

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

№11
(155)

ТВ-программа с 22 по 28 марта 2021 года

52
КАНАЛА
ТВ

РИСОВОЕ
ВОЛШЕБСТВО
НА ВАШЕМ СТОЛЕ

стр. 36

ПОЗДИ
МОРОЗ –
ЗДРАВСТВУЙ,
ПОМИНОЗ!

стр. 37

ТЕЛЕК



ВИКТОР ДОБРОНРАВОВ

КОГДА ХОРОШО НА РАБОТЕ
И ДОМА – ЭТО СЧАСТЬЕ

стр. 5

12+

Фото Александры Торушниковой



(2) ТОВАРЫ ДЛЯ ДОМА И ДАЧИ

ТЕЛЕК

LEOMAX

Акция «Счастливый шанс!»
Оформи заказ по телефону
8 (800) 500-1883
и ВЫИГРАЙ
100000 рублей!*

1000 товаров в прямых эфирах на сайте **leomax24.ru**
или на кнопке пульта твоего ТВ:



ВКЛЮЧАЙ И ЗАКАЗЫВАЙ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

Реклама

Набор алмазной мозаики с ликами Святых, 2 шт.
лот 28293-01 1. Набор «Матрона Московская», 2 шт. **999.-**
лот 28293-02 2. Набор «Николай Чудотворец», 2 шт. **999.-**
лот 28293-03 3. Набор «Пресвятая Богородица Донская», 2 шт. **999.-**



В наборе:
клейкий холст (30×40 см),
стразы, лоток,
карандаш для нанесения страз, клей, подарочная упаковка.
При покупке вы получите сразу 2 набора.

Складные очки «Фокус Плюс», 2 шт.

лот 43063 **999.-**
• Визуальное увеличение до 160%.
• Оставляют руки свободными.
• Складная конструкция.
• Подходят мужчинам и женщинам.
Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром – 2 шт.

Триммер «Аполлон»
лот 40804 **1290.-**
• Удаление волос в носу и ушах.
• Подравнивание стрижек, усов, бороды и бакенбардов.
• Встроенная подсветка.
Материал: пластик, металл, резина, нержавеющая сталь (лезвия). Мощность: 10-12 Вт. Размер: 12×2×4 см.
Работает от 2 батареек типа ААА (в комплект не входят).

Усилитель звука «Чудо-слух»
лот 41319 **1999 999.-**
• Может усиливать звуки до 30 дБ в радиусе до 10 м.
• Практически незаметен благодаря размеру и цвету.
Материал: метал, пластик. В комплекте: портативный усилитель звука, 2 батареи типа AG3 (1,5 В), ушные вкладыши разного размера (4 шт.), пластиковый контейнер для хранения, инструкция. Размер: 19×13×11 мм. Вес: 3 г.

Пояс эластичный согревающий «Сила верблюда»
лот 47556 **799.-**
• Изготовлен из эластичных волокон, покрытых с одной стороны верблюжьей шерстью, с другой – хлопком.
• Пояс тонкий, его можно носить под одеждой.
Материал: 38% верблюжья шерсть, 47% хлопок, 9% латекс, 6% полизифир.
Размер: 54-58, 60-64, 64-68.

Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»
лот 91966 **699.-**
• Внутри – алюминиевая пластина, которая плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
• Угол наклона ступни можно регулировать застежками «велкро».
• Выполнен из эластичного полистера.
Материал: 100% ПЭ, алюминий. Размер: 24,5×13,5 см.

Тапочки «Комфорт и здоровье»
лот 73665 **799.-**
• Овечья шерсть согреет и поможет поддержать иммунитет.
Материал: верх – 70% овечья шерсть, 30% ПЭ; подошва – резина.
Размер: 35-36, 37-38, 39-40, 41-42, 43-44, 45-46.
Цвет в ассортименте, без возможности выбора.

Флэш-роллеры «Голливуд»
+ Складной рюкзак в ПОДАРОК!
лот 17733-01 **999.-**
• Подходят под любой размер обуви.
• Ярко светятся за счет светодиодов, которые заряжаются во время движения.
Материал колес: ПВХ (по 3 светодиода внутри).
Грузоподъемность: до 60 кг.
Вес: 555 г. Ширина: 6-10 см, Ø колес: 70 мм.

Матрас с функцией массажа и подогрева
лот 40479 **5999 4999.-**
Способствует:
• активизации циркуляции крови,
• снижению веса
и уменьшению жировых отложений,
• восстановлению мышечного баланса,
• улучшению сна и аппетита.
4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги.
5 вибромоторов. 5 программ.
Материал: текстиль, пластик, металл.
Размер: 171×59 см. Напряжение: 220-240 В.
В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ПРИБОРОМ.

Пульт управления
Складной рюкзак

Беспроводной прожектор «Ястреб»
лот 18930 **990.-**
• Освещает площадь до 40 кв. м.
• Заряжается за 3 часа от дневного света.
• Работает без перерыва до 10 часов, без подключения к электросети.
Яркость 600 Лм, 48 светодиодов.
Размер: 123×95×47 мм. Материал: ударопрочный пластик.
Радиус действия датчика движения: до 5 м, угол 120°.
Автоматически отключается через 15 секунд.
В комплекте: прожектор, крепление (винт – 1 шт.), инструкция.

Дрель-шуруповерт «Профи» 26 в 1 (трансформер)
лот 19169-01 **1590.-**
• Работает от аккумулятора.
• Встроенный подсветка освещает рабочую зону.
• 26 видов в комплекте заменять множество инструментов.
• Рукоятка дрели-шуруповерта способна поворачиваться на 180°.
В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., биты крестовые – 4 шт., биты шестигранные – 4 шт., биты четырехгранные – 2 шт., биты-верту – 2 шт., накидные насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция.
Материал: ударопрочный пластик, металл.

Кейс для хранения

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

*Срок проведения акции «Счастливый шанс» с 17 марта по 15 июля 2021 г. Максимальное количество денежных призов – 25 по 4000 руб. Получение призов до 30.11.2021 г. переводом через «Почту России». Организатор акции и дистрибутор: ООО «Товары Почтой». ОГРН 118774628789, 105318, г. Москва, ул. Ибрагимова, дом 31, корпус 47, кабинет 104, 1 этаж. E-mail: catalog@leomax.ru. Товары, подлежащие сертификации, сертифицированы.

1000 товаров в прямых эфирах на сайте **leomax24.ru**
или на кнопке пульта твоего ТВ:



ВКЛЮЧАЙ И ЗАКАЗЫВАЙ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

Электродуховка «Русская печь+»

лот 24280 **3999.-** Черный



Красный

• За счет особой циркуляции горячего воздуха блюда получаются как из русской печи.

• Просто, быстро, экономично и вкусно.
Материал: сталь. Мощность: 625 Вт.
Напряжение: 220 В. В комплекте: 2 противня, электродуховка, шнур питания, инструкция.

Цвет: красный, черный. Вес: 6 кг. Размер: 40,5×25,5×31 см.

Форма для приготовления «Мечта хозяйки», 2 шт.

лот 22979 **999.-**



2 шт.

• Готовить можно в 7 раз быстрее!
• Для приготовления яиц, омлета, котлет и оладий.

• Формы: 23 см, Øладий: 7 см.
Материал: силикон.

Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678-03 **2499.-**



2 шт.

• Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.

• Высокоакустическая сталь с керамическим покрытием Granitex, содержащим частицы гранита.

• Стеклянная крышка Ø32 см с клапаном для пара.

Подходит для плит любого типа.

Объем: 4 л. Дно казана: Ø17 см. Высота борта: 9,5 см.

Набор «Чайный гриб»

лот 44338 **999.-**



2 шт.

• Поможет оздоровить организм и поддержать его защитные свойства.

В комплекте: чайный гриб, стеклянная банка (3 л) с дозатором, инструкция.

Мультитерка «Витаминка» 3 в 1

лот 28458 **1299.-**



2 шт.

• Измельчит орехи, шоколад и даже сухари.

• Нарежет овощи и фрукты, натрет сыр.

Материал: нержавеющая сталь, пластик.
В комплекте: мультитерка, проталкиватель, 3 насадки: мелкая терка, крупная терка и терка-шнековка.

Мультирезка «Миг» 5 в 1

лот 28464 **999.-**



2 шт.

• С помощью насадок аккуратно нарежет ломтики, кубики или дольками любые ингредиенты.

• Специальный контейнер с крышкой сохраняет нарезку свежей.

Материал: нержавеющая сталь, пластик.

Размер: 21×24,5×5 см. В комплекте: мультирезка, 3 насадки с лезвиями из нержавеющей стали, рамка-переходник, контейнер с крышкой. В наборе: 2 шт.

Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов

лот 22462 **990.-**



2 шт.

• Лезвия из высококачественной нержавеющей стали с покрытием Granitex, бакелитовые ручки.

• Продукты не прилипают к поверхности лезвий.

В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овощечистка.

Не подходят для мытья в посудомоечной машине!

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

лот 21703 **999.-**



2 шт.

• Наточит ножи, ножницы, отвертки и другие инструменты.

• Есть поддон для опилок.

Материал: пластик, металл. Работает от 4 батареек типа АА (в комплект не входят). Размер: 6×8,5×14 см.

Самоочищающаяся швабра «Проще простого» с ведром

лот 18945-01 **1790.-**



2 шт.

• Поворачивается на 360°, проникает даже в труднодоступные места.

• Отмывает поверхности из любого материала.

• Уникальная система отжима и полоскания.

• Не нужно пачкать руки, нет нагрузки на спину.

Материал: пластик, металл, микрофибра.

Длина ручки: 131 см. Размер насадки: 33×12×0,6 см.

Объем ведра: 3,3 л. В комплекте: швабра, ведро, 2 сменные насадки из микрофибры, инструкция.

Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 **990.-**



3 шт.

• Заклеит, уплотнит и отремонтирует практически все.

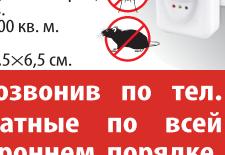
• Можно использовать даже под водой.

Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, стали, меди, алюминия, дерева, керамики, стекла и со многими другими материалами.

Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см.

Отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»

лот 10034-01 1 шт. **1499 799.-**



3 шт.

• Устраняет ржавчину, защищает от коррозии.



Российские актрисы бросят «Вызов» космосу

Первый канал продолжает подготовку к самому масштабному и сложному проекту в истории российской кинематографии – фильму с рабочим названием «Вызов». Это будет первое художественное кино, снятое в космосе.

Все подробности сценария пока не разглашаются, но кое-что удалось узнать.

– Это история про то, как молодая женщина, которая совершенно не планировала отправляться в космос, через месяц – в силу обстоятельств – должна оказаться на орбите, – пояснил продюсер фильма Константин Эрнст.

Напомним, что в конце прошлого года был объявлен кастинг на главную роль. На него было подано около трех тысяч заявок, в итоге отобрали 20 финалисток. Среди них есть как известные актрисы, так и представительницы других профессий (пилот, психолог, научный сотрудник и другие). На следующем этапе отбора финалисток ждет медкомиссия, которая начнется уже в марте и определит, кто из девушек полностью соответствует критериям, необходимым для полета в космос.

Двум актрисам, которые будут выбраны для этого проекта, в целом придется посвятить ей год жизни. Старт съемок запланирован на октябрь 2021 года.

«Вызов» – это совместный проект «Роскосмоса», Первого канала и студии Yellow, Black and White. Режиссером фильма «Вызов» станет Клим Шипенко.

Фото Вадима Тараканова

Николай Цискаридзе под впечатлением от шоу

На Первом канале уже скоро состоится финал шоу «Я почи знаменит», участники которого продемонстрировали свои способности всей стране. Девиз проекта – не падать духом и оставаться яркими и непревзойденными, невзирая на непростые времена.

Жанна Бадоева, Николай Цискаридзе и Алексей Ягудин снова увидят номера тех, кому они дали путевку в фи-



нал. А мы узнаем имя победителя, заработавшего главный приз – три миллиона рублей.

– Мы увидели массу номеров, – признался нам Николай Цискаридзе. – Люди шли на рекорды, и мы наблюдали уникальные, трогательные явления: как участники получают удовольствие от того, что делают...

А еще один член жюри Алексей Ягудин во время съемок даже пробовал повторить некоторые трюки: отжимался на отвертках, жонглировал саблями...

Фото Максима Ли



«Ника» объявит своих победителей

Организаторы премии «Ника» официально сообщили, что награждение произойдет в конце апреля. А поскольку в прошлом году церемония не состоялась, то в этот раз будут объявлены лауреаты за два года.

Так что у Андрея Кончаловского, например, есть шанс получить сразу две награды: среди номинантов на «Лучший игровой фильм» 2019 года значится его «Грех», а за 2020 год – «Дорогие товарищи!». За 2019 год конкуренцию ему составят «Одесса», «Дылда», «Француз» и «Айка» Сергея Дворцевого. А за 2020-й – «Доктор Лиза», «Китобой», «Пугало» и «Блокадный дневник».

Фото Вадима Тараканова

Юлия Хлынина примерит корону

В Москве начались съемки фильма «Елизавета» для телеканала «Россия». Режиссером стал Дмитрий Иосифов, который снял две части проекта – «Екатерина. Взлет» и «Екатерина. Самозванцы».

Главную роль – молодой Елизаветы – играет Юлия Хлынина. Сериал расскажет о судьбе Елизаветы, которой было всего шестнадцать, когда Пётр I оставил её в управление империю. Против своей воли Елизавета оказывается втянутой воворот дворцовых интриг...

Съемки сериала «Елизавета» пройдут в Москве, Подмосковье и Санкт-Петербурге.

Фото пресс-службы телеканала «Россия»



ЧЕШСКАЯ ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ



Суставы любят Геладринк®! Продается в аптеках вашего города!

www.geladrink.ru apteka.ru + ЕАПТЕКА

Произведено
в Чехии

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Интенсивное решение суставных проблем

Состав Геладринк® Фаст и Геладринк Фаст Экстра – это проверенный серьезный помощник «когда ни согнуться – ни разогнуться, ни ступить – ни наступить», а также при дискомфорте и скованности по утрам и после нагрузок. Содержит пептидный коллаген, большое количество мощной босвеллии серраты и важные антиоксиданты. Быстрый положительный результат!

СОГР № RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18
ООО «Аптека» г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2.
ОГРН147746631988. Лиц. № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г. АО НПК
«Катрен» 141402 Химки, Вашутинское ш., вл. 22. Лиц. № ФС-99-02-007598
от 26.12.19 г. ОГРН1025403638875.

Геладринк® ФАСТ

НОВЫЕ ЭТИКЕТКИ
2021 ГОД



• Порошок 30 сут. доз • Капсулы 30 сут. доз

СЕКРЕТ УСПЕХА

Правила дружбы на рабочем месте

Учитывая, что на работе мы проводим большую часть жизни, мало кто уделяет внимание сугубо деловым рамках. Но официальная дружба может как положительно, так и отрицательно влиять на рабочий процесс. Чтобы дружба на рабочем месте приносила только пользу, важно соблюдать три основных правила...



НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЙТЕ ДРУЖЕСКИМИ ОТНОШЕНИЯМИ

Удобно, когда на работе есть человек, который всегда выполнит вашу просьбу. Но постарайтесь свести такие обращения к минимуму, чтобы не попасть в дружескую кабалу. Если вы чувствуете, что рабочие просьбы коллеги-друга мешают вам выполнять ваши обязанности, откровенно скажите ему об этом. Если коллега обидится или продолжит вас использовать, задумайтесь: настоящая ли это дружба?

ОТКРОВЕННИЧАЙТЕ СОСТОРОЖНОСТЬЮ

Однажды может сложиться ситуация, что у вас и вашего друга-коллеги возникнет конфликт интересов (например, вы будете претендовать на одну вышестоящую позицию). В такой ситуации никто не гарантирует, что личные связи станут выше желания подняться по карьерной лестнице. Поэтому важно не откровенничать с официальным другом на темы, которые могут быть использованы против вас: не обсуждать коллег и шефа, не рассказывать о своих ошибках и нарушениях.

НА ДРУГА НАДЕЙСЯ, А САМ НЕ ПЛОШАЙ!

Дружеские отношения провоцируют расслабленное отношение: один расслабленно написал, зная, что друг подстрахует, другой, доверившись, не проверил... Итог — неприятности у обоих. Не позволяйте личным отношениям влиять на результативность.

- В начале нового тысячелетия серьёзно рассуждать на тему, что моногамия — это хорошо и правильно, было невозможно: тебя сразу записывали в ряд дремучих ортодоксов и трусов, отказывающихся признать полигамную «правду».

Почему же моногамия до сих пор продолжает существовать, несмотря на предсказанную ей 20 лет назад скорую кончину? Почему моногамия снова в моде?

Полигамия или полиамория?

- Интернет пестрит заголовками типа «Преимущества открытых отношений», «Человек по природе полигамен» и тому подобными. Современные приверженцы полигамии называют данное явление «полиаморией»: мол, дело в любви к нескольким партнерам, а вовсе не в банальном браке с несколькими избранницами (избранными). Они утверждают, что это здорово, эмоционально и естественно. Про моногамию те же люди говорят, что она устарела, подавляет естественные сексуальные потребности, что в браке партнеры друг другу изменяют и врут, что брак нужен только государству, а свадьбы — способ потратить кучу денег, чтобы накормить неприятных людей. Невольно задумываешься: действительно ли моногамия так ужасна?
- Действительно ли в отношениях все врут? И можно ли быть адекватным и осознанным человеком и при этом — сторонником моногамии в отношениях?

Почему моногамия всегда в моде?



Посмотрим с другой стороны

Известный психолог и блогер Адриана Имж просто, доступно и при этом удивительно здраво изложила свои мысли о том, почему моногамия после всех сексуальных революций и эры разводов снова в тренде. Ее ответ на заданный вопрос покоряет полным отсутствием религиозного или восторженно-романтического пафоса: «Потому что это удобно...». По мнению Адрианы, моногамия — это вполне современное и здоровое явление, ибо:

- Вы выбираете именно этого человека, потому

что он вам нравится, с ним хорошо, а не потому, что у него много денег или он будет стирать ваши носки.

- С этим человеком можно договориться: кто будет чистить морковку, кто отвезет ребенка в садик и куда стоит вместе поехать в отпуск... Вместе жить легче!
- Партнер — это тот, кто двигается с вами по жизни в одном ритме: вместе сесть в машину и уехать в отпуск, вместе перебраться в дом за городом, вместе завести детей. Не очень романтично, но очень удобно.



Счастливый брак, это когда последнее слово всегда остаётся за женщиной, и слово это — «согласна».

● Когда партнеры доверяют друг другу, интимная жизнь меняется и становится более разнообразной. С близким человеком можно включить креатив и вместе ломать стереотипы.

● Приверженцы полиамории тратят массу сил и эмоций на поддержание баланса в сложных многофигурных отношениях. Отношения с единственным партнером — это экономия времени, энергии и мозгов для других проектов.

● Вы доверяете именно этому человеку и уверены, что все, чем вы с ним делились, остается между вами.

Конечно, здесь вопрос адекватности и порядочности человека, но в целом двое — это более комфортный мир для близости, чем трое или четверо.

На практике выходит, что моногамия — самое удобное состояние для активной и яркой жизни. Моногамия — это зона комфорта, единство уважающих друг друга душ, уголок спокойствия и умиротворения в нашем динамично меняющемся мире. Именно поэтому моногамия сегодня снова в моде!

Факты, теории, мнения...

Кстати

Моногамия — это тип семейных отношений, когда в браке могут состоять только два человека. Но история человека и человеческого общества знает и другие типы семей: полигамия (когда у одного мужа несколько жен) и полигандрия (когда у одной жены несколько мужей).

Всем известный Чарльз Дарвин предложил гипотезу, которая объясняла такое явление, как полигамия. По мнению ученого, природе выгодно многообразие генетического материала, чтобы из многих комбинаций в ходе естественного отбора и эволюции выживали наиболее удачные образцы. Именно поэтому, по мнению Дарвина, в природе мужчин — стремление оставить свое семя как можно большему количеству женщин.

Другой учёный, антрополог Оуэн Лавджой, разработал иную теорию. По его мнению, развитие человеческой цивилизации было бы невозможно без такого явления, как моногамия. Необходимость заботиться только об одной женщине уменьшила конкуренцию между мужчинами, сделала возможным мирное сосуществование древних людей, создала условия для совместных проектов — коллективной охоты, труда и обороны.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Информация из розетки
Похоже, зарядное устройство с разъёмом USB и флешка созданы друг для друга. Что же будет, если подключить флешку к сети? Вдруг можно «скакать» оттуда какую-нибудь ценную информацию? Или, на худой конец, согласно существующим мифам, таким образом можно повысить производительность флешки? К сожалению, практика показывает: ни волшебного увеличения возможностей флешки, ни захвата информации в духе шпионских детективов не произойдет. При подключении к сети USB-накопитель остается неактивным.



Заглянуть в зазеркалье
Люди всегда мечтали изобрести порталы в параллельные миры. Или хотя бы заглянуть в уже существующие. Некоторые верят, что такими порталами являются зеркала. И чтобы зафиксировать что-нибудь эдакое в зазеркалье, пытаются их отсканировать. На самом деле результатом такого действия может быть только черный прямоугольник, поскольку сканер «видит» то, что отражается в зеркале, то есть свое собственное черное нутро. Максимум, на что вы можете рассчитывать, — это отпечатки пальцев и мелкие царапины.



Яблоко-гигант
Японский агроном Чисато Ивасаги вырастил яблоко весом 1,85 кг. Это событие произошло в 2005 году. С тех пор этот рекорд так и не был побит. Садовник занимается своим делом два десятилетия. Технологии и упорный труд помогли ему добиться такого результата. Основные его секреты при выращивании гигантских яблок: специальная обработка, контроль температуры и влажности почвы, своевременные вакцинации, проведение необходимых видов скрещивания, удаление ненужных завязей на дереве.



Электрокот
Величайший учёный и изобретатель в области электротехники Никола Тесла признался однажды, что заинтересовался электричеством ещё в детстве, общаясь со своим домашним котом по кличке Мацак. Юный Тесла провел рукой по шерстке любимца и заметил маленькие электрические искорки, происходящие которых его заинтриговало. Настолько, что он посвятил изучению электричества всю оставшуюся жизнь.

Светлана СИДОРЧУК

18 марта в прокат выходит добрый семейный фильм «Пальма», созданный компаниями «Марс Медиа», «АМЕДИА Продакшн», телеканалом «Россия 1» и OKKO Studios при поддержке Министерства культуры РФ и Фонда кино.

Главную роль исполнит Виктор Добронравов – один из трех актеров яркой творческой династии Добронравовых. Наш корреспондент пообщался с артистом накануне премьеры.

И смех, и слёзы, и любовь

– Виктор, название картины – «Пальма» – сразу отсылает к тёплым южным берегам...

– На самом деле Пальма – это овчарка. История, связанная с ней, написана на основе реальных событий, происходивших в 1974–1976 годах в аэропорту Внуково. Оставленная там собака (ее не пустили на рейс) несколько лет ждала возвращения хозяина, встречая каждый приземляющийся Ил-18, на котором он улетел.

– История довольно известная. О ней в своё время писал в «Комсомольской правде» журналист Юрий Рост, был большой резонанс. Что вы знали о ней?

– Признаюсь: до того, как прочитал сценарий, не знал ни про Пальму, ни про эту историю. Зато потом выяснил много интересных фактов, поскольку моя соседка по лестничной площадке – кинолог, знала эту собаку.

– В картине у вас главная роль...

– Мой герой – детдомовец, вырос вне семьи и не очень-то хотел ее создавать. Поэтому, когда у него в отношениях с женскойкой должен был появиться ребенок, он попросту сбежал. И представить не мог, что годы спустя уже 8-летний сын переедет к нему, поскольку не станет матери, и моему герою ничего другого не останется, как налаживать с ним отношения. В этом очень поможет овчарка Пальма, с которой мальчик подружится. Именно благодаря собаке отец и сын придут к взаимопониманию.

– Стало быть, режиссёр снял семейную драму?

– Несмотря на драматичность сюжета, Александр Домогаров-младший создал добрый, светлый фильм, где соединены разные жанры. Поэтому

Виктор Добронравов:

/// Когда хорошо на работе и дома – это счастье



Виктор Добронравов
глазами супруги
Александры
Торгушниковой.



Добронравовых любят
зрители, ценят режиссёры
и уважают коллеги.



Съёмки в кабине самолёта
выглядят максимально
достоверно.



Форма лётчика
Виктору очень
кличу.

в картине будет все – и смех, и слезы, и любовь. Получилось многогранное кино с характерными персонажами.

– Во время просмотра картины сложилось впечатление, что овчарка Лили, сыгравшая Пальму, – опытная собака, привыкшая сниматься в кино...

– На самом деле это ее дебют в кинематографе. Но Лили действительно невероятно органичная, умная собака. Она выполняла все пожелания и указания режиссера с поразительной точностью и скоростью, все схватывала на лету. Когда ей поставили метку, она точно на нее вставала. Как режиссер видит сцену, так она ее и играет, никаких экспромтов и сюрпризов.

– Фильм «Пальма» совсем скоро станет достоянием зрителей. Какие ещё картины с вашим участием ожидают нас в ближайшем будущем? Как-то вы заявили, что пусть картин будет меньше, но они будут качественные. Тем не менее снимаетесь беспрерывно...

– Но мне действительно предлагают интересные сценарии, от которых грех отказываться. Так что сейчас в производстве сразу несколько картин: «Обитель», «Технарь», «Художник», «Чемпион мира», «Цыпленок жареный»...

Жили-были

– Вы выросли в творческой семье: отец – всемирно любимый артист Фёдор Добронравов. Брат Иван ребёнком начал кинокарьере, в 14 лет сыграл главную роль в картине Звягинцева «Возвращение», получив титул «мальчик-звезда». Вы тоже сегодня нарасхват, но между вами нет конкуренции, напротив, создаёте продюсерский центр «Фёдор Добронравов», где вместе работаете. Зачем, если ваши рабочие графики и так невероятно плотные?

– К сожалению, у нас мало снимают добрых фильмов. Захотелось добавить света, сказать о том, что нас волнует. Так появилась картина «От печали до радости», где мы с Иваном играем сыновей героя Фёдора Добронравова. А помогают нам в этом замечательные актрисы Инга Оболдина и Ирина Пегова.

– В прошедшем году ваш Продюсерский центр выпустил ещё один фильм... – «Жили-были», в котором играет отец – Фёдор Добронравов, а также Роман Мадянов и Ирина Розанова. Фильм по атмосфере такой же позитивный, как «Любовь и голуби».

– Любите работать с близкими людьми?

– Это непросто, но всегда интересно. Отец и братья – талантливые, каждый из них – личность. А

работать в окружении талантливых людей – всегда удовольствие.

8 Марта – праздник семейный

– Период самоизоляции все провели по-разному, и впечатления остались разные. Какие у вас?

– Лично я был рад оказаться на три месяца в кругу семьи. Появилась возможность не просто подолгу видеть друг друга, но и общаться, наслаждаться общением. Правда, за это время успел соскучиться по работе, так что после перерыва с радостью к ней приступил. Это нелюбимая работа порождает уныние, а когда одинаково хорошо на работе и дома – это есть счастье.

– Вы выросли за кулисами театра «Сатирикон», где служил ваш отец. А ваши дочери Варвара и Василиса – закулисные дети?

– Нет, у девочек достаточно других занятий. Вместе с женой даем им понять, что в мире много всего интересного, от чего можно и нужно получать удовольствие. Так что дочки растут любознательные, им до всего есть дело, и это радует.

– Ваша вторая половина – тоже человек творческий. Жена Александра окончила операторский факультет...

– Совершенно верно, но сегодня Саша больше вос требована как фотограф. Я периодически выкладываю ее фотографии в «Инстаграм», так что у подписчиков есть возможность оценить ее дарование.

– Семья не ропщет, что видит вас не так часто, как хотелось бы?

– Для семьи всегда нахожу время. Мы ценим время, проведенное вместе. Даже 8 Марта у нас общий праздник, поскольку в этот день у меня день рождения. И я не без удовольствия принимаю от своих девочек поздравления и поздравляю их сам.

Наталья АНОХИНА

Маруся Климова – звезда сериалов «Магомаев», «Проект «Анна Николаевна», «Любовь в нерабочие недели», «За счастьем», «Мылодрама», «Маменькин сынок».

Aктриса рассказала о системе питания, вспомнила любимые блюда из детства и поделилась рецептом жареного сулугуни.

«Менять диеты – не для меня»

– Расскажите, пожалуйста, о ваших главных принципах питания.

– Особых принципов нет. Есть правило: с осторожностью относиться к продуктам, которые могут вызвать аллергию. У меня она может быть на большое количество фруктов, ягод, сладкого, на пищевые красители в продуктах.

– То есть кулинарные эксперименты – не для вас?

– Мой организм чутко реагирует на изменения питания, и я заболеваю. Так что самым действенным способом для меня является уменьшение суточной нормы еды, к которой я привыкла. Менять диеты – не для меня.

– От каких продуктов вы отказались?

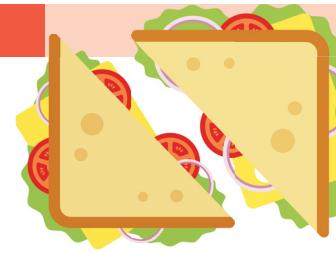
– Я не ем то, что вызывает аллергию. Не пью молоко. Что-то просто не люблю – например, сладкое – поэтому не ем. Не пью все сладкие газировки и энергетики. Но такого продукта или блюда, которое я, например, просто обожаю, но мне пришлось его вычеркнуть и постоянно о нем мечтать, у меня нет. Я очень спокойно отношусь к еде, для меня она не культ. Мне важнее сон.

– Всё же у вас наверняка есть любимые блюда?

– Я люблю бутерброды всех видов, салаты и хо-

Маруся КЛИМОВА:

Люблю бутерброды всех видов



Кстати

Порции особого размера

– Какое блюдо из путешествий вам запомнилось больше всего?

– Однажды мы отдыхали в Лас-Вегасе и зашли в ресторан. Стали смотреть меню, выбрали по блюду. Подошел официант, выслушал нас внимательно, покивал и спросил: «А вы очень голодные?» Мы, конечно, ответили, что очень, потому что целый день гуляли по городу и голод был дикий. Он еще раз нас переспросил. И ушел. И приносят нам... тазы! Реально – тазы с едой! Я заказала картошку с грибами – так мне принесли целую сковороду на две конфорки. Вот это было удивление! К таким огромным порциям мы оказались совсем не готовы. Пришлось забирать с собой больше половины заказа.



Дословно «Увлекалась изготовлением леденцов»

– А вы сами когда научились готовить?

– Где-то в шестом или седьмом классе я сама себе готовила бутерброды и жаррила или варила пельмени в обед между школой и тренировкой. И разогревала то, что мама нам оставляла. Ничего особо грандиозного я не делала. Чаще всего готовила гренки: черный хлеб с маслом и солью в сковородке. Это было мое любимое блюдо. Помню, я увлекалась приготовлением леденцов из сахара в домашних условиях и испортила всю столешницу. Так как у нас не было специальных формочек, я грела на газу над огнем сахар в ложке, а потом выливала растопленный уже сахар на столешницу, чтобы сироп застыл, и начинала процедуру заново. Через полчаса, когда на столе оставало лужиц десять, я принималась их оттирать... Готовка – не моя страсть.



Бабушкин торт «Семистаканник»

– А какие мамины вкусности помните из детства?

– Мама делала потрясающие заварные пирожные! А мы с сестрой помогали как могли. Пока тесто поднималось, мы готовили крем: сливочное масло со сгущенкой – и не могли дождаться, подъедали его прямо из тарелки, а мама нас отгоняла, чтобы на-

чинки хватило... А бабушка готовила потрясающий торт «Семистаканник». Так вкусно его получается делать только у нее.

– Чем-то из тех тортов и пирожных готовите сейчас?

– Нет, я редко пеку сладости. Для тортов у меня не хватает усидчивости и времени. Да и вообще, не люблю сладкое. Самое, наверное, простое и быстрое, что я иногда делаю, – это хворост и печенье... Для себя мне хватает простой, незамысловатой еды. Но когда есть для кого готовить – то, конечно, мне приятно это делать. Мне нравится удивлять, готовить вкусные блюда – как свои любимые, так и новые, те, что любит тот, для кого я готовлю...

И обжаренный сулугуни

– Любите сочинять блюда – или пользуетесь проверенными рецептами?

– Сочинять у меня получается плохо. Так что сначала я беру рецепт, пробую его, а если блюдо получилось и мне понравилось – тогда уже начинаю импровизировать... А сейчас у меня вообще нет времени готовить: на съемках в Ярославле я живу в гостинице. Когда оказываюсь дома – успеваю только быстро перекусить и бежать дальше. Так что из последнего могу поделиться рецептом жареного сулугуни. Режу сыр небольшими слайсами, обмакиваю в рисовую муку, кидаю на хорошо разогретую сковороду с растительным маслом, обжариваю 2 минуты, выдавливаю на каждый кусочек немного свежего чеснока, секунд за тридцать до конца готовки добавляю свежий помидор, закрываю крышкой. Все! Блюдо готово! Можно есть прямо со сковородки!..

Елена СОКОЛОВА

Фото Вадима Таранкова и из личного архива Маруси Климовой



ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ! В НОМЕРЕ ВЫ НАЙДЕТЕ:

✓ Интервью с ЛОР-врачом о причинах и первых симптомах тугоухости, методах лечения и профилактики снижения слуха. Доктор расскажет, о грамотной диагностике заболевания и подборе слухового аппарата.

✓ Советы врача-ортопеда о том, как снять острый приступ люмбаго. Доктор поведает о причинах его возникновения и правилах поведения во время острых болей.

✓ Календарь цветения для аллергиков и астматиков, который поможет сориентироваться с графиком профилактики приступов и планированием отдыха.

✓ Полезную и интересную информацию о соевом сыре тофу. Узнаете, почему этот продукт стоит ввести в рацион, как его правильно употреблять и какие блюда можно приготовить на его основе.

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

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

Представлять Надежду Бабкину точно не нужно. Она народная артистка России не только по званию, но и по призванию и любви поклонников.

В прошлом году Надежда Георгиевна отметила юбилей – 70 лет, а в этом выпустила автобиографическую книгу «Модная народная». В книге артистка честно и откровенно рассказала о своем жизненном пути, о годах, полных самых глубоких и трагических переживаний – и счастливых незабываемых моментов.

Мы начали наш разговор с Надеждой Бабкиной с вопросов про книгу, а дальше вполне логично поговорили и про ее личную жизнь, и про жизненные принципы, и про многое другое...

Момент биографии

– Надежда Георгиевна, откройте тайну: почему Надежда Бабкина всё-таки решилась написать свою автобиографию? Многим кажется, что они про вас всё знают.

– Я даже не раздумывала: надо или не надо писать ее? Когда мне стали показывать разную информацию обо мне: что пишут, что говорят, что придумывают – я решила: наверное, надо от первого лица рассказать все так, как есть, и кто ты есть на самом деле. И когда начать ее писать: завтра,



НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Надежда БАБКИНА:

/// Надо любить себя!



Детали

Энергичная любовь

– Вы всегда искрите энергией – такое чувство, что в вас сидит человек пятьдесят! Раскройте секрет: где вы её черпаете?

– Это природа. Ну и конечно, надо любить себя и людей, работу свою любить, потому что это твоя реализация...

– Как вам удаётся поддерживать позитивный настрой?

– Каждое утро в программе «Модный приговор» я и Саша Васильев говорим одно и то же столько лет: любите себя! Подойдите и посмотрите на себя в зеркало. Красиво же! Но, конечно, себе еще надо уделять время. И я это делаю. Не могу сказать, что каждый день, но стараюсь... Мы все люди разные, имеем свои мнения – как говорится, на вкус и цвет товарищей нет. Любите себя и весь мир вокруг, улыбайтесь – и тогда все будет отлично! Помните: любви никогда не бывает много... Когда меня спрашивают: «Надя, ты кто?» – я отвечаю: «Я – степь».

– Почему?

– А представьте себе огромную степь, где растут тюльпаны с кулак, полынь, ковыль шумит, там дурманящий запах и конца и края не видать... Там, где-то за горизонтом, ты думаешь, что начинается океан, – а там всего лишь небо с землей сходится... И ты туда бежишь по всему этому цветущему и ароматному, и нет тесноты! И вот для меня нет тесноты – ни внутри, ни в общении с людьми...

после завтра или вчера – тоже вопрос не стоял. Просто сама себе сказала: «Надя, пора начинать!» И вот, отдыхая на Алтае, я просто наговаривала на диктофон свои воспоми- нания: что происходило и как это было. Первыми слушателями этих записей были мои подруги. И многие вещи, которые они услышали, их удивили: они про это не знали, я им про это не рассказывала. Я ничего не таила – а просто не было повода, чтобы это рассказать ни с того ни с сего, ведь должна же быть какая-то причина...



Кстати

Жизнь и песня

– В прошлом году вы отметили юбилей, в этом году ваш ансамбль «Русская песня» отмечает 45-летие – очень солидная дата... А вы помните, как зарождался этот коллектив?

– Ансамбль наш зарождался в общежитии Гнесинки, поскольку мы все были иногородними. Сегодняшние наши солисты тоже представляют разные регионы... Все пустили корни, детей понарожали... Вот так и живем, и поем...

– Кого вы считаете своими учителями?

– Говорят: не сотвори себе кумира, но я их себе сотворила. И это были Людмила Зыкина, Ольга Воронец, Лидия Русланова и другие великие артистки. Все эти певицы для меня были учителями. Например, с Людмилой Зыкиной мы подругами не были, но хорошо общались, работали вместе на концертах. Я ее очень сильно уважала и любила как личность... Кстати, при всей ее монументальности и важности она была глубоко ранимым и тонким человеком...

но было возвращаться к воспоминаниям?

– Возвращаться к воспоминаниям необходимо. Если ты не помнишь родства своего, детства, своих эмоций и будешь думать, что у тебя всегда все было плохо – то у тебя никогда не будет будущего. Его надо строить, оглядываясь назад. Но при этом не надо тащить с собой негатив. Бессмысленно отекаться от того, что происходило в твоей жизни – но можно что-то переосмыслить. Я для себя это уже сделала...

– Вы оттуда?

– Да, я южанка, казачья doch!

– Про детство в книге тоже есть?

– Конечно. И оно у меня было счастливым. Сетовать, что в юные годы у меня ничего не было, я не буду. На мой взгляд, у меня было все: и куклы, и другие игрушки. И книжки читали, и сказки рассказывали, и ярмарки проводили... Детство было замечательным! И вообще, обижаться на жизнь я не могу и не буду никогда.

Без прошлого нет будущего

– Человеку, который пишет свою биографию, приходится заново переживать свои эмоции – как положительные, так и отрицательные. Вы испытывали это? Слож-

– Имя мне до сих пор помогает идти вперед и не сдаваться. И я никогда не сдамся – что бы ни происходило! Перед вами – светлая Надежда! (Смеется.) Надо себя оценивать положительно. Если вы что-то сделали – пусть небольшое, но то, что раньше не получалось, – это уже ваше достижение! Этому надо радоваться и восхищаться собой: «Какая же я молодец!» Свое имя я отрабатываю сполна. Я все делаю по совести и по душе. Мне папа всегда говорил: «Если ты за что-то берешься – то доводи до конца».

Яна НЕВСКАЯ

Фото Вадима Таранова

Пернатые вестники весны

22 марта по традиции на Руси встречали День жаворонка. Считалось, что в этот день прилетают 40 первых птиц и приносят на своих крыльях весну.

1. Грачи прилетают одними из первых и сразу приступают к строительству гнёзд. По легенде, птицы и муравьи бились об заклад. Грач проиграл и должен был отдавать своё потомство, либо делать именно это. Что?

a) Выводить птенцов раньше всех.
b) Каждый раз вить новое гнездо.
v) Селиться на деревьях только стаей.

2. Как ни странно, но орнитологи считают, что именно эта птичка прилетает самой первой в среднюю полосу России. Птичку называют ещё ледоломкой, так как она возвращается домой во время ледохода, как говорят, «лёд хвостом разбивает».

a) Зяблик.
b) Трясогузка.
v) Скворец.

3. Прилёту первых перелётных птиц многие поэты

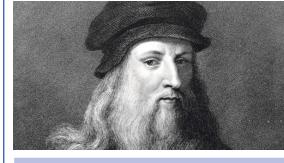
посвящали стихи. Борис Заходер призывал: «Пусть с тобою, ласточка, прилетит Весна». У Константина Льдова ласточка «весну и солнце принесла с собой...» А какой поэт написал о том, что «ласточка с весною в сени к нам летит?»



- а) Афанасий Фет.
b) Аполлон Майков.
v) Алексей Плещеев.
4. Одно время была популярна песня, в которой есть слова про то, что птицы – вестники весны: «Приходит время – с юга птицы прилетают... и это время называется весна!». Кто автор этого весеннего танго?
- a) Людмила Иванова и Валерий Миляев.
b) Сергей и Татьяна Никитины.
v) Анна Герман.

ОТВЕТЫ

- 1-а. Для чего птицы прилетают на север?
- 2-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 3-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 4-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 5-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 6-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 7-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 8-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 9-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 10-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 11-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 12-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 13-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 14-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 15-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 16-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 17-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 18-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 19-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 20-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 21-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 22-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 23-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 24-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 25-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 26-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 27-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 28-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 29-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 30-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 31-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 32-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 33-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 34-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 35-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 36-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 37-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 38-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 39-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 40-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 41-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 42-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 43-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 44-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 45-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 46-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 47-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 48-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 49-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 50-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 51-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 52-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 53-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 54-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 55-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 56-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 57-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 58-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 59-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 60-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 61-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 62-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 63-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 64-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 65-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 66-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 67-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 68-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 69-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 70-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 71-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 72-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 73-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 74-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 75-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 76-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 77-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 78-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 79-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 80-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 81-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 82-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 83-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 84-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 85-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 86-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 87-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 88-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 89-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 90-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 91-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 92-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 93-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 94-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 95-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 96-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 97-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 98-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 99-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 100-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 101-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 102-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 103-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 104-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 105-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 106-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 107-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 108-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 109-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 110-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 111-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 112-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 113-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 114-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 115-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 116-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 117-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 118-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 119-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 120-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 121-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 122-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 123-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 124-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 125-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 126-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 127-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 128-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 129-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 130-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 131-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 132-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 133-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 134-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 135-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 136-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 137-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 138-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 139-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 140-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 141-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 142-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 143-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 144-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 145-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 146-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 147-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 148-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 149-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 150-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 151-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 152-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 153-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 154-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 155-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 156-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 157-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 158-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 159-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 160-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 161-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 162-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 163-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 164-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 165-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 166-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 167-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 168-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 169-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 170-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 171-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 172-а. Кто из птиц прилетает на север?
- 173-б. Кто из птиц прилетает на север?
- 174-в. Кто из птиц прилетает на север?
- 175-а. Кто из птиц прилетает на север?</

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 Россия	5 5-Й КАНАЛ	НТВ	Россия K Культура	СТС СТС													
 09.50 Жить здорово! (16+)	 14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	 06.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)	 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)	 13.30 «Леонардо. Пять веков спустя»	 20.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)													
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 Телеканал «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор. (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+) 22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+) 23.30 Вечерний Ургант. (16+) 00.10 Познер. (16+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+) 03.35 Мужское / Женское. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+) Сергей делают операцию. Лариса досадует на Брагина, что тот столько времени скрывал от неё диагноз её бывшего мужа. Получив диплом, Костик приступает к самостоятельной практике	05.00 «Известия» 05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 06.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) В центре истории оперативник Александр Букреев, который приходит в себя после комы, ведь за 18 лет жизнь кардинально изменилась 09.00 «Известия» 09.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) 17.30 «Известия» 17.45 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) 19.55 «СЛЕД». (16+) 23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+) 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» 00.30 «СЛЕД». (16+) 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 03.25 «Известия» 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+) 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.15 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге» 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) 17.15 ДНК. (16+) 18.15 «ПЁС». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «ПЁС». (16+) 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+) 23.20 Сегодня 23.35 Основано на реальных событиях. (16+) 01.10 Место встречи. (16+) 02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)	07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры 07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества» 08.35 18.20 «Красивая планета» 08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО» 10.15 «Наблюдатель» 11.10 00.40 ХХ век 12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО» 13.15 «Первые в мире» 13.30 «Леонардо» 15.05 Новости. Подробно 15.20 «Агора» 16.30 02.00 История искусства 17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета 19.45 Главная роль 20.05 «Правила жизни» 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 20.45 «Сергей Колтаков» 21.30 «Сати. Нескучная классика...» 23.00 «Без срока давности»	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Фиксики».	06.05 (0+) 06.15 «Маги. Истории Аркадии».	06.40 Между нами шоу. (16+) 07.45 «Сезон охоты».	09.25 «ДЖУМАНДЖИ».	11.35 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ».	14.00 «Галилео».	14.50 Уральские пельмени. (16+) 14.55 «Дылды».	20.00 «ФОРСАЖ-8».	22.45 Колледж.	00.10 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)	01.10 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+) Сьюзен Макалистер возглавляет большую подводную лабораторию, где изготавливают уникальное лекарство против смертельной болезни. Для его изготовления используется мозг акул	03.00 «ДЖУМАНДЖИ».	04.35 «Сезон охоты. Страшно глупо!».	05.50 Ералаш. (0+)
ТВЦ	ЗВЕЗДА	ОТР	РЕН	ТВ-3	ДОМАШНИЙ													
06.00 «Настроение» 08.10 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (0+) 10.00 04.40 «Валентина Теличкина».	06.10 «Подводный флот Великой Отечественной войны».	06.00 00.30 «Активная среда».	06.00 «Документальный проект».	06.00 «Мультифильмы».	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)													
10.55 Городское собрание. (12+) 11.30 14.30 17.50 22.00 События 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+) 13.40 05.20 «Мой герой».	07.00 «Сегодня утром» 09.00 Новости дня 09.20 «Диверсанты».	06.30 «Путешествие в классику. Великие композиторы».	07.00 «С добрым утром!»	09.30 17.25 «Слепая».	08.25 Давай разведёмся! (16+)													
14.55 Город новостей 15.10 03.20 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+) 16.55 «Прощание».	10.00 Военные новости 10.05 «Диверсанты».	07.25 «Хит-микс RU.TV» с Еленой Север.	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости».	11.50 Гадалка.	09.30 Тест на отцовство.													
22.35 Специальный репортаж. (16+) 23.05 01.35 «Знак качества».	13.00 Новости дня 13.15 «Диверсанты».	08.15 15.15 «Календарь».	09.00 Засекреченные списки.	14.40 Мистические истории.	11.40 «Реальная мистика».													
00.00 События. 25-й час 00.35 Петровка, 38. (16+) 00.55 «Владимир Басов. Ревнивый Дуремар».	13.40 14.05 «ОРДЕН».	09.10 16.30 03.40 «Врачи».	11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым».	15.45 Гадалка.	12.40 03.50 «Понять. Простить».													
02.15 «Сталин против Ленина. Поверженный кумир».	14.00 Военные новости 18.00 Новости дня 18.30 «Специальный репортаж».	09.35 16.10 «Среда обитания».	12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112».	К Гадалке обратилась Виктория, владелица продуктового магазина. В последнее время в ее магазине быстро портятся овощи и фрукты. Гадалка выясняет, что рядом с Викторией появился заговоренный лимон в горшке, который источает мертвую энергию	13.45 03.00 «Порча».													
02.55 «Осторожно, мошенники!».	18.50 «Стрелковое вооружение русской армии».	10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА».	13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным».	16.55 «Старец».	14.50 «ПЕРВЫЙ РАЗ ПРОЩАЕТСЯ». (16+)													
	19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным.	12.10 13.20 20.05 «ОТРАжение»	14.00 «Невероятно интересные истории».	20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)	Владелица швейной фабрики Татьяна Волчкова в день десятилетия свадьбы узнаёт, что у любимого мужа Глеба есть любовница и внебрачная дочь													
	20.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым».	17.05 18.05 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	15.00 Документальный спецпроект.	Молодой и начинающий хирург Шон Мерфи приезжает в Сан-Хосе, чтобы работать в местной клинике. У Мерфи аутизм и синдром Саванта	19.00 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+)													
	21.15 Новости дня 21.25 «Открытый эфир».	19.20 23.50 03.00 «ПравДа?»	17.00 «Тайны Чапман».	23.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)	23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)													
	23.05 «Между тем» с Наталией Метлинской.	01.00 «ОТРажение».	18.00 «Самые шокирующие гипотезы».	01.15 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной.	01.00 «МОЙ ОСЕННИЙ БЛЮЗ». (16+)													
	23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ».	02.45 «Гора самоцветов».	20.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)	02.15 «ТВ-3 ведет расследование».	03.25 «Знахарка».													
	(6+)	04.05 «Домашние животные» с Григорием Манёвым.	22.20 «Водить по-русски».	03.45 «Тайные знаки».	04.40 «Реальная мистика».													
		04.35 «Легенды Крыма».	23.30 «Неизвестная история».	(16+)	05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)													
		(12+)	00.30 «ОЗ: ВЕЛИКИЙ И УЖАСНЫЙ».		06.15 «б кадров».													
			02.45 «ДАЛЬШЕ ЖИВИТЕ САМИ». (16+)		(16+)													

TNT	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)	07.30 KVN Best. (16+)	23.30 «РОККИ». (16+)	16.20 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (6+)	11.15 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)	19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)						
07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Мама Life». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 09.00 «Танцы. Последний сезон». (16+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) Поповой поручают дело об ограблении склада бытовой техники, но у Поповой есть дело по важнее 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.05 «Где логика?» (16+) 23.05 «Stand up. Дайджест». (16+) 00.05 «Наша Russia. Дайджест». 01.10 «Такое кино!» (16+) 01.40 «Импровизация». (16+) 03.20 «Comedy Баттл». (16+) 04.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+) 05.45 «ТНТ. Best». (16+)	06.00 Улётоное видео. (16+) Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения, сняты случайными очевидцами на мобильные телефоны или другие технические средства, у которых есть функция REC 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 KVN Best. (16+) Программа «KVN BEST» - это лучшие выступления самых популярных команд Клуба Веселых и Находчивых ХХI века 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётоное видео. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+) 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётоное видео. (16+)	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 Новости 06.05 12.05 23.10 Все на Матч! 09.00 12.45 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Профессиональный бокс. (16+) 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.30 Зимние виды спорта. Обзор. (0+) 13.05 Еврофутбол. (0+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.15 Все на хоккей! 16.50 Хоккей. «Металлург» - «Авангард». КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Прямая трансляция 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Динамо» - СКА. Прямая трансляция 21.50 Все на футбол! 22.40 Тотальный футбол. (12+) 23.30 «РОККИ». (16+) 01.55 Баскетбол. «Калев» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. (0+)	06.45 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.45 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 22.00 Новости. (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 «Главный врач». (12+) 14.30 «Тайна аптеки». (12+) 15.15 «Культурная эволюция». (16+) 16.20 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (6+) 17.45 «Имя России». (6+) 18.45 22.30 03.30 Новости спорта. (12+) 18.55 «Азбука петербуржца». (6+) 19.00 Город решений». (12+) 19.50 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+) 22.25 «Соль событий». (16+) 22.40 Степень защиты. (16+) 22.55 «Такой футбол». (6+) 23.25 «ПРОСТО ВМЕСТЕ». (16+)	07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.15 «Научные мистификации». (12+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.15 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+) 13.10 «ЛЕСТИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Наука есть. Овощи». (12+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.10 «Euromaxx». (16+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) 23.00 «Руско туристо». (16+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РИО». (16+)	06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 10.30 11.00 13.00 15.00 18.00 18.55 23.00 «Известия 78». (12+) 06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+) 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78». (12+) 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+) 14.30 Хроника Победы. (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 Прогноз погоды. (12+) 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+) 17.30 «Перелом». (12+) 18.10 02.00 Телекурьер. (12+) 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+) 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+) 22.15 «Итоги дня». (16+) 01.20 «Открытая студия». (12+) 02.40 «Дальше некуда». (16+)						

Судоку

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

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

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	2	3	4	5	6	7	8	9
6	7	8	9	1	2	3	4	5
4	3	9	5	1	6	8	2	7
5	1	6	2	7	3	4	9	8
3	5	1	7	8	9	6	2	4
2	7	8	6	3	4	5	1	9
8	7	5	4	3	2	1	6	0
9	8	7	5	6	4	3	0	1
5	3	4	2	1	0	9	8	7

1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	7	8	9	1	2	3	4	5
4	3	9	5	1	6	8	2	7
5	1	6	2	7	3	4	9	8
3	5	1	7	8	9	6	2	4
2	7	8	6	3	4	5	1	9
8	7	5	4	3	2	1	6	0
9	8	7	5	6	4	3	0	1
5	3	4	2	1	0	9	8	7

2	3	4	5	6	7	8	9	1
5	6	1	8	4	2	9	3	7
4	3	9	7	5	1	6	8	2
1	2	8	6	3	7	5	9	4
8	7	5	4	2	1	3	6	0
6	4	9	8	7	3	2	5	1
3	8	6	5	4	1	9	7	2
7	3	4	2	6	1	8	9	5
9	1	7	5	3	8	6	4	0

3	4	5	6	7	8	9	1</

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
07.50, 10.00, 13.00, 15.50 Новости	00.30, 01.15, 23.00, 23.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. (12+)	02.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
08.20 Страна. Live. (12+)	02.30, 07.00, 08.00, 08.30 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мукины. (6+)	03.00 биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
08.35 Спортивный детектив. Повелитель времени. (12+)	03.30, 10.30, 15.15 Вело- спорт. Кубок Альфредо Бинды. Женщины. (12+)	05.00, 11.30, 16.00 Велоспорт. Милан – Сан- Ремо. (12+)
09.30, 17.05 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	09.00 Пряжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. НС 147. (12+)	14.30 Велоспорт. Тиррено – Адриатико. 7-й этап. (12+)
10.05 Утомлённые славой. Владимир Быстров. (12+)	17.15 Велоспорт. «Вулльтя Ка- талонии». 1-й этап. Пра- мая трансляция. (12+)	17.35 Смешанные единобор- ства. Eagle FC 34. (16+)
10.30 Теннис. (0+)	19.05 Теннис. WTA 250. Монтеррей. Финал. (6+)	19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция. (0+)
12.30 Второе дыхание. (12+)	20.35 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)	22.00 Бильярд. Кубок мира. «Свободная пирамида». Пря- мая трансляция из Москвы
13.05 Гандбол. (0+)	22.00 Велоспорт. «Вулльтя Ка- талонии». 1-й этап. (12+)	00.00 Фристайл и сноубординг. (0+)
14.30, 19.30 «На словах» с Елизаветой Кожевнико- вой. (12+)		01.10 Баскетбол. (0+)
14.55 Неделя в КХЛ. (12+)		
15.55 Фристайл и сноубор- динг. Чемпионат мира сре- ди юниоров. Прямая транс- ляция из Красногорска		
17.35 Смешанные единобор- ства. Eagle FC 34. (16+)		
19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция. (0+)		
22.00 Бильярд. Кубок мира. «Свободная пирамида». Пря- мая трансляция из Москвы		
00.00 Фристайл и сноубординг. (0+)		
01.10 Баскетбол. (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 11.35, 17.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35 Каждое утро. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00, 15.00 PRO-обзор. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.20 Золотая лихорадка. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.35 DFM - Dance chart. (16+)
16.20 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)
18.00 10 самых! (16+)
18.35, 22.00 PRO-новости. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
20.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
22.25 ТОР 30 - Крутяк недели. (16+)
00.35 Наше. (18+)
03.00 Карапинг. (18+)
Настоящий караоке-клуб вас дома!
04.00 Карапинг. (16+)

ГАРДЕРОБ

Зелёный – очень богатый и интересный цвет, этой весной и предстоящим летом он является одним из фаворитов модных дизайнеров.

Но, к сожалению, многие не решаются приобретать вещи в зелёных оттенках, искренне полагая, что этот цвет им не идет. Однако это ошибка – зелёный цвет подходит практически всем, вопрос только в выборе подходящего именно вам оттенка. Сегодня мы расскажем, как не ошибиться, делая этот выбор. Существует несколько правил, которыми надо руководствоваться, выбирая вещи зелёного цвета. Запомните эти правила и смело идите в магазин, чтобы в вашем гардеробе этой весной и предстоящим летом появился зелёный цвет.

Правило контраста

Первое правило – правило контраста: чем более контрастна ваша внешность, тем ярче должен быть зелёный, и наоборот. Например, даме со светлой кожей и темными волосами, безусловно, подойдёт изумрудный, бутылочный и подобные сочные оттенки. А блондинке со светлой кожей стоит обратить внимание на нежные оттенки зелёного: яблочный, капустный и т.п.



1



1

5 правил выбора зелёного

Правило подобного

Нежные оттенки зелёного для обладательниц нежной внешности укладываются также и во второе правило: подобное – подобному. То есть яркой смуглой брюнетке, несмотря на отсутствие видимого контраста, желательны яркие же оттенки зелёного.

3

Правило тепла

Модницам теплых цветотипов – «весна», «осень» – нужно выбирать теплые оттенки зелёного: салатовый, лаймовый, оливковый. Обладательницам холодной внешности – «зима», «лето» – больше подойдут холодные оттенки: мятный, изумруд, травяной.

4

Правило яблока

Как говорят, есть всего один оттенок зелёного, который подходит практически всем – это яблочный оттенок. Поэтому если есть какие-то сомнения в выборе оттенка, начните с него.

Цвета

Правило рыжих

Сочетание рыжих волос и зелёного цвета давно уже стало классикой. Зелёный будто создан для «поцелованных солнцем». Рыжеволосые дамы могут позволить себе все оттенки зелёного, каждый из которых исключительно комплементарно подчеркнет красоту их волос. Золото на зелёном – одно из самых эффектных цветовых сочетаний, которое не выйдет из моды никогда. Кстати, именно поэтому оттенки зелёного прекрасно смотрятся с загорелой – золотистой – кожей, и этим летом это повод и для загара, и для нового платья.

Светлана ИВАНОВА

МУЛЬ

МУЛЬ
09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добёр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тигр». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлан». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Мишу и Гошу». (0+)
18.00 «Хайдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машинки страшилки». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)

ЧУНИК

ЧУНИК
08.57 «Веселая карусель». (0+)
09.09, 09.47, 14.56, 15.32, 22.37 Мультифильмы. (0+)
09.22, 14.47, 15.05 Мультифильмы. (6+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
11.05, 12.03, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.04, 16.43, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.20, 17.01, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добёр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
19.54 Do you speak? (6+)

УНИКУМ

УНИКУМ
05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Зебра в клеточку». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Яллик едет в Окленд». (0+)
16.30 «Папы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Алиса знает, что делать!» (0+)
18.20 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
18.45 «Малышы дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)

O!

O!

КАНАЛ DISNEY

КАНАЛ DISNEY
05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на вирахаже». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро от Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Богатыриша». (6+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «Собака Точки КОМ». (6+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

КАРУСЕЛЬ

КАРУСЕЛЬ

</

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	Россия K	РОССИЯ K Культура	СТС	СТС
	05.00 Телеканал «Доброе утро»	14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)		23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)		16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)		08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»		20.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)
05.00 Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	09.00 Вести. Местное время	09.30 Утро России	05.00 «Известия»	05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)	05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)	07.00 07.30 08.30 10.00 15.00	06.00 Ералаш. (0+)	
09.00 Новости	09.55 О самом главном. (12+)	11.00 Вести	11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	09.00 «Известия»	09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	08.00 Сегодня	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)	19.30 23.30 Новости культуры	06.05 «Фиксики». (0+)	
09.25 Телеканал «Доброе утро»	12.40 «60 минут». (12+)	14.00 Вести	14.30 Вести. Местное время	13.00 «Известия»	09.50 «ПАСЕЧНИК». (16+)	10.00 Сегодня	10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)	18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»	06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+)	
09.50 Жить здорово! (16+)	14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	17.30 «Известия»	19.55 «СЛЕД». (16+)	13.00 Сегодня	12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»	18.20 Красивая планета	07.00 «Галилео». (12+)	
10.55 Модный приговор. (6+)	17.00 Вести	17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	18.40 «60 минут». (12+)	23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)	23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)	13.25 Чрезвычайное происшествие	13.15 «Первые в мире»	08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»	08.00 «Дылды». (16+)	
12.00 Новости (с субтитрами)	20.00 Вести	20.00 Вести	20.00 Вести	00.00 «Известия. Итоговый выпуск»	00.30 «СЛЕД». (16+)	14.00 Место встречи	13.30 «Игра в бисер»	10.15 «Наблюдатель»	09.00 «Воронины». (16+)	
12.15 Время покажет. (16+)	21.05 Вести. Местное время	21.05 Вести. Местное время	21.05 Вести. Местное время	01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	16.00 Сегодня	14.15 Больше, чем любовь	11.10 00.40 ХХ век	10.00 Уральские пельмени. (16+)	
15.00 Новости (с субтитрами)	02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)	02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)	02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)	03.25 «Известия»	03.25 «Известия»	16.15 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»	15.05 Новости. Подробно	12.15 «Дороги мастеров»	10.10 «Как приручить дракона». (12+)	
15.15 Давай поженимся! (16+)	04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)	04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)	04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)	03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)	15.20 «Передвижники»	12.20 «Как приручить дракона-2». (0+)	12.00 «Галилео». (12+)	
16.00 Мужское / Женское. (16+)						17.15 ДНК. (16+)	16.30 01.45 История искусства	13.10 «Большая студия»	14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)	
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)						18.15 «ПЁС». (16+)	17.25 II фестиваль искусств Юрия Башмета	23.00 «Завтра не умрет никогда»	15.00 Уральские пельмени. (16+)	
18.40 На самом деле. (16+)						19.00 Сегодня	19.45 Главная роль		15.10 «Кухня: война за отель». (16+)	
19.45 Пусть говорят. (16+)						19.40 «ПЁС». (16+)	20.05 «Правила жизни»		16.55 «Ивановы-Ивановы». (16+)	
21.00 Время						21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!»		19.00 «Дылды». (16+)	
21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)						23.20 Сегодня	20.45 Искусственный отбор		20.00 «Форсаж-5». (16+)	
22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)						23.35 Основано на реальных событиях. (16+)	21.30 «Белая студия»		22.35 «ОГРАБЛЕНИЕ В УРАГАН». (16+)	
23.30 Вечерний Ургант. (16+)						01.10 Место встречи. (16+)	23.00 «Завтра не умрет никогда»		00.35 Стендап Андеграунд. (18+)	
00.10 «Василий Сталин. Сын за отца».	(12+)					02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)			01.35 «ПРОРЫВ». (12+)	
01.10 Время покажет. (16+)									03.30 «АНЖЕЛИКА». (16+)	
03.00 Новости									04.45 «Гирлянда из малышей». (0+)	
03.05 Время покажет. (16+)										
03.35 Мужское / Женское. (16+)										
ТВЦ	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	
06.00 «Настроение»		06.10 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)		06.00 00.30 «Гамбургский счёт». (12+)		05.00 «Территория заблуждений». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+)		06.30 «6 кадров». (16+)	
08.10 «Доктор И...» (16+)				06.30 17.05 18.05 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ».	(16+)	06.00 «Документальный проект». (16+)	09.30 «Слепая». (16+)		06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)	
08.50 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)				08.15 15.15 «Календарь». (12+)		07.00 «С бодрым утром!» (16+)	11.50 Гадалка. (16+)		08.10 Давай разведёмся! (16+)	
10.40 04.40 «Вячеслав Невинный. Талант и 33 несчастья». (12+)		09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня		09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+)		08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	14.40 Мистические истории. (16+)		09.15 Тест на отцовство. (16+)	
11.30 14.30 17.50 22.00 События		09.20 «Специальный репортаж». (12+)		09.35 «Среда обитания». (12+)		09.00 Засекреченные списки. (16+)	15.45 Гадалка. (16+)		11.25 «Реальная мистика». (16+)	
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)		09.40 «Оружие Первой мировой войны». (12+)		10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 Новости		11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	16.55 «Старец». (16+)		12.25 03.45 «Понять. Простить». (16+)	
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)		10.00 14.00 Военные новости		10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА».	(16+)	12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	17.25 «Слепая». (16+)		13.30 «Порча». (16+)	
14.55 Город новостей		10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)		12.10 13.20 20.05 «ОТРажение».	(16+)	13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	20.20 «Хороший доктор». (16+)		14.00 «Знахарка». (16+)	
15.05 03.20 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)		10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ».	(16+)	16.10 «Среда обитания». (12+)		14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	23.00 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЗАЗЕРКАЛЬЕ».		14.35 «Нарушая правила». (16+)	
16.55 «Прощание». (16+)		18.30 «Специальный репортаж». (12+)		19.20 23.50 03.00 «Прав! Да?» (12+)		15.00 «СОВБЕЗ». (16+)			19.00 «Платы из Маргариток». (16+)	
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)		18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)		01.00 «ОТРажение». (12+)		17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)				
22.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)		19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)		02.45 «Гора самоцветов». (0+)		18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	01.00 «Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной». (16+)			
23.05 01.35 «Дети против звёздных родителей». (16+)		20.25 «Улица из прошлого». (12+)		04.05 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+)		20.00 «РОБОКОП». (16+)	01.45 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)			
00.00 События. 25-й час		21.25 «Открытый эфир».		04.35 «Легенды Крыма». (12+)		22.15 «Водить по-русски». (16+)	03.15 «Запретные опыты Фрейда». (16+)			
00.35 Петровка, 38. (16+)				05.05 «Большая страна». (12+)		23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	04.00 «Тайные знаки». (16+)			
00.55 Хроники московского быта. (12+)						00.30 «ЗМЕИНЫЙ ПОЛЕТ».	05.30 «Охотники за привидениями». (16+)			
02.15 «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклание». (12+)									05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)	
02.55 «Осторожно, мошенники!» (16+)		04.30 «САМЫЙ СИЛЬНЫЙ». (0+)								

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	13.00 Дизель шоу. (16+)	14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)	14.30 «АЛЯСКА». (12+)	11.20 «ПОДКИДЫШ». (6+)	14.00 «Происшествия». (16+)						
07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Битва дизайнеров». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 09.30 «Холостяк». (16+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) Макаров поручает Туркиной совместное дело с Криминалистом. Она думает, что начальник сделал это специально 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.05 «Импровизация». (16+) 23.05 «Женский стендап». (16+) 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+) 01.10 «Импровизация». (16+) 03.00 «Comedy Баттл». (16+) 03.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+) 04.45 «Открытый микрофон». (16+)	06.00 Улётоное видео. (16+) 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) Программа «Дорожные войны. Лучшее» – это подборка топовых видеороликов – самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. Смотрите «Дорожные войны»: лучше быть зрителем, чем участником! 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётоное видео. (16+) 13.00 Дизель шоу. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+) Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни: о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётоное видео. (16+)	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 21.50 Новости 06.05 16.15 22.00 Все на Матч! 09.00 12.45 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Профессиональный бокс. (16+) 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.30 03.30 Хоккей. ХХЛ. Обзор. (0+) 12.05 «МатчБол» 13.05 Смешанные единоборства. (16+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 Хоккей. «Салават Юлаев» – «Ак Барс». КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Прямая трансляция 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Локомотив» – ЦСКА. Прямая трансляция 23.00 «РОКИ-2». (16+) 01.25 Гандбол. «Чеховские медведи» – «Ним». Лига Европы. (0+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 22.00 02.45 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 «Имя России». (6+) 12.20 Малые родины. (6+) 12.55 «Соль событий». (16+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 19.00 «Петербург. Город решений». (12+) 14.30 15.05 «АЛЯСКА». (12+) 16.55 «Такой футбол». (6+) 17.30 «Промышленный клуб». (12+) 18.45 22.30 03.15 Новости спорта. (12+) 18.55 «Азбука петербуржца». (6+) 19.50 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+) 22.40 «Вектор успеха». (12+) 22.55 «Адаптация». (6+) 23.10 «СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ РОМАН». (16+) 01.10 «НАСТОЯЩИЕ». (16+)	07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.20 «ПОДКИДЫШ». (6+) 13.10 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Традиции коренных народов Ленинградской области. Национальная кухня». (6+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «СЛАДКОЕ ПРОЩАНИЕ ВЕРЫ». (16+) 22.50 Моя история. (12+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «ОДИН ШАНС НА ДВОИХ». (16+) 02.10 «ГАЙД-ПАРК НА ГУД-ЗОНЕ». (16+)	06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «Известия 78».(12+) 06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+) 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78».(12+) 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+) 14.30 Хроника Победы. (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 Прогноз погоды. (12+) 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+) 17.30 «Перелом». (12+) 18.10 02.00 Телекурьер. (12+) 19.10 «Вечер трудного дня». (12+) 20.10 01.20 «Открытая студия». (12+) 21.10 22.15 Итоги дня. (16+) 02.40 «Ночное вещание». (16+)						

Питомник растений Солнечный

ЭТО УДИВИТЕЛЬНОЕ СЕМЕЙНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ С 23-ЛЕТНИМ ОПЫТОМ ВЫРАЩИВАНИЯ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОГО ПОСАДОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев **без ПРЕДОПЛАТЫ!**

Собственное производство позволяет держать минимальные цены на саженцы с очень высоким качеством.

Мы с любовью выращиваем каждый саженец, окружая его заботой и вниманием.

Именно из таких растений и получается по-настоящему роскошный сад, который радует всю семью.

Доставка посадочного материала осуществляется Почтой России, наложенным платежом без **предоплат!**

ЯБЛОНИЯ САНРАЙЗ



400 руб.

ного выращивания! Показатели урожайности очень высоки, поэтому сорт назван Урожайным. Плоды вкусные и маслянистые, скорлупа очень тонкая. Устойчив к заболеваниям и атакам вредителей.

РОЗА КЛОД БРАССЕР



450 руб.

Отличный, очень урожайный сорт! Дерево слаборослое. Плоды средне-крупные. Окраска ярко-красная практически по всей поверхности плода. Мякоть кремовая, сочная, хрустящая, с превосходным ароматом. Вкус сладкий с кислинкой, гармоничный. Плоды созревают не одновременно, не опытываются. Плоды яблони с отличной транспортабельностью. Сорт устойчив к парше, морозостойкость высокая.

ГРЕЦКИЙ ОРЕХ УРОЖАЙНЫЙ



550 руб.

Это старый проверенный сорт. Название связано с высокими показателями плодовитости. Высота дерева до 6 м, устойчив к холода姆. Благодаря этому качеству, сорт подходит для повсемест-

ного выращивания! Показатели урожайности очень высоки, поэтому сорт назван Урожайным. Плоды вкусные и маслянистые, скорлупа очень тонкая. Устойчив к заболеваниям и атакам вредителей. Очень популярный зимостойкий сорт черешни с повышенной устойчивостью к грибковым заболеваниям. Её вкусные красивые плоды не растрескиваются на дереве и хорошо переносят транспортировку после сбора. Ягоды не растрескиваются, если в период их созревания стоит дождливая погода. По назначению плоды черешни универсальны: они замечательно подходят как для употребления в свежем

ЧЕРЕШНЯ БРЯНСКАЯ РОЗОВАЯ

Очень популярный зимостойкий сорт черешни с повышенной устойчивостью к грибковым заболеваниям. Её вкусные красивые плоды не растрескиваются на дереве и хорошо переносят транспортировку после сбора. Ягоды не растрескиваются, если в период их созревания стоит дождливая погода. По назначению плоды черешни универсальны: они замечательно подходят как для употребления в свежем

ГОРТЕНЗИЯ ПИНК КВИН



450 руб.

Красивый кустарник высотой до 2-2,5 м. У него пышная крона с прямостоячими ветвями, тёмно-зелёными крупными листьями. Обильно цветёт с июля по октябрь. Крупные соцветия конической формы длиной до 30-35 см состоят из цветков с крупными лепестками. Сначала они в кремовых тонах, со временем становятся ярко-розовыми. Обладает высокой зимостойкостью.

ВИНОГРАД КЕША

Превосходные вкусовые характеристики оцениваются очень высоко, равно как и критерии

ФУНДУК ТРАПЕЗУНД



500 руб.

Самый необыкновенный и высокоурожайный из всех сортов лесного ореха. Отличие его заключается в размерах – это самый крупный из всех мировых сортов. У него большая жирность – 72 %. Плоды имеют округлую форму и тёмную коричневую скорлупу с лёгким блеском. Вес около 3 г.



ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

1. по телефонам:
8 (800) 600-53-24 (звонок бесплатный),
8 (905) 393-21-11, 8 (937) 091-98-87
каждый день по будням
с 8:00 до 18:00,
суббота, воскресенье – выходные

2. через интернет-магазин
WWW.SOLAR34.RU

3. отправить письмо по почте на адрес:
404011, Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.

Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте WWW.SOLAR34.RU

Заказы принимаются

с 01.12.2020 г. до 10.05.2021 г.

Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон (ограничения по отправке в соответствии с климатической зоной заказчика).

Минимальная сумма заказа 2000 ₽

**Также можно заказать
БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ
растений ВЕСНА 2021
по телефону или написать
письмо с просьбой
выслать каталог.**

(12+)

ООО «ВЕЛЕС», Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская,
д. 59, ОГРН 1163443063960. РЕКЛАМА

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00, 10.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)		
07.50, 10.35, 13.00, 15.50 Новости		
07.55 «Мастер спорта» с Максимом Траньковым. (12+)		
08.05 Неделя в КХЛ. (12+)		
09.00 «На словах» с Елизаветой Кожевниковой. (12+)		
09.25, 15.55 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска		
12.30 Первые леди. (12+)		
13.05, 23.20 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)		
14.55 Дневник самурая. (12+)		
15.10, 20.30 Мини-футбол в России. (0+)		
15.20, 03.00 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Обзор. (0+)		
17.50 Мама в игре. (12+)		
18.20 Матчбол. (12+)		
18.55, 20.40 Гандбол. Лига Европы. Мужчины. 1/8 финала. Прямая трансляция		
22.15, 01.10 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)		
03.30 Спортивный детектив. Шахматная война. (12+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	
05.00, 11.35 10 самых горячих клипов дня. (16+)	14.00 Tiktok чарт. (16+)
05.35, 08.35, 15.00, 18.35, 22.00 PRO-новости. (16+) Мы знаем о звёздах всё!	15.25 Русский чарт. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+)	16.25 Музикальная премия «Новое Радио Awards-2021». (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	19.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Фан-клуб. (16+)	20.00 «Летающие звери». (6+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.20 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)	12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.20 Караокинг. (16+)	13.04, 14.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
	13.20, 17.02, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
	13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «бобр добр». (6+)
	14.05, 17.45, 20.45 «Богатыря». (6+)
	14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
	19.54 Do you speak? (6+)
	01.00 Алиса знает, что делать! (6+)
	01.40 «Собака Точка ком». (6+)
	03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

МУЛЬ

МУЛЬ
09.30, 01.30, 02.00 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мужчины. (6+)
02.30, 10.30, 16.00 Велоспорт. «Вулльтя Каталонии». 1-й этап. (12+)
03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
05.00, 06.00 Велоспорт. Париж - Ницца. (12+)
07.00, 08.00, 08.30, 20.05, 21.00, 21.30 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
11.30, 15.30 Велоспорт. The Cycling show. (12+)
12.00, 12.30 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Женщины. (12+)
13.15, 13.45, 23.00, 23.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. Слалом. (12+)
14.30, 15.00, 19.05, 19.35 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
17.15 Велоспорт. «Вулльтя Каталонии». 2-й этап. Прямая трансляция. (12+)
22.00 Велоспорт. «Вулльтя Каталонии». 2-й этап. (12+)

МУЛЬТ

МУЛЬТ
09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Мишу и Гошу». (0+)
18.00 «Хайдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машинки страшники». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАНАЛ DISNEY
05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на вирахах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пес-Пет». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звездная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Феи: Тайна страны драконов». (6+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЖЕРЖИС, ЧАРЛИ!». (6+)
01.40 «Собака Точка ком». (6+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

КАРУСЕЛЬ

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птички. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжакка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжакка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.05 «Огнёк». (6+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
11.05 «Приключения Ам Няма». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дики скричеры!». (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Леки и Плу. Космические таксисты». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Танцыры». (0+)
15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хайдораблз». (0+)
16.40 «Сказочный патруль». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Всплы и чудо-машины». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
20.45 «История Сильванян Фэмилис». (0+)
20.50 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
22.50 «Гормити». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Китти не кошка». (6+)
02.15 «Всё о Рози». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 «Новый день». Новости на СПАС. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАС. (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
11.00 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
13.30 Украина, которую мы любим. (12+)
15.00, 00.30 Реакция. (12+)
15.45 Святой Павел Таганрогский. (0+)
16.25, 23.25 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
04.15 Мульфильмы на СПАС. (0+)

Православный календарь

23 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Прп. Анастасии Патрикии.

Мчч. Кодрат и иже с ним: Киприана, Дионисия, Анекта, Павла, Крискента, Дионисия, Викторина, Виктора, Никифора, Клавдия, Диодора, Серафиона, Папия, Леонида и мцц. Харисея, Нунехии, Василиссы, Ники, Гали, Галины, Феодоры и иных многих. Прп. Павла Таганрогского. Мчч. Кодраты Никомидийского, Саторина, Руфина и прочих. Сщмч. Димитрия пресвирата.

Постный день.

«...Мы оправдываем самих себя, что держимся своей воли и следуем самим себе. Все это исчадия гордости, враждебной Богу».

Авва Дорофей

КРОСССВОРД

Разгадайте в головоломке, возможно, хорошо вам известную цитату из Александра Алана Милна (53 буквы).
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали. Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении. Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):
1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядах;
4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркнуть буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.



Ответ на задание № 10:<

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 Россия	5 5-Й КАНАЛ	НТВ	РОССИЯ К Культура	СТС СТС	
 10.55 Модный приговор. (6+)	 14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	 06.05 «ПАСЕЧНИК». (16+)	 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)	 15.50 «Белая студия»	 20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+)	
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 Телеканал «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор. (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.05 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Женщины. Короткая программа. Прямой эфир из Стокгольма 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+) 22.30 Большая игра. (16+) 23.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пары. Короткая программа. Прямой эфир из Стокгольма 00.50 Время покажет. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 17.00 20.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+) Брагин на прогулке с дочкой спасает женщину от приступа. Переживания Полины были не напрасны: удочерение Юльки осложняется. Сотрудница органов опеки не в восторге от кандидатуры Полины	05.00 «Известия» 05.25 «Моё родное». (12+) 06.05 «ПАСЕЧНИК». (16+) 09.00 «Известия» 09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+) 17.30 «Известия» 17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+) 19.55 «СЛЕД». (16+) 23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+) Шурик с подельником грабят магазин Ашота, вырубив его ударом по голове. Романов приходит в магазин как дежурный полицейский, а Лавров - за подачей. Придя в себя, Ашот вспоминает, что у малолетка была старая граната. Пока опера ищут парней, те успевают совершить ещё одно преступление	05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+) 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.25 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи Сегодня 16.15 «Сегодня в Санкт-Петербурге» 16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) 17.15 ДНК. (16+) 18.15 «ПЁС». (16+) 19.00 23.20 Сегодня 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге» 19.40 «ПЁС». (16+) 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+) 23.35 Поздняков. (16+) 23.45 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+) 00.15 Мы и наука. Наука и мы. (12+) 01.15 Место встречи. (16+) 02.55 Их нравы. (0+) 03.30 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)	07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры 07.05 20.05 «Правила жизни» 07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества» 08.35 12.10 18.15 «Красивая планета» 08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО» 10.15 «Наблюдатель» 11.10 00.40 XX век 12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО» 13.15 «Первые в мире» 13.30 Искусственный отбор 14.15 Больше, чем любовь 15.05 Новости. Подробно 15.20 «Библейский сюжет» 15.50 «Белая студия» 16.30 01.35 История искусства 17.25 II фестиваль искусств Юрия Башмета 19.45 Главная роль 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 20.45 Абсолютный слух 21.30 Власть факта 23.00 «Завтра не умрет никогда»	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Фиксики». (0+) 06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+) 06.35 «Том и Джерри». (0+) 07.00 «Галилео». (12+) 07.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+) 08.00 «Дылды». (16+) 09.00 «Воронины». (16+) 10.25 «СКУБИ-ДУ». (12+) 12.05 «СКУБИ-ДУ-2: МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ». (0+) 14.00 «Галилео». (12+) 14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+) 15.00 Уральские пельмени. (16+) 15.10 «КУХНЯ: ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+) 16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 19.00 «Дылды». (16+) 20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+) 22.40 «NEED FOR SPEED: ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+) 01.05 Стендап Андеграунд. (18+) 02.05 «СКУБИ-ДУ». (12+) 03.25 «АНЖЕЛИКА». (16+)	
ТВЦ	ЗВЕЗДА	ОТР	РЕН	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	
06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.40 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (12+) 10.40 04.40 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+) 11.30 14.30 17.50 22.00 События 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+) 13.40 05.20 «Мой герой». (12+) 14.50 Город новостей 15.05 03.20 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+) 16.55 «Прощание». (12+) 18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+) 22.35 Линия защиты. (16+) 23.05 01.35 «Первые лица. Смертельная скорость». (16+) 00.00 События. 25-й час 00.35 Петровка, 38. (16+) 00.55 «Удар властью. Павел Грачёв». (16+) 02.15 «Жуков и Рокоссовский. Служили два товарища». (12+) 02.55 «Осторожно, мошенники!». (16+)	06.10 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+) 07.00 «Сегодня утром» 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 09.40 «Оружие Первой мировой войны». (12+) 10.00 Военные новости 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+) 10.40 13.15 14.05 «ГОСПАДА-ТОВАРИЩИ». (16+) 14.00 Военные новости 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+) 19.40 «Последний день». (12+) 20.25 «Секретные материалы». (12+) 21.25 «Открытый эфир». (12+) 23.05 «Между тем» с Наталией Метлинской. (12+) 23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+) 02.55 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+) 04.10 «ПРИЗНАТЬ ВИНОВНЫМ». (12+)	06.00 00.30 «Вспомнить всё». (12+) 06.30 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+) 08.15 15.15 «Календарь». (12+) 09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+) 09.35 16.10 «Среда обитания». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости 10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+) 12.10 13.20 20.05 «ОТражение» 17.05 18.05 «МАША В ЗАКОНЕ». (16+) 19.20 23.50 03.00 «Прав! Да?» (12+) 01.00 «ОТражение». (12+) 02.45 «Гора самоцветов». (0+) 04.05 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+) 04.35 «Легенды Крыма». (12+) 05.05 «Дом «Э». (12+) 05.30 «Служу Отчине!»	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 06.00 04.20 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ-СКАУТ». (16+) 22.05 «Смотреть всем!»	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Врачи. (16+) 12.25 Гадалка. (16+) 14.40 Мистические истории. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 16.55 «Старец». (16+) 17.25 «Слепая». (16+) 20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+) 23.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+) Мистер Эрик Бениралл - владелец крупной судоходной компании за последний год теряет шесть судов. Точка исчезновения: Атлантика, Саргассово море, Бермудский треугольник. Одному судну удаётся уцелеть, но из двадцати пяти человек команды выживает только семь. Кроме того, на судне находят останки двух неизвестных	06.30 «6 кадров». (16+) 06.45 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.20 Давай разведёмся! (16+) 09.25 Тест на отцовство. (16+) 11.35 «Реальная мистика». (16+) 12.40 03.45 «Понять. Простить». (16+) 13.50 «Порча». (16+) 14.20 «Знахарка». (16+) 14.55 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+) 19.00 «ПОСЛЕ ЗИМЫ». (16+) Все неприятности свалились на медсестру Ольгу Грабину в один день. Её уволили из клиники, а затем выяснилось, что муж её изменяет	23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+) 01.00 «ПРИВЕТ, КИНДЕР!». (16+) 02.55 «Порча». (16+) 03.20 «Знахарка». (16+) 04.35 «Реальная мистика». (16+) 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)

TНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)	14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)	15.15 «СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ РОМАН». (16+)	11.20 «ПОМНИШЬ МЕНЯ?». (12+)	17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)						
07.00 «TNT. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 09.30 «Ты топ-модель на ТНТ». (12+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) Ольга и Макаров заключают пари о раскрытии дела. Главное условие, что подозреваемого по делу будет допрашивать Синицкая 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.05 «Двое на миллион». (16+) 23.05 «Stand up». (16+) 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+) 01.10 «Импровизация». (16+) 03.00 «Comedy Баттл». (16+) 03.55 «Открытый микрофон». (16+) 05.35 «TNT. Best». (16+)	06.00 Улётоное видео. (16+) 06.35 Каламбур. (16+) «Каламбур» - это журнал видеокомиксов, состоящий из нескольких рубрик, в каждой из которых свои герои, и для каждой рубрики найдены уникальные режиссёрские решения. Тут есть английский чёрный юмор - «Крутое пике» и «Бар «Каламбур». А ещё комедия, где герой - Мужик, Баба, Морячок - не произнося ни одного слова, выпутываются из жизненных ситуаций 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётоное видео. (16+) 13.00 Дизель шоу. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+) 17.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+) 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётоное видео. (16+)	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 Новости 06.35 Каламбур. (16+) «Каламбур» - это журнал видеокомиксов, состоящий из нескольких рубрик, в каждой из которых свои герои, и для каждой рубрики найдены уникальные режиссёрские решения. Тут есть английский чёрный юмор - «Крутое пике» и «Бар «Каламбур». А ещё комедия, где герой - Мужик, Баба, Морячок - не произнося ни одного слова, выпутываются из жизненных ситуаций 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётоное видео. (16+) 13.00 Дизель шоу. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+) 17.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+) 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётоное видео. (16+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 Все на Матч! 09.00 12.45 03.40 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Профессиональный бокс. (16+) 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.30 «На пути к Евро». (12+) 13.05 13.35 Смешанные единоборства. (16+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 Хоккей. «Металлург» - «Авангард». КХЛ. Конференция «Восток». Прямая трансляция 19.20 Все на футбол! 19.50 Футбол. Турция - Нидерланды. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция 22.35 Футбол. Франция - Украина. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция 01.40 Футбол. Мальта - Россия. Чемпионат мира-2022. (0+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 Все на Матч! 09.00 12.45 03.40 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Профессиональный бокс. (16+) 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.30 «На пути к Евро». (12+) 13.05 13.35 Смешанные единоборства. (16+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 Хоккей. «Металлург» - «Авангард». КХЛ. Конференция «Восток». Прямая трансляция 19.20 Все на футбол! 19.50 Футбол. Турция - Нидерланды. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция 22.35 Футбол. Франция - Украина. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция 01.40 Футбол. Мальта - Россия. Чемпионат мира-2022. (0+)	07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.20 02.15 «ПОМНИШЬ МЕНЯ?». (12+) 13.10 «ЛЕСТИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Человек мира». (12+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.10 «Анькины тропы». (12+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «МУЖЧИНА, КОТОРОГО СЛИШКОМ СИЛЬНО ЛЮБИЛИ». (16+) 23.00 «Руссо туристо». (16+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+) 03.50 «Сенсация или провокация?». (16+)	06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 23.00 «Известия 78». (12+) 06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+) 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78». (12+) 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+) 14.30 Хроника Победы. (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 Прогноз погоды. (12+) 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+) 17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+) 18.10 02.00 Телекурьер. (12+) 19.15 21.50 «Болеем за наших!». (12+) 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+) 22.15 «Итоги дня». (16+) 01.20 «Открытая студия». (12+)					

ПОХУДЕЙКА

Лето уже не за горами, а вы всё ещё никак не въёмётесь за похудение?

Есть способ сбросить лишние килограммы приятно и весело. Танцы не только помогут обрести красивую фигуру, но еще и сделают вас изящнее и грациознее.

Зумба

Это настоящая зажигательная смесь разных танцев. Здесь собрались сальса, мамба, румба, фламенко, кумбия, калипсо. Во время тренировки будут задействованы все мышцы, но особенно ноги и ягодицы. Зумба не требует специальной физической подготовки. Достаточно выучить несколько движений, и можно импровизировать во время танца и совсем не обязательно досконально повторять все за тренером. Расход калорий за час: 400-500.



Научиться исполнять индийские танцы совсем просто: одной рукой как будто вкручиваешь лампочку, другой гладишь собаку.



Танец живота

Это сочетание танцевальных элементов Ближнего Востока и Северной Африки. Представляет собой мягкие, плавные движения животом и бедрами. Таким образом здесь максимально задействованы такие проблемные женские зоны, как живот, талия, бедра и ягодицы. К тому же танец живота имеет одно весьма неоспоримое преимущество: полностью отсутствуют ударные тренировки, дающие нагрузки на суставы. Расход калорий за час: 350-400.

Весна – время танцевать!



Ирландский степ

Суть этого танца заключается в четких и быстрых движениях ногами при сохранении неподвижности корпуса. Степ поможет развить чувство ритма, развить концентрацию и внимание, так как придется запоминать определенные движения и выполнять их в очень быстром темпе. Этот танец поможет подтянуть мышцы ног и ягодиц.

Расход калорий за час: 500-600.

Детали Обувь вам в помощь

Выбирайте для занятий танцами подходящую обувь. Она должна прежде всего комфортно сидеть на ноге, поддерживать стопу, отвечать требованиям танца. Не забывайте про стельки. Они добавят комфорта и в зависимости от назначения и вида помогут снять дополнительную нагрузку со стопы и суставов.

Мнение специалиста

Тренировки с удовольствием

На наши вопросы отвечает тренер Алёна Климова.

– Если во время танцев появилась одышка, нужно снизить темп или лучше совсем прекратить танцевать?

– Сначала нужно определиться с понятием одышки. Если темнеет в глазах и кружится голова, нужно прекращать. Если же вы просто начинаете чаще дышать из-за активных движений – следите за своими ощущениями: можно снизить интенсивность, походить маршевыми шагами по залу, но не стоять на месте. Обязательно выбирайте группу в соответствии с вашим уровнем подготовки. Если вы новичок, выбирайте такую же группу, чтобы нагрузка была более комфортной и вы получали удовольствие от тренировок.

– Нужно ли пить воду во время танцев?

– Воду нужно пить постоянно. Если организму не хватает воды, то вы быстро начнете чувствовать усталость и дискомфорт. Во время активных занятий, на кардиотренировках вы начинаете потеть, поэтому обязательно нужно восполнить потерю воды. И пить нужно только воду, а не чай, соки, газированную воду и т.д.

Татьяна МИХАЛЕВА

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)	05.40 «СПАСИБО БЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)	05.20 Золото «Ленфильма». «ТУРОФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО». (12+)	06.00, 10.55, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)	05.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
06.40 «ДИТИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)	07.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)	07.50 «Два хвоста». Мультифильм. (6+)	07.00, 14.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)	08.25 «КУЛИНАР». (16+)
08.40 «ДЮНА». (12+)	09.40 «НЕВЕСТА». (16+)	09.15 «Добрьи Никитич и Змей Горыныч». Мультифильм. (6+)	07.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)	10.00 Новости
11.10 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)	11.20, 00.15 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)	10.30 «СВАТЫ». (16+)	09.10, 12.55, 18.05 Проект Подиум. Все звезды. (16+)	10.10 «КУЛИНАР». (16+)
13.15 «СЕРДЦЕЕД». (16+)	13.05, 13.55, 19.00, 19.45 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)	14.45 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультифильм. (12+)	09.55, 13.40, 18.55 Правила моей кухни. (16+)	13.00 Новости
15.10 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)	15.15 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультифильм. (6+)	15.20 «БЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	11.55, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)	13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)	20.35 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)	20.50 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)	15.35, 16.20, 20.00, 20.45, 00.10, 10.05 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.00 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)	22.25 «ЮНОБОВЪ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)	20.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультифильм. (6+)	22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)	15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
21.25 «ОБЛИВИОН». (16+)	01.55 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+)	20.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультифильм. (12+)	17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)	16.00 Новости
США, 2013 г. В ролях: Том Круз, Ольга Куриленко, Андrea Райзборо	03.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультифильм. (12+)	20.50 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)	19.00 «КУЛИНАР». (16+)	16.15 Мировое соглашение. (16+)
23.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)		20.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультифильм. (12+)	20.35 «КУЛИНАР-2». (16+)	17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
02.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМА». (16+)		20.50 «ЛИЦО ЛЮБви». (16+)	23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)	19.00 «КУЛИНАР». (16+)
			04.20 «ЛИЦО ЛЮБви». (16+)	20.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
				01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (субтитры). (16+)
				03.05 Обмен жёнами. (16+)
				Когда в семье мужчина - голова, то женщина, конечно, шея. И куда шея повернёт, туда голова и посмотрит. А что, если мужчиной какое-то время «покрутит» другая женщина? Увидит ли он новые горизонты?

Усадьба	УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
08.55, 16.55, 22.05 Дачные радости. (12+)	06.30 Охота в Приволжье. (16+)	00.00, 13.30 Меня спасла натурапатия. (12+)	06.00 Адская кошка. (12+)
09.25 Безопасность. (12+)	07.00 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)	00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)	06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
10.00, 11.30, 13.50, 15.30 Огород круглый год. (12+)	07.25, 11.25, 15.25, 19.35, 23.45 Морская охота. (16+)	01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)	07.10 Суровая справедливость. (16+)
10.30 Гордость России. (6+)	08.00, 11.55, 16.00, 20.05, 00.15 Охота с луком. (16+)	Высокоинтенсивный интервальный тренинг, цель которого сделать максимальное количество движений за минимальное время.	08.02 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Школа дизайна. (12+)	08.30 Весенняя рыбалка. (16+)	02.00, 20.00, 21.00, 21.30 Zumba. (12+)	08.54 Правосудие Техаса. (16+)
11.50 Свежечной заводик. (12+)	09.00 Спинники сегодня. (16+)	03.00, 13.00, 21.00, 3D фитнес. (12+)	09.46 Планета мутантов. (12+)
12.05 Домашняя экспертиза. (12+)	09.30 На зарубежных водоемах. (12+)	03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)	10.38 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
12.35 Стройплощадка. (12+)	10.05 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)	04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)	11.30, 12.22 Стив Бэкшал: заплыв с чудовищами. (12+)
13.05 Мастер. (12+)	10.35 Крылатые охотники. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)	13.14 Сафари-парк Крюгер. (12+)
13.35 Дачные хитрости. (12+)	10.50, 19.00 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)	04.30, 06.30, 08.30 Yoga'тро. (6+)	14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.10 Высший сорт. (12+)	12.30 Поймать лосося. (16+)	05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)	14.58 На свободу с питбулем. (16+)
14.30 Сравнительный анализ. (12+)	13.00 Безграничная рыбалка. (16+)	05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторием Цепляевой. (12+)	15.05 Легенды дикой природы. (12+)
15.00 История усадеб. (12+)	14.00 На охотничью тропу. (16+)	10.00 Кардиоблондинки. (12+)	16.42, 17.34, 18.26 Герои среди нас. (12+)
15.50 Сам себе дизайнер. (12+)	14.25 Охотничьи собаки. (16+)	10.30 Боди-балет. (12+)	19.18 Планета мутантов. (12+)
16.10 Инструменты. (12+)	14.55 Рыболовная Россия. (16+)	11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)	20.10 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
16.25 Дачных дел мастер. (12+)	15.30 Подводная жизнь дельфинов Волги. (16+)	11.30 Бодитоник. (12+)	21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
17.25 Крымские дачи. (12+)	17.00 Мир рыболова. (12+)	12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)	21.56 Сафари-парк Крюгер. (12+)
18.00 Да здравствует мыло душистое! (12+)	17.30 Сезон охоты. (16+)	14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)	22.49 Горные монстры. (16+)
18.15 Ваш агроном. (12+)	18.00 Мой мир - рыбалка. (12+)	15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)	23.42 Я живой. (12+)
18.30 Идите в баню. (12+)	18.30 Рыбалка сегодня XL. (16+)	16.00 Дыхание стретчинга. (12+)	00.35 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
18.50 Букварь дачника. (12+)	19.35 Технология зимнего клева. (12+)	16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)	01.28 Планета мутантов. (12+)
19.05 Я - фермер. (12+)	20.15 Охота в Удмуртии. (16+)	17.30, 22.00 «16+». (16+)	02.15 Сафари-парк Крюгер. (12+)
19.35 Правила огородника. (12+)	21.40 Рождение клинка. (16+)	17.30, 22.00 «16+». (16+)	03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
19.55 Прогулка по саду. (12+)	22.10 Сомы Европы. (12+)	17.30, 22.00 «16+». (16+)	03.45 На свободу с питбулем. (16+)
20.25 Дело в отделке. (12+)	22.40 Планета охотника. (16+)	17.30, 22.00 «16+». (16+)	04.30 Я живой. (12+)
20.55 Мастер-садовод. (12+)			05.15 Горные монстры. (16+)
21.15 Приглашайте в гости. (12+)			
21.35 Искатели приключений. (12+)			
22.35 Ландшафтные эксперименты. (12+)			
23.05 Народные умельцы. (12+)			
23.40 Как построить дом. (12+)			

Увлечения	ANIMAL PLANET	Discovery	TLC
Усадьба	06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)	06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)	06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
УСАДЬБА	06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)	06.45 Махинации. (12+)	07.15 Оденься к свадьбе. (12+)
ОХОТА И РЫБАЛКА	07.10 Суровая справедливость. (16+)	07.39 Охотники за старьем. (12+)	07.40 Оденься к свадьбе. (12+)
ЖИВИ!	08.02 На свободу с питбулем. (16+)	08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)	08.05, 08.31 Жизнь на острове. (16+)
	08.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)	09.25 Махинации. (12+)	09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
	01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)	10.18 Потерянное фото Линкольна. (16+)	10.41, 11.07 Мамы-монастыри. (16+)
	Высокоинтенсивный интервальный тренинг, цель которого сделать максимальное количество движений за минимальное время.	12.06 Голые и напуганные XL. (16+)	11.33 Свадебный салон XXL. (12+)
	02.00, 20.00, 21.00, 21.30 Zumba. (12+)	13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)	12.25 Дарси и Стейси. (16+)
	03.00, 13.00, 21.00, 3D фитнес. (12+)	13.54 Музейные загадки: Пустынnyй монстр. (16+)	13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
	03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)	14.48 Махинации. (12+)	14.11, 14.37 Оденься к свадьбе. (12+)
	04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)	15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (16+)	15.04 Большие сестры. (16+)
	04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)	16.36 Реальные дальнобойщики. (12+)	15.57 7 маленьких Джонстонов. (12+)
	04.30, 06.30, 08.30 Yoga'тро. (6+)	17.30 Мятежный гараж. (16+)	16.50 Дарси и Стейси. (16+)
	05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)	18.24 Охотники за старьем. (12+)	17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
	05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторием Цепляевой. (12+)	19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)	18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
	10.00 Кардиоблондинки. (12+)	20.12 Махинации: Maserati Biturbo 1985 года. (12+)	19.30 Звездный ремонт. (12+)
	10.30 Боди-балет. (12+)	21.06 Стальные парни. (12+)	20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
	11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)	22.00, 22.54 Голые и напуганные XL. (16+)	21.1

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

- 06.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
- 07.25, 09.35 Мама в игре. (12+)
- 07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
- 07.55, 19.25 Волейбол. Обзор. (0+)
- 08.25, 16.00, 01.15 Спортивный детектив. (12+)
- 09.20, 16.55 Детский вопрос. Иван Новосельцев. (0+)
- 10.05, 11.25, 23.50, 02.05 Гандбол. Лига Европы. (0+)
- 12.50 Мини-футбол в России. (0+)
- 13.05 Жизнь после спорта. (12+)
- 13.30 Бильярд. (0+)
- 15.05 Без денег. (12+)
- 15.25, 23.25 Вид сверху. (12+)
- 17.10 Профессиональный бокс. (16+)
- 19.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 21.50 Матчбол. (12+)
- 22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)

EUROSPORT 2 EUROSPORT 1

- 00.30 Ралли-рейд. Extreme E. (12+)
- 01.30, 02.00 Биатлон. (6+)
- 02.30, 10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
- 03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Закопане. (12+)
- 05.00, 06.00 Велоспорт. Тирено - Адриатико. (12+)
- 07.00, 07.30, 08.00, 08.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
- 11.55, 12.25 Олимпийские игры. «Вдали от дома». (12+)
- 12.55 Теннис. WTA 250. Гавадахара. Финал. (6+)
- 13.55 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
- 15.25 Теннис. WTA 1000. Дубай. Финал. (6+)
- 20.25 Теннис. ATP 500. Дубай. Финал. (6+)
- 17.30 Теннис. «АТР: за кадром». (6+)
- 18.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
- 20.00, 22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 15.25 «ЯНМАУЗТВ. (16+)
- 16.35 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.35 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)
- 19.00 TikTok чарт. (16+)
- Новый модный музыкальный чарт с обзором самых востребованных треков в челленджах платформы TikTok.
- 20.00 10 самых! (16+)
- 20.35 Лайкер. (16+)
- 00.05 Клипартация: 25 лет за 25 часов. (16+)

МУЗЫКА

- 05.00, 11.35, 22.25 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 05.35, 08.35, 15.00, 18.35, 22.00 PRO-новости. (16+)
- 05.55 Каждое утро. (16+)
- 09.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 Фан-клуб. (16+)
- 10.30, 23.05 Прогноз по году. (16+)
- 12.20 Русские хиты. Чемпионы среди. (16+)
- 14.00 Золотая дюжина. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

- 09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
- 02.30, 10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
- 03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Закопане. (12+)
- 05.00, 06.00 Велоспорт. Тирено - Адриатико. (12+)
- 07.00, 07.30, 08.00, 08.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
- 11.55, 12.25 Олимпийские игры. «Вдали от дома». (12+)
- 12.55 Теннис. WTA 250. Гавадахара. Финал. (6+)
- 13.55 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
- 15.25 Теннис. WTA 1000. Дубай. Финал. (6+)
- 20.25 Теннис. ATP 500. Дубай. Финал. (6+)
- 20.55 «Машинки сказки». (0+)

МУЛЬТ

- 05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.50, 11.00 «Пес Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 13.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 17.30 «Гравити Фолз». (12+)
- 19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
- 19.30 «Русалочка». (6+)
- 23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
- 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!». (6+)
- 01.40 «Собака Точка КОМ». (6+)
- 03.35 «Ким Пять-с Плюсом». (6+)

ЧУНИК СУМ

- 08.30 «Октонауты». (0+)
- 08.57, 09.27, 14.47, 15.26, 22.36 «Веселая карусель». (0+)
- 09.13, 09.40, 15.40, 22.48, 23.25 Мультифильмы. (0+)
- 09.48, 14.59, 23.01 Мультифильмы. (6+)
- 10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
- 10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
- 10.51, 12.03, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
- 12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
- 12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
- 13.04, 16.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
- 13.20, 17.02, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
- 13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
- 14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
- 14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
- 19.54 Do you speak? (6+)

УНИКУМ

- 05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
- 07.00 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.05 O! Музыка! (0+)
- 07.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)
- 08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
- 09.00 «В мире малышей». (0+)
- 09.55 «Студия Калляки-Малляки». (0+)
- 10.00 «Ангел Беби». (0+)
- 12.00 «Спроси у ТриО!». (0+)
- 12.05 «Фиксики». (0+)
- 14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
- 14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
- 14.50 «Лялик едет в Окндо». (0+)
- 16.30 «Папы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
- 17.00 «Франжевая корова». (0+)
- 18.45 «Малышки дикой природы». (0+)
- 19.00 «ТриО!». (0+)
- 19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
- 20.15 «Три кота». (0+)
- 22.15 «Как устроен город». (0+)
- 22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 01.00 «Зебра в клеточку». (0+)

O!

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Ранние птички. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
- 06.55 «Жужжакка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышы!». (0+)
- 07.30 «Жужжакка». (0+)
- 07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
- 07.45 «Легенды Спарка». (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.25 «Союзмультифильм» представляет: «Ну, погоди!». (0+)
- 10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 10.45 «Игра с умом». (0+)
- 11.05 «Бурёнка Даша». (0+)
- 11.15 «Гру и Радужное королевство». (0+)
- 11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
- 12.40 «Дикие скрипачи!». (6+)
- 13.05 «Металионы». (6+)
- 13.30 «Фиксики». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 14.55 «Лео и Тиг». (0+)
- 15.40 «Вкусняшки шоу». (0+)
- 15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 16.35 «Хейдораблз». (0+)
- 16.40 «Феерники». (0+)
- 17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)
- 17.40 «Роботы-поезда». (0+)
- 18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
- 19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
- 19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.50 «Вспыш и чудо-машины». (0+)
- 20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышы!». (0+)
- 20.45 «Истории Сильваниан Фэмилии». (0+)
- 20.50 «Три кота». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+)
- 22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
- 22.50 «Гормити». (6+)
- 23.20 «Ералаш». (6+)
- 00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
- 00.50 «Китти не кошка». (6+)
- 02.15 «Паровозик Тышка». (0+)
- 03.25 «Команда Дино. Исследователи». (0+)

КАРУСЕЛЬ

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
- 06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Лествица. (6+)
- 11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
- 12.30 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 13.05 Простые чудеса. (12+)
- 15.00, 00.35 Реакция. (12+)
- 15.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 1 часть. (0+)
- 17.25 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мантовым. (0+)
- 18.15 «ЗВЕЗДОЧЕТ». (12+)
- 19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 21.30, 03.45 Лествица. (6+)
- 22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». (12+)
- 23.30 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
- 00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
- 01.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 02.00 В поисках Бога. (6+)
- 02.25 Лица Церкви. (6+)
- 02.40 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)
- 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Софрония, патриарха Иерусалимского.

Свт. Евфимия, архиеп. Новгородского, чудотворца. Сщмч. Пиона, пресвитера Смирнского, и иже с ним. Прп. Софрония, затворника Петчерского. Свт. Софрония, еп. Врачанского (Болг.). Перенесение мощей мч. Епимаха. Прп. Алексия Голосеевского, Киевского. Прп. Патриархия исп. Св. Василия исп., пресвитера. Постный день.

...От здравствующих Бог требует посильного дела. И будем делать, однотого всячески стараясь избегать, чтобы не окрадать самих себя тщеславием перед другими и самомнением перед собою, якобы делающие нечто великое...

Прп. Феодор Студит

пожив с этим мямялей, который и работу-то нормальную найти не мог, я поняла, что с Игорьком мне было лучше. Да ты не переживай, подруга, – меня передернуло от этого слова, – у вас же нет детей, ты молодая, упакованная, найдешь еще свое счастье. И да, спасибо, что Игорька приветила, ты баба хорошая, не дала ему ни запить, ни в депрессию впасть.

– Уходи, – спокойно сказала я Яне, – уходите оба.

Игорь не просил у меня прощения, ничего не пытался объяснить. Я видела, что ему стыдно, он прятал взгляд, молчал.

Когда я осталась одна в квартире, стало совсем тихо. Но мне было ради чего держать себя в руках, ради чего учиться заново радоваться жизни и верить людям. Я носила под сердцем ребенка. Игорю я об этом не сказала. Зачем? У него есть любимая женщина и обожаемая дочь. А я лишь «хорошая баба». Я справлюсь, справлюсь сама.



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

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Яна появилась на порог нашей с мужем квартиры совершенно неожиданно. Свалилась как снег на голову.

«Когда я его встретила...»

– Можно мы поживем у вас немного? – бывшая жена моего мужа адресовала эту просьбу нам обоим, но смотрела только на меня.

– Не скажу, что я была в восторге от этих слов. Но и выгнать их с ребенком за порог я не смогла. Да и дочка Софьюшка уже висела на папе.

Когда полтора года назад я встретила Игоря, он был совершенно раздавлен.

– Ты понимаешь, она полгода жила на два дома, а я даже не почувствовал, – делился он со мной. – Казалось, у нас все хорошо: дом, чувства, дочка подрастает. Как-то вернулся с работы, а их нет,



– Игорёк, так бывает, – хлюпнула носом и покала плечами Яна. – Врачи объяснили, что не всегда проблема видна сразу. Плюсы же знаешь, мы часто переезжали, меняли поликлиники, врачи.

– Завтра я поеду с вами в больницу. Позвоню на работу, возьму отгул.

– Нет-нет, – запротестовала Яна. – Пока не нужно. У нас все направления, документы. Сонечка – послушная девочка. Мне не трудно с ней. Если понадобится помочь, Игорёк, я позову. Не хочу, чтобы еще и ты нервничал и переживал. Нам с Соней очень нужна сейчас опора и твои сила и рассудительность.

– А что же твой муж, Яна? – спросила я.</p

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	Россия	5	5-й КАНАЛ	НТВ	Россия K	РОССИЯ Культура	СТС	СТС
19.45 Пусть говорят. (16+)	17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)		19.55 «СЛЕД». (16+)	17.15 ДНК. (16+)		08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»		20.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)	
05.00 09.25 Телеканал «Добро утро» 09.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор. (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+) 22.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пары. Произвольная программа. Прямой эфир из Стокгольма 23.55 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Мужчины. Короткая программа. (0+) 00.55 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+) В суде Насибову, убийце Ларисы, выносят приговор - пять лет заключения. Зименская в бешенстве, она ожидала более сурового решения	05.00 «Известия» 05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+) 08.35 День ангела. (0+) 09.00 «Известия» 09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+) 13.00 «Известия» 13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+) 17.30 «Известия» 17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+) 19.55 «СЛЕД». (16+) 22.20 «СЛЕД: ПУСТОТА». (16+) В лесу найден труп безработного Влада Охрина. Его автомобиль и деньги убийца почему-то не заинтересовали	05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+) 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 10.00 13.00 Сегодня 08.25 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.15 «Сегодня в Санкт-Петербурге» 16.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО». (12+) 17.15 ДНК. (16+) 18.15 «ПЁС». (16+) 19.00 Сегодня 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге» 19.40 «ПЁС». (16+) 21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+) 23.20 Сегодня 23.35 ЧП. Расследование. (16+) 00.10 «Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+) 01.00 Место встречи. (16+) 02.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)	07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры 07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества» 08.35 Цвет времени 08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО» 10.15 «Наблюдатель» 11.10 00.40 ХХ век 12.10 Красивая планета 12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО». (12+) 13.15 «Первые в мире» 13.30 Абсолютный слух 14.15 «Картинки жизни Игоря Грабаря» 15.05 Новости. Подробно 15.20 «Пряничный домик» 15.45 «2 Верник 2» 16.30 История искусства 17.25 II фестиваль искусств Юрия Башмета 19.45 Главная роль 20.05 Открытая книга 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 20.45 «Михаил Мещеряков» 21.30 «Энigma» 23.00 «Завтра не умрет никогда»	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Фиксики». (0+) 06.35 «Том и Джерри». (0+) 07.00 «Галилео». (12+) 07.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+) 08.00 «ДЫЛДЫ». (16+) 09.00 Уральские пельмени. (16+) 09.40 «СКУБИ-ДУ-2: МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ». (0+) 11.25 «NEED FOR SPEED: ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+) 14.00 «Галилео». (12+) 14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+) 15.00 Уральские пельмени. (16+) 15.10 «КУХНЯ: ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+) 16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 19.00 «ДЫЛДЫ». 20.00 «ФОРСАЖ-7». 22.45 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+) 01.20 Стендап Андеграунд. (18+) 02.20 «АНЖЕЛИКА». (16+) 04.40 «Лесная история». (0+)				
ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	ТВ-3		ДОМАШНИЙ	
06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.45 «ТРЕМБИТА». (0+) 10.40 «Инна Макарова. Предсказание судьбы». (12+) 11.30 14.30 17.50 22.00 События 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+) 13.40 05.20 «Мой герой». (12+) 14.55 Город новостей 15.10 03.30 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+) 16.55 01.35 «Прощание». (16+) 18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+) 22.35 «10 самых...» (16+) 23.05 «Шальные браки». (12+) 00.00 События. 25-й час 00.35 Петровка, 38. (16+) 00.55 «90-е. «Пудель» с мандатом». (16+) 02.20 «Андропов против Щёлокова. Смертельная схватка». (12+) 03.00 «Осторожно, мошенники!» (16+) 04.45 «Екатерина Савинова. Шаг в бездну». (12+)	06.10 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+) 07.00 «Сегодня утром» 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня 09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 09.40 «Оружие Первой мировой войны». (12+) 10.00 Военные новости 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+) 10.40 13.15 14.05 «ГОСПАДА-ТОВАРИЩИ». (16+) 14.00 Военные новости 15.35 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+) 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+) 19.40 Легенды телевидения. (12+) 20.25 «Код доступа». (12+) 21.25 «Открытый эфир». (12+) 23.05 «Между тем» с Наталией Метлинской. (12+) 23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+) 02.50 «Тамерлан. Архитектор степей». (12+) 03.35 «ВЗЯТКИ ГЛАДКИ». (12+)	06.00 00.30 «Фигура речи». (12+) 06.35 17.05 18.05 «МАША В ЗАКОНЕ!» (16+) 08.15 15.15 «Календарь». (12+) 09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+) 09.35 «Среда обитания». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости 10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+) 12.10 13.20 20.05 «ОТРажение» 16.10 «Среда обитания». 19.20 23.50 03.00 «Прав! Да?» 01.00 «ОТРажение». 02.45 «Гора самоцветов». (0+) 04.05 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+) 04.35 «Легенды Крыма». (12+) 05.05 «За дело!» (12+) 05.45 «От прав к возможностям». (12+)	05.00 09.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С добрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Знаете ли вы, что?» (16+) 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+) 21.25 «ПРИСТРЕЛИ ИХ». (16+) 00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+) 04.45 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Вернувшиеся. (16+) 12.25 Гадалка. (16+) 14.40 Врачи. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 16.55 «Старец». (16+) 17.25 «Слепая». (16+) 20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+) 23.00 «ПОЕЗД СМЕРТИ». (16+) В ночь Хэллоуина с вокзала отправляется детективный поезд. Билет на него стоит приличных денег, а пассажиры становятся участниками целого шоу. Им предстоит раскрыть преступление и найти убийцу. Путешествие начинается весьма непринужденно: пассажиры знакомятся между собой, администратор представляет гостям актеров шоу. Но, внезапно представление перестает быть игрой	06.30 «6 кадров». (16+) 06.45 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.20 Давай разведёмся! (16+) 09.25 Тест на отцовство. (16+) 11.35 «Реальная мистика». (16+) 12.40 03.45 «Понять. Простить». (16+) 13.50 02.55 «Порча». (16+) 14.20 «Знахарка». (16+) 14.55 «ПЛАТЬЕ ИЗ МАРГАРИТОК». (16+) 19.00 «СЕЛЯ ВИ». (16+) Снежана Соболева выросла в любви и заботе родителей, с отличием окончила институт, поступила в магистратуру и затем в аспирантуру. Всё рухнуло, когда её родители попали в аварию	06.30 «6 кадров». (16+)			

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ							
16.00 «САШАТАНИЯ». (16+)	15.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)	14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)	15.15 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+)	11.25 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (12+)	18.10 Телекурьер. (12+)	16.00 «САШАТАНИЯ».	15.00 «СОЛДАТЫ-8».	14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ».	15.15 «ДОМИК В СЕРДЦЕ».	11.25 «ДЕТКИ НАПРОКАТ».	18.10 Телекурьер.							
07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Перезагрузка». (16+) 08.30 «САШАТАНИЯ». (16+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНИЯ». (16+) 20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) Сын Вербы ворует шоколадку в супермаркете. Помняв, что это звоночек, Верба решает наглядно показать ему, чем это может закончиться 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.05 «Студия «Союз»». (16+) 23.05 «Новый Мартиросян». (16+) 00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+) 01.10 «Импровизация». (16+) 03.00 «TNT-Club». (16+) 03.05 «Comedy Баттл». (16+) 04.00 «Открытый микрофон». (16+) 05.35 «TNT. Best». (16+)	06.00 Улётоное видео. (16+) «Улётоное видео» – это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) Программа «Дорожные войны 2.0» – это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны»! Делайте выводы! 11.30 Улётоное видео. Лучшее. (16+) 13.00 Дизель шоу. (16+) 15.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+) 19.00 Дизель шоу. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.00 Улётоное видео. (16+)	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 17.55 Новости 06.05 12.05 16.15 22.00 00.45 Все на Матч! 09.00 12.45 03.40 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Профессиональный бокс. (16+) 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.30 «Большой хоккей». (12+) 13.05 Еврофутбол. Обзор. (0+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 18.00 «РОККИ». (16+) 19.20 Все на футбол! 19.50 Футбол. Россия - Исландия. Молодёжный чемпионат Европы. Прямая трансляция 22.15 «Точная ставка». (16+) 22.35 Футбол. Германия - Исландия. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция 01.40 Волейбол. «Зенит» - «Динамо». Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 22.00 03.35 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 19.00 «Петербург. Город решений». (12+) 14.30 «Пульс города». (12+) 14.40 «Губернаторский контроль». (6+) 15.15 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+) 17.00 «Партбюро». (12+) 18.45 22.30 04.05 Новости спорта. (12+) 18.55 «Азбука петербуржца». (6+) 19.50 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+) 22.40 «Вектор успеха». (12+) 22.55 «Адаптация». (6+) 23.10 «ПРИГОРШНЯЧУДЕС». (12+)	07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.10 23.15 «Научные мистификации». (12+) 11.25 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (12+) 13.10 «ЛЕСТИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Еда здорового человека». (12+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+) 02.10 «СЛАДКОЕ ПРОЩАНИЕ ВЕРЫ». (16+)	06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «Известия 78».	06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро».	12.15 23.40 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78».	14.00 17.00 22.00 «Происшествия».	14.30 «Хроника Победы».	15.00 «Середина дня».	16.00 «Прогноз погоды».	16.05 00.25 «Народный контроль».	17.30 «Перелом».	18.10 02.00 Телекурьер.	19.10 «Вечер трудного дня».	20.10 01.20 «Открытая студия».	21.10 22.15 Итоги дня.	02.40 «Ночное вещание».

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

19 марта 1906 года в состав флота России были введены подводные лодки. Наша викторина посвящена истории подводного флота России, которому в 2021 году исполняется 115 лет.

1. Крестьянин Ефим Никонов написал челобитную Петру I, в которой заявил о том, что может построить корабль, который способен «погружаться по самому дну». Да ещё и «к военному случаю на неприятеля угодный». Царь велел доставить уроженца села Покровское-Рубцово (близ подмосковной Истры) в Санкт-Петербург. 300 лет назад, в марте 1721 года, на суд царя и Адмиралтейства было представлено «погружающее судно». В районе Галерного двора судно по орудийному выстрелу погрузилось в Неву, проделало путь до противоположного берега, всплыло, снова погрузилось и всплыло почти у Галерной верфи. Что приводило в движение «погружающее судно «Морель»?

- a)** Его толкали водолазы.
- b)** Оношло с помощью весел.
- c)** Движение судна помогал трюс, проложенный по дну Невы.

2. Советская дизель-электрическая торпедная подводная лодка «Красногвардец» была построена в 1927-1930 гг. Она стала первой из советских подводных лодок, совершивших именно это в 1938 году...

a) Сняла дрейфующих на полярной станции «Северный полюс-1» людей.

b) Совершила самое долгое для того времени автономное плавание без всплытия.

c) Прошла подо льдами.

3. По проекту корабельного инженера Ивана Григорьевича Бубнова на Балтийском заводе была построена первая (официально зачисленная в списки кораблей Российского флота) русская боевая подводная лодка.

«Дельфин» был оснащён бензиновым мотором и электродвигателем. Как по документам значилось на флоте погружающееся

судно для береговой охраны?

- a)** Батиплан.
- b)** Броненосец.
- c)** Миноносец.

4. Это знаменитый подводник номер один, названный так советской печатью после потопления судна военно-морского флота

нацистов в январе 1945 года. Он является рекордсменом (среди советских подводников-командиров) по суммарному тоннажу потопленных судов противника.

Вспомните, как звали Героя Советского Союза, капитана третьего ранга, командо-

вавшего легендарной подводной лодкой С-13?

- a)** Александр Маринеску.
- b)** Николай Лунин.
- c)** Магомед Гаджиев.

5. Во время Второй мировой войны подводные лодки после выстрела акустической торпедой с небольшого расстояния немедленно погружались в воду. Почему?

«Дельфин» был оснащен бензиновым мотором и электродвигателем. Как по документам значилось на флоте погружающееся

судно для береговой охраны?

- a)** Могли подорваться на своей торпеде.
- b)** Чтобы надежно спрятаться от противника.

c) Могли изменить курс торпеды своей массой.

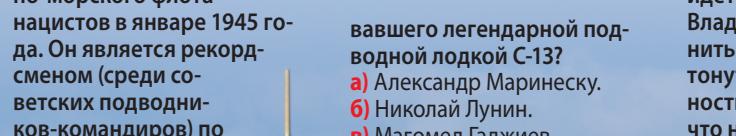
6. В фантастическом фильме «Тайна двух океанов» действие происходит на подводной лодке «Пионер», которая идет из Ленинграда во Владивосток, чтобы выяснить причины, по которым тонут суда. Службе безопасности удаётся выяснить, что на борту «Пионера» находится шпион. В результате вражеский шпион был вычислен и обезврежен. Что интересно, кино опередило время. Чем?

- a)** Скоростью перемещения субмарины.
- b)** Наличием в экипаже женщин.

c) Водолазным оборудованием.

ОТВЕТЫ

1-6. Таких опровергнуто не было.
7-8. Было опровергнуто в 1917 году.
9-10. Было опровергнуто в 1917 году.
11-12. Было опровергнуто в 1917 году.
13-14. Было опровергнуто в 1917 году.
15-16. Было опровергнуто в 1917 году.
17-18. Было опровергнуто в 1917 году.
19-20. Было опровергнуто в 1917 году.
21-22. Было опровергнуто в 1917 году.
23-24. Было опровергнуто в 1917 году.
25-26. Было опровергнуто в 1917 году.
27-28. Было опровергнуто в 1917 году.
29-30. Было опровергнуто в 1917 году.
31-32. Было опровергнуто в 1917 году.
33-34. Было опровергнуто в 1917 году.
35-36. Было опровергнуто в 1917 году.
37-38. Было опровергнуто в 1917 году.
39-40. Было опровергнуто в 1917 году.
41-42. Было опровергнуто в 1917 году.
43-44. Было опровергнуто в 1917 году.
45-46. Было опровергнуто в 1917 году.
47-48. Было опровергнуто в 1917 году.
49-50. Было опровергнуто в 1917 году.
51-52. Было опровергнуто в 1917 году.
53-54. Было опровергнуто в 1917 году.
55-56. Было опровергнуто в 1917 году.
57-58. Было опровергнуто в 1917 году.
59-60. Было опровергнуто в 1917 году.
61-62. Было опровергнуто в 1917 году.
63-64. Было опровергнуто в 1917 году.
65-66. Было опровергнуто в 1917 году.
67-68. Было опровергнуто в 1917 году.
69-70. Было опровергнуто в 1917 году.
71-72. Было опровергнуто в 1917 году.
73-74. Было опровергнуто в 1917 году.
75-76. Было опровергнуто в 1917 году.
77-78. Было опровергнуто в 1917 году.
79-80. Было опровергнуто в 1917 году.
81-82. Было опровергнуто в 1917 году.
83-84. Было опровергнуто в 1917 году.
85-86. Было опровергнуто в 1917 году.
87-88. Было опровергнуто в 1917 году.
89-90. Было опровергнуто в 1917 году.
91-92. Было опровергнуто в 1917 году.
93-94. Было опровергнуто в 1917 году.
95-96. Было опровергнуто в 1917 году.
97-98. Было опровергнуто в 1917 году.
99-100. Было опровергнуто в 1917 году.



КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000 TV1000

- 05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (16+) 07.10 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+) 09.50 «ОБЛИВИОН». (16+) 12.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+) 14.40 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+) 17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+) 19.00, 03.10 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+) 20.55 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+) 23.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+) 01.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+)

РУССКОЕ КИНО TV1000

- 05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+) 06.50, 16.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+) 08.20 «ЭБИГЕЙЛ». (6+) 10.15 «Любовь С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+) 12.10 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+) 13.55, 14.45, 19.00, 19.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+) 17.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+) 20.40 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+) 22.25 «СПАРТА». (16+) 00.00 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+) 01.50 «МАМА НЕ ГОРЮЙ!». (18+) 03.30 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)

ДОМ КИНО

- 05.15 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+) 07.40 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+) 09.10 «Алеша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+) 10.30 «СВАТЫ». (16+) 14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+) 19.15 «СВАТЫ». (16+) 23.00 «ГЛКИ-2». (12+) Россия, 2011 г. В ролях: Сергей Светлаков, Иван Ургант, Вера Брежнева, Сергей Безруков, Владимир Меньшов 00.50 «СТРАНА ЧУДЕС». (12+) 02.25 Золотая коллекция киностудии Горького. «О ЛЮБВИ». (12+) 03.40 Золото «Мосфильма». «ПЛАТА № 6». (16+)

SONY CHANNEL

- 06.00 Голливуд за кадром. (16+) 06.30, 14.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+) 07.25 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+) 08.45, 12.45, 18.05 Проект Подиум. Все звезды. (16+) 09.35, 13.35, 18.55 Правила моей кухни. (16+) 10.40, 17.05 Правила моей пекарни. (16+) 11.45, 21.30, 03.15 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+) 15.35, 16.20, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+) 22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+) 23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+) 04.10 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)

Иллюзион+ Иллюзион+

Русский Иллюзион

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

РОДНОЕ КИНО

- 01.00 «ОНА». (16+) 02.55 «ЧТЕЦ». (16+) 04.50 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+) 06.40 «ЦИМБЕЛИН». (16+) 08.15 «ОБЫТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+) 10.00 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) 11.30 «ЖЕНА». (16+) 13.00 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+) 14.45 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+) 16.35 «ДОРЗ». (16+) 18.45 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+) 20.30 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+) Драма, мелодрама, боевик, приключения, Гонконг, Китай, 2004 г. 22.25 «ЭТИМ УТРОМ В НЮ-ЙОРКЕ». (16+) 23.50 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)

- 02.40 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+) 04.05 «ГРУША». (16+) 04.35 «МОТОЛЕНЬ». (16+) 06.00 «НОВОГОДНИЙ ПАПА». (16+) 07.35 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+) 09.20 «ДОМИНИКА». (12+) 10.50 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+) 12.20 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+) 14.10 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+) 15.40 «ЛЕТА ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+) 17.30 «НАПАРНИК». (12+) 19.10 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+) 21.00 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!». (16+) 22.40 «РИОРита». (16+)

- 00.50 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+) 02.20 «ЮБИЛ НЕ ЛЮБИТ». (16+) 03.50 «СУПЕРЗЯТЬ». (16+) 05.30 «УДАЧИ, ЧАК!». (16+) 07.20 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+) 07.35 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+) 09.20 «ДОМИНИКА». (12+) 10.50 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+) 12.20 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+) 14.10 «ВАСАБИ». (16+) 15.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+) 17.35 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+) 19.30 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+) 21.55 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+) 23.40 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)

- 01.20 «МЕНЯЛЫ». (12+) 03.15 «НЕУДАЧНИК АЛЬФРЕД ИЛИ ПОСЛЕ ДОЖДЯ... ПЛОХАЯ ПОГОДА». (12+) 04.55 «СНЕГУРОЧКА». (12+) 06.45 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+) 08.35 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+) 10.55 «БЕЛЬЕ ВОЛКИ». (12+) 12.50 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+) 14.40 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+) 16.20, 17.40 «И СНОВА АНИСКИН». (12+) 19.00 «БУМЕР: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+) 21.10 «ЦАРЬ». (18+) Драма, история, Россия, 2009 г. 23.25 «ДАУН ХАУС». (16+) Комедия, Россия, 2001 г.

Суббота! Суббота!

ФЕНИКС+КИНО

СТС LOVE

TV 21 ВЕК

- 05.00, 04.35 «Маша и Медведь». Мульти сериал. (0+) 11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+) 15.25, 16.15, 17.05, 18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+) 18.00 «Скажи платью «Да!» (16+) 20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+) 23.50 Суббота! News. (16+) 00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+) 02.10, 03.00, 03.50 Барышня-крестьянка. (16+)

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+) 12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+) 13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+) Сериял. Драма, мелодрама, Россия, 2008 г. В ролях: Анна Михалко, Дмитрий Щербина, Ада Роговцева 14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+) 15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)

- 06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+) 10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+) 14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+) Сериял. Молодёжная драма, Россия, 2013 г. В ролях: Денис Никуфоров, Михаил Жигалов, Фёдор Бондарчук, Сергей Габриэлян, Владимира Зайцев 23.05 Даёшь молодёжь! (16+) 00.55 «РАНЕТКИ». (16+) 04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

- 10.00, 18.00, 02.00 «ПЛОХИЕ БАНКИ». (16+) 11.00, 19.00, 03.00 «ДЕНЬ КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА». (12+) 12.35, 20.35, 04.35 «ЦЕННОЙ ПЕС». (18+) Триллер, криминальная драма, Канада, 2020 г. 14.10, 22.10, 06.10 «НЕВИДИМАЯ ЖИЗНЬ ЭВРИДИКИ». (18+) Мелодрама, Бразилия, Германия, 2019 г. 16.30, 00.30, 08.30 «ПАЦИФИСТКА». (16+) Драма, Италия, Франция, Германия, 1970 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба

УСАДЬБА

Охота и Рыбалка

ЖИВИ!

- 09.30 Дачные хитрости. (12+) 09.50, 11.30 Огород круглый год. (12+) 10.10 Высший сорт. (12+) 10.25 Справительный анализ. (12+) 11.00 История усадеб. (12+) 11.45 Сам себе дизайнер. (12+) 12.00 Инструменты. (12+) 12.20 Дачных дел мастер. (12+) 12.50, 18.00 Дачные радости. (12+) 13.20 Крымские дачи. (12+) 13.55 Да здравствует мыло душистое! (12+) 14.15 Ваш агроном. (12+) 14.30 Идите в бани. (12+) 14.45 Букварь дачника. (12+) 15.05 Я - фермер. (12+) 15.35 Правила огородника. (12+) 15.50 Прогулка по саду. (12+) 16.25 Дело в отделке. (12+) 16.55 Мастер-садовод. (12+) 17.15 Приглашайте в гости. (12+) 17.30 Искатели приключений. (12+) 18.30 Ландшафтные эксперименты. (12+) 19.00 Народные умельцы. (12+) 19.35 Как построить дом. (12+) 20.05 Проект мечты. (12+) 20.35 Секреты садоводства. (12+) 20.50 Частный сектор. (12+) 21.25 Как поживаете? (12+) 21.55 Календарь дачника. (12+) 22.15 Сад своими руками. (12+) 22.45 Сельский туризм. (12+) 23.15 Дачная энциклопедия. (12+)

- 09.05 Безгранична рыбалка. (16+) 09.35 Территория льда. (16+) 10.05 На охотничий трофе. (16+) 10.35 Охотничьи сокбы. (16+) 11.05 Рыболовная Россия. (16+) 11.35, 15.25, 19.35, 23.35 Морская охота. (16+) 12.05 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+) 12.25 Подводная жизнь дельты Волги. (16+) 12.55 Мир рыболова. (12+) 12.50 Сезон охоты. (16+) 13.55 Мой мир - рыбакла. (12+) 14.25 Рыбалка сегодня XL. (16+) 14.55 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+) 16.00, 20.05, 00.05 Охота с луком. (16+) 16.30 Технология зимнего клева. (12+) 17.00 Охота в Удмуртии. (16+) 17.30 Рождение клинка. (16+) 18.00 На рыбальку с охотой. (12+) 18.35 Планета охотника. (16+) 19.05 Андрей Старков и его команда. (16+) 20.35 «Радзишевский и К» в поисках рыбакского счастья. (12+) 21.05 Охота без оружия. (16+) 21.30 Давай зарубимся! (12+) 21.50 Стрекозовый спорт. (16+) 22.05 Поймай и сними. (16+) 22.35 Охота в Приволжье. (16+) 23.05 Зима. Удошка. Поклевка. (16+)

- 00.00, 13.30 Меня спасла натурапатия. (12+) 00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+) 01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+) 02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+) Специальный силовой курс, направленный на проработку всех групп мышц одновременно. Минимум амплитуды - максимум ощущений. 02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+) 03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+) 03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+) 04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+) 04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+) 04.30, 06.30, 08.30 Yoga'туро. (6+) 05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+) 05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) 10.00 Кардиоблондинки. (12+) 10.30 Боди-балет. (12+) 11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+) 11.30 Бодитоник. (12+) 12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+) 14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+) 15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+) 16.00 Дыхание стретчинга. (12+) 16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+) 21.05 Охота в Приволжье. (16+) 23.05 Зима. Удошка. Поклевка. (16+) 17.30, 22.00 «16+». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

355

VIASAT HISTORY

365 ДЕНЬ ТВ

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

ПЯТНИЦА

ТО

ПОБЕДА

Ю

- 05.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+) 06.00 Орел и решка. По морям. (16+) 08.25 «КУЛИНАР». (16+) 10.00 Новости. 10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ВОЙНА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (16+) 12.30 «ФРОНТ». (16+) Сериял. Историческая драма, Россия, 2019 г. В ролях: Магдалена Гурска, Павел Харланчук, Роман Агеев, Митя Лабуш

- 05.20 Лапа попал. (12+) 08.55 Барышня - Крестьянка. (16+) 12.30 Супермама. (16+) 14.35 Взвешенные и Частливые. (16+) Участники проекта получают уникальную возможность походить без приема вредных таблеток и дорогостоящих операций. А победитель - крупное денежное вознаграждение. В проекте примут участие шестнадцать человек с избыточным весом.

- 05.00 Орел и решка. По морям. (16+) 08.30 Утро Пятницы. (16+) 10.00 Орел и решка. Россия-2. (16+) 13.00 Новости. 15.00 Дела судебные. Дела судебные света-2. (16+) 14.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+) 16.00 Новости

- 17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 19.00 ТикТок талант. (16+) 20.30 Мир наизнанку. Китай. (16+) 19.25 «КУЛИНАР-2». (16+) 21.40 Телегра «Игра в кино». (12+) 22.00 «АЛЬ-КАПОНИЯ». (16+) Сериал. Детектив, Украина, Россия, 2020 г. В ролях: Денис Никуфоров, Владимир Гостиюк, Анна Астраханцева, Альберт Филозов

- 23.00 Шоу «Назад в будущее». (12+) 23.25 Всемирные игры разума. (12+) 00.00 Новости. 00.15 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+) 01.30 Битва ресторанов. (16+) 02.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 03.30 Орел и решка. Шопинг. (16+) 04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

- 22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+) 23.25 Всемирные игры разума. (12+) 00.00 Новости. 0

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00, 16.30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)		
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости		
07.55 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска		
09.30, 21.45 Вид сверху. (12+)		
10.05, 22.15 Мини-футбол в России. (0+)		
10.15 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)		
12.10 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (12+)		
13.05 Первые леди. (12+)		
13.30 МатчБол. (12+)		
14.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)		
16.00 Большая хоккей. (12+)		
18.20 Эра Буре. (12+)		
19.10, 03.40 Без денег. (12+)		
19.25 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. Прямая трансляция		
21.30 Страна. Live. (12+)		
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)		
00.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)		
01.50 Баскетбол. (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 10.00, 12.00, 16.00, 20.00, 23.00 Клипартация: 25 лет за 25 часов. (16+)
01.10 10 sexy. (18+) Самый откровенный рэйтинг на МУЗ-ТВ.
02.05 Караокинг. (18+) Настоящий караоке-клуб у вас дома! Самые популярные песни всех любителей караоке! Любишь петь всегда и везде? В машине,
04.00 Наше. (16+) Made in Russia! Нон-стоп клипов топовых российских артистов. Самые свежие, самые модные и самые зажигательные клипы российских исполнителей.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ	МУЛЬ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)	18.10 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)	05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	06.55 «Жужжакка». (0+)	19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	05.40 «Аладдин» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
02.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)	06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.30 «Жужжакка». (0+)	22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 4 серия. (12+)
06.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)	06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)	23.30 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
07.30, 21.45 Вид сверху. (12+)	06.50 «Чудеса на виражах». (0+)	07.45 «Легенды Спарка». (0+)	00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
10.05, 22.15 Мини-футбол в России. (0+)	07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	08.10 «Маша и Медведь». (0+)	01.10 Прямая линия жизни. (16+)
10.15 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)	07.50, 11.05, 16.05, 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	09.25 «Союзмультифильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)	02.05 И будут двое... (12+)
12.10 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (12+)	08.50, 11.00 «Пес Пэт». (6+)	10.05 «Ночная сказка». (0+)	03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
13.05 Первые леди. (12+)	09.00 Доброе утро от Микки. (0+)	10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	04.15 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
13.30 МатчБол. (12+)	12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)	
14.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)	13.40 «Финес и Ферб». (6+)	11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)	
16.00 Большая хоккей. (12+)	15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)	13.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	
18.20 Эра Буре. (12+)	17.30 «Гравити Фолз». (12+)	14.10 «Навигатор. Новости». (0+)	
19.10, 03.40 Без денег. (12+)	19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)	14.10 «Леки и Плу. Космические таксисты». (6+)	
19.25 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. Прямая трансляция	19.30 «Сдружение: Возвращение в море». (0+)	15.40 «Лео и Тиг». (0+)	
21.30 Страна. Live. (12+)	23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)	15.40 «Трам-пам-пам». (0+)	
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)	00.00 «Держись, Чарли!». (6+)	16.10 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	
00.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)	01.40 «Собаки ТОЧКА КОМ». (6+)	16.35 «Хайдорабадз». (0+)	
01.50 Баскетбол. (0+)		16.40 «Феерники». (0+)	

ЧУНИК	ЧУНИК	О!
08.30 «Октонауты». (0+)	05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)	05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
08.57, 15.03, 15.31 Мультифильмы. (6+)	07.00 «Чик-зарядка». (0+)	07.00 «Чик-зарядка». (0+)
09.26, 15.39, 22.48 Мультифильмы. (6+)	07.05 О! Музыка! (0+)	07.05 О! Музыка! (0+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)	07.30 «Смешарики». (0+)	07.30 «Смешарики». (0+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)	08.55 «Доктор Мальышкина». (0+)	08.55 «Доктор Мальышкина». (0+)
10.51, 12.02, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)	09.00 «В мире малышей». (0+)	09.00 «В мире малышей». (0+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)	09.55 «Студия Калля-Маляки». (0+)	09.55 «Студия Калля-Маляки». (0+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)	10.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	10.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
13.02, 16.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)	12.00 «Спроси у Трио!». (0+)	12.00 «Спроси у Трио!». (0+)
13.19, 17.02, 22.20 История великих изобретений. (6+)	12.05 «Фиксики». (0+)	12.05 «Фиксики». (0+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобёр добёр». (0+)	14.00, 00.30 «Царевны». (0+)	14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)	14.45 «Весёлый алфавит». (0+)	14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)	14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)	14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
14.47, 15.17, 22.36, 23.15 «Веселая карусель». (0+)	16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)	16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
18.47 Я сегодня нарисую. (6+)	17.00 «Ангел Беби». (0+)	17.00 «Ангел Беби». (0+)
19.54 Do you speak? (6+)	18.45 «Малыши дикой природы». (0+)	18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
	19.00 «ТриО!». (0+)	19.00 «ТриО!». (0+)
	19.20 «Эмми и Гуру». (0+)	19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
	20.15 «Три кота». (0+)	20.15 «Три кота». (0+)
	22.15 «Как устроен город». (0+)	22.15 «Как устроен город». (0+)
	22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)	22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)
		02.15 «Котики, вперёд!». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)	18.10 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)	20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
11.00, 21.30, 03.45 Лествица. (6+)	22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 4 серия. (12+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)	23.30 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
12.45 Знак равенства. (16+)	00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
12.55 Завет. (6+)	01.10 Прямая линия жизни. (16+)
15.00, 00.35 Реакция. (12+)	02.05 И будут двое... (12+)
15.45 Знак равенства. (16+)	03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
16.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 2 часть. (0+)	16.50 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)

Православный календарь

25 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Григория Двоеслова, папы Римского.

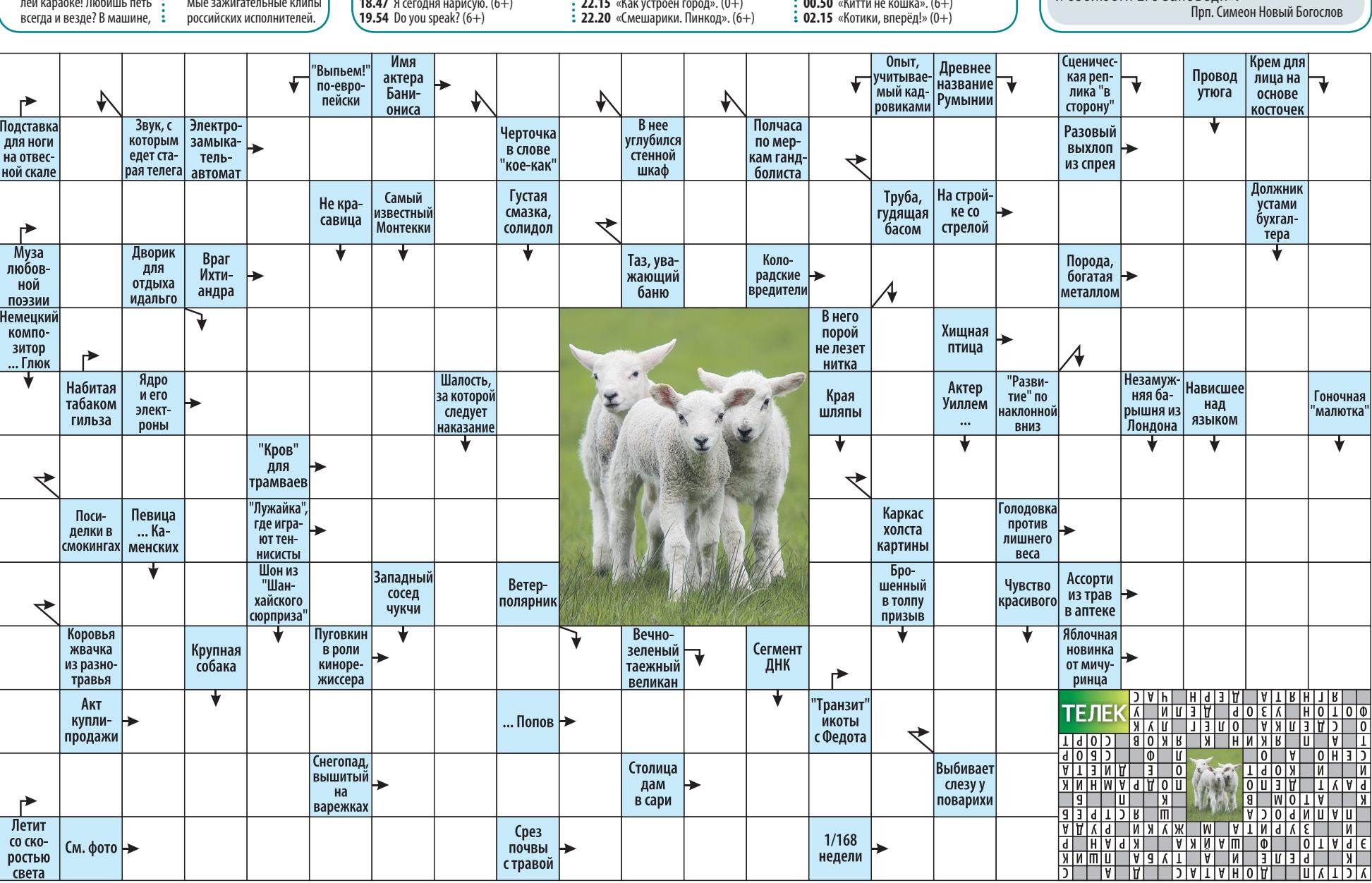


Прп. Феофана исп., Сигрианского. Прав. Финееса. Прп. Симеона Нового Богослова исп., пресвитера. Сщмч. Иоанна, Константина пресвитеров, прмч. Владимира. Сщмч. Сергея пресвитера. Лидской нерукотворной (на столпе) иконы Божией Матери.

Постный день.

«...Тому, кто творит свою волю, – пусть будет это даже в малом чем – невозможно последовать Господу нашему и соблюсти Его заповеди».

Прп. Симеон Новый Богослов



1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	РОССИЯ K	РОССИЯ K Культура	СТС	СТС
	00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)	05.00 Утро России		01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)		18.15 «ПЁС». (16+)		19.45 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»		12.05 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)	
05.00 09.25 Телеканал «Добро утро»	05.00 Утро России	09.00 Вести. Местное время	05.00 «Известия»	05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)	06.30 07.00 07.30 10.00 15.00	19.30 23.10 Новости культуры	06.00 Ералаш. (0+)	06.05 «Фиксики». (0+)	06.35 «Том и Джерри». (0+)	07.00 «Галилео». (12+)	07.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
09.00 Новости	09.30 Утро России	09.55 О самом главном. (12+)	05.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)	06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)	08.00 Сегодня	07.05 «Правила жизни»	07.00 «Дылды». (16+)	09.00 Русские не смеются. (16+)	10.00 «ВКУС ЖИЗНИ». (12+)	12.05 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)	14.45 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.50 Жить здорово! (16+)	11.00 Вести	11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	12.40 «60 минут». (12+)	08.25 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)	10.00 13.00 Сегодня	07.35 Черные дыры. Белые пятна	08.20 Легенды мирового кино	10.00 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»	10.15 Шедевры старого кино	12.35 22.20 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»	21.00 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
10.55 Модный приговор. (6+)	14.00 Вести	14.30 Вести. Местное время	14.55 «Близкие люди». (12+)	09.00 «Известия»	13.25 Чрезвычайное происшествие	14.00 Место встречи	14.20 «Михаил Мещеряков»	15.05 Письма из провинции	15.35 «Энigma»	16.30 02.00 История искусства	Полина не очень довольна своей жизнью и своей внешностью. Она считает себя непривлекательной, пока однажды не ударяется головой
12.00 Новости (с субтитрами)	17.00 Вести	17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	18.40 «60 минут». (12+)	09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)	15.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)	16.00 Сегодня	15.45 «Билет в Большой»	19.45 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»	21.05 «ДНЮХА!». (16+)	00.55 Колледж. (16+)	02.20 «АНЖЕЛИКА». (16+)
12.15 Время покажет. (16+)	21.05 Вести. Местное время	21.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)	21.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)	13.00 «Известия»	17.15 Жди меня. (12+)	19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»	17.25 II фестиваль искусств Юрия Башмета	21.45 «Раз - горох, два - горох...» (0+)	05.05 «Раз - горох, два - горох...» (0+)	05.10 «Маугли». (0+)	05.50 Ералаш. (0+)
15.00 Новости (с субтитрами)	22.00 Время	22.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир из Стокгольма	22.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир из Стокгольма	13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)	18.15 «ПЁС». (16+)	19.00 Сегодня	18.45 «Билет в Большой»	21.05 «ДНЮХА!». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)	06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)	08.20 Давай разведёмся!
15.15 Давай поженимся! (16+)	23.00 События	23.55 Вечерний Ургант. (16+)	23.55 Вечерний Ургант. (16+)	13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)	23.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном.	19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»	19.45 «Билет в Большой»	21.05 «Линия жизни	11.35 «Реальная мистика». (16+)	12.40 03.55 «Понять. Простить». (16+)	13.50 «Порча». (16+)
16.05 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир из Стокгольма	24.00 События	00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)	00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)	17.05 «СЛЕД». (16+)	01.05 Квартирный вопрос. (0+)	20.00 «Сегодня в Санкт-Петербурге»	20.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	23.30 «Особый взгляд с Семёном Клебановым»	14.20 «Знахарка». (16+)	14.20 «Знахарка». (16+)	14.55 «После зимы». (16+)
02.25 Модный приговор. (6+)	02.30 «НЕМАЯ». (12+)	03.15 Давай поженимся! (16+)	03.15 Давай поженимся! (16+)	01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	02.00 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)	21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)	21.15 «Старец». (16+)	19.45 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»	19.30 «Пещера». (16+)	19.00 «Рысь». (16+)	19.00 «Рысь». (16+)
11.30 События	11.50 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (12+)	12.30 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (12+)	12.30 «ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ». (12+)	13.45 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	15.15 «Календарь». (12+)	16.30 16.30 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+)	17.25 «Слепая». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)	06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)	08.20 Давай разведёмся!
14.30 События	14.55 «НЕМАЯ». (12+)	15.10 «НЕМАЯ». (12+)	15.10 «НЕМАЯ». (12+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	16.30 «Среда обитания». (12+)	16.30 16.30 «Среда обитания». (12+)	17.25 «Слепая». (16+)	09.25 Тест на отцовство. (16+)	11.35 «Реальная мистика». (16+)	12.40 03.55 «Понять. Простить». (16+)
14.55 Город новостей	15.10 «НЕМАЯ». (12+)	16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)	16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.00 «Новости»	17.00 «Новости»	19.30 «Пещера». (16+)	12.40 03.55 «Понять. Простить». (16+)	13.50 «Порча». (16+)	14.20 «Знахарка». (16+)
15.10 «НЕМАЯ». (12+)	16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)	17.50 События	17.50 События	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.00 «Новости»	17.00 «Новости»	19.30 «Пещера». (16+)	14.55 «После зимы». (16+)	19.00 «Рысь». (16+)	19.00 «Рысь». (16+)
16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)	18.00 Новости дня	18.10 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)	18.10 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.00 «Новости»	17.00 «Новости»	19.30 «Пещера». (16+)	23.00 Про здоровье. (16+)	23.15 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)	23.15 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
17.50 События	18.00 Новости дня	20.00 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)	22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.00 «Новости»	17.00 «Новости»	19.30 «Пещера». (16+)	23.00 Про здоровье. (16+)	03.05 «Порча». (16+)	03.30 «Знахарка». (16+)
18.10 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)	18.40 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)	22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.00 «Новости»	17.00 «Новости»	19.30 «Пещера». (16+)	23.00 Про здоровье. (16+)	04.45 По делам несовершеннолетних. (16+)	05.35 Давай разведёмся! (16+)
20.00 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)	22.55 «Сделано в СССР». (6+)	23.10 «Десять фотографий». (6+)	23.10 «Десять фотографий». (6+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	20.00 «ЛЮСИ». (16+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	06.25 «6 кадров». (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой	23.10 «Десять фотографий». (6+)	00.00 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ РАЯ». (0+)	00.00 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ РАЯ». (0+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	21.40 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	06.25 «6 кадров». (16+)
23.10 «Семён Алтынов. Женщинин волнует, мужчин успокаивает». (12+)	00.20 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)	02.20 Петровка, 38. (16+)	02.35 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	00.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». (16+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)
00.20 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)	02.35 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)	03.50 «Разлучённые властью». (12+)	04.40 «На двух стульях». Юмористический концерт. (12+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)
03.50 «Разлучённые властью». (12+)	04.40 «На двух стульях». Юмористический концерт. (12+)			14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)
04.40 «На двух стульях». Юмористический концерт. (12+)				14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	14.00 «ОФИЦЕРЫ: ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)	17.05 «Моменты судьбы». (6+)	17.25 18.05 «МАНДАРИН». (16+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	02.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)	05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)

TNT	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)	23.00 «ПЕКЛО». (16+)	16.50 «РОККИ-2». (16+)				19.50 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+)		21.00 «МАНОН 70». (16+)		00.55 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (12+)	
07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «Однажды в России». (16+) Россия - богатейшая страна, в которой много нефти, газа и проблем. Увы, но шоу ТНТ «Однажды в России» не решает ни одной из них. Оно над ними смеется	06.00 Улётное видео. (16+) 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) 13.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+) Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом и за собой ведёт целую плеяду примечательных джентльменов. Выдающиеся герои должны обезвредить бандита, собирающегося захватить мир...	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 17.55 Новости 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) 13.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+) Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом и за собой ведёт целую плеяду примечательных джентльменов. Выдающиеся герои должны обезвредить бандита, собирающегося захватить мир...	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 «Город решений». (12+) 14.30 «Пульс города». (12+) 14.40 «Адаптация». (6+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 18.00 «РОККИ-2». (16+) 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала. конференции. Прямая трансляция 21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 01.00 Баскетбол. «Химки» - «Зенит». Евролига. Мужчины. (0+) 02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 «Город решений». (12+) 14.30 «Пульс города». (12+) 14.40 «Адаптация». (6+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 18.00 «РОККИ-2». (16+) 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала. конференции. Прямая трансляция 21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 01.00 Баскетбол. «Химки» - «Зенит». Евролига. Мужчины. (0+) 02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)	07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.10 «Традиции коренных народов Ленинградской области». (6+) 11.30 «ОДНАЖДЫ СО МНОЙ». (12+) 13.10 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Еда здорового человека». (12+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «МАНОН 70». (16+) 22.45 Моя история. (12+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «РЕЙДЕР». (16+) 02.00 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+)	07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 19.00 22.00 «Известия 78». (12+) 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+) 12.15 23.15 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78». (12+) 14.00 17.00 «Происшествия». (16+) 14.30 Хроника Победы. (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 Прогноз погоды. (12+) 16.05 00.00 «Народный контролль». (12+) 17.30 Закрытый архив. (16+) 18.15 «Легенды советского сыска». (12+) 19.15 21.50 «Болеем за наших!». (12+) 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+) 22.20 Давно не виделись! (12+) 00.55 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (12+)					
00.05 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 11.00 «ББ шоу». (16+) 12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 16.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «Однажды в России». (16+) Россия - богатейшая страна, в которой много нефти, газа и проблем. Увы, но шоу ТНТ «Однажды в России» не решает ни одной из них. Оно над ними смеется	06.00 Улётное видео. (16+) 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) 13.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+) Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом и за собой ведёт целую плеяду примечательных джентльменов. Выдающиеся герои должны обезвредить бандита, собирающегося захватить мир...	06.00 08.55 12.00 14.05 16.10 17.55 Новости 06.35 Каламбур. (16+) 07.30 КВН Best. (16+) 09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 10.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) 13.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+) Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом и за собой ведёт целую плеяду примечательных джентльменов. Выдающиеся герои должны обезвредить бандита, собирающегося захватить мир...	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 «Город решений». (12+) 14.30 «Пульс города». (12+) 14.40 «Адаптация». (6+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 18.00 «РОККИ-2». (16+) 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала. конференции. Прямая трансляция 21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 01.00 Баскетбол. «Химки» - «Зенит». Евролига. Мужчины. (0+) 02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)	06.45 07.05 10.35 11.05 Консультация. (16+) 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+) 07.45 08.05 09.05 10.05 «Утро в Петербурге». (16+) 11.45 13.30 18.00 «Время суток». (12+) 12.05 Малые родины. (6+) 13.20 18.50 «Бизнес-Петербург». (12+) 13.45 «Город решений». (12+) 14.30 «Пульс города». (12+) 14.40 «Адаптация». (6+) 14.10 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+) 16.50 18.00 «РОККИ-2». (16+) 19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала. конференции. Прямая трансляция 21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 01.00 Баскетбол. «Химки» - «Зенит». Евролига. Мужчины. (0+) 02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)	07.30 08.00 08.30 09.00 10.00 10.30 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 20.30 23.30 ЛенТВ24 Новости. (6+) 07.35 08.05 08.35 09.30 10.05 10.35 «Простые решения». (12+) 11.10 «Традиции коренных народов Ленинградской области». (6+) 11.30 «ОДНАЖДЫ СО МНОЙ». (12+) 13.10 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+) 15.30 «Еда здорового человека». (12+) 16.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+) 17.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+) 19.30 04.40 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+) 21.00 «МАНОН 70». (16+) 22.45 Моя история. (12+) 00.00 05.30 «ПСИХОЛОГИИ». (16+) 00.25 «РЕЙДЕР». (16+) 02.00 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+)	07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 19.00 22.00 «Известия 78». (12+) 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+) 12.15 23.15 Хочу и буду. (16+) 13.15 «Внеклассное чтение 78». (12+) 14.00 17.00 «Происшествия». (16+) 14.30 Хроника Победы. (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 Прогноз погоды. (12+) 16.05 00.00 «Народный контролль». (12+) 17.30 Закрытый архив. (16+) 18.15 «Легенды советского сыска». (12+) 19.15 21.50 «Болеем за наших!». (12+) 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+) 22.20 Давно не виделись! (12+) 00.55 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (12+)					
12+ РЕКЛАМА											

ДОМАШНИЙ ПОВАР[®]
КУХНИ НАРОДОВ МИРА

Итальянская кухня

№1



12+ РЕКЛАМА

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере
- ✓ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни
- ✓ Советы по приготовлению
- ✓ Секреты национальных приправ
- ✓ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон

ВНИМАНИЕ! Приобрести ранее вышедшие номера* Спецвыпуска «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно

на сайте WWW.AVANTA.RU в разделе «Серии издательства «Кардос» или по телефону 8-800-100-67-14 (будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный). Доставка по всей России. ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105005, г. Москва, ул. Бауманская, д. 7, стр. 1, Э Антресоль 2, пом. 1, к 17, оф. Д1П, ОГРН 1177746345622)

* при их наличии на складе

Номер уже в продаже!

ДОМАШНИЙ ПОВАР №3 / 2021

ВЕЛИКИЙ ПОСТ



Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

12+ Реклама

В ВЫПУСКЕ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- рецепты легких закусок и салатов;
- описание процесса приготовления постных супов и похлебок;
- рецепты горячих вторых блюд;</li

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

РУССКОЕ КИНО

TV 1000

- 05.00, 05.40, 17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+) 06.25 «БЛИЗКИЕ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ». (6+) 08.50 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+) 10.55 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+) 12.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+) 14.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+) 19.00 «СУМЕРКИ». (16+) 21.10 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+) 23.30 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+) 01.45 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)

ДОМ КИНО

ДОМ КИНО

SONY CHANNEL

- 05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультифильм. (6+) 07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультифильм. (6+) 08.40, 02.25 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+) 10.20, 04.00 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+) 11.55 «СПАРТА». (16+) 13.30, 14.15 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+) 15.10 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». Мультифильм. (6+) 16.50 «Урфин Джюс возвращается». Мультифильм. (6+) 18.05 «ГОРЬКО!» (16+) 20.00 «ГОРЬКО!-2». (16+) 21.40 «НА КРЮЧКЕ!» (16+) Россия, 2010 г. 23.25 «НЕВЕСТА». (16+) 01.00 «ТРОИЦА». (18+)
- 05.10 Золото «Ленфильма». «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН». (12+) 07.40 «Синдбад. Пираты семи штормов». Мультифильм. (6+) 09.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультифильм. (6+) 10.30 «СВАТЫ». (16+) 14.20 «УБОРНАЯ СИЛА». (16+) 19.15 «СВАТЫ». (16+) 23.00 «ХУДЕЮ». (16+) Россия, 2018 г. в ролях: Александра Бортич, Ирина Горбачёва, Сергей Шнуров, Евгений Кулик, Роман Курцэн 01.00 «ГОРЬКО!-2». (16+) 02.40 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ!» (16+) 03.50 Золото «Ленфильма». «ГОНЩИКИ». (12+)

Иллюзион+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

Иллю

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT
06.00, 18.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)	00.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.50, 10.00, 13.00 Новости	20.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.55, 13.05 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красногорска	04.00, 20.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
09.30 Большой хоккей. (12+)	06.00, 16.45 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
10.05, 02.00 Десятка! (12+)	07.00, 08.15 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. (12+)
10.20, 00.00 Волейбол. Кубок ЕВК. Мужчины. Финал. (0+)	09.30, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планциа. HS 240. (12+)
12.20 Без денег. (12+)	10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 4-й этап. (12+)
12.40 Игры королей. (12+)	12.45 Олимпийские игры. «Бег в КНДР» (субтитры). (12+)
14.10, 21.55 Страна смотрит спорт. (12+)	13.45, 14.15, 14.45 Олимпийские игры. Foul Play (субтитры). (12+)
14.35 Домашний коридор. (12+)	15.15 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
14.55 Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Тур «Синяя птица». Прямая трансляция из Чайковского	18.00, 22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.40 Тот самый бой. Александра Поветкин. (12+)	20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машинки страшилки». (0+)
17.05 Профессиональный бокс. Лучшие бои Александра Поветкина. (16+)	20.55 «Машинки сказки». (0+)
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Прямая трансляция	
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 16.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35, 08.35, 15.00, 18.35 PRO-новости. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+) Свежие бойкие треки и полезные лайфхаки.
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 10 самых! (16+)
10.35 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

12.55 Отпуск без путёвки: Новая Зеландия. Южный Остров. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.25 Шоу-дружба в шоубизе. (16+)
17.00, 04.04 Золотая лихорадка. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 Новая волна 2018. Лучшие выступления. (16+)
22.20 DFM - Dance chart. (16+)
23.15 Несприндер. (18+)
02.00 Золотая лихорадка. (18+)
19.54 Do you speak? (6+)

МУЛЬ

МУЛЬ
09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобёр добёр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семья». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Мишу и Гошу». (0+)
18.00 «Хайдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машинки страшилки». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)

МУЛЬ

КАНАЛ DISNEY
05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40, 03.35 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на выражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 16.25 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пётр Пэн». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.05, 02.20 «Алиса в стране чудес». (0+)
13.00 «Гравити Фолз». (12+)
16.00 После школы. (6+)
17.55 «Хранитель Луны». (6+)
19.30 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
21.05 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
23.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)
00.55 «СЫН РУСАЛКИ». (6+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птички. «Малышарики», «Лег и Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжакала». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжакала». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультифильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Студия Каллики-Маляки». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры». (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Букабу». (6+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Хайдораблз». (0+)
16.40 «Энчантималс. Солнечная саванна». (0+)
16.45 «Дядя Стёпа и друзья». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезд». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машины». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.30 «Паэрз Плэйер». (0+)
22.55 «Инфинити Надо». (6+)
23.20 «Ерапаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Смешарики». (0+)
01.45 «Куми-Куми». (12+)
02.40 «Волшебный фонарь». (0+)
03.35 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
22.00, 23.45 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 5 и 6 серии. (12+)
Сериал. СССР, 1990 г.
23.30, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.05 Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
01.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
02.20 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
04.15 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

26 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Перенесение мощей свт. Никифора, патриарха Константинопольского.



Мч. Савина. Мчч. Африкана, Публия и Терентия. Мч. Александра. Мч. Христины Персидской. Прп. Анна пресвитера. Сщмч. Григория пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

...Кто признает полезным, что ему угодно, тот ненадежный судия справедливого, походит же на слепцов, которых водят слепцы».

Св. Василий Великий

НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Загадка с морским уклоном



Значит, мне нужно поторопиться, – рассмеялась Вера, поймала своего любимого маленького пирата и от души чмокнула его в раскрасневшуюся щеку. – Скоро папа придет, будем ужинать. Главное, чтобы он сметану не забыл купить. А то папа он такой, какой-нибудь сундук мертвца притащить не забудет, а вот про сметану вполне может.

Появляться и почитать. Ее подруга написала очередной детективный роман и прислала ей свеженький, еще даже с запахом типографской краски, книгу. И Вере не терпелось погрузиться в хитросплетения детективного сюжета.

– Папа, папа, – Юрка бросился к отцу, как только тот переступил порог квартиры. – Ты принес сундук мертвца?

Секундное замешательство на лице Максима сменилось понимающей улыбкой. Мужчина изобразил загадочность и медленно вытащил из огромного пакета коробку с изображением красивейшего фрегата. Юрка вскрикнул от радости и восхищения.

– Пап, а отгадай загадку, – затараторил мальчик, не отрывая взгляда от коробки. – На японском круизном лайнере произошла кража. Пока туристы осматривали достопримечательности на берегу, а члены команды отдыхали в кафе, капитан решил принять душ в своей каюте. Когда он вышел, то обнаружил,

что из каюты пропали деньги, золотые часы и обручальное кольцо. Он сразу же позвал к себе тех членов команды, которые оставались с ним на корабле. Как на вопрос, чем он занимался в прошедшие полчаса, ответил, что готовил блюда для вечернего фуршета. Механик сообщил, что возился с валопроводами и редукторами, проверяя их исправность, и не покидал машинного отделения.

Старший помощник капитана рассказал, что заметил свою оплошность – кверху ногами висящий флаг – и исправлял ее, перевешивая флаг на флагштоке как положено. Выслушав всех, капитан сразу же смог понять, кто же из членов его команды нечист на руку. А ты понял, пап?

Максим с тоской посмотрел на Веру.

– Ты научила?

Нет, – улыбнулась та и подцепила из

28

СУББОТА, 27 МАРТА

ТЕЛЕК

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	Россия K	РОССИЯ K Культура	СТС	СТС	
	 00.35 «ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ». (16+)	 13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)	 02.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)	 10.20 Главная дорога. (16+)	 05.30 «СЛЕД ТИГРА». (16+)	 19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»	 18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)					
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»	05.00 «Утро России. Суббота	08.00 Вести. Местное время	08.20 Местное время. Суббота	05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	09.00 Светская хроника. (16+)	07.20 Смотр. (0+)	08.00 Сегодня	06.30 «Библейский сюжет»	06.00 05.50 Ералаш. (0+)	06.05 «Фиксики». (0+)	06.15 «Охотники на троллей». (6+)	
09.00 Умницы и умники. (12+)	08.35 «По секрету всему свету»	08.20 Местное время. Суббота	10.00 «Формула еды». (12+)	10.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)	15.05 «СЛЕД». (16+)	08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)	08.50 Поедем, поедим! (0+)	07.05 «Мультифильмы»	07.30 «Том и Джерри». (0+)	08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	08.25 10.00 Уральские пельмени. (16+)	
09.45 Слово пастыря. (0+)	09.00 «Формула еды». (12+)	09.25 «Пятеро на одного»	10.10 Сто к одному	00.00 «Известия. Главное»	00.55 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ «ПРОЩАЙ». (12+)	09.25 Едим дома. (0+)	10.00 Сегодня	08.30 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»	09.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	09.00 ПроСТО кухня. (12+)	11.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДО МОЙ». (16+)	
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)	11.00 «Вести	11.30 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)	11.00 Вести	На танцах Лиза знакомится с красавцем Сергеем. Полюбив Сергея, она спустя некоторое время поняла, что для него её любовь - лишь очередное приключение. Лиза тяжело пережила его женитьбу на другой. Красивая и pragматичная Марта, оказывается, очень ценит достаток в доме, поэтому Сергею приходится подолгу и много работать	12.35 «Доктор Мясников». (12+)	11.30 «Привет, Андрей!» (12+)	10.20 Главная дорога. (16+)	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)	12.20 «Земля людей»	12.25 10.00 Уральские пельмени. (16+)	13.00 «Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир	13.40 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВДАЛИ ОТ ДОМА». (12+)
10.15 Премьера. «Мороз и солнце». (12+)	11.35 «Фабрика чемпионов Алексея Мишина». (12+)	12.15 Видели видео? (6+)	12.35 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	Майя Ракитина, воспитательница в детском саду. Она обожает свою работу, вместе с любимым мужчиной Игорем они переехали в новую квартиру. А после известия о беременности, Майя и Игорь решают пожениться. Внезапная трагедия всё меняет	13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)	20.00 Вести в субботу	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	13.10 Основано на реальных событиях. (16+)	14.25 «Даты, определившие ход истории»	14.55 «Больше, чем любовь	15.35 Легендарные спектакли Большого	16.05 «КОНГ: ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)
11.15 12.15 Видели видео? (6+)	13.55 «Фабрика чемпионов Алексея Мишина». (12+)	13.55 «Все в твоих руках». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	01.30 «ПРАВО НА ЛЮБОВЬ». (12+)	01.30 «ПРАВО НА ЛЮБОВЬ». (12+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	21.10 Секрет на миллион. (16+)	17.20 «Великие мифы. Иллюзии»	17.50 «30 лет и один не-Традиционный сбор».	18.35 «ХИЩНИКИ». (18+)	18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)	
15.00 19.00 21.20 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир	18.00 «Привет, Андрей!» (12+)	20.00 Вести в субботу	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	02.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)	02.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	21.10 Секрет на миллион. (16+)	19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым	19.30 Международный театральный фестиваль «Балтийский дом»	20.00 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»	21.00 «ГОДЗИЛЛА-2: КОРОЛЬ МОНСТРОВ». (16+)	
17.00 Футбол. Сборная России - сборная Словении. Отборочный матч чемпионата мира-2022. Прямой эфир из Сочи	18.30 «Право на любовь». (12+)	19.25 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)	20.00 Вести в субботу	03.10 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)	03.10 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)	20.00 Вести в субботу	23.15 «Международная пилорама». (18+)	20.00 «Квартирант НТВ у Маргулиса». (16+)	21.00 «Агора»	21.00 «ПРОРЫВ». (12+)	01.40 «АНЖЕЛИКА». (16+)	
19.25 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)	19.30 «Право на любовь». (12+)	21.00 Время	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	04.20 «СЛЕД ТИГРА». (16+)	01.15 «Дачный ответ». (0+)	23.00 «ЗОЛОТАЯ КАСКА»	04.30 «Фока - на все руки дока». (0+)	04.50 «Фунтик и огурцы». (0+)	
21.00 Время	20.00 «Право на любовь». (12+)	22.20 Земфира. Концерт в «Олимпийском». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	05.30 «СЛЕД ТИГРА». (16+)	05.30 «СЛЕД ТИГРА». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	03.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)	03.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)	03.00 Перерыв в вещании	05.05 «Трое на острове». (0+)	11.35 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)	
22.20 Земфира. Концерт в «Олимпийском». (16+)	21.00 «Право на любовь». (12+)	00.35 «Все в твоих руках». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	06.30 «Библейский сюжет»	06.30 «Библейский сюжет»	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	18.35 «Линия жизни	19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»	18.35 «Линия жизни	19.00 «МОЯ МАМА». (16+)	07.30 «ЛАБИРИНТ ИЛЮЗИЙ». (16+)	
02.20 Модный приговор. (6+)	02.30 «Право на любовь». (12+)	02.30 «Право знать!». (16+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	07.20 Смотр. (0+)	07.20 Смотр. (0+)	21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)	19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»	20.00 «ПОСЛЕДНИЙ герой. Чемпионы против новичков». (16+)	19.00 «ПОСЛЕДНИЙ герой. Чемпионы против новичков». (16+)	22.00 «ТАИСИЯ». (16+)	11.35 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)	
ТВЦ	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	ФН	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ		
05.30 «ПАССАЖИРКА». (16+)	05.00 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)	08.00 Новости дня	08.15 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)	06.50 18.30 «Домашние животные». (12+)	05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)	09.00 «Минтранс». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+)	06.30 «6 кадров». (16+)	06.35 «Предсказания: 2021». (16+)	07.30 «ЛАБИРИНТ ИЛЮЗИЙ». (16+)	
07.25 Православная энциклопедия. (6+)	08.00 Новости дня	08.15 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)	08.40 «Морской бой». (6+)	07.20 «Хит-микс RU.TV» с Еленой Север. (12+)	08.15 14.45 15.05 «Календарь». (12+)	09.10 «За дело!». (12+)	09.55 «Новости Совета Федерации». (12+)	06.35 «ЗЕЛЁНЫЙ ФОНАРЬ». (12+)	06.30 «АСТРАЛ: ГЛАВА 3». (16+)	12.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)	11.35 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)	
07.55 «Ирина Печерникова. От первой до последней любви...» (12+)	09.45 «Легенды музыки». (6+)	10.10 «Легенды кино». (6+)	11.00 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+)	09.10 «Дом Э». (12+)	10.10 «Дом Э». (12+)	10.10 «За дело!». (12+)	10.50 «Самая полезная программа». (16+)	11.20 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	13.20 «СОВБЕЗ». (16+)	14.20 Документальный спецпроект. (16+)	14.20 «Моя мама». (16+)	
08.40 «АНА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)	10.40 «Легенды музыки». (6+)	11.00 «Легенды кино». (6+)	11.55 «Не факт!». (6+)	10.10 «Календарь». (12+)	10.40 «МАНДАРИН». (16+)	12.10 «Пешком в историю». (12+)	15.20 Засекреченные списки. (16+)	15.20 «Пещера». (16+)	16.15 «Годзилла». (12+)	19.00 «Тайная смена». (18+)	22.00 «Проводница». (16+)	
11.30 События	11.55 «Не факт!». (6+)	12.30 «Круиз-контроль». (6+)	13.00 Новости дня	13.00 15.00 19.00 Новости Среда обитания. (12+)	13.15 «СССР. Знак качества» с Гариком Сукачевым. (12+)	13.00 15.00 19.00 Новости Среда обитания. (12+)	14.20 «Документальный спецпроект. (16+)	14.20 «Кинг Конг». (16+)	19.00 «Тайные знаки». (16+)	04.15 «Мультфильмы». (0+)	04.15 «Проводница». (16+)	
11.45 «АНА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)	12.30 «Круиз-контроль». (6+)	13.00 Новости дня	13.15 «СССР. Знак качества» с Гариком Сукачевым. (12+)	15.45 Среда обитания. (12+)	15.45 Среда обитания. (12+)	16.05 Большая страна. (12+)	17.00 04.05 «Путешествие в классику». (12+)	17.25 «TOP». (12+)	19.35 «TOP: ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+)	20.30 «Кинг Конг». (16+)	04.15 «Мультфильмы». (0+)	
14.30 События	14.05 «Улица из прошлого». (16+)	14.45 18.25 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)	18.00 Новости дня	16.05 Большая страна. (12+)	18.00 Гамбургский счёт. (12+)	18.00 Гамбургский счёт. (12+)	19.05 05.05 «TOPражение» с Дмитрием Лыковым. (12+)	21.45 «TOP: РАГНАРЁК». (16+)	01.15 «Поеzd смерти». (16+)	01.15 «Поеzd смерти». (16+)	04.15 «Мультфильмы». (0+)	04.15 «Проводница». (16+)
14.45 «АНА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)	14.05 «Улица из прошлого». (16+)	14.55 18.25 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)	18.10 «Задело!» с Николаем Петровым	17.00 04.05 «Путешествие в классику». (12+)	19.05 05.05 «TOPражение» с Дмитрием Лыковым. (12+)	19.05 05.05 «TOPражение» с Дмитрием Лыковым. (12+)	20.00 «Путешествие в классику». (12+)	20.00 «Капитан Алатристе». (16+)	01.45 «Призрачный гонщик: дух мщения». (16+)	01.45 «Призрачный гонщик: дух мщения». (16+)	04.15 «Мультфильмы». (0+)	04.15 «Проводница». (16+)
17.00 «НЕФРИТОВАЯ ЧЕРЕПАХА». (12+)	14.45 18.25 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)	23.45 События	18.10 «Задело!» с Николаем Петровым	22.25 «Культурный обмен». (12+)	23.05 «ПОЛЕТТА: ВО ВСЕ ТЯЖКИЕ». (16+)	20.00 «Капитан Алатристе». (16+)	22.25 «Культурный обмен». (12+)	23.05 «Полетта: во все тяжкие». (16+)	01.45 «Призрачный гонщик: дух мщения». (16+)	01.45 «Призрачный гонщик: дух мщения». (16+)	04.15 «Мультфильмы». (0+)	04.15 «Проводница». (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным	18.00 Новости дня	00.00 «Блудный сын президента». (16+)	19.30 «Легендарные матчи». (12+)	23.05 «ПОЛЕТТА: ВО ВСЕ ТЯЖКИЕ». (16+)	00.30 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)	04.45 «Москва фронту». (12+)	23.05 «Полетта: во все тяжкие». (16+)	00.30 «Жизнь и приключения Мишки Япончика». (16+)	03.15 «Клетка». (16+)	05.45 «Мультфильмы». (0+)	05.45 «Мультфильмы». (0+)	05.45 «Мультфильмы». (0+)
22.15 «Право знать!». (16+)	19.30 «Легендарные матчи». (12+)	00.50 «Дикие деньги». (16+)	19.50 «Кубок Канады 1981 года. Финал». (12+)	04.45 «Москва фронту». (12+)	04.45 «Москва фронту». (12+)							
23.45 События	19.50 «Кубок Канады 1981 года. Финал». (12+)	01.35 Специальный репортаж. (16+)	04.45 «Москва фронту». (12+)									
00.00 «Блудный сын президента». (16+)	04.45 «Москва фронту». (1											



Судоку

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

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

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

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

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

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

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

A 9x9 Sudoku grid with the following pre-filled numbers:

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

A 9x9 Sudoku grid. The top row contains the number 4 followed by five red star icons. The grid contains the following values:

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

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

A 9x9 Sudoku grid with the following pre-filled numbers:

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
05.25 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)	07.15 «Урфин Джюс возвращается». Мультфильм. (16+)	05.10 «КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА». (12+)	06.00, 04.55, 05.25 Голливуд за кадром. (16+)	05.00 Мультифильмы. (0+)	05.00 Орел и решка.
08.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)	08.55 «ГОРЬКО!». (16+)	07.00 «ФИНИСТ - ЯСНЫЙ СОКОЛ». (6+)	06.30, 07.25, 08.20, 09.15 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)	06.00 Всё, как у людей. (6+)	06.00 Всё, как у людей. (16+)
10.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	12.25 «ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)	08.30 «СВАТЫ». (16+)	10.10, 11.00 Проект Подиум. Все звезды. (16+)	06.15 Мультифильмы. (0+)	06.15 Мультифильмы. (16+)
12.10 «СУМЕРКИ». (16+) США, 2008 г.	14.10 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)	15.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)	11.50, 12.55 Правила моей кухни. (16+)	06.45 Секретные материалы. Нэпман поневоле. (12+)	07.10 «Игра в слова» с Антоном Комоловым. (6+)
14.25 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+)	15.40 «НА КРЮЧКЕ!». (16+)	16.25 «Алья Муромец и Соловьев-Разбойник». Мультфильм. (6+)	14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	08.25 Наше кино. Неувядющие. К 95-летию Арчилы Гомиашвили. (12+)	08.30 Мамы Пятницы. (16+)
16.45 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)	17.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	19.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)	20.00 «УЛИЧНЫЙ КОТ ПО КЛИЧКЕ БОБ». (16+)	09.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)	09.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
19.00 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)	20.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)	21.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)	21.45 «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+)	10.00 Планета Земля: часть 1. (16+)	10.00 Планета Земля: часть 2. (16+)
21.00 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)	23.20 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)	20.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)	23.55 «28 ДНЕЙ». (16+)	11.00 Животные в движении. (16+)	11.00 Животные в движении. (16+)
23.00 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)	01.00 «Любовь С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)	22.00 «АРНАВАЛ». (12+)	01.45, 02.30, 03.15, 04.05 «АМНЕЗИЯ». (16+)	09.20 «ДОПОЛНЯЮЩИЕ». (16+)	05.10 Лапа попал. (12+)
00.40 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	02.45 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)	00.55 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ...». (12+)	02.45 «ДУБРОВСКИЙ». (16+)	09.15, 14.25 Беременна в 16. (16+)	06.00 «Путь к Победе». (16+)
02.50 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)					07.00 «РИОРИТА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.40 «ИГРА В ИММАТИЦИЮ». (16+)	01.15 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)	00.45 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)	01.25 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
03.30, 23.30 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)	02.50 «ДОМНИКА». (12+)	02.35 «МУЖЧИНЫ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)	03.35 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
05.20 «ОБЫТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)	04.05 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)	05.25 «ЗАЖИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)	05.40 «ТАКСИ-БЛЮЗ». (18+)
07.10 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)	05.25 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)	07.05 «СУПЕРЗЯТЬ». (16+)	07.45 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
08.40 «ЖЕНА». (16+)	07.00 «ЧЕРНОГО ХОДА». (16+)	08.55 «ПЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)	10.05 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+)
10.15 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)	08.15 «ПЕТЬ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)	10.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (12+)	11.45 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
11.40 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)	10.05 «НАПАРНИК». (12+)	12.10 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)	13.25, 14.40 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
13.10 «ДОРЗ». (16+)	11.45 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)	13.55 «СУПЕРАЛИГА». (16+)	16.00, 17.25 «ЧАРОДЕЙ». (6+)
15.20 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)	13.30 «ВСЁ В ПОРЯДКЕ, МАМА!». (16+)	15.40 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)	19.00 «РАССЕЯННЫЙ». (6+)
17.10 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)	15.15 «РИОРИТА». (16+)	17.35 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	20.35 «МАНИЯ ВЕЛИЧИЯ». (6+)
19.05 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)	17.05 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (12+)	19.30 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)	21.10 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.30 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)	18.45 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!». (16+)	21.20 «СВАДЬБА». (16+)	22.40 «СВАДЬБА». (16+)
22.05 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)	21.00 «КИСЛОРОД». (16+)	22.55 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)	Драма, комедия, Франция, Россия, 2000 г.
Комедия, США, 2011 г.	22.30 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)		

СУББОТА!	СУББОТА!	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
05.00 «Машины сказки». Мультисериял. (0+)	08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)	06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)	06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (12+)	10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МЕРЭ». (12+)	00.00 Час истины. (12+)
06.00 «Маша и Медведь». Мультисериял. (0+)	02.00, 03.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)	06.25 «ДАТЯНИН ДЕНЬ». (12+)	06.25 «ДАТЯНИН ДЕНЬ». (12+)	01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)	01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
11.00, 12.00 Скажи пластью «Да!». (16+)	Сериал. Драма, комедия, мелодрама, Россия, 2002 г. В ролях: Екатерина Семёнова, Анжелика Вольская, Александр Мохов	Татьяна Разбежкина с мамой Верой Кирилловной приезжают в Москву. После победы в конкурсе студенческих проектов, Таня предложили перевестись в московский ВУЗ. У нее появляется новая подруга - Татьяна Баринова, в гостях у которой она знакомится с Сергеем...	Татьяна Разбежкина с мамой Верой Кирилловной приезжают в Москву. После победы в конкурсе студенческих проектов, Таня предложила перевестись в московский ВУЗ. У нее появляется новая подруга - Татьяна Баринова, в гостях у которой она знакомится с Сергеем...	Сериал. Криминальная драма, детектив, Франция, 1991 г.	01.45 Обыкновенная История. (6+)
13.00 «ОТЕЛЬ БЕЛГРАД». (16+)	13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)	11.25, 19.25, 03.25 «КАТИСЬ». (16+)	11.25, 19.25, 03.25 «КАТИСЬ». (18+)	02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)	02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
15.10 «ВЫКРУТАСЬ». (12+)	14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)	13.20, 21.20, 05.20 «НОЧНАЯ ЖИЗНЬ». (18+)	13.20, 21.20, 05.20 «НОЧНАЯ ЖИЗНЬ». (18+)	03.05 На пути к Великой Победе. (12+)	03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
20.50 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)	15.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)	17.05, 01.05, 09.05 «БИЛАНЦЫ». (12+)	17.05, 01.05, 09.05 «БИЛАНЦЫ». (16+)	04.00 Историада. (12+)	04.00 Историада. (12+)
22.45 «ВЫКРУТАСЬ». (12+)	15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)	18.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)	18.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)	05.05 «ИСАЕВ». (16+)	05.05 «ИСАЕВ». (16+)
00.40, 01.40, 02.30, 03.15, 04.05 Барышня-крестьянка. (16+)	23.10 Дёшь молодёжь! (16+)	23.10 Дёшь молодёжь! (16+)	00.55 Сердца за любовь. (16+)	05.55 Битва за Москву. Неизвестные герои. (12+)	06.00 Родовые проклятья. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ	
Усадьба	УСАДЬБА
06.00, 10.10, 14.05, 18.10, 22.10, 02.20 Альтернативный сад. (12+)	06.00, 07.00, 09.05, 10.05, 11.05, 12.05, 13.05, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05, 19.05, 20.05, 21.05, 22.10, 23.10, 00.10, 01.10, 02.10, 03.10, 04.10, 05.05 Трофи. (16+)
06.35, 22.40 Чай вдвоем. (12+)	06.30, 08.35, 10.35, 12.35, 14.35, 16.35, 18.35, 20.35, 22.40, 00.45, 02.40, 04.35 Вкусные рецепты охотника. (12+)
11.00, 15.15, 15.15, 19.15, 23.15, 03.25 Постное меню. (12+)	07.30, 09.35, 11.35, 13.35, 15.35, 17.35, 19.35, 21.35, 23.40, 01.40, 03.40, 05.30 Вкусные рецепты рыболова. (12+)
07.00, 11.15, 15.15, 19.15, 23.15, 03.25 Секреты стиля. (12+)	01.15, 03.15, 05.15, 07.15, 09.15, 11.15, 13.15, 15.15, 17.15, 19.15, 21.15, 23.15, 01.40, 03.40, 05.40 На рыбалку с охотой. (12+)
07.30, 10.45, 14.40, 16.50 Огород круглый год. (12+)	По разным оценкам, в России увлекаются охотой около 3 миллионов человек, а рыбаком - более 25 миллионов. Темы, волнующие зрителя канала «Охота и рыбака», можно перечислить бесконечно: нормативные документы, открытия и закрытия сезонов, новинки рынка, рейды против браконьерства, вести с водопроводом и охотхозяйством, соревнования по рыболовному спорту, анонсы и репортажи о выставках, фестивалях и мастер-классах... Об этом и многом другом охотники и рыболовы узнают из программы «На рыбалку с охотой!»
08.00, 12.20, 16.15, 20.15, 00.15, 04	

СПОРТ

МАТЧИ СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 10.20 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска	06.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.35 На словах с Елизаветой Кожевниковой. (12+)	02.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.05, 13.05 1 + 1. (12+)	04.00, 20.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
07.50, 10.00, 13.00 Новости Страна смотрит спорт. (12+)	06.00, 14.55, 17.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
08.20 Жена баскетболиста. (12+)	07.00 Фристайл. Кубок мира. Вейлонна. Ски-кросс. (12+)
08.40 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (12+)	08.00, 09.00, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планница. HS 240. (12+)
09.30 Жизнь после спорта. (12+)	10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 5-й этап. (12+)
10.05 Домашний коридор. (12+)	11.50 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планница. HS 240. Команды. Прямая трансляция. (12+)
11.10 Баскетбол. (0+)	13.55 Олимпийские игры. Footsteps (субтитры). (12+)
13.50 Десятка! (12+)	16.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
14.05, 00.50 Мир бильярда. (12+)	18.00, 22.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
14.35, 00.30 Страна. Live. (12+)	21.00 «Барбоскины». (0+)
14.55, 18.55 Прыжки с трамплина. Прямая трансляция	21.30 «Джинглики». (0+)
16.40 Игры королей. (12+)	
16.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция	
20.45 Самбо. Кубок мира. «Мемориал Харлампиева». (0+)	
22.55, 01.20 Фристайл и сноубординг. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 07.10 PRO-новости. (16+)
05.20, 12.05 TOP 30 – Русский крутак недели. (16+)
07.30 Сделано в 90-х. (16+)
09.00 Ждите ответа. (16+)
10.00 Мир в одной тарелке. (16+)
10.35 TOP чарт Европы плюс. (16+)
11.35 PRO-обзор. (16+)
14.20 Отпуск без путёвки. (16+)
15.25 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
16.25 Миллионеры поколения Z. (16+)
17.25 Сольное шоу Полины Гагариной «Смотри» в День Рождения певицы. (16+)
19.20 Live в кайф. (16+)
20.40 Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+)
23.15 Танцпол. (16+)
Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты.
00.30 Несприннер. (18+)
04.00 Несприннер. (16+)

МУЛЬ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
- 06.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00 «Солнечные зайчики». (0+)
- 08.15 «Роботы-поезда». (0+)
- 08.35, 13.20, 20.20 «Маша и Медведь». Песенки для малышей. (0+)
- 09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 12.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 12.05 Друзья на все времена. «Крокодил Гена» (0+), «Чебурашка» (0+), «Шапокляк» (0+), «Чебурашка идет в школу» (0+)
- 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 18.00 «Хайдорабад». (0+)
- 18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 18.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпремьера! «Маша и Медведь», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
- 20.55 «Машинки сказки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Джинглики». (0+)

МУЛЬ

- 05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чудеса на выражах». (0+)
- 07.25 «Иль и Дей спешат на помощь». (6+)
- 07.50 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.50 «Лёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «София Прекрасная. Загадочные острова». (0+)
- 12.25 «Турнир Долины Фей». (0+)
- 12.55 «Русалочка». (6+)
- 14.35 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- 16.00 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
- 17.30 «Ральф». (6+)
- 19.30 «Моана». (6+)
- 21.40 «Золушка». (6+)
- 23.50 «СУМАШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)
- 01.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

Disney

- 05.00 «Пэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 06.55 «Жужжакала». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Жужжакала». (0+)
- 07.35 «Бурёнка Даша». (0+)
- 07.40 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
- 08.20 «Грузовчик Лёва». (0+)
- 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
- 09.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 10.45 «Зелёный проект». (0+)
- 11.10 «Семья Трефликов». (0+)
- 11.30 «Малышы и Медведь». (0+)
- 11.40 «Легенды Спарка». (0+)
- 12.10 «Три кота». (0+)
- 12.30 «ТриО!». (0+)
- 12.50 «Вперед, Астробой!». (0+)
- 13.30 «Тайны Медовых долин». (0+)
- 14.30 «Большие праздники». (0+)
- 15.00 «Ералаш». (6+)
- 16.10 «Клуб Винкс». (6+)
- 16.40 «Энчантималс. Солнечная саванна». (0+)
- 16.45 «Поезд динозавров». (0+)
- 18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
- 19.00 Семейное кино. «Белка и Стрелка. Карабская тайна». (6+)

УНИКУМ

- 06.13, 21.37 «Летающие звери». (6+)
- 07.55 «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (0+)
- 10.33 «Барашек Шон». (6+)
- 11.57 «Смешарики». (0+)
- 13.00 «Волки и Овцы: безумное превращение». (6+)
- 14.27, 22.27 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
- 14.43, 22.42 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
- 14.56, 15.26, 22.55 Проще простого! (6+)
- 15.12, 15.42 История великих изобретений. (6+)
- 15.56 «Макс Стил». (12+)
- 16.40 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
- 17.30 Вредные советы от полезных детей. (6+)
- 17.36 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)
- 19.00 «Хранитель луны». (0+)
- 20.21 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
- 23.12 Я сегодня нарисую. (6+)

O!

- 05.00 «Облачный хлеб». (0+)
- 07.00 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.05 «Боб-строитель». (0+)
- 08.00, 19.25 «Доктор Малышкина». (0+)
- 08.05, 03.20 «Тима и Тома». (0+)
- 09.40 «Еда на ура!». (0+)
- 10.00 О! Кино! «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (0+)
- 11.30 «Торнозавры». (0+)
- 13.40 «Мой музей». (0+)
- 13.45, 22.00 «Иоко». (0+)
- 16.00 «Студия Калиаки-Маляки». (0+)
- 16.25 «Роботы-поезд». (0+)
- 18.15 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
- 18.20 «Франжевая корова». (0+)
- 19.30 «Лег + Кот». (0+)
- 20.25 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 23.55 «Простая арифметика». (0+)
- 00.00 «Ангел Бэби». (0+)
- 02.00 О! Кино! «Снежная Королева: Зазеркалье». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

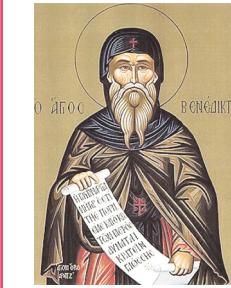
СПАС

- 05.00 «Новый день». Новости на СПАС. (12+)
- 06.00 Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
- 06.30, 07.00, 07.30 Монастырская кухня. (0+)
- 08.00, 08.45, 04.15 Мультфильмы на СПАС. (0+)
- 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковалчук. (0+)
- 09.00, 20.00, 01.15 Простые чудеса. (12+)
- 09.55 Русский обед. (6+)
- 10.55 В поисках Бога. (6+)
- 11.25, 11.55, 12.25, 12.55, 13.25 Лествица. (6+)
- 13.55 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
- 02.00 Пилигрим. (6+)
- 02.30 «Парсуня» с Владимиром Легойдой. (6+)

- 15.15 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
- 16.15, 17.30, 18.45 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 1-3 серии. (12+) СССР, 1986 г. Режиссёр: Анатолий Тютюнник. В ролях: Альбина Матвеева, Игорь Ледогоров, Георгий Жёнов, Викторас Шинкарюка, Георгий Дрозд
- 20.50 Паломница. (0+)
- 22.00 Движение вверх. (6+)
- 23.05, 03.15 Украина, которую мы любим. (12+)
- 23.35, 03.45 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 00.10 День Патриарха. (0+)
- 00.25 Вера в большом городе. (16+)
- 02.00 Пилигрим. (6+)
- 02.30 «Парсуня» с Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

27 марта
Седмица 2-я Великого поста.
Поминование усопших. Глас 8.
Прп. Венедикта Нурсийского.



Свт. Евхимиона исп., еп. Лампакийского. Блгв. вел. кн. Ростислава-Михаила. Свт. Феогноста, митр. Киевского и всея России. Феодоровской иконы Божией Матери.

Постный день.

...От деятельности по своей воле и по своему разуму немедленно явится попечительность о себе, предстанут уму различные соображения, предположение, опасения, мечты, уничтожат внимательную молитву».

Свт. Игнатий Брянчанинов

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Венедиков мороз еще семь дней зимы принес

22 марта отмечали день Сороки, или Сорока Сороков. Считалось, что если в этот день тепло, то следующие сорок дней (до Зосима пчельника – 30 апреля) будут теплыми, а если холодно – холодными. На Василисан день, 23 марта, было принято наблюдать за туманом: густой утренний туман сулил перемену погоды, дневной туман – дожди и ненастье. На Ефимов день, 24 марта, наши предки подмечали приметы на погоду. Если ночью появлялся иней, то снегопада не будет. Если в Феофанов день, 25 марта, подмечали другую примету – снег начал таять с южной стороны муравейника, то лето будет



Замкнутый круг какого-то: у меня бессонница из-за стресса, а стресс – из-за недостатка сна.

№ 11 (155). Дата подписания в печать: 23.00 час. 15.03.2021 г.

Дата производства: 15.03.2021 г.

Дата выхода в свет: 16.03.2021 г. Тираж 68 315 экз.

Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литер A, пом. 44

Заказ №Б-17/11. Выходит во всех областях СЗФО.

Тираж этого номера 935 280 экз.

Рекомендованная цена в розницу 16 рублей.

Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»

Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.

Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

ТЕЛЕК ПИТЕР

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

КАРДОС

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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-962-724-29-44 e-mail: telek@kardos.ru
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧ

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	РОССИЯ K	РОССИЯ K Культура	СТС	СТС		
	00.15 «ХОЛОДНАЯ ВОЙНА». (18+)	13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)		09.30 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)		11.00 Чудо техники. (12+)		18.00 «УСПЕХ»		00.45 «ВКУС ЖИЗНИ». (12+)			
05.00	06.10 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ». (16+)	04.20 «ЛЮБЛЮ, ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ». (12+)	06.00 03.10 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ». (12+)	05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	09.30 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	05.15 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)	07.00 Центральное телевидение. (16+)	07.30 «ВАШИ ПРАВА?»	06.00 Ералаш. (0+)	06.05 «Фиксики». (0+)	06.15 «Охотники на троллей». (6+)		
06.00	Новости			Андрей Климов - следователь Следственного Комитета отказывается от выгодных предложений работы в частных компаниях или продвижения по карьерной лестнице, так как считает своей целью не рутинную «бумажную» работу в качестве коррумпированного чиновника, а служение высшим идеалам: торжеству справедливости, разоблачению преступников вне зависимости от их финансового благополучия и положения в обществе. Чётко зная законы и требуя неукоснительного их исполнения, он не идёт на уступки даже самым влиятельным и богатым людям города. Уснув однажды у себя дома, герой просыпается в тюремной камере, обвиняемый в убийстве жены и дочери	10.00 Чудо техники. (12+)	14.05 Однажды... (16+)	15.00 Своя игра. (0+)	16.20 Следствие вели... (16+)	18.00 Новые русские сенсации. (16+)	19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой	15.35 «Молога. Между огнем и водой»	16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»	
06.55	Играй, гармонь любимая! (12+)	08.00 Местное время. Воскресенье	09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»	10.10 Сто к одному	11.00 Вести	11.00 «Успех»	12.10 Свой Петербург	13.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгинским	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Красотка в уда-ре». (12+)	
07.40	Часовой. (12+)	08.35 «Устами младенца»	10.10 Сто к одному	11.30 «Парад юмора». (16+)	12.00 Вести недели	14.00 «КАНИКУЛЫ ГОСПОДИНА ЮЛО»	15.30 «Молога. Между огнем и водой»	16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-5». (16+)	
08.10	Здоровье. (16+)	09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»	10.10 Сто к одному	13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)	20.00 Москва. Кремль. Путин	05.10 «БЕГЛЕЦЫ». (16+)	07.00 Центральное телевидение. (16+)	08.00 Сегодня	18.00 «Успех»	19.30 «Молога. Между огнем и водой»	20.10 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Форсаж-6». (12+)	
09.20	«Непутевые заметки». (12+)	10.10 Сто к одному	11.00 Вести	17.45 «Ну-ка, все вместе!» (12+)	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	08.20 У нас выигрывают! (12+)	10.00 16.00 Сегодня	19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-7». (16+)
10.00	12.00 Новости (с субтитрами)	11.00 Вести	11.30 «Парад юмора». (16+)	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	02.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	10.20 Первая передача. (16+)	11.00 Чудо техники. (12+)	20.10 Маска. (12+)	22.10 Спектакль «Амадеус. Лаборатория оперы»	00.10 «Кинескоп» с Петром Шепотинником	23.40 Стендап Андеграунд. (16+)	00.45 «Вкус жизни». (12+)
10.15	Жизнь других. (12+)	11.15 12.15 Видели видео? (6+)	13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	03.10 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	11.00 «Успех»	12.10 Свой Петербург	13.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгинским	19.30 «Молога. Между огнем и водой»	20.10 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Форсаж-8». (12+)	02.40 «Анжелика». (16+)
11.15	12.15 Видели видео? (6+)	13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)	17.45 «Ну-ка, все вместе!» (12+)	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	12.20 За дело! (12+)	13.00 Новости	14.00 «Каникулы господина Юло»	19.30 «Молога. Между огнем и водой»	20.10 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	04.15 «6 кадров». (16+)
14.00	«Ну вы, блин, даете!» К 70-летию Алексея Булдакова. (12+)	17.45 «Ну-ка, все вместе!» (12+)	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	02.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	13.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ-СКАУТ». (16+)	14.00 «Тайны Чапман». (16+)	15.30 «Молога. Между огнем и водой»	22.10 Спектакль «Амадеус. Лаборатория оперы»	00.10 «Кинескоп» с Петром Шепотинником	23.40 Стендап Андеграунд. (16+)	00.45 «Вкус жизни». (12+)
15.10	«ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	14.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ-СКАУТ». (16+)	15.00 «Тайны Чапман». (16+)	16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-9». (16+)
16.35	«Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Прямой эфир	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	15.10 «БИГЛЕЦЫ». (16+)	16.00 Чудо техники. (12+)	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-10». (16+)	20.40 «Анжелика». (16+)
18.35	«Точь-в-точь». (16+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	15.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ-СКАУТ». (16+)	16.00 Чудо техники. (12+)	17.15 «Роман в камне»	17.45 «Первые в мире»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-11». (16+)	04.15 «6 кадров». (16+)
21.00	Время	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	16.00 Чудо техники. (12+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-12». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	04.30 «Аргонавты». (0+)
22.00	«Что? Где? Когда?» (16+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	16.20 Следствие вели... (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-13». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	05.15 «Бобик в гостях у Барбоса». (0+)
23.10	«МЕТОД-2». (18+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	16.30 «БИГЛЕЦЫ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-14». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	05.25 «Василёк». (0+)
00.15	«ХОЛОДНАЯ ВОЙНА». (18+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	16.50 «БИГЛЕЦЫ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-15». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	05.35 «Вот так тигр!» (0+)
05.00	«ТРЕМБИТА». (0+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-16». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	05.40 «Дом, который построили все». (0+)	05.50 Ералаш. (0+)
07.30	«Фактор жизни». (12+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-17». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	05.50 Ералаш. (0+)	06.45 «Идеальная жена». (16+)
08.00	«10 самых...» (16+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-18». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
08.40	«АКТЕРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-19». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
10.40	«Спасите, я не умею готовить!» (12+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-20». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
11.30	События	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-21». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
11.45	Петровка, 38. (16+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-22». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
11.55	«БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)	20.00 Вести недели	20.00 Вести недели	22.00 Москва. Кремль. Путин	22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	03.10 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)	17.00 «Следствие вели...»	18.00 «Успех»	19.00 «Форсаж-23». (16+)	20.00 «Монологи кинорежиссера»	21.00 «Место встречи изменить нельзя»	06.45 «Идеальная жена». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
14.30													

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
00.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (18+)	01.00 «ЭКВИЛИБРИУМ». (16+)	10.00 «РОККИ-3». (16+)	20.30 «ЖИВЫЕ И МЁРТВЫЕ». (16+)	22.45 «КУЛЬПОХОД В ТЕАТР». (0+)	05.50 «Пища богов». (12+)	06.40 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (12+)	08.30 «Автограф». (12+)	09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)	10.00 12.00 «Известия 78». (12+)	12.15 «Происшествия». (16+)	13.15 «Другой Петербург». (16+)
07.00 «ТНТ. Gold». (16+)	06.00 Каламбур. (16+)	07.30 09.20 12.00 15.45 21.00 Новости	06.55 «У меня еще есть адреса». (16+)	06.40 «Мультифильмы». (6+)	06.40 «Пища богов». (12+)	06.55 «Такие разные питомцы». (12+)	07.40 «ПЕЛИКАН». (0+)	09.10 «КОМИССАР МЕГРЭ». (12+)	10.00 «Традиции коренных народов Ленинградской области. Национальная кухня». (6+)	10.15 «В ритме Петербурга». (12+)	11.00 Новости. (16+)
07.30 «ТНТ. Gold». (16+)	07.30 КВН Best. (16+)	08.35 12.05 15.00 21.10 00.00 Все на Матч!	08.35 «Слово». (12+)	08.55 «Азбука петербуржца». (6+)	09.00 Итоги недели. (16+)	09.55 «Александр Невский. Имя России». (6+)	09.40 «Футбольные звёзды». (0+)	10.00 «РОККИ-3». (16+)	10.15 «В ритме Петербурга». (12+)	11.10 «В ритме Петербурга». (12+)	11.30 «Главный врач». (12+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)	08.50 Утилизатор. (12+)	09.25 «Спортландия». (0+)	09.00 Итоги недели. (16+)	10.15 «В ритме Петербурга». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	12.15 Моя история. (12+)	12.15 «Происшествия». (16+)	13.15 «Другой Петербург». (16+)
09.30 «Перезагрузка». (16+)	11.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)	09.40 «Футбольные звёзды». (0+)	09.55 «Александр Невский. Имя России». (6+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.00 «СЛЕДСТВИЕ ЛЮБВИ». (16+)	13.45 «Алексей Багин». (16+)	14.15 16.00 «Легенды советского сыска». (12+)
10.00 «САШАТАНЯ». (16+)	20.00 +100500. (16+)	10.00 «РОККИ-3». (16+)	10.15 «В ритме Петербурга». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)	14.15 16.00 «Легенды советского сыска». (12+)	15.00 «Середина дня». (12+)
11.00 «Музыкальная интуиция». (16+)	23.00 +100500. (18+)	12.45 20.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)	11.00 Новости. (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)	16.45 19.20 «Болеем за наших!». (12+)	17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
13.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)	00.00 Фейк такси. (18+)	13.45 Формула-2. Гран-при Бахрейна. Прямая трансляция	11.10 «В ритме Петербурга». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)	19.30 Закрытый архив. (16+)	21.00 «Другой Петербург». (16+)
17.30 «Ты топ-модель на ТНТ». (16+)	01.00 «ЭКВИЛИБРИУМ». (16+)	15.50 Футбол. Казахстан - Франция. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция	11.30 «Главный врач». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)	22.00 «Дальше некуда». (16+)	23.00 «Спорт pro & contra». (12+)
19.00 «Холостяк». (16+)	02.55 Улётоное видео. (16+)	18.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Прямая трансляция	12.20 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)	00.00 «Большой Хоха». (12+)	00.50 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
20.30 «Однажды в России». (16+)		21.50 Футбол. Россия - Франция. Молодёжный чемпионат Европы. Финальный турнир. Прямая трансляция	13.15 15.15 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
21.30 «Однажды в России. Спецдайджесты-2021». (16+)		Хоккей. «Даллас Старз» - «Флорида Пантерз». НХЛ. Прямая трансляция	20.30 «ЖИВЫЕ И МЁРТВЫЕ». (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
22.00 «Stand up». (16+)			03.40 «Театральная гостиная Рудольфа Фурманова». (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
23.00 «Прожарка». (18+)			03.40 «Удивительные люди». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
00.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (18+)			01.55 «Удивительные люди». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
Трои бывших любовниц решают объединиться ради мести - сперва своим женатым обидчикам, а затем всему сильному полу. Кто бы мог подумать, что вскоре о них заговорят вся страна?			03.30 «Большой вопрос». (16+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
02.00 «Импровизация». (16+)				10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		
03.40 «Comedy Баттл». (16+)				10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	10.20 «Супергерои». (12+)	13.20 «МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДСТАВИТЬ». (12+)		

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТЫ НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 22 ПО 28 МАРТА

ОВЕН (21.03 – 20.04)	ТЕЛЕЦ (21.04 – 20.05)	БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)	РАК (22.06 – 22.07)
Неделя Овнов обещает быть суетной, но плодотворной. Удастся завершить прежние рабочие проекты и замахнуться на новые; совершив крупную, давно желаемую покупку. Душевную гармонию обещают подарить вечера в кругу семьи и общение с любимым человеком.	Тельцов правильнее будет сейчас назвать мартовскими котами – во главу угла они в ближайшее время будут ставить чувства и отношения. Но чтобы не разбираться потом с ворохом накопившихся проблем, все же не забывайте о работе и домашних обязанностях.	Близнецы истосковались по смене обстановки, путешествиям, новым знакомствам. И время вернуть все это в свою жизнь самое что ни на есть подходящее. Близкие люди будут рады небольшим подарочкам, а любимый человек благодарен за заботу и нежность.	Чтобы не оказаться в эпицентре конфликта, Ракам стоит избегать острых углов в общении с начальством и коллегами. Не отказывайте в поддержке близким, если они вас об этом попросят. А свою половинку старайтесь чаще приглашать на романтические свидания.
ЛЕВ (23.07 – 22.08)	ДЕВА (23.08 – 23.09)	ВЕСЫ (24.09 – 23.10)	СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Львы жаждут внимания и восхищения. Звезды будут на стороне людей творческих и способствуют им в достижении целей. Но в погоне за славой и признанием не забывайте про текущие рабочие проекты, помочь близким и домашние обязанности.	Девам на предстоящей неделе будет сложно находить общий язык с окружающими. Ну и занимайтесь индивидуальными проектами, решайте личные вопросы. Неплохое время для ремонта и дачных забот. А для души – прогулки за городом, экскурсии и любимое хобби.	В жизни Весов намечаются глобальные перемены. А вот какими они будут, зависит от вашего к ним отношения. Если не испугаетесь и примете ситуацию, великий шанс не только добиться желаемого, но и заложить фундамент для будущих серьезных свершений.	Звезды обещают Скорпионам долгожданные новости и приятные встречи с людьми из прошлого. Если подвернется возможность улучшить свое материальное положение – не упустите. И не ждите, радуйте близких и свою половинку приятными мелочами.
СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)	ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)	КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)	РЫБЫ (19.02 – 20.03)
У Стрельцов появится желание, а главное, возможность поучиться чему-то новому, привнести в свою жизнь разнообразие. Вас начнут больше ценить коллеги, не упустите свой шанс на лидерство, если давно этого жаждали. Любимого человека окружите заботой.	Меланхоличное настроение может подтолкнуть Водолеев к диванному образу жизни. Боритесь, сейчас не время хандрить. Чуть-чуть напрягшись, вы сумеете продвинуться по карьерной лестнице, улучшить отношения с близкими и обаять понравившегося человека.	Козероги будут успешны во многих сферах жизни, период для этого благодатный. Но звезды предупреждают: если начнете задирать нос, можете споткнуться. Будьте скромнее. Хорошее время для семейных путешествий, дружеских встреч и романтических свиданий.	В жизни Рыб наступает период, когда любые новшества будут в радость, и на пользу. Вам давно и отчаянно хотелось что-то поменять в своей жизни. Близкие поддержат вас во всех начинаниях, а любимый человек станет соратником в любых авантюрах.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Один из основных жанров танцевальной музыки XX века.
 2. Изначально (до второй половины XVII века) эта хлопчатобумажная ткань красилась не только в ярко-красный, но и в синий цвет.
 3. Стиль эпохи Наполеона с массивной мебелью и шелками на стенах.
 4. Место, где реку нельзя переплыть, но можно перешагнуть.
 5. Второе имя кулана и вид катапульты у древних греков.
 6. Плотные краски на водной основе.
 7. Серое полотно под колесами фуры.
 8. Булочка, приготовленная с использованием молока, масла и яиц.
 9. Безрукавный плащ, сделанный из войлока.
 10. Камень для кладки стен, отесанный в виде правильного параллелепипеда.

ОТВЕТЫ: 1. Нико. 2. Kyaya. 3. Amnup. 4. McTok. 5. Ohrap. 6. Lyap. 7. Llocc. 8. Ctofa. 9. Gyka. 10. KbaAp.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV 1000
РУССКОЕ КИНО

- 05.00 «ДИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
06.50 «ДЮНА». (12+)
09.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
11.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)
13.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
15.20 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)
17.05 «ИГРА В ПРЯТИКИ». (16+)
19.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
США, Германия, 2005 г.
В ролях: Кейт Хадсон, Джин Херт
20.50 «ДРУГИЕ». (16+)
22.45 «ТЁМНАЯ ВОДА». (16+)
00.35 «ДИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
02.40 «ДЮНА». (12+)

TV 1000
РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
07.15 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
09.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
10.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
12.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
13.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
15.00 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
16.55 «ЛЁД». (12+)
19.00 «ЛЁД-2». (6+)
21.30 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
23.25 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
01.00 «НА КРЮЧКЕ!». (16+)
02.30 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
04.00 «ГОРЬКО!». (16+)

ДОМ КИНО

- 05.15 Золото «Мосфильма». «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
07.00 «СВАТЫ». (16+)
13.20 «КАРНАВАЛ». (12+)
16.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
17.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
19.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
20.30 «Три богатыря. Ход ко нём». Мультфильм. (6+)
22.00 «ХОЛОП». (16+)
00.00 «ЗОЛУШКА». (16+)
01.40 «КАЗУС КУКОЦКОГО». (16+)

SONY CHANNEL

- 06.00, 06.50 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
08.10, 09.00 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.50, 10.55, 12.00 Правила моей кухни. (16+)
13.05, 14.00, 15.00, 16.00 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
16.55 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (16+)
18.30 «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+)
20.00 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (6+)
21.50 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
23.40 «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННЮЮ». (16+)
01.55, 02.50, 03.45, 04.40 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
05.30 Голливуд за кадром. (16+)

ИЛЛЮЗИОН

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 02.45 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
04.30 «ДОРЗ». (16+)
06.40 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
08.25 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
10.20 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
11.45 «ПРОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
13.20 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
14.40 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
16.10 «ЖЕНА». (16+)
17.40 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕННЫ». (16+)
19.05 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
20.30 «ПРИТВОРЬСЯ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
22.05 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬBERT НОББС». (16+)
23.50 «ПРЕПОДНЯЯ». (18+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.30 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
01.50 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
03.25 «С ЧЁРНОМ ХОДА». (16+)
04.45 «СУДЬБА НА ЗАМЕНУ». (16+)
05.05 «ПЕТЬ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
06.40 «НАПАРНИК». (12+)
08.05 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)
09.55 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!». (16+)
11.35 «РИОРИТА». (16+)
13.25 «ЛАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (12+)
15.05 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!». (16+)
17.30 «КИСЛОРОД». (16+)
19.00 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)
21.00 «КОНТИНГУИЧИЯ». (16+)

СУББОТА!

СУББОТА!

- 05.00 «Машины сказки». Мультисериял. (0+)
06.00 «Маша и Медведь». Мультисериял. (0+)
11.00, 11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.55, 17.50, 18.40, 19.35, 20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
23.50 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
01.40, 02.30, 03.20, 04.10 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
06.00 «НА ГЛУБИНЕ». (18+)
Сериал. Криминал, Россия, 2014 г.

СТС LOVE

СТС LOVE

- 06.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)
07.00 «ЛАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
В семье Васнецовых событие: Веник попросил у Мамы руку и сердце одной из её дочерей. Илья, как бывший жених, помогает Венику составить план торжественного мероприятия и заодно занимает у нового друга деньги...
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.50 Сердца за любовь. (16+)
05.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)

TV 21 ВЕК

- 10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МЕРЭ». (12+)
11.35, 19.35, 03.35 «ЭТО ЧЕРТОВО СЕРДЦЕ». (16+)
Драма, комедия, Германия, 2017 г.
13.25, 21.25, 05.25 «ЖИВАЯ ПЛОТЬ». (18+)
Драма, Франция, Испания, 1997 г.
15.10, 20.10, 07.10 «ОСОБЕННЫЕ». (12+)
Драма, комедия, Франция, Бельгия, 2019 г.
17.05, 01.05, 09.05 «ВЕЛА ГЕРМАНИЯ». (16+)
Сериал. Драма, Германия, 2019 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба

УСАДЬБА

- 06.00, 10.10, 14.10, 18.10, 22.10, 02.20 Альтернативный сад. (12+)
06.35, 18.40, 22.40, 02.50 Доктор Смузи. (12+)
06.50, 11.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.05 Постное меню. (12+)
07.00, 11.15, 15.15, 19.15, 23.15, 03.25 Секреты стиля. (12+)
07.30, 11.45, 15.45, 19.45, 23.45, 03.50 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
08.00, 16.15, 20.15, 00.15, 04.20 Лучки-пучки. (12+)
08.20, 12.35, 00.35 Дом, милый дом! (12+)
08.35, 12.50, 20.50, 00.50, 04.50 50 оттенков желе. (12+)
08.50, 12.15, 14.40, 16.50 Огород круглый год. (12+)
09.20 Травовед. (12+)
09.40, 13.40, 17.35, 01.35, 05.35 Хозин. (12+)
10.40 Чай вдвоем. (12+)
13.05, 01.10 Дети на даче. (12+)
16.35, 20.30, 04.35 Сельсовет. (12+)
17.05, 21.05, 05.05 Умный дом. Новые технологии. (12+)
21.35 Мегабанщики. (12+)
Ведущий программы и мастер банныго пара Сергей Беляев сегодня едет в гости к своему другу, пармейстеру Геннадию Бартухину.
02.05 Кисельные берега. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

животные

- 06.00, 14.00, 22.05, 02.00 Рыболовная Россия. (16+)
06.30, 08.40, 10.35, 12.30, 14.30, 22.35, 00.35, 02.30, 04.40 Охота в Новом Свете. (16+)
06.50 Давай зарубимся! (12+)
07.10, 11.00, 14.55, 19.00, 23.00, 03.15 Безграницная рыбалка. (16+)
07.35, 23.35, 03.45 Один день из жизни. (16+)
08.10, 15.55, 04.10 Рыбалка 360. (6+)
09.05, 12.55, 16.55, 01.00, 05.00 Сомы Европы. (12+)
09.35, 13.30, 17.30, 21.35, 01.35, 05.35 Зима. Удошка. Поклевка. (16+)
10.05, 18.00 Рыбалка в России. (16+)
11.30, 15.25, 19.30 Мир рыболова. (12+)
12.00, 20.00 Рыболов сегодня XL. (16+)
16.25, 20.30 Рыбала с Нормундом Грабовским. (12+)
18.30 Охота в Удмуртии. (16+)
21.00 На рыбалку с охотой. (12+)
00.05 Охота и рыбалка в... (12+)
02.55 Нож-помощник. (16+)

ЖИВИ!

- 00.00, 12.30, 13.00, 23.30 Велнес-меню. (12+)
Весело и непринужденно Вы узнаете всё о главных тенденциях в мире медицины, здоровья и красоты. В ходе увлекательного путешествия Вы окажетесь в самых популярных фитнес классах, СПА салонах, в лучших медицинских заведениях, модных кафе. У Вас появится настоящий путеводитель для здорового образа жизни.
00.30, 01.30, 16.00, 17.00 Здоровые и знаменитые: русская версия. (12+)
02.30, 03.00, 11.30, 12.00, 20.00, 20.30 Территория фитнеса. Красота и сила. (12+)
03.30, 11.00 Проснись со Стасом. (12+)
04.00, 06.00, 08.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 07.00, 09.00 Витамин-зарядка. (12+)
05.15, 07.15, 09.15 Витамин-йога. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Фитнес для лица. (12+)
10.00, 10.30, 18.30, 19.00 Латинский квартал. (6+)
13.30, 21.00 Фитнес-коллекция. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
19.30 Фитнес по-взрослому с Еленой Санжаровской. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

МИР

ПЯТНИЦА

Ю

ПОБЕДА

ЮНЕСКО

ПОДАРОК

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00, 10.50 Баскетбол. (0+)	00.00, 02.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)	07.50, 10.30, 13.00 Новости
07.55 Игры королей. (12+)	04.00, 20.20 Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)	08.10 Страна. Live. (12+)
08.25 Мир бильярда. (12+)	06.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. (6+)	08.55 Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Тур «Синяя птица». Прямая трансляция из Чайковского
10.35 Мой первый тренер. Иван Ухов. (12+)	08.00, 10.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)	10.35 Моя первая любовь. (12+)
12.40 Жена баскетболиста. (12+)	18.00, 20.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)	13.05 Ярушин. Хоккей шоу. (12+)
13.05 Ярушин. Хоккей шоу. (12+)	19.30, 12.45 Велоспорт. «Выездная Каталония». (12+)	13.30, 01.35 Малышка на миллион. (12+)
14.05, 22.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	10.50 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)	13.50, 01.55 Десятка! (12+)
14.35, 20.25 Путь короля Артура. (12+)	13.30 Велоспорт. «Выездная Каталония». 7-й этап. Прямая трансляция. (12+)	14.05, 22.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
14.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция	18.15 Теннис. ATP 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)	14.35, 20.25 Путь короля Артура. (12+)
16.55 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)	22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)	14.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
18.55 Прыжки с трамплина. Мужчины	05.59, 21.37 «Летающие звери». (6+)	16.55 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)
20.45 Самбо. Кубок мира. «Мемориал Харлампиева». (0+)	07.24 «Богатырята». (6+)	18.55 Прыжки с трамплина. Мужчины
23.25 Смешанные единоборства. АСА 120. (16+)	07.59 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)	20.45 Самбо. Кубок мира. «Мемориал Харлампиева». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	14.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. (16+)
08.00, 04.00 Караокинг. (16+)	Яркий праздник популярной музыки с участием самых топовых звёзд шоубизнеса.
09.00, 15.40 PRO-обзор. (16+)	16.10 Прогноз по году. (16+)
09.35 DFM - Dance chart. (16+)	17.10 Мегадискотека. Русское Радио. 25 лет. (16+)
10.25 10 самых! (16+)	19.55 ТОР 30 - Крутая неделя. (16+)
11.00 Русский чарт. (16+)	22.00 Ждите ответа. (16+)
11.55 Миллионеры поколения Z. (16+)	23.00 10 секу. (18+)
13.00 Tiktok чарт. (16+)	00.00 Наше. (18+)
	02.00 Караокинг. (18+)

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...Встань, возьми свою постель и ходи!»

Через несколько дней опять пришел Он в Капернаум; и слышно стало, что Он в доме. Тотчас собрались многие, так что уже и у дверей не было места; и Он говорил им слово. И пришли к Нему с расслабленным, которого несли четверо; и, не имея возможности приблизиться к Нему за многолюдством, раскрыли кровлю дома, где Он находился, и, прокопав ее, спустили постель, на которой лежал расслабленный. Иисус, видя веру их, говорит расслабленному: чадо! прощаются тебе грехи твои. Тут сидели некоторые из книжников и помышляли в сердцах своих: что Он так богохульствует? кто может прощать грехи, кроме одного Бога? Иисус, тотчас узнав духом Своим, что они так помышляют в себе, сказал им: для чего так помышляете в сердцах ваших? Что легче? сказать ли расслабленному: прощаются тебе грехи? или сказать: встань, возьми свою постель и ходи? Но чтобы вы знали, что Сын Человеческий имеет власть на земле прощать грехи, – говорит расслабленному: тебе говорю: встань, возьми постель твою и иди в дом твой. Он тотчас встал и, взяв постель, вышел перед всеми, так что все изумлялись и прославляли Бога, говоря: никогда ничего такого мы не видали.

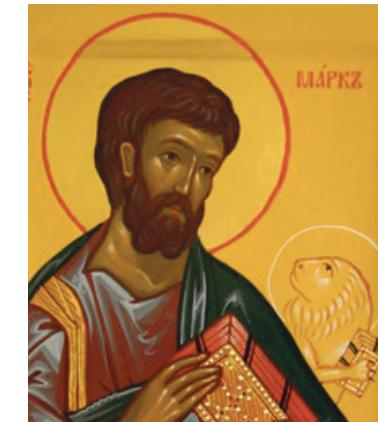
Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 28 марта, в воскресенье.



Комментирует
епископ
Переславский
и Угличский
Феофан

В сегодняшнем евангельском рассказе Христос не говорит, что у парализованного человека не было греха, и не говорит, что нет связи между его болезнью и грехом. Более того, в данном случае фразы «чадо! прощаются тебе грехи твои» и «встань, возьми постель твою и иди в дом твой» звучат в устах Господа Иисуса Христа как синонимы. Особенно же примечательно

здесь то, что этот паралитик никак не мог проявить свою волю. Он не просил ни исцеления, ни прощения грехов. Он здесь выступает в роли объекта, вокруг которого разворачивается вся эта евангельская сцена. В его исцелении нет ровным счетом никакой его заслуги, это действие Божие, основанием для которого явились небезразличие и вера его друзей. Ведь именно они придумали остроумный способ обойти толпу и пробраться через крышу, именно они верили в то, что Христос в силах исцелить их друга, именно они попросили об этом. Господь исцелил парализованного, видя веру его друзей. Зачастую приходится сталкиваться с вопросом о том, стоит ли молить-



ся за тех наших близких, которые не веруют во Христа. И можно ли это делать? Разные священники дают разные ответы. Но какой ответ мы можем дать, если будем помнить о чуде исцеления парализованного человека по вере его друзей?

Кажется, что двух мнений здесь быть не может: не только личная вера способна творить чудеса, но и вера тех, кто нам близок, кому мы небезразличны, а значит, и молиться мы должны за всех и за каждого, вне зависимости от их отношения к Богу и Его Церкви. Конечно, не за всех мы можем молиться во время совершения литургии и вообще в храме, но это вовсе не означает, что чьи-то имена могут быть исключены из домашней молитвы.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY
08.00 «Солнечные зайчики». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 «Тима и Тома». (0+)
08.15 «Роботы-поезда». (0+)	05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	06.55 «Жуххалка». (0+)
08.30 «Маша и Медведь». (0+)	05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыш!» (0+)
09.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.30 «Жуххалка». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.35 «Бурёнка Даша». (0+)
14.00 «Смешарики». (0+)	06.50 «Чудеса на выражах». (0+)	07.40 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)	07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	08.20 «Три кота». (0+)
16.00 «Маша и Медведь». (0+)	07.50 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	09.00 «Еда на ура!» (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)	08.50 «Лёс Пэт». (6+)	09.20 «Маша и Медведь». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Мишу и Гошу». (0+)	09.00 Доброе утро с Мики. (0+)	10.45 «Проще простого!» (0+)
18.00 «Хэйдророблз». (0+)	11.00 «Елена – принцесса Авала: Песни сирен». (0+)	11.00 «Бурёнка Даша». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	12.00 «Снежная Королева: Зазеркалье». (6+)	11.10 «Семьи Трефликов». (0+)
18.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	13.40 «Хранитель Луны». (6+)	Поющие и танцующие Трефлики приглашают юных зрителей в мир воображения!
19.00 МУЛЬТпремьера! «Лео и Тиг», «Маша и Медведь». (0+)	15.20 «СОЛУШКА». (6+)	11.30 «Малыш и Медведь». (0+)
19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	17.30 «Моана». (6+)	11.40 «Легенды Спарка». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	19.30 «Ральф». (6+)	12.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)	21.35 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)	12.30 «Игра с умом». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	23.35 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)	Антонимы и синонимы, сдвоенные согласные и безударные гласные, словосочетания и целые тексты... скажете, что это скучно? Вовсе нет, потому что это повод посоревноваться в игре о невероятно интересном русском языке!
21.00 «Барбоскины». (0+)	01.20 «ЗВЕЗДНАЯ БОЛЕЗНЬ». (6+)	12.50 «Вперед, Астробой!» (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)	02.40 «Гравити Фолз». (12+)	13.30 «Простоквашино». (0+)

КАРУСЕЛЬ

СПАС
05.00, 00.20 День Патриарха. (0+)
12.55, 02.35 Завет. (6+)
14.00 Паломница. (0+)
15.10 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
18.00, 00.35 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.45 Следы империи. (16+)
21.25 «Паруса» с Владимиром Легойдой. (6+)
22.25, 02.05 Щипков. (12+)
22.55, 04.00 Лица Церкви. (6+)
23.10 Вера в большом городе. (16+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.55, 02.35 Завет. (6+)
14.00 Паломница. (0+)
15.10 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
18.00, 00.35 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.45 Следы империи. (16+)
21.25 «Паруса» с Владимиром Легойдой. (6+)
22.25, 02.05 Щипков. (12+)
22.55, 04.00 Лица Церкви. (6+)
23.10 Вера в большом городе. (16+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

28 марта
Неделя 2-я Великого поста. Глас 1.
Свт. Григория Паламы, архиеп. Солунского.

Мч. Агапия и с ним семи мучеников: Пуплия, Тимолая, Ромила, двух Александров и двух Дионисиев. Сщмч. Александра, иероя в Сиде. Мч. Никандра. Собор всех преподобных отцов Киево-Печерских. Сщмч. Алексия пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

Пустыня приняла многих благословенных исконными обличиями, обличив славолюбие их, кото-рому они подверглись через самочиние». Прп. Иоанн Лествичник

Молиться можно и нужно

и Господу нашему, и заступнице нашей Богородице, и вообще всем святым.

ЗАЧЕМ ЕЗДИТЬ В ПАЛОМНИЧЕСКИЕ ПОЕЗДКИ?

И трёх месяцев не прошло, а мама опять собирается в дорогу: всё выбирает, куда бы поехать в паломническую поездку. Я её пытаюсь отговорить, мол, погода к поездкам не располагает. А она – стоит на своём. Для чего надо ездить в паломнические поездки? Валентина К.

Паломнические поездки – одна из добрых тради

Наверное, самой популярной в кулинарии злаковой культурой является рис. Это и отличный гарнир, и прекрасное самостоятельное блюдо, и даже основа для вкусного десерта.

Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов с использованием риса. Попробуйте приготовить что-нибудь из предложенного нами, и наверняка вам понравится.

Нежное куриное филе с ароматным рисом



Американская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г куриного филе, 300 г риса, 2 ст. л. меда, пучок шпината, пучок зеленого лука, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 95 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рис сварить до готовности.
- 2 Всю зелень порубить.
- 3 Филе нарезать на 4 плоских куска.
- 4 На сковороде разогреть 1 ст. л. растительного масла, насыпать зеленый лук, жарить 1 минуту, помешивая.
- 5 Выложить на сковороду куски филе, посолить, поперчить, обжарить с обеих сторон (~ 5 минут), выложить на теплую тарелку.
- 6 Выложить на эту же сковороду рис, посолить, поперчить, перемешать, добавить мед, готовить, помешивая, 5-7 минут.
- 7 Добавить шпинат, перемешать, готовить еще 2-3 минуты.



Кстати

Выбираем рис для...

Собираясь готовить блюдо с рисом, необходимо выбрать правильный, именно тот самый для того или иного блюда. Ведь от вашего выбора зависит не только внешний вид, но и вкус готового блюда. Так, для каш, пудингов и ризотто многие хозяйки выбирают рис, содержащий побольше крахмала, – он хорошо разваривается и немного слипается, приобретая кремовую консистенцию. Как правило, такой рис имеет округлую форму. А для плова или гарниров необходим длиннозерный рис, который разваривается меньше и не слипается.

Рис с чесночным соусом

Узбекская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 8 зубчиков чеснока, 2,5 ст. л. меда, 1 лимон, 1 апельсин, 1-2 веточки розмарина, 2,5 ст. л. растительного масла, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 136 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 С лимона и апельсина срезать цедру, нарезать тонкой соломкой.
- 2 Оборвать и мелко нарубить листики розмарина.
- 3 В ковш сложить цедру, розмарин, чеснок (не очищая), влить масло и 3 ст. л. воды.
- 4 Накрыть ковш крышкой и поставить на небольшой огонь; готовить ~ 20 минут (чеснок должен стать мягким).
- 5 Одновременно сварить до готовности рис.
- 6 Достать чеснок из ковшика шумовкой, слегка остудить, оставшуюся жидкость процедить.
- 7 Выдавить мякоть чеснока обратно в ковшик, добавить мед, посолить, взбить в пюре с помощью венчика.
- 8 Рис полить полученным соусом, перемешать и сразу подавать.

Рис с цукини



Турецкая кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 1 цукини, 2 помидора, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль.
Калорийность (на 100 г): 81 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рис сварить до готовности.
- 2 Цукини и помидоры нарезать небольшими кубиками.
- 3 В сотейнике разогреть масло, обжарить цукини (5-7 минут), добавить помидоры, обжаривать все вместе еще 5-7 минут.
- 4 Добавить в сотейник рис, посолить, поперчить, перемешать, снять с огня.



Совет

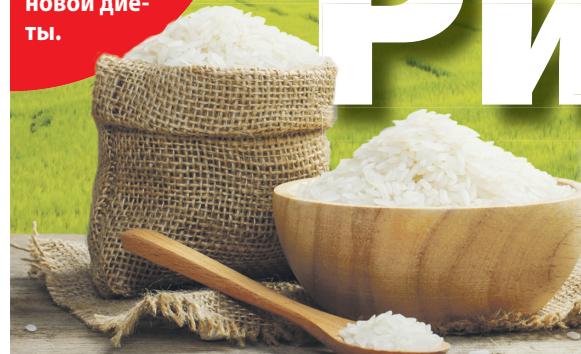
Как варить рис

Рис засыпать в кипящую воду (на 1 стакан крупы нужно 2 стакана воды), накрыть емкость с рисом крышкой и варить на самом малом огне 18-20 минут. По окончании варки вся вода должна впитаться в рис.

Коричневый рис варят точно так же, но воды берут больше – 500-600 мл на 200 г риса. Времени для варки тоже необходимо больше – от 40 минут. Это общий совет. Вместе с тем у многих хозяек есть свои секреты варки риса. Одни обязательно промывают его перед варкой холодной водой, другие – исключительно горячей водой. Есть хозяйки, которые обязательно заранее замачивают крупу, а есть те, которые насыпают рис в сухую кастрюлю, заливают воду на два пальца выше его уровня, накрывают крышкой и варят на самом медленном огне до полного выкипания воды. Словом, способов приготовления риса существует множество.



Рис не содержит глютена, поэтому подходит для безглютеновой диеты.



Рисовое волшебство

Кальмары с рисом

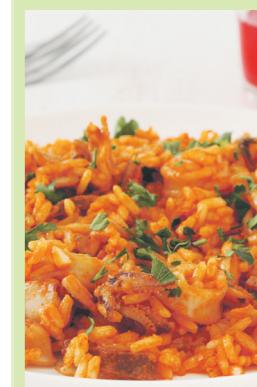


Японская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 500 г кальмаров, 200 г риса, 1 луковица, 2 моркови, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, по 1/3 ч. л. молотого кориандра, базилика и кумина, 1/2 ч. л. куркумы, растительное масло, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 88 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Кальмаров обдать кипятком, удалить пленки и внутренности, опустить на несколько секунд в кипящую подсоленную воду, затем нарезать тонкими полосками.
- 2 Отдельно сварить до готовности рис.
- 3 Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь – тонкими кружочками.
- 4 В глубоком сотейнике на растительном масле обжарить лук и морковь.
- 5 Добавить в сотейник кальмаров, томатную пасту, сахар, соль, специи, влить 50-70 мл горячей воды, перемешать, тушить 3-5 минут.
- 6 При подаче на тарелки разложить рис, сверху выложить кальмаров.



ПОСЛОВИЦЫ

Рассыпанный рис сполна не сберёшь.

(Вьетнамская)

Капли воды составляют реку, зёрна риса наполняют корзину.

(Китайская)

На чужом поле рис кажется лучшее, свои дети кажутся краше.

(Китайская)

В чужом рисе всегда кость поддается.

(Японская)

Ничего, что мешок грубый, зато рис в нём отборный.

(Бенгальская)

Рис рассыпешь – собрать можно, слово скажешь – назад не вернёшь.

(Корейская)



Светлана ИВАНОВА



Аллергия – заболевание хоть и довольно распространённое, но до сих пор со скоростью пыльцы, носимой ветром, обрастает мифами и домыслами.

В от хоть убежденность многих в том, что сезонная аллергия проявляется на тополиный пух. Но, конечно, пух тополя сам по себе безобиден. Однако может переносить на внушительные расстояния пыльцу аллергенных растений, например, тимофеевки или овсяницы. Так что же еще нам нужно знать о поллинозе? Да-вайте разбираться.

На что у меня аллергия?

На этот вопрос помогут ответить кожные аллергопробы. Суть метода заключается в подкожном введении небольшого количества аллергена. После того как аллерген введен, отслеживается реакция на него организма. Метод достаточно информативный, однако поторопитесь, в разгар цветения аллергических растений, когда вы уже не сможете обойтись без антигистаминных препаратов, применять его не стоит.

Правила безопасных прогулок

- В сухие, ветреные дни по возможности оставайтесь дома.
 - Перед выходом на улицу воспользуйтесь барьерным спреем для носа, который защитит слизистую от контакта с аллергенами, образовав после забрызгивания прозрачную гелеобразную пленку, выстилающую носовую полость и служащую естественным барьером для аэроаллергенов.
 - При выходе на улицу надевайте очки и по возможности респиратор или медицинскую маску.
 - Передвигаясь на личном автомобиле, не открывайте окна.
 - Промывайте нос и глаза проточной водой каждый раз, когда приходите с улицы, принимайте душ, мойте голову, одежду отправляйте в стирку.
 - Гулять и проветривать квартиру старайтесь после дождя, а также вечерами после 18 часов.

Диета при перекрёстной аллергии

На пыльцу злаковых

Стоит исключить из рациона в период цветения этих растений каши и злаки, хлеб, колбасы, мясные консервы, мед, пиво, квас, какао, клубнику, землянику, цитрусовые, сою, бобы, арахис, кукурузу, щавель.

На пыльцу сорных трав

В пору их пыления рекомендуется не употреблять мед, семена подсолнечника и подсолнечное масло, горчицу, майонез, дыню, арбуз, кабачки, баклажаны, помидоры, картофель, спиртные напитки, зелень и специи, цикорий, цитрусовые, бананы, чеснок, морковь, свеклу, шпинат.

На пыльцу деревьев

Воздержитесь от меда, косточковых плодов, яблок, груши, киви, орехов, моркови, зелени, специй, алкоголя, безрезового сока, картофеля, помидоров, огурцов, лука.



Как подготовиться к аллергосезону

- 1 По назначению врача пройти курс поддерживающей терапии.
 - 2 Принимать витамины. Так, витамины С, Е и группы В способны уменьшить проявления аллергии и значительно укрепить иммунитет. Дозировку и длительность курса подберет врач, но обычно витамины принимаются весь «опасный» сезон.
 - 3 Соблюдать гипоаллергенную диету. Тут важно знать, что при наличии аллергии на пыльцу аллергик, скорее всего, в период пыления будет реагировать и на так называемые «перекрестные» продукты.
 - 4 Проверить фильтры кондиционера и привести их в порядок.
 - 5 За неделю до начала цветения начать прием антигистаминных препаратов.
 - 6 Запастись барьерным средством для носа и антигистаминными назальными и глазными каплями.
 - 7 Завести дневник наблюдений за состоянием и ежедневно вносить в него данные о самочувствии, принимаемых препаратах и их действии на организм.

Календарь цветения для аллергиков

Поллиноз (сенная лихорадка) – наиболее часто встречающийся вид аллергии. А все потому, что пыльца многих растений крайне аллергенна и вездесуща. Вдохнул – и вот тебе сезонный ринит или астматический приступ. А ведь зная график цветения, можно подготовиться к сезону заранее. Запастись лекарствами, респираторами, пройти поддерживающую терапию и спланировать поездку.

	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь
Средняя полоса России		ольха, ива, орешник, осина, тополь	береза, дуб, клен, сосна	сосна, одуванчик, костер, лисохвост, липа	овсяница, ежа, липа, пырей, тимофеевка, мятылик	полынь, амброзия	полынь, амброзия
Северо-Запад России		лещина, ольха, ива	ольха, ива, береза, ясень, лисохвост, клен, вяз, тополь	ива, береза, ясень, лисохвост, дуб, мятылик, хвойные, злаки, щавель	злаки, щавель, липа	злаки, лебеда, полынь	лебеда, полынь
Юг России	абрикос, алыча, кипарис, верба	верба, вишня, клен, дуб, ясень, персик, платан, сирень, рапс, рис	платан, сирень, рапс, одуванчик, орех, свекла, сосна, каштан, липа, рис лисохвост, шелковица, табак	рапс, рис, каштан, липа, лисохвост, шелковица, табак, дурнишник, камыш, клещевина, лещина, подсолнечник, рожь	табак, лещина, подсолнечник, бузина, лебеда, полынь, софора, амброзия	лещина, подсолнечник, амброзия	амброзия, пырей

Совет
Запишите
в ежедневн

Посетите аллерголога осенью, когда период цветения будет позади. Это наиболее подходящее время для начала лечения аллергенами (АСИТ). Эффект от лечения достигается за счет воздействия на организм аллергенов в возрастающей концентрации, начиная с малых доз. Постепенное повышение дозы позволяет выработать устойчивость к воздействию аллергена. Лечение проводится под строгим контролем врача!

**Будьте здоровы
и прекрасной вам весны!**

Любовь АНИНА

Если ваш дачный участок требует озеленения, то предлагаем рассмотреть в качестве кандидатов на посадку декоративные кустарники.

В зависимости от имеющейся площади и особенностей рельефа, а также климатических условий, можно подобрать растения, которые будут радовать глаз и приносить удовольствие своим присутствием.

Определимся с задачами

Для создания живой изгороди можно рассмотреть такие кустарники, как терн, кизил, барбарис. Для невысокого ограждения могут подойти липа мелколистная, самшит вечнозеленый, тисс ягодный, лапчатка кустарниковая, смородина золотистая и др. При возведении высокой изгороди следует обратить внимание на вяз мелколистный, виргинский можжевельник, туя западную, терн.

Правила посадки

Как только вы достали саженцы, стоит приступить к посадке. Это обеспечит растениям высокую приживаемость. Особенно актуально это правило в весенний период, когда температура воздуха повышается быстро. При повышении температуры растения вступают в стадию роста, поэтому им нужен более тщательный уход. Если сразу «заселить» кустарник не получается, то оставьте его в теплице до момента посадки.

Посадим кусты для дачной красоты



КСТАТИ

Еще один аргумент в пользу весенней посадки: в апреле-мае достаточно большой выбор саженцев, так как поставки материала в этот период наиболее активные

Весной или осенью?

Посадку кустарников обычно проводят весной или осенью. Основная опасность весенней посадки – пересыхание корневой системы. Чтобы этого избежать, при транспортировке и хранении следует внимательно следить за тем, чтобы корни всегда были влажными, а ветви находились вдали от палящих лучей весеннего солнца и ветра. Проводить посадку можно сразу же после оттаивания почвы и до начала роста побегов (для средней полосы этот период приходится обычно на начало апреля – первую неделю мая).

Готовим «квартиру» для нового жильца

Территория для посадок должна быть подготовлена: выровнена и очищена, почва улучшена, выкопана ямка для саженца. При установке растения в яму важно, чтобы корневая шейка (утолщение основания ствола, где он переходит в корни) не была заглублена. Если она заглублена, то нужно ее освободить. Для этого следует убрать часть почвы с кома (или контейнера). Корневая шейка должна находиться на уровне почвы (допускается чуть выше), но ни в коем случае не заглублена.

Уход после посадки

В первое время после посадки растение нуждается в вашем внимании. Его следует поливать, выпрямлять (если оно наклонилось), подсыпать почву в осевшие посадочные ямы.

осевшие посадочные ямы. Регулярность полива зависит от погодных условий: если весна теплая, нужно поливать чаще, в дождь полив лучше ограничить, но в среднем – не менее одного раза в неделю. Обильный полив крупных кустарников производят из шланга из расчета 75-100 литров воды на 1 кв. м.

Пока молодые растения не приживутся, их не нужно подкармливать, чтобы корневая система развивалась сильной и здоровой. Обращаем внимание, что в первый год после посадки, пока растение еще не окрепло, оно больше подвержено риску заболеваний. Если у вас возникли подозрения, что растение поражено вредителями или болезнями, важно вовремя принять необходимые меры для борьбы с возбудителями заболевания.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НАДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Служенье муз не терпит суеты

Творчество и творения невозможны без посещения муз. И когда они приходят, появляются новые шедевры.

OBRETBIL: taumka c nkokkon, hañlinchin ha jincite
gywaran b lethpe chlorine, kapah/laub c tækha-
yñke, gywaran noñl khinol, 3yahok ha hoyt-
gyyke, kapmabhi yñncatena, chñkha y ctyña,
byarab y myabi ha rorobe, cañpabani y hee ke,
y3aoç cñpaba brepxy.

Перекись водорода – всем известная бесцветная жидкость с мощными окислительными свойствами, применяемая для медицинских целей.

Но домохозяйки давно убедились, что перекись водорода можно использовать и для нужд домашнего хозяйства: для очистки, уборки и дезинфекции. Предлагаем несколько интересных идей ее применения.

1 ОБРАБОТКА НЕМЕТАЛЛИЧЕСКИХ ПОВЕРХНОСТЕЙ В ДОМЕ.

Распылите 3-процентную перекись водорода на горизонтальные поверхности, оставьте на несколько минут, затем сполосните и протрите.

2 ОЗДОРОВЛЕНИЕ РАСТЕНИЙ.

Перекись водорода отлично влияет на растения: способствует росту, лечит корневые гнили и грибок. Чтобы усилить рост растений и продезинфицировать корневую систему, добавьте перекись в воду для полива, а для дезинфекции листьев и их оздоровления этим раствором опрыскайте растения из пульверизатора.

3 МЫТЬЁ РАЗДЕЛОЧНЫХ ДОСОК.

Деревянные разделочные доски со временем накапливают на поверхности частицы пищи и бактерии. С помощью обычных средств для мытья посуды проблему не решить. Для дезинфекции помойте доску обычным способом и облейте или распылите на нее 3-процентную перекись водорода, подождите 10 минут, ополосните водой и тщательно выслушите.

4 ДЕЗИНФЕКЦИЯ ЗУБНЫХ ЩЁТОК.

Чтобы не менять зубные щетки каждый месяц, раз в неделю прополощите их в перекиси водорода. Это помогает уничтожить бактерии и продлить срок эксплуатации щетки.



Хозяйка спрашивает у гости:
– Что-нибудь хотите?
Чай, кофе?
– А что-нибудь покрепче?
– Вот, орехи...

ПЕРЕКИСЬ ВОДОРОДА:



5 ВАННОЧКА ДЛЯ НОГ.

Добавьте перекись в воду из расчета 1 часть перекиси на 3 части воды, чтобы смягчить мозоли и натоптыши, уничтожить бактерии, вызывающие неприятный запах.

6 ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ РЖАВЧИНЫ.

Перекись водорода может с успехом удалять ржавчину. Смешайте в емкости 1 столовую ложку лимонного сока, пищевую соду и несколько капель перекиси водорода. Нужно втереть получившуюся пасту в ржавую поверхность, оставить на полчаса, а затем тщательно промыть водой. Это средство с успехом удаляет оранжевые пятна в раковине, ванной, на инструментах.

МНОГО ТАЛАНТОВ В ОДНОМ ФЛАКОНЕ

7 УДАЛЕНИЕ НЕПРИЯТНЫХ ЗАПАХОВ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ.

Чтобы провести его дезинфекцию, достаточно протереть полки перекисью водорода. Это поможет удалить микробы и пятна.

8 ВЫВЕДЕНИЕ ПЯТЕН С ОДЕЖДЫ.

Пятна биологического происхождения (пот и кровь) сложно удалить без использования едких химических средств. Заменить химию может перекись водорода. Смешайте две части перекиси с одной частью моющего средства и нанесите на пятно (если используете перекись на цветных тканях, сначала попробуйте на незаметном участке!).

9 ЧИСТКА ПЛИТКИ И МЕЖПЛИТОЧНЫХ ШВОВ.

Приготовьте эффективное средство для чистки плитки и швов: 0,5 стакана пищевой соды, 0,25 стакана перекиси водорода, 1 чайная ложка жидкого мыла для посуды. Закройте емкость крышкой и потрясите до полного смешивания. При работе с раствором используйте перчатки! Нанесите раствор на плитку и швы, оставьте на 10 минут, смойте водой.

Светлана СИДОРЧУК

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

ЦЕНА Стоимость строчного объявления от 250

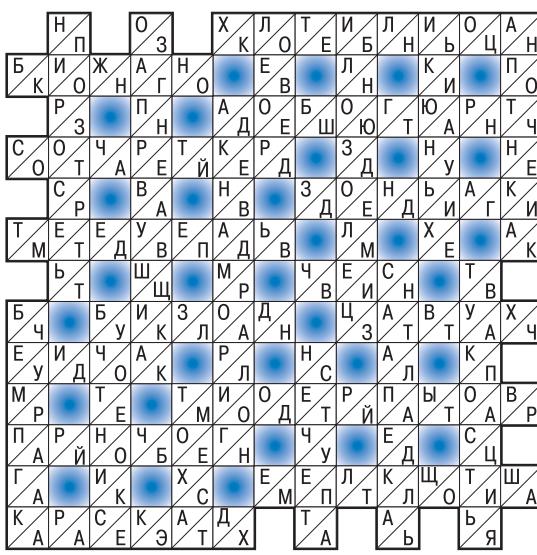
рублей за 1 выход
*Скидки
уточняйте
у менеджера*

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);

2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.

Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.



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: Хлебница. Кожан. Дебютант. Стартер. Зодиак. Медведь. Чин. Бизон. Завуч. Едок. Модератор. Пробег. Мелкота. Каскад.
По вертикали: Портрет. Заправщик. Леер. Блюдолиз. Икание. Аптека. Дендролог. Наладка. Тупость. Черпак. Ботокс. Нечет. Меха.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ
МЕБЕЛЬ · ФАРФОР
БРОНЗУ · КАРТИНЫ
до 1917 года
дорого
8 (921) 590-63-21

КУПЛЮ ВСЁ. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Куклы. Бижутерия. Фотоаппараты. Самовар. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 953-39-70
■ 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68
■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Тел.: 8 (931) 337-91-68

■ 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, куклы, самовар, подстаканники, пластинки, патефон, часы, значки, бинокль, бижутерия, броши, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70
■ 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68
■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Тел.: 8 (931) 337-91-68

■ Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки на дому. Рабочие материалы почтой. З/п: 16 700 руб. Любой возраст и регион. Подробности вышлем всем бесплатно! Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17

КОМПЬЮТЕРНЫЕ УСЛУГИ

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР в СПб и области
Выезд на дом 0 р.
Скидка пенсионерам 35%
Тел. 8(812)426-35-39

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!

8 (962) 724-29-44

■ 930-48-76 Экономный ремонт: комнаты, кухни, коридора, ванны, туалета. Также мелкий ремонт. Валя, Лёша. Тел.: 930-48-76

Специальное предложение для пенсионеров!

Реклама



Специальные ножницы с длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног, что намного удобнее, чем работа с маникюрными или универсальными ножницами.

690 р.

Щипцы для ногтей

Из особо прочной стали, предназначены для ухода за ногтями на ногах. Они с легкостью справляются с толстыми ногтями. Вы также сможете удалить кутикулу и заусенцы. Удобная ручка с антискользящим покрытием.



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

**ВАШ ПОДАРОК
ПРИ ПОКУПКЕ НОЖНИЦ**



Белые сабо с хлястиком

Мягкая ортопедическая стелька, перфорированный верх из натуральной кожи, удобная танкетка, нескользящая подошва.
Материал: верх и под пятник – натуральная кожа, подошва – ПВХ.

скидка 50%
~~2600~~ р. **1290** р.



Бабуши

Спасение для тех, у кого мерзнут ноги в любую погоду. Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря литой непромокаемой подошве, подойдут для улицы.
Материал: сукно, ПВХ, искусственный мех.
Россия. Размеры: 37-42.
Спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 40%
~~1490~~ р. **890** р.



Носки женские «Отдых», 6 пар

Однотонные женские носки без резинки. Не затрудняют отток крови, что очень важно при поражении вен.
Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан.
Цвет в ассортименте. Размер 23-25. Россия.
Лот 131 2337

скидка 50%
~~990~~ р. **490** р.

Полотенце «Сумерки», 2 шт.

Это полотенце из натурального хлопка подарит вам комфорт после сауны или водных процедур. Яркое, стильное и нежное, оно займет достойное место в ванной комнате!

Материал: 100% хлопок.
Размер: 150x78 см. Россия.
Лот 134 4031



2 по цене 1
~~980~~ р. **490** р.

Браслет «Здоровье»

Измеряет давление и пульс, считает шаги и потраченные калории. Время и дата, звонки и SMS, анализ сна. Совместим с Android 5.0 и выше, iOS 8 и выше. Сенсорное управление.
Bluetooth 4. Li-Ion аккумулятор. КНР.
Лот 124 1064

скидка 50%
~~1400~~ р. **690** р.



Анатомическая подушка, 2 шт.

Эта подушка обеспечит правильное положение головы – и больше никакого храпа и ломоты в теле!
Материал верха: таффета. Наполнитель: полизэфирное синтетическое волокно.
Размер: чехол 50x60 см. Россия.
Лот 131 4920

2 по цене 1
~~1580~~ р. **790** р.