЕ ГОЛОВЫ-2». (12+)
22.30 «КАПИТАН РОН». (12+)
00.40 «КРАСНАЯ ЖАРА». (18+)
02.30 «ПРАВО НА УБИЙСТВО». (16+)
04.10 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+)

ОТР

05.00 11.05 «За дело!»
05.55 12.05 «Большая страна». (12+)
06.20 «Дом «Э». (12+)
07.00 15.10 «СЕМЬЯ СВЕТОФОРОВЫХ». (12+)
07.25 «Вспомнить всё
07.50 «Калина красная»
08.35 Мультфильм
09.15 22.05 «АГЕНТ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ-3». (12+)
10.50 «Моменты судьбы»
12.00 13.00 15.00 Новости
12.30 «Гамбургский счёт»
13.10 18.00 ОТРажение
15.40 «Медосмотр». (12+)
15.50 «СЛЕД В ОКЕАНЕ»
17.10 «Культурный обмен»
21.05 «Моя история». (12+)
21.35 «Пешком в историю»
23.40 «Послушаем вместе. Соловьев-Седой»

Ю

05.00 «ДУРНУШКА». (12+)
06.55 «В теме». (16+)
07.20 «ТРОПИКАНКА». (12+)
08.15 «КЛОН». (16+)
09.05 «Беременна в 16». (16+)
09.45 «В теме». (16+)
10.15 «Беременна в 16». (16+)
12.15 «Взвешенные и счастливые». (16+)
15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.30 «Бывшие». (16+)
19.30 «КЛОН». (16+)
21.25 Спасите моего ребенка. (16+)
23.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
00.55 «В теме». (16+)
01.25 Спасите моего ребенка. (16+)
02.45 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 06.50 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)
08.50 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
10.00 Новости
10.10 «УЧАСТКОВЫЙ». (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. (16+)
14.10 15.05 Дела семейные. (16+)
16.00 Новости
16.15 Такому мама не научит. (12+)
16.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 Всемирные игры разума. (0+)
19.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+) Комедия, приключения, СССР, 1979 г.
00.10 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (0+) Детектив, СССР, 1983 г.
01.55 Фестиваль Авторадио. (12+)

РЕТРО

00.50, 13.20 Кастро: человек и миф. (12+)
01.40, 02.45, 06.00, 07.05, 09.35, 11.00, 14.25, 15.45, 18.10, 22.20, 23.35 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
04.00 Принцессы мира. (12+)
04.50 Сыны России: Русский Гораций. (12+)
05.15 Мультфильмы. (0+)
08.50 «История одного преступления». Мультфильм. (12+)
09.10 «Сказка для больших и маленьких». Мультфильм. (0+)
12.35 «Чебурашка». Мультфильм. (6+)
12.55 «В лесной чаще». Мультфильм. (0+)
17.10 На сопках Маньчжурии. (12+)
19.30 Тайная жизнь Пиаф. (12+)
20.50 «Я ТЕБЯ НЕНАВИЖУ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Жужики». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Горбун из Нотр-Дама». (6+)
14.10 «Гравити Фолз». (12+)
В центре сюжета - приключения школьников Диппера и Мэйбл Пайнс. Однажды на летние каникулы брат и сестра отправляются погостить к своему дяде, который живёт в городке Гравити Фолз. Оказывается, это место буквально напичкано чудесами. Здесь обитают зомби и привидения, открываются порталы, а в траве спрятаны магические кристаллы!
17.00 «Ходячий замок». (12+) Великолепный анимационный фильм рассказывает историю любви обычной девушки и волшебника.
19.30 «Принцесса и Лягушка». (0+)
21.35 «Мэри и ведьмин цветок». (6+)
23.40 «Хранитель Луны». (6+)
01.20 «Отель Трансильвания». (12+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки» (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.25 «Пластилинки». (0+)
08.30 «Юху спешит на помощь». (0+)
08.40 «Семейка Бегемотов». (0+)
08.50 «Три кота». (0+)
09.20 «Magic English». (0+)
09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
10.30 «Говорящий Том: Герои». (0+)
10.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Металионы». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Истории свинок». (6+)
13.30 «Барбоскины». (0+)
14.05 «Доктор Малышкина». (0+)
14.10 «Джинглики». (0+)
15.15 «Четверо в кубе». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
17.00 «Свинка Пеппа». (0+)
17.25 «Царевны». (0+)
18.05 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Томас и его друзья». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Мончичи». (0+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.50 «Дикие скричеры». (6+)
23.15 «Гормити». (6+)
23.40 «Отряд джунглей спешит на помощь». (6+)
00.50 «Боб-строитель». (0+)
02.30 «Лентяево». (0+)
02.55 «10 друзей Кролика». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25, 06.50 Чудеса психологии. (16+)
07.20 Махинаторы. (12+)
08.15 Быстрые и громкие. (12+)
09.10 Как работают машины. (12+)
10.05, 10.30 Охотники за складами. (16+)
11.00 Голые и напуганные. (16+)
11.55 Автобан А2. (12+)
12.50 Золотой путь Паркера Шнабеля. (16+)
13.45 Как работают машины. (12+)
14.40 Махинаторы. (12+)
15.35 Быстрые и громкие. (12+)
16.30, 16.55 Чудеса психологии. (16+)
17.25 Металлоломщики. (16+)
18.20 Охотники за старьем. (12+)
19.15 Как работают машины. (12+)
20.10 Махинаторы. (12+)
21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
22.00 Операция «Спасение дома». (12+)
22.55 Выжить вместе: Выжженная земля. (16+)
23.50 Самогонщики: виски без риска. (18+)
00.45 Экстремальные фургоны. (12+)
01.40 Золотой путь Паркера Шнабеля. (16+)
02.35 Быстрые и громкие. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Выжить вместе. (16+)
05.10 Металлоломщики. (16+)

VIASAT HISTORY

06.30, 07.10 Невероятные изобретения. (12+)
07.40, 08.30 Запретная история. (12+)
09.25, 10.15, 11.00, 11.50, 12.40, 13.30, 14.15 Тайны британских замков. (12+)
15.05, 15.55, 16.50 Елизавета I и ее враги. (12+)
17.40 В поисках Восточного экспресса. (16+)
18.30 В поисках Восточного экспресса. (12+)
19.20 Тени средневековья. (12+)
20.10 История Европы. (12+) В Средние века голод и война сеяли отчаяние по всей Европе. Эпоха Ренессанса обрела вдохновение в этом всеобщем страдании и привела к возрождению искусства и науки, проложив путь к современности.
21.10 Рим: первая сверхдержава. (12+) Агрессивная экспансия Рима сталкивает его с другой великой державой - Карфагеном.
22.00 Высадка на Луне: величайшая фальшивка в истории
23.00 Запретная история. (12+)
23.50 Американские принцессы. (12+)
00.45 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
01.35 Высадка на Луне: величайшая фальшивка в истории
02.35 Запретная история. (12+)
03.25 Американские принцессы на миллион долларов. (12+)
04.20 Карты убийства. (12+)
05.10 Музейные тайны. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Осушение Алькатраса. (16+)
07.20, 08.10 Дикий тунец. (16+)
09.05 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
09.55, 10.20 Научные глупости. (16+)
10.50, 11.40 Авто - SOS. (16+)
12.30 Инстинкт выживания. (16+)
13.20 Невероятное путешествие «Хаббла». (16+)
14.15 Космос: Пространство и время. (16+)
15.05 Осушение Алькатраса. (16+)
15.55, 16.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.40 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
18.35 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
19.25, 19.50 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
20.15 Авто - SOS. (16+)
21.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00 Истории о Боге: сборник. (16+)
22.50 Фидель Кастро. (16+)
23.40 Космос: Пространство и время. (16+)
00.30 Истории о Боге: сборник. (16+)
01.20 Злоключения за границей. (16+)
02.05 Граница. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
03.40 Истории о Боге: сборник. (16+)
04.25 Авто - SOS. (16+)
05.15 Исследователь 2.0. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 «Пешком...»
07.05 «Китай. Империя времени»
08.00 «Легенды мирового кино»
08.25 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛУЮ»
10.00 Новости культуры
10.15 «Я пришел, чтобы простить тебя»
11.00 «СИТА И РАМА»
12.35 «Полиглот». Английский с нуля за 16 часов!
13.20 «Женский космос»
14.05 «Китай. Империя времени»
15.00 Новости культуры
15.10 «А. Чехов. «Живешь в таком климате...»
16.55 «Душа Петербурга»
17.50 «Билет в Большой»
18.30 Звезды XXI века
19.30 Новости культуры
19.45 «ИНСПЕКТОР ГУЛЛ» СССР, 1979 г. Детектив. Юозас Будрайтис, Елена Проклова. В семье Берлингов появляется инспектора полиции Гулл. Он показывает членам семьи фотографию бросившейся под поезд девушки...
22.10 «Линия жизни»
23.10 Новости культуры
23.30 «МИССИОНЕР»
00.55 Себастьен Жиньо и Денис Чанг. Концерт в Монреале
02.00 «Дикая Ирландия - на краю земли»

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Ералаш». (6+)
08.15 «Польские красавицы. Кино с акцентом». (12+)
09.20 «КРЫЛЬЯ». (12+)

11.30 События
11.50 «КРЫЛЬЯ». (12+)
13.30 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (12+)
18.10 «КЕМ МЫ НЕ СТАНЕМ». (12+)
20.05 «СНАЙПЕР». (16+) Олег Назаров - майор снайпер. Но его родные и близкие не знают об этом...
22.00 События
22.30 Он и Она. (16+)
00.00 «О чём молчит Андрей Мягков». (12+)
00.55 «Список Пырьева. От любви до ненависти». (12+)
01.45 «Актерские драмы. Уйти от искушения». (12+)
02.30 Петровка, 38. (16+)
02.45 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
05.35 «Ералаш». (6+)

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 «Знаки судьбы». (16+)
17.30 «Слепая». (16+)
19.30 «МУШКЕТЁРЫ». (12+) Великобритания, Германия, США, Франция, 2011 г. Боевик. Логан Лерман, Милла Йовович. Франция. Начало 17 века. После убийства Генриха Четвертого, на престол вступает его сын Людовик XIII.
21.45 «ПУТЕШЕСТВИЯ ГУЛЛИВЕРА». (12+)

США, 2010 г. Фэнтези. Джек Блэк, Джейсон Сигел, Эмили Блант. Лемюэль Гулливер - простой парень, работающий в отделе писем в редакции известной нью-йоркской газеты.
23.30 «ЛЮБОВЬ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
01.45 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ХОЧУ ВЕРИТЬ». (16+)
03.45 «Тайные знаки». (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Удачная покупка». (16+)
06.40 «6 кадров». (16+)
07.00 «Плохие девчонки». (16+)
08.00 «По делам несовершеннолетних». (16+)
09.00 «Давай разведёмся!» (16+)
10.00 «Тест на отцовство». (16+)
11.00 «ЕСЛИ У ВАС НЕТУ ТЁТИ...» (16+) Россия, 2007 г. Комедия. Анна Каменкова, Елена Дробышева. Сёстры Ольга и Лена живут в одной квартире в Москве.
19.00 «ЛУЧШИЙ ДРУГ СЕМЬИ». (16+)

Россия - Украина, 2011 г. Мелодрама. Сергей Мухин, Анатолий Котенёв. В восьмидесятые годы в детдоме дружили трое подростков: Гриша, Сергей и Вера.
23.15 «ХРАМ ЛЮБВИ». (16+)
02.00 «АДЕЛЬ». (16+)
03.45 «Астрология. Тайные знаки». (16+)
06.10 «6 кадров». (16+)
06.20 «Удачная покупка». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.45 «МСТИТЕЛЬ». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ЧЕРНЫЙ ГОРОД». (16+) Россия, 2010 г. Криминальный. Дмитрий Марьянов, Александр Барановский, Екатерина Новикова. В жизни 40-летнего следователя Борина наступила чёрная полоса...
11.10 «ОТДЕЛЬНОЕ ПОРУЧЕНИЕ». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА-2». (16+)
19.00 «СЛЕД». (16+)
01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.20 «СЕВЕРИНО». (12+)
06.30 08.20 «СОКРОВИЩЕ СЕРЕБРЯНОГО ОЗЕРА». (6+)
08.00 13.00 18.00 21.50 Новости дня
09.05 10.05 «СРЕДИ КОРШУНОВ». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
11.20 13.15 «ВЕРНАЯ РУКА - ДРУГ ИНДЕЙЦЕВ». (0+)
13.50 14.05 «БРАТЬЯ ПО КРОВИ». (0+)
15.40 «ОЦЕОЛА». (0+)
18.35 «СЫНОВЬЯ БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЫ». (0+)
20.30 22.00 «ТЕКУМЗЕ». (0+)
22.40 «ВОЖДЬ БЕЛОЕ ПЕРО». (0+)

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 «Губернские новости». (12+)
11.00 «Наш ласковый Миша». (16+)
11.45 «Звёздное интервью». (12+)
12.15 14.30 «Квадратный метр». (12+)
12.30 14.45 «Соль земли». (12+)
12.45 15.00 «Эффект времени». (12+)
13.00 «Открытая наука». (12+)
13.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
15.15 «Мастер-класс». (12+)
16.30 «ТАКСИ-2». (12+)
17.00 02.15 «СВЕРЧОК ЗА ОЧАГОМ». (0+)
19.00 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 «Просто жизнь». (12+)
20.15 02.00 «Адрес истории». (12+)
20.30 04.00 «4-я студия». (12+)
22.15 «Музыкальная пятница». (12+)
23.45 «ЗОЛУШКА 4Х4: ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С ЖЕЛАНИЙ». (16+) Повествование о жизни девушки, которая, подобно героине сказки, пытается доказать, что чудеса возможны и в наше время...
01.30 «Ты в эфире» (0+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 «Вся правда про...» (12+)
06.30 «Ген победы». (12+)
07.00 08.55 10.55 15.55 19.50 21.05 Новости
07.05 11.00 13.30 16.00 23.00 Все на Матч!
09.00 «НЕ ОТСТУПАТЬ И НЕ СДАВАТЬСЯ». (16+)
11.55 Формула-1. Гран-при Германии. Свободная практика
13.50 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
16.30 Профессиональный бокс. (16+)
18.20 «Капитаны». (12+)
18.50 Все на футбол! (12+)
19.55 Пляжный футбол. Чемпионат мира-2019
21.10 «Гран-при». (12+)
21.40 Профессиональный бокс. (16+)
23.35 «ВТОРОЙ ШАНС». (16+)
02.00 «Команда мечты». (12+)
02.30 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Атлетико» (Испания). Международный Кубок чемпионов. Прямая трансляция из США
04.30 «Прибой». (12+)

EUROSPORT 1

00.30 Гребной слалом. Кубок мира. Словения. (0+)
01.00, 07.30, 13.25, 22.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
02.00, 02.30, 20.10, 20.40 Олимпийские игры. «Сила личности». (0+)
03.00, 19.10 Олимпийские игры. Flag and Family. (0+)
04.00, 10.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 18-й этап. (0+)
06.00 Настольный теннис. Мировой тур. Australian Open. (0+)
07.00 Тележурнал Watts. (0+)
08.30, 09.00, 09.30, 21.10, 21.20 Олимпийские игры. «Живые легенды». (0+)
12.05 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
14.35 Велоспорт. «Тур де Франс». 19-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.40 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
21.35 Ралли. ERC. «All Access». (0+)
23.05 Снукер. Riga Masters. 1-й день. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 18.20 03.00 Золотая Лихорадка. (16+)
06.00 08.40 13.40 18.00 Pro-новости. (16+)
06.10 10 10.30 10 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55 10.25 17.00 PRO-Клип. (16+)
07.00 Check-IN. (16+)
08.00 16.00 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
11.20 Отпуск без путевки. (12+)
12.25 Караокинг. (16+)
14.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 Премия Муз-ТВ-2019. За кадром. (16+)
20.30 Премия Муз-ТВ-2019. (16+)
22.20 Танцпол. (16+)
23.30 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (6+)
08.20 «ДРУГИЕ». (16+)
10.25 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
12.45 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
14.35 «ШОПО-КОП». (12+)
16.20 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)
18.10 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (6+)
20.10 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+) США, 2013 г.
22.45 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ». (12+)
01.05 «СУПЕР БРИС». (16+)
02.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
04.30 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)
08.30 «МИФЫ». (16+)
10.25 «КАВКАЗСКОЕ ТРИО». (12+)
12.15, 13.05 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)
14.10 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (6+)
16.15 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
18.35 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (12+)
20.20 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+) Россия, 2013 г. В ролях: Евгений Ткачук, Елизавета Боярская, Гоша Куценко
22.10 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
00.05 «ДАМА ПИК». (16+)
02.25 «КРАЙ». (16+)
04.30, 05.15 «ПАРФЮМЕРША-2». (12+)

ДОМ КИНО

06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
10.40 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
13.20 «СВАТЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «КОНТРИБУЦИЯ». (16+) Россия, 2015 г. В ролях: Максим Матвеев, Елизавета Боярская, Надежда Толубеева, Илья Носков, Евгений Дятлов
22.05 Вечер вместе. «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (16+) Россия, 1991 г. В ролях: Дмитрий Харатьян, Сергей Жигунов, Михаил Мамаев, Людмила Гурченко
00.45 Вечер вместе. «РЕЦЕПТ ЕЁ МОЛОДОСТИ». (6+)
02.25 «СТИЛЯГИ». (16+)
04.40 «КОРОЛЁВ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.00 «ЖМУРКИ». (16+)
02.45 «ПРИЗРАК». (12+)
04.35 «ЖИТЬ». (16+)
05.45 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
07.35 «ДУРА». (16+) Комедия, драма, Россия, 2005 г.
09.25 «КУКУШКА». (16+) Драма, военный фильм, Россия, 2002 г.
11.10 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+) Фантастика, Россия, 2016 г.
13.00 «ОХОТНИК». (16+) Драма, Россия, 2011 г.
15.10 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) Комедия, драма, фэнтези, Россия, 1991 г.
17.15, 18.05, 19.00, 19.55, 20.50, 21.45, 22.40, 23.25 «СЕРДЦЕ АНГЕЛА». (16+) Сериал. Детектив, Россия, 2014 г.

КИНОКОМЕДИЯ

00.30 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)
02.20 «21 И БОЛЬШЕ». (16+)
04.15 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
06.10 «ПАРИЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
07.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
09.50 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
11.35 «ПРИШЕЛЬЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
14.00 «ИМЯ». (16+)
16.05 «БАНДИТКИ». (16+)
17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ». (16+)
19.30 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+) Мелодрама, комедия, США, 2002 г.
21.15 «МАЛЬЧИШНИК В НОВОМ ОРЛЕАНЕ». (16+)
22.55 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 05.40 Спросони. (12+)
06.25, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
07.20, 08.20, 11.40, 18.00, 19.00 Правила кухни (16+)
09.25, 10.10 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.55 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
12.40, 13.25, 03.30, 04.15, 05.00 Проект подиум. (16+)
14.10 «ФРАНЦУЗСКИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+)
16.10 Холостячка. (16+)
20.00 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
21.30 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
23.10 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)
01.00 «ЖИЗНЬ ПО ДЖЕЙН ОСТИН». (16+)
02.45 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «БОЛЬШОЕ ЗЛО И МЕЛКИЕ ПАКОСТИ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)

FOX LIFE

06.00, 17.30, 18.15, 04.35, 05.15 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
06.45, 19.05, 20.00 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
07.45, 21.00, 00.40, 02.35 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ»
08.10 Американское путешествие Джейми. (12+)
09.00, 09.35 Быстрые, свежие рецепты. (12+)
10.10, 11.00, 02.55, 03.45 «НОМЕР 309». (16+)
11.55 «ПОЧЕМУ Я ПОХИТИЛА БОССА». (16+)
13.30, 14.20, 23.55 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
15.10, 15.55, 01.05, 01.45 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
16.40 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
21.25 «ДОКАЗАННАЯ НЕВИНОВНОСТЬ». (16+)
22.15 «БОЛЬНОЙ ОТ ЛЮБВИ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый завет вслух. (0+)
05.15 Знак равенства. (0+)
05.30 Пилигрим. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.30, 10.00 Монастырская кухня. (0+)
10.30 Владимир Красное Солнышко. (0+)
11.30 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
12.35 Крещение Руси. Сколько раз ее крестили? Цикл: Хочу верить! С Борисом Корчевниковым. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Вся Россия. (0+)
15.15 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+) СССР, 1939 г.
17.00 Завет. (0+)
18.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
19.55 Следы Империи. (0+)
21.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
23.00 «Наши любимые песни». Концерт. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 И будут двое… (0+)
03.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.00 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
04.15 День Патриарха. (0+)
04.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

26 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4.
Собор Архангела Гавриила.

Прп. Стефана Савваита. Свт. Иулиана, еп. Кеноманийского. Мч. Серапиона. Мч. Маркиана.

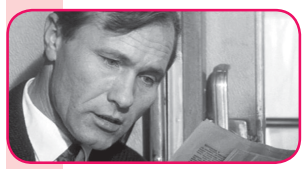
Постный день.

« Пребудьте в терпении и не давайте расслабляться сердцем во время бедствий, но воздавайте за них благодарения, чтобы получить воздаяние от Господа».

Прп. Антоний Великий

ПЕРВЫЙ

06.00 Новости
06.10 «Арктика. Выбор смелых». (12+)
07.15 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
08.00 «ДВА ФЕДОРА». (0+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости с субтитрами
10.15 Премьера. «Душе нужен праздник». К 90-летию Василия Шукшина. (12+)
11.15 «В гости по утрам»
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
14.20 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (0+)



16.20 «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым. (16+)
18.00 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+)
19.30 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 Время
21.20 «Сегодня вечером». (16+)
23.00 «Своя колея». (16+)
01.00 «БУДЬ КРУЧЕ!» (16+)
03.10 «Про любовь». (16+)
03.55 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ

05.00 «Утро России. Суббота»
08.15 «По секрету всему свету»
08.40 Местное время. Суббота. (12+)
09.20 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.20 Вести. Местное время
11.40 Смеяться разрешается
14.00 Вести
14.20 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». (12+)
Василий Крылов, полковник в отставке, приезжает с женой Ириной в деревенский дом. В первую же ночь они находят брошенную девочку Олю...
20.00 Вести
20.30 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». (12+)
00.55 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТЬЮ». (12+)
Россия, 2012 г. Мелодрама.
Алевтина - прекрасная хозяйка, замечательная жена и мать, чуткая дочь. Её дом - полная чаша. Оставив 20 лет назад карьеру ради любимого мужа Севы и став домохозяйкой, Аля не может остановиться и приносит всё новые жертвы на алтарь семьи, посвящая дому всю себя без остатка. Теперь её главная цель - сын Саша.

НТВ

05.10 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (0+)
08.00 Сегодня
08.20 Готовим. (0+)
08.50 «Кто в доме хозяин?» (12+)
09.30 Едим дома. (0+)
10.00 Сегодня
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Еда живая и мёртвая». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.10 Поедем, поедим! (0+)
14.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 Сегодня
19.25 «ПЁС». (16+)
В центре города происходит странная перестрелка. Трое расстреляли друг друга. В итоге один убит, второй ранен, третий сбежал. Полиция не может найти никаких мотивов. Макс предполагает, что это похоже на какое-то жестокое сафари...
23.25 Ты не поверишь! (16+)
00.25 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.15 «Фоменко фейк». (16+)
01.35 «ПАУТИНА». (16+)
В раздевалке боксер Колчин находит DVD-диск и отдает его тренеру Никифорову. После их ухода в раздевалку влетает другой боксер и начинает искать диск.

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.10 «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.35 «Три кота». (0+)
08.00 «Том и Джерри». (0+)
08.30 «Детский КВН». (6+)
09.30 «ПроСТО кухня». (12+)
10.30 «Рогов. Студия 24». (16+)
11.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
12.40 «ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ». (0+)
США - Франция, 1998 г. Историческая драма.
15.20 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)
17.10 «Как приручить дракона». (12+)
19.05 «Как приручить дракона-2». (0+)
21.00 «Я - ЛЕГЕНДА». (16+)
США, 2009 г. Фантастический триллер. Уилл Смит, Алиси Брага, Чарли Тахэн, Салли Ричардсон-Уитфилд. Неизвестный вирус, унёс жизни половины населения Земли. Те, кто выжил стали вампирами. Есть один уцелевший - это человек с необъяснимым иммунитетом.
23.00 «ЯРОСТЬ». (18+)
01.35 «СПАСТИ РЯДОВОГО РАЙАНА». (16+)
04.20 «БРАК ПО-СОСЕДСКИ». (16+)
05.05 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «ТНТ MUSIC». (16+)
08.30 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.00 «Где логика?». (16+)
14.00 «Комеди Клаб». (16+)
19.00 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
Попав на шоу экстрасенсов, незадачливый Алекс сморозил глупость - и, сам того не ведая, проклял женщину мечты. Впрочем, по словам знакомого шамана, он еще может выровнять карму даме сердца. Но для этого придется перенестись в далекое прошлое…
20.45 «СУМЕРКИ: САГА: РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «ТНТ MUSIC». (16+)
01.40 «ВСЁ О СТИВЕ». (16+)
У Мэри есть пунктик - составление кроссвордов. Вроде пунктик не страшный, только на самцов он действует как аэрозоль на москитов. Вот и телевизионщик Стив не вынес интеллектуального напора.
03.15 «Открытый микрофон» - «Дайджест». (16+)
04.10 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН

05.00 16.20 02.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)
07.15 «ЗОЛОТОЙ КОМПАС». (12+)
09.15 «Минтранс». (16+)
10.15 «Самая полезная программа». (16+)
11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
18.20 Засекреченные списки. (16+)
20.30 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)

Франция - США, 2016 г. Криминальный боевик. Джейсон Стэйтем, Джессика Альба. Киллер Артур Бишоп - признанный мастер своего дела. Никто лучше него не сможет хладнокровно и эффективно устранить человека, представив его смерть как результат несчастного случая.
22.30 «ХАОС». (16+)
Канада - Великобритания - США, 2005 г.
00.30 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (16+)
04.00 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 Есть один секрет
05.20 00.50 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.30 Школа доктора Комаровского. (12+)
08.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)
09.05 Орел и решка. Кругосветка. (16+)
10.00 Регина+1. (16+)
11.00 Теперь я Босс. (16+)
12.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+)
15.00 Орел и решка. Мегаполисы на хайпе. (16+)
18.00 20.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
19.00 Орел и решка. Америка. (16+)
21.00 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
23.00 «ЧОКНУТЫЙ ПРОФЕССОР». (16+)
04.40 «ПОЛОВИНКИ». (16+)

Ю

05.20 «Взвешенные и счастливые». (16+)
07.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)
18.00 «Топ-модель по-американски». (16+)
Легендарное реалити-шоу, созданное супермоделью Тайрой Бэнкс - продюсером, ведущей и главным судьей проекта. Это 15 лет колоссальной работы, 24 восхитительных сезона и почти 300 прекрасных девушек, нашедших себя в модельном бизнесе. Это главный шанс в жизни участниц, который меняет ВСЁ.
22.20 «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+)
00.15 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
04.05 Верните мне красоту. (16+)

ЧЕ

06.00 05.15 «Мультфильмы». (0+)
06.40 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)
08.30 03.10 «ВОЗДУШНЫЕ ПИРАТЫ». (6+)
10.00 «МОШЕННИКИ»
12.00 «КАПИТАН РОН». (12+)
14.15 «ГОРЯЧИЕ ГОЛОВЫ». (12+)
16.00 «ГОРЯЧИЕ ГОЛОВЫ-2». (12+)
18.00 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
20.30 «Дорога». (16+)
22.30 04.30 «Улетное видео». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «Шутники». (16+)
00.00 «Голые и смешные»
01.00 «МИР ДИКОГО ЗАПАДА». (18+)

МИР

06.00 Мультфильмы. (0+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)
06.25 Мультфильмы. (0+)
06.55 Такие разные. (16+)
07.20 Секретные материалы. (16+)
07.55 Мультфильмы. (0+)
08.55 Ой, мамочки! (16+)
09.25 Наше кино. (12+)
10.00 Новости
10.15 Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+)
10.55 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (0+)
12.55 16.15 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+) Сериал
16.00 Новости
17.55 19.15 «СЕДЬМОЕ НЕБО». (16+)
19.00 Новости
22.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+)
02.35 «ТАНЦУЮЩАЯ НА ГРАНИ». (0+)
05.15 Мультфильмы. (0+)

ОТР

07.20 «Послушаем вместе»
08.00 «Служу Отчизне»
08.25 «Среда обитания»
08.55 «Истинная роль»
09.20 «За дело!» (12+)
10.15 «Земля 2050». (12+)
10.40 «Охотники за сокровищами». (12+)
11.05 19.20 «Культурный обмен». (12+)
11.50 «Не дождётесь!»
12.50 «Моменты судьбы»
13.00 15.00 19.00 Новости
13.05 15.05 «ЕВА». (12+)
17.00 «Большая наука»
17.40 «СЛЕД В ОКЕАНЕ»
20.00 «ВИННЕТУ - СЫН ИНЧУ-ЧУНА». (0+)
21.35 «Русская ярмарка»
23.05 «КОМЕНДАНТ ПУШКИН». (6+)
00.10 «МЫ, ДВОЕ МУЖЧИН». (12+)

РЕТРО

00.55 Принцессы мира. (12+)
01.45, 13.05 Сыны России: Русский Гораций. (12+)
02.15, 03.25, 06.00, 07.10, 09.15, 10.30, 13.35, 22.15, 23.35 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
04.35 На сопках Маньчжурии. (12+)
05.25 Мультфильмы. (6+)
12.15 «История одного преступления». Мультфильм. (12+)
12.40 «Сказка для больших и маленьких». Мультфильм. (0+)
14.55 Тайная жизнь Пиаф. (12+)
16.20 «Я ТЕБЯ НЕНАВИЖУ». (12+)
17.45 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
18.00 «Я лечу над Россией». (12+)
20.10 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЫ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Тридцать восемь попугаев». (6+)
05.10 «Великое закрытие». (6+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+) Во втором сезоне мультсериала «Елена - принцесса Авалора» зрителей ждет еще больше музыки, волшебства. Елена стала правительницей Авалора и теперь ей предстоит научиться мудро, храбро и справедливо управлять королевством. Справиться с этой задачей принцессе будет помогать сестренка Исабель...
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Горбун из Нотр-Дама-2». (6+)
13.25 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
14.20 «Мэри и ведьмин цветок». (6+)
16.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)
19.30 «Моана». (6+)
21.35 «Ходячий замок». (12+)
00.00 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)
01.50 «Возрождение. Тайное воинство». (12+)
03.05 «Великий Человек-Паук». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Заботливые мишки. Добрые истории». (0+)
06.50 «Бурёнка Даша». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.20 «Лунтик и его друзья». (0+)
09.00 «Еда на ура!» (0+)
09.25 «Диколесье». (0+) Музыкальный сериал о приключениях необычных друзей - йети и белки-летяги - в диком лесу.
09.50 «Три кота». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
11.00 «Семейка Бегемотов». (0+)
11.10 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
13.00 «Союзмультфильм» представляет: «38 попугаев». (0+)
14.20 «Приключения Ам Няма». (0+)
14.40 «Ералаш». (6+)
16.00 «Бобр добр». (0+)
17.00 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
17.50 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.30 «Деревяшки». (0+)
20.20 «Семейка Бегемотов». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Барбоскины». (0+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.50 «Дикие скричеры». (6+)
23.15 «Гормити». (6+)
23.40 «Отряд джунглей спешит на помощь». (6+)
00.50 «Боб-строитель». (0+)
02.30 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+)
02.55 «10 друзей Кролика». (0+)
04.10 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это устроено? (12+)
06.25, 07.20 Как работают машины. (12+)
08.15 НАСА: необъяснимые материалы. (12+) Камеры НАСА часто фиксируют появление неопознанных летающих объектов. Могут ли они быть гостями из космоса?
09.10 Операция «Спасение дома». (12+)
10.05 Американский чоппер. (16+)
11.00 Экстремальные фургоны. (12+)
11.55 Братья Дизель. (12+)
14.40 Охотники за старьем. (12+)
15.35, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25, 17.50, 18.20, 18.45 Охотники за складами. (16+)
19.15, 20.10 Что могло пойти не так? (16+)
21.05 Автобан А2. (12+) Рассказ об одной из самых загруженных, самых опасных и самых важных автомагистралей Германии. Для многих она является местом работы, и многие используют её для поездок по стране.
22.00 Смертельный улов. (16+)
22.55, 23.50 Братья Дизель. (12+)
00.45 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
01.40 Золотой путь Паркера Шнабеля. (16+)
02.35, 03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Смертельный улов. (16+)
05.10 Экстремальные фургоны. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Запретная история. (12+)
07.00, 07.30 Невероятные изобретения. (12+)
08.00, 08.50, 09.40 Музейные тайны. (12+)
10.30 ДНК мертвых знаменитостей. (12+)
11.25, 12.25 Тайная война. (12+)
13.25 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)
14.25 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
15.25 Могилы викингов. (12+)
16.20 Боевые корабли. (12+)
17.10 Первые цивилизации. (12+)
18.15, 19.10 Вулканическая одиссея. (12+)
20.05 Частная жизнь. (12+)
21.00 История без прикрас. (12+)
22.00 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
22.50 Мифические существа. (12+) Пернатый Змей был ужасающим чудовищем. Что заставило древних месоамериканцев верить в существование этого чудовища и почему жители Теотиукана приносили ему в жертву собственных граждан?
23.40 Машины смерти. (12+)
00.40 Оружейники: искусство войны. (12+)
01.30 Тени средневековья. (16+)
02.25 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
03.15, 04.00 Музейные тайны. (12+)
04.50, 05.20, 05.45 Невероятные изобретения. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.30 Внутри невероятной механики. (16+)
07.20 Сила племени. (16+)
08.15 Суперкар со свалки. (16+)
09.05, 09.50 Золото Юкона. (16+)
10.40, 11.05, 11.35, 12.00 Научные глупости. (16+)
12.25 Суперкар со свалки. (16+)
13.20, 14.10 Дикий тунец. (16+)
15.05, 15.55, 16.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
17.40 Аполлон: Лунная миссия. (16+) Этот фильм рассказывает нам о моментах программы НАСА под названием «Аполлон», ставившей перед собой цель до 1970 года высадить человека на Луне. Этапы программы освещаются не с помощью современных комментариев тех событий, а в основном путем использования любительских и ТВ-съемок...
19.25, 00.35 Армстронг. (16+)
20.15, 21.05 Паранормальное. (16+)
22.00 Последние шаги Гитлера. (16+)
22.50 Суперсооружения Третьего рейха. (16+)
23.40 Трагедия «Челленджера»: Последняя миссия. (16+)
01.20, 02.10 Непокорные океаны. (18+)
02.55, 03.45 Авто - SOS. (16+)
04.30 Инженерные идеи. (16+)
05.20, 05.35 Научные глупости. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы
фильмы

(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 Библейский сюжет
07.05 «Три дровосека». «Высокая горка»
07.40 «РАСМУС-БРОДЯГА»
10.00 «Передвижники»
10.30 «ИНСПЕКТОР ГУЛЛ»
12.50 «Театральная летопись»
13.40 «Культурный отдых»
14.05 «Дикая Ирландия - на краю земли»
15.00 Сон Чжин Чо, Валерий Гергиев и Симфонический оркестр Мариинского театра. Приморская сцена Мариинского театра
16.40 «Предки наших предков»
17.20 Мой серебряный шар
18.05 «БЛИЗНЕЦЫ»
СССР, 1945 г. Комедия. Михаил Жаров, Людмила Целиковская. Найденных на вокзале близнецов решает усыновить электромонтер Люба Карасева. Все окружающие стараются помочь молодой «маме».
19.30 «Агент А/201. Наш человек в гестапо»
21.00 Спектакль «Рассказы Шукшина»
23.35 Маэстро Раймонд Паулс и Биг-бенд Латвийского радио
00.40 «Экзотическая Мьянма»
01.30 «Искатели»
02.15 «Олимпионики». «Притча об артисте (Лицедей)»

ТВЦ

05.50 Марш-бросок. (12+)
06.20 «ПРИТВОРЩИКИ». (12+)
08.20 Православная энциклопедия. (6+)
08.45 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
10.35 «Последняя передача. Трагедии звезд голубого экрана». (12+)
11.30 События
11.45 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (0+)

13.50 «ЮРОЧКА». (12+)
14.30 События
14.45 «ЮРОЧКА». (12+)
18.05 «ШАГ В БЕЗДНУ». (12+)
22.00 События
22.15 «90-е. Кремлёвские жёны». (16+)
23.05 «Дикие деньги». (16+)
00.00 «Прощание. Юрий Щекочихин». (16+)
00.50 «Украина. Слуга всех господ». Спецрепортаж. (16+)
01.20 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
03.55 «ШЕСТОЙ». (12+)
05.15 «10 самых...» (16+)
05.40 «Ералаш». (6+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
11.00 «ДВОЙНИК». (16+)
15.00 «ПУТЕШЕСТВИЯ ГУЛЛИВЕРА». (12+)
16.45 «МУШКЕТЁРЫ». (12+)
19.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
Гонконг, 2017 г. Фантастика. Джеки Чан, Шоу Ло, Нана Оуян. Много лет назад офицер полиции по имени Лин Донг потерял дочь. Одиннадцатилетняя Сиси не перенесла операцию и погибла. С тех пор прошло 13 лет, но память об этом до сих пор мучает Донга.
21.15 «МИФ». (16+)

Китай, 2005 г. Фэнтези. Шао Бин, Джеки Чан, Вэйсин Яо. Проводя раскопки в местах древних захоронений, археолог Джек начинает видеть загадочные образы прошлого, переносящие его на две тысячи лет назад...
23.45 «ПЕРВЫЙ УДАР». (12+)
01.30 «ЛЮБОВЬ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
03.30 «Охотники за привидениями». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «ЛЮБОВЬ И НЕМНОГО ПЕРЦА». (16+)
08.20 «ПЕЛЕНА». (16+)
Украина, 2017 г. Криминальная мелодрама. Александра Булычёва, Антон Батырев. Оксана - журналистка, специализирующаяся на громких коррупционных делах. Кирилл - следователь по особо тяжким преступлениям, которому эта журналистка изрядно портит жизнь.
19.00 «ЛЮБОВЬ КАК НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)

Россия, 2012 г. Мелодрама. Анна Миклош, Андрей Финягин, Андрей Биланов, Константин Задворный.
23.05 «БОББИ». (16+)
02.25 «ЛЮБОВЬ И НЕМНОГО ПЕРЦА». (16+)
03.55 «Астрология. Тайные знаки». (16+)
04.45 «Предсказания: 2019». (16+)
05.30 «Домашняя кухня». (16+)
05.55 «6 кадров». (16+)
06.20 «Удачная покупка». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
10.55 «СЛЕД». (16+)
Россия, 2007-2019 гг. Остросюжетный сериал. Ольга Копосова, Владимир Ташлыков, Евгений Кулаков, Павел Шуваев, Руслан Сасин. В подъезде собственного дома убит скромный монтёр районной телекомпании. Один из ударов ножом преступник нанёс в пах. В компьютере монтажёра обнаруживают порнографические фотографии.
00.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
03.55 «Моя правда». (16+)

ЗВЕЗДА

05.45 «ВЕРТИКАЛЬ». (0+)
07.15 «ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ». (0+)
09.00 13.00 18.00 Новости
09.15 «Легенды цирка». (6+)
09.40 «Не факт!» (6+)
10.15 «Улика из прошлого». (16+)
11.00 «Загадки века». (12+)
11.55 «Секретная папка». (12+)
12.45 13.15 «Последний день». (12+)
18.25 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (0+)
00.20 «ЮНГА СЕВЕРНОГО ФЛОТА». (0+)
02.05 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
07.00 «Губернские новости». (12+)
07.30 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Губернские новости». (12+)
09.30 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Машкины страшилки». (0+)
12.00 «Легенды спорта». (12+)
12.15 «Просто жизнь». (12+)
12.30 «Адрес истории». (12+)
12.45 «Квадратный метр». (12+)
13.00 «ЗОЛУШКА 4Х4: ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С ЖЕЛАНИЙ». (16+)
14.45 «Формула здоровья». (12+)
15.15 «Арт-проспект». (12+)
15.30 «Up&Down». (12+)
16.00 «Заметные люди». (12+)
16.45 «РИШЕЛЬЕ: МАНТИЯ И КРОВЬ». (16+)
18.30 «Марафон». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.40 «Территория успеха». (12+)
20.15 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ». (16+)
22.00 ООН. (Организация определенных наций). (16+)
23.30 «4-я студия». (12+)
00.30 «Марафон». (12+)
01.30 «Арт-проспект». (12+)
01.45 «Up&Down». (12+)
02.15 «РИШЕЛЬЕ: МАНТИЯ И КРОВЬ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 «Вся правда про...» (12+)
06.30 Реальный спорт. (12+)
07.15 «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ». (16+)
09.05 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Атлетико» (Испания). Международный Кубок чемпионов. (0+)
11.05 12.15 17.00 20.55 Новости
11.15 Все на футбол! (12+)
12.25 Водное поло. Чемпионат мира по водным видам спорта. Мужчины
13.35 17.10 21.00 23.00 Все на Матч!
13.50 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
15.55 Формула-1. Гран-при Германии
18.05 Спецрепортаж. (12+)
18.25 Пляжный футбол. Чемпионат мира-2019
19.35 Футбол. Суперкубок Нидерландов
22.00 «Большая вода Кванджу». (12+)
23.30 «Кибератлетика». (16+)
00.00 «ГЛАДИАТОР». (16+)
02.00 Профессиональный бокс. (16+)

EUROSPORT 1

01.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
02.00 Ралли. ERC. «All Access». (0+)
02.30 Снукер. Riga Masters. 1-й день. (0+)
04.00, 10.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 19-й этап. (0+)
06.00 Снукер. Riga Masters. 1-й день. (0+)
07.30, 13.15, 22.00 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
08.30 Фехтование. Чемпионат мира. Будапешт. Команды. (0+)
09.35, 20.20 Тележурнал Watts. (0+)
12.00 Снукер. Riga Masters. 1-й день. (0+)
14.25 Велоспорт. «Тур де Франс». 20-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.50 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
19.20 Автогонки. Формула Е. Нью-Йорк. Обзор. (0+)
20.30 Конный спорт. Global Champions Tour. Берлин. (0+)
23.00 Автогонки. Blancpain Endurance. Спа. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Pro-новости. (16+)
05.15 Top 30 - Русский Крутяк недели. (16+)
07.20 Караокинг. (16+) Любишь петь всегда и везде? В машине, в душе и по дороге домой? Тогда наш новый музкальный нон-стоп точно для тебя!
08.40 Pro-новости. (16+)
09.00 Сделано в 90-х. (16+)
10.20 Top чарт Европы плюс. (16+)
11.20 PRO-Обзор. (16+)
11.55 Top 30 - Русский Крутяк недели. (16+)
14.30 Отпуск без путевки. (12+)
15.35 Золотая Лихорадка. (16+)
16.00 Такой крутой Крутой! К Дню рождения Игоря Крутого. (16+)
17.00 Europa Plus Live-2019. Прямая трансляция. (16+)
02.30 #ЯНАМуз-ТВ. (16+)
03.00 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
08.55 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ». (12+)
11.20 «СУПЕР БРИС». (16+)
13.10 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
15.45 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
17.35 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
20.05 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+) США, 2000 г. В ролях: Мел Гибсон, Хелен Хант, Мариса Томей, Алан Альда, Лорен Холли
22.40 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+) США, 2013 г.
00.55 «ВИЗАНТИЯ». (16+)
03.20 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (6+)
05.30 «ОБЛИВИОН». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)
08.15 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
10.10 «ДАМА ПИК». (16+)
12.30 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
14.30 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
16.20 «КРАЙ». (16+)
18.40 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!» (16+)
20.20 «НА КРЮЧКЕ». (16+) Россия, 2010 г. В ролях: Екатерина Вилкова, Константин Крюков, Марат Башаров, Игорь Угольников, Максим Матвеев
22.05 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
00.10 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
02.05 «КОНВЕРТ». (16+)
03.45 «ВИКИНГ». (12+)

ДОМ КИНО

06.50 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
08.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (12+)
10.40 «СПЕЦЫ». (16+)
19.00 Вечер вместе. «ВЫСОТА». (6+) СССР, 1957 г. В ролях: Николай Рыбников, Инна Макарова, Геннадий Карнович-Валуа, Василий Макаров
20.40 Вечер вместе. «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (6+)
23.10 Вечер вместе. «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
00.45 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (12+)
02.05 «БОЛЬШОЙ АТТРАКЦИОН». (6+)
03.25 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО». (12+)
05.10 «ОКЕАН». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.20 «ТИСКИ». (18+)
02.35, 03.30, 04.20, 05.15 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
06.05 «ИГРА». (16+)
07.50 «ЖИТЬ». (16+)
09.10 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
11.10 «ДУРА». (16+)
12.55 «КУКУШКА». (16+)
14.45 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+) Фантастика, Россия, 2016 г.
16.35 «ОХОТНИК». (16+) Драма, Россия, 2011 г.
18.45 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) Комедия, драма, фэнтези, Россия, 1991 г.
20.50 «КУРОРТНЫЙ ТУМАН». (16+) Детектив, Россия, 2012 г.
22.30 «ДЕВУШКА С КОСОЙ». (16+) Комедия, Россия, 2017 г.

КИНОКОМЕДИЯ

00.40 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
03.05 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)
05.05 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
06.40 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
08.35 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
10.25 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
12.15 «МАЛЬЧИШНИК В НОВОМ ОРЛЕАНЕ». (16+)
14.00 «ПРОСНУВШИСЬ В РИНО». (16+)
15.40 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
17.35 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+) Комедия, Италия, 1980 г.
19.35 «ДРУЖБА И НИКАКОГО СЕКСА?» (16+)
21.25 «ЛЮБОВНЫЙ ЭЛИКСИР № 9». (16+)
23.15 «РЭД-2». (12+)

SONY CHANNEL

06.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
07.40 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
09.15, 10.05 Правила моей пекарни. (16+)
11.00, 11.45, 12.30, 13.15, 14.00 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)
14.45, 15.30, 16.15 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+)
17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «РИЦЦОЛИ И АЙЛС». (16+)
20.00 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ»
21.45 «ЭПОХА НЕВИННОСТИ». (16+)
00.00 «ЗА БОРТОМ». (16+)
01.50, 02.30 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
03.10, 03.30, 03.55, 04.15 «ЮНАЯ». (16+)
04.40, 05.20 Проект подиум. (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «ГРОМОВЫ. ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 15.00 «БОЛЬШОЕ ЗЛО И МЕЛКИЕ ПАКОСТИ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «ГРОМОВЫ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)

FOX LIFE

06.00, 06.40, 13.10, 14.00, 14.45 «ДЛЯ ЛЮДЕЙ». (16+)
07.25, 18.00 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
07.50 Американское путешествие Джейми. (12+)
08.45, 09.40 Путешествие в мир специй. (12+)
10.35, 11.00 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
11.30, 12.20 «НОМЕР 309». (16+)
15.30, 16.20, 17.10 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
18.25 «ДОКАЗАННАЯ НЕВИНОВНОСТЬ». (16+)
19.15 «ПОСЛЕДНЕЕ СЛОВО». (16+)
21.05 «КОГДА ЖИЗНЬ НЕ СТОИТ НА ПУТИ». (16+)
22.30 «ДОБРАЯ ВЕДЬМА». (16+)
00.00 «ПОЧЕМУ Я ПОХИТИЛА БОССА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

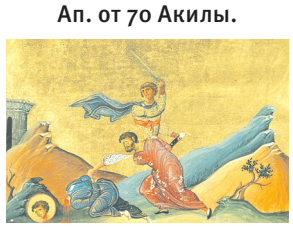
СПАС

05.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
06.00 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (0+) СССР, 1938 г. Режиссёры: Сергей Эйзенштейн, Дмитрий Васильев. В ролях: Николай Черкасов, Николай Охлопков
08.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (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 будут двое… (0+)
13.00 Я хочу ребенка. (0+)
13.50 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 Крещение. (0+)
17.55 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (0+)
20.00 Встреча. (0+)
21.00 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)
22.00 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (0+) СССР, 1976. Режиссёр: Инесса Селезнёва. В ролях: Маргарита Терехова, Валентин Гафт
23.50 День Патриарха. (0+)
00.05 Женская половина. (0+)
01.05 Завет. (0+)
02.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
02.55 Встреча. (0+)
03.50 Res Publica. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

27 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Ап. от 70 Акилы.



Мч. Иуста. Прп. Онисима чудотворца, иже в Магнезии. Прп. Еллия монаха, Египетского. Прп. Стефана Махрищского. Прп. Никодима Святогорца. Мч. Иоанна Мервского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера.

Поста нет.

« Человечество само собой не могло бы прибегнуть к покаянию – оно призвано и призывается к нему бесконечной благостью Божией».

Свт. Игнатий (Брянчанинов)

ПЕРВЫЙ

05.00 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)
06.00 Новости
06.10 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)
07.00 День Военно-морского флота РФ. Праздничный канал
10.00 Новости с субтитрами
10.10 День Военно-морского флота РФ. Праздничный канал
11.00 Торжественный парад к Дню Военно-морского флота РФ
12.35 «Цари океанов». (12+)
13.40 «72 МЕТРА». (12+)

Экипаж подводной лодки «Славянка» готов к очередному выходу в море - боевые плановые учения.
16.30 «КВН». Премьер-лига. (16+)
18.00 «Точь-в-точь». (16+)
21.00 Время
21.50 «ЛУЧШЕ, ЧЕМ ЛЮДИ»: НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
23.50 «МОЯ СЕМЬЯ ТЕБЯ УЖЕ ОБОЖАЕТ». (16+)
01.25 «И БОГ СОЗДАЛ ЖЕНЩИНУ». (12+)
03.10 «Про любовь». (16+)
03.55 «Наедине со всеми». (16+)

РОССИЯ

05.05 «ПРИКАЗАНО ЖЕНИТЬ». (12+)
07.20 «Семейные каникулы»
07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна
08.00 Утренняя почта
08.40 Местное время. Воскресенье
09.20 Ко Дню военно-морского флота. «Затерянные в Балтике». (12+)
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.20 «ВПЕРЕДИ ДЕНЬ». (12+)
Удивительные обстоятельства свели в лихие 90-е годы трех женщин - Нину, Лену и Милу. Лена и Нина - подруги и жены «новых русских», а Мила - домработница у Нины. По странному совпадению все трое находятся на поздних сроках беременности...
20.00 Вести
22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
01.00 «Огненная кругосветка». (12+)
В самую суровую военную зиму 1941-1942 гг. экипажу советского крейсера-ледокола «Микоян» было поручено дойти через три океана из Черного моря во Владивосток.
02.00 «ПЕРВЫЙ ПОСЛЕ БОГА». (12+)

НТВ

04.50 «КО МНЕ, МУХТАР!» (6+)
06.10 «ВЫСОТА». (0+)
08.00 Сегодня
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
11.50 Дачный ответ. (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Секрет на миллион». (16+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
В городе происходит несколько убийств влиятельных граждан. Молва приписывает убийства киллеру по кличке Туман - легендарному убийце, якобы совершившем больше десятка громких и дерзких ликвидаций.
23.40 «ПАРАГРАФ 78». (16+)
Россия, 2006. Боевик. В ролях: Гоша Куценко, Анастасия Сланевская. Недалекое будущее. Работавшие когда-то вместе члены группы специального назначения вновь собираются вместе для выполнения важного задания.
01.30 «ПАУТИНА». (16+)
04.30 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.50 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.15 «Спирит. Дух свободы». (6+)
07.40 «Три кота». (0+)
08.05 «Царевны». (0+)
08.30 «Детский КВН». (6+)
09.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.45 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
13.05 «Я - ЛЕГЕНДА». (16+)
15.00 «Как приручить дракона». (12+)
На острове Олух живёт племя викингов, вынужденное защищаться от постоянно нападающих на них драконов.
16.55 «Как приручить дракона-2». (0+)
18.55 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ПИКСЕЛИ». (12+)
21.00 «ФОКУС». (16+)
США - Аргентина, 2014 г. Криминальная мелодрама. Уилл Смит, Марго Робби, Адриан Мартинес. История об опытном мошеннике, который влюбляется в девушку, делающую первые шаги на поприще нелегального отъёма средств у граждан.
23.05 «ОНО». (18+)
01.45 «НЯНЯ-2». (16+)
03.20 «НЯНЯ-3. ПРИКЛЮЧЕНИЯ В РАЮ». (12+)
04.45 «БРАК ПО-СОСЕДСКИ». (16+)
05.30 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Дом-2. Lite». (16+)
10.00 «Дом-2. Остров любви». (16+)
11.00 «Перезагрузка». (16+)
Женя уверена, что успех в жизни напрямую зависит от внешности. Девушке ничего не остается, как пускать комментарии в адрес эффектных дам. Получится ли у команды экспертов «Перезагрузки» побороть внутренние комплексы и зависть героини?
12.00 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
13.40 «СУМЕРКИ: САГА: РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
Финальная часть саги. После смерти жизнь Беллы стала налаживаться: Эдвард оказался примерным мужем, их дочь Ренесми мудра не по годам, и вообще все довольны - кроме клана Вольтури. По их понятиям обращать детей в столь нежном возрасте опасно…
16.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «STAND UP». (16+)
23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)
00.05 «Дом-2. После заката». (16+)
01.10 «Такое кино!». (16+)
01.40 «ТНТ MUSIC». (16+)
02.10 «Открытый микрофон». (16+)
05.20 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН

05.00 13.40 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+)
США, 2015 г. Питер Динклейдж, Николай Костер-Вальдау, Лена Хиди, Эмилия Кларк, Кит Харингтон. 4-й сезон. Продолжение битвы за Железный трон. Ситуация в Вестеросе и за его пределами накаляется. Пока столица Семи Королевств отходит от шока после смерти очередного монарха, с севера на Стену надвигается гигантская объединённая армия Одичалых.
00.30 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)

Беларусь, 2012 г. Марина Александрова, Александр Лазарев мл. Великая Отечественная война. Небольшой диверсионной группе поручают захват документов с последними директивами Гитлера. Бумаги находятся у личного помощника адъютанта вождя...
03.30 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ПЯТНИЦА

05.00 Есть один секрет. (16+)
05.20 02.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.30 Школа доктора Комаровского. (12+)
08.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)
09.00 Регина+1. (16+)
10.00 Теперь я босс-2. (16+)
11.00 На ножах. (16+)
23.00 AgentShow 2.0. (16+) Собственное развлекательное шоу Насти Ивлеевой на Пятнице! Гости проекта - звезды шоу-бизнеса, знаменитые блогеры...
00.00 «ЧОКНУТЫЙ ПРОФЕССОР-2». (18+)
04.20 «ПОЛОВИНКИ». (16+)

ЧЕ

06.00 05.30 «Мультфильмы». (0+)
06.40 «МОШЕННИКИ». (16+)
08.30 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+) Россия, 2012 г. Фантастика. Третий год старший лейтенант полиции Михаил Соловьев идёт по следу Маньяка, терроризирующего столицу убийствами молодых женщин.
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «Шутники». (16+)
00.00 «Голые и смешные». (18+)
01.00 «МИР ДИКОГО ЗАПАДА». (18+)
03.40 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+)

ОТР

05.40 22.50 «Звук». (12+)
06.35 21.25 «МЫ, ДВОЕ МУЖЧИН». (12+)
08.00 «Легенды Крыма»
08.25 «Среда обитания»
08.55 «Истинная роль»
09.20 «ВИННЕТУ - СЫН ИНЧУ-ЧУНА». (0+)
11.05 19.20 «Моя история»
11.35 «Несломленный нарком». (12+)
12.30 «Гамбургский счёт»
13.00 15.00 19.00 Новости
13.05 15.05 «ЕВА». (12+)
17.00 «За строчкой архивной». (12+)
17.25 «КОМЕНДАНТ ПУШКИН». (6+)
18.30 «Вспомнить всё»
19.50 «АГЕНТ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ-3». (12+)
00.40 «СТАРИННЫЙ ВОДЕВИЛЬ». (0+)

Ю

05.00 Верните мне красоту. (16+)
06.20 «Взвешенные и счастливые». (16+)
09.00 «Миссия: Красота!» (16+)
11.00 «Топ-модель по-американски». (16+)
15.15 «Папа попал». (12+)
23.00 «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+) США, 2009 г. Комедия. У 25-летнего юноши начинается роман с матерью-одиночкой, живущей по соседству. Основной преградой в их отношениях становится то, что главная героиня существенно старше своего избранника.
01.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
04.00 Верните мне красоту. (16+)

МИР

06.00 Мультфильмы. (0+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)
06.25 Мультфильмы. (0+)
07.10 Охота на работу. (12+)
07.45 Мультфильмы. (0+)
08.20 Ещё дешевле. (12+)
08.50 Всемирные игры разума. (0+)
09.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
10.00 Новости
10.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (0+) Сериал
16.00 Новости
16.15 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+) Сериал. Исторический фильм, приключения, СССР, 1987 г. В ролях: Сергей Жигунов, Дмитрий Харатьян, Владимир Шевельков
22.25 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
02.45 «СЕДЬМОЕ НЕБО». (16+) Сериал

РЕТРО

00.50, 12.55 На сопках Маньчжурии. (12+)
01.45, 06.00, 09.50, 11.10, 22.20 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
02.55, 23.40 Тайная жизнь Пиаф. (12+)
04.10, 07.10 «Я ТЕБЯ НЕНАВИЖУ». (12+)
05.25 «Только не сейчас». Мультфильм. (12+)
08.30 «Мешок яблок». Мультфильм. (0+)
08.55 «Персей». Мультфильм. (0+)
09.20 «Крепыш». Мультфильм. (6+)
12.30 «Кентервильское привидение». Мультфильм. (6+)
13.55 «Я лечу над Россией». (12+)
16.05 «ПИКНИК У ВИСЯЧЕЙ СКАЛЫ». (16+)
18.10 «Ты моя мелодия». Концерт. (12+)
19.55, 21.10 «МНИМЫЙ БОЛЬНОЙ». (12+) СССР

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Бабушка удава». (6+)
05.10 «Как лечить удава». (0+)
05.25 «Микки и весёлые гонки». (0+)
05.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
06.40 «Майлз с другой планеты». (6+)
07.05 «Герои в масках». (0+)
07.35 «Пёс Пэт». (6+)
08.15 «Гигантозавр». (0+)
08.50 «Удивительная Ви». (6+)
09.20 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.55 «София Прекрасная». (0+)
10.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
10.55 «Хранитель Лев». (0+)
11.25 «Дружные мопсы». (0+)
12.00 «Аладдин». (0+) Встречайте любимых героев в классическом мультсериале Disney - «Аладдин»! В восточном королевстве Аграба всегда происходят невероятные события, полные тайн и волшебства. Добрый и смелый юноша Аладдин, его возлюбленная принцесса Жасмин, весельчак Джинн и их маленькие друзья - обезьянка Абу и попугай Яго - неусыпно стоят на страже порядка.
13.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
15.25 «Принцесса и Лягушка». (0+)
17.25 «Моана». (6+)
19.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)
22.05 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)
00.05 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)
03.15 «Геркулес». (12+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Кротик и Панда». (0+)
06.50 «Бурёнка Даша». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.20 «Котики, вперёд!» (0+)
09.00 «Высокая кухня: Угадайка». (0+)
09.25 «Диколесье». (0+)
09.50 «Домики». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Игрушки-вертушки». (0+)
11.00 «Семейка Бегемотов». (0+)
11.10 «Сказочный патруль». (0+)
12.30 «Крутой ребёнок». (0+)
13.00 «Казупс!» (0+)
14.20 «Приключения Ам Няма». (0+)
14.40 «Ералаш». (6+)
16.00 «Буба». (6+)
17.00 «Сердитые птички. Пушистики». (6+)
17.30 «Фиксики». (0+)
18.45 «Пластилинки». (0+) Серия обучающих музыкальных мультфильмов для дошкольников о цифрах, животных, музыке.
18.50 «Три кота». (0+)
20.20 «Семейка Бегемотов». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Смешарики. Пин-код». (6+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.50 «Дикие скричеры». (6+)
23.15 «Гормити». (6+)
23.40 «Отряд джунглей спешит на помощь». (6+)
00.50 «Боб-строитель». (0+)
02.30 «Лентяево». ТВ-шоу. (0+)
02.55 «10 друзей Кролика». (0+)
04.10 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.25, 06.50 Как это устроено? (12+)
07.20, 07.45 Как это сделано? (12+)
08.15, 08.40 Охотники за складами. (16+)
09.10 Автобан А2. (12+)
10.05 Смертельный улов. (16+)
11.00 Затерянные викинги Америки: Призраки Великих озёр. (16+)
11.55 Золотой путь Паркера Шнабеля. (16+)
12.50 Голые и напуганные. (12+)
13.45, 14.10, 14.40, 15.05 Спасатели имущества. (12+)
15.35, 16.00 Как это устроено? (12+)
16.30, 16.55 Как это сделано? (16+)
17.25, 18.20, 19.15 Лаборатория взрывных идей. (16+)
20.10 Операция «Спасение дома». (12+)
21.05 Затерянные викинги Америки: Призраки Великих озёр. (16+) Новый артефакт может доказать, что викинги достигли Среднего Запада. Учёные строят копию судна викингов, чтобы проверить, могли ли они совершить столь опасное путешествие.
22.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
22.55 Американский чоппер. (16+)
23.50 Голые и напуганные. (12+)
00.45 Экстремальные фургоны. (12+)
01.40, 02.05, 02.35, 03.00 Спасатели имущества. (12+)
03.30 Братья Дизель. (12+)

VIASAT HISTORY

06.15 Невероятные изобретения. (12+)
07.10 Запретная история. (12+)
08.05 Невероятные изобретения. (6+)
08.35, 09.25, 10.15 Музейные тайны. (12+)
11.05 Наполеон: Египетская кампания. (12+)
12.05, 13.00 Вулканическая одиссея. (12+)
13.55 Загадки Египта. (12+)
14.45, 15.40 Величайшие мистификации в истории. (12+)
16.30, 17.20, 18.15 Заговор. (12+)
19.05 Высадка на Луне: величайшая фальшивка в истории
20.10 Смертоносный интеллект. (12+)
21.00 Падение империи. (12+) Тимур (Тамерлан) - лидер клана, который завоюет центральную Азию, создаст чудеса архитектуры и оставит после себя вечно ссорящихся потомков, которые все это потеряют.
22.00 История без прикрас. (12+) Несмотря на излишества, жестокость и серьезные ошибки Мао Цзе Дуна, нет сомнений, что именно «Великий Кормчий» заложил основы современного Китая.
23.00, 00.00 Тайная война. (12+)
00.55 Затерянный город гладиаторов. (12+)
01.55, 02.45 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
03.35, 04.20, 05.10 Музейные тайны. (12+)
05.55 Невероятные изобретения. (12+)

NG

06.00 Научные глупости. (16+)
06.25 Внутри невероятной механики. (16+)
07.20 Сила племени: Охотники пустыни. (16+)
08.15 Суперкар со свалки: Jaguar F-Type SVR. (16+)
09.05, 09.55 Золото Юкона. (16+)
10.45, 11.10, 11.40, 12.05 Научные глупости. (16+)
12.30 Суперкар со свалки. (16+)
13.25, 14.15 Дикий тунец. (16+)
15.10, 16.00, 16.55 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.45, 18.35, 19.25 Египет с величайшим исследователем в мире. (16+)
20.15 Трагедия «Челленджера»: Последняя миссия. (16+)
21.10 Армстронг. (16+)
22.00 Осушить океан: Без следа. (16+) Декабрь 1945 года. Эскадрилья самолетов ВМС США пропадает с радаров недалеко от побережья Флориды, а в марте 2014 года пропадает без следа Боинг 777 с 239 пассажирами на борту. Смогут ли уроки, извлеченные экспертами из анализа причин авиакатастроф, помочь разгадать тайны этих пропавших самолетов?
22.50, 23.40, 00.30 Космос: Пространство и время. (16+)
01.15 Осушить океан: Без следа. (16+)
02.00, 02.45 Инстинкт выживания-4, лучшее. (16+)
03.30, 04.15 Паранормальное. (16+)
05.00 Инженерные идеи. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

сериалы фильмы (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 «Человек перед Богом»
07.05 «А вдруг получится!..» «Зарядка для хвоста». «Завтра будет завтра». «Великое закрытие». «Ненаглядное пособие»
07.50 «КАМИЛА»
10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»
10.30 «БЛИЗНЕЦЫ»
11.55 Спектакль «Рассказы Шукшина»
14.25 «Карамзин. Проверка временем»
14.55 «Первые в мире»
15.10 «Андреевский крест»
15.55 Концерт Кубанского казачьего хора в Государственном Кремлёвском дворце
17.10 «Экзотическая Мьянма»
18.00 «Пешком...»
18.30 «Романтика романса»
19.25 «Галина Уланова. Незаданные вопросы»
20.20 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ»
СССР, 1976 г. Мелодрама. Владимир Высоцкий, Алексей Петренко, Иван Рыжов.
22.00 Звезды мировой сцены в юбилейном вечере маэстро Игоря Крутого в Кремле
00.20 «РАСМУС-БРОДЯГА»
02.40 «Тяп, ляп - маляры!» «Великолепный Гоша»

ТВЦ

05.50 «ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
07.40 «Фактор жизни». (12+)
08.15 «ЧЕРНЫЙ ТЮЛЬПАН». (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
11.30 События
11.45 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
14.45 «Мужчины Джуны». (16+)
15.35 «Доказательства смерти». (16+)
16.30 «Хроники московского быта. Недетская роль». (12+)
17.15 «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ». (12+)

Владимир - человек, «сделавший себя сам». Будучи совсем молодым, он попал в автомобильную аварию и оказался прикован к постели.

21.15 «АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ». (12+)
00.00 События
00.15 «АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ». (12+)
01.15 Петровка, 38. (16+)
01.25 «СНАЙПЕР». (16+)
03.00 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)

ТВ-3

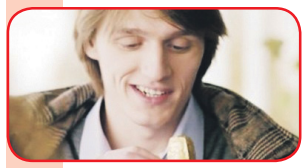
06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «ГРИММ». (16+)
13.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
15.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ. ИНСТРУКЦИЯ». (16+)
19.00 «СМЕШАННЫЕ». (12+)
США, 2014 г. Комедия. Адам Сэндлер, Дрю Бэрримор, Белла Торн. Придя на свидание вслепую, мать двоих мальчишек Лорен Рейнольдс и отец трех девчушек вдовец Джим Фридмен так и не смогли найти общий язык.
21.15 «ЖИВОТНОЕ». (12+)

США, 2001 г. Комедия. Роб Шнайдер, Коллин Хэскелл, Эдвард Эснер. Простой паренёк Марвин мечтает стать суперполицейским, однако физические и умственные данные не позволяют ему даже приблизиться к цели. Но все меняет случай.

23.00 «АМЕРИКАНСКИЙ ПИРОГ». (16+)
01.00 «МИФ». (16+)
03.30 «ПЕРВЫЙ УДАР». (12+)
04.45 «Охотники за привидениями». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 «АДЕЛЬ». (16+)
08.40 «ЭТА ЖЕНЩИНА КО МНЕ». (16+)
10.45 «НАХАЛКА». (16+)
Украина, 2013 г. Мелодрама. Оксана Сташенко, Евгений Воловенко. Леночка живет в городке Свербиловка, где добывают золотую руду. Леночкин папа богатый бизнесмен.
14.45 «ЛУЧШИЙ ДРУГ СЕМЬИ». (16+)
19.00 «БАБЬЕ ЦАРСТВО». (16+)



Россия, 2012 г. Мелодрама. Ольга Ломоносова, Олег Масленников-Войтов.
Оксана - успешная молодая женщина, директор одного из крупнейших рекламных агентств Москвы.

22.55 «ЛЮБИМЫЙ РАДЖА». (16+)
01.30 «ЭТА ЖЕНЩИНА КО МНЕ». (16+)
03.20 «Предсказания: 2019». (16+)
05.45 «Домашняя кухня». (16+)
06.10 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Моя правда». (16+)
07.30 Сваха. (16+)
08.00 «Моя правда». (16+)
Документальный фильм. Жизнь артистов шоу-бизнеса похожа на яркую вспышку звезды. Ими увлекаются, их боготворят и подражают им. Они стали кумирами миллионов поклонников в разных странах и остаются ими и по сей день. Программа «Моя правда» разрушает стереотипы...
10.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
03.00 «Большая разница». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Военная приёмка. След в истории». (6+)
06.50 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)
09.00 «Новости недели»
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приёмка»
11.30 «Не дождетесь!» (12+)
12.25 13.15 «Экспедиция особого забвения»
13.00 18.00 Новости дня
13.35 «Несломленный нарком». (12+)
14.45 18.25 «История российского флота». (12+)
21.50 «МОРСКОЙ ХАРАКТЕР». (0+)
23.50 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Маша и медведь». (0+)
11.30 «Машкины страшилки». (0+)
12.00 «Марафон». (12+)
13.00 «Территория успеха». (12+)
13.30 «Формула здоровья». (12+)
14.00 «Губернские новости». (12+)
14.10 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ». (16+)
16.00 «Область спорта». (12+)
16.15 «Адрес истории». (12+)
16.30 ООН. (Организация определенных наций). (16+)
18.00 «МАНОЛЕТЕ». (16+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «Ты в эфире» Лучшее. (0+)
20.15 «ПОСЛЕДНИЙ БРИЛЛИАНТ». (16+)
22.00 «РИШЕЛЬЕ: МАНТИЯ И КРОВЬ». (16+)
23.45 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
00.15 «Формула здоровья». (12+)
00.45 «Адрес истории». (12+)
01.00 «Ты в эфире» Лучшее. (0+)
01.30 «Область спорта». (12+)
01.45 «Такие разные». (12+)
02.15 «МАНОЛЕТЕ». (16+)
03.45 «Арт-проспект». (12+)
04.00 «Марафон». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

06.00 Профессиональный бокс
07.00 Реальный спорт. Бокс
07.45 «ВТОРОЙ ШАНС». (16+)
10.10 11.55 Новости
10.20 03.00 «Гран-при». (12+)
10.55 Пляжный волейбол. Мировой тур. Мужчины. Финал
12.10 Пляжный волейбол. Мировой тур. Женщины. Финал
13.10 00.00 Все на Матч!
13.35 Специальный репортаж. (12+)
13.55 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Финалы
16.00 Формула-1. Гран-при Германии
18.15 «Тает лёд». (12+)
18.35 Футбол. ЦСКА - «Локомотив» (Москва). Российская Премьер-лига
20.55 «После футбола»
22.00 Футбол. «Милан» (Италия) - «Бенфика» (Португалия). Международный Кубок чемпионов
01.00 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (16+)
03.30 Формула-1. Гран-при Германии. (0+)

EUROSPORT 1

00.30 Ралли-кросс. Великобритания. (0+)
01.00, 07.30, 17.45 Велоспорт. «Тур де Франс». Обзор дня. (0+)
02.00, 23.45 Тележурнал Watts. (0+)
02.30, 06.00 Снукер. Riga Masters. 2-й день. (0+)
04.00, 10.00 Велоспорт. «Тур де Франс». 20-й этап. (0+)
08.30 Конный спорт. Global Champions Tour. Берлин. (0+)
09.30 Ралли. ERC. «All Access». (0+)
11.30 Автогонки. Blancpain Endurance. Спа. Прямая трансляция. (0+)
12.50 Теннис. ATP 500. Гамбург. Финал. Прямая трансляция. (0+)
15.25 Автогонки. Суперкубок Porsche. Германия. (0+)
16.10 Теннис. ATP 250. Гштаад. Финал. (0+)
18.55 Велоспорт. «Тур де Франс». 21-й этап. Прямая трансляция. (0+)
22.30 Велоспорт. «Тур де Франс»-экстра. Прямая трансляция. (0+)
23.05 Мотогонки. Endurance. Сузука. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая Лихорадка. (16+)
08.00 Караокинг. (16+)
09.00 PRO-Обзор. (16+)
09.35 Хиты планеты. Топ 5. (16+)
09.55 #ЯНАМуз-ТВ. (16+)
11.00 Русский чарт. (16+)
12.00 Отпуск без путевки. (12+) Какие места надо посетить обязательно, а на какие не стоит тратить своё время? Ответы в еженедельном шоу «Отпуск Без Путевки»
13.10 Ждите ответа. (16+)
14.15 «Песня года-2017». (16+)
17.25 Top 30 - Крутяк недели. (16+)
20.00 Муз-ТВ Stories. Жара в Баку. (16+)
21.00 Дискотека Муз-ТВ в Баку. Прямая трансляция. (16+)
01.00 #ЯНАМуз-ТВ. (16+)
02.00 10 sexy. (16+)
02.50 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

08.10 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
10.35 «ВИЗАНТИЯ». (16+)
13.05 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
15.40 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (6+)
17.45 «ОБЛИВИОН». (16+)
20.10 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+) Испания, США, 2012 г. В ролях: Наоми Уоттс, Юэн МакГрегор, Том Холланд, Сэмюэл Джосли
22.20 «МОШЕННИКИ». (12+) Германия, США, 2002 г. В ролях: Мэттью Перри, Элизабет Херли, Винсент Пасторэ, Брюс Кемпбэлл
00.15 «ПОСЛЕДНИЙ ПОРТРЕТ». (18+)
02.00 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
04.10 «ДРУГИЕ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «НА КРЮЧКЕ». (16+)
08.10 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
10.20 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
12.20 «КАКАЯ ЧУДНАЯ ИГРА». (12+)
14.15 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
16.05 «ВИКИНГ». (12+)
18.45 «КОНВЕРТ». (16+)
20.20 «Я ХУДЕЮ». (16+) Россия, 2018 г. В ролях: Александра Бортич, Ирина Горбачева, Сергей Шнуров, Евгений Кулик, Роман Курцын
22.20 «ПОБЕГ». (16+) Россия, 2005 г.
00.45 «АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК». (16+)
02.40 «МИФЫ». (16+)
04.25 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)

ДОМ КИНО

06.40 «ПРИНЦЕССА ЦИРКА». (6+)
09.30 «Князь Владимир». Мультфильм. (6+)
11.00 «ГАРАЖ». (6+)
13.00 «ВЫСОТА». (6+)
14.40 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
17.15 «МИМИНО». (12+)
19.00 Золото «Мосфильма». «СПОРТЛОТО-82». (6+) СССР, 1982 г.
20.50 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)
22.15 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
23.55 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (6+)
02.55 «СКАЗКИ... СКАЗКИ... СКАЗКИ СТАРОГО АРБАТА». (6+)
04.40 «НЕ ГОРЮЙ!» (6+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.05 «СЕРДЦЕ МИРА». (18+)
02.15 «ИГРА». (16+)
03.50 «ЖИТЬ». (16+)
05.05 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
06.50 «ЩЕНОК». (16+)
07.40 «ДУРА». (16+)
09.30 «КУКУШКА». (16+)
11.20 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+)
13.10 «ОХОТНИК». (16+)
15.20 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) Комедия, драма, фэнтези, Россия, 1991 г.
17.30 «КУРОРТНЫЙ ТУМАН». (16+) Детектив, Россия, 2012 г.
19.10 «ДЕВУШКА С КОСОЙ». (16+) Комедия, Россия, 2017 г.
20.45, 21.40, 22.40, 23.35 «СХВАТКА». (16+) Сериал. Детектив, Россия, 2012 г.

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ». (16+)
03.00 «21 И БОЛЬШЕ». (16+)
04.40 «УБЕЙ МЕНЯ ТРИЖДЫ». (18+)
06.15 «ПАРИЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
08.00 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
09.55 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
11.55 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
14.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
16.15 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+)
17.50 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
19.35 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
21.20 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
23.00 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ». (18+)

SONY CHANNEL

06.00 Спросони. (12+)
06.20 «ЭПОХА НЕВИННОСТИ». (16+)
08.40 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ»
10.25, 11.20, 12.15, 13.10 Холостячка. (16+)
14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
20.00 «ЗА БОРТОМ». (16+) США, 1987 г.
21.50 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
23.25 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
01.05, 01.50, 02.30 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
03.10, 03.30, 03.55, 04.15 «ЮНАЯ». (16+)
04.40, 05.20 Проект подиум. (16+)

ФЕНИКС+ КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 02.00, 02.25, 03.00, 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
12.00, 13.00 «КЛУБ СЧАСТЬЯ». (16+)
14.00, 15.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
20.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «ГРОМОВЫ». (16+)
06.00, 07.00 «МЕТОД ФРЕЙДА-2». (16+)

FOX LIFE

06.00, 06.40, 01.05, 01.45 «ЛЮЦИФЕР». (16+)
07.30, 07.55, 05.35 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
08.20 «БОЛЬНОЙ ОТ ЛЮБВИ». (16+)
09.50 Американское путешествие Джейми. (12+)
10.45, 11.35, 02.30, 03.20 «НОМЕР 309». (16+)
12.25, 13.15, 14.00 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
14.50, 15.35, 16.25, 17.10 «ЧИКАГО В ОГНЕ». (16+)
18.00, 21.15 «ДОКАЗАННАЯ НЕВИНОВНОСТЬ». (16+)
18.50 «ДЛЯ ЛЮДЕЙ». (16+)
19.40 «ДВА ДНЯ В ПАРИЖЕ». (16+) Франция, Германия, 2007 г.
22.05, 23.05, 00.05 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
04.10, 04.55 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Я тебя люблю. (0+)
05.55 И будут двое... (0+)
06.50 Я хочу ребенка. (0+)
07.40 Крещение Руси. Цикл: Церковь в истории. (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+)
12.00 День Крещения Руси. Прямая трансляция. (0+)
16.30 Пилигрим. (0+)
17.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
18.05 Крещение Руси. Сколько раз ее крестили? Цикл: Хочу верить! С Борисом Корчевниковым. (0+)
18.30 «НЕ ОТ МИРА СЕГО». Фильм-спектакль. (0+) СССР, 1977 г. Фильм-спектакль по последней пьесе А. Н. Островского.
21.05 Владимир Красное Солнышко. (0+)
22.00 Щипков. (0+)
22.30 Лица Церкви. (0+)
22.45 Res Publica. (0+)
23.45 День Патриарха. (0+)
00.00 В поисках Бога. (0+)
00.30 Вечность и Время. (0+)
01.15 Пилигрим. (0+)
01.45 Завет. (0+)
02.40 Лица Церкви. (0+)
02.55 Крещение. (0+)
03.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

28 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 5. Равноап. вел. кн. Владимира, во Св. Крещении Василия.

Память святых отцов шести Вселенских Соборов. Собор Киевских святых. Мчч. Кирика и Иулитты. Мч. Авудима. Сщмч. Петра диакона.

Поста нет.

« Надо без ропота принимать любой поворот кормила, которым Бог изводит меня из борьбы и жизни, пока не войду в тихую пристань...»
Свт. Григорий Богослов

Счастье, когда вся семья в сборе

> Без семьи человек один в мире и дрожит от холода.
> Андре Моруа

Валька смотрела на меня своими голубыми глазищами, в глубине которых плескались страх и отчаяние.

Мне было жаль племянницу, но я не знала, как ей помочь. Вряд ли сестра станет меня слушать, заступись я за Валечку. Но и бросить девочку в беде я тоже не могла.

Боялась и уважала мать

– Теть Зой, что же теперь будет? – плакала рыжеволосая худышка, уткнувшись мне в плечо. – Он говорил... я думала...

– Тише, тише, – провела я рукой по непослушным Валиным кудряшкам. – Какой у тебя срок?

– Восемь неде-э-э-ль... – зашлась рыданиями племянница.

– Так, успокойся, – твердо сказала я. – Давай попьем чаю с зефиром, поговорим, подумаем, что мы можем предпринять.

Я переживала за Валечку. Сестра удочерила ее, когда малышке было два с половиной года. Своих детей у них с мужем не было и быть не могло. Неудачно сделанный в юности аборт лишил мою сестру Свету такой возможности. А муж ее детей хотел. Вот Света и решилась на усыновление. Только нежные материнские чувства к рыжеволосой голубоглазой малышке у Светы так и не проснулись. А уж когда Виталий – ее муж – ушел от нее к забеременевшей любовнице, и вовсе стала срывать свое зло на крохе. Нет, она ее не била, не унижала, но жизнь девочки превратилась буквально в военно-гарнизонную: строжайший режим, никаких вольностей и личных потребностей, строгий круг обязанностей и десяток кружков, от которых и у взрослого-то человека голова бы кругом пошла.

Валюшка росла послушной, хорошей девочкой. Боялась и уважала мать, которая забывала хвалить дочь за успехи, зато с рвением, достойным лучшего применения, читала ей лекции на тему правильности поступков и с упоением отчитывала за оплошности.

Конечно, когда за Валечкой стал ухаживать сокурсник Ромка, она со всей страстью и надеждой отдалась новым чувствам. А Рома ухаживал красиво – задаривал цветами и подарками, говорил нежности, обещал золотые горы. И растаяла Валечка, влюбилась. Вот только, когда девочка забеременела, Рома как-то быстро испарился и забыл о чувствах и обещаниях.

«Я ушла из дома»

– Идиотка, что ты натворила? – кричала Светлана. – Ты же крест на своей карьере, а считай, и на нормальной жизни поставила! Завтра же идем в консультацию. Аборт, и это даже не обсуждается.

– Света, подожди, не руби с плеча, – попыталась воззвать я к благоразумию сестры.

– А ты-то, ты! – напустилась она уже на меня, не обращая внимания на плачущую дочь. – Чего ты вечно лезешь к нам? Что тебе вечно надо, благодетельница? Своих не родила, так решила в мою семью влезть? Так вот знай, не получится. Я тебе не позволю.

Валюшка зашлась рыданиями, от чего Светлана еще больше рассвирепела:

– И нечего тут реветь. Наворотила делов, так будь добра вести себя достойно.

– Я не хочу аборт, – еле слышно, задыхаясь от страха, пролепетала племянница.

– Что? – взвилась ее мать.

– Я не хочу делать аборт, – повторила девочка, и в ее тоне почувствовалась несвойственная ей твердость.

Светлана кричала так, что стены в квартире тряслись. Грозила лишить дочь материальной поддержки и любой помощи. Обещала выгнать ее из дома, если та не согласится на ее условия. Мне не удалось даже рта раскрыть в защиту племянницы. Единственное, я успела шепнуть той, что не брошу ее, что бы ни случилось. А через два дня Валюшка появилась у меня на пороге с чемоданом.

– Я из дома ушла, – запинаясь, проговорила она, – не могу я сделать аборт. Не могу предать своего ребенка. Я его уже люблю, и он меня, я чувствую. Не прогонишь?

Конечно, я не прогнала Валю, и даже попыталась позвонить Светлане, чтобы поговорить, еще раз все обсудить, но не вышло. Сестра сбрасывала вызов, а позже и вовсе, похоже, занесла мой номер в черный список. Когда же я попыталась съездить к ней и поговорить, мне просто не открыли дверь, хотя я отчетливо слышала, что в квартире кто-то есть. Вот так Валюшка и осталась у меня с молчаливого согласия мамы.

«Хочу вас познакомить»

Академический отпуск после родов Валя брать не стала. Я перешла на надомную работу и стала помогать племяннице с ее дочкой Катенькой. Девчушка удалась на загляденье – розовощекая, голубоглазая, с трогательными пухлыми ручками и ножками. И спокойная, улыбчивая – совершенно беспроблемная кроха. Нянчиться с ней было сплошное удовольствие.

Валя расцвела, похорошела, появилась в ней какая-то мягкость и даже благость. Она стала чудесной мамой для своей девочки.

– Теть Зой, – сказала она мне как-то вечером, – вы только не ругайтесь, я нашла своего отца.

– Виталия? – удивилась я. – Бывшего Светиного мужа?

– Нет, – улыбнулась девушка, – своего настоящего отца. Мы встретились, поговорили. Оказывается, он ничего обо мне не знал. Они развелись с моей мамой, и та увезла меня из Владивостока в Москву. С отцом не общалась. Он даже не знал, что она умерла. В Москву приехал десять лет назад, его отправили сюда на обучение от фирмы. А он тут и остался, в головном предприятии. Я его и нашла. Ты знаешь, он придет сегодня к нам на ужин, ты не против? Я хочу вас познакомить, Катю ему показать.

Катя полюбила деда сразу. Да и как его можно было не полюбить? Павел окружил нас всех такой заботой и любовью, что не отвечать ему взаимностью было просто невозможно. Мы и отвечали: Валюшка и Катя души в нем не чаяли. Рядом с ним Валя стала увереннее, смелее, научилась справляться с трудностями, не впадая в ступор. А я... я теперь невеста. Даже не верится. Чувствую себя девчонкой. И это в мои-то сорок с хвостиком. Пожалуй, за всю свою жизнь я никогда не была так счастлива, как теперь. А вчера к нам приходила Света. Они помирились с Валей, и Катюшка сразу признала бабушку, улыбалась ей и поделилась сушкой. Я видела, как Света смахнула украдкой слезу – оттаяла. Это такое счастье, когда вся семья в сборе!

ЗОЯ

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: irtravelalot/Shutterstock.com

НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Ловись рыбка, большая и маленькая!

Рыбная ловля – очень увлекательный процесс. Но у каждого рыбака есть свои хитрости. Знатоки считают, что без определенных действий рыбалка не удастся. Кто-то копает червяков только на заре, кто-то берет с собой любимого питомца. Кому-то предпочтительно удить, сидя на стульчике, а кому-то – раскинувшись на берегу, у кого-то клев лучше с лодки... Потом приятно поделиться с друзьями уловом и своими рыболовными приключениями. Не у всех остаются одинаковые воспоминания. Найдите различия.

Ответы: У ближнего рыбака: поплавок, ремешок часов, сапоги; у дальнего рыбака: шляпа, берет справа вдали, справа дерева на горизонте, сетка сачка, крышка консервной банки, язык у кота, скелет рыбки.

Гейхера – клумба из одного растения

– Дорогая, если на огороде неурожай, какие могут быть причины?
– Ну, погодные условия…
– А ещё?
– Ну… забыла посадить!

Гейхера – это цветочек-праздник! Такого количества расцветок листвы больше не встретишь ни у одного другого растения!

Если вы поняли, что цветового акцента вашему саду недостаточно, значит, стоит посадить на участке гейхеру.

Разноцветные подушки

Гейхера образует плотные подушки из листьев. Цветы располагаются на длинных, около 20 см, цветоносах. Бывают сорта, которые выращивают только ради листьев, поэтому цветоносы сразу удаляют. Но есть и такие гейхеры, у которых яркие, похожие на колокольчики, довольно крупные цветы. А есть сорта с мелкими цветами, но очень милыми, создающими романтичную дымку над листьями.

Окраска листьев у этого растения настолько многообразна, что невозможно перечислить все оттенки. Листья у гейхеры бывают пурпурными, оранжевыми, красными, салатовыми, с контрастными прожилками и каемками.

Благодаря всему этому разнообразию гейхера способна украсить собой практически любой уголок вашего сада. Можно собрать у себя целую коллекцию сортов и создать из них бордюр или клумбу, или разместить их в рокарии или на альпийской горке – гейхера хороша в любых сочетаниях.

Особенности ухода

Со временем нижние листья гейхеры отмирают, поэтому оголяется низ куста. Растение приобретает пальмообразный вид. Когда такое случается, растение надо на зиму мульчировать, чтобы не пострадали корни. А еще – это сигнал, что пора поделить гейхеру в целях омоложения.

Гейхера зимует с листьями, поэтому их ни в коем случае не обрезают. Растение довольно рано появляется из-под снега. Бывает, что активное весеннее солнце сжигает листья. Тогда садоводу начинает казаться, что его гейхера не перезимовала. Чтобы этого не произошло, куртинки укрывают нетканым материалом, как только листья покажутся из-под снега. При этом с почвы снег еще может и не стаять.

Когда сажать?

Для укоренения гейхере нужно около месяца. В средней полосе крайний срок посадки – самое начало августа. Если вдруг начнутся незапланированные холода, то лучше укрыть молодое растение. При обычном температурном режиме оно в укрытии на зиму не нуждается.

В южных регионах можно сажать гейхеру в августе, и даже в сентябре. Просто рассчитывайте сроки посадки так, чтобы растение успело укорениться.

А на севере с посадками, конечно, лучше успеть до середины июля.

Место в саду

Гейхера – растение многолетнее, поэтому важно сразу выбрать ей подходящее место, чтобы затем долгие годы наблюдать ее рост и развитие, а не борьбу за жизнь.

Единственное, что точно не понравится гейхере, – абсолютная тень. Например, между домом и забором с северной стороны лучше ее не сажать. Посадите там папоротник.

В целом гейхера будет хорошо себя чувствовать и на солнце, и в полутени. Ей нужны утренние лучи, весь остаток дня она может провести и в тени.

Сорта с ярко окрашенными листьями могут поменять свой цвет из-за недостатка освещения. Учитывайте это при выборе места посадки.

ВАЖНО!

Только что посаженная гейхера очень страдает от жары. Поэтому в жаркие дни её лучше всего притенять.

Устраиваем новоселье

Родина гейхеры – горные склоны Северной Америки. Поэтому она нетребовательна к качеству почвы. Если есть необходимость, можно один раз за сезон подкормить растение жидким органическим удобрением. В целом, гейхера предпочитает почвы легкие. При посадке хорошо добавить в грунт крупный песок или мелкую гальку.

Гейхеру можно вырастить и из семян, но в середине лета лучше всего брать для посадки часть растения, отделенную от большого куста. Именно их обычно и продают на рынках и в питомниках. Растение с закрытой корневой системой – лучший вариант для летней посадки. Никаких особенных требований к проведению посадки не существует. Все как обычно: делаем углубление в земле, помещаем растение, поливаем.

Посадка гейхеры напоминает посадку клубники: важно расположить растение так, чтобы не заглублять корневую шейку.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Авторы фото: Suzana Marinkovic, Starover Sibiriak, azem/Shutterstock.com

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Сбалансированная диета для томатов

Порой мы так усиленно заботимся о своих посадках, что вредим им. Это касается и урожая томатов. Очень важно не перекормить их удобрениями. Мы подскажем, как соблюсти золотую середину.

КАК НЕ НАДО...

Всем томатам строго противопоказана жирная, хорошо удобренная почва. Не стоит и при посадке вносить в лунки дополнительное питание в виде навоза или птичьего помета. Перекормленные томаты выглядеть будут хорошо: кустистые и ветвистые, с крупными листьями, но… почти совсем без плодов. К тому же такие «жирные» помидоры очень склонны заболевать фитофторозом. Но совсем без питательных веществ сложно любому растению. Томаты подкармливают коровяком не чаще двух раз за сезон. В идеале – после того, как растения пришли в себя после пересадки, до цветения. И после цветения, в процессе завязи плодов. Но всегда помните, что лучше недокормить помидоры, чем перекормить!

Чрезмерное употребление мочевины так же вредно для томатов, как чрезмерное употребление органики. Не добавляйте мочевину при посадке, не кладите в лунки и не поливайте ей томаты слишком часто.

...И КАК НАДО

Первую подкормку для томатов проводят в самом начале июня уже после того, как растения будут пересажены в открытый грунт. Ее готовят следующим образом: 1 столовую ложку нитрофоски, пол-литра коровяка, 1-2 таблетки микроудобрений смешивают с 10 л воды. Под каждый куст томатов выливают по 1 литру раствора. Следующую (последнюю) подкормку делают в июле. Для раствора берут 1 столовую ложку сульфата калия, пол-литра коровяка, 1-2 таблетки микроудобрений и 10 л воды. Также под каждый куст выливают по 1 л приготовленной жидкости.

Кто-то любит арбуз, а кто-то предпочитает дыню. Чтобы избежать разочарований и всегда приобретать только вкусные плоды, прислушайтесь к нашим советам.

Выбираем арбуз и дыню

Выбираем арбуз

1 *Осмотрите плод на предмет повреждений.* На арбузной корке не должно быть трещин, вмятин, царапин, мягких мест, кожура должна быть твердая, глянцевая. Если корка повреждена, значит, внутрь плода попали микроорганизмы, которые мгновенно размножатся в благоприятной среде. Отведав такой арбуз, вы рискуете получить отравление.

2 *Изучите хвостик.* Когда арбуз созревает, он перестает выкачивать влагу из земли и место его крепления со стеблем материнского растения (хвостик) пересыхает. Старайтесь выбрать арбуз, у которого хвостик сухой, хрупкий и ломкий. Зеленый вялый хвостик может свидетельствовать о том, что плод срезали не до конца спелым. А полное отсутствие хвостика может быть признаком того, что продавец решил замаскировать низкое качество товара.

3 *Старайтесь выбрать арбуз-«девочку».* Принято считать, что так называемые арбузихи более сахарные на вкус. Кто в это верит – выбирайте среди арбузов плод, нижняя часть которого с большим кружком коричневого оттенка и менее выпуклая.

4 *Присмотритесь к «щёчке».* На бахче арбуз лежал на одном боку. Место его соприкосновения с землей выглядит как желтое пятно, которое называют щечкой. Оптимальный размер «щечки» – 5-12 см. Большая «щечка» может означать, что арбуз недолежал на бахче.

5 Старайтесь убедиться, что выбранный вами арбуз не перекормлен нитратами и другими удобрениями. Поэтому лучше делать покупку у проверенных продавцов, у тех, кому вы доверяете.

Выбираем дыню

1 *Душистый аромат.* Спелая дыня имеет насыщенный дынный аромат. Если аромат дыни едва улавливается, скорее всего, она пока не набрала спелость.

2 *Хвостик сухой, носик мягкий.* Осмотрите хвостик: он должен быть высохшим, а не влажным. Противоположная сторона плода, «носик», должна быть слегка мягкой. Если «носик» очень твердый, то это может свидетельствовать о том, что дыня недозрелая, если он слишком мягкий – скорее всего, плод уже перезрел.

3 *Изучите кожицу.* Кожица не должна иметь повреждений – в них запросто могут проникнуть бактерии.

4 *Рассмотрите прожилки на кожуре.* Прожилки должны быть сухими, песочного цвета. Зеленоватые прожилки обычно бывают у незрелых плодов.

5 *«Девочки» вкуснее.* Кто верит в подобные народные примечания, знайте, что у дыни-«девочки» плоды имеют подсушенный хвостик и крупный след (кружок) от опавшего цветка.

СОВЕТ

Избегайте стихийных точек продажи. Не покупайте плоды, лежащие на земле, – через микротрещины с земли в них могут попасть бактерии. По этой же причине не торопитесь покупать надрезанные плоды.

Светлана СИДОРЧУК

Фото: Alliance Images, Alliance Images1/Shutterstock.com

Судоку

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3х3 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 ★★☆☆☆

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

2 ★★☆☆☆

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

3 ★★☆☆☆

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

4 ★★★☆☆

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

5 ★★★☆☆

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

6 ★★★☆☆

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

ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

Как заиметь «лёгкую руку»

Вы наверняка знаете таких людей, которые какое растение ни посадят, хоть малюсенький черенок, он чуть ли не на глазах вырастет в прекрасное создание.

У такого человека все всегда приживется, пышно растет, цветет и плодоносит. Вот и появляется иллюзия легкой руки, хотя по-настоящему дело далеко не в этом.

То, что мы видим, за кажущейся легкостью – результат многолетнего опыта, когда уже начинаешь с первого взгляда понимать, в чем растение нуждается в данный момент. Но это чувство вполне можно развить и начинающему цветоводу.

1 Раз вы решили завести растение, выбирайте то, к которому душа лежит. А также учитывайте свое жизненное расписание, свои привычки. Так, например, если вы часто бываете в разъездах, командировках, лучше выбирать растения, которые достаточно легко переживут недостаток полива. Если же вы домосед, следить за поливом будет гораздо проще. Кроме того, если вы никогда ранее цветоводством не занимались, для начала приобретайте растения неприхотливые – они легко переживут какие-либо ошибки в уходе.

2 Помните, что для большинства растений идеальное месторасположение – хорошо освещенное с рассеянным светом, без прямых солнечных лучей. Также важно, чтобы растение не находилось на сквозняке. А если цветок выставлен на лето на открытый балкон, необходимо следить, чтобы не было сильных ночных и дневных перепадов температуры – не каждому растению это будет по нраву.

3 Очень важно регулярно осматривать растение на наличие вредителей – цветок тут же даст об этом знать.

4 По сути, чтобы понять, комфортно ли растению на новом месте, подходит ли ему уход, нужно за ним понаблюдать в течение некоторого времени (недели, месяца и т.д.). Если растение выглядит больным, вялым, у него желтеют или сильно опадают листья, оно не цветет в положенное время и т.д., необходимо внести коррективы в уход.

5 Не забывайте, что растения (только здоровые!) надо подкармливать. В отличие от уличных собратьев они растут в ограниченном пространстве горшка, в земле которого нет в достаточном количестве важных питательных веществ.

6 Обязательно читайте книги о растениях, посещайте форумы цветоводов или просто заведите знакомства с людьми, чьей страстью являются растения. От них вы можете получить хорошие советы и помощь на начальных этапах цветоводства. Да и обмен опытом никто не отменял.

7 Старайтесь никогда не проводить каких-либо важных манипуляций (посадка, пересадка, обрезка, черенкование и т.д.) в плохом расположении духа, да еще и спустя рукава. Растения всегда требуют внимания, тем более если вы вмешиваетесь в важные для них жизненные циклы. Кроме того, ряд цветоводов утверждают, что растения хорошо ощущают нашу энергетику и от плохого настроения будут хуже расти и развиваться.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото: Art_Photo/Shutterstock.com

Кстати

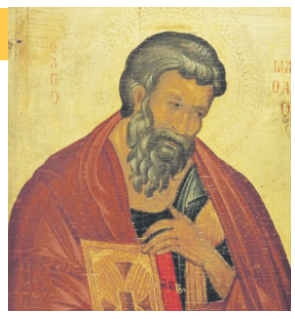
Клумбы Страны пирамид

Человечество начало систематически разбивать клумбы и выращивать цветы для украшения помещений более 4000 лет назад. Об этом свидетельствует история Древнего Египта.

– Слушай, говорят, что комнатные растения лучше растут, если с ними разговаривать.
– Очень может быть. Я вот вчера кадку с фикусом переставлял и её себе на ногу уронил. Так ты не поверишь, минут десять потом активно способствовал его росту!

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...дерзай, чадо! прощаются тебе грехи твои»



Тогда Он, войдя в лодку, переправился обратно и прибыл в Свой город. И вот, принесли к Нему расслабленного, положенного на постели. И, видя Иисус веру их, сказал расслабленному: дерзай, чадо! прощаются тебе грехи твои. При сем некоторые из книжников сказали сами в себе: Он богохульствует. Иисус же, видя помышления их, сказал: для чего вы мыслите худое в сердцах ваших? ибо что легче сказать: прощаются тебе грехи, или сказать: встань и ходи? Но чтобы вы знали, что Сын Человеческий имеет власть на земле прощать грехи, – тогда говорит расслабленному: встань, возьми постель твою, и иди в дом твой. И он встал, взял постель свою и пошел в дом свой. Народ же, видев это, удивился и прославил Бога, давшего такую власть человекам.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах в воскресенье, 28 июля.

Комментирует протоиерей **Павел Великанов**

Сегодняшнее чтение при поверхностном взгляде легко может нас побудить к одному неправильному выводу: что Иисус, увидев, с каким недоверием и недоброжелательством относятся к Нему, обиделся и не захотел там совершать чудеса. Но на самом ли деле это так? Мог ли Иисус обижаться?

Для начала давайте разберемся, а что же такое – обида? Как правило, любая обида – это затаенная месть слабого. Кто-то сделал нам больно, и мы хотим вернуть другому эту боль – но не можем. Человек рад был бы сказать своему начальнику все, что он о нем думает, – да не может, за свое место держится. Зато можно обидеться. Стать «жертвой» этого нехорошего человека. И пусть тогда начальник чувствует себя виноватым. И пусть терзается в догадках, что именно он сделал неправильно, что на него так сильно обиделись. Перед нами – классическая манипуляция обидой, которой пользуются все от мала до велика. В основе обиды – глубоко сидящие претензии, которые питаются гордыней – абсолютной уверенностью в собственной правоте и непогрешимости.

И вот теперь мы можем понять, почему Христос ни на кого не обижался. Даже когда имел – с нашей, человеческой точки зрения, – все основания для обиды. Еще раз повторим определение обиды: затаенная месть слабого. Во-первых, в Иисусе – и об этом свидетельствует все Евангелие – не было ничего «затаенного». То, что было внутри, – тотчас оказывалось и на поверхности, выражалось вовне. Когда Ему было жаль сестер Лазаря – Он плакал. Когда Ему не нравилось, как Его ученики вместо поддержки заснули, – Он прямо им об этом сказал. То есть «затаивать» что-то в глубине души – это совсем не про Него.

Второе – а именно месть – по отношению к Иисусу выглядит просто смешно. Когда в Гефсиманском саду в момент ареста Пётр выхватил нож, чтобы оказать сопротивление, Спаситель с горечью сказал: или ты думаешь, что Я не могу тотчас привлечь легионы ангелов для защиты? Но как же тогда исполнится воля Небесного Отца?

И, наконец, третье – то, что касается «слабости». Мы нигде не видим Иисуса как «слабого». Даже когда Он стоит перед Пилатом, униженный, избитый – у жестокого, видавшего виды римского военачальника Иисус вызывает искренний восторг: Вот это – Человек! Христос не становится беспомощным, даже когда висит на Кресте в предсмертных муках. Он свободно идет на смерть – и никто Его к этому не вынуждает. Он может сойти с Креста, остановить весь этот кошмар – но Он любит Отца и верен Ему до самого конца.

Как же научиться не обижаться? Для этого научиться сразу, при появлении первых признаков обиды, честно ответить себе на всего лишь один вопрос: я слабый, мстительный и злопамятный – или же, напротив, сильный и великодушный?

ДОРОГА К ХРАМУ

КАК СПАТЬ ПРАВИЛЬНО?

? Говорят, что кровать должна стоять в доме обязательно с востока на запад. А подушка лежать на востоке, мол, так устроен храм, и православные должны спать таким образом. Более того, если спать неправильно, то и со здоровьем будут проблемы. Это так? Нина Ивановна, Смоленская область

Спите так, как вам угодно и удобно. Никаких церковных канонов по поводу того, как должны располагаться для сна православные христиане, нет. И кровать можно ставить так, как нравится.

ПРИЧАСТИЕ ДЛЯ МАЛЫША

? С какого возраста можно приводить ребёнка на причастие? Стоит ли привести трёхлетнего внука? Сможет ли ребёнок выдержать службу? Татьяна Ивановна, г. Москва

Чем раньше приведете, тем лучше для малыша это будет. А чем чаще, тем быстрее ребенок привыкнет к самому действу, которое происходит в храме, к литургии – к службе.
Перед причастием ребенку не надо держать пост, исповедоваться. Не обязательно и присутствие в храме в течение всей службы. Кстати, водить малыша на причастие – одна из обязанностей его крестных родителей.

Фото из открытых интернет-источников

Новый шик – рустикальный стиль

Рустикальный стиль возник не так давно, но уже полюбился многим. Рустик, как называют его модные дизайнеры, соединил классический кантри и элементы национальных костюмов народов европейских стран.

Сегодня мы расскажем подробно, что такое рустикальный стиль и в чем его прелесть.
Рустикальный (сельский) стиль очень близок к фольклорному, так как его основой является сочетание простых фасонов и натуральных тканей. Это одежда, не сковывающая движений – просторная и удобная, носить ее очень приятно, чем и объясняется растущая популярность стиля. Вещи в рустикальном стиле хорошо вписываются в кантри, бохо и кэжуал гардеробы, легко комплектуются.

Важно!

Желательно, чтобы вещи в рустикальном стиле были ручной работы. На фабричную основу вручную нашиваются дополнительные элементы. Возможно, именно поэтому так популярен рустикальный стиль: буквально каждая вещь индивидуальна, второй такой нет во всем мире.

Платье

Простой крой и интересный декор – основные признаки. Оно может быть прямым или расклешенным, с рукавами или без. Платье без рукавов напоминает крестьянский сарафан – широкие бретели, сборка на груди. Если у платья есть рукава, они обязательно широкие. Платья украшены вышивкой, шитьем и т.п. Рустикальный стиль – это не просто фольклор, но сельский шик. Для того, чтобы подчеркнуть талию, используют широкий пояс или подхватывают платье на талии узким веревочным ремешком. Летнее платье может быть как закрытым, так и иметь достаточно откровенное декольте.

Юбка

Юбка может быть однотонной или принтованной – предпочтение отдается клетке, полоске, мелкому или крупному цветочку. Прямая или расклешенная, простая или многослойная, но всегда намного ниже колена или в пол.
Как и платье, юбку украшают кружевом, воланами, оборками, вышивкой или аппликацией. Талию, как правило, подчеркивают поясом из натуральной кожи или ткани.

Рубашка

Пожалуй, главной вещью рустикального стиля является широкая, свободная рубашка. Она может быть украшена вышивкой, иметь карманы и манжеты, быть однотонной или принтованной мелким цветочком. Рубашка может быть на пуговицах или вовсе не иметь разреза спереди и надеваться через голову. Рукава у рубашки обязательно широкие на резинке, манжете или без.

Ковбойка и свитер

Так как рустикальный стиль «вырос» из кантри, рубашка-ковбойка входит в его основной набор. Как и свитеры и кардиганы грубой вязки.

– Классные штаны.
– Спасибо, это пижамные.
– А почему ты ходишь в пижамных штанах по улице?
– Потому что они классные.

Кстати

Цвета и оттенки

Цвета, используемые в рустикальном стиле, максимально приближены к природным – ничего яркого и кричащего. Белый, бежевый, зеленый, желтый, коричневый, красный и их натуральные оттенки составляют основную гамму сельского шика.

Обувь

Удобная, как правило, на плоском ходу, танкетке или устойчивом каблуке, несколько грубоватая: ботинки, ковбойские сапоги.

Ткани и материалы

Материалы могут быть только натуральными, синтетика не допускается. Это касается и одежды, и обуви, и аксессуаров, и даже мелких деталей вроде пуговиц. Ткани предпочтительнее фактурные, грубоватые.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: bedya, Africa Studio/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

22 июля	Восход: 4 ч. 32 м. Заход: 20 ч. 27 м. Долгота дня: 15 ч. 55 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
23 июля	Восход: 4 ч. 33 м. Заход: 20 ч. 26 м. Долгота дня: 15 ч. 53 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
24 июля	Восход: 4 ч. 34 м. Заход: 20 ч. 24 м. Долгота дня: 15 ч. 50 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
25 июля	Восход: 4 ч. 36 м. Заход: 20 ч. 23 м. Долгота дня: 15 ч. 47 мин.	Убывающая Луна в знаке Тельца
26 июля	Восход: 4 ч. 37 м. Заход: 20 ч. 21 м. Долгота дня: 15 ч. 44 мин.	Убывающая Луна в знаке Тельца
27 июля	Восход: 4 ч. 39 м. Заход: 20 ч. 20 м. Долгота дня: 15 ч. 41 мин.	Убывающая Луна в знаке Близнецов
28 июля	Восход: 4 ч. 40 м. Заход: 20 ч. 18 м. Долгота дня: 15 ч. 38 мин.	Убывающая Луна в знаке Близнецов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 22 ПО 28 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

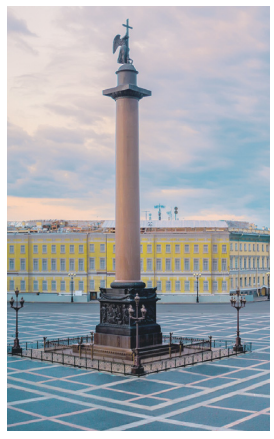
22 ИЮЛЯ
В 1795 году в Москве в имении графа Шереметева основан крепостной театр-дворец «Останкино».

23 ИЮЛЯ
В 1881 году в Льеже учреждена Международная федерация гимнастики (FIG).

24 ИЮЛЯ
В 1790 году впервые было документально зафиксировано падение метеорита на Землю.

25 ИЮЛЯ
В 1832 году в Санкт-Петербург была привезена Александровская колонна.

26 ИЮЛЯ
В 1730 году императрица Анна Иоанновна подписала указ об отливке Большого Успенского колокола (Царь-колокола).



27 ИЮЛЯ
В 1921 году Фредерик Грант Бантинг выступил с докладом о получении инсулина.

28 ИЮЛЯ
В 1586 году в Европу впервые привезены клубни картофеля.
В 1958 году в Москве открыт памятник поэту Владимиру Маяковскому.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

22 ИЮЛЯ. Андрей, Кирилл, Константин, Михаил.
23 ИЮЛЯ. Александр, Георгий, Даниил, Пётр.
24 ИЮЛЯ. Аркадий, Елена, Ольга.
25 ИЮЛЯ. Иван, Михаил, Полина.
26 ИЮЛЯ. Вероника, Степан, Юлиан.
27 ИЮЛЯ. Василий, Владимир.
28 ИЮЛЯ. Валентина, Павел, Юлия.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

22 ИЮЛЯ ■ Всемирный день мозга
23 ИЮЛЯ ■ Всемирный день китов и дельфинов
24 ИЮЛЯ ■ День флориста в России
25 ИЮЛЯ ■ День сотрудника органов следствия РФ
26 ИЮЛЯ ■ День парашютиста в России
27 ИЮЛЯ ■ День работников торговли в России
28 ИЮЛЯ ■ День Крещения Руси ■ День Военно-морского флота России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Осень без дождей, если на Гавриила суховей

22 июля по народному календарю считалось днем Панкратия и Кирилла. В этот день следили, как растет черника: если ягоды еще не поспели – осень будет холодной, большой урожай черники сулил морозную зиму.
В день Антония Громоносца, **23 июля**, приметы были связаны с громом: длительные грозовые раскаты говорили о богатом рыбном улове, резкий гром – о скором тихом дожде, гулкий – о ливне.
24 июля, на Ольгу Страдницу, о грядущей погоде судили по картофелю. Если стебли картофеля высоко подняты, то погода будет солнечной, а если поникли – дождливой.
В день Архангела Гавриила, **26 июля**, сухая погода обещала хорошую и сухую осень.
Если в день Акилы, **27 июля**, при восходе солнце ярко-красное и вскоре в облака прячется, то ожидали дождь.
28 июля, в день Кирика и Улиты, по направлению ветра определяли погоду на ближайшие дни: южный ветер сулил ясную погоду, восточный – пасмурную и дождливую.

В соцопросе о главном семейном празднике первое место уверенно занял пуск горячей воды.

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

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

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

№ 29 (193). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 16.07.2019 г., фактическое: 01.00 час. 16.07.2019 г.
Дата выхода в свет 17.07.2019 г. Тираж 46 720 экз.
Отпечатано в типографии «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70
Заказ 5416. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 861 100 экз.
Рекомендованная цена в розницу 20 рублей.
Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Объем 8 п.л. Сайт газеты **www.telek.kardos.media**
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

Стремительное ограбление ювелирного

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.

Быстро! – влетел в кабинет дежурный. – Только что сработала тревожная кнопка в ювелирном магазине за углом. Омоновцы уже выехали, но, думаю, следователи там тоже будут не лишними. Возможно, по горячим следам получится быстро вычислить преступников.

Последние слова дежурный выкрикивал уже вдогонку спешащим в сторону выхода из управления Быкову и Илье Сергеевичу.

Преступники оказались проворнее стражей правопорядка. У входа в ювелирный валялись осколки стекол от разбитой ими двери, тут же лежал и здоровенный валун, которым, видимо, стеклянная дверь и была разбита. А внутри следователи обнаружили связанного охранника с наливающейся на виске шишкой. Витрины ювелирного оказались вычищены подчистую.

– Да, шустрые грабители, – обвел взглядом салон Быков. – Надо было очень постараться, чтобы за такой короткий срок весь магазин до последнего колечка вынести.

Илья Сергеевич тем временем пытался освободить от пут незадачливого охранника.

– Что произошло? – спросил он у него, пока возился с замысловатым узлом, стягивающим запястья мужчины.

– Можно попить? – хриплым голосом попросил тот. – Там, на столе, вода, – и он указал взглядом на клиентский столик, где следователь увидел бутылку с живительной влагой.

Освобожденный охранник схватил ее и выпил залпом.

– Жаль, уже согрелась. Я ее перед обходом в соседнем магазине купил, прямо из холодильника достали. Жара-то на улице какая!

– Да, жарко, – согласился Быков, протирая запотевшую шею носовым платком. – Так расскажете нам, что произошло?

– Да я толком ничего и не понял. Только вошел, запер дверь, начал обход, а тут звон бьющегося стекла, и буквально через секунду меня кто-то оглушил сзади. Очнулся, а тут вы.

– У нас, похоже, еще есть шанс догнать грабителей, – заспешил майор. – Все произошло буквально несколько минут назад, нужно объявить план «Перехват».

– Не стоит, – достал Илья Сергеевич из сумки блокнот и карандаш. – Я уверен, что показания... Кстати, как вас зовут? – обратился он к охраннику.

– Павел Кириллович, – недоуменно ответил тот.

Так вот, я уверен, что показания Павла Кирилловича прольют свет на темную сторону этой истории. Он расскажет нам, как ему пришла в голову идея ограбить магазин, где он работает, и кто его подельники.

Быков удивленно посмотрел на коллегу, а недоуменное выражение на лице охранника сменилось злобной гримасой.

Любовь АНИНА

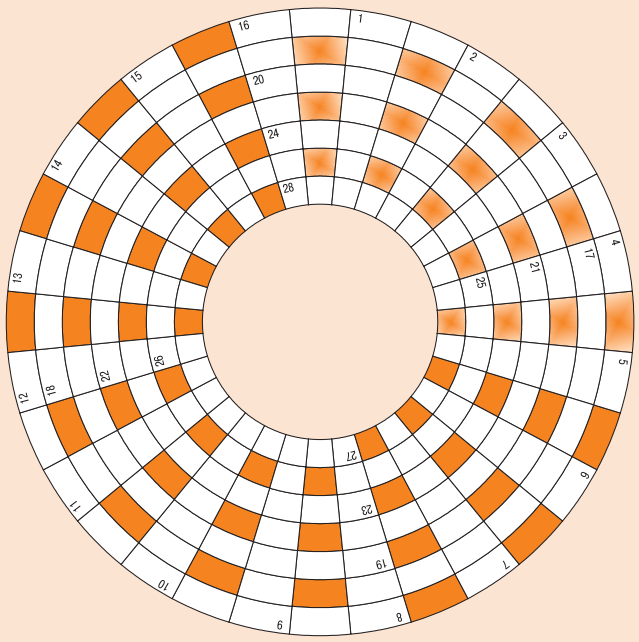
Как Илья Сергеевич догадался о причастности охранника к ограблению?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 28: *вряд ли бы у миллионера Грачева получилось написать завещание на высоте 6000 метров на трескучем морозе. Даже будь он трижды благодарен своему спасителю. Гелевая ручка на морозе не пишет, в ней замерзают чернила.*

Рис. Ирины Светловой

КРОССВОРД «КРУГОВОЙ»



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

По кольцам: 5. Сдвиг по фазе в голове. **13.** Физический процесс, «приравнивающий» макушку к коленке. **17.** Бал – пережиток XIX века, а ныне в моде – ... **18.** Глина – гончар, хрусталь – ... **19.** «Ночной дозор» – его кисти. **20.** Честно прогуливающий работу. **21.** Антикоррозийное покрытие кузова автомобиля. **22.** Какая эпоха совпала со временем написания «Джоконды»? **23.** Валяние дурака с колпаком на голове, а также без оного. **24.** Тригонометрическая функция. **25.** Ухажерство тетерева. **26.** Звезда Голливуда по имени Рудольф. **27.** Девушка в рыжем парике, одетая в костюм Арлекина. **28.** Ровность движения.

От внешнего кольца к внутреннему: 1. Свойство, присущее дыму, щелочи и саркастичным людям. **2.** Взмёт ружья стрелком. **3.** Железка, что приносит счастье, вися над входной дверью. **4.** Шкаф для посуды, демонстрирующей благосостояние хозяев. **5.** Ягненок на разговорный лад. **6.** Местная управа (устар.). **7.** Коренной житель Саранска. **8.** Древнегреческий бог смерти. **9.** Сейшельские ... **10.** Жидкая краска для письма перьевой ручкой. **11.** «Изюминка» французского сыра бри. **12.** «Начал за ..., кончил за упокой». **13.** Каким прибором проверяют качество яиц, просвечивая их? **14.** Губа не дура, язык не ..., знает, что сладко. **15.** Завел шляхтичей в болота. **16.** Абсолютная бессмыслица высоким штилем.

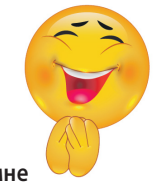
ОТВЕТЫ

По кольцам: 5. Безумство. **13.** Объяснение. **17.** Дискотека. **18.** Стекло-ар. **19.** Рембрандт. **20.** Отпускник. **21.** Оцинковка. **22.** Ренессанс. **23.** Шутовство. **24.** Котангенс. **25.** Токование. **26.** Валентино. **27.** Клоунесса. **28.** Плавность. **От внешнего кольца к внутреннему: 1.** Едкость. **2.** Вскидка. **3.** Подкова. **4.** Сервант. **5.** Барашек. **6.** Земство. **7.** Мордвин. **8.** Танатос. **9.** Остроба. **10.** Чернила. **11.** Плесень. **12.** Здравие. **13.** Оводсон. **14.** Флоп-ка. **15.** Сусанин. **16.** Нонсенс.

***

По улице бежит девушка в свадебном платье. Вот это я понимаю – быть в активном поиске!

***



В детстве отец научил меня безошибочно определять, растущий месяц или стареющий. С тех пор это знание пригодилось мне только для того, чтобы учить других людей безошибочно определять, растущий месяц или стареющий.

***

Средневековье.
Нострадамус тычет своего кота мордой в башмак:
– Вот кто? Кто? Здесь нагадит завтра в полдень?

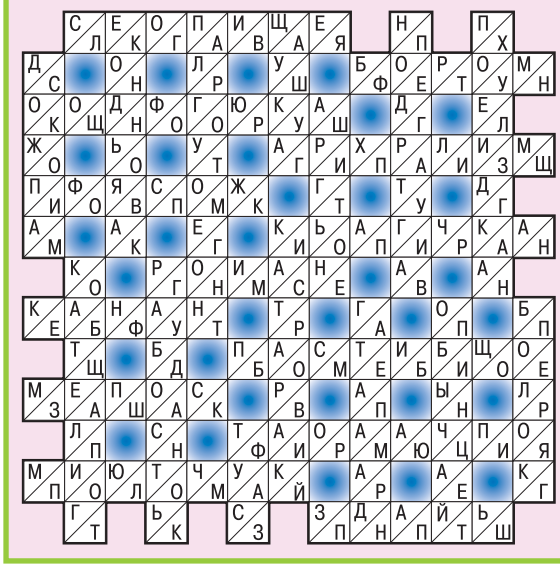
ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

- **8-967-560-24-85** Охранники для работы в Москве, Московской области, Санкт-Петербурге. Вахта. Своевременная оплата труда от 25 500 р. до 51 000 р. в месяц. Звонить в будни с 9.00 до 21.00 по тел. 8-967-560-24-85
- **8-916-201-96-01** **Срочно в ЧОО «Ратник» требуется охранник. Работа в Москве. Вахта любая. 8-916-201-96-01 Юрий Викторович, 8-967-060-64-10 Игорь Николаевич, 8-915-257-24-60 Юрий Иванович**
- **8 (495) 444-33-32, 8-916-205-83-00, 8-917-585-68-62** Охранники. Работа вахтой в Москве и Мо. Гражданство РФ. З/п от 1400-2200 р. / сутки. Соц. пакет. Бытовые условия обеспечены. 8 (495) 444-33-32, 8-916-205-83-00, 8-917-585-68-62
- **РАБОТА** НАДОМНАЯ! Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки. З/п от 12 500 руб. Рабочие материалы почтой. Бесплатно вышлем подробные условия работы всем желающим. Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел. 8-987-840-08-17

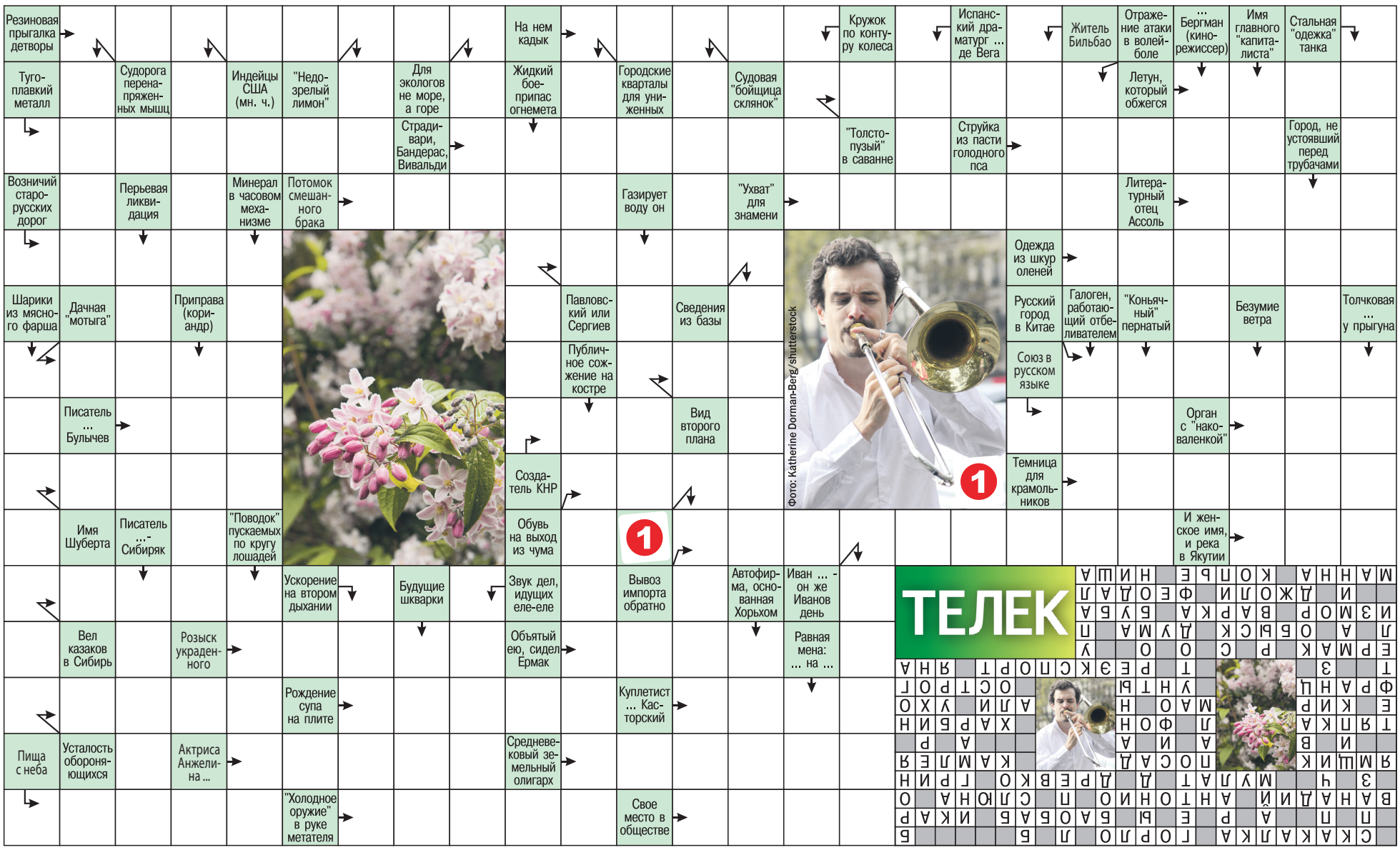
КРОССВОРД «ДУАЛЬ»



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: Скопище. Бетон. Конфорка. Архаизм. Поясок. Копирка. Роман. Канун. Пастбище. Запас. Фармация. Молочай. Знать.

По вертикали: Коньяк. Плотогон. Щука. Негатив. Поездка. Скопа. Аргон. Каравай. Каталог. Рубанок. Атаман. Пинцет. Беляк. Фас.



Советы от звездочёта Надежды Солнечной с 22 по 28 июля

Рыбы 19.02 – 20.03

Неделя не принесет Рыбам никаких потрясений. Чаще бывайте с семьей, уделите внимание друзьям. Если вы мечтали о каком-то глобальном приобретении, сейчас для этого самое время. Одиноким Рыбам стоит ответить на знаки внимания симпатичного незнакомца.

Овен 21.03 – 20.04

Возможно, новости, которые Овны получат, потревожат их душевный покой. Но вам однозначно будет чем заняться и о чем подумать. Успешно реализуются планы, касающиеся работы. Любимый человек будет нежен и заботлив. Не забывайте благодарить.

Телец 21.04 – 21.05

Тельцам звезды советуют гнать прочь все страхи и сомнения. Благодаря упорству вы крепко будете держать удачу за хвост. Несмотря на занятость, постарайтесь найти время для близких. Если вы пока одиноки, есть шанс познакомиться с очень интересным человеком.

Близнецы 22.05 – 21.06

Близнецам небесные светила советуют воздерживаться от любых споров. Есть риск оказаться крайним. Неплохое время для открытия собственного дела, если есть к этому стремление. Любимый человек во всем поддержит вас и станет надежным соратником.

Рак 22.06 – 22.07

Ракам стоит приложить усилия, чтобы порадовать близких – тех, кого вы любите. Судьба непременно воздаст вам сторицей. На работе все довольно стабильно, никаких потрясений не предвидится. Чтобы огонь любви не угас, чаще вспоминайте о романтике.

Лев 23.07 – 22.08

Львам придется держать в узде эмоции, чтобы не наговорить и не наделать глупостей. Не путайте прямоту с бестактностью. Лучше направьте энергию в продуктивное русло. Ради мира и согласия в семейных отношениях будьте откровенны, не таите обид в душе.

Дева 23.08 – 23.09

Обострившаяся интуиция непременно подскажет Девам правильный путь к цели. Умейте без эмоций выслушать конструктивную критику. В спорах твердо аргументируйте свою позицию. А вот в любви споры ни к чему, зато очень уместны взаимные приятные сюрпризы.

Весы 24.09 – 23.10

Весам стоит проявить настойчивость, двигаясь к намеченной цели. Будьте осторожны при совершении сделок с недвижимостью и решении финансовых вопросов. Отношения с любимым человеком требуют обсуждения, чтобы найти приемлемое для всех решение.

Скорпион 24.10 – 22.11

У Скорпионов впереди весьма плодотворная неделя. У вас будет шанс блеснуть своими знаниями и умениями, что позволит значительно продвинуться по карьерной лестнице. Больше внимания уделяйте любимому человеку. Его проблемы так же важны, как ваши.

Стрелец 23.11 – 21.12

Стрельцам не стоит пока слишком активничать на работе. Решайте текущие дела, готовьте плацдарм для будущих свершений. Все глобальное у вас еще впереди. Строя новые романтические отношения, старайтесь не повторять прежних ошибок. Импровизируйте!

Козерог 22.12 – 20.01

Неделя Козерогов обещает сложиться удачно. Но стоит меньше слушать сторонних советов и не пытаться всем вокруг угодить. Не забывайте уделять внимание детям и старшим членам семьи. Отношения с любимым человеком возьмите в свои руки, тут нужно быть активнее.

Водолей 21.01 – 18.02

Пытаясь выпустить пар из-за накопившихся проблем на работе, Водолеи могут сорваться на близких. Не самое верное решение. Зато отличное время для учебы, получения новых знаний. Со своей половинкой неплохо бы отправиться в романтическое путешествие.