АО «Мой Мир», ОГРН 1107746773331, юр. адрес: 105523, Москва, Щелковское шоссе, д. 100, корп. 1, оф. 2040. Реклама

Ищите на стр. 47

Идеальные кожаные сабо за полцены!

moymir.ru

№11 (371)

ТВ-программа с 18 по 24 марта 2019 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52 КАНАЛА ТВ

ПЯТЬ ИДЕЙ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ БРАКА

стр. 4

ОВОЩНОЕ РАГУ: ЗНАКОМОЕ И НЕИЗВЕСТНОЕ

стр. 10

ВСЁ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О СЕВООБОРОТЕ

стр. 14

КАКИЕ ЗАНЯТИЯ ПОМОГУТ СКОРРЕКТИРОВАТЬ ФИГУРУ?

стр. 12

РАССЛАБЬСЯ! РЕВЕНЬ + КУРКУМА. УЗНАЙ, КАК ЭТО РАБОТАЕТ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ
Реклама. БАД.

стр. 33

ТИМУР РОДРИГЕЗ

Я – ЧЕЛОВЕК СЦЕНЫ

стр. 6

Фото пресс-службы СТС love

12+

ISSN 2226-6380

9 772226 638770 19011

СУХОСТЬ КОЖИ?

Ваша кожа страдает:

Обветривание
Зуд и шелушение
Раздражение кожи

ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ПРЕПАРАТ

ПРОДАЁТСЯ только в аптеке

Мазь подходит для кожи, склонной к аллергическим реакциям.

с витаминами A D3 E

- **Восстанавливает** обветренную кожу
- Устраняет сухость и шелушение кожи в холодный период года
- Смягчает, увлажняет и повышает эластичность кожи
- Легко впитывается, не оставляет жирных следов

Ретиноиды® | ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЕ НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

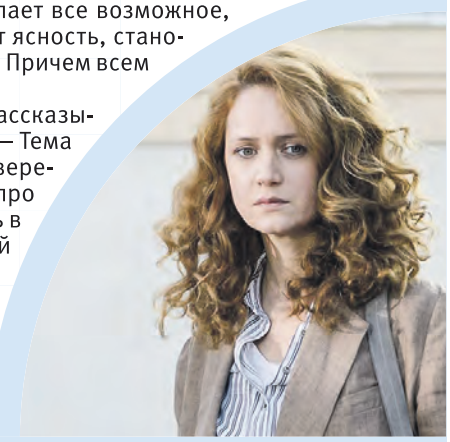
RADEVIT.RU

РЕКЛАМА ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Виктория Исакова рассказала про боль

На телеканале «Россия» состоялась премьера сериала «Скажи правду», снял его известный режиссёр Андрей Эшпай. Это версия британского сериала «Доктор Фостер», события которого перенесены в «российскую действительность». Главная героиня Ксения Давыдова – ее играет Виктория Исакова – подозревает мужа в измене и делает все возможное, чтобы раскрыть правду. А когда получает ясность, становится непонятно: как с этим дальше жить? Причем всем участникам любовного треугольника...

– Проблем с адаптацией не было, – рассказывает продюсер сериала Татьяна Лаврова. – Тема лжи и правды – она интернациональна. Уверена: зрители поняли, что эта история – не про измену мужа жене, она про правду и ложь в самом глобальном смысле. И персонажей тут нет «хороших» или «плохих», потому что у каждого – своя правда... Актеры работали с необыкновенной самоотдачей. Считаю, что Виктории Исаковой удалось создать трагический и сильный образ современной русской женщины.



У братьев Запашных – пополнение

Известные дрессировщики братья Аскольд и Эдгард Запашные вывели на манеж «новеньких» – тигрят.

– Это две шестимесячные девочки, они привыкают к манежу, играют со своими братьями Куртом и Эриком, – рассказывает Эдгард Запашный. – Одной девочке мы уже дали имя: назвали ее Ая – в честь солистки группы «Город 312». У нас с братом есть такая традиция: называть тигров в честь хороших артистов, певцов и певиц, которых мы любим и уважаем. Мы очень рады, что Ая любезно дала нам на это разрешение. Ее тезка Ая – очень смелая и любознательная юная тигрица с хорошим аппетитом. Вторая тигрица – более спокойная и осторожная. Имя для нее мы тоже подобрали.

90-е снова возвращаются

На телеканале СТС в конце марта состоится премьера комедийного сериала «90-е. Весело и громко». Уже по названию можно понять, что действие разворачивается в те самые лихие годы, которые для большинства россиян и всей страны в целом были сложными. В центре сюжета – музыкальная поп-группа, которая образовалась случайным образом, но у каждого из участников есть своя причина, которая толкнула его на эту авантюру: зарабатывать себе на жизнь, выступая по вечерам в ресторане. За кадром будет звучать всем известная музыка, популярная в те годы.

В главных ролях в фильме заняты Филипп Ершов, Стася Милославская, Егор Трухин, Роман Курцын, Ян Цапник, Дмитрий Никулин и многие другие известные актеры.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

bernafon®

Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные.
Профессиональная консультация врача-сурдолога.

м. Войковская (рядом с метро) ул. З. и А. Космодемьянских, д. 4
Тел.: 8 (499) 150-88-88 www.neoton-sluh.ru

Рег. № декларации РОСС РУ 00111АГ58 ОГРН 1047796808278

РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

За костюмами для «Шифра» ездили в Прагу

На Первом канале – долгожданная премьера детективного сериала «Шифр» режиссёра Веры Сторожевой с Марьяной Спивак, Екатериной Вилковой, Еленой Пановой, Сергеем Пускепалисом и другими актёрами.

Действие разворачивается в 50-е годы прошлого века. Четыре главные героини работали во время войны в специальном отделе военной разведки, и теперь им снова предстоит собраться вместе, чтобы распутывать сложные преступления.

Большое внимание создатели фильма уделили воссозданию атмосферы той эпохи.

– Я готовилась к съемкам этого фильма год, – рассказала нам режиссер Вера Сторожева. – Это моя первая ретроистория. Реквизит доставали с большим трудом, многие вещи для наших героев, например, были привезены из Праги – там отличные костюмерные на киностудии, где бережно хранятся вещи прошлого века. Но что-то пришлось и шить. И даже валенки валяли – например, у наших актрис они специальные, под туфли на каблуках. А чтобы не погрешить в действии, на съемки приглашались консультанты: генерал-майор московского уголовного розыска, криминалисты.

ВНИМАНИЕ!

ПРЯМАЯ ЛИНИЯ!

ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

На ваши вопросы ответит преподаватель Высшей школы экономики.

Звоните **19 марта с 12.00 до 13.00** часов по телефону

(495) 937-41-30

Если у вас нет возможности позвонить, пишите на электронную почту **telek@kardos.ru**

Наталья Мальцева расспросит звёзд… на бегу!

Скоро на канале НТВ в эфир выйдет новый сезон утренней программы «Мальцева» с ведущей Натальей Мальцевой. В новых выпусках ведущая и приглашенные в студию гости: дизайнеры, кулинары, психологи и звезды шоу-бизнеса – расскажут о том, как строить отношения, поделятся оригинальными рецептами, подскажут свежие дизайнерские решения для обустройства дома. Кстати, в новом сезоне передача выйдет в обновленном варианте: поменяется интерьер студии, ведущая предстанет в новом и непривычном для глаз образе, и появятся несколько новых рубрик. Одна из них весьма необычна: известные люди будут давать интервью… на беговой дорожке!

ИА «Столица» специально для «Телека»

ЭЛЬБРУС®
НОВЫЕ ВЕРШИНЫ ДОМОСТРОЕНИЯ

м КУЗЬМИНКИ
ВОЛГОГРАДСКИЙ ПРОСПЕКТ, 177с.6
8(499)411-11-50

м ДОМОДЕДОВСКАЯ
КАШИРСКОЕ ШОССЕ, ВЛ.63, КОРП.1
8(499)411-11-60

СКИДКА 35%

ПОДАРКИ
САЙДИНГ
МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА
СВАЙНЫЙ ФУНДАМЕНТ

ЧЕСТНАЯ ЦЕНА “КОМПЛЕКТАЦИЯ ЗИМА”
ДОМ ДЛЯ КОМФОРТНОГО ПРОЖИВАНИЯ КРУГЛЫЙ ГОД

дома серии “ВЕРЕСК” от 6х4м до 7х9м

от 405 000руб

дома серии “ЭЛЕГАНТ” от 6х8м до 7х9м

от 839 000руб

дома серии “СЕНАТОР” от 8х8м до 10х10м

от 971 000руб

дома серии “ЭЛЬБРУС” от 7х7м до 7х10м

от 1 005 000руб

дома серии “ВИТЯЗЬ” от 7х7,5м до 9,5х10,5м

от 1 186 000руб

дома серии “МЕЧТА” от 8х8м до 10х10м

от 1 294 000руб

дома серии “ПРЕСТИЖ” от 8х8,5м до 8х10м

от 1 301 000руб

дома серии “ЛИДЕР” от 9х9м до 10х10м

от 1 318 000руб

дома серии “ЦЕЗАРЬ” от 8,7х7м до 9х10,5м

от 1 517 700руб

НАШИ ПРЕИМУЩЕСТВА
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ КЛИЕНТУ
- ПЕРЕПЛАНИРОВКА ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ
- КАРКАС ДОМА ПО СТАНДАРТАМ СНиП
- МАКСИМАЛЬНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ БЕЗ ЛИШНИХ ЗАТРАТ
- ПИЛОМАТЕРИАЛЫ КАМЕРНОЙ СУШКИ
- ТРОЙНОЙ КОНТРОЛЬ ПРОИЗВОДСТВА ПРОДУКЦИИ
- СТРОИТЕЛЬСТВО БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

ОПЫТ БОЛЕЕ 20 ЛЕТ

ЕЩЁ БОЛЬШЕ ПРОЕКТОВ НА САЙТЕ
WWW.ЭЛЬБРУС.МОСКВА

- СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
- КРЕДИТЫ ОТ ВЕДУЩИХ БАНКОВ, БЕЗ ПЕРВОНАЧАЛЬНОГО ВЗНОСА
- РАБОТАЕМ С МАТЕРИНСКИМ КАПИТАЛОМ
- ИНЖЕНЕРНЫЕ КОММУНИКАЦИИ
- ДОСТРОЙКА И РЕКОНСТРУКЦИЯ
- СТРОИТЕЛЬСТВО ПОД КЛЮЧ С ГАРАНТИЕЙ ДО 30 ЛЕТ

Акция проводится с 13.03.2019г. по 24.03.2019г. * Среди предложений ООО “ЭЛЬБРУС”, информации об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, порядке, сроках и месте их получения можете получить по телефону у наших менеджеров 8(499) 411-11-50.
Рассрочка и кредит предоставляются АО “АЛЬФА-БАНК” ген.лицензия Банка России ГЛ №1326 от 16.01.2015г, КБ “ЛОКО-БАНК” (АО) ГЛ ЦБ РФ №2707 выдана 14.09.2015г, “ПОЧТА-БАНК” Лицензия ЦБ РФ на осуществление банковских операций № 650 от 25.03.2016.
Реклама. Не является публичной офертой.

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ПОТЕРЯННЫХ ВКЛАДОВ И ВЛОЖЕНИЙ:
Реклама
- С КРЕДИТНЫХ КООПЕРАТИВОВ
- ЛОПНУВШИХ БАНКОВ
- МИКРОФИНАНСОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

БЕСПЛАТНО ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ ПЕНСИОННОГО УДОСТОВЕРЕНИЯ!
Запись по телефону
8-495-726-50-03

БЕСПЛАТНАЯ ПОМОЩЬ ПЕНСИОНЕРАМ:
Реклама
КОНСУЛЬТАЦИИ, ПОДГОТОВКА ЗАЯВЛЕНИЙ И ЖАЛОБ
ПЕНСИОННЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
НАСЛЕДСТВЕННОЕ, ЗЕМЕЛЬНОЕ, ЖИЛИЩНОЕ ПРАВО
8-495-728-57-01

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как реагировать на негатив на работе?

Угодить всем нельзя, а значит, как бы вы ни старались, всегда будут недовольные. Нужно ли реагировать на негативные отзывы клиентов и как это делать правильно?

ОБЯЗАТЕЛЬНО РЕАГИРОВАТЬ!
По статистике, один негативный отзыв отбивает желание приобрести товар или услугу у 26 потенциальных клиентов. Если не реагировать на негативные отзывы, потеря клиентов гарантирована! А если работать с отзывами грамотно, можно сохранить клиентов, а недовольных убедить вернуться.

ОПЕРАТИВНО ПРИНЕСТИ ИЗВИНЕНИЯ, ПОБЛАГОДАРИТЬ ЗА ОТЗЫВ
Пусть фразы, которые вы будете использовать, звучат стандартно, включить их в ответ нужно обязательно: «От лица компании приносим извинения за причиненный ущерб. Благодарим за ваш отзыв, который поможет разобраться в ситуации и не допустить ее повторения».

УВЕСТИ ДИАЛОГ В ПОЛЕ ЛИЧНОГО ОБЩЕНИЯ
Получив ответ, можно оставить такой комментарий: «Добрый день! Написали вам лично, чтобы как можно более оперативно решить возникшую проблему».

ПРЕДЛОЖИТЬ РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ
Это главный пункт вашего ответа на негативный отзыв. После устранения недочетов предложите клиенту какой-нибудь бонус в качестве компенсации.

РАССКАЖИТЕ О РЕЗУЛЬТАТАХ В КОММЕНТАРИЯХ
Рассказывая о результатах работы по преодолению недочетов, вы показываете, что не равнодушны к проблемам клиентов, и повышаете доверие к компании.

Анекдот

Ссора в сети: «Ни одной букве твоей не верю! И не повышай на меня шрифт! И не тыкай в меня восклицательными знаками!»

5 неожиданных способов укрепить брак

Интернет и глянец пестрят советами о том, как сделать брак крепче.

Мы тоже собрали для вас несколько неординарных способов укрепить семейные отношения. Хочется верить, что именно они помогут вашим чувствам заиграть новыми красками!

Раньше спорили с женой, кто в семье главный. Появился ребёнок, тогда узнали! Теперь спим и кушаем, когда царь разрешит.

Способ 1. Не ведите изнуряющий образ жизни

Безусловно, найдутся тысячи причин, почему вы вынуждены не спать ночи напролет или возвращаться с работы настолько истощенными, что на семью не хватает ни сил, ни эмоций. Важно вовремя вспомнить, что премии за постоянную занятость никто не вручит, а вот главная награда в нашей жизни – крепкая семья и любовь близких – может ускользнуть. Скажите твердое «нет» дополнительной нагрузке, донесите до руководства, что жертвовать семейным счастьем ради карьеры вы не намерены. Конечно, шеф будет недоволен, но, получив несколько отказов от сверхурочной работы, перестанет беспокоить вас в выходной и по вечерам.

Способ 3. Отдыхайте отдельно друг от друга

Совет, который покоробит некоторых психологов, звучит так: нужно иногда отдыхать отдельно друг от друга. Особенно, если у вас с партнером разные представления об идеальном отдыхе. Например, если вы мечтаете жариться на пляже у моря, а муж – преодолевать горные реки на каяке. Специалисты по семейным отношениям уверены, что если в семье царят доверие и открытость, то после недолгой разлуки, наполненной яркими эмоциями и приятными впечатлениями, отношения станут только крепче.

Способ 4. Прикасайтесь друг к другу

Чтобы сохранить романтические чувства, которые первыми испаряются из отношений, если их не поддерживать, нужно прикасаться друг к другу как можно чаще. Существуют научные исследования, которые доказывают, что именно прикосновения помогают транслировать сострадание, благодарность и любовь. Прикасаться друг к другу, держаться за руки, обниматься и целоваться – приятный способ укрепления брака, вы не находите?

Способ 5. Устраивайте двойные свидания

Как ни странно, но романтический вечер вдвоем не всегда оказывается лучшим способом укрепить отношения. Ученые из Университета Уэйна провели исследования и пришли к интересному выводу: дружеский вечер вчетвером порой способен сделать для отношений больше, чем романтическое свидание вдвоем. Пара, которая общается с другой парой, чувствует себя более счастливой, чем пара, «варящаяся в собственном соку». Приятное и искреннее общение с другой парой подарит вам свежий позитивный взгляд на любимого и отношения.

Способ 2. Добавьте азарта в отношения

Не секрет, что со временем новизна чувств угасает, и нам остро не хватает тех ярких эмоций, которые мы переживали в конфетно-букетный период. Ученые из Университета Бригама Янга выяснили, что долю азарта в отношения способны привнести... игры. Они утверждают, что 76 % заядлых геймеров довольны своим браком, если партнеры так же азартно играют вместе с ними. Играйте друг с другом, с детьми, с внуками в настольные игры, в видеоигры, чтобы испытать вместе чувство азарта и сблизиться с любимыми.

КСТАТИ

Интересные факты о браке

В США на западе Техаса проживает некий Джо Джессоп, он женат на пяти женщинах, от которых на свет появились 46 детей, а от этих детей – 239 внуков. Для нас это неприемлемо, в большинстве стран цивилизованного мира признана моногамия, но встречаются и такие браки.

Существует также явление, противоположное многоженству, – полиандрия, когда женщина выходит замуж за двух и более мужчин. Сейчас такая форма отношений не очень актуальна, но некогда полиандрия была популярна в Южной и Северной Америке, в Китае и Северной Индии.

Гостевой брак, ставший популярным в XXI веке, имеет глубокие корни (такой брак вообще считается самым древним). Одна из его форм – цумадои была описана как особая форма отношений между мужчиной и женщиной в Древней Японии. После свадьбы муж иногда навещал жену, этим их отношения и ограничивались.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Авторы фото: ESB Professional, turgaygundogdu/Shutterstock.com

Ваш Финансовый Помощник
Первый в России финансовый супермаркет**

v-f-p.ru

Сбережения 14,5%* годовых

• Застрахованы
• Выплата % ежемесячно

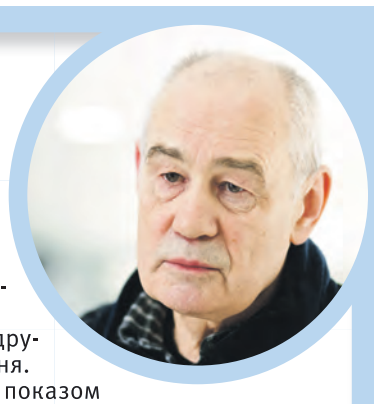
8 800 707 74 99
звонок бесплатный

г. Москва, ул. Перерва, д. 39
ул. Бутырская, д. 86 Б

пн-пт 09:00-21:00
сб-вс 10:00-18:00

*Условия по программе «Несгораемый %». Сбережения принимает Потребительское Общество «Потребительское Общество Национального Развития» (далее ПО «ПО-НР») через сеть офисов Общества с ограниченной ответственностью «Ваш Финансовый помощник» (далее ООО «ВФП») на срок до 367 дней. Процентная ставка 14,5% годовых (13,8% годовых по программе «Несгораемый %» + 0,7% по акции «Увеличь свой доход», минимальная сумма сбережения - 50 000 руб.). Минимальная сумма сбережения по программе «Несгораемый %» (13,8% годовых) - 10 000 руб. Максимальная сумма сбережения с учетом пополнений - 1 400 000 руб. Минимальная сумма дополнительного взноса - 10 000 руб. Пополнение возможно в первые 6 месяцев с даты заключения Договора. Расходные операции по выплате части сбережения предусмотрены в размере одного раза в течение срока действия Договора, но не более 70% от суммы Договора на момент оформления расходной операции. Проценты подлежат выплате в первый день календарного месяца, следующего за отчетным, в течение всего срока действия Договора наличными в кассе либо на карту любого банка. При досрочном расторжении Договора проценты рассчитываются по ставке 0,1% годовых исходя из фактического срока займа, если денежные средства находились у Заемщика менее 90 дней. Если денежные средства находились у Заемщика более 90 дней, то проценты рассчитываются по ставке 14,5% годовых. При досрочном расторжении Договора Пайщик обязан уведомить ПО «ПО-НР» в следующем порядке: если истребуемая сумма до - 50 000 руб. (включительно), то Пайщик уведомляет ПО «ПО-НР» за три рабочих дня; если истребуемая сумма свыше - 50 000 руб., то Пайщик уведомляет ПО «ПО-НР» за тридцать рабочих дней. Предложение действует только для Пайщиков ПО «ПО-НР». Размер паевого взноса для вступления в члены ПО «ПО-НР» - 100 руб. единовременно, 1000 руб. - ежегодный минимальный паевой взнос в течение всего срока действия Договора. Обслуживание Пайщиков ПО «ПО-НР» (http://po-nr.ru) обеспечивает ООО «ВФП» (https://v-f-p.ru) на основании Договора оказания услуг, заключенного между ПО «ПО-НР» и ООО «ВФП». Деятельность ПО «ПО-НР» регулируется Законом РФ от 19.06.1992 №3085-1 «О потребительской кооперации (потребительских обществах, их союзах) в Российской Федерации». Предпринимательские риски застрахованы в ООО СК «Орбита», лицензия СИ № 0326 от 26.02.2018 г., договор №ПР-18/0026 от 27.03.2018 г. Программа партнера ПО «ПО-НР», ИНН 7704452503, ОГРН 1187746258259. Не является публичной офертой. На правах рекламы ООО «ВФП», ИНН 7703426797, ОГРН 1177746436746. Условия действительны до 01.04.2019 г. **по данным исследования маркетингового агентства «MegaResearch» 2018 г.

Бодров сменил Павла Лунгина



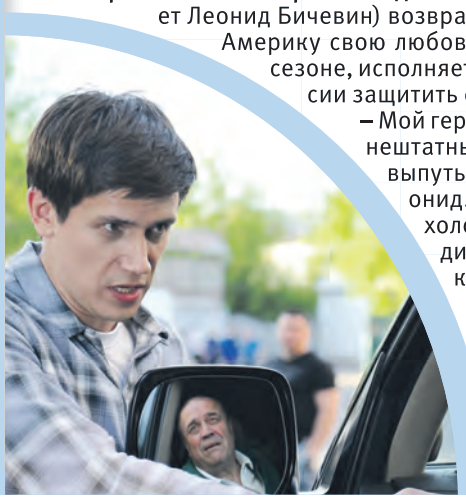
Учредители Международного кинофестиваля имени Андрея Тарковского «Зеркало» официально объявили о том, что новым президентом фестиваля станет Сергей Бодров. Он сменил на этом посту Павла Лунгина, который руководил «Зеркалом» восемь лет.

Фестиваль проходит в Иванове, Юрьевце и других городах Ивановской области в начале июня.

Примечательно, что откроется «Зеркало» показом фильма «Брат» Алексея Балабанова – на огромном экране на главной площади Юрьевца.

Американский агент вернулся на ТНТ

На телеканале ТНТ уже в ближайшее время состоится премьера второго сезона рейтингового сериала «Адаптация». Агент ЦРУ Эштон Айви (его играет Леонид Бичевин) возвращается в Ноябрьск, чтобы забрать в Америку свою любовь Марину (эту роль, как и в первом сезоне, исполняет Евгения Брик), а заодно помочь России защитить свои природные богатства.



– Мой герой снова будет попадать в различные нештатные ситуации и снова будет мастерски выпутываться из них, – рассказал нам Леонид. – Если первый сезон мы снимали в холодное время года и постоянно приходилось как-то согреваться на площадке, то во втором сезоне было легче: все действие происходило летом.

Кроме Леонида Бичевина и Евгении Брик, в сериале появятся Юрий Стоянов, Александр Лыков, Нелли Уварова и многие другие звезды.

ИА «Столица» специально для «Телека»

ВНИМАНИЕ! ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ!

21 марта с 12.00 до 13.00 часов
редакция журнала «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ PRESSA.RU» проводит горячую линию по теме:

ПЕНСИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ – НОВОЕ С 2019 ГОДА!

На ваши вопросы ответят специалисты Отделения Пенсионного фонда РФ по Москве и Московской области. Вы можете задать вопросы по темам:

- назначение пенсий: страховых, по гособеспечению, по случаю потери кормильца и социальных,
- назначение федеральных соцвыплат (инвалидам, ветеранам, военнослужащим, семьям военнослужащих и др.),
- набор социальных услуг - санаторно-курортное лечение, бесплатные лекарства, проезд и проч.

В рамках горячей линии можно задать вопросы, касающиеся пенсионного законодательства.

Телефон, по которому вы можете звонить и задавать свои вопросы **8 (495) 937-41-30**

ВНИМАНИЕ! Для жителей Москвы звонок БЕСПЛАТНЫЙ. Жители других регионов ПЛАТЯТ за междугороднее соединение

РЕКЛАМА ООО «ИД «КАРДОС». 16+

МАСТЕР
www.ooo-master.ru

СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ И БАНЬ

Строительство ▪ Достройка ▪ Реконструкция ▪ Работаем с маткапиталом

Дом «Фаворит» 9,5х9
Фундамент монолитный или свайный на выбор, усиленные перекрытия, базальтовый утеплитель, окна ПВХ, клееная лестница, филенчатые двери и многое другое. Площадь 153 м².
Цена **988 090** руб.
Представлен на ВЦ "ЗАВОРОВО"

Акции в ООО «Мастер»*
При заказе в подарок: мягкая кровля «Shinglas», базальтовый утеплитель «Rockwool», беседка «Сюрприз», окна ПВХ и другие ценные подарки.

Дом 7х9 «Фортуна»
от 540 370 руб. Представлен на ВЦ «Заворово»

Баня 6х6 «Муза» под ключ
от 744 220 руб.

Дом 9,5х8 «Фаворит»
от 928 380 руб.

Дом 6х8 «Раздолье-5»
от 763 680 руб. Представлен на ВЦ «Синдика»

Дом из бруса 7х8 «Мещера»
от 1 470 430 руб.

Дом из блоков 12х14,3
от 2 763 800 руб.

Наши выставочные центры:

г. Москва
м. «Строгино», 65 км. МКАД, ВЦ «Синдика»
+7 (495) 364-91-64
+7 (910) 410-18-04

г. Котельники
м. «Котельники» , Новорязанское ш. д. 5 ВЦ «РЕАЛ»
+7 (916) 986-72-79
+7 (910) 410-18-06

Раменский район,
с. Заворово
+7 (495) 979-59-58
+7 (910) 410-18-10

г. Рязань
Московское ш., д. 65А ТРЦ «М5 Молл»
+7 (980) 622-62-62
+7 (910) 410-18-12

Остерегайтесь подделок!

КРЕДИТОВАНИЕ: АО «Кредит Европа Банк» Лиц. № 3311 от 04.02.2015 г. Банк «Возрождение» Лиц. ЦБ РФ № 1439 от 22.01.2015 г. АО «АЛЬФА- БАНК» Лиц. ЦБ РФ № 1326 от 16.01.2015 г. АО «СОЛИД БАНК» рег. № 1329/4 от 11.08.2004 г. ПАО «Почта Банк» Лиц. ЦБ РФ № 650 от 25.03.2016 г.
*Срок проведения акции с 13.03.2019 г. по 31.03.2019 г. Подробности об организаторе акций, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 643-40-00. Не является публичной офертой. Реклама.

8 (495) 64-34-000 (многоканальный)
WWW.OOO-MASTER.RU

Начались съёмки 3-го сезона шоу «Битва талантов» для телеканала СТС Love. Бессменным ведущим конкурса является шоумен и певец Тимур Родригез.

Тимур РОДРИГЕЗ:

«Я – человек сцены»

Наш корреспондент расспросил Тимура о том, что ждет зрителей в новом сезоне, появляются ли у него во время съемок любимчики, какую музыку он предпочитает и почему не устает от профессии.

Новая вокальная школа наступает

– Тимур, как любое соревнование, проект «Битва талантов» зашкаливает по «нервоёмкости». Не жалко ребят? Ведь победитель всегда один...

– Конечно, жалко. Мне и взрослых жалко. Даже роль ведущего в «Битве талантов» сама по себе увеличивает шансы на инфаркт от переживаний. Но есть надежда, что я не буду гореть в аду, как наставники и члены жюри (*смеется*).

– Что есть в «Битве талантов» такого, чего нет у других?

– Практически каждый ребенок, преодолевший первый отбор, поражает вокальными данными и выбором материала. У некоторых такие невероятные тембры! И это абсолютно новая вокальная школа, современная, никто не поет на «старый» советский манер. Поверьте, 80 % наших полуфиналистов поет в разы круче, чем 80 % нашей эстрады.

– Пока идёт проект, хочешь – не хочешь, а невольно рождаются личные симпатии...

– Безусловно! Однако озвучивать их не стану. Скажу лишь, что искренне рад за страну и очень надеюсь, что наша музыкальная экспансия на Запад продолжится благодаря кому-то из тех, кто фантастическим образом проявил себя в нашем шоу.

«Сыновьям мешать не буду»

– Своих сыновей рискнули бы отдать в подобное шоу?

– Никогда не буду мешать своим детям делать то, что им нравится, если речь идет о поиске себя. Что касается конкурсов, кому-то они необходимы, чтобы закалиться на всю жизнь, а кого-то они навсегда могут отвадить от любимого дела. Когда твоя судьба находится, условно говоря, не в руках народа, а конкретного человека... Одним словом, я бы сыновьям такого не пожелал, но оказал бы максимальную отцовскую поддержку, если кто-нибудь из них изъявил желание попробовать силы в подобном шоу.

– Что даёт молодым и юным участие в «Битве талантов»?

– Сумасшедший опыт. Не говоря о том, что даже представить невозможно, что творится в их головах, когда сидящий в жюри известный, любимейший артист плачет во время их выступления.

ДЕТАЛИ

Дети со вкусом к музыке

– На какую аудиторию рассчитан проект?

– Это проект семейный. Взрослым будет любопытно узнать, что представляет собой новое поколение. Они – лучший показатель того, что границ более не существует. Прежде всего, стоит порадоваться, какой прекрасный музыкальный вкус у нынешних ребят. Я сейчас говорю о детях, пришедших на наше шоу, а не тех, что ходят на концерты современных малолетних рэперов.

– Задача проекта – развлекательная?

– Хочется верить, что отчасти и образовательная. Выбор песен должен открыть зрителю имена исполнителей, которых в его плейлисте еще нет.

От любимого дела устать невозможно

– Вы эмоциальны, живёте с солнечным зайчиком внутри, энергичны и, кажется, неутомимы. Неужели незнакомо чувство усталости от профессии?

– Парадокс заключается в том, что история знавала множество примеров, когда творческие люди уставали от тех, в кого были до беспамятства влюблены, но никогда – от дела своей жизни. Конечно, было и наоборот, но существенно реже. От того, чем я занимаюсь, возможно устать лишь на уровне переутомления в результате щедрой раздачи энергии во время выступления. Но чтобы устать от профессии в целом – представить себе не могу.

Формула успеха

– Вас отличает от многих завидная черта характера: вы не просто мечтаете, но активно реализовываете свои мечты. В этом и есть ваш главный талант?

– Я не позволяю себе останавливаться, если что-то происходит не по плану. Не позволяю себе бояться. Не могу представить себя в отчаянии. Да, я бываю расстроенным, раздосадованным, возмущенным и даже разгневанным. Но даже это я трансформирую в энергию совершенно другого толка.

– Ваш стремительный карьерный взлёт к 30 с лишним годам был почти без провалов. Какие отправные точки своей судьбы вы бы назвали?

– Все началось с того, что я выиграл конкурс на MTV и очень быстро перебрался из Пензы в Москву. А благодаря участию в КВН, в результате попал в Comedy Club на ТНТ. Наши вечеринки, которые потом превратились в то, что вам хорошо известно, выглядели совсем иначе. Я выступал с номерами, исполняя песни Элвиса Пресли, Тома Джонса, Джорджа Майкла и т.д. Именно поэтому мои коллеги по шоу прекрасно понимали, что однажды я уйду, чтобы вернуться к любимому занятию – пению. И я ушел...

– Керимов (это настоящая фамилия Тимура, Родригез – его псевдоним. – Прим. ред.) – фамилия восточная. Кто вы по происхождению?

– Папа из Баку, и та часть меня, которая наиболее темпераментна и импульсивна, – это его гены.

– Отец – актёр кукольного театра. Это совершенно особый мир, который делает детей счастливыми. Почему вам его оказалось мало? Не хотелось оставаться за ширмой?

– Детство мое было счастливым во многом благодаря частым гастролям и постоянному присутствию за кулисами. Но мне всегда хотелось, чтобы меня видели и слышали. Я – человек сцены. На ней я могу петь, разговаривать, играть, да все что угодно делать. Это настоящее счастье.

Фото Альберта Плехова и пресс-службы СТС Love

ПОДРОБНОСТИ

Чтобы дети нашли себя

Вы разговариваете со зрителем на самом понятном языке – музыкальном. Но маститые композиторы утверждают, что есть серьёзная музыка и... немузыка.

– Все зависит от контекста и от убеждений конкретного человека. С точки зрения мировой истории, кто повлиял на музыку больше: Бах, Моцарт, Фрэнк Синатра, «Битлз», Фредди Меркьюри или Майкл Джексон? Я знаю одну серьезную оперную певицу, которая любит слушать поп-музыку и не считает ее второсортным материалом. Один из моих ближайших друзей – выдающийся джазовый музыкант, любит хип-хоп. Я и сам с одинаковым удовольствием хожу на концерты в Консерваторию Чайковского или Дом Музыки, в «Олимпийский» или «Стадиум».

– У вас есть вредные привычки? Можете позволить себе дать слабинку?

– Я не курю. Не употребляю наркотики. Не пью. Почти не ем сладкое. Вот это «почти» и засчитайте моей слабинкой.

– Вы построили дом, посадили дерево, растите сыновей, пишете песни, снимаете клипы, выходите на театральные подмостки. О чём ещё мечтается?

– Чтобы мои близкие были здоровы и счастливы. Чтобы дети нашли себя. А еще мечтаю в 47 выглядеть, как Джаред Лето в... 32!

Третий сезон «Битвы талантов» представляют Телеканал СТС Love совместно с Академией Игоря Крутого. Первый выпуск шоу выйдет в эфир 15 марта.

Наталья АНОХИНА

Егор САЛЬНИКОВ: «Ужасно боюсь лениться»

Егор Сальников – артист, режиссёр, сценарист, продюсер, поэт, музыкант, спортсмен… Человек-оркестр. К 30 годам снялся в 20 картинах и сериалах, среди которых «Даёшь молодёжь», «Одна на всех», «Реальный папа», «Поп», «Дом на набережной», «Балабол».

Как режиссер, снял несколько короткометражных фильмов, и наконец решился на свою первую полнометражную картину – «Смотри, как я».

«Кино – вещь коллективная»

– Егор, в последнюю нашу встречу вы сказали, что режиссёр начинается с полного метра. И вот узнаю, что недавно закончили съёмки своей первой полнометражной картины «Смотри, как я». Поздравляю!

– Спасибо. Но это вовсе не значит, что я весь из себя режиссер. Я только делаю шаги в это цеховое братство, потому что режиссура мне действительно интересна. Не просто так после окончания ВГИКа я продолжил учебу на Высших режиссерских курсах.

– Съёмки вашего дебютного полного метра закончены, идёт монтаж картины. О чём этот фильм?

– Не хочется раньше времени раскрывать сюжет, поэтому скажу так: это история о слепом мальчике, сыне богатых родителей, и девочке из детского дома. Они убегают из дома на юг, и с ними случаются самые разные приключения…

– Продюсером этой картины стал ваш однокурсник по ВГИКу, артист Ярослав Жалнин (снимался в фильмах «Гагарин. Первый в космосе», «Узнай меня, если сможешь», «Вечное свидание». – Прим. авт.), с которым вы дружите…

– Кино – вещь коллективная. Здесь очень важна команда, и у нас такая команда есть. Спасибо Ярославу, который поддержал этот проект, ведь у него это тоже дебют, только продюсерский.

– Одно дело снять фильм, другое – продвинуть его на рынок…

– Перед тем, как запустить фильм в прокат, мы покажем его на разных фестивалях, посмотрим реакцию первого зрителя.

«Болдинская осень» – на даче

– Раньше вы предпочитали отдыхать на подмосковной даче…

– Тогда я был менее занятой (*улыбается*). В этом году выбрался туда пару раз помочь родителям. Вообще дача для меня всегда ассоциируется с летом и детством-отрочеством-юностью… Я там не только работал на огороде, но и писал стихи. На даче я проживал свою «болдинскую осень». Со временем мы с папой построили на дачном участке флигелек. Там наверху сделал себе сеновал вместо спальни, а внизу – рабочий кабинет. Сидишь за столом, пишешь стихи или сценарий, а ветки яблонь стучат в окно. И всегда много читал. Если честно, я ощущаю себя рожденным на даче, а вовсе не в Москве.

«СТИХИ – ГОСПОДА РЕВНИВЫЕ»

– В прошлом году вы выпустили очередной сборник стихов. Творчество продолжается?

– Времени не хватает, но я нашел выход. Поскольку стихи – господа ревнивые, им нужно уделять внимание. И я в Инстаграм подписываю каждый трафик маленьким четверостишием.

– Егор, поделитесь секретом своей работоспособности…

– Вы удивитесь, но весь секрет заключается в том, что я ужасно боюсь лениться, поэтому и выстраиваю для себя жесткий рабочий график.

Наталья АНОХИНА

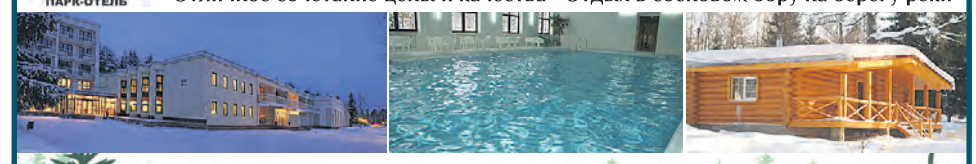
Где снимали кино

– Где снимали фильм? Когда его увидит зритель?

– Начали снимать в окрестностях Таганрога. Там невероятно богатая локация: горы, море, поля… Жили одной семьей, в одном доме… А закончили съемки в Москве. Надеюсь, что осенью фильм выйдет в прокат.

Фото из личного архива Егора Сальникова

Квартиры в Москве
4,3 млн руб. от
a101.ru
495 266 30 90
Реклама. Застройщик ООО «А101». Проектные декларации и подробная информация на сайте a101.ru. Предложение ограничено.
А101

ЯРОСЛАВЛЬ ПАРК-ОТЕЛЬ
Парк-отель «Ярославль»
Отличное сочетание цены и качества • Отдых в сосновом бору на берегу реки

ОТДЫХ от 1425 руб./сутки!
• Размещение в уютных номерах и коттеджах • Питание по типу «шведского стола • Оздоровительный комплекс: бассейн с подводным гидромассажем и финская сауна • Русская баня • Конференц-залы 250 и 40 человек с профессиональным оборудованием • Широкий спектр зимних забав: горка, каток • Прокат лыж, коньков, тюбинга • Конно-каретный двор • Анимация для детей и взрослых, дискотека
Скидки на отдых от 10% по социальной карте москвича
Подробная информация и условия бронирования на сайте
www.park-hotel.su 8 (4852) 438-238, 8 (4852) 43-79-80
Реклама

ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ?
ВЗЯЛИ ДЕНЬГИ, А РЕЗУЛЬТАТ НОЛЬ?!
Вам поможет программа «АнтиЮрист»!
• КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ ПОМОЩЬ!
• РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРОВ!
• ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИНТЕРЕСОВ!
МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!
8-495-720-52-14
Реклама

ВКЛАД
ВЛОЖИЛИ И ВСЁ ПОТЕРЯЛИ?!
МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!
Группа помощи обманутых вкладчиков! Звоните! Вместе мы справимся!
8-495-231-03-44
Реклама

Тимур Соловьёв к игре отнёсся куда серьёзнее, чем к нашим вопросам.

Команда «Румяные блондинки»: Мария Кожевникова, Инна Маликова, Анна Семенович и Ольга Хохлова.

Валдис Пельш в шоу отвечает за интеллектуальную часть.

Бросок Нюши.

Звёзды взялись за камни и щётки

Уже 17 марта телезрители смогут увидеть на Первом канале необычный проект – «Русский кёрлинг».

Известные артисты, спортсмены, телеведущие и музыканты будут соревноваться друг с другом, показывая не только физическую подготовку, но и интеллект. Ведущими стали шоумен Валдис Пельш и спортивный комментатор Павел Занозин. Среди участников Анна Семенович, Мария Кожевникова, Нюша, Тимур Соловьёв, Роза Сябитова, Валерий Газзаев, Марина Ким, Алексей Ягудин и многие другие.

Не только о спорте

Съемки шоу проходят на одной из ледовых арен в ближайшем Подмосковье – каждый день идет запись сразу нескольких передач. Пока участники готовятся к выходу, у нас есть возможность разобраться в правилах.

«Русский керлинг» – это российский этап международного проекта «Curling Quiz» (в переводе с английского означает «керлинг-викторина»), в котором команды звездных участников встречаются на ледяной площадке и отвечают на вопросы викторины. Правильный ответ дает команде возможность запустить снаряд (камень для керлинга) максимально близко к центру «дома» – мишени. Кубок победителя получит команда с наибольшим числом очков по количеству камней в «доме».

«Шефство» над участниками команд взяли российские керлингисты Анастасия Брызгалова и Тимур Гаджиханов. Они помогают участникам познать все премудрости этого вида спорта.

Кстати, забегая вперед, скажем, что вопросы викторины заковыристые, темы могут быть самыми разными. Например, пока шли съемки, мы услышали вот такие вопросы: «Что появилось первым: яйцо или курица?», «Какой ногой отбил мяч Игорь Акинфеев в решающем мачте с Испанией?». Согласитесь, не все сходу смогут ответить.

«Румяные блондинки»

По громкой связи объявляют о начале съемок. Зрители рассаживаются по своим местам на трибунах, а участники выходят на лед. Будут сражаться две команды, которым тут же в ходе короткого совещания придумываются названия. Одну назвали «Румяные блондинки», в ее состав вошли Анна Семенович, Мария Кожевникова, Инна Маликова и Ольга Хохлова. А в команде «Скользкие типы» выступают Михаил Башкатов, Тимур Соловьёв, Роман Будников и Сергей Епишев. Рассказывать о ходе игры и о том, чья команда в итоге победит, мы, конечно же, не будем. Но заверяем, что до самого последнего момента сохранялась интрига: кто же победит?

Удачный бросок. На льду – Максим Маринин, Антон Привольнов и Алексей Лысенков.

– Я сначала думала, что это довольно скучный вид спорта, и когда пришла на первую тренировку, то была в совершенно плохом настроении, – призналась нам после съемок Анна Семенович. – Я как бывшая фигуристка другие виды спорта на льду не признавала. Но керлинг захватил меня – оказалось, что это очень азартная командная игра. И теперь я полностью изменила мнение о нем.

А Мария Кожевникова нам призналась, что целый год мечтала попробовать себя в керлинге.

– Мне этот вид спорта полюбился на прошедшей зимней Олимпиаде, – рассказала нам Мария. – И у меня с тех пор была мечта поиграть в керлинг. Но так как у меня трое детей, эта мечта улетала все дальше и дальше... Так что, когда меня пригласили принять участие в этом шоу – сразу же согласилась! Я считаю, что если ты получаешь удовольствие от какого-то дела, то у тебя все будет получаться.

«Скользкие типы»

Мужчины из команды «Скользкие типы» подтвердили, что керлинг – это сложная игра, и не только физически (каждый камень весит порядка 20 килограммов) – тут есть своя стратегия, и многое надо просчитывать. Правда, некоторые «Скользкие типы» с юмором подошли к делу.

– Тренировки проходили полтора года – постоянные допинг-пробы, никакой личной жизни! – говорит нам телеведущий Тимур Соловьёв.

– А если серьезно? – вопрошаем мы.

– А если серьезно – то никакой личной жизни! Можно я, пользуясь случаем, дам объявление? Тимур Соловьёв ищет себе жену. Главное требование – добрый нрав. И еще она обязательно должна уметь играть в керлинг!

Так что мы свое обязательство выполнили, теперь дело за претендентками...

Продолжение следует

Небольшой перерыв – буквально каких-то 30 минут – и следом идут съемки еще одного выпуска шоу. На площадке снова – ведущие «Русского керлинга», которые за это время успели пообедать, переодеться и даже пообщаться с участниками съемок. И вот на лед выходят две новые команды. В состав первой вошли Роза Сябитова, Антон Привольнов, Алексей Лысенков и Максим Маринин. Во второй – Маргарита Дробязко, Игорь Бутман, Денис Майданов и Нюша. На сей раз, как мы видим, нет жесткого разграничения по половому признаку – на льду смешанные составы. Эфир с ними будет чуть позже: новые выпуски транслируются с перерывом в неделю, а правила для всех остаются одинаковыми...

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Фото Вадима Тараканова и Евгения Николаева

ПРЕДЛАГАЮ ПОМОЩЬ

ПО ДОГОВОРАМ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ* И ПОЖИЗНЕННОГО СОДЕРЖАНИЯ С ИЖДИВЕНИЕМ

• Ежемесячное содержание • Домашнее питание • Обеспечение одеждой • Ремонт квартиры • При необходимости уход и сиделка • Помощь в получении необходимого медицинского лечения, покупка лекарств, помощь в посещении поликлиник и определении в больницу • Верующим поможем в посещении храмов • Отдых за городом в комфортабельном коттедже.

Один звонок и вы не одиноки. Кто стучит – тому откроют!

8 (495) 765-04-06

* Пожизненная рента выплачивается третьими лицами. ООО «СОЮЗНИК». ОГРН 1067758534634. Реклама

ПОДРОБНОСТИ

Спортивные ведущие

Валдису Пельшу всё же удалось сыграть в кёрлинг после сложного рабочего дня.

Отдельно хочется рассказать о ведущих – Валдисе Пельше и Павле Занозине. Валдис Пельш – загорелый, как будто только что приехал из отпуска, который провел на тропических островах. Но на самом деле телеведущий вернулся из Антарктиды, где снимал свой документальный проект.

– Я никогда не играл в керлинг, – признается нам Валдис. – Но это очень интересный и эмоциональный вид спорта. Моя задача больше интеллектуальная: провести викторину. Кстати, сегодня после съемок хотим устроить небольшой матч между тренерами и съемочной группой. Я, естественно, пошел в команду тренеров...

На долю Павла Занозина выпала спортивная часть. И если Валдис будет всегда рядом с участниками, то Павлу предстоит наблюдать за всем со стороны – со специальной комментаторской трибуны.

– Лично для меня керлинг – лучший зимний вид спорта, – говорит Занозин. – Я люблю его больше, чем хоккей и биатлон, потому что это более интеллектуальный спорт. Керлинг – это, в первую очередь, про напряжение мозга. Но и спорт тоже. Насколько я знаю, сейчас в керлинг-клубах – очереди, запись идет на неделю вперед. Это говорит о том, что популярность этого вида спорта в России растет как на дрожжах, и мы с шоу «Русский керлинг» можем этому только помочь...

Павел Занозин комментирует ход игры и объясняет зрителям её правила.

Актриса Мария Капустинская известна зрителям по многим фильмам и сериалам. Среди них: «ОБЖ», «Старшеклассники», «Город особого назначения», «Невский»... К еде Мария относится серьёзно.

Мария КАПУСТИНСКАЯ:

«Я научилась готовить хачапури!

И считает, что с ее помощью можно не только насытиться. Хотя тут же признается, что наладить здоровое питание ей пока не очень удается. А еще Мария нам рассказала о пяти важных продуктах и блюдах, которые ей запомнились во время путешествий.

«Праздники отмечаем вместе»

– Мария, скажите, пожалуйста: еда для вас – это способ утолить голод или нечто большее?

– Скорее второе, чем первое. Потому что с помощью еды можно вылечиться, помириться... Я обожаю, когда собирается вся семья, приходят бабушки и дедушки, мы садимся за стол, все едят и нахваливают мою стряпню. Это безумно приятно!

– И как часто в вашем доме собираются родные?

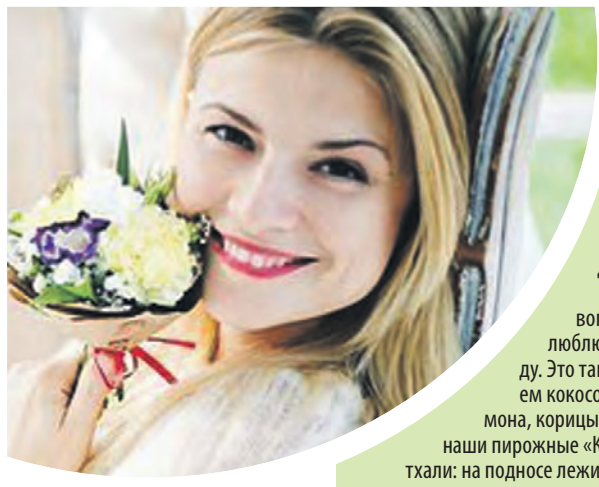
– К сожалению, не так часто, как хотелось бы. Происходит это в основном по праздникам. И я рада, что праздники в нашем семействе заведено отмечать вместе.

– Мария, в кулинарном отношении вам кто более симпатичен: сыроеды, вегетарианцы, поклонники правильного питания – или те, кто просто любит есть и с удовольствием ест, не заморачиваясь всякими модными идеями?

– Я, может быть, и была бы вегетарианкой – питалась одними овощами и бобовыми, но пока я к этому не готова...

– А какое блюдо можете назвать своим коронным?

– Я считаю, что наконец-то научилась готовить хачапури. Теперь я могу приготовить отменные хачапури по-мегрельски, по-аджарски... В общем, пальчики оближешь!



«Калории я не считаю»

– Как я поняла, подсчёт калорий – это не про вас?

– Да, калории я не считаю. Я стройная сама по себе... Поэтому диетами я не интересовалась никогда. А вот питаться правильно я бы хотела научиться. Но сколько я ни пыталась – пока у меня почему-то не получается взять себя в руки. Наверное, я слишком люблю вкусно поесть!

– А чего вам, на ваш взгляд, не хватает для правильного питания?

– В первую очередь, наверное, мне не хватает самодисциплины.

– Как часто удаётся готовить дома?

– Часто! Не так давно я готовила каждый день...

О рисовой лапше, ладу и тхали

– Как часто удаётся путешествовать и какие блюда вам запомнились из путешествий?

– Раньше это бывало чаще: один-два раза в год я обязательно куда-то отправлялась. Обожаю азиатскую и индийскую кухни – это моя любовь! Рисовая лапша, рис с овощами, приготовленный в воге, – это то, что мне нравится. Еще я очень люблю индийскую сладость, она называется ладу. Это такие шарики из нутовой муки с добавлением кокосовой стружки, сгущенки и специй – кардамона, корицы. По вкусу эти шарики чем-то напоминают наши пирожные «Картошка». А еще мне запомнилось блюдо тхали: на подносе лежит горстка риса, а вокруг него – маленькие чашечки с разными соусами и гарнирами. Нужно брать рис, макать в эти соусы и есть – и это, поверьте, очень вкусно.

Дословно

5 важных продуктов

– Назовите пять продуктов, без которых вы не обходитесь.

– Оливковое масло, молоко, сливочное масло, фрукты и овощи.

– Зимой где берёте хорошие фрукты и овощи?

– Понятно, что клубника зимой – это странно. Мало того, что она невкусная, так от нее еще и аллергия часто бывает. Поэтому овощи и фрукты стараемся покупать сезонные. И яблоки покупаем не те, что блестят, а те, что пахнут. Ну и летом стараемся есть все свое. Летом я пропадаю на огороде, где выращиваю огурчики и помидорчики.

– На зиму делаете заготовки?

– Конечно! Замораживаем ягоды, а зимой делаем из них морсы и компоты – дети их очень любят. А вот соленья и маринады я не очень люблю.

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Марии Капустинской

Овощное рагу

или Рататуй, пиперада, капоната...

Блюда, приготовленные из кусочков разных овощей, есть практически в любой кухне мира. По сути, каждое такое блюдо является овощным рагу, только имеет собственное название. Во Франции это рататуй, в Испании – пиперада, в Италии – капоната, в Турции – имам баялды и т.д.

Предлагаем вам несколько рецептов овощных рагу, каждое из которых обладает собственным неповторимым вкусом и ароматом. Для приготовления этих блюд можно использовать замороженные овощи.

Из Прованса и Лангедока

Первое упоминание о блюде рататуй относится к 1778 году. Название этого блюда появилось в результате слияния двух слов: rata – «еда» и touille – «перемешивать». Родина рататуя – Южная Франция (Прованс и Лангедок), где в изобилии выращивают сочные и крепкие овощи. Прованский и лангедокский рататуи отличаются друг от друга количеством томатов, которые в Лангедок попали раньше, чем в Прованс, и потому традиционно более популярны. Однако это разделение довольно условно, так как буквально у каждой хозяйки в каждом уголке Франции есть свой рецепт рататуя, который она считает единственно правильным.

Рататуй

Французская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 2 кабачка, 1 баклажан (баклажан и кабачок можно использовать замороженные), 4 помидора, 1 крупная луковица, 1 ч. л. сахара, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 38 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук нарезать небольшими кубиками, припустить на растительном масле до прозрачности.
2 Кабачки и баклажан нарезать небольшими кубиками, добавить в сотейник к луку, жарить еще 5-7 минут.
3 Помидоры ошпарить, снять шкурку, нарезать кубиками, добавить в сотейник, перемешать.
4 Содержимое сотейника посолить, поперчить, добавить сахар и специи, тушить на небольшом огне до готовности.

Пиперада

Испанская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 800 г помидоров, 1 крупный болгарский перец (зеленый или желтый), 700 г лука, 2 зубчика чеснока, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 65 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук нарезать широкими полукольцами, перец – соломкой, чеснок – мелкими кубиками.
2 Помидоры ошпарить, снять шкурку и нарезать мелкими кубиками.
3 Лук обжарить в хорошо разогретом масле на небольшом огне 5-7 минут.
4 Добавить перец и готовить еще 5-7 минут.
5 Добавить помидоры, посолить, перемешать и готовить на небольшом огне под крышкой 30 минут.
6 Отдельно обжарить до золотистого цвета чеснок и добавить его (вместе с маслом, на котором он жарился) в пипераду за 2 минуты до готовности.
7 Готовую пипераду поперчить при подаче.

Капоната

Итальянская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г баклажанов, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 3 помидора, 2 стебля сельдерея, 1 ст. л. каперсов, 3-4 веточки свежего базилика, 1 ст. л. красного винного уксуса, растительное масло, кедровые орешки, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 60 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук, чеснок и сельдерей нарезать мелко.
2 Баклажаны и помидоры нарезать небольшими кубиками, листья базилика мелко нарубить.
3 Разогреть в сотейнике масло, обжарить лук и чеснок (1-2 минуты), добавить сельдерей, жарить еще 2 минуты.
4 Добавить баклажаны, жарить до золотистого цвета (10-15 минут).
5 Добавить помидоры, каперсы и уксус, тушить под крышкой на среднем огне 10-12 минут.
6 Посолить, поперчить, добавить базилик, перемешать и снять с огня.
7 При подаче посыпать кедровыми орешками.

Из истории вопроса

Как появилось рагу

Слово «рагу» произошло от французского ragoûter – «возбуждать аппетит». И само блюдо родом из Франции, где изначально оно появилось на столах бедноты, как и подавляющее большинство популярных блюд современной кухни.

Из французской кухни рагу распространилось по всей Европе, причем в каждой стране оно принимало свой вид. Порой рецепт изменялся до неузнаваемости. Неизменным оставалось (и остается по сей день) главное – нарезанные небольшими кусочками тушеные ингредиенты. Рагу может быть мясным, рыбным, овощным и смешанным.

Первым о рагу в русской кухне написал Александр Радищев в своем главном произведении «Путешествие из Петербурга в Москву».

Парень с девушкой собираются начать вместе жить. Обсуждают различные бытовые проблемы. Девушка говорит:

– Я буду готовить и убирать. А ты что будешь делать?
– Я буду есть мясо.
– А из полезного?
– А из полезного – овощи.

Пословицы и поговорки:

Всякому овощу своё время.
Не вырастишь овощей – не сваришь и щей.

Бриам

Греческая кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 болгарский перец, 2 помидора, 2 баклажана, 1 цукини (баклажан и цуккини можно использовать замороженные), 2 картофелины, 1 красная луковица, пучок петрушки, 3 зубчика чеснока, 0,5 ч. л. орегано, растительное масло, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 73 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук нарезать кольцами, баклажаны, цукини, перец, картофель – кубиками, выложить овощи на противень или в форму для запекания, посолить.
2 Чеснок раздавить плоской стороной ножа, смешать с орегано и растительным маслом, полить овощи.
3 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 20-30 минут.
4 Помидоры ошпарить, снять шкурку, нарезать кубиками, выложить на овощи, запекать все вместе еще 20-25 минут.
5 При подаче посыпать рубленой петрушкой.

Кадича

Корейская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 2 баклажана, 1 болгарский перец, 1 перчик чили, 2 помидора, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, пучок кинзы, 2 ст. л. соевого соуса, растительное масло, молотый черный перец по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 62 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук нарезать полукольцами, баклажаны – широкой соломкой, помидоры и перец – мелкими кубиками, чеснок и кинзу мелко порубить.
2 Обжарить лук до золотистого цвета, добавить помидоры, обжарить все вместе.
3 Добавить болгарский перец и чили, жарить еще 3 минуты.
4 Добавить баклажаны, жарить 10-13 минут, периодически помешивая, накрыть сотейник крышкой и томить еще 4-5 минут.
5 Кадичу поперчить, влить соевый соус, добавить чеснок и кинзу, перемешать, накрыть крышкой, снять с огня и дать постоять 7-10 минут.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: goit, barbajones, Karina Bakalyan, Felix Furo/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

«Осталось как-то сказать об этом Вальке»

Вымолить прощение у мужа, похоже, не было никаких шансов.

Но кто мог предположить, что из нашего участия в телешоу сделают фарс? Знала бы, что из этого выйдет, ни за что бы не решилась.

«Возвращайся домой»

– Валентина Семёновна, Валька у вас? – пытала я по телефону свекровь.

– У меня, – в голосе женщины послышался вызов. – Но домой он пока возвращаться не думает.

– А поговорить с ним можно? – виновато промямлила я.

Я знала, что Валька меня не увидит, но все равно сделала несколько глубоких вдохов, чтобы унять дрожь в руках.

– Да, – услышала я в трубке до боли знакомый, родной голос, но этот ледяной тон…

– Валя-а-а-а, – сходу завыла я, позабыв все заранее заученные слова, – возвращайся домой, я скучаю, мне плохо без тебя.

– А мне плохо с тобой, – жестко проговорил муж. – Я устал быть посмешищем и разгребать проблемы, в которые ты бесконечно влипаешь.

– Но ты вернешься? – не сдавалась я.

– Я подумаю, – его тон смягчился совсем чуть-чуть, почти незаметно. Но я почувствовала эту слабину, у меня отлегло от сердца.

> **Кто не обожает недостатки той, которую он любит, тот не может сказать, что он в самом деле влюблён.**
> **Педро Кальдерон де ла Барка**

Это ведь главная роль!

Я пекла любимый Валькин курник, когда в дверь позвонили.

– Собирайся, – скомандовала с порога подруга Галочка. – Нас ждут.

– Кто, где и зачем ждет? – грозно уперев руки в боки вышел из гостиной в коридор Валентин.

– Ой, Валя, ты тут? – смешалась Галочка и тут же кинулась в наступление: – Валя, ты должен Инну отпустить со мной. Через два часа кастинг на главную роль в новом сериале о невезучих подругах, которые вечно влипают во всякие истории!

– Это что-то новенькое, – ехидно поднял бровь Валя. – Пойдешь? – а этот слащаво-угрожающий тон уже мне.

– Главная роль! – в обращенном к мужу взгляде была надежда. А еще мольба и обещание всех благ и удовольствий.

– Ну тут уж… – Валентин театрально развел руками. – Давай так, или сериал, или я. В жены я филолога брал, хотелось бы не менять коней на переправе.

Я надула губы и обиженно посмотрела на мужа:

– Ну меня же все равно на роль не утвердят, – канючила я, продвигаясь тихонечко в Галкину сторону.

«Давай собаку заведём»

Ни на какую главную роль меня, конечно, не утвердили. Зато мне удалось заполучить должность помощника костюмера. Ура!

– Так, а работа в школе, в техникуме, в библиотеке на худой конец, уже не для тебя? Корона потолок царапает? – беленился вечером Валька.

Наконец муж ушел в комнату и уткнулся в ноутбук, а я осталась на кухне мыть посуду. Может быть, муж в чем-то и прав. Пора вернуться в профессию, ведь я неплохо училась.

– Давай купим собаку, – донеслось громкое Валькино из комнаты. – Будешь заниматься псом, на дурь времени не останется.

– Тогда уж лучше кота, – ответила я. – С собакой гулять надо и учить, – а это уже себе под нос.

Васька и Джек появились в нашей семье одновременно. Питомцы сразу прониклись моей страстью к телевидению. Васька смотрел со мной сериалы, пока я возилась на кухне. А Джек и вовсе ездил со мной на работу. Маленький тойчик быстро стал любимцем коллектива.

…И когда в тот памятный день я потеряла сознание, именно Джек позвал на помощь. Это мне позже рассказали коллеги.

– Беременны вы, милочка, но переутомлены, придется у нас полежать, – миловидная доктор широко и приветливо мне улыбнулась.

Как же радовался прилетевший с работы и первым узнавший новость Валька!

– Ура! Наконец у меня появится жена, у живности хозяйка, у ребенка мама.

А пришедшая меня навестить вечером Галка позвала на творческий вечер любимого актера. Ехать, правда, нужно было в Кострому, но кого это пугает? Осталось только как-то Вальке об этом сказать.

ИННА

Авторы фото: Olena Yakobchuk/Shutterstock.com

теплэко

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ОБОГРЕВАТЕЛЬ С ЭФФЕКТОМ ГОРЯЧЕГО КИРПИЧА

СОВРЕМЕННЫЙ ВАРИАНТ РУССКОЙ ПЕЧИ ОТ ЗАВОДА «ТЕПЛЭКО»

В старину русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы, а за отдаваемое тепло заставляла человека поработать. Зато в доме всегда было тепло и комфортно. Современная система центрального отопления избавила нас от необходимости растапливать печь и подкидывать дрова, но многие все же не отказались бы обзавестись хотя бы «буржуйкой».

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом займет новая печь всего около одного квадратного метра на стене, не потребует дров и вообще какого-либо внимания, ее всего лишь надо включить в розетку.

Речь идет об экономичном обогревателе **«ТеплЭко»,** который сочетает в себе лучшие теплоносные характеристики кирпича русской печки и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

Во многих квартирах батареи то греют, то не греют. Если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре ее не включишь, так как отопительный сезон еще не начался. А еще иногда батареи засоряются… А еще падает давление в системе… А еще… Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в квартире вдруг становится холодно. Послушав о причинах похолодания, мы достаём обогреватели, какие у кого есть: масляные, тепловентиляторы, калориферы. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с громадной русской печью. При этом они еще крайне «прожорливы»: счет за электроэнергию лучше оплачивать с закрытыми глазами!

Обогреватель **«ТеплЭко»** разом решает все эти проблемы. Он представляет собой декоративную панель, внутри которой спрятан хромоникелевый нагреватель, залитый составом из кварцевого песка. **«ТеплЭко»** можно использовать как отдельно, так и создавать отопительные системы — количество обогревателей зависит от площади. Один обогреватель устанавливается на 9 квадратных метров, при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена, — несколько часов.

«ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (так как поверхность не нагревается более чем до 98 градусов) и в четыре раза экономнее обычного чайника (даже за сутки работы одна панель потребляет всего 2,5 кВт при использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя: 400 Вт, размер: 600 мм×350мм×25мм, вес 12 кг.

ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Тепло — это инфракрасные лучи, но не все из них безопасны для человека, только те, которые находятся в диапазоне излучения человеческого тела — от 6 до 20 мкм. Тепло, которое дает внешнее излучение с такими длинами волн, наш организм воспринимает как своё собственное, и интенсивно его поглощает. За счет этого в организме активизируется микроциркуляция крови, ускоряется метаболизм, улучшается самочувствие, исчезает усталость. Природный источник длинноволновых инфракрасных лучей — это солнце, а бытовой — русская печь, излучающая тепло, комфортное для организма. Обогреватели **«ТеплЭко»** используют естественные свойства кварцевого песка накапливать тепло, а затем долгое время отдавать его в длинноволновом инфракрасном диапазоне по принципу горячего кирпича. В отличие от всех других обогревателей, **«ТеплЭко»** не только безвреден, но и оказывает благотворное влияние на здоровье человека.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ

Главное преимущество обогревателя **«ТеплЭко»** — его самостоятельность. Оптимальную температуру, которую он должен поддерживать в комнате, можно задать с помощью терморегулятора. И все. Он будет работать, создавая атмосферу настоящего домашнего, «обжитого» уюта — когда можно играть с детьми на полу, спокойно спать, ворочаясь и раскрываясь, какие бы морозы ни трещали за окнами. Еще обогреватель **«ТеплЭко»** идеально подходит для дачи, гаража и офиса. Несколько обогревателей способны полностью заменить центральное теплоснабжение.

Завод **«ТеплЭко»** является единственным в России производителем подобных энергосберегающих обогревателей из кварцевого песка высокой степени очистки. Купить обогреватель вы можете в нашем фирменном магазине или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя потребуется минимум сил и сноровки, три самореза и отвертка.

И пусть простота обогревателя не вызывает никаких сомнений в его долговечности. Как известно, все гениальное устроено довольно просто. И обогреватель **«ТеплЭко»** может работать практически вечно, ведь его нагревательные элементы не контактируют с воздухом и не окисляются. Гарантия 5 лет, срок эксплуатации не ограничен.

АКЦИЯ!*
ВСЕГО ~~3900~~
2400
РУБЛЕЙ

«Экономично, безопасно, выгодно, надежно». А. Друзь

- **ЭКОНОМИЧНЫЙ** Потребляет всего 2,5-3 кВт в сутки при использовании терморегулятора.
- **БОЛЬШОЙ СРОК СЛУЖБЫ** Срок эксплуатации не ограничен. Гарантия 5 лет.
- **БЕЗОПАСНЫЙ** 100% пожаробезопасность.
- **КОМФОРТНЫЙ** Не сушит воздух, не сжигает кислород.
- **ПРОСТОЙ В УСТАНОВКЕ** Справится любой хозяин дома.
- **ЭКОЛОГИЧНЫЙ** Продукция соответствует самым высоким санитарным требованиям.
- **ПОЛЕЗНЫЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ** Согревает. улучшая самочувствие, снимая усталость, активизируя микроциркуляцию крови.

ООО «ТД ТеплЭко», 199155, г. Санкт-Петербург, ул. Железноводская, д. 13, лит. А, пом. 2Н, ОГРН 1157847014456. РЕКЛАМА

Обогреватель «ТеплЭко» является победителем конкурса «100 лучших товаров России» 2015, 2017 гг. «Лучшие товары и услуги ГЕММА» 2017, 2018 гг.

ПОДТВЕРЖДЕННОЕ ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО

Единственный в Москве фирменный магазин компании «ТеплЭко» расположен по адресу: **г. Москва, м. «Щелковская», ул. Монтажная, 9, ТЦ «Мандарин», пом. В1-6,** с 10 до 20 часов, без обеда и выходных

8 499 703-01-49
8 925 060-65-78
Остерегайтесь подделок!

www.tepleko.ru
8 800 333-05-35
(бесплатный по России)

СДЕЛАНО В РОССИИ

*Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках и месте получения уточняйте у продавца

СОВЕТЫ

ТАО

Доктор Ли Циньсю рекомендует

Дорогие читатели, мы предлагаем вашему вниманию новую рубрику – советы по поддержанию здоровья от китайских докторов клиники «ТАО». Все рекомендации будут максимально просты и эффективны. Это то, что вы можете услышать от лучших врачей в Китае, но информация адаптирована для россиян. Попробуйте следовать нашим советам, и ваша жизнь изменится к лучшему.

Как избавиться от депрессии?

Найдите две точки. Точка Ней-гуань расположена на удалении 3 сложенных пальцев от запястья между двумя сухожилиями (лучше на левой руке). Точка Бай-хуэй – самая высокая точка черепа. Попеременно стимулируйте (массируйте) эти точки в течение 2-5 минут. Добавьте спокойное дыхание животом (глубокое), сидя с ровной спиной.

Что делать при бессоннице?

Приложите грелку с горячей водой к стопам за 20 минут перед сном. Согревая точку Юн-цюань (в центре стопы, чуть выше ее свода), вы стимулируете надпочечники. Накапайте в 50 мл теплой воды по 10 капель настоек корня пиона, пустырника и боярышника. Выпейте в районе 16.00 и перед сном. Будьте здоровы и счастливы!

РЕКЛАМА

Тел. 8-495-104-91-37, сайт www.taomed.ru

Ул. Остоженка, д. 8, стр. 3, ст.м. «Кропоткинская»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Лиц. № ЛО-77-01-000911 от 30.12.2008 г.

Типы фигуры и лишние килограммы,

или От чего полнеет «груша» и стройнеет «яблоко»

Нередко у женщин возникает вопрос: почему при наборе веса у меня увеличивается живот, а у подруги – бёдра? Можно ли с этим как-то бороться?

А нельзя ли сделать так, чтобы вес прибавлялся только на груди и не сползал на талию? Сегодня мы попытаемся ответить на эти вопросы...

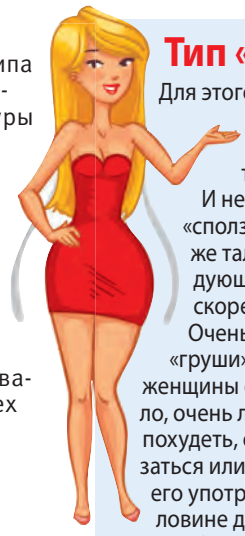
Сколько типов дамских фигур

Сразу оговоримся, что идеального типа фигуры в природе, наверно, не существует. Дамы с разными типами фигуры становились и великими актрисами, которые влюбляли в себя тысячи и тысячи мужчин, и королевами красоты. Все женские фигуры можно разделить на четыре типа: «яблоко», «груша», «прямоугольник», «песочные часы». Деление это, конечно, очень условно. Например, некоторые эксперты считают, что типов фигур не 4, а 5, другие – 8, третьи называют цифру 12. Мы расскажем о четырех основных типах женских фигур.

Кстати

Фигуру рисуют гены

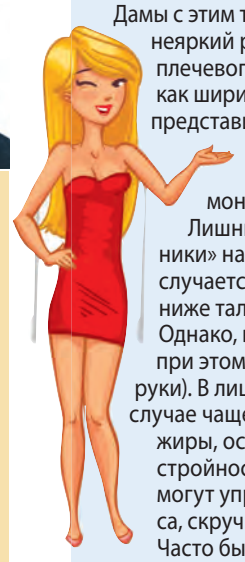
Скажем сразу: ни строгим режимом питания, ни различными диетами, ни изматывающими тренировками исправить (изменить) тип фигуры невозможно. Специалисты считают, что он заложен в каждой женщине на генетическом уровне. Так что даже если вам совсем не по душе ваше, например, «яблоко» или «груша», придется смириться и работать с тем, что есть. А вот улучшить фигуру, сделать ее более привлекательной, конечно, можно.



Тип «груша»

Для этого типа фигуры характерны узкие плечи. Принято считать, что у «груш» всегда солирует часть тела ниже талии – широкие бедра. И нежелательные килограммы тоже «сползают» вниз и концентрируются ниже талии. Если не бороться с этим, следующая порция лишних килограммов скорее всего осядет в области живота. Очень часто в подобных неприятностях «груши» виноваты сладости, которые женщины с таким типом фигуры, как правило, очень любят. Однако, если есть желание похудеть, от сладенького придется отказаться или хотя бы существенно ограничить его употребление, особенно во второй половине дня.

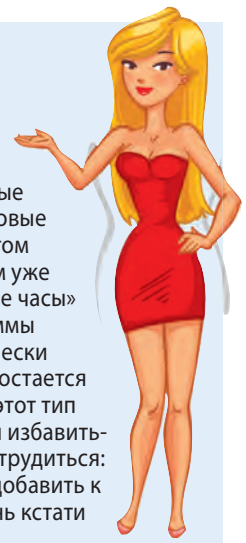
Для большего эффекта стоит делать упражнения на пресс, для укрепления бедренных и ножных мышц, а также для развития плечевого пояса.



Тип фигуры «прямоугольник»

Дамы с этим типом фигуры обычно имеют неяркий рельеф и тонкую кость. Ширина плечевого пояса примерно такая же, как ширина бедер. Кстати, часто именно представительницы этого типа дефилируют на модных подиумах – такая фигура идеальна для демонстрации любой одежды.

Лишние килограммы «прямоугольники» набирают редко. Но если такое случается, то они начинают полнеть ниже талии, реже – в плечевом поясе. Однако, в отличие от «груш», их ноги при этом остаются изящными (как и руки). В лишних килограммах в данном случае чаще всего виноваты насыщенные жиры, особенно животные. Сохранить стройность дамам с такой фигурой помогут упражнения на укрепление пресса, скручивания, приседания, выпады. Часто бывает достаточно регулярных пеших прогулок.

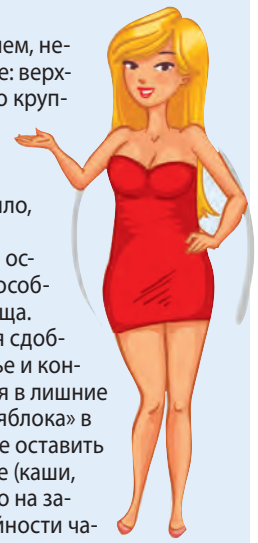


Тип «песочные часы»

Этот тип фигуры доставляет своим обладательницам достаточно много хлопот. «Песочные часы» – это практически одинаковые объемы груди и бедер, но при этом более тонкая (более чем на 15 см уже бедер) талия. Полнеют «песочные часы» сразу везде: ненужные килограммы распределяется по телу практически равномерно. Но при этом талия остается ярко выраженной. А вот худеет этот тип фигуры очень неохотно, и чтобы избавиться от лишнего веса, придется потрудиться: следить за режимом питания и добавить к нему физические нагрузки. Очень кстати будут занятия плаванием.

– Скажите, доктор, какие упражнения самые полезные для похудения?
– Поворачивайте голову справа-налево и слева-направо, когда вас пытаются угощать.

Тип «яблоко»



Этот тип отличается строением, несколько похожим на мужское: верхняя половина тела отчетливо крупнее нижней, широкие (шире бедер) плечи и грудная клетка, выдающийся живот, стройные бедра и, как правило, ноги.

«Яблоко» откладывает жир в основном на животе. Этому способствует высокоуглеводная пища. Различные пирожные, любая сдобная сладкая выпечка, варенье и конфитюры легко превращаются в лишние килограммы и «оседают» у «яблока» в зоне живота. Углеводы лучше оставить в рационе только медленные (каши, крупы, злаки, орехи) и только на завтрак. Для сохранения стройности чаще делайте разнообразные упражнения для укрепления пресса и бедренных мышц.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: Aquarius Studio, PixelJoy, Lyudmyla Kharlamova, Yulia Ogneva, lithian/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

Проблемы с желудком или кишечником? Лечитесь травами!

ГАСТРОГУТТАЛ® Для чувствительных желудков

Испокон веков для лечения различных недугов люди прибегали к чудодейственной силе растений. Травы применялись для обезболивания, снятия воспаления, в качестве противомикробного средства. Оценив свойства и целебную силу трав, фармацевты создали **Гастрогуттал®** – препарат на основе **мяты, валерианы, полыни, красавки.** Он рекомендуется в качестве средства для лечения различных расстройств желудочно-кишечного тракта, таких как **спазмы, вздутие, тошнота, тяжесть.** Также препарат применяется для снятия неприятных симптомов, вызванных погрешностями в диете, нарушением режима питания или стрессом. Обладая мягким успокоительным действием, он воздействует не только на гладкую мускулатуру, но и на центральную нервную систему.

Удобная форма выпуска в виде капель позволяет не ошибиться в дозировке. **Гастрогуттал®** можно использовать как разово для устранения симптомов, так и по рекомендации врача курсом по 20 капель 2-3 раза в день.

ЛС лицензия Р N 003532/01.
РЕКЛАМА

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ! www.gastroguttal.ru **Звоните по тел.: 8 (495) 450-15-24**

ЗАО «Московская фармацевтическая фабрика». Россия, 125239, Москва, Фармацевтический проезд, 1.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Почему я не худею?

Порой мы вроде делаем для похудения всё необходимое, а вес продолжает стоять на месте или еле-еле двигается вниз. Что мешает? Давайте попробуем разобраться, почему так происходит.

Больше лёгкости

Не воспринимайте работу над стройностью слишком серьезно. Само по себе похудевшее тело не принесет заветного счастья. Зато в гонке за ним в постоянном напряжении можно неожиданно сорваться и вернуть обратно все сброшенные кило.

Расслабьтесь, словно вы отдыхаете на курорте. Согласитесь, после отдыха все выглядят свежее и моложе. Возможные ограничения в еде попробуйте отнести к оздоровительной программе. Пойти на спорт или просто вечером прогуляться – прекрасно! В нашем случае красота и стройность имеют накопительный эффект – и капля за каплей ежедневно вы будете достигать своей цели.

– Как к нынешней весне относиться?
– Понять и простить. Она же всё-таки женщина!

Новая цель

Часто мы стремимся влезть в любимое платье или брюки, а когда не получается – очень расстраиваемся. Не нужно ставить цель стать прошлой собой. На самом деле гораздо увлекательнее создавать себя новую: более уверенную в себе и более привлекательную. Занимайтесь спортом, переходите на правильное питание, становитесь здоровее. И объем вашей талии в конечном итоге может стать даже меньше, чем в свадебном платье или на школьном выпускном. Согласитесь, наградить себя новым нарядом более приятно, чем запихивать себя в старую одежду.

Некогда скучать

Довольно часто мы едим просто так, от скуки, когда нечем заняться. Постарайтесь, насколько это возможно, распланировать свой день. И даже если в нем появилось свободное «окошко», вместо чая с чем-нибудь вкусненьким сделайте себе масочку или примите ванну. Книги, прогулки, театр, вышивка – да все что угодно и к чему у вас душа лежит. Кстати, духовная пища хорошо вытесняет обычный голод. А значит, любая скука моментально сбежит от вас и не даст ни малейшего шанса ненужным калориям!

Мнение специалиста

Меняем критика на адвоката

На наши вопросы отвечает клинический психолог, специалист по работе с пищевой зависимостью Маргарита Дискина.

– Маргарита, говорят, что лишний вес может быть защитой от внешнего мира или придавать солидности в обществе. Это так?

– Да, действительно, при низкой самооценке человек может бессознательно набирать лишний вес, чтобы таким образом почувствовать свою значимость.

– Что же делать? Ведь лишний вес не добавляет уверенности в себе, получается замкнутый круг...

– Прежде всего избавиться от «внутреннего критика», который ругает и обвиняет вас. Если вам это свойственно, выращивайте «внутреннего адвоката».

Научитесь относиться к своему телу с любовью и благодарностью за те функции, которые оно выполняет: за возможность рожать детей, двигаться, давать жизненную энергию, испытывать удовольствия.

Относитесь к себе так, как заботливая мама относится к своему ребенку: кормите полезной и вкусной едой, следите за своим здоровьем, найдите вид физической активности, которая будет вас заряжать и дарить чувство удовлетворения.

Важно осознать, что избавление от лишнего веса, здоровое питание и спорт – истинное проявление заботы и любви к себе. А вовсе не мнимая жалость и утешение себя вкусненьким. Осознайте свою уникальность и значимость вне зависимости от лишнего веса.

Татьяна МИХАЛЁВА

Фото: Lubo/Shutterstock.com

Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»

Высокие профессиональные стандарты. Многолетняя успешная практика.

«Я лечу не болезнь, а её причину!»

Ведущий врач клиники «ТАО» Чжан Цзыцян

«Туда, где достаточно энергии, болезнь не пройдёт».

Китайская мудрость

Китайский взгляд на лечение болезней с каждым годом становится все популярнее. Почему? Причина в особом отношении к боли. Специалисты по китайской медицине воспринимают боль как ценную информацию о состоянии организма. И, что еще важнее, видят свою задачу не просто в устранении боли, а в поиске и устранении причины болезни.

ЭНЕРГИЯ ПОБЕЖДАЕТ НЕДУГИ

«Если внутри есть истинная энергия – недугу не бывать!», - уверен ведущий врач клиники «ТАО» Чжан Цзыцян. Речь идет о внутренней энергии Ци и балансе между энергиями Инь (женской) и Ян (мужской). Пока энергия течет в организме без препятствий, человек здоров. Когда болезнетворные влияния — неправильное питание, малоподвижный образ жизни и т. д. - нарушают баланс энергий, возникает болезнь. Задача специалиста по китайской медицине состоит в том, чтобы вернуть течение энергии в правильное русло. А для этого нужна многолетняя подготовка, которая осуществляется только в Поднебесной, на базе нескольких университетов. Специалисты в клинике традиционной китайской медицины «ТАО» прошли такую подготовку и были приглашены в Москву для работы по контракту. Они с успехом применяют иглорефлексотерапию, массаж, траволечение и другие способы, которые не просто лечат заболевание, а воздействуют на его причину. Информация о действенности такого подхода передается из уст в уста, поэтому поток пациентов в «ТАО» не прекращается.

НА ЧТО ЖАЛУЕТСЯ ПОЗВОНОЧНИК?

Одним из самых распространенных поводов для обращения в Клинику «ТАО» - боли в спине. Боли могут носить периодический, непостоянный характер, и быть очень разными - от незначительных, до нестерпимых. В любом случае это повод вспомнить, что же привело к такому состоянию. Это может быть поднятие тяжестей, неловкое движение, падение и т.д. Врачи клиники «ТАО» прекрасно зарекомендовали себя в лечении различных заболеваний позвоночника. Лечение направлено на улучшение циркуляции крови в тканях, активизацию обменных процессов и остановку разрушения межпозвонковых дисков. Обратное развитие структурных изменений в позвоночнике практически невозможно, но сведение их к минимуму является вполне реальной задачей. Терапия, проводимая в клинике «ТАО», позволяет лечить заболевание, и возвращать вам здоровье, молодость и активность. В клинике «ТАО» вы обретете свой источник здоровья!

Запишитесь на БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ по тел.:**

8 (495) 104-91-37

www.taomed.ru

ул. Остоженка, д. 8, стр. 3,
ст. м. «Кропоткинская»

**При условии подписки на e-mail рассылку клиники.

Заболевания, которые мы лечим:

- **Опорно-двигательный аппарат:** артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия межпозвоночного диска, сколиоз, радикулит и др.
- **Сердечно-сосудистая система:** постинфарктный кардиосклероз, ИБС, гипотония, гипертония, атеросклероз и др.
- **Желудочно-кишечный тракт:** гастрит, диарея, дисбактериоз, запоры, метеоризм, панкреатит, холецистит, язвенная болезнь и др.
- **Эндокринная система:** гипертиреоз, гипотиреоз, ожирение, сахарный диабет, тиреоидит и др.
- **Дыхательная система:** бронхиальная астма, ОРЗ, плеврит, пневмония, хронический бронхит, пневмосклероз и др.
- **Нервная система:** мигрень, невроз, депрессия, бессонница, синдром хронической усталости, паралич лицевого нерва и др.
- **Гинекология:** бесплодие, киста яичника, климактерический синдром (климакс), мастопатия, миома матки, эндометриоз и др.
- **Урология:** мочекаменная болезнь, аденома простаты, мужское бесплодие, недержание мочи, пиелонефрит, простатит, цистит, энурез, эректильная дисфункция и др.

Доверьте свое здоровье профессионалам!

Акция до 20 марта 2019 г.

Скидка 15%*

на все услуги клиники при оплате курса лечения

*Акция с 13.03.2019 г. по 20.03.2019 г. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 104-91-37.

Лиц. № ЛО-77-01-000911 от 30.12.08 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Севооборот: занимайте очередь!

Многие дачники знакомы с понятием севооборота, но пренебрегают им, потому что на небольшом участке его довольно сложно соблюдать.

Это приводит ко всем очевидным последствиям: снижению урожая, обеднению почвы и увеличению количества вредителей и болезней. Мы подобрали несколько простых способов планирования севооборота, которые помогут владельцам даже небольших участков составить грамотную посадочную карту.

Составляем список

Сперва надо составить список культур, которые вы планируете высадить в этом году на своем огороде. Начните с самых значимых: картошка, томаты, перец, баклажаны, огурцы, лук, кабачки, капуста, свекла, морковь... Это примерный список, вам стоит внести в него собственные предпочтения. Если есть растения, которые вы не выращиваете ежегодно, то не вносите их в список. Они должны быть посажены по остаточному принципу.

Распределяем культуры по грядкам

Теперь надо условно поделить площадь огорода на участки. Опыт показывает, что самым практичным является деление участка на 4-5 частей для соблюдения севооборота. Но здесь каждый действует по своему усмотрению. Бывают и трехпольные, и шестипольные, и двенадцатипольные схемы севооборота.

Чтобы понять, какое количество грядок отвести под каждую культуру, стоит заглянуть в свой дачный дневник. Если вы не ведете таких записей, то самая пора начать.

Пять принципов построения севооборота

Основной принцип севооборота заключается в ежегодной смене культур на одном и том же участке земли. Это избавляет от почвоутомления, предупреждает накопление вредных веществ, позволяет варьировать удобрения, вносимые в почву. Чтобы упростить составление плана, можно прибегать к одному из пяти принципов чередования растений.

1 Чередование семейств

На одном участке последовательно высаживаются растения, принадлежащие к разным семействам.

1. **Пасленовые** (томаты, перец, баклажаны) – **бобовые** – **капустные** – **зонтичные**.
2. **Тыквенные** (тыквы, кабачки, патиссоны, огурцы) – **бобовые** – **капустные** – **маревые** (свекла).
3. **Пасленовые** – **бобовые** – **капустные** – **маревые.**

Под зиму можно посадить лук и чеснок после пасленовых.

2 По предшественникам

Это самый трудоемкий принцип чередования. Здесь приходится опираться на данные о потребностях растений исходя из того, что одним растениям хорошо расти на месте других. Так выбираются предшественники для посадок.

Например, кукурузу лучше не выращивать на месте бобовых, а лук – на месте моркови.

3 Чередование по требовательности к почве

У каждого растения свои потребности в питании, по этому принципу культуры также делятся на четыре группы.

Требовательные: астровые, тыквенные, капустные.

Среднетребовательные: пасленовые (томаты, картофель, баклажаны).

Нетребовательные: зонтичные, амарантовые, амариллисовые (укроп, морковь, свекла, шпинат, лук, чеснок).

Обогащающие почву: бобовые.

Чередование здесь простое: требовательные – среднетребовательные, нетребовательные – обогащающие – и снова требовательные. Расписание составляется на четыре года.

4 Чередование культур по группам

Все растения делятся на четыре группы: ***листовые*** (капусты, салаты, зеленые луки, щавель, шпинат), ***плодовые*** (томаты, перцы, кабачки, баклажаны, тыквы, огурцы), ***корнеплоды*** (морковь, свекла, картофель, редис), ***бобовые*** (горох, фасоль, бобы).

Схему составляют следующим образом:

Первый год:

1 грядка – плодовые,
2 грядка – корнеплоды,
3 грядка – бобовые,
4 грядка – листовые.

На следующий год культуры заменяют друг друга на грядках.

5 Чередование по влиянию культур на почву

Этот принцип напоминает принцип № 3. После каждого растения остаются не только болезни и вредители, определенные виды сорняков, но и почва теряет те или иные микроэлементы. Опираясь на это влияние, можно составить очередность посадок.

Почва сильно истощена после моркови, свеклы и всех видов капусты.

Почва истощена в средней степени после лука, томата, перцев, баклажанов и кабачков.

Почва почти не истощена после шпината, редиса, салата, гороха и огурцов.

Почва обогащена после всех видов бобовых.

Чередовать растения можно в перечисленной последовательности, от сильного истощения до обогащения.

Выбирайте наиболее удобный для себя принцип севооборота, и урожай вас порадует!

Валерия ПАШЕЧКИНА

Авторы фото: Halfpoint/Shutterstock.com

Центр Защиты Вкладчиков
ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ из
• КПК • МФО • БАНКОВ
• АКЦИЙ • СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ
Реклама
Бесплатная ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (499) 322-73-85

СВЕРХПРОЧНЫЕ ТЕПЛИЦЫ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ www.teplici-mo.com
НОВИНКА! ОЦИНКОВАННЫЕ ГРЯДКИ 160 РУБЛЕЙ ПОГОННЫЙ МЕТР
МОЩНЫЙ оцинкованный ПРОФИЛЬ!
АКЦИЯ* В ПОДАРОК НАБОР КАПЕЛЬНОГО ПОЛИВА
КАЧЕСТВЕННЫЙ МОНТАЖ ГАРАНТИЯ 10 ЛЕТ
УСИЛЕННЫЙ КАРКАС ДВОЙНЫЕ ДУГИ
В КОМПЛЕКТ ТЕПЛИЦ ВХОДЯТ:
2 двери и 2 форточки! Каркас, фурнитура, поликарбонат. Оцинкованный профиль 20х20 мм. Толщина стенок профиля – 1,2 мм. Высота – 2,1 м. Ширина – 3 м.
СТОИМОСТЬ КОМПЛЕКТА:
4 м – 12 500 руб. 6 м – 15 900 руб. 8 м – 19 800 руб.
СКИДКА 5% ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ КУПОНА
8 (495) 320-25-45
*Срок проведения акции до 31.03.2019. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов (выигрышей), сроках, месте и порядке их получения по телефону +7 (495) 320-25-45

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Идеи по использованию ячеек из-под яиц

Картонные ячейки на три десятка яиц – отличное подспорье для дачника. Мы подскажем несколько идей по их использованию.

РАЗМЕТКА

Вдавливая ячейки в подготовленные для посадок грядки, можно в течение нескольких минут сделать самую аккуратную в мире разметку. Останется просто посадить семена в каждую полученную лунку.

МУЛЬЧА

Делаем отверстия в нижней части ячеек и раскладываем их на грядки. В каждое отверстие сеем редис или морковь. Грядка получится аккуратная, поливать ее придется реже, а про сорняки и вовсе можно будет забыть.

ДОРОЖКИ МЕЖДУ ГРЯДОК

Ячейки, конечно, не самый долговечный материал, но на один сезон должно хватить. А к осени то, что от них останется, можно перекопать вместе с грядками.

ОСНОВА ДЛЯ ТЕПЛЫХ ГРЯДОК

Если положить ячейки в качестве нижнего яруса для теплой грядки, а сверху насыпать лежалый навоз и плодородную землю, срок службы теплой грядки увеличится. На будущий год в такую грядку овощи можно будет посадить пораньше и пораньше получить урожай.

БРИКЕТЫ ДЛЯ РОЗЖИГА

Когда на даче нужно быстро развести костер, можно сделать это при помощи брикетов из ячеек. Их нужно заранее разрезать на отдельные части и заполнить опилками или сеном, сверху залить растопленным парафином. Когда понадобится развести огонь, эти брикеты кладутся под дрова и поджигаются.

Выбираем цветы для детской

Дети – это особая категория. Их пытливый ум заставляет не только рассматривать всё, что попадает в поле зрения, но и трогать, нюхать и даже пробовать на вкус.

Поэтому все, что касается детской комнаты, должно быть безопасным, в том числе и растения.

Добро пожаловать!

Хлорофитум. Занимает призовое место среди комнатных цветов по способности очищать воздух и улучшать микроклимат помещений.

Алоэ. Очищает воздух в помещении. Кроме того, применяется в народной медицине для лечения ран, простудных заболеваний.

Спатифиллум. Весьма неприхотливое растение, имеет прекрасные цветы и богатую зелень листьев. Хорошо очищает воздух, увеличивает влажность.

Мирт. Обладает антисептическими свойствами, убивает микробов, повышает защитные силы организма.

Цитрусовые растения (комнатные лимон, апельсин, мандарин и т.п.). Эфирные масла цитрусовых являются прекрасным бактерицидным средством. Кроме того, эти растения снимают усталость, раздражительность и успокаивающе действуют на гиперактивных детей.

Гибискус. Прекрасно очищает и оздоравливает воздух в комнате, стимулирует мышление, снимает усталость. Благотворно влияет на соседствующие с ним растения: болеющие цветы оживают, укрепляются и идут в рост.

Им не место в детской

- диффенбахия, аглаонема, молочай (очень жгучий и ядовитый сок);
- олеандр (все части растения ядовиты);
- кактусы (колючки могут травмировать ребенка);
- алоказия (сок вызывает аллергию, очень опасен при попадании в глаза);
- примула (может вызвать аллергию);
- перец комнатный (очень жгучие плоды).

И ряд других. Приобретая растение для детской комнаты, обязательно проконсультируйтесь о его отрицательных и опасных качествах у продавца-консультанта или опытных цветоводов. Если такой возможности нет – не приобретайте для дома, а тем более для детской незнакомые растения.

Из сочинения ребёнка: «У нас счастливая семья. Папа работает. Мама – красивая. А если выспится, то ещё добрая».

Посоветуйтесь с ребёнком

Важно при выборе растения поинтересоваться у ребенка, какие именно цветы из предложенных вами ему нравятся внешне, пусть это будет совместное решение и сознательный выбор малыша. Не следует размещать в детской комнате слишком много растений, достаточно нескольких небольших цветов или одного крупного растения. Кстати, по достижении ребенком 3-5 лет его можно привлекать к уходу за цветами: вместе поливать, рыхлить землю, протирать от пыли, опрыскивать. Это не только воспитывает ответственность и трудолюбие, но и развивает положительные личные качества.

ВАЖНО!
Размещайте цветы в детской на безопасном для ребёнка месте. Позаботитесь, чтобы он не мог их опрокинуть на себя.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото: New Africa, t_korop, deckorator, Igorsky/Shutterstock.com

СИСТЕМНАЯ БОРЬБА С МОРЩИНАМИ

Многим известна волшебная сила гиалуроновой кислоты для молодости кожи. **В системе YUNA*** наука пошла дальше:** крупные молекулы гиалуроновой кислоты заполняют рельеф кожи, и вы получаете гладкую, подтянутую кожу **МГНОВЕННО!**** А уже микросферы с гиалуроновой кислотой, витаминами и пептидами легко проникают в глубокие слои кожи. Происходит закрепление достигнутого видимого результата **(мгновенное разглаживание кожи)**** **и глубинное омолаживающее воздействие на клетки кожи,** которые с течением времени начинают работать с энергией молодости. **Мы учим наши клетки жить правильно и радовать нас!**

Уже через 5 минут после нанесения системы вы получаете цветущий внешний вид и выглядите значительно моложе!**

ВНИМАНИЕ! АКЦИЯ в честь ПРЕМЬЕРЫ в России!

СООБЩИТЕ КОД ЮНА27

и получите систему YUNA*** абсолютно БЕСПЛАТНО!*

8-800-100-33-55 ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

ООО «Фармацевтический холдинг Джи Эл Эс Медикал», ОГРН 1187746706510, РФ, 142784, г. Москва, г. Московский, ул. Московская, дом 3, э. 1, п. 1, каб. 8, оф. 105. Срок проведения акции с 01.03.2019 по 31.12.2019. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можете узнать по тел. 8-800-100-33-55. Реклама. *При заказе от 1 шт. **Результаты могут отличаться. ***Юна. Ля Префере.

ПОДАРИТЕ СЕБЕ ПРАЗДНИК

Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!

- Полное обеспечение
- Внимание персонала
- Постоянное общение
- Забота 24 часа

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483 Реклама

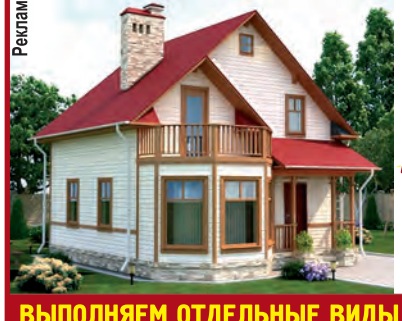
Только для жителей Москвы и области!

Тел. (495) 120-10-03

«СТРОЙЮНИВЕРС»

КАЧЕСТВО ЗА РАЗУМНЫЕ ДЕНЬГИ!

Реклама



Строим из любых материалов- быстро и добротно от котлована «под ключ»!

В НАЛИЧИИ СВОЯ ТЕХНИКА

АКЦИЯ! ПРИ ЗАКАЗЕ РАБОТ С МАТЕРИАЛАМИ И ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 15%*

• ДОМА • КОТТЕДЖИ
• ПРИСТРОЙКИ • БАНИ
• БЕСЕДКИ • ГАРАЖИ

ВЫПОЛНЯЕМ ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАБОТ:
КРОВЛЯ, ФУНДАМЕНТЫ, ЗАБОРЫ
НАРУЖНАЯ, ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА
БЛАГОУСТРОЙСТВО, ПРОЕКТ.РАБОТЫ

8 (920) 913-99-99

Акция действует с 12/02/2019 по 15/04/2019. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, скидках по т.8(920)913-99-99

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 18 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ШИФР». (16+)

Катерина в очередной раз скандалит с дочерью Лидой, и девочка убегает ночью из дома. На пустыре Лида становится свидетелем убийства.

23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Познер». (16+)
01.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
В Москву на конкурс «Лучший опер России» по решению руководства отправляют Рогова.
03.00 Новости
03.05 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
03.40 «Мужское / Женское». (16+)
04.30 Контрольная закупка. (6+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «ГОДУНОВ». (16+)
Москва, середина XVI века. Для укрепления государства и своей власти царь создает опричное войско. Опричникам дано право казнить и миловать без суда именем государя Московского. Всеми, от мала до велика, безраздельно владеет страх. Царь доверяет лишь нескольким людям. Один из них - его преданный слуга Малюта Скуратов.
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
Игорь Дорошин приглашает Каменскую и Чистякова на премьерный спектакль своего отца - знаменитого оперного певца. На выходе из театра Каменская сталкивается с киллером. Лишь по счастливой случайности она остаётся жива - гибнет другая женщина, Алла Сороченко и её охранник. Задержан мужа Аллы Сороченко.

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «ДОБРОЕ УТРО». (12+)

10.00 «Татьяна Конюхова. Я не простила предательства». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
Во время благотворительной акции в церкви произошло убийство.
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
Дело о самоубийстве успешного банкира Сергея Ерохина кажется абсолютно прозрачным: все произошло на глазах у Екатерины Власовой и даже снято на камеру. Более того, найдено предсмертное видеопослание.
19.40 События
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События
22.30 «Сербия. Расстрелять!» Спецрепортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Андропов против Щёлокова. Смертельная схватка». (12+)
01.25 «Ясновидящий Ханусен. Стрелочник судьбы». (12+)
02.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
04.10 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)

НТВ

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
В КТЦ готовится операция по ликвидации лагеря террористов, изготавливающих взрывчатку из боеприпасов, оставшихся после Второй мировой войны.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.00 Сегодня
19.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
Двое мальчишек купаются в море. Один из них, плавая с маской и трубкой, что-то обнаруживает недалеко от берега и успевает крикнуть об этом другу. Мальчик ныряет еще раз, но больше не поднимается на поверхность. В это время группа «Тайфун» готовится к подъёму немецкого самолета.
21.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
После ухода Истратова из полиции Красавца назначают на его место. В отдел переводят Лёню Галкина, мажора, сына советника губернатора.
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.00 Сегодня
00.10 «Поздняков». (16+)
00.20 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА». (16+)
02.15 «Поедем, поедим!» (0+)
02.40 «ЛЕСНИК». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Маленькие секреты великих картин»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.45 «Регенсбург. Германия пробуждается от глубокого сна»
09.05 «ПИКАССО». (16+)
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век
12.25 «Власть факта»
13.10 «Сказки из глины и дерева»
13.20 «Линия жизни»
14.15 «Мифы и монстры»
15.00 Новости культуры
15.10 «На этой неделе... 100 лет назад»
15.40 «Агора»
16.40 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»
17.40 Звёзды фортепиано XXI века. Николас Ангелич
18.45 «Власть факта»
19.30 Новости культуры
19.45 «Главная роль»
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сакральные места»
21.35 Сати. Нескучная классика...
22.20 «Рэгтайм, или Разорванное время»
22.45 «ПИКАССО». (16+)
Пабло Пикассо борется с возрастающей угрозой фашизма в Испании. В 1937 году в испанском павильоне всемирной выставки в Париже он представляет свою картину «Герника». В юности Пикассо мечтал о том, чтобы стать великим художником.
23.40 Новости культуры
00.00 Открытая книга
00.30 «Власть факта»
01.15 XX век
02.30 «Гении и злодеи»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Приключения Тинтина. Тайна «Единорога». (12+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.20 «ВОРОНИНЫ». (16+)
15.05 «Хороший динозавр». (12+)
17.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
Россия, 2017 г. Фэнтези. Виктор Хориняк, Мила Сивацкая.
Обычный парень Иван Найдёнов с помощью мага Светозара оказывается в сказочной стране параллельной реальности - Белогорье. Здесь живут герои русских сказок - богатыри, Баба Яга, Кащей Бессмертный и другие.
19.15 «Тайная жизнь домашних животных». (6+)
21.00 «ТЕРМИНАТОР-3. ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)

США - Япония, 2003 г. Фантастический боевик. Арнольд Шварценеггер, Ник Сталь.
Десять лет прошло с того момента, когда Джон Коннор помог предотвратить всемирную катастрофу, грозившую уничтожением человечества.
23.15 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
00.15 «АНТУРАЖ». (18+)
02.15 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (12+)
04.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУБУЮ ЛАГУНУ». (12+)
05.30 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.25 «Собачье сердце, или цена заблуждения». (12+)
06.10 «ЛЮТЫЙ». (16+)

09.00 «Известия»
09.25 «ЛЮТЫЙ». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ЛЮТЫЙ». (16+)
14.15 «ЛЮТЫЙ-2». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
На помойке находят туристический рюкзак с трупом женщины.
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (16+)
03.50 «Известия»
03.55 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром
08.10 «Военная приёмка». (6+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.15 «Не факт!» (6+)
09.50 10.05 «ЛИТЕЙНЫЙ, 4». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
13.15 14.05 23.30 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Россия, 2009 г.
На работу в одно из питерских подразделений ГИБДД поступает Сергей Лавров, бывший опер специального подразделения МВД.
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 «Подводный флот России». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (12+)
20.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
03.40 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)
05.05 «Нюрнберг». (16+)

ОТР

05.00 11.05 21.05 «Прав!Да?». (12+)
05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
06.25 10.50 22.25 23.50 «Активная среда». (12+)
06.30 «ОТРажение недели». (12+)
07.15 «От прав к возможностям». (12+)
07.35 22.35 «Магия приключений». (12+)
08.30 15.15 04.30 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.10 17.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
Полковник в отставке, бывший следователь по особо важным делам Захаров приезжает в провинциальный городок.
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
12.30 «Преступление в стиле модерн». (12+)
13.20 18.00 00.00 ОТРажение
15.45 «Гора Самоцветов. Бессмертный». (0+)
22.00 «Вспомнить всё». (12+)
04.05 «Фигура речи». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.15 10.30 11.45 16.30 20.30 21.30 23.30 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)
07.45 «Сеть. (12+)
08.45 09.45 01.45 Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 12.30 13.00 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
11.15 14.40 01.30 04.15 «ГОСТ». (12+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
12.15 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
17.45 Интервью. (12+)
19.00 Москва сегодня
19.15 01.15 Спорная территория. (12+)
19.30 22.30 03.30 «Вечер»
21.15 23.15 05.15 Московский патруль. (16+)

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Самое вкусное». (12+)
13.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.05 «ЦЕНА ЖИЗНИ». (16+)

Илья Шагин по первому образованию - врач, преподававший патологическую физиологию.
19.00 Большие новости
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 Новости 360
23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)
00.30 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Тайны кино». (12+)
06.50 04.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.40 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
09.00 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)
11.15 «Песни нашего кино». (12+)
11.40 «Тайны кино». (12+)
12.40 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
15.00 «Тайны кино». (12+)
15.50 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
17.20 «Звёзды советского экрана». (12+)
17.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
20.00 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)
22.10 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
00.20 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
01.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
03.05 «Тайны кино». (12+)
05.35 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 04.50 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
06.00 15.00 **«Документальный проект»**. (16+)
07.00 **«С бодрым утром!»** (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 **«Новости»**. (16+)
09.00 **«Военная тайна» с Игорем Прокопенко**. (16+)
12.00 16.00 19.00 **«Информационная программа 112»**. (16+)
13.00 23.25 **«Загадки человечества с Олегом Шишкиным»**. (16+)
14.00 **«Невероятно интересные истории»**. (16+)
17.00 **«Тайны Чапман»**. (16+)
18.00 04.00 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)
20.00 **«ДОКТОР СТРЭНДЖ»**. (16+)

США, 2016 г. Фантастический боевик. Бенедикт Камбербэтч, Тильда Суинтон, Мадс Миккельсен.

22.10 **«Водить по-русски»**. (16+)
00.30 **«В ЛАБИРИНТЕ ГРИЗЛИ»**. (16+)
02.00 **«ЧЕЛОВЕК ЭПОХИ ВОЗРОЖДЕНИЯ»**. (12+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом-2**. Lite. (16+)
10.15 **Дом-2. Остров любви**. (16+)
11.30 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
12.30 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
13.30 **Песни**. (16+)
15.30 **«ОЛЬГА»**. (16+)
17.00 **«ИНТЕРНЫ»**. (16+)
20.00 **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ»**. (16+)

Гриша узнает о том, что М собирается совершить преступление против министра финансов. Убийство должно случиться на международном экономическом форуме в Барвихе.

21.00 **Где логика?** (16+)
22.00 **«АДАПТАЦИЯ»**. (16+)

Долгожданный новый сезон «Адаптации»! Нагорняк на пенсии, его пнули из «Газпрома». На его месте теперь сидит наглая молодая девчонка, чей отец - шишка в Москве.

23.00 **Дом-2. Город любви**. (16+)
00.00 **Дом-2. После заката**. (16+)
01.00 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
01.50 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
02.40 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.15 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.20 **«Слепая»**. (12+)
11.00 **«Гадалка»**. (12+)
12.00 **«Не ври мне»**. (12+)
15.00 **«Мистические истории. Начало»**. (16+)
16.00 **«Гадалка»**. (12+)
17.00 **«ЧУДО»**. (12+)

Марина Васнецова - успешный топ-менеджер - деловая и безжалостная. На первом же рабочем совещании в новой компании она дает понять, что будет держать сотрудников в «ежовых рукавицах». Но больше всех Марина цепляется к юной Яне Самойловой.

17.35 **«Слепая»**. (12+)
19.10 **«КОСТИ»**. (12+)

На Рождество вся команда запирается в лаборатории. Они должны разгадать тайну скелета, найденного в убежище от радиоактивных осадков...

21.00 **«ЧЕРНОБЫЛЬ-2. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ»**. (16+)
23.00 **«ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ»**. (16+)
01.30 **«Странные явления»**. (12+)

ЧЕ

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
07.30 **«Дорожные войны»**. (16+)
07.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
08.10 **«Дорожные войны»**. (16+)
12.00 **«Решала»**. (16+)
13.00 **«Идеальный ужин»**. (16+)
14.00 **«Супершеф»**. (16+)
15.00 **«Утилизатор»**. (12+)
15.30 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)
19.30 **«Улетное видео»**. (16+)
20.30 **«Дорожные войны»**. (16+)
22.00 **«Решала»**. (16+)
23.00 **«+100500»**. (18+)
00.00 **«Дорожные войны. Лучшее»**. (16+)
00.30 **«ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ»**. (16+)

Россия, 2010 г. Боевик. Павел Майков, Виталий Кудрявцев. Эта история про бывших десантников Андрея Веснина, Сергея Попова (Попа) и Игоря Снегирёва (Птицу).

03.05 **«АМЕРИКАНЦЫ»**. (18+)
03.50 **«Улетное видео»**. (16+)
04.30 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **«Вся правда про...»** (12+)
06.30 **«Утомлённые славой»**. (16+)
07.00, 08.55, 10.30, 14.00, 20.05 **Новости**
07.05, 10.35, 14.05, 20.15, 01.10 **Все на Матч!**
09.00 **Дзюдо. Турнир «Большого шлема». Трансляция из Екатеринбурга**. (16+)
11.00 **Кёрлинг. Россия - Япония. Чемпионат мира. Женщины. Прямая трансляция из Дании**
14.30 **Футбол. «Бетис» - «Барселона». Чемпионат Испании**. (0+)
16.20 **Континентальный вечер**
16.50 **Хоккей. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Автомобилист» (Екатеринбург). КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Прямая трансляция**
19.25, 19.45 **Специальный репортаж**. (12+)
21.00 **Кёрлинг. Россия - США. Чемпионат мира. Женщины. Прямая трансляция из Дании**
00.00 **Тотальный футбол**
01.45 **Футбол. «Фулхэм» - «Ливерпуль». Чемпионат Англии**. (0+)
03.45 **Футбол. «Эвертон» - «Челси». Чемпионат Англии**. (0+)
05.45 **«Команда мечты»**. (12+)

ДОМАШНИЙ

06.30 18.00 23.30 **«6 кадров»**. (16+)
06.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
07.00 12.35 03.25 **«Понять. Простить»**. (16+)
07.30 **«По делам несовершеннолетних»**. (16+)
08.30 **«Давай разведёмся!»** (16+)
09.30 **«Тест на отцовство»**. (16+)
10.35 04.40 **«АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ»**. (16+)
11.35 03.55 **«Реальная мистика»**. (16+)
13.45 **«ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ»**. (16+)
19.00 **«ГОРНИЧНАЯ»**. (16+)

Россия-Украина, 2017 г. Мелодрама. Екатерина Стулова, Олег Савкин. У Татьяны Ларионовой было всё, что нужно для женского счастья: престижная работа, красавец-муж и любимые дети. Но однажды в городе появился владелец крупной гостиничной сети...

00.30 **«ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ»**. (16+)
05.35 **«Домашняя кухня»**. (16+)

РЕГЕНЕРАЦИЯ – ЭТО НЕ МИФ

КАК УЛУЧШИТЬ РАБОТУ СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА

«Будьте здоровы!» — желаем мы другим каждый день, но на своё здоровье обращаем серьёзное внимание крайне редко, пока, как говорится, не прижмёт.

Первое место в мире занимают болезни сердечно-сосудистой системы. Что с этим делать? Об этом наш разговор с Еленой Викторовной.

— Действительно ли всё так серьёзно?
— Ещё как! Проблема очень актуальна, людей с сосудистыми заболеваниями достаточно много. Огромное количество инфарктов и инсультов, в особенности среди мужчин. И цифры, к сожалению, растут из года в год. Страдают пожилые люди, всё больше таким недугам становятся подвержены люди старше 45–50. В России около 20% имеют серьёзные проблемы с сосудами и «сгорают» в течение года.*

— Почему мы так халатно к себе относимся? Надо заботиться о сосудах постоянно. Хорошо, если обратим внимание на головные боли из-за перепадов давления, да и то ограничиваемся таблеткой. А потом удивляемся, откуда инсульт?
— Думаю, мы мало себя любим. И не до конца понимаем, что и как функционирует в нашем организме. Но ведь это проще простого — сосуды пронизывают всё наше тело, здоровая сердечно-сосудистая система обеспечивает правильную циркуляцию крови, благодаря чему клетки ткани и, в частности, головной мозг получают кислород и питательные вещества. А будет ли здоров организм, если сосуды не в порядке? Лечение любого органа по большому счёту зависит от состояния сосудов. Если клеткам будет недостаточно кислорода и питательных веществ, под ударом нормальное давление, память, мышление, состояние нервной системы, всех жизненно важных органов. Вот откуда инсульты. В наше время они сильно «помолодели» — 40-летний человек с инсультом уже не редкость. После 55 риск инсульта возрастает вдвое.* А вы пробовали, чтобы помочь вашим сосудам, а значит и организму в целом, использовать Вегу?

— Для чего предназначена Вега? Кому показано её применять?
— Всем, по медицинским показаниям, конечно. Речь о людях, столкнувшихся с заболеваниями сосудистой системы или имеющих к ним предрасположенность. Появились перепады давления или иные настораживающие симптомы? Для профилактики применять можно, чтобы не усугубить тревожные звоночки.

— Вегу можно назвать домашним помощником?
— Добрым надёжным помощником, я бы сказала. Изначально она была разработана для военных и, естественно, хранилась в секрете. Сейчас ею может пользоваться каждый желающий. Вега может значительно активизировать мозговую деятельность в экстремальных военных условиях. Появилась возможность восстанавливать людей и максимальное число их функций после серьёзных инфарктов и инсультов. Вега может помочь человеку начать заново говорить, реагировать на окружающий мир, встать на ноги и продолжать жить.

— Очень страдают пожилые люди от проблем с памятью, да, кстати сказать, и людей среднего возраста хватает. Им Вега может помочь?
— Конечно! Как правило, проблемы с памятью — это результат нарушения мозгового кровообращения. Потерю образной, слуховой, зрительной памяти связывают с такими процессами, как отмирание клеток из-за скопления холестериновых бляшек, недостаточное снабжение тканей кислородом, питательными компонентами, связывают также с замедлением регенерации клеток, снижением выработки веществ, необходимых для работы мозга. Причиной потери памяти у пожилого человека может стать такое изменение в организме, как расстройство передачи нервных импульсов в результате дегенерации биохимических процессов. Это может быть недостаток микроэлементов и витаминов, иные причины — дисфункция центральной нервной системы и нарушение обменных процессов в мозговых тканях, играют роль психические расстройства, гибель клеток мозга в результате инфекций, травм, инсульта, влияют гормональные нарушения. Всё очень индивидуально, поэтому обязательно нужна консультация специалиста. В нашем случае телефон бесплатной горячей линии: **8 (495) 500-03-16**

— Болезни сосудов головного мозга становятся одной из основных причин смерти или потери трудоспособности.
— Во всём мире серьезные нарушения мозгового кровообращения приравниваются к инвалидности. Каждый год в нашей стране от этого умирает около двух миллионов граждан. Больше половины умирают от сердечно-сосудистых заболеваний и их смертельных осложнений — инфарктов и инсультов. Из них 100 тысяч — в трудоспособном возрасте.* Если чувствуете в области сердца дискомфорт: частое сердцебиение, боль за грудиной, при физической нагрузке у вас появляется одышка, если повышается давление, чтобы помочь организму восстановиться, можно использовать Вегу. Противопоказания имеются и здесь, для этого не поленитесь проконсультироваться у специалиста.

— А после инфаркта при наличии заболеваний сердца можно использовать Вегу?
— Да, можно. Но лучше всё-таки до таких состояний себя не доводить, надо помнить о профилактике. Ритм нашей жизни пугающий — стрессы на работе, у кого-то дома, в дороге. Никакой стресс не проходит для организма бесследно. Огромное количество факторов, влияющих на сосудистую систему и артериальное давление. Особенно опасно это для сердца и головного мозга.

— Можно ли рекомендовать Вегу для людей, находящихся в группах риска?
— Специально для них Вега и была разработана. В ситуации, когда всякое химическое лекарственное вмешательство может повлиять на состояние человека, — это гениальный выход. Потому что Вега — результат технологий, разработанных в специальных лабораториях. Вега — это мельчайшие частицы, помогающие в воссоздании натурального белка, изначально входящего в состав каждой клетки. Вега проникает вглубь поражённой клетки и заново «запускает» клеточные процессы.

— Получается, сбой в любом отделе организма можно поправить?
— Да. Сейчас люди увлекаются различными чистками — кишечник чистят, печень, но забывают о главном — о своих сосудах.

*Из открытых источников. ОГРН 1187746935375. ООО «МОНОПОЛИЯ ЗДОРОВЬЯ». 115230, Москва, Каширское ш., д. 3, корп. 2. РУ № РЗН 2014/2014. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». (12+)
09.15 «Турбо». Мультфильм. (12+)
11.15 «1+1». (16+)
13.30 «БЕТХОВЕН». (12+)
15.20 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». (12+)
18.20 «СТОЙ! ИЛИ МОЯ МАМА БУДЕТ СТРЕЛЯТЬ». (12+)
20.10 «АПОЛЛОН 13». (12+)
США, 1995 г. В ролях: Том Хэнкс, Билл Пэкстон, Кевин Бейкон, Гэри Синиз, Эд Харрис
22.50 «БРАТЬЯ БЛЮЗ 2000». (16+)
США, 1998 г.
01.10 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+)
02.55 «КОЛДОВСТВО». (16+)
04.35 «Хранитель Луны». Мультфильм. (6+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
08.20 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
10.15 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
12.10 «ПАМЯТЬ ОСЕНИ». (16+)
14.10 «КНЯЖНА МЕРИ». (12+)
16.20, 17.05 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЁХ ГРАЦИЙ». (12+)
18.20 «ОЛИМПИУС ИНФЕРНО». (16+)
20.20 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
22.05 «КОРОЛЁВ». (12+)
00.25 «ОТРЫВ». (16+)
02.15 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
04.20, 05.05 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЁХ ГРАЦИЙ». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «СВАТЫ». (16+)
09.50 «ФИНИСТ - ЯСНЫЙ СОКОЛ». (0+)
11.20 «СУЕТА СУЕТ». (12+)
12.55 «ВАС ВЫЗЫВАЕТ ТАЙМЫР». (0+)
14.35 «ДОБРОЕ УТРО». (0+)
СССР, 1955 г. В ролях: Татьяна Конюхова, Изольда Извицкая, Юрий Саранцев, Владимир Андреев
16.20 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
СССР, 1973 г. В ролях: Леонид Быков, Алексей Смирнов, Сергей Иванов, Рустам Сагдуллаев
18.00 «СВАТЫ». (16+)
21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
01.55 «КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА». (6+)
03.35 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
06.50, 07.10, 07.35, 07.55, 08.20, 08.45, 09.10, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
09.35 «ГУТСИ». (16+)
11.35 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
13.15 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
США, 2011 г.
14.55, 15.20, 15.50, 16.15, 16.45, 04.10, 04.35, 05.05, 05.30 «КУХНЯ». (16+)
20.00, 20.45, 00.35, 01.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
21.30, 02.05 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
22.20, 02.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
23.35, 00.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)

ИЛЛЮЗИОН+

02.45 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)
04.40 «ЛЮБОВНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (16+)
06.20 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)
07.55 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
09.35 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
11.25 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
13.40 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
15.15 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)
16.45 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
18.35 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
20.30 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
22.20 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
23.55 «КАНЬОНЫ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.35 «РИТА». (16+)
03.05 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
04.25 «МЕТЕЛЬ». (16+)
05.50 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
07.40 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (16+)
09.30 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
11.15, 12.05 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
12.55 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)
14.25 «СЕСТРЫ». (16+)
15.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
17.40 «ЛЁГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
19.15, 20.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
20.50 «МЕЛОДИЯ ДЛЯ ШАРМАНКИ». (12+)
23.35 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.20 «ВРЕМЕННО БЕРЕМЕННА». (16+)
02.55 «ЛЮБОВЬ СЛУЧАЕТСЯ». (16+)
04.40 «МУЖСКАЯ ЖЕНСКАЯ ИГРА». (16+)
06.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
08.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
09.25 «РОБИН ГУД: МУЖЧИНЫ В ТРИКО». (12+)
11.30 «ИНСТРУКЦИИ НЕ ПРИЛАГАЮТСЯ». (12+)
13.50 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)
15.40 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ». (16+)
17.30 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
19.30 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
Комедия, США, 2001 г.
21.40 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
23.20 «КРУТАЯ ДЖОРДЖИЯ». (16+)

FOX LIFE

06.00, 15.30, 17.45, 18.35, 05.15 «СКОРПИОН». (16+)
2 сезон. Сериал. США, 2015 г.
06.45 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
07.10, 07.35, 04.50 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)
08.00, 08.50, 13.50, 14.40, 01.10, 02.00 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
09.35, 10.05 Большой праздник Джейми. (12+)
10.35, 04.05 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
11.25, 12.10, 13.00, 19.25, 20.10, 21.50 «КАСЛ». (16+)
16.15 «НИКТО НЕ УХОДИТ». (16+)
21.00, 00.20, 02.40, 03.25 «НОМЕР 309». (16+)
22.40, 23.30 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
14.00, 15.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+)
20.00, 21.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
22.00, 23.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
04.00, 05.00 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
06.00, 07.00 «ПЛАН Б». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «РЕАЛЬНОСТЬ». (16+)
Комедия, Италия, Франция, 2012 г.
12.00, 20.00, 04.00 «МАДАМ». (16+)
Драма, комедия, Франция, 2017 г.
13.35, 21.35, 05.35 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
14.35, 22.35, 06.35 «ДВЕ МАТЕРИ, ДВЕ ДОЧЕРИ». (12+)
Драма, Люксембург, Бельгия, Франция, 2017 г.
16.30, 00.30, 08.30 «РАЗВОД ПО-ТЕХАССКИ». (16+)
Комедия, США, 2016 г.

РОДНОЕ КИНО

07.30 «ПИТЕР FM». (12+)
09.10 «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (12+)
11.50 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
13.40 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
15.15 «ЧЁРНЫЙ ТЮЛЬПАН». (12+)
17.30 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (12+)
19.00 «КОРОЛИ И КАПУСТА». (16+)
21.55 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
23.50 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (6+)

КИНОСЕРИЯ

00.10, 01.15, 02.25, 03.25, 04.35, 05.40 «ЖГУЧАЯ МЕСТЬ». (16+)
07.15, 08.15, 09.10, 10.15, 11.10 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
12.15, 13.05, 18.05, 19.00, 20.00, 20.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)
14.00, 15.00, 16.05, 17.10 «ГОРОДСКИЕ ШПИОНЫ». (12+)
1 сезон. Сериал. Детектив, приключения, Россия, 2013 г.
21.45, 22.40 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)
23.40 «КОНСУЛЬТАНТ». (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.00 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
10.00 Новости
10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
12.30 Такому мама не научит. (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
14.10, 01.30 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 02.20 Дела семейные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (0+)
Комедия, СССР, 1985 г.
22.30 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (0+)
00.00 Новости
00.10 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (0+)
00.55 Такому мама не научит. (12+)
03.10 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
05.40 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)
05.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
07.30 Утро пятницы. (16+)
09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
12.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)
15.00 Орел и Решка. Америка. (16+)
18.00, 19.00 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)
Новые эмоции, новые впечатления и новые, неискушенные ведущие! Оля Антипова и Антон Зайцев бросают вызов скучным путешествиям, привычным достопримечательностям и самим себе!
20.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)
21.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)
22.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+)
23.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
00.00 Пятница News. (16+)
00.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
04.00 «КОНСТАНТИН». (16+)
04.50 «РЫЖИЕ». (16+)

Ю

05.00 Обмен жёнами. (16+)
06.15 Europa plus чарт. (16+)
Самая модная музыка от радиостанции «Европа Плюс» и канала «Ю».
07.05 «КЛОН». (16+)
Сериал. Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурило Бенисио, Джованна Антонелли, Вера Фишер
Удивительная история любви и одна из самых успешных бразильских теленовелл, известная во всем мире.
08.55 «ТРОПИКАНКА». (12+)
10.00 Ювелир. (16+)
12.15 Мастершеф. (12+)
17.30 Обмен женами. (16+)
Уникальный проект о семейных ценностях, в котором хранительницам семейного домашнего очага предстоит на 7 дней переехать жить в чужую семью, стать жёнами для чужих мужей и мамами для чужих детей.
19.00 «КЛОН». (16+)
20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)
21.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)
00.50 В теме. (16+)
01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
02.55 Обмен жёнами. (16+)

РЕТРО

00.55 Живая легенда. Татьяна Тарасова. (12+)
01.40 «Храбрый олененок». Мультфильм. (6+)
02.00, 06.00, 13.40, 22.25 Достояние Республики. (12+)
03.45, 08.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+)
05.25 Имена-легенды. (12+)
05.50 «Мартынко». Мультфильм. (6+)
07.45 «Козел-музыкант». Мультфильм. (6+)
07.55 «Мистер Пронька». Мультфильм. (6+)
08.25 «Неудачники». Мультфильм. (6+)
08.35 «Про мамонтенка». Мультфильм. (0+)
10.35 Живая легенда. Сергей Михалков. (12+)
11.30 «Конек-Горбунок». Мультфильм. (6+)
12.50, 20.35 Дело темное. (16+)
15.30 «ШАРАДА». (16+)
17.40 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
17.50 «Ну, погоди!» Мультфильм. (12+)
18.00, 19.15 «МОРСКОЙ ВОЛК». (12+)
21.25 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
03.00 Таинственная Франция. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.00, 05.35 Живая история. (12+)
06.10 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
07.05 Васко да Гама. В поиске острова специй. (12+)
08.00 «КЕНАУ». (16+)
09.50 Семь дней истории. (12+)
10.00, 11.00 Метрополии: сила городов. (12+)
12.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
13.30 Секреты истории. (12+)
14.45 Обыкновенная история. (6+)
15.00 Прогулки по Москве. (12+)
15.15 Историограф. (12+)
16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Бунты в России. (12+)
18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Великая Отечественная война на Чёрном море. (6+)
20.00 Путешествие в Архив. (12+)
20.50 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
21.30 Обыкновенная история. (6+)
21.45 Музеи Ватикана: Очарование древнего искусства. Египтяне и этруски. (12+)
22.40 История Отечества в портретах: Екатерина II. (12+)
23.00 Стэлс-истребители Гитлера. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Невероятные изобретения. (12+)
06.40 Коварная Земля. (12+)
07.30 Невероятные изобретения. (12+)
08.05 Тайная война. (12+)
09.00 Заговор. (12+)
09.50 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)
10.50, 11.15 Родовые проклятья. (12+)
11.45 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
12.50 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
13.40 Заговор. (12+)
14.30 Вулканическая одиссея. (12+)
15.20 Тайная война. (12+)
16.15, 16.45 Невероятные изобретения. (12+)
17.15 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)
Почему Париж проиграл Берлину гонку за звание самого современного города эпохи?
18.15, 18.40 Родовые проклятья. (12+)
19.10 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
20.15 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.15 Смертоносный интеллект. (12+)
22.00, 01.45 Тайная война. (12+)
22.55 История тайных обществ. (12+)
23.50 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
00.55 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
02.40 Запретная история. (12+)
03.35, 04.20 Музейные тайны. (12+)
05.10, 05.40 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Игры разума. (16+)
06.20 Панорама 360. Объект всемирного наследия. (16+)
07.10, 08.05 Авто - SOS. (16+)
08.50 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
09.45 Сила племени. (16+)
10.35, 11.30 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
12.25 Пропавшие города Амазонии: Легенда становится реальностью. (16+)
13.15 Осушить океан. (16+)
14.10 Вторжение на Землю. (16+)
15.05, 15.35 Тайные истории. (16+)
16.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.55 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.50 Авто - SOS. (16+)
18.40 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
19.30 Вторжение на Землю. (16+)
20.20 Сила племени. (16+)
21.05 Авто - SOS. (16+)
22.00, 01.15, 04.20 Затерянные сокровища Египта. (16+)
22.50 Вторжение на Землю. (16+)
23.40 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+)
00.25 Осушить океан. (16+)
02.00 Международный аэропорт Дубай. (16+)
02.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.35 Авто - SOS. (16+)
05.10 Крупнейший в мире ремонт. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00 Суровая Арктика. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Амба, русский тигр. (12+)
12.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
13.00 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00, 16.00 Адская кошка. (12+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
18.00 Последние слоны Китая. (12+)
19.00 Суровая Арктика. (12+)
20.00 Остров монстров. (16+)
21.00, 01.50 Гигантская белая акула на воле. (12+)
Команда ныряльщиков-экстремалов пытается без защитной клетки сфотографировать гигантских белых акул в водах, кишащих этими животными.
22.00 На свободу с питбулем. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
01.00 Остров монстров. (16+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)
04.20 Суровая Арктика. (12+)
05.10 Последние слоны Китая. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Махинаторы. (12+)
07.00 Крутой тюнинг. (12+)
08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)
09.00 Охотники за старьем. (12+)
10.00, 10.30 Как это устроено? (12+)
11.00, 11.30 Мужские берлоги. (12+)
12.00 Лучший оружейник: Пистолет-мачете. (16+)
13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)
14.00 Махинаторы. (12+)
15.00 Крутой тюнинг. (12+)
16.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)
18.00 Охотники за старьем. (12+)
19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)
20.00 Махинаторы. (12+)
21.00 Крутой тюнинг. (12+)
22.00 Легендарные японские авто. (12+)
23.00 Битвы роботов: Хорошие, плохие и злые. (12+)
Завершается отборочный раунд. Бои судят бывший участник турнира, художник по спецэффектам Фон Дэвис и игрок НФЛ Вернон Дэвис.
00.00 Не пытайтесь повторить: Короли разрушения. (16+)
00.55 Последние жители Аляски. (16+)
01.50 Лучший оружейник. (16+)
02.40 Крутой тюнинг. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Битвы роботов. (12+)
05.10 Не пытайтесь повторить. (16+)

TLC

06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00, 07.30 Звёзды купономании. (12+)
08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00, 10.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
11.00 Оденься к свадьбе. (12+)
12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
14.00 Битва кондитеров: Бадди против Даффа. (12+)
15.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)
16.00, 16.30 Звёзды купономании. (12+)
17.00, 17.30 Оденься к свадьбе: Бенилюкс. (12+)
18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 В плену ненужных вещей. (12+)
21.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
23.00 Меня зовут Джаз. (18+)
00.00 Монстры внутри меня: Что-то живёт в моём колене?! (16+)
00.55 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
02.40 Меня зовут Джаз. (18+)
03.30 Монстры внутри меня: Что-то живёт в моём колене?! (16+)
04.20 В плену ненужных вещей. (12+)
05.10, 05.35 Оденься к свадьбе: Бенилюкс. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.40 Здоровый сад. (12+)
06.55 Сельские профессии. (12+)
07.25 Дачный эксклюзив. (16+)
07.50, 12.00, 17.55 Постное меню. (12+)
08.05 Топ-10. (12+)
08.40 Инструменты. (12+)
08.50, 13.05, 16.45, 21.05 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
09.20 Травовед. (12+)
09.40 Вокруг сыра. (12+)
09.55 Дачная энциклопедия. (12+)
10.25 Усадьбы будущего. (12+)
10.55 История одной культуры. (12+)
11.30 Тихая моя родина. (12+)
12.20 Доктор смузи. (12+)
12.35 Сад своими руками. (12+)
13.30 Чай вдвоем. (12+)
13.50 Паштеты. (12+)
14.05 Милости просим. (12+)
14.40 Огород от-кутюр. (12+)
15.10 Беспокойное хозяйство. (12+)
15.40 Мастер. (12+)
16.10 Частный сектор. (12+)
17.10 Фитоаптека. (12+)
17.40 Свечной заводик. (12+)
18.15 Преданья старины глубокой. (12+)
18.45 Прогулка по саду. (12+)
19.20 Дачные радости. (12+)
19.50 Секреты стиля. (12+)
20.15 Профпригодность. (12+)
20.45 Букварь дачника. (12+)
21.35 Безопасность. (12+)
22.05 Кухня народов СССР. (12+)
22.25 Урожай на столе. (12+)
22.55 История усадеб. (12+)
23.30 Проект мечты. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.30 Под водой с ружьем. (16+)
06.55 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
07.25 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)
08.10 Крылатые охотники. (16+)
08.30 На зарубежных водоемах. (12+)
09.05, 12.10 Рыбный день. (16+)
09.35, 12.45 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)
09.45, 13.00 Простые рецепты. (12+)
10.10, 16.00 Поплавочный практикум. (12+)
10.45, 16.40 Нож-помощник. (16+)
11.10, 22.45 Охота: собачья работа. (16+)
11.40 Нахлыст в Башкортостане. (16+)
13.20 Большой троллинг. (12+)
13.55 Планета охотника. (16+)
14.25 Универсальная собака. (16+)
14.55 Нахлыст на разных широтах. (12+)
15.30 Прибалтийский лосось. (16+)
17.00 На охотничьей тропе. (16+)
17.30 Поймай и сними. (16+)
17.55 Территория льда. (16+)
18.25 Сомы Европы. (12+)
19.00 Весенняя рыбалка. (16+)
19.30 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
20.05 Мой мир - рыбалка. (12+)
20.35 Охота с луком. (16+)
21.05 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)
21.40 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
22.15 Тропа рыбака. (12+)
23.20 Две на одного. Оружие. (16+)
23.30 Есть мнение. (16+)
23.50 Пофестивалим! (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
Табата-тренировка - это высокоинтенсивный интервальный тренинг, цель которого выполнить максимальное количество движений за минимальное время.
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. 1-й матч. (0+)
08.25, 12.40, 18.45 Новости
08.30, 22.30 Кубок войны и мира. (12+)
09.15 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
11.00, 12.45 Гандбол. Кубок России. Мужчины. Матч за 3-е место. Финал. (0+)
14.25, 02.10 Первенство Европы по боксу среди юниоров и юниорок. Трансляция из Владикавказа. (16+)
17.40, 00.45 Комментаторы. (12+)
17.55 КХЛ за неделю. Обзор. (12+)
18.50, 05.25 Тает лёд с Алексеем Ягудиным. (12+)
19.25 Профессиональный бокс. А. Сироткин против Р. Форда. Бой за титул WBA Inter-Continental. Трансляция из Краснодара . (16+)
21.25 Рожденные побеждать. (12+)
22.15 Страна спортивная. (12+)
23.15 «ЧЕМПИОН МИРА». (12+)
01.00 Второе дыхание. (12+)
01.30 Стюардесса по имени Лиза Туктамышева. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 18.45 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. (0+)
01.30 Теннис. АТР. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Финал. Прямая трансляция. (0+)
03.30, 14.00, 14.30 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)
04.00, 04.30 Горные лыжи. Кубок мира. Сольдеу. (0+)
05.00, 08.30, 13.00 Велоспорт. Париж - Ницца. (0+)
06.00, 09.30, 15.00 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 5-й этап. (0+)
07.00 Снукер. Gibraltar Open. Финал. (0+)
10.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викерсунд. Мужчины. (0+)
12.00 Зимние виды спорта. «В погоне за историей». (0+)
15.45 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 6-й этап. Прямая трансляция. (0+)
20.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Анахайм» - «Флорида». (0+)
21.05 Кёрлинг. Чемпионат мира. Дания. Женщины. Канада - Финляндия. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 04.00 Наше. (16+)
06.05 Засеки звезду. (16+)
06.15, 17.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55, 12.20, 17.05, 00.00 PRO-клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30 PRO-обзор. (16+)
11.05 Золотая лихорадка. (16+)
12.25 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
13.30 Икона стиля с Анной Семенович. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.15 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
20.00 Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+)
22.35 Караокинг. (16+)
00.05 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
02.20 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.20 «Сказочный патруль». (0+)
09.00, 13.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.05 «Ангел Бэби». (0+)
09.45, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 21.30 «Лео и Тиг». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Домики». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Сказки о маленьком Лисёнке», «Колыбельные мира». (0+)
20.55 «Машкины страшилки». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 07.05 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Хранитель Лев». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.15, 18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.20 «Город героев: Новая история». (6+)
14.20 «Финес и Ферб». (6+)
17.45 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Аладдин». (0+)
22.30 Правила стиля. (6+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
23.45 «Стражи Галактики». (12+)
00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)
01.55 «THE CHEETAH GIRLS». (6+)
03.30 Это моя комната! (0+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». «Катя и Мим-Мим», «Рыцарь Майк». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
09.20 «Давайте рисовать!» (0+) Программа «Давайте рисовать!» поможет зрителям развить фантазию, навыки моторики и композиции. А еще позволит окунуться в настоящий сказочный мир - ведь рисунки здесь оживают!
09.50 «Союзмультфильм» представляет: «Рикки-Тикки-Тави». (0+)
10.10 «Птичка Тари». (0+)
10.20 «Хитрая ворона». (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
11.25 «Бобби и Билл». (6+)
12.10 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+) Пятеро новобранцев из мира Кибертрона удостоились чести быть первыми в истории, кто поступил в Академию ботов-спасателей на Земле, где готовят настоящих профессионалов своего дела.
12.40 «Ниндзяго». (6+)
13.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
14.55 «Супер4». (6+)
15.40 «Гризли и лемминги». (6+)
16.05 «Дружба - это чудо». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Подружки из Хартлейк Сити». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Мончичи». (0+)
19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!» (0+)
19.10 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.30 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)
22.55 «Огги и тараканы». (6+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Нильс». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.03, 13.29, 19.55 Стоп! Снято! (12+)
06.29, 10.02, 13.55, 17.24 «Приключения Таши». (6+)
06.55, 10.27, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.25, 10.57, 14.46, 18.19 «КОСМО». (6+)
07.56 «Пчелография». (6+)
08.05 «Летающие звери». (6+)
08.19 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31 «Василиса Микулишна». (6+)
08.49 Мультфильмы. (0+)
09.05, 21.56 Мультфильмы. (6+)
09.42 «Приключения Хомы». (0+)
09.51 «Однажды утром». (6+)
11.23, 12.21 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
12.00, 17.00, 22.39 «Смешарики». (0+)
12.52 «Раскраска». (0+)
12.56, 19.23 Тайны сказок. (6+)
13.11, 19.38 Путешествуй с нами! (6+)
15.16 «Ну, погоди!» (12+)
16.45 «Дождливая история». (0+)
18.48 «Шах и мат!» (6+)
19.01 Готовим с папой. (6+)
20.25, 23.03 «Гора самоцветов». (6+)
20.56 «Дикие лебеди». (0+)
23.30 Почемучка. Астрономия. (6+)

О!

05.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Бобби и Билл». (6+)
10.25 «Пластилинки». (0+)
10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
12.20 «Машинки». (0+)
14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
14.30 «Если бы я был…» (0+)
14.40 «Три кота». (0+)
16.50 «Оранжевая корова». (0+)
17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
17.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.20 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
19.45 «Пластилинки». (0+)
19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
22.00 «Летающие звери». (0+)
00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
02.35 «Йоко». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Сила духа. (0+)
05.30 Я хочу ребенка. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 «УНИЖЕННЫЕ И ОСКОРБЛЕННЫЕ». (0+)
08.45 Дар веры. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Святитель Лука (Войно-Ясенецкий). Цикл: День Ангела. (0+)
10.25, 11.45 «ПРИТЧИ». Фильмы 1 и 2. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
15.00 Николай (Гурьянов). Цикл: Старцы. (0+)
15.30 Архиепископ Лука, профессор хирургии. Цикл: Русские праведники. (0+)
16.20 Сибирский ковчег. (0+)
16.45 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 8. (0+)
18.00 Завет. (0+)
19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 9. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Завет. (0+)
01.10 Ярославское слово. Цикл: Монастырские стены. (0+)
01.40 Дар веры. (0+)
01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
03.40 Res Publica. (0+)
04.30 Угреша. Цикл: Монастырские стены. (0+)

Православный календарь

18 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 1.
Мч. Конона Исаврийского.

Обретение мощей блгв. князей Феодора Смоленского и чад его Давида и Константина, Ярославских чудотворцев. Мч. Онисия. Мч. Конона градаря. Прп. Марка Постника. Прп. Исихия Постника. Прмч. Адриана Пошехонского, Ярославского. Мц. Ираиды. Мч. Евлогия, иже в Палестине. Мч. Евлампия. Обретение мощей свт. Луки исп., архиеп. Симферопольского. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Иоанна пресвитера и прмчч. Мардария и Феофана. Иконы Божией Матери, именуемой «Воспитание».

Постный день.

« Молитву Иисусову всеми силами старайся держать – она вся наша жизнь, вся краса, все утешение…»
Прп. Анатолий Оптинский

Кредит для пенсионеров
Получите деньги сегодня!
Интерпромбанк
от 11%
возраст до 75 лет
до 1 000 000 руб
Звоните: (495) 106-16-38 www.interprombank.ru
Ставка 11% для сумм 45 000–1 млн. руб. при сроке 6 мес. Диапазон ставок 11%–23% годовых для сумм 45 000–1 млн.руб. на срок 6–60 мес. АО КБ "ИНТЕРПРОМБАНК". Лицензия ЦБ РФ 3266. Реклама.
75 лет на момент погашения кредита. Процентная ставка рассчитывается исходя из показателей финансового положения, кредитной истории клиента. Кредит выдается по усмотрению Банка.

ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ГАРАНТИЯ
ОКАЗЫВАЕМ ПОМОЩЬ В ЗАКЛЮЧЕНИИ ДОГОВОРОВ:
ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ
С ЕДИНОВРЕМЕННЫМИ ВЫПЛАТАМИ от 1 000 000р.
С ЕЖЕМЕСЯЧНЫМИ ВЫПЛАТАМИ от 15 000р.
ОПЛАТА КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ. ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ ПОЖИЗНЕННО
8 (495) 786-68-48, 789-54-57
м. Дубровка, ул. Шарикоподшипниковская, д. 4, офис 1001
Пожизненная рента выплачивается третьими лицами
ОГРН 1097746847626, ООО "ГЦ "ГАРАНТИЯ"
ГАРАНТИЯ В БЛАГОПОЛУЧНОМ ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ!
Реклама

БЕСПЛАТНЫЙ ВОПРОС ЮРИСТУ
8 (499) 322-05-19
Согласно Федеральному закону РФ от 11 сентября 2011 года №324 ФЗ «О бесплатной юридической консультации в Российской Федерации»
ОТВЕТИМ НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ
Реклама

г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1,
8 (495) 127-78-66, 8-800-100-81-75, доб. 361, 362, www.flotrusich.ru
ТЕПЛОХОДЫ «РУСЬ ВЕЛИКАЯ» И «РОДНАЯ РУСЬ»
30.04.2019 – 09.05.2019 от 40 170 р. Волгоград – Ильевка (Элиста) – Романовская – Старочеркасская (Адыгея) – Ейск – Ростов-на-Дону – Романовская – Ильевка – Волгоград
10.05.2019 – 17.05.2019 от 31 312 р. Волгоград – Астрахань – Каспийское взморье – Волгоград – Саратов – Самара (Грозный или Дербент на выбор)
10.05.2019 – 25.05.2019 от 41 990 р. Москва (С.РВ) – Ярославль – Н. Новгород – Свияжск – Казань – Чистополь – Чайковский – Пермь – Березники – Чебоксары – Н. Новгород – Городец – Чкаловск – Кинешма – Плес – Кострома – Ярославль – Москва
17.05.2019 – 23.05.2019 от 15 300 р. Самара – Ульяновск – Чебоксары – Н. Новгород – Городец – Ярославль – Углич – Дубна – Москва
26.05.2019 – 06.06.2019 от 31 490 р. Москва – Калязин – Углич – Мышкин – Весьегонск – Ярославль – Городец (Дивеево) – Макарьев – Свияжск – Казань – Булгар – Чебоксары – Чкаловск – Кинешма – Кострома – Ярославль – Москва (метро)
11.06.2019 – 24.06.2019 Москва – Калязин – Углич – Мышкин – Весьегонск – Горицы – Кижи – Соловецкий Архипелаг (2 дня) – О. Кий – Сосновец – Повенец – Свирьстрой – Валаам – Коневец – Санкт-Петербург
06.07.2019 – 17.07.2019 от 59720 р. Санкт-Петербург – Крепость Орешек – Кижи – Сосновец – Соловецкий архипелаг (3 дня) – Повенец – Старая Ладога – Санкт-Петербург
26.08.2019 – 08.09.2019 Москва – Углич – Горицы – Кижи – Соловецкий архипелаг (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва
09.09.2019 – 20.09.2019 Москва – Углич – Горицы – Петрозаводск – Кижи – Валаам – Санкт-Петербург – крепость Орешек – Старая Ладога – Свирьстрой – Мышкин – Москва
21.09.2019 – 29.09.2019 Москва – Мышкин – Ярославль – Городец – Н. Новгород – Казань – Ульяновск – Самара – Саратов – Волгоград
29.09.2019 – 11.10.2019 Волгоград – Каспийское взморье – Астрахань (Грозный-Дербент-Махачкала-Элиста) – Романовское – Ильевка – Старочеркаская (Адыгея) – Ейск – Азов – Ростов-на-Дону – Волгоград
Онлайн-бронирование 13%. Открыта продажа на 2020 год.
Реклама

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ОБМАНУТЫХ ВКЛАДЧИКОВ
ПОМОЖЕМ С ВОЗВРАТОМ ВКЛАДОВ
ИЗ КПК, МФО, БАНКОВ
БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (499) 130-90-85
Реклама

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 19 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ШИФР». (16+)

Благодаря догадке Анны, девушки находят тело. Значит, рассказ Лиды - правда! Проскурин открывает дело, а Катерина настаивает, чтобы Лида сидела дома.
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
человек Дмитрий Ознобин попадает в специально подстроенное ДТП. Бандиты дают ему немного времени, чтобы найти деньги.
03.00 Новости
03.05 «Мужское / Женское». (16+)
04.00 «Давай поженимся!» (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «ГОДУНОВ». (16+)
Годунова мучают ночные кошмары. К Борису идут люди с жалобами, они доверяют ему и видят в нем справедливого судью. К канцлеру Щелкалову является английский посол, Иван Грозный при своей жизни обещал жениться на английской королеве, но обещание он не успел сдержать, а у нынешнего правителя уже есть жена и выполнить обещание никак не получится.
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
В Москве убит известный врач стоматолог - Яков Горобецкий. Труп обнаруживает сын убитого - Виталий. Результаты работы экспертов приводят следствие к неожиданному открытию. Виталий не родной сын Горобецкого.

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЯБЛОКО РАЗДОРА». (12+)

10.35 «Александра Завьялова. Затворница». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
В день проведения фестиваля народной музыки его продюсер и организатор Тони Уиннинг был найден мертвым. Следствие установило, что он захлебнулся.
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
Екатерина Власова отправляется на поиски одной из своих клиенток, которая пропала вскоре после посещения ее салона. Полиция считает, что девушка намеренно скрывается от своих родителей.
19.40 События
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События
22.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)
23.05 «Мужчины Елены Прокловой». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Хроники московского быта. Советские оборотни в погонах». (12+)
01.25 «Я несу смерть». (12+)
02.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
04.10 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)

НТВ

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
На складе бойцы «Смерча» вступают в бой с бандитами и задерживают их главаря, который признается в убийстве Каприщева и утверждает, что взрывчатку ему продал «тихий интеллигент».
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.00 Сегодня
19.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
На границе у озера рыбаки обнаруживают несколько трупов. Люди отравились озерной водой, всегда считавшейся чистейшей, в ней оказалось нервнопаралитическое боевое отравляющее вещество WX.
21.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
Галкин рассказывает о результатах своего расследования следователю Федотову. Тот обещает разобраться, но его срочно вызывают в Москву, а дело о ДТП закрывают. Галкин обращается за помощью к отцу.
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.00 Сегодня
00.10 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА». (16+)
02.05 «Поедем, поедим!» (0+)
02.40 «ЛЕСНИК». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Легенды мирового кино»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.45 «Шёлковая биржа в Валенсии. Храм торговли»
09.05 «ПИКАССО». (16+)
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век
12.00 «Ускорение. Пулковская обсерватория»
12.25 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
13.15 «Сказки из глины и дерева»
13.25 «Мы - грамотеи!»
14.05 «Сакральные места»
15.00 Новости культуры
15.10 «Эрмитаж»
15.40 «Белая студия»
16.25 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»
Телевизионная повесть Михаила Анчарова. Глава седьмая - «16 июля, пятница». Баныкин уезжают в экспедицию.
17.35 Звёзды фортепиано XXI века. Марк-Андре Амлен
18.40 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
19.30 Новости культуры
19.45 «Главная роль»
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сакральные места». «Мистический мир древних майя»
21.35 Искусственный отбор
22.20 «Рэгтайм, или Разорванное время»
22.45 «ПИКАССО». (16+)
23.40 Новости культуры
00.00 «Линия жизни»
00.55 «Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
01.40 XX век
02.30 «Гении и злодеи»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.40 «Команда Турбо». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
15.00 «ТЕРМИНАТОР-3. ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
17.10 «Тайная жизнь домашних животных». (6+)
Джек-рассел-терьер Макс - домашний пёс. У него прекрасная жизнь, заботливая хозяйка Кэти и живущие по соседству друзья. Однажды Кэти приводит домой огромного мохнатого ньюфаундленда Дюка.
18.55 Премьера! «Фердинанд». (6+)
21.00 «ТЕРМИНАТОР. ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ». (16+)

США - Германия - Великобритания - Италия, 2009 г. Фантастический боевик. Кристиан Бэйл, Хелена Бонем Картер, Сэм Уортингтон.
В 2003 году осуждённый на смертную казнь заключённый Маркус Райт подписывает с компанией «Кибердайн Системс» договор о передаче своего тела в пользование компании после его смерти.
23.15 «ОХОТНИКИ НА ВЕДЬМ». (18+)
01.00 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (12+)
03.00 «СТИРАТЕЛЬ». (16+)
04.45 «Фильм о телесериале «Кухня». (12+)
05.10 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.20 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
12.30 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)

13.00 «Известия»
13.25 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
Владелец цветочного бутика Захар Кисляков устраивает среди своих сотрудниц кастинг на должность жены и матери.
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.20 «Известия»
03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром
08.10 «Военная приёмка». (6+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.15 «Не факт!» (6+)
09.50 10.05 «ЛИТЕЙНЫЙ, 4». (16+)
Россия, 2007 г.
В Питере по адресу: Литейный, 4 находится специальный отдел по расследованию особо важных преступлений.
10.00 14.00 Военные новости
13.15 14.05 23.30 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 «Подводный флот России». (12+)
19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (6+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
03.30 «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». (12+)
04.50 «Нюрнберг». (16+)
05.30 «Хроника Победы». (12+)

ОТР

05.00 11.05 21.05 «Прав!Да?». (12+)
05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
06.25 10.50 22.25 23.50 «Активная среда». (12+)
06.30 «Нормальные ребята». (12+)
07.00 «Гора Самоцветов. Бессмертный». (0+)
07.10 15.45 «Гора Самоцветов. Большой петух». (0+)
07.35 22.35 «Магия приключений». (12+)
08.30 15.15 04.30 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.10 17.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
Россия, 2006 г.
Детектив.
С. Никоненко, О. Савкин, Ю. Цурило.
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
12.30 «Преступление в стиле модерн». (12+)
13.20 18.00 00.00 ОТРажение
22.00 «Фигура речи». (12+)
04.05 «Моя история». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 15.30 20.30 21.30 23.30 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.45 Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 12.30 13.00 14.00 14.30 15.00 16.00 17.00 17.30 18.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15 05.15 Московский патруль. (16+)
11.15 14.40 18.15 01.30 04.15 «ГОСТ». (12+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 01.15 Спорная территория. (12+)
12.15 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
16.30 Жизнь в большом городе. (12+)
19.00 Москва сегодня
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Самое вкусное». (12+)
13.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)

Валерий Перечихин - владелец крупной дорожно-строительной компании.
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.05 «ЦЕНА ЖИЗНИ». (16+)
19.00 Большие новости
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 Новости 360
23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)
00.30 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Тайны кино». (12+)
07.40 «Песни нашего кино». (12+)
08.10 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
09.45 20.00 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
11.15 «Песни нашего кино». (12+)
11.45 «Тайны кино». (12+)
12.40 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» (12+)
14.50 «Тайны кино». (12+)
15.40 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
17.20 «Звёзды советского экрана». (12+)
17.55 01.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
21.30 «БАНКОВСКИЙ БИЛЕТ В МИЛЛИОН ФУНТОВ СТЕРЛИНГОВ». (16+)
23.05 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
00.45 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
03.35 «Тайны кино». (12+)
05.10 «Песни нашего кино». (12+)
05.45 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 04.50 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
06.00 11.00 15.00 **«Документальный проект»**. (16+)
07.00 **«С бодрым утром!»** (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 **«Новости»**. (16+)
09.00 **«Военная тайна» с Игорем Прокопенко**. (16+)
12.00 16.00 19.00 **«Информационная программа 112»**. (16+)
13.00 23.25 **«Загадки человечества с Олегом Шишкиным»**. (16+)
14.00 **«Невероятно интересные истории»**. (16+)
17.00 03.10 **«Тайны Чапман»**. (16+)
18.00 02.20 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)
20.00 **«ЖАЖДА СКОРОСТИ»**. (16+)

США - Индия - Великобритания - Франция - Филиппины, 2014 г. Боевик. Аарон Пол, Доминик Купер, Имоджен Путс, Дакота Джонсон, Майкл Китон.

22.30 **«Водить по-русски»**. (16+)
00.30 **«СПЕЦИАЛИСТ»**. (16+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом-2**. Lite. (16+)
10.15 **Дом-2. Остров любви**. (16+)
11.30 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
12.30 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
13.25 **Большой завтрак**. (16+)
14.00 **«САШАТАНЯ»**. (16+)
15.30 **«ОЛЬГА»**. (16+)
17.00 **«ИНТЕРНЫ»**. (16+)
20.00 **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ»**. (16+)

Алису Рыбкину похищают, и Гриша с друзьями спешит на ее поиски. Тем временем, Яковлев борется с братом за внимание одной очень влиятельной женщины.

21.00 **Импровизация**. (16+)
22.00 **«АДАПТАЦИЯ»**. (16+)

Марина узнает, что Олег жив. Но ему не до встречи с любимой. Чтобы выполнить задание ЕГ, Олегу нужен глава ненцев Хасава. Но как найти его в бескрайней тундре?

23.00 **Дом-2. Город любви**. (16+)
00.00 **Дом-2. После заката**. (16+)
01.00 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
01.50 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
02.35 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.10 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.20 **«Слепая»**. (12+)
11.00 **«Гадалка»**. (12+)
12.00 **«Не ври мне»**. (12+)
15.00 **«Мистические истории. Начало»**. (16+)
16.00 **«Гадалка»**. (12+)
17.00 **«ЧУДО»**. (12+)

Олег спешит в аэропорт, чтобы лететь в Амстердам. Отвлекшись от дороги на телефонные разговоры, он сбивает бродячую собаку... Совсем недавно Олег своими руками разрушил собственную жизнь...

17.35 **«Слепая»**. (12+)
19.10 **«КОСТИ»**. (12+)

В сожженной машине находят обгоревший труп женщины. Расследуя это дело, Бут и Бреннан узнают, что ее ребенок похищен. Ситуация осложняется тем, что муж покойной - участник программы защиты свидетелей.

21.00 **«ЧЕРНОБЫЛЬ-2. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ»**. (16+)
23.00 **«БАГРОВЫЕ РЕКИ»**. (16+)
01.15 **«ЭЛЕМЕНТАРНО»**. (16+)
05.45 **«Мультфильмы»**. (0+)

ЧЕ

06.00 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)
06.45 **«Дорожные войны»**. (16+)
07.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
08.10 **«Дорожные войны»**. (16+)
12.00 **«Решала»**. (16+)
13.00 **«Идеальный ужин»**. (16+)
14.00 **«Супершеф»**. (16+)
15.00 **«Утилизатор»**. (12+)
15.30 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)

Россия, Украина, 2010-2013 гг. Криминальная драма. Ярослав Бойко, Владимир Стеклов. «Гарлем» - один из районов крупного российского города.

19.30 **«Улетное видео»**. (16+)
20.30 **«Дорожные войны»**. (16+)
22.00 **«Решала»**. (16+)
23.00 **«+100500»**. (18+)
00.00 **«Дорожные войны. Лучшее»**. (16+)
00.40 **«ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ»**. (16+)
03.10 **«АМЕРИКАНЦЫ»**. (18+)
03.55 **«Улетное видео»**. (16+)
04.30 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **«Вся правда про...»** (12+)
06.30 **«Утомлённые славой»**. (16+)
07.00, 09.00, 09.35, 14.30, 16.20, 18.00, 21.25 **Новости**
07.05, 16.30, 21.30, 23.00 **Все на Матч!**
09.05, 03.30 **«Команда мечты»**. (12+)
09.40 **Тотальный футбол**. (12+)
10.40, 17.40, 22.30 **Специальный репортаж**. (12+)
11.00 **Кёрлинг. Россия - Китай. Чемпионат мира. Женщины. Пр.тр.**
14.00 **«Капитаны»**. (12+)
14.35 **Смешанные единоборства**. ACA 93. (16+)
17.10 **«Тренерский штаб»**. (12+)
18.05 **Континентальный вечер**
18.50 **Хоккей. «Локомотив» (Ярославль) - СКА (Санкт-Петербург). КХЛ. Пр.тр.**
22.00 **«Играем за вас»**. (12+)
23.30 **Волейбол. «Зенит-Казань» (Россия) - «Гданьск» (Польша). Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала**. (0+)
01.30 **Баскетбол. Евролига. Мужчины**. (0+)
04.00 **«Ген победы»**. (12+)
04.25 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Пары. Короткая программа. Пр.тр.**

ДОМАШНИЙ

06.30 07.30 18.00 00.00 **«6 кадров»**. (16+)
06.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
07.00 12.45 03.25 **«Понять. Простить»**. (16+)
07.45 **«По делам несовершеннолетних»**. (16+)
08.45 **«Давай разведёмся!»** (16+)
09.45 **«Тест на отцовство»**. (16+)
10.50 04.40 **«АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ»**. (16+)
11.50 03.55 **«Реальная мистика»**. (16+)
13.55 **«ДОМ МАЛЮТКИ»**. (16+)
19.00 **«ДРУГОЙ»**. (16+)

Украина, 2018 г. Мелодрама. Ольга Гришина, Алексей Горбунов. Одарённая танцовщица Полина после серьёзной аварии больше не может танцевать. Однако другой жизни она себе не представляет. Полина замкнулась в себе, потеряла смысл жизни.

23.00 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3»**. (16+)
00.30 **«ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ»**. (16+)
05.35 **«Домашняя кухня»**. (16+)

ОБЪЕДИНЕНИЕ
высококвалифицированных практикующих
АДВОКАТОВ И ЮРИСТОВ

ПОМОЖЕМ:
✔ возврат вкладов
✔ проблемы с банками и судебными приставами
✔ наследственные, жилищные, земельные, трудовые и семейные споры
✔ ЗПП, ДДУ, ДТП

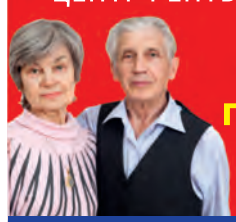
БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 (495) 136-76-26
Реклама

БЕСПЛАТНАЯ
социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- Прием жалоб от населения на коммерческие организации и государственные структуры.
- Помощь в составлении юридических документов.
- Бесплатный прием и консультация дежурного юриста по всем вопросам.

8 (499) 490-61-33
Реклама

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ



ПРОГРАММА ПОМОЩИ ПЕНСИОНЕРАМ
www.моссоцрента.рф

ПО ДОГОВОРУ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ И СОДЕРЖАНИЯ С ИЖДИВЕНИЕМ:
- единовременная выплата **до 5 млн руб.**
- ежемесячная вторая пенсия **до 100 тыс. руб.**
- оплата всех коммунальных услуг
- бесплатный уход на дому, предоставление круглосуточной сиделки

заключение договора **БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ**
8 (495) 641-66-41
ИП Капитонова, ИНН 772160584802
Реклама

Департамент защиты вкладчиков

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

АДВОКАТЫ • ЮРИСТЫ
✓ Возврат денег (МФО, КПК, ООО, брокеры)
✓ Недвижимость
✓ Рента
✓ Наследство
✓ Семейные и трудовые споры

8 (495) 324-94-44
Реклама

ЗДОРОВЬЕ В КАЖДЫЙ СУСТАВ

Задумайтесь и запомните на всю жизнь: «Здоровье — самая большая ценность каждой личности и зависит в первую очередь от вас»

Все суставы в нашем организме способны служить всю жизнь при условии, если вы будете заботиться и обеспечивать максимальное питание каждой клетке ваших хрящей. Наша жизнь начинается с клетки, на 99% состоящей из жидкости и питательных микромолекул. Если клетка начинает испытывать дефицит питательных веществ, она не в состоянии продолжать жизнь и погибает.

Коллоидное средство **«МолекАРТ-РА» содержит** в себе **11 активных** фитонутриентов, которые могут способствовать защите хрящевой ткани, устранению неприятных ощущений.

«МолекАРТ-РА» — сбалансированный коллоидный фитокомплекс, способный поддерживать **все ваши 360 суставов в активном состоянии.**

Начните применять **«МолекАРТ-РА»** сейчас и ощутите разницу в подвижности каждого вашего сустава. Коллоидная форма в виде жидкого раствора **с ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ** позволяет беспрепятственно и быстро усваиваться в организме, может обеспечить интенсивное и необходимое питание всей хрящевой системе, тем самым способствуя улучшению подвижности и эластичности суставов.

ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О СРЕДСТВЕ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

звонок по России бесплатный:
8 (800) 333-47-79

г. Москва: **8 (495) 989-60-45**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

ООО «МАКРОБИОЛАЙН», 109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 1, корп. 2, ОГРН 1177746679439. Реклама. БАД.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)
08.20 «БРАТЬЯ БЛЮЗ 2000». (16+)
10.50 «АПОЛЛОН 13». (12+)
13.40 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (6+)
15.55 «КОЛДОВСТВО». (16+)
18.05 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)
20.10 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ: ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
Великобритания, США, 2012 г. В ролях: Кристиан Бэйл, Том Харди, Энн Хэтэуэй
23.20 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
02.10 «ОДНАЖДЫ В ИРЛАНДИИ». (18+)
03.55 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «КОРОЛЁВ». (12+)
08.40 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
10.20 «ОТРЫВ». (16+)
12.05 «ЛЮБОВЬ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
14.05 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
16.20, 17.05 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЁХ ГРАЦИЙ». (12+)
18.20 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
20.20 «ЛёД». (12+)
Россия, 2018 г.
22.35 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
Россия, 2017 г.
00.20 «ТАНКИ». (12+)
02.15 «14+». (16+)
04.20, 05.05 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЁХ ГРАЦИЙ». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «СВАТЫ». (16+)
09.45 «ПРО ЛЮБОFF». (16+)
11.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
13.45 «МЕТРО». (16+)
Россия, 2012 г. В ролях: Сергей Пускепалис, Анатолий Белый, Светлана Ходченкова
16.10 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Синякина, Александр Пороховщиков, Сергей Гармаш, Ирина Розанова
18.00 «СВАТЫ». (16+)
21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
01.55 «ЗАГОН». (16+)
03.30 «ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)
04.45 «ЛЕТНИЕ СНЫ». (0+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.35, 01.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.20, 21.30, 02.05 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
11.10 Правила моей кухни. (16+)
12.10, 22.20, 02.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
13.25 «МАЛЕНЬКИЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
США, Канада, 1994 г.
15.30, 15.55, 16.20, 16.45, 04.10, 04.35, 05.05, 05.30 «КУХНЯ». (16+)
23.35, 00.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.35, 23.50 «ЛЮБОВНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (16+)
03.05 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
04.35 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)
06.05 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
08.00 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
09.50 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
11.40 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
13.15 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)
14.45 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
16.25 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
18.15 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
20.30 «ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ». (16+)
22.15 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.05 «ЩЕНОК». (16+)
01.50 «КУКУШКА». (16+)
03.30 «БАБЛО». (16+)
04.55 «КРЕМЕНЬ». (16+)
06.25, 07.15 «ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ». (16+)
08.15 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
10.00 «СЕСТРЫ». (16+)
11.35, 12.20 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
13.15 «ЛёГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
14.50 «МЕЛОДИЯ ДЛЯ ШАРМАНКИ». (12+)
17.35 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
19.10, 20.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
20.50 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
Комедия, Россия, 2009 г.
22.35 «БУБЕН, БАРАБАН». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.30 «МУЖЧИНЫ ПРОТИВ ЖЕНЩИН». (16+)
03.45 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
05.45 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)
07.45 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
09.35 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ». (16+)
11.25 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)
13.50 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)
15.45 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ. ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+)
17.35 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (16+)
Романтическая комедия, Россия, 2014 г.
19.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
21.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)

FOX LIFE

06.00, 17.45, 18.35, 05.20 «СКОРПИОН». (16+)
06.45, 07.30, 13.35, 14.25, 01.20, 02.10 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
08.15, 11.10, 16.50, 21.00, 00.30 «НОМЕР 309». (16+)
09.10 Просто Найджелла. (12+)
09.45 Быстрые, свежие и простые рецепты от Лоррейн. (12+)
10.20, 04.20 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
12.05, 12.50, 19.20, 20.10 «КАСЛ». (16+)
15.15, 16.05, 22.50, 23.40, 02.50, 03.35 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
21.50 «ЭТО МЫ». (16+)
3 сезон. Сериал. США, 2018 г.
05.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г.
12.00, 13.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
14.00, 15.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+)
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
22.00, 23.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
04.00, 05.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
06.00, 07.00 «ПЛАН Б». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «МИЛОСТЬЮ БОЖЬЕЙ». (12+)
Драма, США, 2014 г.
11.35, 19.35, 03.35 «ПРИЗРАКИ ИСМАЭЛЯ». (18+)
Триллер, драма, Франция, 2017 г.
13.30, 21.30, 05.30 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
14.25, 22.25, 06.25 «НА ПРЕДЕЛЕ». (18+)
Триллер, драма, Германия, Франция, 2017 г.
16.15, 00.15, 08.15 «В БЕЛОМ ПЛЕНУ». (12+)
Военная драма, Норвегия, Швеция, Франция, 2012 г.

РОДНОЕ КИНО

01.25 «КРАСНОЕ И ЧЕРНОЕ». (16+)
07.35 «СЕГОДНЯ - НОВЫЙ АТТРАКЦИОН». (6+)
Комедия, СССР, 1966 г.
09.25 «ГАРДЕМАРИНЫ-3». (12+)
11.30 «МЕДВЕЖИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+)
13.25 «ПРИМОРСКИЙ БУЛЬВАР». (0+)
16.00 «ОСЛИНАЯ ШКУРА». (0+)
17.45 «КОЛЬЦА АЛЬМАНЗОРА». (12+)
19.00 «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+)
20.55 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (12+)

КИНОСЕРИЯ

00.40, 01.30, 02.25, 03.15, 23.35 «КОНСУЛЬТАНТ». (16+)
04.15, 05.10, 10.20, 11.15, 12.05, 13.00, 18.10, 19.00, 20.00, 20.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)
1 сезон. Сериал. Военная драма, боевик, криминал, история, Россия, 2007 г. В ролях: Владимир Машков, Сергей Маковецкий, Михаил Пореченков
06.00, 07.05, 08.10, 09.15, 14.00, 15.00, 16.05, 17.05 «ГОРОДСКИЕ ШПИОНЫ». (12+)
21.45, 22.40 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.00 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
10.00 Новости
10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
12.30 Такому мама не научит. (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (0+)
22.30 «ЗАЙЧИК». (12+)
00.00 Новости
00.10 «ЗАЙЧИК». (12+)
00.55 Такому мама не научит. (12+)
01.30 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
02.20 Дела семейные. Новые истории. (16+)
03.10 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
05.50 Такие разные. (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)
05.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
07.30 Утро пятницы. (16+)
09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
12.00 Орел и Решка. По морям. (16+)
14.00 Мир наизнанку. (16+)
22.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г. В ролях: Ольга Картункова, Алевтина Тукан, Владимир Сычев, Арман Навасардян
Казалось бы, что общего между провинциалкой Олей и дочерью миллиардера Марго? Они обе хотят заработать много денег!
23.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
00.00 Пятница News. (16+)
На телеканале «Пятница!» только хорошие новости и самые позитивные сюжеты.
00.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
04.00 «КОНСТАНТИН» (16+)
04.50 «РЫЖИЕ». (16+)

Ю

05.00 Обмен жёнами. (16+)
06.50 В теме. (16+)
Актуальные новости мира без политики. Самые яркие события из жизни богатых и знаменитых. Дорогие свадьбы, красивые романы, громкие расставания. А также новое в мире моды, в медицине и образовании.
07.15 «КЛОН». (16+)
09.05 «ТРОПИКАНКА». (12+)
10.15 Обмен женами. (16+)
11.50 Мастершеф. (12+)
17.30 Обмен домами. (16+)
Реалити, в котором семьи меняются своими жилищами. Круглый дом, небоскреб, особняк на берегу моря, яхта, деревенская изба или лофт - никто из участников заранее не знает, где им предстоит провести целых три дня. И все это, чтобы выяснить, «хорошо ли там, где нас нет».
19.00 «КЛОН». (16+)
20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)
21.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.00 В теме. (16+)
01.30 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.05 Обмен жёнами. (16+)

РЕТРО

00.20 «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+)
02.00 Имена-легенды. (12+)
02.25, 06.00, 10.50, 21.55 Достояние Республики. (12+)
04.05, 05.45 Мультфильм. (6+)
07.40 «Олень и волк». Мультфильм. (6+)
07.50 «От дождя до дождя». Мультфильм. (6+)
08.05 «От того, что в кузнице не было гвоздя». Мультфильм. (6+)
08.10 «Персей». Мультфильм. (0+)
08.35 «Самый большой друг». Мультфильм. (0+)
08.45, 23.50 «ШАРАДА». (16+)
12.50 «Козел-музыкант». Мультфильм. (6+)
13.00 «Неудачники». Мультфильм. (6+)
13.10 «Про мамонтенка». Мультфильм. (0+)
13.20, 14.35 «МОРСКОЙ ВОЛК». (12+)
15.55 Дело темное. (16+)
16.45, 20.55 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
17.45 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
18.00 «МОЯ СУДЬБА». (12+)
19.20 Счастливчики 60-х. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00, 02.30 Живая история. (12+)
03.05 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
04.00 «КЕНАУ». (16+)
05.50 Семь дней истории. (12+)
06.00, 07.00 Метрополии: сила городов. (12+)
08.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
09.30 Секреты истории. (12+)
10.45 Обыкновенная история. (6+)
11.00 Прогулки по Москве. (12+)
11.15 Историограф. (12+)
12.00, 12.30, 13.00, 13.30 Бунты в России. (12+)
14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Великая Отечественная война на Чёрном море. (6+)
16.00 Путешествие в Архив. (12+)
16.50 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
17.30 Обыкновенная история. (6+)
17.45 Музеи Ватикана. (12+)
18.40 История Отечества в портретах. (12+)
19.00 Стэлс-истребители Гитлера. (12+)
20.00 Час истины. (12+)
21.00 В поисках тайных святынь: Патмос. Остров Откровения. (12+)
22.00 В поисках тайных святынь: Остров Тинос. (12+)
22.45 Семь дней истории. (12+)
23.00 Восход цивилизации. Как римляне изменили мир. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Париж и Берлин: путешествие сквозь время. (12+)
07.05, 07.35 Родовые проклятья. (12+)
08.05 Невероятные изобретения. (6+)
08.35 Тайная война. (12+)
09.30 Заговор. (12+)
10.20, 11.10 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)
12.00 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
13.05 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
13.55 Заговор. (12+)
14.45 Вулканическая одиссея. (12+)
Для тех, кто живет на активных вулканах, в жизни всегда есть элемент непостоянства.
15.35 Тайная война. (12+)
16.30, 17.00 Невероятные изобретения. (12+)
17.30, 18.20 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)
19.10 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
20.15 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.15 Смертоносный интеллект. (12+)
22.00 Тайная война. (12+)
22.55 История тайных обществ. (16+)
23.50 Шелковый путь между Востоком и Западом
00.45 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
01.35 Тайная война. (12+)
02.30 Запретная история. (12+)
03.20, 04.10 Музейные тайны. (12+)
05.00, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Игры разума. (16+)
06.20 Панорама 360. Объект всемирного наследия. (16+)
07.10, 08.00 Авто - SOS. (16+)
08.50 Затерянные сокровища Египта. (16+)
09.45 Неизвестный Китай. (16+)
10.35, 11.30 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
12.25 Расцвет Атлантиды: расшифрованные тайны. (16+)
13.10 Осушить океан. (16+)
14.05 Тайные истории НЛО. (16+)
15.00, 15.25 Тайные истории. (16+)
15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.45 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.40 Авто - SOS. (16+)
18.30 Затерянные сокровища Египта. (16+)
19.25 Тайные истории НЛО. (16+)
20.15 Сила племени. (16+)
21.05 Авто - SOS. (16+)
22.00, 22.50 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
23.40 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+)
00.25 Осушить океан. (16+)
01.15, 02.00 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
02.40 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.30 Авто - SOS. (16+)
04.15, 05.00 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
05.40 Игры разума. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00 Суровая Арктика. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Остров монстров. (16+)
12.00 Гигантская белая акула на воле. (12+)
13.00 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
18.00 Акулы Палау. (12+)
19.00 Меконг: душа реки: Вьетнам. (12+)
20.00 На свободу с питбулем. (16+)
21.00, 21.30 Удивительный мир животных. (12+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
01.00 На свободу с питбулем. (16+)
01.50, 02.15 Удивительный мир животных. (12+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)
04.20 Меконг: душа реки. (12+)
05.10 Акулы Палау. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Махинаторы. (12+)
07.00 Крутой тюнинг. (12+)
08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)
09.00 Охотники за старьем. (12+)
10.00 Взгляд изнутри. (12+)
11.00 Крутой Чед. (12+)
12.00 Легендарные японские авто. (12+)
13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)
14.00 Махинаторы. (12+)
15.00 Крутой тюнинг. (12+)
16.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)
18.00 Охотники за старьем. (12+)
19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)
20.00 Махинаторы. (12+)
21.00 Крутой тюнинг. (12+)
22.00 Преступники Третьего рейха. (16+)
23.00 Битвы роботов:
Отборочные в одну восьмую. (12+)
В одну восьмую финала вышли 16 роботов, среди которых непобедимый Минотавр из Бразилии и Уорхэд из Англии. Что нового придумали команды их создателей после боев отборочного тура?
00.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
00.55 Музейные тайны. (12+)
01.50 Легендарные японские авто. (12+)
02.40 Крутой тюнинг. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Битвы роботов. (12+)
05.10 Не пытайтесь повторить. (16+)

TLC

06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00, 07.30 Звёзды купономании. (12+)
08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00 Битва кондитеров: Бадди против Даффа. (12+)
11.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)
12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
14.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
16.00 Звёзды купономании. (12+)
17.00, 17.30 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 В плену ненужных вещей. (12+)
21.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
22.00 Они поменялись едой. (16+)
23.00 На приеме у доктора Кристиана. (16+)
00.00, 03.30 Монстры внутри меня. (16+)
00.55 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
01.50 Они поменялись едой. (16+)
02.40 На приеме у доктора Кристиана. (16+)
04.20 В плену ненужных вещей. (12+)
05.10, 05.35 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

07.30 Тихая моя родина. (12+)
07.55, 12.05, 17.50 Постное меню. (12+)
08.15 Доктор смузи. (12+)
08.30 Сад своими руками. (12+)
09.00, 12.50, 16.50, 20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
09.25 Чай вдвоем. (12+)
09.45 Паштеты. (12+)
10.00 Милости просим. (12+)
10.30 Огород от-кутюр. (12+)
11.00 Беспокойное хозяйство. (12+)
11.35 Мастер. (12+)
12.20 Частный сектор. (12+)
13.20 Фитоаптека. (12+)
13.55 Свечной заводик. (12+)
14.10 Преданья старины глубокой. (12+)
14.40 Прогулка по саду. (12+)
15.15 Дачные радости. (12+)
15.45, 19.40 Секреты стиля. (12+)
16.15 Профпригодность. (12+)
17.15 Сельсовет. (12+)
17.30 Кухня народов СССР. (12+)
18.10 Мастер-садовод. (12+)
18.40 История усадеб. (12+)
19.10 Проект мечты. (12+)
20.05 Идите в баню. (12+)
20.25 Домашняя косметика! (12+)
20.35 Баня - женского рода. (12+)
21.25 Сравнительный анализ. (16+)
21.55 50 оттенков желе. (12+)
22.15 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)
22.45 Садовый доктор. (12+)
22.55 Здоровый сад. (12+)
23.15 Сельские профессии. (12+)
23.45 Дачный эксклюзив. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.45 Советы бывалых. (12+)
06.55 Большой троллинг. (12+)
07.25 Планета охотника. (16+)
07.55 Универсальная собака. (16+)
08.30 Нахлыст на разных широтах. (12+)
09.00, 12.05 Рыбный день. (16+)
09.30, 12.35 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)
09.45, 12.50 Дело вкуса. (12+)
10.05, 10.15, 16.15, 16.30 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)
10.40, 16.50 Нож-помощник. (16+)
11.00, 22.40 Охота: собачья работа. (16+)
11.35 Прибалтийский лосось. (16+)
13.05 На охотничьей тропе. (16+)
13.35 Поймай и сними. (16+)
14.05 Территория льда. (16+)
14.35 Сомы Европы. (12+)
15.10 Весенняя рыбалка. (16+)
15.40 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
17.20 Охота с луком. (16+)
17.55 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)
18.25 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
19.00 Тропа рыбака. (12+)
19.30 Две на одного. Оружие. (16+)
19.45 Есть мнение. (16+)
20.05 Сам себе охотник. (16+)
20.35 Сезон охоты. (16+)
21.05 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
21.35 Смертельный улов. (16+)
22.25 Привет, Малек! (6+)
23.15 Рыбалка 360. (16+)
23.45 Под водой с ружьем. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
Настоящие кубинцы Юльет Санчес и Джексон Пьер буквально за считанные минуты научат вас красиво двигаться под латинские ритмы.
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. 4-й матч. (0+)
08.10, 11.50, 14.10, 18.50 Новости
08.15, 21.40 Кубок войны и мира. (12+)
09.00 КХЛ за неделю. Обзор. (12+)
09.50 «ЧЕМПИОН МИРА». (12+)
11.20 Ген победы. (12+)
11.55 Профессиональный бокс. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
14.15, 00.40 Чемпионат России по студенческому боксу. (16+)
16.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. (0+)
18.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. «Зенит-Казань» (Россия) - «Гданьск» (Польша). Ответный матч. Прямая трансляция
20.55 Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)
22.25 Профессиональный бокс. Трансляция из Краснодара. (16+)
03.20 «ГРОГГИ». (16+)
05.05 Спортивный детектив. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 04.30, 05.00 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Женщины. Масс-старт. (0+)
00.30, 03.00, 05.30 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. Мужчины. Масс-старт. (0+)
01.05, 06.00, 09.30, 14.35, 22.05 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. (0+)
02.00, 10.30 Зимние виды спорта. «В погоне за историей». (0+)
03.30, 04.00, 08.30, 09.00 Горные лыжи. Кубок мира. Сольдеу. (0+)
07.00, 23.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викерсунд. (0+)
11.30 Фехтование. Серия Гран-при. Анахайм. (0+)
12.40, 18.45 Снукер. Gibraltar Open. Финал. (0+)
15.45 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 7-й этап. Прямая трансляция. (0+)
19.55 Хоккей на траве. Pro League. (0+)
20.00 Конный спорт. Кубок мира. Выездка. Хертогенбосх. (0+)
21.00 Конный спорт. Rolex Grand Slam. Хертогенбосх. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х. (16+)
06.00, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
06.15, 12.05, 16.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55, 00.00 PRO-клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30 МузРаскрутка. (16+)
11.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
13.00, 18.15 Караокинг. (16+)
14.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 Засеки звезду. (16+)
17.00 Отпуск без путевки. Куба. (16+) Новое увлекательное шоу о путешествиях.
19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
20.00 Творческий вечер Валерия Леонтьева. (16+)
23.00 Золото. (16+)
00.05 Тор 30 - Крутяк недели. (16+)
02.15 Наше. (16+)
03.20 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)
06.25, 15.25, 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.20 «Сказочный патруль». (0+)
09.00, 13.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.05 «Ангел Бэби». (0+)
09.45, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.30 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 21.30 «Лео и Тиг». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.20, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Домики». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Сказки о маленьком Лисёнке», «Колыбельные мира». (0+)
20.55 «Машкины страшилки». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 07.05 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Хранитель Лев». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.15, 18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.20 «Город героев: Новая история». (6+)
14.20 «Утиные истории». (6+)
17.45 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Спящая красавица». (0+)
21.15 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
23.45 «Стражи Галактики». (12+)
00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)
01.55 «THE CHEETAH GIRLS В БАРСЕЛОНЕ». (6+)
03.30 «Начало времён». (6+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». «Катя и Мим-Мим», «Рыцарь Майк». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
09.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
09.40 «Союзмультфильм» представляет: «Капризная принцесса». (0+)
10.00 «Пёс в сапогах». (0+)
10.20 «Просто так!» (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+) Робокар Поли научит маленьких зрителей основным правилам безопасности на дорогах и в городской среде.
11.25 «Бобби и Билл». (6+)
12.10 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
12.40 «Ниндзяго». (6+)
13.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
14.55 «Супер4». (6+)
15.40 «Гризли и лемминги». (6+)
16.05 «Дружба - это чудо». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Подружки из Хартлейк Сити». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Мончичи». (0+)
19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!» (0+)
19.10 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+) Захватывающие приключения обаятельных черепашек-мутантов - Лео, Рафа, Майки и Донни. Героическая четверка черепашек-ниндзя вместе с мастером Сплинтером борются со злодеями и стремятся к тому, чтобы навсегда защитить от них мир.
22.30 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)
22.55 «Огги и тараканы». (6+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Нильс». (0+)

Детский

06.04 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)
06.20 «Веселая карусель». (0+)
06.31, 10.02, 13.55, 17.24 «Приключения Таши». (6+)
06.56, 10.27, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.26, 10.57, 14.46, 18.19 «КОСМО». (6+)
07.56 «Пчелография». (6+)
08.04 «Летающие звери». (6+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31 «Пришелец Ванюша». (6+)
08.40 «Веселая карусель». (6+)
08.49 «Ежик должен быть колючим?» (6+)
08.58, 15.34, 16.27 Мультфильмы. (0+)
09.08, 15.50, 16.36 Мультфильмы. (6+)
11.23, 12.21, 18.48 «Шах и мат!» (6+)
11.36, 12.35, 19.01 Готовим с папой. (6+)
11.55, 12.54, 18.12 «Раскраска». (0+)
12.00, 17.00, 22.39 «Смешарики». (0+)
12.56, 19.23 Тайны сказок. (6+)
13.11, 19.37 Путешествуй с нами! (6+)
13.29, 19.55 Стоп! Снято! (12+)
15.16 «Василиса Микулишна». (6+)
20.25, 23.03 «Гора самоцветов». (6+)
20.56 «Ну, погоди!» (12+)
22.28 «Крашеный лис». (0+)
23.30 Почемучка. Астрономия. (6+)

О!

05.00 «Машинки». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Бобби и Билл». (6+)
10.25 «Пластилинки». (0+)
10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
12.20 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
14.30 «Если бы я был…» (0+)
14.40 «Царевны». (0+)
17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
17.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.20 «Новаторы». (6+)
19.40 «Оранжевая корова». (0+)
19.45 «Пластилинки». (0+)
19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
22.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
02.35 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

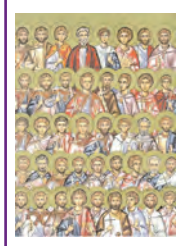
СПАС

05.00 Женская половина. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
11.45 Святой Иоанн Предтеча. (0+)
12.00 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Гавриил (Ургебадзе). Цикл: Старцы. (0+)
15.30 Собор Крымских Святых. Цикл: День Ангела. (0+)
16.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 9. (0+)
18.00 Завет. (0+)
19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 10. (0+)
23.50 День Патриарха. (0+)
00.05 Завет. (0+)
01.00 Сияние Оптиной. Цикл: Монастырские стены. (0+)
01.30 Сибирский ковчег. (0+)
01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

19 марта

Седмица 2-я Великого поста. Глас 1. Мч. 42 во Амморее: Константина, Аетия, Феофила, Феодора, Мелиссена, Каллиста, Васоя и прочих с ними.



Прп. Иова, в схиме Иисуса, Анзерского. Прмчч. Конона и сына его Конона. Обретение Честного Креста и гвоздей св. равноап. царицею Еленою во Иерусалиме. Прп. Аркадия Кипрского. Икон Божией Матери: Ченстоховской, «Благодатное Небо» и Шестоковской.

Постный день.

« Непрестанная молитва приходит от любви, а теряется за осуждение, за празднословие и невоздержание. Кто любит Бога, тот может помышлять о Нем день и ночь, потому что любить Бога никакие дела не мешают».

Прп. Силуан Афонский

РАССЛАБЬСЯ!
НОВОЕ ПОСЛАБЛЯЮЩЕЕ
ФИТОПИЛЮЛИ
РЕМИЛАКС

- Способствует регулярному опорожнению кишечника
- Не содержит сенны, возможен длительный прием
- Растительный состав

Спрашивайте в аптеках города.
www.fitopiluli.ru

Не дороже 199 руб. за упаковку!*

* При заказе по телефонам: 8 (800) 250-24-26, 8 (800) 707-4-777

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама. БАД. СГР № RU. 77.99.88.003.Е.005323.12.17 от 13.12.2017 г.

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 20 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
13.30 Чемпионат мира по фигурному катанию. Женщины. Короткая программа. Прямой эфир из Японии
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ШИФР». (16+)

Анна и Нинель становятся свидетелями убийства: из окна выталкивают подругу Нинель Тамару.
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
Плахов по просьбе нового начальника райотдела Шишкина остается в портовом участке еще на два месяца.
03.00 Новости
03.05 «Мужское / Женское». (16+)
03.55 «Давай поженимся!» (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «ГОДУНОВ». (16+)
Годунов пытается выяснить, кто же ворует из казны. Он просит Федора Романова съездить на север и разобраться с этим. Мария с дочкой приезжают в Москву. Царь рад видеть сестру и просит Бориса позаботиться о ней. Романов прибывает в Холмогоры и представляется как московский купец Михайло Золотов. Там он застает ссору Строганова с воеводой Семеном Матвеевичем.
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
Накануне открытия кинофестиваля его организаторы получают письма с угрозами. Гордеев отправляет Каменскую на место проведения фестиваля, чтобы убедиться в несерьёзности этих предупреждений. Фестиваль проходит в старинном замке с жутковатой историей.

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.05 «Доктор И...» (16+)
08.35 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПАСПОРТА». (12+)

10.35 «Андрей Панин. Всадник по имени Жизнь». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
На презентации нового вина винный критик Надя Саймон дает ему уничтожающий отзыв, а несколько гостей доставлены в больницы с отравлением.
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
Возвращаясь из отпуска, Екатерина знакомится с беременной девушкой Верой. Когда девушка решает воспользоваться кремом для рук, Екатерина замечает, что он как-то странно пахнет и просит Веру выкинуть баночку.
19.40 События
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События
22.30 Линия защиты. (16+)
23.05 «90-е. Секс без перерыва». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Прощание. Георгий Жуков». (16+)
01.25 «Брежнев. Охотничья дипломатия». (12+)
02.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
04.10 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)

НТВ

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Неизвестный злоумышленник терроризирует город серией видеообращений в интернете с угрозами о взрывах. В КТЦ устанавливают местонахождение хакера, отправляющего видеоролики, и Кот с Мурой отправляются на захват.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.00 Сегодня
19.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
Контр-адмирал сообщает Бате, что принято решение о создании диверсионной школы на базе военно-морского училища.
21.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
Сотрудник ДПС Шумилин перешел на службу в УФСИН после того, как два года назад тяжело ранил сына бизнесмена Ивана Пахомова. Тот, пьяным, сбил нескольких человек и убил напарника Шумилина. Во время задержания сбежавших преступников Шумилин знакомится с Андреем Красавцом.
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.00 Сегодня
00.10 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА». (16+)
02.05 «Поедем, поедим!» (0+)
02.40 «ЛЕСНИК». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Легенды мирового кино»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.45 «Липарские острова. Красота из огня и ветра»
09.05 «ПИКАССО». (16+)
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век
12.10 «Регенсбург. Германия пробуждается от глубокого сна»
12.25 «Что делать?»
13.15 «Сказки из глины и дерева»
13.25 Искусственный отбор
14.05 «Сакральные места»
15.00 Новости культуры
15.10 Библейский сюжет
15.40 Сати. Нескучная классика...
16.25 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»
17.35 Звёзды фортепиано XXI века. Пьер-Лоран Эмар
18.40 «Что делать?»
19.30 Новости культуры
19.45 «Главная роль»
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сакральные места»
21.40 «Абсолютный слух»
22.20 «Рэгтайм, или Разорванное время»
22.45 «ПИКАССО». (16+)
После самоубийства своего лучшего друга Карлоса Касагемаса молодой Пикассо начинает Голубой период творчества и встречает Фернанду Оливье. В конце Второй мировой войны у Пикассо начинается роман со своей последней любовью.
23.40 Новости культуры
00.00 «Мужская профессия»
00.40 «Что делать?»
01.30 XX век
02.30 «Гении и злодеи»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.40 «Команда Турбо». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
14.55 «ТЕРМИНАТОР. ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ». (16+)
17.10 «Фердинанд». (6+)
Фердинанд - самый добрый и милый бык во всей Испании. Он мило пасётся на лугу вместе с остальными телятами. Отличительной его чертой было миролюбивое отношение ко всему, что его окружало.
19.10 «Монстры на каникулах». (6+)
21.00 «ТЕРМИНАТОР. ГЕНЕЗИС». (16+)

США, 2015 г.
Фантастический боевик. Арнольд Шварценеггер, Джейсон Кларк.
Когда Джон Коннор, посылает сержанта Кайла Риза в 1984 год, чтобы защитить Сару Коннор, неожиданный поворот событий создает разлом во времени. Сержант оказывается в новой, незнакомой версии прошлого, где встречает неожиданных союзников, в том числе Терминатора, опасных врагов, и новую миссию: изменить будущее.
23.35 «СТИРАТЕЛЬ». (16+)
01.50 «СЕТЬ». (16+)
03.50 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
05.30 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.25 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
12.30 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)

Аркадий Тверской расстрелян в упор на выходе из собственной квартиры. Но как показывает следствие - убийца вовсе не желал ему зла.
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.15 «Известия»
03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром
08.10 «Военная приёмка». (6+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.15 «Не факт!» (6+)
09.50 10.05 «ЛИТЕЙНЫЙ, 4». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
13.15 14.05 23.30 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 «Подводный флот России». (12+)
Гонка подводных вооружений США и СССР. Ответ СССР на появление американских подводных лодок подо льдами Арктики.
19.40 «Последний день». (12+)
Николай Черкасов - единственный актер, чей образ увековечен в боевой медали.
20.25 «Секретная папка». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
03.30 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+)
04.55 «Нюрнберг». (16+)

ОТР

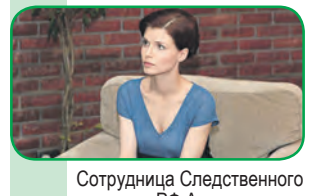
05.00 11.05 21.05 «Прав!Да?». (12+)
05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
06.25 10.50 22.25 23.50 «Активная среда». (12+)
06.30 «Служу отчизне». (12+)
07.00 «Гора самоцветов. Воронобманщик». (0+)
07.10 «Гора самоцветов. Гордый мыш». (0+)
07.35 22.35 «Магия приключений». (12+)
Сериал рассказывает о культуре, кухне, природе и традициях самых захватывающих уголков мира.
08.30 15.15 04.30 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.10 17.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
12.30 «Преступление в стиле модерн». (12+)
13.20 18.00 00.00 ОТРажение
15.45 «Гора Самоцветов. Воронобманщик». (0+)
22.00 «Моя история». (12+)
04.05 «Гамбургский счёт». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 15.30 20.30 21.30 23.30 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.45 Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 12.30 13.00 14.00 14.30 15.00 16.00 17.00 17.30 18.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15 05.15 Московский патруль. (16+)
11.15 14.40 18.15 01.30 04.15 «ГОСТ». (12+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 01.15 Спорная территория. (12+)
12.15 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
16.30 Жизнь в большом городе. (12+)
19.00 Москва сегодня
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Самое вкусное». (12+)
13.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.05 «ЦЕНА ЖИЗНИ». (16+)
19.00 Большие новости
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 Новости 360
23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)



Сотрудница Следственного комитета РФ Анастасия Зорина обращается к стороннему эксперту...
00.30 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Тайны кино». (12+)
06.50 04.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.40 «Тайны кино». (12+)
08.30 «Вспомнить все». (12+)
08.40 15.45 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
10.05 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (12+)
11.35 «Песни нашего кино». (12+)
12.05 «Тайны кино». (12+)
13.05 «БАНКОВСКИЙ БИЛЕТ В МИЛЛИОН ФУНТОВ СТЕРЛИНГОВ». (16+)
14.55 «Тайны кино». (12+)
17.15 «Звёзды советского экрана». (12+)
17.50 01.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
20.00 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (12+)
21.25 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» (12+)
23.20 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
01.00 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
03.55 «Тайны кино». (12+)
05.35 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 09.00 04.30 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
06.00 11.00 15.00 **«Документальный проект»**. (16+)
07.00 **«С бодрым утром!»** (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 **«Новости»**. (16+)
12.00 16.00 19.00 **«Информационная программа 112»**. (16+)
13.00 23.25 **«Загадки человечества с Олегом Шишкиным»**. (16+)
14.00 **«Невероятно интересные истории»**. (16+)
17.00 02.50 **«Тайны Чапман»**. (16+)
18.00 02.00 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)
20.00 **«ОХОТА НА ВОРОВ»**. (16+)

США, 2018 г. Боевик. Джерард Батлер, Пабло Шрайбер, О'Ши Джексон мл., Фифти Сент, Медоу. Большой Ник - начальник элитного подразделения полиции Лос-Анджелеса.

22.45 **«Смотреть всем!»** (16+)
00.30 **«ТРАНЗИТ»**. (18+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом-2**. Lite. (16+)
10.15 **Дом-2. Остров любви**. (16+)
11.30 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
12.30 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
13.30 **«САШАТАНЯ»**. (16+)
15.30 **«ОЛЬГА»**. (16+)
17.00 **«ИНТЕРНЫ»**. (16+)
20.00 **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ»**. (16+)
Самый страшный из кошмаров Яковлева сбывается: он оказывается за решеткой. На помощь ему спешит Ника. Она разворачивает кампанию в его поддержку.
21.00 **Однажды в России. Дайджест**. (16+)
22.00 **«АДАПТАЦИЯ»**. (16+)
Долгожданный новый сезон «Адаптации»! Чтобы развалить сделку с китайцами, ЕГ просит Олега помириться с Сатане, но тот стремится наладить отношения с Мариной.
23.00 **Дом-2. Город любви**. (16+)
00.00 **Дом-2. После заката**. (16+)
01.00 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
01.50 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
02.40 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.15 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.20 **«Слепая»**. (12+)
11.00 **«Гадалка»**. (12+)
12.00 **«Не ври мне»**. (12+)
15.00 **«Мистические истории. Начало»**. (16+)
16.00 **«Гадалка»**. (12+)
17.00 **«ЧУДО»**. (12+)
Студентка Саша приезжает в Москву на собеседование, и влюбляется в уличного музыканта. После этого парень пропадает и не отвечает на ее звонки. Подруга Лера уверена - этому есть простое объяснение.
17.35 **«Слепая»**. (12+)
19.10 **«КОСТИ»**. (12+)
В машине гангстера найдено тело женщины. В ходе расследования, следы приводят Бута и Бреннан к одной из крупнейших банд Америки...
21.00 **«ЧЕРНОБЫЛЬ-2. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ»**. (16+)

Совершив еще один прыжок в прошлое, герои сериала снова встречают экзорциста Майкла Огдена...

23.00 **«НА ИГРЕ»**. (16+)
01.00 **«ТВИН ПИКС»**. (16+)

ЧЕ

06.00 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)
06.45 **«Дорожные войны»**. (16+)
07.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
08.10 **«Дорожные войны»**. (16+)
12.00 **«КВН. Высший балл»**. (16+)
13.00 **«Идеальный ужин»**. (16+)
14.00 **«Супершеф»**. (16+)
15.00 **«Утилизатор»**. (12+)
15.30 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)
17.30 **«БРАТ ЗА БРАТА-2»**. (16+)

19.30 **«Улетное видео»**. (16+)
20.30 **«Дорожные войны»**. (16+)
22.00 **«Решала»**. (16+)
23.00 **«+100500»**. (18+)
00.00 **«Дорожные войны. Лучшее»**. (16+)
00.35 **«ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ»**. (16+)
03.10 **«АМЕРИКАНЦЫ»**. (18+)
США, 2013 г. Криминальный триллер. Кери Рассел, Мэттью Риз, Холли Тейлор.
03.55 **«Улетное видео»**. (16+)
04.35 **«БРАТ ЗА БРАТА»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Пары. Короткая программа. Пр.тр.**
07.40, 09.55, 14.00, 21.25 **Новости**
07.45, 14.05, 21.30, 00.40 **Все на Матч!**
10.00 **Фигурное катание. Чемпионат мира**. (0+)
11.00 **Кёрлинг. Россия - Швеция. Чемпионат мира. Женщины. Пр.тр.**
14.35 **Профессиональный бокс**. (16+)
16.20 **Континентальный вечер**
16.50 **Хоккей. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Автомобилист» (Екатеринбург). КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Прямая трансляция**
19.25 **Волейбол. «Зенит» (Санкт-Петербург, Россия) - «Скра» (Польша). Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. Прямая трансляция**
22.10 **Специальный репортаж**. (12+)
22.40 **Футбол. Германия - Сербия. Товарищеский матч. Пр.тр.**
01.15 **Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. 1/4 финала**. (0+)
03.15 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Женщины**. (0+)
04.25 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Пары. Пр.тр.**

ДОМАШНИЙ

06.30 18.00 23.20 **«6 кадров»**. (16+)
06.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
07.00 12.30 03.25 **«Понять. Простить»**. (16+)
07.30 **«По делам несовершеннолетних»**. (16+)
08.30 **«Давай разведёмся!»** (16+)
09.30 **«Тест на отцовство»**. (16+)
10.30 05.05 **«АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ»**. (16+)
11.30 04.20 **«Реальная мистика»**. (16+)
14.15 **«СПАСТИ МУЖА»**. (16+)

19.00 **«ЛУЧШЕ ВСЕХ»**. (16+)
Украина, 2018 г. Мелодрама. Александра Эпштейн, Дмитрий Пчела, Наталья Калатай, Игорь Пазыч. Талантливая пианистка Маша вместе с матерью попадает в аварию, которая лишает её возможности играть на любимом инструменте, а возлюбленный бросает её в трудную минуту.
00.30 **«ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ»**. (16+)
06.00 **«Домашняя кухня»**. (16+)

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская Специализированная Служба (сайт www.ritual.ru), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Важно знать и быть готовым к тому, что после сообщения о факте смерти информация будет продана «черным агентам» за сумму не менее 25 тысяч рублей. Помните: пустив в дом незваного гостя, вы скорее всего станете его жертвой и переплатите за организацию похорон в 2-3 раза больше по сравнению со стоимостью тех же услуг, заказанных в Городской Специализированной Службе по вопросам похоронного дела.

Как уберечь себя от обмана - первые действия

Если горе случилось дома:

- ✓ Вызовите сотрудника ритуальной службы по номеру 8 (495) 300-3-300 и запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
- ✓ Обязательно проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего к вам сотрудника, чтобы убедиться в том, что он не "черный агент".
- ✓ Вместе с сотрудником вызовите скорую помощь и полицию и приготовьте паспорт и медицинский полис покойного, а так же своё удостоверение личности.

Если горе случилось в больнице:

- ✓ Позвоните в Городскую Специализированную Службу по номеру 8 (495) 300-3-300 и вызовите сотрудника ритуальной службы прямо в больницу.
- ✓ Вместе с прибывшим сотрудником ритуальной службы отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Что нельзя делать:

- ✕ Отвечать на телефонные звонки с неизвестных номеров и пускать в дом незваных людей.
- ✕ Общаться с представителями навязанных ритуальных служб в медицинских учреждениях.
- ✕ Общаться с ритуальными агентами навязанными недобросовестными сотрудниками полиции.
- ✕ Передавать документы без оформленного и подписанного договора на оказание услуг.
- ✕ Производить расчет без оформленного и подписанного договора на оказание услуг.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы www.ritual.ru

ГБУ РИТУАЛ
Договор № 10 ЦДС/К-19

ЛЬГОТЫ И СОЦИАЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ - пенсионерам и неработающим москвичам закон гарантирует пособие на погребение, которое можно использовать в зачет организации похорон или получить по окончании похорон, предоставив подтверждающие документы.

ПОЛУЧЕНИЕ МЕСТА НА КЛАДБИЩЕ - официально приобрести место на закрытом кладбище для создания семейно-родового захоронения можно либо через аукцион, либо в Департаменте торговли и услуг города Москвы на основании свидетельства о смерти. Предложения о продаже участков от третьих лиц являются попытками мошеннических действий. Места на открытых кладбищах под новые захоронения выделяются БЕСПЛАТНО всем жителям города.

Реклама 18+

ЗАО "Ритуал-Сервис" ОГРН 1027739098661 Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 Номер свидетельства государственной регистрации 024.266.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (16+)
08.15 «СТОЙ! ИЛИ МОЯ МАМА БУДЕТ СТРЕЛЯТЬ». (12+)
09.55 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
12.40 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ: ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
15.45 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
18.05 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (16+)
20.10 «ДЖЕЙН ЭЙР». (12+) Великобритания, США, 2011 г.
22.30 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+) США, 2001 г.
00.30 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА». (16+)
02.15 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)
04.15 «1+1». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
07.55 «ЛЁД». (12+)
10.15 «ТАНКИ». (12+)
12.05 «ШПИОН». (16+)
14.15 «14+». (16+)
16.20, 17.05 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
18.20 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
20.20 «ПИТЕР FM». (12+) Россия, 2005 г. В ролях: Екатерина Федулова, Евгений Цыганов, Алексей Барабаш, Ирина Рахманова, Наталья Рева
22.10 «СВОЛОЧИ». (16+) Россия, 2006 г.
00.10 «ОХОТНИК. ЧЕЛОВЕК ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
02.15 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
04.20, 05.05 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «СВАТЫ». (16+)
09.45 «ЛЁГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
11.20 «ФРАНЦУЗ». (16+)
13.20 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)
15.00 «УЛИЦА ПОЛНА НЕОЖИДАННОСТЕЙ». (12+)
16.20 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (0+) СССР, 1964 г. В ролях: Лариса Голубкина, Анатолий Кузнецов, Олег Борисов, Анатолий Папанов
18.00 «СВАТЫ». (16+)
21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
01.50 «НЕПОВТОРИМАЯ ВЕСНА». (12+)
03.20 «ВЕСЁЛЫЕ ЗВЁЗДЫ». (6+)
05.00 «ШВЕДСКАЯ СПИЧКА». (0+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.35, 01.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.20, 21.30, 02.05 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
11.10 Правила моей кухни. (16+)
12.10, 22.20, 02.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+) 1 сезон. Сериал. Испания, 2018 г.
13.25 «ТУТСИ». (16+)
15.25, 15.50, 16.20, 16.45, 04.10, 04.35, 05.05, 05.30 «КУХНЯ». (16+)
23.35, 00.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)

ИЛЛЮЗИОН+

02.45 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)
04.15 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
05.55 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
07.45 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
10.00 «ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ». (16+)
11.50 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
13.20 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
15.10 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
17.05 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
18.55 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
20.30 «МАНГЛХОРН». (16+)
22.05 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
23.45 «ТРАНСФОРМАЦИЯ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.15 «КРЕМЕНЬ». (16+)
01.35 «ПОЛЯРНЫЙ РЕЙС». (12+)
03.05 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
04.55 «СЕСТРЫ». (16+)
06.20 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
08.10 «ЛЁГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
09.40 «МЕЛОДИЯ ДЛЯ ШАРМАНКИ». (12+)
12.30, 13.15, 19.10, 20.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
14.05 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
15.40 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
17.30 «БУБЕН, БАРАБАН». (16+)
20.50 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)
22.15 «ДАУН ХАУС». (16+)
23.40 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
01.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
03.00 «КОРОЛЕВА ИСПАНИИ». (16+)
05.10 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
07.20 «ЛЮБОВЬ СЛУЧАЕТСЯ». (16+)
09.25 «ИНСТРУКЦИИ НЕ ПРИЛАГАЮТСЯ». (12+)
11.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
13.55 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
15.50 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
17.35 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)
19.30 «ТОЛСТЯК НА РИНГЕ». (12+)
21.25 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+) Боевик, комедия, криминал, США, 2016 г.
23.15 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)

FOX LIFE

06.00, 17.50, 18.35, 05.20 «СКОРПИОН». (16+)
06.50, 07.35, 13.45, 14.30, 21.55, 01.20, 02.05 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
08.25, 11.15, 16.55, 21.00, 00.20 «НОМЕР 309». (16+)
09.15 Просто Найджелла. (12+)
09.50 Быстрые, свежие и простые рецепты от Лоррейн. (12+) В каждом эпизоде Лоррейн продемонстрирует пять аппетитных и простых в приготовлении блюд.
10.25, 04.15 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
12.05, 12.55, 19.20, 20.10 «КАСЛ». (16+)
15.20, 16.05, 22.45, 23.35, 02.45, 03.30 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
05.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
14.00, 15.00, 06.00, 07.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+) Сериал. Драма, Россия, 2009 г.
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
22.00, 23.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
04.00, 05.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ТЕНЬ СУДЬБЫ». (16+)
11.00, 19.00, 03.00 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+) Комедия, Франция, Бельгия, Канада, 2017 г.
12.55, 20.55, 04.55 «ЗВЕРЬ». (18+) Триллер, Великобритания, 2017 г.
14.45, 22.45, 06.45 «ПРОСТО ВМЕСТЕ». (12+) Мелодрама, Франция, 2007 г.
16.25, 00.25, 08.25 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+) Мелодрама, комедия, США, 2011 г.

РОДНОЕ КИНО

04.40 «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
06.20 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
08.10 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНИЧКИН». (0+)
09.40 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
11.35 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
13.05 «КОРОЛИ И КАПУСТА». (16+)
16.05 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА». (0+)
19.00 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
21.10 «ДУХОВ ДЕНЬ». (16+)
23.25 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (0+)

КИНОСЕРИЯ

00.40, 01.30, 02.25, 03.15, 23.40 «КОНСУЛЬТАНТ». (16+) 1 сезон. Сериал. Детектив, Россия, 2016 г. В ролях: Кирилл Кяро, Максим Дрозд, Светлана Иванова, Екатерина Миронова
04.20, 05.15, 10.25, 11.15, 12.10, 13.05, 18.10, 19.05, 19.55, 20.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)
06.10, 07.10, 08.15, 09.20, 14.00, 15.00, 16.05, 17.10 «ГОРОДСКИЕ ШПИОНЫ». (12+)
21.45, 22.40 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.15 «ОСА». (16+)
08.00 «СУПРУГИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 «СУПРУГИ». (16+)
12.30 Такому мама не научит. (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40 «ЗАЙЧИК». (12+)
22.30 «САЛОН КРАСОТЫ». (0+)
00.00 Новости
00.10 «САЛОН КРАСОТЫ». (0+)
00.55 Такому мама не научит. (12+)
01.30 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
02.20 Дела семейные. Новые истории. (16+)
03.10 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
05.50 Держись, шоубиз! (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)
05.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
07.30 Утро пятницы. (16+) Никто не начнет утро буднего дня лучше, чем Маша Ивакова и Лера Дергилева!
09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
12.00, 19.00, 20.00 На ножах. (16+) Кулинарный бог и титулованный ресторатор России, легендарный шеф и гуру ресторанного бизнеса, добрейший и терпеливейший Мастер своего дела Константин Ивлев отправляется в турне по кафе и ресторанам, чтобы довести до ума самые убыточные заведения.
22.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+) Сериал. Россия, 2019 г.
23.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
00.00 Пятница News. (16+)
00.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
04.00 «КОНСТАНТИН» (16+)
04.50 «РЫЖИЕ». (16+)

Ю

05.00 Обмен жёнами. (16+)
06.50 В теме. (16+)
07.15 «КЛОН». (16+)
09.05 «ТРОПИКАНКА». (12+) Сериал. Бразилия, 1994 г. В ролях: Сильвия Пфайфер, Эрсон Капри, Франциску Куоко, Регина Дурадо, Виктор Фазано, Кассио Габус Мендес
10.15 Обмен домами. (16+)
11.50 Мастершеф. (12+)
17.30 Беременна в 16. (16+) Впервые на телевидении стартует российский сезон реалити о подростковой беременности. Реальные истории и проблемы, о которых не принято говорить, но о них нужно знать каждому. 10 девочек-подростков из разных городов России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и обрести счастье?!
19.00 «КЛОН». (16+)
20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)
21.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)
00.55 В теме. (16+)
01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
02.55 Обмен жёнами. (16+)

РЕТРО

01.50, 02.55, 06.00, 09.05, 21.35, 22.50 «МОРСКОЙ ВОЛК». (12+)
04.05, 13.00 Дело темное. (16+)
04.50, 07.05, 16.50, 20.35 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
05.45 «Приключения точки и запятой». Мультфильм. (0+)
08.00 «Пес в сапогах». Мультфильм. (6+)
08.20 «Последняя невеста Змея Горыныча». Мультфильм. (6+)
08.40 «Похитители красок». Мультфильм. (6+)
10.25 Достояние Республики. (12+)
12.20 «Олень и волк». Мультфильм. (6+)
12.30 «От дождя до дождя». Мультфильм. (6+)
12.45 «От того, что в кузнице не было гвоздя». Мультфильм. (6+)
12.50 «Самый большой друг». Мультфильм. (0+)
13.50, 18.00 «МОЯ СУДЬБА». (12+)
15.10 Счастливчики 60-х. (12+)
17.50 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
19.25 Клуб путешественников. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00 «КЕНАУ». (16+)
03.50 Семь дней истории. (12+)
04.00 Профилактика на канале с 04.00 по 10.00
10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Великая Отечественная война на Чёрном море. (6+)
12.00 Путешествие в Архив. (12+)
12.50 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
13.30 Обыкновенная история. (6+)
13.45 Музеи Ватикана. (12+)
14.40 История Отечества в портретах. (12+)
15.00 Стэлс-истребители Гитлера. (12+)
16.00 Час истины: Делу время, потехе час. Или как развлекались люди средневековья. (12+)
17.00 В поисках тайных святынь: Патмос. Остров Откровения. (12+)
18.00 В поисках тайных святынь: Остров Тинос. (12+)
18.45 Семь дней истории. (12+)
19.00 Восход цивилизации. Как римляне изменили мир. (12+)
20.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
21.00 Строители замков: Мечты о красивых замках. (12+)
21.55 Вена. Империя, династия и мечта. (12+)
22.45 Семь дней истории. (12+)
23.00 Европа в Средние века: Города и соборы. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Падение империи
07.10 Запретная история. (12+)
08.00 Невероятные изобретения. (6+)
08.30 Тайная война. (12+)
09.25 Заговор. (12+)
10.15 Мифы и чудовища. (12+)
11.05 Первые цивилизации. (12+)
12.05 Шелковый путь между Востоком и Западом
13.00 Проект «Наци». Дьявольский замысел. (16+)
13.55, 14.20 Родовые проклятья. (12+)
14.45, 15.10 Погода, изменившая ход истории. (16+)
15.35 Тайная война. (12+)
16.30, 17.00 Невероятные изобретения. (12+)
17.30 Мифы и чудовища. (12+)
18.20 Первые цивилизации. (12+)
19.20 Шелковый путь между Востоком и Западом Мы изучаем то, как Шелковый путь влиял на конфликты, от кавалерии до пороха.
20.15 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.15 Смертоносный интеллект. (12+)
22.00 Тайная война. (12+)
22.55 История тайных обществ. (12+)
23.50 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
00.40 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
01.30 Тайная война. (12+)
02.30 Запретная история. (12+)
03.20, 04.10 Музейные тайны. (12+)
05.00, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Игры разума. (16+)
06.20 Панорама 360. Объект всемирного наследия. (16+)
07.10 Авто - SOS. (16+)
08.00, 08.55 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
09.45 Неизвестный Китай. (16+)
10.40, 11.35 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
12.30 Сокровища Тутанхамона. (16+)
13.20 Осушить океан: Крупнейшие военные корабли. (16+)
14.10 Вторжение на Землю. (16+)
15.05, 15.35 Тайные истории. (16+)
16.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.50 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.45 Авто - SOS. (16+)
18.35, 19.25 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
20.15 Сила племени: Охотники на акул. (16+)
21.05 Авто - SOS. (16+)
22.00 Дикий тунец. (16+)
22.50 Вторжение на Землю. (16+)
23.45 Последние шаги Гитлера: Танковая ярость. (16+)
00.30 Осушить океан. (16+)
01.20 Дикий тунец. (16+)
02.05 Международный аэропорт Дубай. (16+)
02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.40 Авто - SOS. (16+)
04.25 Дикий тунец. (16+)
05.10 Крупнейший в мире ремонт. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00 Меконг: душа реки. (12+)
10.00, 11.00 На свободу с питбулем. (16+)
12.00 Адская кошка. (12+)
13.00 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00, 16.30 Удивительный мир животных. (12+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
18.00 Как не стать добычей акул. (12+) Команда энтузиастов-любителей акул отправляется на Багамы, чтобы поплавать с акулами и ощутить на собственной шкуре акульи укусы.
19.00 Меконг: душа реки. (12+)
20.00 Аквариумный бизнес. (12+)
21.00 Невероятные бассейны. (12+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
01.00 Аквариумный бизнес. (12+)
01.50 Невероятные бассейны. (12+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)
04.20 Меконг: душа реки. (12+)
05.10 Как не стать добычей акул. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Махинаторы. (12+)
07.00 Крутой тюнинг. (12+)
08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)
09.00 Охотники за старьем. (12+)
10.00 Неизвестная экспедиция: В поисках металлической библиотеки. (16+) Джош исследует пещеры Тайос в Эквадоре, где разыскивает легендарные металлические таблички, которые, возможно, создали представители древней цивилизации.
11.00 Музейные тайны. (12+)
12.00 Преступники Третьего рейха. (16+)
13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)
14.00 Махинаторы. (12+)
15.00 Крутой тюнинг. (12+)
16.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)
18.00 Охотники за старьем. (12+)
19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)
20.00 Махинаторы. (12+)
21.00 Крутой тюнинг. (12+)
22.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
23.00 Битвы роботов. (12+)
00.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
00.55 Взгляд изнутри. (12+)
01.50 Преступники Третьего рейха. (16+)
02.40 Крутой тюнинг. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Битвы роботов. (12+)
05.10 Не пытайтесь повторить. (16+)

TLC

06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Звёзды купономании. (12+)
08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
12.00 В плену ненужных вещей. (12+)
13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+) Джонстоны - семья, страдающая аномальным развитием конечностей - ахондроплазией. Быть маленьким в мире средних размеров непросто, но Джонстонам по силам любые испытания.
14.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
15.00 Они поменялись едой. (16+)
16.00, 16.30 Купономания. (12+)
17.00, 17.30 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 Помешанные на чистоте. (16+)
21.00, 22.00 Я вешу 300 кг. (16+)
23.00 Аномалии тела. (18+)
00.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.55 Я вешу 300 кг. (16+)
02.40 Аномалии тела. (18+)
03.30 Монстры внутри меня. (16+)
04.20 Помешанные на чистоте. (16+)
05.10, 05.35 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

07.25 Мастер. (12+)
07.55, 12.00, 17.45 Постное меню. (12+)
08.10 Частный сектор. (12+)
08.40, 12.50, 16.55, 20.50 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
09.10 Фитоаптека. (12+)
09.40 Свечной заводик. (12+)
09.55 Преданья старины глубокой. (12+)
10.25 Прогулка по саду. (12+)
11.00 Дачные радости. (12+)
11.30, 15.40 Секреты стиля. (12+)
12.15 Профпригодность. (12+)
13.20 Безопасность. (12+)
13.50 Кухня народов СССР. (12+)
14.05 Мастер-садовод. (12+)
14.40 История усадеб. (12+)
15.10 Проект мечты. (12+)
16.10 Идите в баню. (12+)
16.20 Домашняя косметика! (12+)
16.40 Баня - женского рода. (12+)
17.30 Сельсовет. (12+)
18.05 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)
18.35 Ваш агроном. (12+)
18.50 Здоровый сад. (12+)
19.05 Сельские профессии. (12+)
19.40 Дачный эксклюзив. (16+)
20.05 Топ-10. (12+)
20.35 Инструменты. (12+)
21.20 Нескучный вечер. (12+)
21.35 Травовед. (12+)
21.55 Вокруг сыра. (12+)
22.10 Дачная энциклопедия. (12+)
22.45 Усадьбы будущего. (12+)
23.15 История одной культуры. (12+)
23.50 Тихая моя родина. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.25 Территория льда. (16+)
07.55 Сомы Европы. (12+)
08.30 Весенняя рыбалка. (16+)
09.00, 09.10, 12.10, 12.20 Охотничья и рыболовная кухня. (16+)
09.30, 12.40 Кухня с Сергем Марковичем. (12+)
09.45, 12.55 Дело вкуса. (12+)
10.05, 16.15 Поплавочный практикум. (12+)
10.40, 16.50 Нож-помощник. (16+)
11.05, 22.45 Охота: собачья работа. (16+)
11.35 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
13.10 Мой мир - рыбалка. (12+)
13.40 Охота с луком. (16+)
14.15 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)
14.50 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
15.20 Тропа рыбака. (12+)
15.50 Две на одного. Оружие. (16+)
17.15 Сам себе охотник. (16+)
17.40 Советы бывалых. (12+)
18.00 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
18.30 Смертельный улов. (16+)
19.15 Привет, Малек! (6+)
19.35 Спиннинг сегодня. (16+)
20.05 Рыбалка в России. (16+)
20.35 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
21.05 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)
21.55 Крылатые охотники. (16+)
22.15 На зарубежных водоемах. (12+)
23.20 Нахлыст в Башкортостане. (16+)
23.50 Кодекс охотника. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+) Танцевальный стиль Стрит джаз откроет новые возможности для импровизации, самовыражения и индивидуального проявления.
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. Суперсерия 1972 года. Канада - СССР. 5-й матч. (0+)
08.10, 11.40, 15.00, 17.25 Новости
08.15, 22.50 Кубок войны и мира. (12+)
08.45 Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)
09.30, 17.30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. (0+)
11.20, 23.20 Нежный возраст. (12+)
11.45 Первенство Европы по боксу среди юниоров и юниорок. Трансляция из Владикавказа. (16+)
15.05, 04.10 Профессиональный бокс. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
16.55 Вид сверху. (12+)
19.25 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург, Россия) - «Скра» (Польша). Ответный матч. Прямая трансляция
21.25, 03.50 Страна. Live. (12+)
21.45 Лев Яшин - номер один. (12+)
23.40 Второе дыхание. (12+)
00.10 О, спорт, ты мир. (12+)
02.55 Рожденные побеждать. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 08.00 Автогонки. Формула Е. Санья. Превью. (0+)
00.30, 10.30, 14.00 Автогонки. World Endurance. Себринг. Обзор. (0+)
01.15, 06.00, 09.30 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 7-й этап. (0+)
02.00, 02.30, 07.00, 07.30 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)
03.00, 05.00, 05.30 Горные лыжи. Кубок мира. Сольдеу. (0+)
03.30, 08.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викерсунд. Мужчины. HS 240. (0+)
11.00 Кёрлинг. Чемпионат мира. Дания. Женщины. Россия - Швеция. Прямая трансляция. (0+)
14.30 Конный спорт. Кубок мира. Выездка. Хертогенбосх. (0+)
15.30 Хоккей на траве. Pro League. (0+)
15.40 Теннис. ATP. «Мастерс». Индиан-Уэллс. Финал. (0+)
17.30 Теннис. «ATP. За кадром». (0+)
18.00, 20.00, 22.00 Теннис. ATP. «Мастерс». Майами. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

06.00, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
06.15, 11.35, 17.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55, 17.05, 01.25 PRO-клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 Top чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30, 20.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.25 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
13.00 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 Караокинг. (16+)
18.15, 22.20 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
19.00 R'n'B чарт. (16+)
21.00 «Жара» в Баку-2018. Сольный концерт группировки «Ленинград». (16+)
23.30 10 sexy. (16+)
00.35 Сахар. (16+)
01.30 Неформат чарт. (16+)
01.55 Наше. (16+)
03.00 Двойной удар. (16+)
04.50 Засеки звезду. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.25 «Сказочный патруль». (0+)
09.00, 13.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.05 «Ангел Бэби». (0+)
09.45, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 21.30 «Лео и Тиг». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Домики». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Сказки о маленьком Лисёнке», «Колыбельные мира». (0+)
20.55 «Машкины страшилки». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 07.05 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Хранитель Лев». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.15, 18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.20 «Город героев: Новая история». (6+)
14.20 «Алиса знает, что делать!» (6+)
17.45 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Русалочка». (6+)
21.20 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
23.45 «Стражи Галактики». (12+)
00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)
01.55 «THE CHEETAH GIRLS В ИНДИИ». (6+)
03.20 «Закон Мерфи». (12+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». «Катя и Мим-Мим», «Рыцарь Майк». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
09.20 «Микроистория: Лотос орехоносный». (0+) Бархатные листья, огромные цветы, семена, способные прорасти через 100 лет. Мы нашли его в жарком Вьетнаме… Знакомьтесь! Герой программы «Микроистория» - лотос орехоносный!
09.25 «В мире животных с Николаем Дроздовым». (0+)
09.45 «Союзмультфильм» представляет: «Петушок-золотой гребешок». (0+)
10.00 «Чудесный колокольчик». (0+)
10.20 «Лесная история». (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
11.25 «Бобби и Билл». (6+)
12.10 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
12.40 «Ниндзяго». (6+)
13.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
14.55 «Супер4». (6+)
15.40 «Гризли и лемминги». (6+)
16.05 «Дружба - это чудо». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Подружки из Хартлейк Сити». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Мончичи». (0+)
19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!» (0+)
19.10 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.30 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)
22.55 «Огги и тараканы». (6+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Нильс». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.04, 13.29, 19.55 Стоп! Снято! (12+)
06.30, 10.02, 13.55, 17.24 «Приключения Таши». (6+)
06.56, 10.27, 14.20, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.19, 08.03, 12.54, 14.43 «Раскраска». (0+)
07.26, 10.57, 14.47, 18.19 «КОСМО». (6+)
07.56 «Пчелография». (6+)
08.05 «Летающие звери». (6+)
08.19 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31, 09.06, 15.53 Мультфильмы. (6+)
08.49, 15.25, 16.41 «Веселая карусель». (6+)
08.56, 09.30, 15.43 Мультфильмы. (0+)
09.49 «День рождения бабушки». (6+)
11.23, 12.21, 18.48 «Шах и мат!» (6+)
11.36, 12.35, 19.01 Готовим с папой. (6+)
12.00, 16.54, 22.37 «Смешарики». (0+)
12.56, 19.23 Тайны сказок. (6+)
13.10, 19.38 Путешествуй с нами! (6+)
15.16 «Пришелец Ванюша». (6+)
15.34 «Ежик должен быть колючим?» (6+)
20.25, 23.00 «Гора самоцветов». (6+)
20.56 «Ну, погоди!» (12+)
22.28 «Достать до неба». (0+)
23.28 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Царевны». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Бобби и Билл». (6+)
10.25 «Пластилинки». (0+)
10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00, 02.15 «Magic English». (0+)
12.20 «Новаторы». (6+)
14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
14.30 «Если бы я был…» (0+)
14.40 «Ангел Бэби». (0+)
17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
17.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.20 «Йоко». (0+)
19.40 «Оранжевая корова». (0+)
19.45 «Пластилинки». (0+)
19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
22.00 «Машинки». (0+)
00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
02.35 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Как я стал монахом. (0+)
05.30 Спасо-Андроников монастырь. Новоспасский монастырь. Цикл: Монастырские стены. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00 Собор Крымских Святых. Цикл: День Ангела. (0+)
12.00 Женская половина. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
15.00 Иоанн Шанхайский. Цикл: Старцы. (0+)
15.30 Лик Царицы Небесной. Сотворившая чудо. (0+)
16.20 Священномученик Серафим Чичагов. Душа Петербурга. События и адреса. (0+)
16.35 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 10. (0+)
18.00, 00.00 Завет. (0+)
19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 11. (0+)
23.45 День Патриарха. (0+)
00.55 Островитяне. Цикл: Монастырские стены. (0+)
01.25 Отцы и дети. Цикл: Монастырские стены. (0+)

Православный календарь

20 марта

Седмица 2-я Великого поста. Глас 1. Сщмчч., в Херсонесе епископствовавших: Василия, Ефрема, Капитона, Евгения, Еферия, Елпидия и Агафодора.

Прп. Павла Препростого. Свт. Павла исп., еп. Прусиадского. Прп. Емилиана Италийского. Сщмч. Николая пресвитера. Прмч. Нила, прмцц. Матроны, Марии, Евдокии, Екатерины, Антонины, Надежды, Ксении и Анны. Иконы Божией Матери «Споручница грешных» в Корце (Ровенск. обл.), в Одрине (Орловск. обл.) и в Москве.

Постный день.

«Что сделаем без молитвы и упования на Бога, то оказывается впоследствии вредным и несовершенным…»
Прп. Марк Подвижник

***

Группа туристов осматривает развалины старого замка. Посмотрев по сторонам, пятилетний сын шёпотом спрашивает у папы: «Это здесь наша мама училась водить машину?»

***

– Ты же собиралась худеть!
– Я ем салатик.
– Но ты смешала мясо, колбасу, картошку, грибы и майонез!
– Да, и получился салатик.

***

Однажды за завтраком жена говорит мужу:
– Ты сегодня ночью говорил во сне.
– Надеюсь, я тебя не перебивал?

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

8 495 142 51 94

Реклама

Задумайтесь о завтрашнем дне, заключите договор РЕНТЫ сегодня!

ПЕНСИОНЕРАМ!
НАДЕЖНОСТЬ И СТАБИЛЬНОСТЬ
- ✓ Единовременная выплата до 5 000 000 рублей
- ✓ Ежемесячно до 50 000 рублей
- ✓ Оплата всех коммунальных услуг
- ✓ Ремонт в квартире
- ✓ Бесплатный уход и помощь по хозяйству

www.mosrenta.com
8 (495) 626-46-06
8 (499) 499-46-36

Реклама

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Лестница-чудесница, она же эскалатор

15 марта мы отмечаем день рождения эскалатора

Эта «бегущая дорожка», «лестница-чудесница» ещё во времена наших бабушек вызывала желание прокатиться. Вспомните, сколько эмоций у нас было в детстве, как мы переживали, читая рассказ Николая Носова «Метро» про мальчиков, которые разминулись с мамами на эскалаторе. И наша сегодняшняя викторина посвящена дню рождения эскалатора.

1. Уже сегодня жители городов не представляют, как можно обходиться без эскалатора – ведь теперь он используется не только в метро, но и в торговых центрах, больших общественных зданиях и офисах, в аэропортах… А было время, когда в Лондоне, в универмаге «Харродс», директору пришлось взять на работу специальных сотрудников, которые зазывали на эскалаторы людей и обещали смельчакам именно это. Что?

а) Подарки.
б) Скидки на покупки.
в) Стаканчик бренди.

2. Первый эскалатор был установлен в парке Кони-Айленд (Нью-Йорк). Это была движущаяся дорожка без ступенек, а подняться можно было, сидя на перилах, расположенных по центру дорожки. Свой современный вид эскалатор приобрёл почти через 30 лет, к 1921 году, но основная конструкция не изменилась с того времени – бесступенчатые дорожки остались. Как их называют теперь?

а) Горизонтальные лифты.
б) Траволаторы.
в) Шагаторы.

3. Эскалаторы в основном устанавливаются двух видов: поэтажные (в торговых центрах) и тоннельные. Тоннельные (длинные) – характерны для выходов из перронного зала метро в павильон станции. Где находится самый протяжённый эскалатор в мире?

а) В Санкт-Петербурге.
б) В Праге.
в) В Вашингтоне.

ОТВЕТЫ

1-в. Стаканчик бренди предлагался для восстановления душевных сил. **2-б.** Движущиеся бесступенчатые дорожки называются траволаторами. **3-а.** Самые протяженные (длинные) эскалаторы в мире установлены на станции «Адмиралтейская» Петербургского метрополитена. Их длина 137,4 м, высота подъема 68,7 м. В Праге – самые длинные в Евросоюзе: длина 87 м, высота подъема 43,5 м.

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

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 21 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 На самом деле. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ШИФР». (16+)

По дороге из училища домой на Нинель нападают с целью отнять печатку. Но улика уже находится в МУРе. Вершинин и Агарин подозревают парня Тамары, но его тело вскоре обнаруживают в канаве.
23.30 «Большая игра». (12+)
00.30 «Вечерний Ургант». (16+)
01.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

Утро 1 января. В театре аншлаг, зрители ждут начала детского утренника.
03.00 Новости
03.05 «Мужское / Женское». (16+)
03.55 «Давай поженимся!» (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «ГОДУНОВ». (16+)

Царь Фёдор, предчувствуя скорую кончину, переживает за престол. Ирина до сих пор не родила наследника. Фёдор хочет изменить завещание и просит Годунова привезти ему Дмитрия, так как в нем течет кровь царского рода. Годунов сомневается, что Дмитрия признают, ведь он незаконнорождённый.
Годунов с Марией Скуратовой едут в Углич, но дворяне не отпускают царевича Дмитрия с Годуновым.
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)

Убита известная писательница - Истомина, делом об убийстве занимается отдел Гордеева, вскоре к Каменской приходит молодой человек - Мусатов. Он собирался встретиться с Истоминой накануне её смерти.

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (6+)

10.30 «Клара Лучко и Сергей Лукьянов. Украденное счастье». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

Пропадает тело известного землевладельца Грегори Ланкастера. Полиция задается вопросом: это только исчезновение или убийство? А когда тело бывшей няни семьи Ланкастер было украдено с кладбища, полиция понимает, что семью преследуют.
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
17.00 «Естественный отбор». (12+)
17.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)

На свадьбе детей двух уважаемых предпринимателей происходит трагедия.
19.40 События
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События
22.30 «10 самых...» (16+)
23.05 «Семейные драмы. Несчастный кинобрак». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Удар властью. Валерия Новодворская». (16+)
01.25 «Хрущев и КГБ». (12+)
02.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (12+)
04.10 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)

НТВ

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

Джейн Мур оказывается в руках наемных боевиков Смита. Ее запирают в трюме траулера, начиненного взрывчаткой, который Смит собирается использовать для взрыва танкера, направив траулер прямо на него.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 «Основано на реальных событиях». (16+)
19.00 Сегодня
19.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)

Группе «Тайфун» поручено тайно переправить через границу молодую женщину по имени Зоя. Переправка будет по воде, причем днём. Известно, что Зоя никогда не имела дело с аквалангом.
21.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)

Из военной части совершен побег. На розыск двух военных, укравших оружие, тоже подключают Красавца. Иван встречается с Русалкой, которая должна ему сделать документы, но та требует аванс.
23.00 «Изменить нельзя». (16+)
00.00 Сегодня
00.10 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА». (16+)
02.05 «Поедем, поедим!» (0+)
02.35 «ЛЕСНИК». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Легенды мирового кино»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.45 «Прусские сады Берлина и Бранденбурга в Германии»
09.05 «ПИКАССО». (16+)
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век
12.15 Цвет времени
12.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
13.10 «Брюгге. Средневековый город Бельгии»
13.25 «Абсолютный слух»
14.05 «Сакральные места»
15.00 Новости культуры
15.10 Моя любовь - Россия!
15.40 «2 Верник 2»
16.30 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»
17.35 Звёзды фортепиано XXI века. Мицуко Учида
18.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
19.30 Новости культуры
19.45 «Главная роль»
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сакральные места»
21.40 «Энигма»
22.20 «Рэгтайм, или Разорванное время»
22.45 «ПИКАССО». (16+)

Закончилась Вторая мировая война, Пикассо пытается выстроить отношения сразу с двумя женщинами. В 1905 году молодой Пикассо мечтает создать шедевр, который заставил бы всех говорить о нём как о величайшем художнике.
23.40 Новости культуры
00.00 «Черные дыры. Белые пятна»
00.40 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
01.25 XX век
02.30 «Гении и злодеи»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.40 «Команда Турбо». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.30 «Уральские пельмени». (16+)
10.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
15.00 «ТЕРМИНАТОР. ГЕНЕЗИС». (16+)
17.30 «Монстры на каникулах». (6+)

Граф Дракула построил для себя и своей любимой дочки хорошо укрытый от посторонних глаз отель, куда монстры со всего света приезжают отдохнуть от семейных забот, повседневной суеты и, конечно, от людей. Но вездесущие американские туристы проникают и сюда...
19.15 «Монстры на каникулах-2». (6+)
21.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)

США, 1997 г. Фантастический боевик. Брюс Уиллис, Милла Йовович, Гари Олдмэн.
На Землю надвигается Абсолютное вселенское зло... Спасти человечество может только завещанная космическими пришельцами в глубокой древности формула соединения четырёх элементов жизни - воды, огня, земли и воздуха - вокруг загадочного пятого элемента.
23.35 «ШЕСТОЕ ЧУВСТВО». (16+)
01.40 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
03.35 «ПРИШЕЛЬЦЫ-3». (12+)
05.15 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.45 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ-2». (16+)
08.35 «День ангела»
09.00 «Известия»
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
12.45 «ЧУМА». (16+)

Россия, 2015 г. Криминальный.
Санкт- Петербург, начало 90-х. Дерзкий преступник Табак только что вернулся после отсидки.
13.00 «Известия»
13.25 «ЧУМА». (16+)
18.30 «Известия»
19.00 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.20 «Известия»
03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром
08.10 «Военная приёмка». (6+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.15 «Не факт!» (6+)
09.50 10.05 «ЛИТЕЙНЫЙ, 4». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
13.15 14.05 23.30 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 «Подводный флот России». (12+)

Как удалось сохранить подводный флот России в период 90-х годов? Русские «Ясени» и «Бореи» против американских «Вирджиний» и «Сивулфов».
19.40 «Легенды космоса». (6+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.00 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
03.35 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (6+)
05.10 «Нюрнберг». (16+)

ОТР

05.00 11.05 21.05 «Прав!Да?». (12+)
05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
06.25 10.50 22.25 23.50 «Активная среда». (12+)
06.30 «Дом «Э». (12+)
07.00 «Гора самоцветов. Медвежьи истории». (0+)
07.10 «Гора самоцветов. Налим Малиныч». (0+)
07.35 22.35 «Магия приключений». (12+)
08.30 15.15 04.30 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.10 17.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
12.30 «Преступление в стиле модерн». (12+)

Цикл документальных историй о громких преступлениях в России век назад.
13.20 18.00 00.00 ОТРажение
15.45 «Гора Самоцветов. Гордый мыш». (0+)
22.00 «Гамбургский счёт». (12+)
04.05 «Вспомнить всё». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 15.30 20.30 21.30 23.30 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.45 Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 12.30 13.00 14.00 14.30 15.00 16.00 17.00 17.30 18.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15 05.15 Московский патруль. (16+)
11.15 14.40 01.30 04.15 «ГОСТ». (12+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 01.15 Спорная территория. (12+)
12.15 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
16.30 Жизнь в большом городе. (12+)
17.45 Интервью. (12+)
19.00 Москва сегодня
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Самое вкусное». (12+)
13.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ-2». (12+)
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.10 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ». (12+)

Россия, 2016 г. Детектив.
19.00 Большие новости
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 Новости 360
23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)
00.30 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Тайны кино». (12+)
06.50 04.55 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.40 «Тайны кино». (12+)
08.25 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
09.50 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ». (12+)
11.30 «Песни нашего кино». (12+)
12.00 04.05 «Тайны кино». (12+)
12.55 «ВОРЧУН». (12+)
15.00 «Тайны кино». (12+)
15.55 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
17.20 «Звёзды советского экрана». (12+)
17.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
20.00 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ». (12+)
21.35 «ИНСПЕКТОР-РАЗИНЯ». (12+)
23.25 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
01.10 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
02.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
05.45 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 04.30 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
06.00 09.00 15.00 **«Документальный проект»**. (16+)
07.00 **«С бодрым утром!»** (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 **«Новости»**. (16+)
12.00 16.00 19.00 **«Информационная программа 112»**. (16+)
13.00 23.25 **«Загадки человечества с Олегом Шишкиным»**. (16+)
14.00 **«Невероятно интересные истории»**. (16+)
17.00 03.00 **«Тайны Чапман»**. (16+)
18.00 02.10 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)
20.00 **«ЗЕМНОЕ ЯДРО: БРОСОК В ПРЕИСПОДНЮЮ»**. (12+)

США - Германия - Канада - Великобритания, 2003 г. Фантастический триллер. Аарон Экхарт, Хиллари Суонк, Делрой Линдо, Стэнли Туччи. По всей планете происходят необъяснимые происшествия.

22.40 **«Смотреть всем!»** (16+)
00.30 **«ДИКИЙ»**. (18+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом**-2. Lite. (16+)
10.15 **Дом**-2. **Остров любви**. (16+)
11.30 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
12.30 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
13.30 **«САШАТАНЯ»**. (16+)
15.30 **«ОЛЬГА»**. (16+)
17.00 **«ИНТЕРНЫ»**. (16+)
20.00 **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ»**. (16+)
Расследуя дело М, Гриша и компания выходят на фирму, которая занимается ремонтом сгоревших зданий. Все счета ее акционеров выведены в офшоры.
21.00 **Студия Союз**. (16+)
В новом сезоне в схватке за музыкальность на поле жесткой и беспощадной русской эстрады звезды интернета окажутся против звезд ТВ. Гости - Евгений Кулик и Азамат.
22.00 **«АДАПТАЦИЯ»**. (16+)
23.00 **Дом**-2. **Город любви**. (16+)
00.00 **Дом**-2. **После заката**. (16+)
01.00 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
01.50 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
02.35 THT-Club. (16+)
02.40 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.15 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.20 **«Слепая»**. (12+)
11.00 **«Гадалка»**. (12+)
12.00 **«Не ври мне»**. (12+)
15.00 **«Мистические истории. Начало»**. (16+)
16.00 **«Гадалка»**. (12+)
17.00 **«ЧУДО»**. (12+)

Автомеханик Александр вместе с женой хочет удочерить девочку. Но у него есть тайна - много лет назад он отсидел за кражу. Александр попал в трудную ситуацию, и ему пришлось ограбить квартиру пожилой женщины.

17.35 **«Слепая»**. (12+)
19.10 **«КОСТИ»**. (12+)
Отправившись на свидание, Бреннан попадает в перестрелку и едва не погибает. Расследование показывает, что стрелок может иметь отношение к одному из дел, над которыми она работает...
21.00 **«ЧЕРНОБЫЛЬ-2. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ»**. (16+)
23.00 **«НА ИГРЕ-2»**. (16+)
00.45 **«Секс-мистика»**. (18+)
03.45 **«Звезды. Тайны. Судьбы»**. (12+)

ЧЕ

06.00 **«БРАТ ЗА БРАТА-2»**. (16+)
06.50 **«Дорожные войны»**. (16+)
07.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
08.10 **«Дорожные войны»**. (16+)
12.00 **«КВН. Высший балл»**. (16+)
13.00 **«Идеальный ужин»**. (16+)
14.00 **«Супершеф»**. (16+)
15.00 **«Утилизатор»**. (12+)
15.30 **«БРАТ ЗА БРАТА-2»**. (16+)
17.30 **«Рюкзак»**. (16+)
Тревел-шоу «Рюкзак» даёт участникам уникальный шанс посмотреть мир! И даже выиграть денежный приз.
19.30 **«Улетное видео»**. (16+)
20.30 **«Дорожные войны»**. (16+)
22.00 **«Решала»**. (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 **«Дорожные войны. Лучшее»**. (16+)
00.35 **«ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ»**. (16+)
03.15 **«АМЕРИКАНЦЫ»**. (18+)

03.55 **«Улетное видео»**. (16+)
04.30 **«БРАТ ЗА БРАТА-2»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Пр.тр.**
08.10, 09.25, 12.00, 14.55, 21.55 **Новости**
08.15, 12.05, 15.00, 00.40 **Все на Матч!**
09.30 **Баскетбол. «Дарюшшафака» (Турция) - «Химки» (Россия). Евролига. Мужчины.** (0+)
11.30, 03.10 **Специальный репортаж**. (12+)
12.35 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Мужчины. Короткая программа. Пр.тр.**
15.30 **«Играем за вас»**. (12+)
16.00 **Кёрлинг. Россия - Канада. Чемпионат мира. Женщины. Пр.тр.**
18.20 **Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины. Прямая трансляция из Норвегии**
20.00 **Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Фенербахче» (Турция). Евролига. Мужчины. Прямая трансляция**
22.00 **Все на футбол!**
22.40 **Футбол. Хорватия - Азербайджан. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир. Прямая трансляция**
01.10 **Волейбол**. 1/4 **финала**. (0+)
03.30 **«Команда мечты»**. (12+)
04.00 **Футбол. Нидерланды - Белоруссия. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 07.30 18.00 23.20 **«6 кадров»**. (16+)
06.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
07.00 12.20 03.25 **«Понять. Простить»**. (16+)
07.35 **«По делам несовершеннолетних»**. (16+)
08.15 **«Давай разведёмся!»** (16+)
09.15 **«Тест на отцовство»**. (16+)
10.20 04.40 **«АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ»**. (16+)
11.20 03.55 **«Реальная мистика»**. (16+)
13.30 **«ГОРНИЧНАЯ»**. (16+)
19.00 **«ВЕРЬ МНЕ»**. (16+)

Украина, 2018 г. Мелодрама. Екатерина Рябова, Дмитрий Пчела, Вячеслав Довженко. Инна с маленьким сыном приезжают в небольшой провинциальный городок. Живут они у женщины по имени Тая. Инна работает продавцом, а мальчик идёт учиться в местную школу.

00.30 **«ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ»**. (16+)
05.35 **«Домашняя кухня»**. (16+)

Дайте жизнь суставам!

Что делать с нестерпимой болью?

Боль, какая бы она ни была, человека изматывает. Людей снова мучают артриты, артрозы, остеохондрозы, подагра, межпозвоночные грыжи, последствия травм, перегрузок суставов, да мало ли...

О том, что предлагает современная медицина, мы беседуем с Верой Ильиничной.

— Боль, тем более суставную, терпеть действительно порой совсем невозможно...

— Безусловно, и избавиться от неё хочется надолго, в идеале — навсегда. Заболеваниями суставов могут страдать и молодые, и пожилые. Первое, к чему прибегают при боли, — анальгетики, они частично снимают синдром, но причина-то остаётся. Это не выход, нужно искать причину и разбираться с ней. Чаще всего это нарушение обмена веществ и питания суставного хряща. С чем это связано? У каждого своё, поэтому обязательно обратитесь к специалисту. В мире нет одинаковых людей, поэтому лечить надо конкретного человека.

— А что ещё требуется, кроме врачебной помощи?

— Врачу помогают сами пациенты — те, кто имеет желание заниматься своим здоровьем. Как говорится, дорогу осилит идущий. Современные технологии, конечно, не стоят на месте, суставы сейчас лечат довольно успешно. Самый верный путь — комплексное лечение, чтобы привести в рабочее состояние все части «машины», сбалансировать работу всего организма. Необходимо медикаментозное лечение, физиотерапия, в самых сложных случаях, конечно, прибегают к хирургическому вмешательству. Отличным настройщиком может стать ДЕЛЬТА. Она специально создана для лечения суставов – всего, что связано с суставами и хрящами при хронической форме, острой, затухающей, ремиссии. ДЕЛЬТУ можно использовать при любых состояниях по медицинским показаниям.

— Как это работает?

— Одной из основных задач лечения артритов и артрозов является улучшение кровоснабжения всех тканей сустава. ДЕЛЬТА без боли проникает непосредственно в сустав, улучшает кровообращение, помогает восстановлению хрящей и подвижности сустава. Благодаря ДЕЛЬТЕ, после консультаций с врачом, лечение можно обеспечить самостоятельно. ДЕЛЬТА может помочь снять боль и воспаление, нормализовать обменные процессы, снять отёк. Лечение возможно при заболеваниях суставов любого происхождения, в том числе при остеохондрозе, артрите, артрозе, радикулите, подагре, грыже межпозвоночного диска и других заболеваниях. Кроме того, ДЕЛЬТА может усилить действие лекарственных препаратов в комплексной терапии.

— Палочка-выручалочка?

— Можно сказать и так. ДЕЛЬТА воздействует непосредственно на очаг воспаления, влияет на кровообращение в суставе, усиливает питание сустава, ускоряет процесс обновления и восстановления костной ткани, хряща, суставной жидкости. Процесс восстановления хрящей и суставов не быстрый. Особенно медленно он протекает в пожилом возрасте, а если есть деформация костей, то ещё медленнее. Но, во всяком случае, снять боль и успокоить человека можно. Мы выявили, что процесс старения зависит от уровня синтеза белка. С возрастом уровень белка в клетках катастрофически падает, вот тогда суставные хрящи становятся хрупкими и хуже выполняют свою роль, что приводит к болям. Вот здесь на помощь и приходит ДЕЛЬТА.

— Немало людей, которых болезнь приковывает к постели или к инвалидному креслу. Чем им можно помочь?

— Мы уже говорили об артрите и артрозе, которые чаще всего поражают суставы. Люди, страдающие этими заболеваниями, в основном стараются избавиться от симптомов: глотают обезболивающее, натираются мазями и гелями. Но надо искать причину. ДЕЛЬТА как раз вначале разбирается с причиной, определяя, с чем связаны воспаление и боль в суставах: с нарушениями в щитовидной железе, неправильной работе печени, заболеваниях почек, которые приводят к отложению солей в суставах. Разобравшись с причиной, ДЕЛЬТА начинает работать над её устранением. Вначале она снимает боль, а затем воздействие направляется на запуск регенеративных, т.е. восстановительных процессов в суставном хряще.

— Порой люди не знают, что делать. Но ведь как-то надо жить дальше...

— С помощью ДЕЛЬТЫ возможно замедлить процессы разрушения в суставах. Вначале улучшатся их питание, а потом идёт обновление. Начинается восстановление всех составляющих сустава, в том числе хрящевой и суставной жидкости. ДЕЛЬТА работает на предупреждение атрофии мышц, повышение подвижности суставов, уменьшение боли в спине и суставах, снятие отёков. Под её воздействием растворы неорганических солей диссоциируют. ДЕЛЬТА изменяет состояние тканей и тканевой жидкости, влияет почти на все протекающие в них процессы. Изменяются кислотно-щелочное состояние, окислительно-восстановительные и ферментивные процессы, усиливаются крово- и лимфообращение, стимулируются обменно-трофические процессы, ускоряется регенерация нервной, костной и соединительной тканей. Люди получают возможность передвигаться.

Всем, кто мучается перечисленными проблемами, необходимо связаться с нашими специалистами по телефону: **8 (495) 645-01-03,** они обязательно займутся насущной проблемой и окажут помощь.

— Можно ли найти лечению ДЕЛЬТОЙ замену?

— Очень хорошо, что люди стали обращать на своё здоровье более пристальное внимание, более ответственно к нему относиться. С ДЕЛЬТОЙ такая история — не ищите ей замену, здесь использованы оригинальные идеи.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ООО «МОНОПОЛИЯ ЗДОРОВЬЯ», ОГРН 1187746935375. 115230, Москва, Каширское ш., д. 3, корп. 2. № РЗН 2014/1800. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «БЕТХОВЕН». (12+)
07.55 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
10.00 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА». (16+)
11.50 «ДЖЕЙН ЭЙР». (12+)
14.10 «1+1». (16+)
16.20 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (6+)
18.25 «БЕТХОВЕН». (12+)
20.10 «ИЗ 13 В 30». (12+)
США, 2004 г. В ролях: Дженнифер Гарнер, Марк Руффало, Джуди Грир, Энди Серкис, Кэти Бейкер
22.05 «ВЕЧНОЕ СИЯНИЕ ЧИСТОГО РАЗУМА». (16+)
00.15 «БЕГУЩАЯ ОТ РЕАЛЬНОСТИ». (18+)
02.05 «ВЕРНУТЬ ОТПРАВИТЕЛЮ». (18+)
03.55 «БРАТЬЯ БЛЮЗ 2000». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «СВОЛОЧИ». (16+)
08.20 «ПИТЕР FM». (12+)
10.10 «ОХОТНИК. ЧЕЛОВЕК ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
12.15 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
14.15 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
16.20, 17.05 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
18.20 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
20.20 «ПОДЛЕЦ». (16+)
Россия, 2015 г.
22.20 «СВАДЬБА». (16+)
00.30 «ОХОТНИК-2. МЫТИЩИНСКИЙ МАНЬЯК». (16+)
02.35 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
04.20, 05.05 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «СВАТЫ». (16+)
09.45 «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ В МИЛИЦИИ». (12+)
11.25 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
12.55 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
14.50 «ЗА ДВУМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
16.15 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
СССР, 1975 г. В ролях: Нина Гребешкова, Вячеслав Невинный, Михаил Светин, Светлана Крючкова
18.00 «СВАТЫ». (16+)
21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.05 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...». (16+)
03.45 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ». (12+)
05.15 «ОСТРОВ ОЛЬХОВЫЙ». (0+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.40, 01.25 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.20, 21.30, 02.10 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
11.10 Правила моей кухни. (16+)
12.10, 22.20, 02.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
13.25 «КРАМЕР ПРОТИВ КРАМЕРА». (16+)
США, 1979 г.
15.20, 15.45, 16.15, 16.40, 04.10, 04.35, 05.05, 05.30 «КУХНЯ». (16+)
23.35, 00.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «ВОЙНА». (18+)
02.50 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
04.30 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
06.25 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
08.15 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
09.50 «МАНГЛХОРН». (16+)
11.25 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
13.05 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
14.55 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
17.10 «ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ». (16+)
19.00 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
20.30 «ХОЛОД В ИЮЛЕ». (16+)
Драма, триллер, криминал, США, 2014 г.
22.15 «ГОСТЬЯ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.30 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (16+)
03.05 «ЩЕНОК». (16+)
03.55 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
05.25 «ЛЁГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
06.55 «МЕЛОДИЯ ДЛЯ ШАРМАНКИ». (12+)
09.40 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
11.15, 12.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
12.50 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
14.35 «БУБЕН, БАРАБАН». (16+)
16.20 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)
17.40 «ДАУН ХАУС». (16+)
Комедия, Россия, 2001 г.
19.10, 20.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
20.50 «ГЛАВНЫЙ». (12+)
22.45 «ДОМОВОЙ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

02.35 «ВРЕМЕННО БЕРЕМЕННА». (16+)
04.05 «ЗАГАДАЙ ЖЕЛАНИЕ». (12+)
05.35 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ». (16+)
07.15 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ. ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+)
09.10 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
11.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
13.45 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (16+)
15.35 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ». (16+)
17.25 «РОБИН ГУД: МУЖЧИНЫ В ТРИКО». (12+)
19.30 «SUPERПЕРЦЫ». (16+)
21.40 «МАЛЬЧИШНИК ПО-ИРЛАНДСКИ». (16+)
23.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)

FOX LIFE

06.00, 17.45, 18.35, 05.20 «СКОРПИОН». (16+)
06.45, 07.25, 13.35, 14.25, 02.05, 02.50 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
08.15, 11.05, 16.50, 21.00, 00.55 «НОМЕР 309». (16+)
09.05 Просто Найджелла. (12+)
09.40 Быстрые, свежие и простые рецепты от Лоррейн. (12+)
10.15 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
12.00, 12.50, 19.20, 20.10 «КАСЛ». (16+)
15.15, 16.05, 03.30, 04.15 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
22.10 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
23.00, 23.55 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
05.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
Сериал. Россия, 2005 г.
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
06.00, 07.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ТЕНЬ СУДЬБЫ». (16+)
11.05, 19.05, 03.05 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)
Историческая драма, Россия, Украина, Польша, 2009 г.
13.20, 21.20, 05.20 «МОЯ БЫВШАЯ ПОДРУЖКА». (18+)
Комедия, Франция, 2017 г.
14.45, 22.45, 06.45 «ЛИЦО». (16+)
Драма, комедия, Польша, 2017 г.
16.20, 00.20, 08.20 «В ЛЕСАХ СИБИРИ». (16+)
Драма, приключения, Франция, 2016 г.

РОДНОЕ КИНО

07.55 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (6+)
09.30 «ПРИМОРСКИЙ БУЛЬВАР». (0+)
12.05 «ЧЁРНЫЙ ТЮЛЬПАН». (12+)
14.20 «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+)
16.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА». (0+)
19.00 «МАМА НЕ ГОРЮЙ». (18+)
Комедия, криминал, Россия, 1997 г.
20.35 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)
22.35 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)

КИНОСЕРИЯ

00.45 «КОНСУЛЬТАНТ». (16+)
01.45, 02.45, 03.45, 23.35 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
04.45, 05.35, 10.40, 11.35, 12.25, 13.20, 14.15, 15.10 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)
06.30, 07.30, 08.30, 09.35 «ГОРОДСКИЕ ШПИОНЫ». (12+)
16.00, 16.55, 17.55, 18.55 «ЯЛТА-45». (16+)
20.00, 20.55, 21.50, 22.40 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (12+)
1 сезон. Мини-сериал. Биография, драма, Россия, 2011 г. В ролях: Александр Домогаров, Юрий Кузнецов-Таёжный

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.15 «ОСА». (16+)
08.00 «СУПРУГИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 «СУПРУГИ». (16+)
12.30 Такому мама не научит. (12+)
13.00 Новости
13.15, 03.25 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.40 «САЛОН КРАСОТЫ». (0+)
22.30 «АКСЕЛЕРАТКА». (0+)
00.00 Новости
00.10 В гостях у цифры. (12+)
00.20 «АКСЕЛЕРАТКА». (0+)
01.10 Такому мама не научит. (12+)
01.40 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
02.35 Дела семейные. Новые истории. (16+)
05.40 Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)
05.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
07.30 Утро пятницы. (16+)
09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
12.00 Орел и решка. По морям. (16+)
15.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)
18.00 Мейкаперы-2. (16+)
Регина Тодоренко и Влад Лисовец открывают шоу-соревнование лучших визажистов страны, победитель которого не только получит один миллион рублей, но и должность национального визажиста L'oreal Paris в России.
19.00 Хулиганы-2. (16+)
21.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г. В ролях: Ольга Картункова, Алевтина Тукан
23.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
00.00 Пятница News. (16+)
00.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
04.00 «КОНСТАНТИН» (16+)
04.50 «РЫЖИЕ». (16+)

Ю

05.00 Обмен жёнами. (16+)
06.50 В теме. (16+)
07.15 «КЛОН». (16+)
09.05 «ТРОПИКАНКА». (12+)
10.15 Беременна в 16. (16+)
11.50 Мастершеф. (12+)
17.30 Одинокий папа мечтает познакомиться. (16+)
Отцы-одиночки из разных городов России очень хотят найти свою вторую половинку: жену и мать для своих детей. Новообразовавшимся семьям за неделю придется прожить маленькую жизнь. Останется ли молодая женщина в семье или герои так и не обретут свое счастье?
19.45 «КЛОН». (16+)
20.45 «ТРОПИКАНКА». (12+)
21.55 Я стесняюсь своего тела. (16+)
Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться?
01.25 В теме. (16+)
01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.30 Europa plus чарт. (16+)
04.20 Обмен жёнами. (16+)

РЕТРО

00.10 Дело темное. (16+)
01.00, 04.35, 07.10, 13.15, 16.55, 21.05 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
01.55, 06.00, 14.15, 18.00, 22.05 «МОЯ СУДЬБА». (12+)
Сериал. СССР, 1974 г. В ролях: Иван Лапиков, Евгений Евстигнеев
03.05, 09.05, 23.25 Счастливчики 60-х. (12+)
05.30 «Каштанка». Мультфильм. (6+)
08.05 «Почта». Мультфильм. (6+)
08.25 «Про бегемота, который боялся прививок». Мультфильм. (0+)
08.45 «Про злую мачеху». Мультфильм. (0+)
10.45 «ПУТЕШЕСТВИЕ С АНИТОЙ». (16+)
12.35 «Пес в сапогах». Мультфильм. (6+)
12.55 «Последняя невеста Змея Горыныча». Мультфильм. (6+)
15.40, 19.25 Клуб путешественников. (12+)
17.55 «Мальчик и лягушонок». Мультфильм. (6+)
20.35 Обыкновенный волшебник Геннадий Гладков. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
03.25 Обыкновенная история. (6+)
03.40 Прогулки по Москве. (12+)
04.00, 04.30, 05.00, 05.30 Бунты в России. (12+)
06.00, 06.30, 07.00, 07.30 Великая Отечественная война на Чёрном море. (6+)
08.00 Путешествие в Архив. (12+)
08.50 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
09.30 Обыкновенная история. (6+)
09.45 Музеи Ватикана. (12+)
10.40 История Отечества в портретах. (12+)
11.00 Стэлс-истребители Гитлера. (12+)
12.00 Час истины. (12+)
13.00, 14.00 В поисках тайных святынь. (12+)
14.45 Семь дней истории. (12+)
15.00 Восход цивилизации. Как римляне изменили мир. (12+)
16.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
17.00 Строители замков. (12+)
17.55 Вена. Империя, династия и мечта. (12+)
18.45 Семь дней истории. (12+)
19.00 Европа в Средние века. (12+)
20.00 Историада. (12+)
21.00, 21.35 Живая история. (12+)
22.10 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
23.05 Раскрытие тайн Вавилона. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Мифы и чудовища. (12+)
06.50 Первые люди. (12+)
08.05 Тайная война. (12+)
09.00, 09.30 Родовые проклятья. (12+)
10.00 Последние короли-воители Европы. (16+)
11.05 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)
12.05 Безумцы с Батавии
12.55 Проект «Наци». Дьявольский замысел. (16+)
13.50, 14.15 Родовые проклятья. (12+)
14.40, 15.05 Погода, изменившая ход истории. (16+)
15.30 Тайная война. (12+)
16.25, 16.55 Невероятные изобретения. (12+)
17.25 Последние короли-воители Европы. (16+)
18.30 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)
19.25 Безумцы с Батавии
20.15 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.15 Смертоносный интеллект. (12+)
22.00, 01.45 Тайная война. (12+)
22.55 История тайных обществ. (16+)
Мы изучим загадочный Приорат Сиона, секретное общество, которое существует для защиты противоречивой информации об Иисусе Христе.
23.50 Новые секреты Помпеи. (12+)
00.55 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
02.40 Запретная история. (12+)
03.30, 04.20 Музейные тайны. (12+)
05.10, 05.40 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Игры разума. (16+)
06.20 Панорама 360. Объект всемирного наследия. (16+)
07.00, 07.55 Авто - SOS. (16+)
08.45 Дикий тунец. (16+)
09.40 Неизвестный Китай. (16+)
10.30, 11.25 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
12.20 Сокровища Тутанхамона. (16+)
13.10 Осушить океан. (16+)
14.05 Тайны истории. (16+)
14.55, 15.25 Тайные истории. (16+)
15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.45 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.35 Авто - SOS. (16+)
18.30 Дикий тунец. (16+)
19.25 Тайны истории. (16+)
20.15 Сила племени. (16+)
21.05 Авто - SOS. (16+)
22.00 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
22.55 Граница. (16+)
23.45 Последние шаги Гитлера: Нацистская крепость. (16+)
00.30 Осушить океан. (16+)
01.20 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
02.05 Международный аэропорт Дубай. (16+)
02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.35 Авто - SOS. (16+)
04.20 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
05.05 Крупнейший в мире ремонт. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00 Меконг: душа реки. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Аквариумный бизнес. (12+)
12.00, 12.30 Удивительный мир животных. (12+)
13.00 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00 Невероятные бассейны. (12+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
18.00 Дело об акульем нападении. (16+)
19.00 Меконг: душа реки. (12+)
20.00 Заповедная Аляска: Рыбалка в полуночной реке. (12+)
21.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
01.00 Заповедная Аляска: Рыбалка в полуночной реке. (12+)
01.50 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)
04.20 Меконг: душа реки. (12+)
05.10 Дело об акульем нападении. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Махинаторы. (12+)
07.00 Крутой тюнинг. (12+)
08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)
09.00 Охотники за старьем. (12+)
10.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
11.00 Разрушители легенд. Дети. (16+)
12.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
Камеры НАСА засняли множество таинственных летающих объектов. Космонавты и ученые обсуждают, есть ли жизнь за пределами нашей планеты.
13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)
14.00 Махинаторы. (12+)
15.00 Крутой тюнинг. (12+)
16.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)
18.00 Охотники за старьем. (12+)
19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)
20.00 Махинаторы. (12+)
21.00 Крутой тюнинг. (12+)
22.00 Золотая лихорадка. (16+)
23.00 Битвы роботов: Большие надежды: четвертьфинал. (12+)
00.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
00.55 Крутой Чед. (12+)
01.50 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
02.40 Крутой тюнинг. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Битвы роботов. (12+)
05.10 Не пытайтесь повторить. (16+)

TLC

06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00, 07.30 Купономания. (12+)
08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
Команда специалистов приезжает в захламлённые дома, чтобы освободить место и помочь скопидомам заработать на потенциально ценных вещах.
11.00 Они поменялись едой. (16+)
12.00 Помешанные на чистоте. (16+)
13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
14.00, 15.00 Я вешу 300 кг. (16+)
16.00, 16.30 Купономания. (12+)
17.00, 17.30 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)
19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 Помешанные на чистоте. (16+)
21.00, 21.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
22.00 Оденься к свадьбе. (12+)
23.00 Моя полная жизнь. (16+)
00.55, 01.20 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
01.50 Оденься к свадьбе. (12+)
02.40 Моя полная жизнь. (16+)
04.20 Помешанные на чистоте. (16+)
05.10, 05.35 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

07.00 Дачные радости. (12+)
07.25, 11.25 Секреты стиля. (12+)
07.55, 12.00, 17.45 Постное меню. (12+)
08.10 Профпригодность. (12+)
08.40, 13.05, 16.45, 20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
09.10 Безопасность. (12+)
09.40 Кухня народов СССР. (12+)
09.55 Мастер-садовод. (12+)
10.25 История усадеб. (12+)
10.55 Проект мечты. (12+)
12.15 Идите в баню. (12+)
12.35 Домашняя косметика! (12+)
12.45 Баня - женского рода. (12+)
13.35 Сравнительный анализ. (16+)
14.05 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)
14.35 Ваш агроном. (12+)
14.50 Здоровый сад. (12+)
15.10 Сельские профессии. (12+)
15.40 Дачный эксклюзив. (16+)
16.10 Топ-10. (12+)
17.15 Травовед. (12+)
17.30 Вокруг сыра. (12+)
18.05 Дачная энциклопедия. (12+)
18.40 Усадьбы будущего. (12+)
19.10 История одной культуры. (12+)
19.45 Тихая моя родина. (12+)
20.10 Доктор смузи. (12+)
20.25 Сад своими руками. (12+)
21.30 Чай вдвоем. (12+)
21.45 Паштеты. (12+)
22.10 Милости просим. (12+)
22.40 Огород от-кутюр. (12+)
23.10 Беспокойное хозяйство. (12+)
23.45 Мастер. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.55 Охота с луком. (16+)
07.30 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)
08.00 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
08.35 Тропа рыбака. (12+)
09.05, 09.20, 12.10, 12.20 Охотничья и рыболовная кухня. (16+)
09.35, 12.40 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)
09.50, 12.50 Дело вкуса. (12+)
10.10, 10.25, 16.05, 16.20 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)
10.45, 16.40 Нож-помощник. (16+)
11.05, 22.35 Планета рыбака. (12+)
11.35 Две на одного. Оружие. (16+)
11.50 Есть мнение. (16+)
13.10 Сам себе охотник. (16+)
13.40 Сезон охоты. (16+)
14.10, 17.00 Советы бывалых. (12+)
14.30 Смертельный улов. (16+)
15.20 Привет, Малек! (6+)
15.30 Спиннинг сегодня. (16+)
17.20 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
17.50 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)
18.40 Крылатые охотники. (16+)
19.00 На зарубежных водоемах. (12+)
19.30 Хватка хищника. (16+)
20.00 Кодекс охотника. (16+)
20.20 На рыбалку с охотой. (12+)
21.00 Планета охотника. (16+)
21.30 Универсальная собака. (16+)
22.00 Нахлыст на разных широтах. (12+)
23.05 Прибалтийский лосось. (16+)
23.35 На охотничьей тропе. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
Самые эффективные упражнения для похудения.
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. (0+)
07.35 Страна. Live. (12+)
07.55, 12.00, 15.25, 18.00 Новости
08.00, 22.15 Кубок войны и мира. (12+)
08.45 Лев Яшин - номер один. (12+)
09.50 Нежный возраст. (12+)
10.10 Волейбол. (0+)
12.05 Вид сверху. (12+)
12.30, 04.30 Смешанные единоборства. ACA-93. Трансляция из Санкт-Петербурга. (16+)
14.05, 21.55 Самбо России. (12+)
14.25 Шаг на татами. (12+)
15.30, 02.30 Профессиональный бокс. Трансляция из Грозного. (16+)
17.05 Российский бокс в лицах. (12+)
18.05 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА (Россия) - «Фенербахче» (Турция). Прямая трансляция
23.00 Под знаком «Сириуса». (12+)
23.50 «МЕЧТА». (12+)
01.40 Большая вода. (12+)
04.10 Страна спортивная. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 02.00, 04.00, 19.45, 22.00 Теннис. ATP. «Мастерс». Майами. Прямая трансляция. (0+)
06.00, 09.30 Велоспорт. Нокере - Кёрсе. (0+)
07.00, 07.30 Горные лыжи. Кубок мира. Сольдеу. (0+)
08.00, 08.30, 10.40, 14.15 Биатлон. Чемпионат мира. Эстерсунд. (0+)
09.00 Автогонки. Формула Е. Санья. Превью. (0+)
11.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викерсунд. Мужчины. HS 240. (0+)
12.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)
14.45 Снукер. Gibraltar Open. Финал. (0+)
16.15 Конный спорт. Rolex Grand Slam. Хертогенбосх. (0+)
17.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Квалификация. (0+)
18.15 Биатлон. Кубок мира. Осло. Женщины. Спринт. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х. (16+)
06.00, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
06.15, 12.05, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55, 16.30 PRO-клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.40, 16.05 Хиты планеты. Топ 5. (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)
13.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
14.00 R'n'B чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.35 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
18.15 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
19.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
20.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
21.00 Новая волна-2017. Лучшие выступления. (16+)
23.45 Золотая лихорадка. (16+)
01.00 Наше. (16+)
02.00 Засеки звезду. (16+)
02.10 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.20 «Сказочный патруль». (0+)
09.00, 13.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.05 «Ангел Бэби». (0+)
09.45, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 21.30 «Лео и Тиг». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.20, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Домики». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Сказки о маленьком Лисёнке», «Колыбельные мира». (0+)
20.55 «Машкины страшилки». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 07.05 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Хранитель Лев». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.15, 18.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.20 «Город героев: Новая история». (6+)
14.20, 03.30 «Гравити Фолз». (12+)
17.45 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
21.10 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
22.50 Правила стиля. (6+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
23.45 «Стражи Галактики». (12+)
00.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+)
01.55 «ПОГОНЯ ЗА КРАСОТОЙ». (6+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». «Катя и Мим-Мим», «Рыцарь Майк». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
08.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
09.20 «Букабу». (0+)
Букабу - знаменитый рок-щенок, барабанщик, который путешествует по миру со своими друзьями. Они играют любимую музыку и собирают стадионы поклонников. И вот Букабу приехал в Россию! Но есть одно условие: чтобы Букабу смог выйти на сцену и выступить, ему для вдохновения нужно прочитать книгу. Рок-щенку помогают друзья-знаменитости, которые приходят в его автобус Букабус и читают вместе с ним новые интересные книги.
09.35 «Союзмультфильм» представляет: «38 попугаев». (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
11.25 «Бобби и Билл». (6+)
12.10 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
12.40 «Ниндзяго». (6+)
13.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
14.55 «Супер4». (6+)
15.40 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
16.05 «Дружба - это чудо». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Подружки из Хартлейк Сити». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Мончичи». (0+)
19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!» (0+)
19.10 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.30 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)
22.55 «Огги и тараканы». (6+)
00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Нильс». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.04 Стоп! Снято! (12+)
06.30, 10.02, 10.14, 13.58, 17.24 «Приключения Таши». (6+)
06.56, 10.27, 14.22, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.26, 10.57, 14.48, 18.19 «КОСМО». (6+)
07.56 «Доктор Машинкова». (0+)
08.04 «Летающие звери». (6+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31 «МАРИЯ, МИРАБЕЛА». (6+)
09.36 «Мы ищем кляксу». (0+)
09.53, 15.15, 15.49, 16.33, 20.56, 21.34 Мультфильмы. (6+)
10.50, 18.12 «Раскраска». (0+)
11.23, 12.24, 18.48, 23.28 «Шах и мат!» (6+)
11.36, 12.37, 19.01, 23.41 Готовим с папой. (6+)
11.57, 17.01, 22.29 «Смешарики». (0+)
12.56, 19.23 Тайны сказок. (6+)
13.11, 19.36 Путешествуй с нами! (6+)
13.29, 19.53 Уголок натуралиста. (12+)
15.32 «Веселая карусель». (6+)
15.40, 16.13, 21.14 Мультфильмы. (0+)
20.25, 23.00 «Гора самоцветов». (6+)
22.11 «Приключения Хомы». (0+)
22.21 «Однажды утром». (6+)

О!

05.00 «Ангел Бэби». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.00 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Бобби и Билл». (6+)
10.25 «Пластилинки». (0+)
10.30 «Свинка Пеппа». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00 «Magic English». (0+)
12.20 «Йоко». (0+)
14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
14.30 «Если бы я был...» (0+)
14.40 «Летающие звери». (0+)
16.50 «Оранжевая корова». (0+)
17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
17.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.20 «Три кота». (0+)
19.45 «Пластилинки». (0+)
19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
22.00 «Царевны». (0+)
00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
02.15 «Magic English». (0+)
02.35 «Новаторы». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00 Лик Царицы Небесной. Сотворившая чудо. (0+)
12.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
15.00 Гавриил (Бунге). Цикл: Старцы. (0+)
15.30 Обитель сестер. Спасский женский монастырь. Цикл: Монастырские стены. (0+)
16.00 Православные лики Якутии. (0+)
16.45 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 11. (0+)
18.00 Завет. (0+)
19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 12. (0+)
23.45 День Патриарха. (0+)
00.00 Завет. (0+)
00.55 Царская колыбель. Цикл: Монастырские стены. (0+)
01.25 Заштатный монастырь (продолжение истории). Цикл: Монастырские стены. (0+)

Православный календарь

21 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 1.
Прп. Феофилакта исп., еп. Никомидийского.

Ап. Ерма. Сщмч. Феодорита, пресвитера Антиохийского. Прмч. Дометия перса. Прпп. Лазаря и Афанасия Мурманских (Муромских), Олонецких. Сщмч. Иоанна пресвитера. Мч. Владимира. Иконы Божией Матери «Знамение» Курской-Коренной.

Постный день.

« Надобно стараться, чтобы молитва совершалась в мире и с полным неразвлеченным вниманием».
Свт. Филарет Московский

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
8 (495) 975-97-61
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС

Реклама

www.skyce-clinique.ru
Лиц. ЛО-77-01-003226
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «СКАИС»
НАМ 9 ЛЕТ!

УДАЛЕНИЕ БЕСПЛАТНО ПРИ ПРОТЕЗИРОВАНИИ
МИНИ-ИМПЛАНТАЦИЯ ЗУБОВ
производство Германия от 19 000 руб.
КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО
СКИДКА НА ЛЕЧЕНИЕ 25%
СКИДКА НА ПРОТЕЗИРОВАНИЕ 10%
м. «Алтуфьево», Алтуфьевское ш, д. 78
+7 (499) 908-66-33 +7 (985) 777-80-01
Реклама
Проконсультируйтесь со специалистом о имеющихся противопоказаниях

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что в таких случаях предлагают в «Верастоме»? Отвечает главный врач клиники «Верастом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед БЕЛИКОВ Сергей Александрович.

- Специалисты нашей клиники восстанавливают утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также предлагается услуга вантового протезирования, когда отсутствующие зубы крепятся к соседним при помощи стекловолоконных нитей. Это проводится без депульпирования и препаривания зубов. Для взыскательных пациентов мы предлагаем бескаркасную керамику, которая по своей эстетике не отличается от своих зубов и биосовместима со слизистой. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонтитом.
- А как можно помочь этим пациентам?
- Наша клиника предлагает разнообразные услуги. Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение. Также проводим инновационную процедуру ПЛАЗМОЛИФТИНГА для укрепления кости и десны. Сейчас на эти процедуры идет АКЦИЯ – СКИДКА 50%*.
Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. В-третьих, делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов. В-четвертых, для пациентов, у которых уже есть отсутствующие зубы, проводим установку имплантатов абсолютно безболезненно за 1 час. Причем пародонтит – не противопоказание, ведь наши пациенты проходят специальный курс лечения у врача пародонтолога на швейцарских аппаратах.
А для самых взыскательных пациентов предлагаем лечение под микроскопом, а также пломбы будущего из сверх прочной керамики! Приглашаем всех пройти бесплатную консультацию с дентальной камерой!

ВЕРАСТОМ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА
ст. м. «Коньково», ул. Островитянова, д. 9
Тел.: 8 (499) 737-30-77, 8 (985) 226-00-15, 8 (499) 737-30-76
www.verastom.ru
* О подробностях акции и сроках ее проведения вы можете узнать по нашим телефонам или у нас на сайте.
Лиц. ЛО -77-01-004192 от 20.09.2011 г. Реклама
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 22 марта. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 Чемпионат мира по фигурному катанию. Женщины. Произвольная программа. Прямой эфир из Японии. По окончании - Новости с субтитрами
15.45 «Мужское / Женское». (16+)
16.45 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 Время
21.30 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)
23.20 «Вечерний Ургант». (16+)

00.15 Премьера. «U2: Концерт в Лондоне». (12+)
01.20 «БОЛЬШОЙ ПЕРЕПОЛОХ В МАЛЕНЬКОМ КИТАЕ». (12+)
США, 1986. Боевик. В ролях: Курт Рассел, Ким Кэттролл, Деннис Дан. Водителю грузовика приходится углубиться в недра китайского квартала Сан-Франциско.
03.10 «Модный приговор». (6+)
04.10 «Мужское / Женское». (16+)
05.00 «Давай поженимся!» (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести. Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «Юморина». (16+)
Лучшие из лучших в главном юмористическом фестивале года «Юморина» на телеканале «Россия»! Сегодня только премьеры - новые пародии, миниатюры и монологи в исполнении любимых артистов.
00.00 «Выход в люди». (12+)
01.20 «МАТЬ И МАЧЕХА». (12+)
Россия, 2012 г. В ролях: Ольга Иванова, Анна Казючиц, Сергей Юшкевич.
Еще вчера мир был полон улыбок и надежд, но смерть отца означает для Кати переезд в детский дом. Здесь ее сердце ожесточается. Она выводит для себя одну простую истину - чужих детей никто не любит. Все свои усилия девочка отдает тому, чтобы научиться хорошо кататься на лыжах и повторить судьбу выпускницы этого детского дома.

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.00 «Владимир Винокур. Смертельный номер». (6+)
09.00 «МУЖ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ». (12+)
11.30 События
11.50 «МУЖ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ». (12+)

13.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
17.35 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)
СССР, 1955 г. Детектив. В ролях: Алексей Баталов, Евгений Леонов. Жизнь молодого шофера Саши полна неожиданных и крутых поворотов - и он верит, что все они - счастливые.
19.40 События
20.00 «РОДНЫЕ РУКИ». (12+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: Анна Большова, Алексей Шутов. Арина и Денис женаты уже двадцать лет. Денис устраивается на хорошую должность в компанию, торгующую фруктами. Во время нападения на фуру, на которой Денис возвращается из командировки, выясняется, что на самом деле грузом были не бананы, а наркотики.
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.10 «Он и Она». (16+)
00.40 «ВА-БАНК-2». (12+)
02.25 Петровка, 38. (16+)
02.40 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПАСПОРТА». (12+)
04.40 «Смех с доставкой на дом». (12+)

НТВ

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.10 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
В субботу сотрудники отдела выезжают за город на пикник - устроить проводы Сельской в Питер и присмотреться к новому эксперту Антону. В ходе знакомства он производит на коллег впечатление «зелёного, несерьёзного выпендрёжника».
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Бандиты захватывают сухогруз, перевозящий экспериментальную партию акустических взрывных устройств. Помощник капитана успевает отправить сигнал SOS.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.10 «Жди меня». (12+)
19.00 Сегодня
19.25 «Разворот над Атлантикой». (16+)
20.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
Красавец и его опера разыскивают Яну Щур, убивающую бандитов по наводке неизвестного заказчика. Среди ее последних жертв - криминальный авторитет Дуст.
00.15 ЧП. Расследование. (16+)
00.50 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.20 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
02.15 Квартирный вопрос. (0+)
03.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Легенды мирового кино»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.45 «Национальный парк Тингведлир. Совет исландских викингов»
09.05 «ПИКАССО». (16+)
10.00 Новости культуры
10.20 Шедевры старого кино. (12+)
12.05 «Юрий Лобачёв. Отец русского комикса»
12.45 «Черные дыры. Белые пятна»
13.25 «Короли династии Фаберже»
14.05 «Сакральные места»
15.00 Новости культуры
15.10 «Письма из провинции»
15.40 «Энигма»
16.25 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ»
Телевизионная повесть. Часть 2-я. Глава первая «29 января, суббота». Виктор собирается на северную стройку. Подбирается коллектив, с которым Баныкину предстоит там работать.
17.45 Звёзды фортепиано XXI века. Денис Мацуев
18.30 «Липарские острова. Красота из огня и ветра»
18.45 «Царская ложа»
19.30 Новости культуры
19.45 «Смехоностальгия»
20.20 «Искатели»
21.05 «Линия жизни» Дмитрий Дюжев. Влюбляться с первого взгляда и на всю жизнь - это семейная черта Дюжевых.
22.05 «ПИКАССО». (16+)
23.00 Новости культуры
23.20 «2 Верник 2»
00.05 «Культ кино» с Кириллом Разлоговым
02.05 «Искатели»
02.50 «Туннелирование»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.40 «Команда Турбо». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.00 «Уральские пельмени». (16+)
10.00 «Монстры на каникулах-2». (6+)
Дочь Графа Дракулы выходит замуж за парня из мира людей, у них рождается сын. Кем станет этот ребёнок? Человеком или вампиром?
11.40 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)
14.15 «Уральские пельмени». (16+)
23.00 «ТИПА КОПЫ». (18+)

США, 2014 г. Комедия. Дэймон Уайанс мл., Джейк Джонсон.
Друзья Джастин и Райан приходят на костюмированную вечеринку, переодевшись копами, и неожиданно понимают, что форма придаёт им популярности. Но сильно заигравшись в крутых полицейских, они попадают в настоящие криминальные разборки...
01.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ-3». (12+)
Франция - Бельгия - Чехия, 2016 г. Фантастическая комедия. Кристиан Клавье, Жан Рено.
В последний раз отправившись в XX век, Годфруа де Монмирай и его оруженосец Жакуй не вернулись в Средневековье.
02.55 «ШЕСТОЕ ЧУВСТВО». (16+)
04.35 «Лови волну!» (0+)
05.50 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.40 «ЧУМА». (16+)

Россия, 2015 г.
Санкт- Петербург, начало 90-х. Дерзкий преступник Табак только что вернулся после отсидки. Он случайно становится свидетелем схватки между оперативниками и валютчиками. Табак убивает оперативника, помогает валютчикам скрыться, и без труда становится членом банды Фомича.
09.00 «Известия»
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
12.40 «ЧУМА». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ЧУМА». (16+)
18.40 «СЛЕД». (16+)
01.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Москва фронту». (12+)
06.35 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+)
08.40 09.15 10.05 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (0+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
10.00 14.00 Военные новости
11.50 13.15 14.05 18.35 21.25 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
СССР, 1980 г. Приключения.
И. Старыгин, М. Дюжева, А. Денисов, Э. Романов. Герой фильма, бывший офицер Отдельного корпуса пограничной стражи, принимает предложение возглавить таможенную службу молодого Советского государства. Действие фильма охватывает период с ноября 1917 года по 1918 год.
02.30 «Нормандия-Неман». (12+)
03.30 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». (0+)
05.05 «Нюрнберг». (16+)

ОТР

05.00 11.05 21.05 «За дело!» (12+)
05.55 12.05 22.55 «Большая страна». (12+)
06.25 10.50 22.45 «Активная среда». (12+)
06.30 23.20 «КРУТОЙ ПОВОРОТ». (12+)
СССР, 1979 г.
По одноимённой повести Сергея Высоцкого.
Юрий Носов, старший помощник капитана судна, написал заявление, разоблачающее преступную деятельность своих товарищей по работе.
08.00 «Вспомнить всё». (12+)
08.30 15.15 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.10 17.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 21.00 Новости
12.30 «Преступление в стиле модерн». (12+)
13.20 18.00 00.40 ОТРажение
15.45 «Гора Самоцветов. Медвежьи истории». (0+)
22.00 «Культурный обмен». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 15.30 20.30 21.30 23.30 02.30 04.30 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.45 Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 12.30 13.00 14.00 14.30 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15 05.15 Московский патруль. (16+)
11.15 14.40 18.15 01.30 04.15 «ГОСТ». (12+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 01.15 Спорная территория. (12+)
12.15 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
16.30 Жизнь в большом городе. (12+)
17.35 «Афиша». (12+)
19.00 Москва сегодня
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Самое вкусное». (12+)
13.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ-2». (12+)

Россия, 2013 г.
Комедия.
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.10 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ». (12+)
19.00 Большие новости
19.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 Новости 360
23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)
00.30 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Тайны кино». (12+)
06.50 04.55 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.40 «Песни нашего кино». (12+)
08.10 «Вспомнить все». (12+)
08.15 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
09.45 «СЕРДЦЕ БЬЕТСЯ ВНОВЬ». (12+)
11.30 «Песни нашего кино». (12+)
12.00 «Тайны кино». (12+)
12.55 «ИНСПЕКТОР-РАЗИНЯ». (12+)
14.55 «Тайны кино». (12+)
15.50 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
17.15 «Звёзды советского экрана». (12+)
17.50 02.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
20.00 «СЕРДЦЕ БЬЕТСЯ ВНОВЬ». (12+)
21.40 «ВОРЧУН». (12+)
23.35 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
01.15 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
04.05 «Тайны кино». (12+)
05.50 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 02.50 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
06.00 09.00 **«Документальный проект»**. (16+)
07.00 **«С бодрым утром!»** (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 **«Новости»**. (16+)
12.00 16.00 19.00 **«Информационная программа 112»**. (16+)
13.00 **«Загадки человечества с Олегом Шишкиным»**. (16+)
14.00 **«Засекреченные списки»**. (16+)
17.00 **«Тайны Чапман»**. (16+)
18.00 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)
20.00 21.00 **Документальный спецпроект**. (16+)
23.00 **«ВНЕ/СЕБЯ»**. (16+)

США, 2015 г. Фантастический триллер. Райан Рейнольдс, Бен Кингсли, Натали Мартинес. Престарелый бизнесмен Дэмиан Хэйл неизлечимо болен раком. Один ученый предлагает Дэмиану необычный способ обмануть смерть.

01.20 **«ДНЕВНИК ДЬЯВОЛА»**. (16+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом**-2. Lite. (16+)
10.15 **Дом**-2. **Остров любви**. (16+)
11.30 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
12.30 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
13.30 **«САШАТАНЯ»**. (16+)
15.30 **«ОЛЬГА»**. (16+)
17.00 **«ИНТЕРНЫ»**. (16+)
20.00 Comedy Woman. (16+)
Очень много юмора и, конечно, любимые участники - Марина Федункив, Екатерина Варнава, Наденька Сысоева, Екатерина Скулкина, Наталья Еприкян, неподражаемый Александр Гудков, Олег Верещагин и другие.
21.00 **Комеди Клаб**. (16+)
На ТНТ абсолютно новые выпуски самого популярного комедийного шоу страны.
22.00 Comedy **Баттл**. (16+)
23.00 **Дом**-2. **Город любви**. (16+)
00.00 **Дом**-2. **После заката**. (16+)
01.00 **«Такое кино!»** (16+)
01.25 **«Спаси свою любовь»**. (16+)
02.15 **«Бородина против Бузовой»**. (16+)
03.00 **«ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ»**. (16+)
04.20 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.10 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.20 **«Слепая»**. (12+)
11.00 **«Гадалка»**. (12+)
11.30 **«Новый день»**. (12+)
12.00 **«Не ври мне»**. (12+)
15.00 **«Мистические истории. Начало»**. (16+)
16.00 **«Гадалка»**. (12+)
17.00 **«ЧУДО»**. (12+)
17.30 **«Слепая»**. (12+)
18.30 **«Машина времени»**. (16+)
19.30 **«УЖАСТИКИ»**. (12+)

Австралия, США, 2015 г. Фэнтези. Дилан Миннетт, Одейя Раш.
Новым местом обитания Зака Купера и его матери становится маленький городок Мэдисон. После Нью-Йорка юноше кажется здесь слишком тихо...

21.30 **«ЭВОЛЮЦИЯ»**. (12+)
США, 2001 г. Фанатстика. Дэвид Духовны, Джулианна Мур.
Каньон Глен, штат Аризона, ночь. Молодой человек, уединившись в степи, тренируется перед экзаменом на пожарного.
23.30 **«ЧАС ПИК-3»**. (12+)
01.15 **«Тайные знаки»**. (16+)

ЧЕ

06.00 **«БРАТ ЗА БРАТА-2»**. (16+)
06.45 **«Дорожные войны»**. (16+)
07.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
08.10 **«Дорожные войны»**. (16+)
12.00 **«КВН. Высший балл»**. (16+)
13.00 **«Идеальный ужин»**. (16+)
14.00 **«Улетное видео»**. (16+)
15.30 **«Особенности национальной работы»**. (16+)
17.30 **«Супершеф»**. (16+)
19.30 **«НЕУЛОВИМЫЕ»**. (16+)

США, 2012 г. Фантастический боевик. Крис Хемсворт, Джош Пек. Недалёкое будущее. Новый тип оружия сделал даже крупнейшие сверхдержавы беспомощными...

21.15 **«СОЛДАТЫ НЕУДАЧИ»**. (16+)
23.15 **«ОМЕРЗИТЕЛЬНАЯ ВОСЬМЁРКА»**. (18+)
02.30 **«ОДНАЖДЫ В ИРЛАНДИИ»**. (18+)
04.00 **«КРАСНЫЕ ОГНИ»**. (16+)
05.40 **«Улетное видео»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **«Вся правда про...»** (12+)
06.30 **«Утомлённые славой»**. (16+)
07.00, 07.55, 10.15, 12.00, 14.05, 16.10, 18.00, 21.55 **Новости**
07.05, 16.15, 00.40 **Все на Матч!**
08.00 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Танцы на льду. Ритм-танец. Пр.тр.**
10.20 **Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины.** (0+)
12.05 **Футбол. Нидерланды - Белоруссия. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Австрия - Польша.** (0+)
14.10 **Футбол. Бельгия - Россия. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир.** (0+)
17.10 **Спецрепортаж**. (12+)
17.30, 22.00 **Все на футбол!** (12+)
18.05 **Биатлон. Кубок мира. Пр.тр.**
20.00 **Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Маккаби» (Израиль). Пр.тр.**
22.40 **Футбол. Англия - Чехия. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Пр.тр.**
01.15 **Спортивная гимнастика. Кубок мира.** (0+)
02.00 **Футбол.** (0+)
04.00 **Смешанные единоборства.** Bellator. **Пр.тр.**

ДОМАШНИЙ

06.30 07.30 18.00 00.00 05.40 **«6 кадров»**. (16+)
06.50 **«Удачная покупка»**. (16+)
07.00 12.45 02.45 **«Понять. Простить»**. (16+)
07.35 **«По делам несовершеннолетних»**. (16+)
08.35 **«Давай разведёмся!»** (16+)
09.35 04.50 **«Тест на отцовство»**. (16+)
10.40 04.00 **«АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ»**. (16+)
11.40 03.15 **«Реальная мистика»**. (16+)
13.55 **«ДРУГОЙ»**. (16+)
19.00 **«МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ»**. (16+)

Россия, 2019 г. Мелодрама. Максим Щеголев, Ирина Шеянова. Мария и Руслан Донские любят друг друга и очень счастливы. Она - учительница начальных классов, он - бывший спортсмен. Его бизнес-проект потерпел крах.

23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-3»**. (16+)
00.30 **«МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ»**. (16+)
06.00 **«Домашняя кухня»**. (16+)

РАССЛАБЬСЯ!

ФИТОПИЛЮЛИ помогут решить проблему с кишечником

Пожалуй, каждый из нас или наших близких сталкивался с проблемой опорожнения кишечника. Это чувство дискомфорта выбивает нас из нормального, привычного жизненного ритма.

Данная проблема наблюдается не только у людей пожилого возраста, но и у молодых. Причиной ее могут быть как несбалансированное питание, так и гиподинамия.

Регулярные прогулки, физические упражнения, корректировка питания, включающая клетчатку и достаточное употребление воды – все это способствует устранению проблемы опорожнения кишечника.

Если же подобные меры не помогают и проблема возвращается, стоит прибегнуть к осознанному выбору послабляющего средства так, чтобы оно при регулярном применении не влияло отрицательно на работу печени и желчного пузыря и могло применяться длительно и действовало мягко и безболезненно при борьбе с проблемами толстого кишечника.

Послабляющий препарат **«Фитопилюли Ремилакс»** – это растительный состав, не вызывающий дискомфорта в виде вздутия, тяжести кишечника на протяжении длительного приема. В состав препарата входят: куркума сине-зеленая, куркума длинная, галла, мурайя голая, ревень дланевидный, гуацума вязолистная. Так, куркума длинная проявляет антиоксидантное, антисептическое, действие, способствует улучшению обмена веществ. Ревень дланевидный оказывает слабительное действие и способствует препятствованию всасывания жиров в кишечнике.

Слабительное действие от приема растительного препарата **«Фитопилюли Ремилакс»** у большинства людей проявляется в первые дни приема в дозе от 2 до 3 пилюль в день. В дальнейшем для регулярного стула необходимо применять по 1 пилюле каждый день.

Купить растительный препарат **«Фитопилюли Ремилакс»** по доступной цене можно в аптеке или заказать в ближайшую к вам по бесплатным телефонам: **8-800-250-2426** или **8-800-707-4-777.**

Спрашивайте в аптеках города. **www.fitopiluli.ru**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ФИТОПИЛЮЛИ

РЕМИЛАКС

Не дороже **199 руб.** за упаковку!*

- **Способствует регулярному опорожнению кишечника**
- **Не содержит сенны, возможен длительный прием**
- **Растительный состав**

* При заказе по телефонам:
8 (800) 250-24-26, 8 (800) 707-4-777

Реклама. БАД. СГР № RU. 77.99.88.003.E.005323.12.17 от 13.12.2017 г.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «АПОЛЛОН 13». (12+)
08.50 «ВЕЧНОЕ СИЯНИЕ ЧИСТОГО РАЗУМА». (16+)
10.55 «ИЗ 13 В 30». (12+)
12.55 «КУДА ПРИВОДЯТ МЕЧТЫ». (12+)
15.05 «БРАТЬЯ БЛЮЗ 2000». (16+)
17.25 «АПОЛЛОН 13». (12+)
20.10 «КОМНАТА СТРАХА». (16+)
США, 2002 г. В ролях: Джоди Фостер, Кристен Стюарт, Форест Уитакер
22.20 «О, ГДЕ ЖЕ ТЫ, БРАТ?». (16+)
00.30 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЛЮБОВЬ И ГДЕ ЕЁ НАЙТИ». (16+)
02.25 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
05.05 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ: ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «СВАДЬБА». (16+)
08.35 «ПОДЛЕЦ». (16+)
10.35 «ОХОТНИК-2. МЫТИЩИНСКИЙ МАНЬЯК». (16+)
12.45 «ОТРЫВ». (16+)
14.35 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
16.20, 17.10 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
18.05 «КОРОЛЁВ». (12+)
20.20 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
Россия, 2010 г.
22.25 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (12+)
00.25 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
02.20 «ТАНКИ». (12+)
04.20, 05.05 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «СВАТЫ». (16+)
09.45 «КОРОЛЁВ». (16+)
12.00 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
13.35 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (12+)
СССР, 1983 г. В ролях: Родион Нахапетов, Алексей Жарков, Андрей Болтнев, Станислав Садальский, Татьяна Кравченко
15.20 «ЭКИПАЖ». (12+)
Россия, 2016 г. В ролях: Владимир Машков, Данила Козловский, Катерина Шпица, Агне Грудите, Сергей Кемпо
18.00 «СВАТЫ». (16+)
21.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.05 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)
03.55 «БЫЛО У ОТЦА ТРИ СЫНА». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
06.50, 07.10, 07.35, 08.00, 08.25, 18.00, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
08.50, 09.35 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
10.20 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
11.10 Правила моей кухни. (16+)
12.10 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
13.25 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
15.00, 15.25, 15.50, 16.15, 16.45 «КУХНЯ». (16+)
20.00 «ЛЮБОВЬ В СЛОВАХ И КАРТИНАХ». (16+)
22.00 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)
23.45 «ПРОКЛЯТИЕ НЕФРИТОВОГО СКОРПИОНА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.30 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
02.25 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
04.25 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
06.45 «ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ». (16+)
08.35 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
10.05 «ХОЛОД В ИЮЛЕ». (16+)
11.50 «ГОСТЬЯ». (12+)
13.50 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
15.40 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
17.15 «МАНГЛХОРН». (16+)
Драма, США, 2014 г.
18.50 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
20.30 «ПАРКЕР». (16+)
Триллер, криминал, боевик, США, 2013 г.
22.25 «ТРОПЫ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.30 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
02.05 «ЩЕНОК». (16+)
02.55 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)
04.20 «СЕСТРЫ». (16+)
05.45 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
07.10 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
09.00 «БУБЕН, БАРАБАН». (16+)
10.45, 11.35, 19.10, 20.00 «НАРУЖНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ». (16+)
12.25 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)
13.50 «ДАУН ХАУС». (16+)
15.15 «ГЛАВНЫЙ». (12+)
17.15 «ДОМОВОЙ». (16+)
20.50 «ГЕРОЙ». (16+)
22.15 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+)
23.55 «АРБУЗНЫЕ КОРКИ». (18+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.55 «Я НИКОГДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)
03.45 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
05.40 «ИНСТРУКЦИИ НЕ ПРИЛАГАЮТСЯ». (12+)
08.00 «МУЖСКАЯ ЖЕНСКАЯ ИГРА». (16+)
09.50 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
11.50 «РОБИН ГУД: МУЖЧИНЫ В ТРИКО». (12+)
13.50 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
15.35 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
17.25 «ТОЛСТЯК НА РИНГЕ». (12+)
Комедия, спорт, США, 2012 г.
19.30 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
Боевик, комедия, приключения, США, Гонконг, 2003 г.
21.40 «РОБИН ГУД». (16+)
Боевик, приключения, Гонконг, 2006 г.

FOX LIFE

06.00, 17.55, 18.40, 22.55, 23.40, 05.15 «СКОРПИОН». (16+)
06.45, 07.30, 13.10, 13.55, 00.55, 01.45 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
08.20, 10.20, 16.45, 03.00, 03.45 «НОМЕР 309». (16+)
09.15 Просто Найджелла. (12+)
09.45, 02.30 Быстрые, свежие и простые рецепты от Лоррейн. (12+)
11.35, 12.20, 19.25, 20.10 «КАСЛ». (16+)
14.45, 15.45 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
21.00, 00.30 «ОДИНОКИЕ РОДИТЕЛИ». (16+)
21.25 «НИКТО НЕ УХОДИТ». (16+)
США, 2012 г.
04.30 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
Сериал. Россия, 2005 г.
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
06.00, 07.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ТЕНЬ СУДЬБЫ». (16+)
11.00, 19.00, 03.00 «ДАВИД И ЛЭЙЛА: БЕЗЗАВЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Мелодрама, комедия, США, 2005 г.
12.50, 20.50, 04.50 «ПОЛЕТ ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ». (18+)
Криминальная драма, США, 2008 г.
14.35, 22.35, 06.35 «ПО ТУ СТОРОНУ НАДЕЖДЫ». (16+)
Драма, комедия, Финляндия, Германия, 2017 г.
16.15, 00.15, 08.15 «КЛЯТВА». (18+)

РОДНОЕ КИНО

02.40 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
04.35 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
06.05 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНИЧКИН». (0+)
07.35 «ДУХОВ ДЕНЬ». (16+)
09.50 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (12+)
13.05 «ОСЛИНАЯ ШКУРА». (0+)
14.45 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
17.00 «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА». (0+)
19.00 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!» (16+)
22.00 «ПЕРЕД ЭКЗАМЕНОМ». (16+)
23.20 «МЕДВЕЖИЙ ПОЦЕЛУЙ». (16+)

КИНОСЕРИЯ

00.35, 01.25, 02.15, 03.10 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
04.05, 05.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)
05.55, 06.55, 07.55, 08.50 «ЯЛТА-45». (16+)
09.50 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)
11.25 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
14.00, 15.00, 16.05, 17.05 «МОЙ КАПИТАН». (16+)
18.05 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
20.00 «ПАРКЕР». (16+)
Боевик, триллер, криминал, США, 2012 г.
22.10 «НАЕМНИК». (18+)
Боевик, Триллер, США, 2017 г.

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.05 «ОСА». (16+)
07.50 «СУПРУГИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 В гостях у цифры. (12+)
10.20 «СУПРУГИ». (16+)
12.30 Такому мама не научит. (12+)
13.00 Новости
13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.00 Новости
19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)
19.55 Всемирные игры разума. (0+)
20.35 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
22.25 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (6+)
00.00 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)
01.35 «ЕСЛИ БЫ...» (16+)
03.55 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)
05.30 Наше кино. История большой любви. Любовь Орлова. (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 «БОЛЬШИЕ ЧУВСТВА». (16+)
05.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
07.30 Утро пятницы. (16+)
09.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
12.00 Хулиганы-2. (16+)
14.00 Мир наизнанку. (16+)
19.30 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Джефф Бриджес, Райан Рейнольдс, Кевин Бейкон, Мэри-Луиз Паркер, Стефани Зостак
21.20 «ХРОНИКА». (16+)
США, 2012 г. В ролях: Дэйн ДеХаан, Алекс Расселл, Майкл Б. Джордан, Майкл Келли
23.00 «ПЯТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ». (16+)
США, Канада, 2009 г. В ролях: Крис Эванс, Дакота Фаннинг, Камилла Белль, Клифф Кёртис
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)
США, 2010 г.
03.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)

Ю

05.00 Обмен жёнами. (16+)
06.40 В теме. (16+)
07.05 «КЛОН». (16+)
08.55 «ТРОПИКАНКА». (12+)
10.00 Одинокий папа мечтает познакомиться. (16+)
12.15 Мастершеф. (12+)
17.30 Ювелир. (16+)
Премьера нового российского реалити, в котором звезда ювелирного искусства и владелец собственного бренда Илья Клюев помогает героям разобраться в разнообразии украшений и камней: где и что покупать, сколько на это тратить? Какие украшения кому нужны, а какие противопоказаны? Женщинам предлагает оценить их шкатулки с драгоценностями и рискнуть обменять на новые украшения. Мужчин же учит выбирать идеальные подарки родным и любимым.
19.45 «КЛОН». (16+)
20.45 «ТРОПИКАНКА». (12+)
21.55 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.35 В теме. (16+)
02.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.30 Суперняня. Кругосветка. (16+)

РЕТРО

01.05, 04.20, 07.20, 12.50, 16.55, 20.55 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
01.55, 06.00, 13.50, 22.00 «МОЯ СУДЬБА». (12+)
03.15, 09.20, 15.15, 23.25 Клуб путешественников. (12+)
05.10 «Тайна третьей планеты». Мультфильм. (6+)
08.15 «Рассказы старого моряка». Мультфильм. (6+)
08.35 «Рикки-Тикки-Тави». Мультфильм. (6+)
08.55 «Ровно в 3:15». Мультфильм. (6+)
10.30 Счастливчики 60-х. (12+)
12.10 «Про бегемота, который боялся прививок». Мультфильм. (0+)
12.30 «Про злую мачеху». Мультфильм. (0+)
16.25 Обыкновенный волшебник Геннадий Гладков. (12+)
18.00, 19.15 «ЕЩЁ ДО ВОЙНЫ». (12+)
20.25 Я разминулся со временем. (12+)
Этот фильм о жизни и творчестве российского поэта и писателя Александра Павловича Тимофеевского.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00, 02.30, 03.00, 03.30 Бунты в России. (12+)
04.00 Путешествие в Архив. (12+)
04.50 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
05.30 Обыкновенная история. (6+)
05.45 Музеи Ватикана. (12+)
06.40 История Отечества в портретах. (12+)
07.00 Стэлс-истребители Гитлера. (12+)
08.00 Час истины. (12+)
09.00, 10.00 В поисках тайных святынь. (12+)
10.45 Семь дней истории. (12+)
11.00 Восход цивилизации. Как римляне изменили мир. (12+)
12.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
13.00 Строители замков. (12+)
13.55 Вена. Империя, династия и мечта. (12+)
14.45 Семь дней истории. (12+)
15.00 Европа в Средние века. (12+)
16.00 Историада. (12+)
17.00, 17.35 Живая история. (12+)
18.10 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
19.05 Раскрытие тайн Вавилона. (12+)
20.00 «МЕЧ СИДА». (12+)
21.30 Наследие Миклухо-Маклая. (12+)
22.00, 23.00 Метрополии: сила городов. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Последние короли-воители Европы. (16+)
07.10 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)
08.10 Тайная война. (12+)
09.10, 09.35 Родовые проклятья. (12+)
10.00 Тайны римских черепов. (12+)
10.50 Первые люди. (12+)
11.50 Женщина в железном гробу
12.50 Проект «Наци». Дьявольский замысел. (16+)
13.45, 14.10 Родовые проклятья. (12+)
14.40 Погода, изменившая ход истории. (16+)
15.05 Погода, изменившая ход истории. (12+)
15.30 Тайная война. (12+)
16.25, 16.55 Невероятные изобретения. (12+)
17.25 Тайны римских черепов. (12+)
18.15 Первые люди. (12+)
Что произошло, когда мы вышли из Африки в Азию?
19.15 Женщина в железном гробу
20.15 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.15 Смертоносный интеллект. (12+)
22.00 Тайная война. (12+)
22.55 История тайных обществ. (16+)
23.50 Захватывающая история криминалистики. (12+)
00.45 Загадочные убийства: нацисты. (12+)
01.35 Тайная война. (12+)
02.30 Запретная история. (12+)
03.20, 04.10 Музейные тайны. (12+)
05.00, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Игры разума. (16+)
06.20 Панорама 360. Объект всемирного наследия. (16+)
07.10, 08.05 Авто - SOS. (16+)
08.55 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
09.45 Неизвестный Китай. (16+)
10.45, 11.35 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
12.30 Сокровища Тутанхамона. (16+)
13.20 Осушить океан. (16+)
14.15 Вторжение на Землю. (16+)
15.05, 15.35 Тайные истории. (16+)
16.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.55 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.45 Авто - SOS. (16+)
18.40 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
19.30 Вторжение на Землю. (16+)
20.20 Сила племени. (16+)
21.05, 03.35 Авто - SOS. (16+)
22.00 Суперсооружения: Саграда Фамилья. (16+)
22.50 Вторжение на Землю. (16+)
23.40 Последние шаги Гитлера. (16+)
00.25 Осушить океан. (16+)
01.15 Суперсооружения: Саграда Фамилья. (16+)
02.00 Международный аэропорт Дубай. (16+)
02.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
04.20 Суперсооружения: Саграда Фамилья. (16+)
05.10 Крупнейший в мире ремонт. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00 Меконг: душа реки. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Заповедная Аляска. (12+)
12.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
13.00 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00 На свободу с питбулем. (16+)
17.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
18.00 Акуле в зубы. (16+)
С помощью кинокамер, установленных снаружи и внутри акулы, вы попадете прямо в акулью пасть.
19.00 Меконг: душа реки. (12+)
20.00 Последние слоны Китая. (12+)
21.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
22.00 На свободу с питбулем. (16+)
23.00 Монстры внутри меня. (16+)
00.00 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)
01.00 Последние слоны Китая. (12+)
01.50 Центр реабилитации Аманды. (12+)
02.40 Монстры внутри меня. (16+)
03.30 На свободу с питбулем. (16+)
04.20 Меконг: душа реки. (12+)
05.10 Акуле в зубы. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Махинаторы. (12+)
07.00 Крутой тюнинг. (12+)
08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)
09.00 Охотники за старьем. (12+)
10.00 Гигантские хабы. (12+)
11.00 Последние жители Аляски. (16+)
12.00 Золотая лихорадка. (16+)
13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)
14.00 Махинаторы. (12+)
15.00 Крутой тюнинг. (12+)
16.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
17.00 Реальные дальнобойщики. (16+)
18.00 Охотники за старьем. (12+)
19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)
20.00 Махинаторы. (12+)
21.00 Крутой тюнинг. (12+)
22.00 Секреты Гудини: Побег из камеры пыток. (12+)
Как Гарри Гудини удавалось с успехом выполнять смертельно опасные трюки? Группа экспертов раскрывает секреты легендарного иллюзиониста.
23.00 Битвы роботов. (12+)
00.00 Не пытайтесь повторить: Сорвиголовы. (16+)
00.55, 01.20 Мужские берлоги. (12+)
01.50 Золотая лихорадка. (16+)
02.40 Крутой тюнинг. (12+)
03.30 Охотники за старьем. (12+)
04.20 Битвы роботов. (12+)
05.10 Не пытайтесь повторить: Сорвиголовы. (16+)

TLC

06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00, 07.30 Купономания. (12+)
08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00, 09.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
10.00, 11.00 Я вешу 300 кг. (16+)
12.00 Помешанные на чистоте. (16+)
13.00 Большая маленькая любовь. (12+)
14.00, 14.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
15.00 Оденься к свадьбе. (12+)
16.00, 16.30 Купономания. (12+)
17.00, 17.30 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
18.00, 18.30 Охотники за недвижимостью: вокруг света. (12+)
19.00, 19.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
20.00 Помешанные на чистоте. (16+)
21.00 Они поменялись едой. (16+)
22.00 На приеме у доктора Кристиана. (16+)
23.00 Меня зовут Джаз. (18+)
00.00 Монстры внутри меня: Поедатель глаза. (16+)
00.55, 01.20 Особенные с рождения. (16+)
01.50 Я вешу 300 кг. (16+)
03.30 Монстры внутри меня: Поедатель глаза. (16+)
04.20 Помешанные на чистоте. (16+)
05.10, 05.35 Оденься к свадьбе: Азия. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

08.20 Домашняя косметика! (12+)
08.35 Баня - женского рода. (12+)
08.50, 13.00, 16.45, 20.55 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
09.20 Сравнительный анализ. (16+)
09.50 Садовые истории с Оливией АндриакО. (12+)
10.25 Ваш агроном. (12+)
10.35 Здоровый сад. (12+)
10.55 Сельские профессии. (12+)
11.25 Дачный эксклюзив. (16+)
11.55, 17.45 Постное меню. (12+)
12.15 Топ-10. (12+)
12.45 Инструменты. (12+)
13.30 Травовед. (12+)
13.45 Вокруг сыра. (12+)
14.05 Дачная энциклопедия. (12+)
14.40 Усадьбы будущего. (12+)
15.10 История одной культуры. (12+)
15.40 Тихая моя родина. (12+)
16.15 Доктор смузи. (12+)
16.25 Сельсовет. (12+)
17.15 Чай вдвоем. (12+)
17.30 Паштеты. (12+)
18.05 Милости просим. (12+)
18.35 Огород от-кутюр. (12+)
19.05 Беспокойное хозяйство. (12+)
19.40 Мастер. (12+)
20.05 Дом, милый дом! (12+)
20.20 Частный сектор. (12+)
21.25 Фитоаптека. (12+)
21.55 Свечной заводик. (12+)
22.10 Преданья старины глубокой. (12+)
22.40 Прогулка по саду. (12+)
23.15 Дачные радости. (12+)
23.45 Секреты стиля. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.30 Сам себе охотник. (16+)
06.55 Сезон охоты. (16+)
07.25 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
07.55 Смертельный улов. (16+)
08.45 Привет, Малек! (6+)
09.00, 09.15, 12.05, 12.20 Охотничья и рыболовная кухня. (16+)
09.35, 12.40 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)
09.45, 12.50 Дело вкуса. (12+)
10.05, 16.10 Поплавочный практикум. (12+)
10.45, 16.45 Нож-помощник. (16+)
11.05, 22.40 Планета рыбака. (12+)
11.35 Спиннинг сегодня. (16+)
13.10 Рыбалка в России. (16+)
13.40 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
14.10 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)
15.00 На зарубежных водоемах. (12+)
15.35 Хватка хищника. (16+)
17.05 Кодекс охотника. (16+)
17.25 На рыбалку с охотой. (12+)
18.00 Планета охотника. (16+)
18.30 Универсальная собака. (16+)
19.00 Нахлыст на разных широтах. (12+)
19.30 Прибалтийский лосось. (16+)
20.05 На охотничьей тропе. (16+)
20.35 В поисках лосося. (16+)
21.05 Территория льда. (16+)
21.35 Сомы Европы. (12+)
22.10 Весенняя рыбалка. (16+)
23.10 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
23.40 Мой мир - рыбалка. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
Доступные и эффективные тренировочные комплексы, рекомендации по питанию и позитивный настрой от самого популярного бодибилдера нашей страны.
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. Суперсерия 1974 года. (0+)
08.25, 12.45, 15.00 Новости
08.30, 22.15 Кубок войны и мира. (12+)
09.10 Самбо России. (12+)
09.30 Баскетбол. Евролига. Мужчины
11.20 Место силы. (12+)
11.50, 05.05 Российский бокс в лицах. (12+)
12.50 Профессиональный бокс. Трансляция из Люберец. (16+)
15.05 Спортивный детектив. (12+)
15.55 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция
18.00 Чемпионат России по армрестлингу. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Химки» (Россия) - «Маккаби» (Израиль). Прямая трансляция
21.55 Нежный возраст. (12+)
23.00 Баскетбол. Кубок Европы. 1/2 финала. (0+)
00.45 Второе дыхание. (12+)
01.15 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. (0+)
03.30 «БОРЕЦ И КЛОУН». (0+)

EUROSPORT 1

00.00, 02.00, 04.00, 22.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Майами. Прямая трансляция. (0+)
06.00 Теннис. АТР. «Мастерс». Майами. (0+)
06.30, 10.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. (0+)
07.30 Биатлон. Кубок мира. Осло. Женщины. (0+)
08.30 Кёрлинг. Чемпионат мира. Дания. Женщины. Япония - Швейцария. (0+)
10.00 Ралли. Азорские острова. (0+)
11.30 Фигурное катание. Чемпионат мира. Сайтама. Женщины. Произвольная программа. Прямая трансляция. (0+)
16.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (0+)
18.15 Биатлон. Кубок мира. Осло. Мужчины. Спринт. Прямая трансляция. (0+)
19.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (0+)
20.15 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. Спринт. Свободный стиль. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 00-х. (16+)
06.00, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
06.15, 10.30, 17.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.55, 17.05 PRO-клип. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
11.20 Отпуск без путевки. Куба. (16+)
12.10 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.00 Битва фанклубов. (16+)
16.00 Засеки звезду. (16+)
16.10 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
18.15, 02.45 Золотая лихорадка. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
Самый звездный хит-парад!
20.30 Big Love Show-2018. (16+)
00.45 Top 30 - Крутяк недели. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.25 «Сказочный патруль». (0+)
09.00, 13.55 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.05 «Ангел Бэби». (0+)
09.45 Друзья на все времена. (0+)
10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.30 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 21.30 «Лео и Тиг». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.20, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «В зоопарке - ремонт!» (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
19.00 «Домики». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Сказки о маленьком Лисёнке». (0+)
20.55 «Машкины страшилки». (0+)
23.00 «Йоко». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 07.05 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
06.15 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Удивительная Ви». (6+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Хранитель Лев». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.15, 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.20 «Рапунцель: Новая история». (6+)
18.00 «Русалочка». (6+)
19.30 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
23.00 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ». (12+) Сериал. США, 2011 г. Однажды жительница Бостона по имени Эмма узнает, что она дочь Белоснежки, а значит - настоящая принцесса! С этого дня судьба девушки круто меняется.
03.50 «Аладдин». (0+)
04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». «Катя и Мим-Мим», «Рыцарь Майк». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+) Путешествуйте и изучайте страны мира вместе с персонажами этого мультсериала!
08.05 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
09.20 «Букварий». (0+) «Букварий» - это программа о том, как научиться читать!
09.40 «Союзмультфильм» представляет: «38 попугаев». (0+)
10.15 «Где я его видел?». (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
11.25 «Бобби и Билл». (6+)
12.10 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
12.40 «Ниндзяго». (6+)
13.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+) Чемпион России 2018 года по командному ката по версии объединенной федерации традиционного карате России. Чемпион России 2017 года по индивидуальному ката. Садовод, рыбак и отличник! В гостях у Яна и Стеши - Марк Львов!
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+) Элвин и бурундуки возвращаются, чтобы снова подарить зрителям море положительных эмоций!
14.55 «Супер4». (6+)
15.50 «Вкусняшки шоу». (0+)
16.05 «Дружба - это чудо». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Подружки из Хартлейк Сити». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Мончичи». (0+)
19.00 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!» (0+)
19.10 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Смешарики. Пин-код». (6+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
22.50 «Приключения Тома и Джерри». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Нильс». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.04, 13.28 Уголок натуралиста. (12+)
06.33, 10.02, 13.58, 17.24 «Приключения Таши». (6+)
06.57, 10.26, 14.22, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.20, 12.17, 15.12, 18.12, 22.25 «Раскраска». (0+)
07.27, 10.57, 14.46, 18.19 «КОСМО». (6+)
07.56 «Доктор Машинкова». (0+)
08.05 «Летающие звери». (6+)
08.19 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31 «Мойдодыр». (0+)
08.48, 09.28, 16.41, 20.56, 21.14, 21.37 Мультфильмы. (6+)
08.58 «В яранге горит огонь». (0+)
09.19, 21.05 «Веселая карусель». (6+)
11.22, 12.25, 18.48, 23.28 «Шах и мат!» (6+)
11.35, 12.38, 19.01, 23.41 Готовим с папой. (6+)
11.56, 17.00, 22.30 «Смешарики». (0+)
12.56, 19.23 Тайны сказок. (6+)
13.10, 19.38 Путешествуй с нами! (6+)
15.19 «МАРИЯ, МИРАБЕЛА». (6+)
16.24, 20.10, 21.23 Мультфильмы. (0+)
19.55 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)
20.25, 23.00 «Гора самоцветов». (6+)

О!

05.00 «Летающие звери». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.00, 17.15, 00.20 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05 «Радужный мир Руби». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Бобби и Билл». (6+)
10.25 «Пластилинки». (0+)
10.30, 19.50 «Свинка Пеппа». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00 «Давайте рисовать!» (0+)
12.25 «Смешарики. Пин-код». (6+)
14.25 «Весёлый алфавит». (0+)
14.30 «Если бы я был…» (0+)
14.40 «Три кота». (0+)
16.50 «Оранжевая корова». (0+)
17.00, 04.40 «ТриО!» (0+)
17.20 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
19.45 «Пластилинки». (0+)
22.00, 23.00 «Ангел Бэби». (0+)
22.30 «Давайте рисовать!» (0+)
00.25 «Алиса знает, что делать!» (6+)
02.15 «Magic English». (0+)
02.40 «Йоко». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00, 05.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00 Колыбель дома Романовых. Цикл: Небо на земле. (0+)
11.30 Николай (Гурьянов). Цикл: Старцы. (0+)
12.00 Я хочу ребенка. (0+)
12.30 Как я стал монахом. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Ефрем Аризонский. Цикл: Старцы. (0+)
15.30 Культура наций. (0+)
16.00 Созидатели. Владимир Зимовец. Верю в Бога и Россию! (0+)
16.40 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». Фильм 12. (0+)
18.00, 23.55 Завет. (0+)
19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30 Следы Империи. (0+)
23.00 Res Publica. (0+)
00.50 И будут двое… (0+)
01.45 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.40 Следы Империи. (0+)
04.05 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

22 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 1.
40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся.

Мч. Урпасиана. Св. Кесария, брата свт. Григория Богослова. Прав. Тарасия. Сщмчч. Михаила, Алексия, Димитрия, Сергия, Сергия пресвитеров и Николая диакона, прмч. Иоасафа и прмцц. Наталии и Александры. Албазинской иконы Божией Матери, именуемой «Слово плоть бысть».

Постный день.

« Всякий раз, когда приступаете к молитве, восстанавливайте в себе страх Божий и сокрушение и затем молитесь, не давая ослабеть сим чувствам».
Свт. Феофан Затворник

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 18 ПО 24 МАРТА

Рыбы 19.02 – 20.03

Для общительных, не испытывающих коммуникативных трудностей Рыб наступает благоприятное время. Старайтесь больше внимания уделять любимому человеку. Ему нужна ваша поддержка и помощь. Хорошее время и для дружеских посиделок.

Рак 22.06 – 22.07

Раки урегулируют юридические вопросы, удачными окажутся их сделки с недвижимостью, порадуют крупные покупки. Любые важные мероприятия и встречи пройдут отлично. Что касается личной жизни, то Ракам стоит довериться звездам.

Скорпион 24.10 – 22.11

Подходящая неделя для творческих начинаний Стрельцов. Если прислушаетесь к совету звезд любое начатое дело доводить до конца, вам все будет удаваться просто великолепно. В личной жизни вы будете стремиться к постоянству и стабильным отношениям.

Козерог 22.12 – 20.01

Работа может потребовать от Козерогов большой сосредоточенности. Вам стоит четче расставлять приоритеты, тогда с выбором проблем не будет. В личной жизни избегайте излишней придирчивости, чтобы не спровоцировать ссору с любимым человеком.

Овен 21.03 – 20.04

Расслабиться Овнам вряд ли удастся. Но у вас легко получится решать несколько дел одновременно, и успехи себя ждать не заставят. Общаясь с любимым человеком, будьте осторожны в словах. Нежность и романтика – безотказные помощники в любви.

Лев 23.07 – 22.08

Талантливых Львов посетит вдохновение. В таком настроении будет непросто выполнять рутинную работу. Попробуйте поискать внутри себя усидчивость. Большие победы мимо вас точно не пройдут. Серьезный разговор с любимым человеком лучше перенести.

Телец 21.04 – 21.05

Благоприятная неделя для сложной работы, требующей знаний, опыта и смелости. Карьерный рост не за горами, и, что особенно приятно, ваши близкие будут вам настоящей поддержкой и опорой. Но не забывайте интересоваться делами и заботами любимого человека.

Дева 23.08 – 23.09

Удача недели будет на стороне Дев, умеющих контролировать свои чувства. Умейте вовремя промолчать, это поможет и на работе, и в отношениях с близкими людьми. Непростая неделя для влюбленных. Постарайтесь вовремя сгладить острые углы в общении.

Близнецы 22.05 – 21.06

Время подходит для интеллектуальной работы, требующей владения информацией. У Близнецов все это есть, главное сейчас – не лениться. Прекрасное время для новых знакомств, в том числе и романтических. Если вы не одиноки, будьте нежны со своей половинкой.

Весы 24.09 – 23.10

Весам доставит удовольствие отстаивать интересы своих близких и радовать их заботой и вниманием. Дискуссии и споры помогут урегулировать многие проблемы. Но вот где не стоит спорить, так это в любви. Умейте ценить долгожданное благополучие.

Стрелец 23.11 – 21.12

Ранимым Стрельцам придется нелегко. Старайтесь меньше бывать в людных местах, общаться с незнакомцами. Если же вы крепки духом, то небесные светила советуют смело браться за новые дела и проекты. Любовные отношения полезно приправить специей романтики.

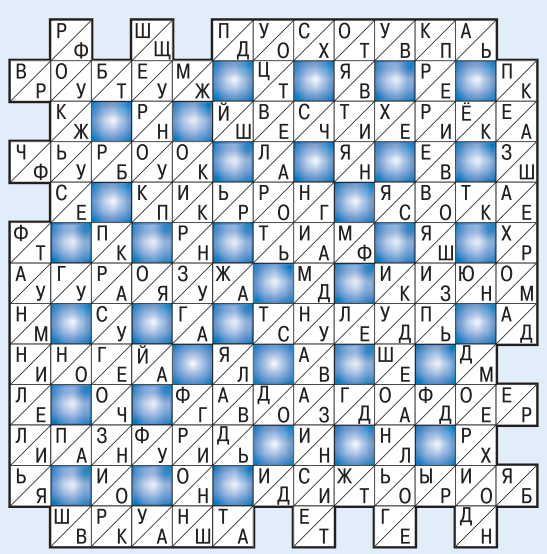
Водолей 21.01 – 18.02

Водолеи вряд ли смогут усидеть на одном месте. Вам захочется ворочать горы, совершать безумства, браться за все новое и неизведанное. Благоприятный период для того, чтобы изменить жизнь к лучшему. К тому же сейчас прекрасное время, чтобы наладить свою личную жизнь.

ДУАЛЬ

Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

По горизонтали: Поступь. Вотум. Шестерка. Чубук. Пирог. Явка. Тиф. Угроза. Изюм. Снедь. Нога. Гвоздодер. Лазурь. История. Вруша.
По вертикали: Фокус. Шуруп. Оцелот. Тятя. Перевязь. Казарма. Кинза. Гимназист. Туннель. Кругозор. Идеолог. Явь. Мерин. Грош.



ПЕРВЫЙ

06.00 Новости
06.10 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (12+)
08.10 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
08.55 Умницы и умники. (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости с субтитрами
10.10 Чемпионат мира по фигурному катанию. Танцы. Произвольная программа
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Идеальный ремонт». (6+)
13.20 Премьера. «Живая жизнь». (12+)
16.25 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+)
18.00 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 Время
21.20 Премьера. Большой концерт в Государственном Кремлевском дворце. К 70-летию Валерия Леонтьева. (12+)
23.45 «ДВОЕ В ГОРОДЕ». (12+)

Франция-Италия, 1973. Триллер. В ролях: Жан Габен, Ален Делон, Жерар Депардье.
Джино отсидел десять лет в тюрьме за ограбление банка.

01.40 «СУМАСШЕДШЕЕ СЕРДЦЕ». (16+)
США, 2009. Мелодрама. В ролях: Бет Грант, Колин Фаррелл, Джош Берри.
03.45 «Модный приговор». (6+)
04.40 «Мужское / Женское». (16+)

РОССИЯ

05.00 «Утро России. Суббота»
08.40 Местное время. Суббота. (12+)
09.20 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.20 Вести. Местное время
11.40 «ОТОГРЕЙ МОЁ СЕРДЦЕ». (12+)
Россия, 2016 г. В ролях: Виктория Полторак, Александр Константинов.
Когда-то беременную Вику бросил муж Стас и ушел к другой женщине - Насте. От переживаний у Вики случился выкидыш, после которого она больше не смогла иметь детей. Вика замкнулась в себе и решила, что больше никогда не выйдет замуж.
13.50 «РАСПЛАТА». (12+)
Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Пелагея Невзорова, Елена Аросьева.
Семейная жизнь для Ларисы окончательно превратилась в кошмар. Муж страшно пил и бил ее. Сама Лариса из-за частых болезней маленькой дочери Танюшки не могла удержаться ни на одной работе. Жить было не на что.
17.30 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести в субботу
20.45 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
22.50 «БЕГЛЯНКА». (12+)
Россия, 2019 г. Мелодрама. В ролях: Анна Миклош, Александр Никитин.
Анна, врач высшей категории, становится свидетелем попытки убийства пожилого мужчины, которому многим обязана. Ей удается спасти мужчину.
03.05 «Выход в люди». (12+)

ТВЦ

05.45 Марш-бросок. (12+)
06.20 АБВГДейка. (0+)
06.45 «НЕ ИМЕЙ СТО РУБЛЕЙ...» (12+)
08.30 Православная энциклопедия. (6+)
09.00 «РОДНЫЕ РУКИ». (12+)
10.55 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)
11.30 События
11.45 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)

13.15 «ПРИЗРАК УЕЗДНОГО ТЕАТРА». (12+)
Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: Илья Носков, Петр Коврижных. Московский режиссер Максим Озеров и начинающий сценарист Федор Величковский едут в захолустный городок Дремов, чтобы записать радиоспектакль с участием труппы местного театра.
14.30 События
14.45 «ПРИЗРАК УЕЗДНОГО ТЕАТРА». (12+)
17.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
В доме безобидной пенсионерки Ольги Александровны Колосовой находят труп неизвестной женщины.
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.10 «Право знать!» (16+)
23.40 События
23.55 «Право голоса». (16+)
03.05 «Сербия. Расстрелять!» Спецрепортаж. (16+)
03.35 «90-е. Секс без перерыва». (16+)
04.25 «Удар властью. Валерия Новодворская». (16+)
05.15 Линия защиты. (16+)

НТВ

05.00 ЧП. Расследование. (16+)
05.40 «...ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ». (16+)
07.25 Смотр. (0+)
08.00 Сегодня
08.20 «Зарядись удачей!» (12+)
09.25 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
10.00 Сегодня
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Еда живая и мёртвая». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
Семья Мазуренко - настоящий театральный клан. Все яркие, открытые и обожают собирать шумные компании.
13.00 «Поедем, поедим!» (0+)
14.00 «Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+)
В новом выпуске свою «Крутую историю» Татьяне Митковой расскажет капитан Александр Скрябин.
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 «Однажды...» (16+)
17.00 «Секрет на миллион». (16+)
В новом выпуске в студию к Лере Кудрявцевой придёт популярная актриса и политик Мария Кожевникова.
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.40 «Звезды сошлись». (16+)
22.15 Ты не поверишь! (16+)
23.20 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
00.15 «Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
01.30 «Фоменко фейк». (16+)
01.55 Дачный ответ. (0+)
03.00 «АНТИСНАЙПЕР. ДВОЙНАЯ МОТИВАЦИЯ». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
08.40 «СИТА И РАМА»
10.10 Телескоп
10.40 «Большой балет»
13.15 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)
СССР, 1976 г. Мелодрама. Маргарита Терехова, Валентина Гафт.
В Москве и Ленинграде живут две подруги, давно мечтающие познакомить своих одиноких детей - Веру и Игоря. Но проблема в том, что детям уже за сорок, они взрослые интеллигентные люди с устоявшимися взглядами на жизнь. И вот однажды в Ленинград приезжает Игорь.
14.50 Земля людей
15.20 «Эрмитаж»
15.50 «Красное и черное»
16.45 «Энциклопедия загадок»
17.15 «Великие реки России»
18.00 «Острова»
18.40 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (0+)
СССР, 1961 г. Драма. Инна Гулая, Юрий Никулин, Леонид Куравлев.
Кузьма Кузьмич Иорданов - одинокий и сильно пьющий человек. Однажды он случайно узнал о девочке Наташе, растущей в деревне без родителей. Устав от одиночества, Иорданов решил отыскать девочку и «сыграть роль» её пропавшего на войне отца.
20.15 «Солдаты-призраки. Русские в Триесте»
21.00 «Агора»
22.00 «Мечты о будущем»
22.50 Клуб 37
00.05 «ВИДЕНИЯ». (16+)
01.45 «Красное и черное»
02.40 «История одного города»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.40 «Три кота». (0+)
08.05 «Том и Джерри». (0+)
08.30 «Уральские пельмени». (16+)
09.30 «ПроСТО кухня». (12+)
10.30 «Рогов. Студия 24». (16+)
11.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
12.25 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (16+)
США, 2002 г. Мелодрама. Дженифер Лопес, Ральф Файнс.
Убирая номер богатой дамы, молодая горничная Мариса поддаётся соблазну померить роскошные наряды постоялицы.
14.35 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
16.55 «ЗОЛОТО ДУРАКОВ». (16+)
19.10 «ХЭНКОК». (16+)
21.00 «ТОР». (12+)

США, 2011 г. Фэнтези. Крис Хемсворт, Том Хиддлстон, Энтони Хопкинс.
Тор - высокомерный воин, его безрассудные поступки возрождают древнюю войну в королевстве богов Асгарде. В наказание Тора отправляют в ссылку на Землю, лишают сил и заставляют жить среди обычных людей.
23.20 «ОПАСНЫЕ ПАССАЖИРЫ ПОЕЗДА 123». (16+)
01.20 «АНТУРАЖ». (18+)
03.10 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
04.55 «Руссо туристо». (16+)
05.15 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
10.55 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное»
00.55 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)

Россия, Украина, 2012 г. Мелодрама.
Многосерийный фильм охватывает 20 с лишним лет. Трое друзей влюблены в красавицу Елену. Меньше всего шансов у Пети - он женат. Но его жена умирает во время родов, и Елена выходит замуж за Петю. Через несколько лет Петя бросает Елену с двумя детьми и уезжает в Америку. Чужая страна не ласково его встретила... Второй друг, Илья, - владелец туристического бизнеса.

ЗВЕЗДА

06.00 «ПОДАРОК ЧЕРНОГО КОЛДУНА». (0+)
07.20 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)
09.00 13.00 18.00 Новости дня
09.15 «Легенды цирка с Эдгардом Запашным». (6+)
09.40 «Последний день». (12+)
10.30 «Не факт!» (6+)
11.00 «Улика из прошлого». (16+)
11.55 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+)
12.45 15.05 «Специальный репортаж». (12+)
13.15 «Морской бой». (6+)
14.15 «Десять фотографий». (6+)
15.40 18.25 «Страна Советов. Забытые вожди». (12+)
18.10 Задело!
20.45 «ПЕРВЫЙ ПОСЛЕ БОГА». (16+)
Россия, 2005 г. Военная драма.
22.45 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
02.55 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)». (12+)
04.20 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)

ОТР

04.45 11.15 19.20 «Культурный обмен». (12+)
05.30 23.05 «ЦИРК СГОРЕЛ, И КЛОУНЫ РАЗБЕЖАЛИСЬ». (12+)
07.20 12.00 «Ехал грека. Путешествие по настоящей России». (12+)
08.00 «Служу отчизне». (12+)
08.30 «От прав к возможностям»
08.45 «За дело!» (12+)
09.40 «Начальницы Чукотки». (12+)
10.35 «Среда обитания». (12+)
10.45 «Домашние животные с Григорием Манёвым». (12+)
12.45 «Гербы России». (12+)
13.00 15.00 19.00 Новости
13.05 15.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
17.15 «Большая наука». (12+)
17.40 «Новости Совета Федерации». (12+)
18.00 «Дом «Э». (12+)
18.30 «За строчкой архивной...» (12+)
20.05 «ЗАМОРОЖЕННЫЙ». (12+)
21.30 Концерт Дмитрия Маликова «С чистого листа». (12+)
01.05 «ПЕРЕСТУПИТЬ ЧЕРТУ». (12+)
04.10 «Игра вслепую». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
06.15 09.15 09.30 13.15 19.15 22.15 02.15 02.30 05.30 Специальный репортаж. (12+)
06.30 15.30 19.30 «Афиша». (12+)
07.15 23.15 «Климат-контроль». (12+)
07.30 16.30 «Наизнанку». (12+)
08.15 11.15 14.15 17.15 20.15 01.15 05.15 Сеть. (12+)
08.30 12.30 04.30 «Без купюр». (12+)
10.15 16.15 21.15 00.15 03.15 Спорная территория. (12+)
10.30 20.30 01.30 Сделано в Москве. (12+)
11.30 23.30 «Большой куш». (12+)
12.15 15.15 18.15 04.15 Простые решения. (12+)
13.30 18.30 21.30 22.30 03.30 «Звёздный репортаж». (12+)
14.30 Фанимани. (12+)
17.30 ТОП-Сеть. (12+)
00.30 «ТОП-Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
08.00 Будни
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Дача 360». (12+)
12.00 Новости 360
12.30 «Индизайн». (12+)
13.00 «Все просто!» (12+)
14.00 Будни
15.00 Новости 360
15.30 «ЦЕНА ЖИЗНИ». (16+)
20.00 Новости 360
20.30 «Самое яркое». (16+)
23.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (12+)

Россия, Украина, 2013 г Детектив.
Частные детективы Илюшин и Бабкин едут на турбазу, но отдохнуть им в очередной раз не суждено.
02.25 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Мультиутро». (0+)
09.50 «Вера. Надежда. Любовь». (6+)
10.20 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
16.15 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (12+)
19.55 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)
СССР, 1966 г.
Ответственного комсомольца Алешина райком направляет работать в ОБХСС.
21.40 «КРУГ». (12+)
23.25 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+)
01.00 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
02.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
03.30 «Тайны кино». (12+)
04.25 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
05.15 «Песни нашего кино». (12+)
05.45 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 16.20 04.00 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
07.30 **«Аисты»**. (6+)
09.15 **«Минтранс»**. (16+)
10.15 **«Самая полезная программа»**. (16+)
11.15 **«Военная тайна» с Игорем Прокопенко**. (16+)
18.30 **«Засекреченные списки»**. (16+)
20.40 **«СТРАЖИ ГАЛАКТИКИ»**. (16+)

США - Великобритания, 2014 г. Фантастический боевик. Крис Пратт, Зои Салдана, Дэйв Батиста. Питеру Квиллу попадает в руки артефакт. Он принадлежит злодею Ронану, строящему коварные планы...

23.00 **«ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ»**. (16+)
США, 1997 г. Фантастический боевик. Каспер Ван Дин, Дина Мейер. Далекое будущее. Над землянами нависла страшная угроза...
01.20 **«ПЛОХАЯ КОМПАНИЯ»**. (16+)
03.10 **«Самые шокирующие гипотезы»**. (16+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
08.00 **ТНТ** Music. (16+)
08.30 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом**-2. Lite. (16+)
10.00 **Дом**-2. **Остров любви**. (16+)
11.00 **«Экстрасенсы. Битва сильнейших»**. (16+)
Сильнейшие экстрасенсы страны спешат на помощь тем, кто пытается справиться с горем или хочет понять, в чем причина их бед и несчастий.
12.35 **«Однажды в России»**. (16+)
17.55 **«О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ»**. (16+)
Россия, 2018 г. Комедия. Леонид Барац, Ростислав Хаит.
Леше надоели семейные праздники, Саша может лишиться бизнеса, Слава наконец-то влюбился, а Камиль и вовсе готов бежать от жизни куда угодно.
20.00 **Песни**. (16+)
22.00 **Концерт Тимура Каргинова**. (16+)
23.00 **Дом**-2. **Город любви**. (16+)
00.00 **Дом**-2. **После заката**. (16+)
01.00 **«ПИКСЕЛИ»**. (12+)
02.45 **ТНТ** Music. (16+)
03.10 **«Открытый микрофон»**. (16+)
05.35 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
09.15 **«ЗЕЛЕНЫЙ ШЕРШЕНЬ»**. (12+)
11.30 **«НА ИГРЕ»**. (16+)

Россия, 2009 г. Боевик. Сергей Чирков, Марина Петренко.
В последнее время множество компьютерных игр приобрело очень высокую популярность...

13.15 **«НА ИГРЕ-2»**. (16+)
15.00 **«УЖАСТИКИ»**. (12+)
17.00 **«ЭВОЛЮЦИЯ»**. (12+)
19.00 **«Последний герой»**. (16+)
20.15 **«ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬЧИК»**. (16+)
22.15 **«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ЗОМБИЛЭНД»**. (16+)
00.00 **«РАССВЕТ МЕРТВЕЦОВ»**. (16+)
02.00 **«Войны будущего. Пророчества генерала»**. (16+)
03.00 **«Миф на многие века. Ярослав Мудрый»**. (12+)
03.45 **«Жюль Верн. Первый, побывавший на Луне»**. (12+)
04.30 **«Предсказания на 30-ти языках. Эдгар Кейси»**. (12+)
05.15 **«Тайные знаки»**. (12+)

ЧЕ

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
06.45 **«ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР»**. (16+)
08.30 **«Улетное видео»**. (16+)
08.50 **«Крутые вещи»**. (16+)
09.10 **«Особенности национальной работы»**. (16+)
11.00 **«Улетное видео»**. (16+)
12.30 **«КУРЬЕР НА ВОСТОК»**. (16+)
14.30 **«СОЛДАТЫ НЕУДАЧИ»**. (16+)
16.30 **«НЕУЛОВИМЫЕ»**. (16+)
18.30 **«Утилизатор»**. (16+)
19.30 **«МЕДАЛЬОН»**. (12+)

Гонконг - США, 2003 г. Комедийный боевик. Джеки Чан, Клер Форлани, Ли Эванс.
Гонконгский полицейский Эдди находит таинственный медальон, с помощью которого превращается в непобедимого воина.

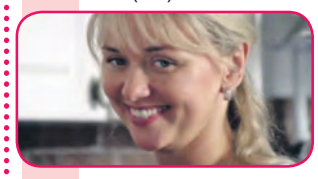
21.30 **«Улетное видео»**. (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 **«ОМЕРЗИТЕЛЬНАЯ ВОСЬМЁРКА»**. (18+)
02.45 **«ПОД ПРИЦЕЛОМ»**. (18+)
04.00 **«НЬЮ-ЙОРКСКОЕ ТАКСИ»**. (12+)
05.30 **«Улетное видео»**. (16+)

МАТЧ ТВ

06.00 **Футбол. Албания - Турция. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)
08.00 **Футбол. Молдавия - Франция. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)
10.00, 22.00 **Все на футбол!** (12+)
10.30, 15.30, 16.35, 18.00, 21.55 **Новости**
10.35 **Футбол. Португалия - Украина. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)
12.35, 15.35, 18.05, 00.40 **Все на Матч!**
13.05 **Фигурное катание. Чемпионат мира. Мужчины. Пр.тр.**
16.05 **«Играем за вас»**. (12+)
16.40 **Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины. Пр.тр.**
18.50 **Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины. Пр.тр.**
19.55 **Футбол. Гибралтар - Ирландия. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир. Пр.тр.**
22.40 **Футбол. Испания - Норвегия. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир.Пр.тр.**
01.15 **Кёрлинг. Чемпионат мира. Женщины**. 1/2 **финала**. (0+)
03.15 **Спортивная гимнастика. Кубок мира**. (0+)
04.00 **Футбол**. (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 18.00 00.00 **«6 кадров»**. (16+)
07.10 **«МОЛОДАЯ ЖЕНА»**. (16+)
09.05 12.20 **«ЛУЧШЕ ВСЕХ»**. (16+)
12.15 **«Полезно и вкусно»**. (16+)
13.25 **«ВЕРЬ МНЕ»**. (16+)
17.45 **«Про здоровье»**. (16+)
19.00 **«ГОРИЗОНТЫ ЛЮБВИ»**. (16+)

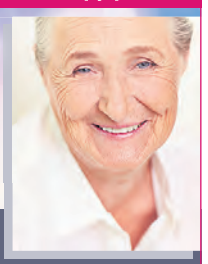


Украина, 2017 г. Марина Денисова, Даниил Белых.
После того, как Варвара узнала , что муж изменяет ей с молодой девушкой, жизнь сильно изменилась.

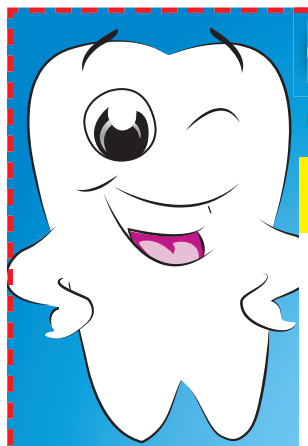
22.55 04.45 **«Предсказания: 2019»**. (16+)
00.30 **«АРИФМЕТИКА ПОДЛОСТИ»**. (16+)
Россия, 2011 г. Мелодрама. Карина Андоленко, Агния Кузнецова.
Студентка третьего курса Марина влюблена в преподавателя...

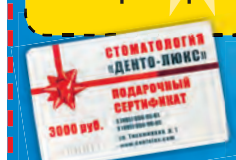
02.20 **«Восточные жёны в России»**. (16+)
03.55 «MiSS **Россия**». (16+)
05.35 **«Домашняя кухня»**. (16+)

Для вас садоводы и любители отличного урожая “Агро-Фирма “Цветы Алтая” от института садоводства Сибири предлагает:
Саженцы в большом ассортименте, новых перспективных сортов яблони на карликовом подвое: слава победителям, заветное, жигулевское, услада и т.д.
Достоинства: обильное ежегодное плодоношение, высокие вкусовые качества,высокая зимостойкость.
Новые сорта: облепихи, смородины черной безсемянной, жимолости крупноплодной, сливы, абрикоса, груши, и многое другое.
6+
РЕКЛАМА
Ждем вас с 21-24 марта, Крокус-Экспо, пав. 2, зал 7, стенд 063-2. Тел.8 (923) 747-52-03

Наша работа – Ваше благополучие!
В «Гупсоцгарантии» по договору ренты:
до 5 000 000 единовременно*
100 000 ежемесячно*

- Покупка лекарств и продуктов
- Патронаж и помощь по хозяйству – БЕСПЛАТНО!
- Оплата ВСЕХ коммунальных услуг

gupsg.ru
8 (495) 626-21-22
*Рассчитывается индивидуально. Реклама. ООО «Гупсоцгарантия», ОГРН 1157746411866.

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»
www.dento-lux.ru

При высоком качестве — низкие цены!
Звоните, приходите и убедитесь!
Нам 14 лет
ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ
ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:
- Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения ..... бесплатно
- Пломба (светоотверждаемая, пр-ва США) ..... от 500 р.
- Металлокерамическая коронка (ед.) ..... ~~3300~~ 2 900 р.
- Съемный протез (отеч.) ..... ~~8 500~~ 7 500 р.
- Безметалловая коронка, ВИНИР (диоксид циркония, Имакс) ..... ~~16 000~~ 9 500 р.
- Установка импланта ..... ~~24 000~~ 18 000 р.
- Панорамный рентген ..... ~~470~~ 400 р.
- Компьютерная томография зубов 3D ..... ~~2500~~ 1500 р.
- Отбеливание Zoom 4 (ZOOM – White Speed) ..... ~~21 000~~ 17 850 р.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*
30% на лечение
12% на протезирование
*Акция действительна до 15.04.19. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по телефону у администраторов клиник.


подарочные сертификаты скидка 10%
РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Самая грустная сказка Андерсена

Самая грустная сказка Андерсена – это его жизнь. Этот скромный человек всю жизнь мечтал о большой любви, но мечтам не суждено было сбыться. Мальчик из бедной семьи стал самым известным сказочником, его друзьями были Гейне, Гюго, Диккенс и Бальзак. Но ни одна женщина не оказалась благосклонной к нему. Андерсен приказал убрать изображения детей со своего памятника, потому что и «Русалочка», и «Снежная королева» и другие – это все сказки для взрослых.

Сила есть, ума не надо?

Согласно этой поговорке, сила и ум несовместимы. Однако история знает немало примеров, когда умный человек славился и своими физическими достоинствами. Например, известный математик Пифагор не раз принимал участие в Олимпийских играх, причем соревновался он в борьбе. И не раз побеждал. Еще один замечательный пример – Михаил Ломоносов. Даже на Севере, где силой никого не удивишь, он был знаменит своими способностями поднимать тяжести.

Авторы фото: Marina Zezelina, gary718 /Shutterstock.com

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

08.10 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЛЮБОВЬ И ГДЕ ЕЁ НАЙТИ». (16+)
10.00 «О, ГДЕ ЖЕ ТЫ, БРАТ?». (16+)
12.05 «КОМНАТА СТРАХА». (16+)
14.15 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
17.00 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ: ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
20.10 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
США, Великобритания, Германия, Чехия, 2006 г.
22.30 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
США, 2007 г.
00.30 «ЛЮБОВЬ НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ». (18+)
02.35 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА». (16+)
04.05 «ДЖЕЙН ЭЙР». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
08.25 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (12+)
10.25 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
12.15 «ТЕНИ ЗАБЫТЫХ ПРЕДКОВ». (16+)
14.10 «СВОЛОЧИ». (16+)
16.10 «ТАНКИ». (12+)
18.05 «ЛЁД». (12+)
20.20 «ПЯТНИЦА». (16+)
Россия, 2016 г. В ролях: Данила Козловский, Сергей Бурунов, Антон Шагин, Катерина Шпица, Настасья Самбурская
22.05 «МЕТРО». (16+)
00.40 «БЛОКБАСТЕР». (12+)
02.15 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
03.35 «ПИТЕР FM». (12+)
05.00 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)

ДОМ КИНО

06.10 «КОМЕДИЯ ДАВНО МИНУВШИХ ДНЕЙ». (6+)
07.45 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (0+)
09.15 «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ». (0+)
10.55 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
12.35 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЁН». (0+)
13.55 «МУЖИКИ!..» (6+)
15.45 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
17.15 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)
19.00 Вечер вместе. «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
21.50 Вечер вместе. «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (6+)
23.30 Вечер вместе. «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)

SONY CHANNEL

06.00 Правила моей кухни. (16+)
06.50 «КУХНЯ». (16+)
07.15 «Эрнест и Селестина: Приключения мышки и медведя». Мультфильм. (6+)
08.30 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (6+)
10.00 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (16+)
11.40, 12.05, 12.30, 12.55, 13.20, 13.45, 14.10, 14.35, 15.00, 15.25, 15.50, 16.15, 16.40, 17.05, 17.30, 17.55, 18.20, 18.45, 19.10, 19.35 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
20.00 «P.S. Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)
22.05 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
00.00 «ПОЛОЖИСЬ НА ДРУЗЕЙ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.25 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
02.45 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
04.45 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
06.30 «МАНГЛХОРН». (16+)
08.00 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
09.40 «ПАРКЕР». (16+)
11.35 «ТРОПЫ». (16+)
13.25 «ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ». (16+)
15.10 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
16.45 «ХОЛОД В ИЮЛЕ». (16+)
18.30 «ГОСТЬЯ». (12+)
20.30 «СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ». (16+)
Драма, мелодрама, Великобритания, 2012 г.
22.10 «РОВЕР». (16+)
23.50 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.20 «СЕСТРЫ». (16+)
02.40 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (16+)
04.20 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
05.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
07.40 «ЛЁГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
09.10 «БУБЕН, БАРАБАН». (16+)
10.50 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)
12.15 «ДАУН ХАУС». (16+)
Комедия, Россия, 2001 г.
13.45 «ГЛАВНЫЙ». (12+)
15.45 «ДОМОВОЙ». (16+)
17.35 «ГЕРОЙ». (16+)
19.00 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+)
20.50 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ». (16+)
22.55, 23.40 «ЛЕНИНГРАДЕЦ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.05 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ». (16+)
01.50 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)
03.50 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
05.35 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (16+)
07.25 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
09.40 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
11.35 «SUPERПЕРЦЫ». (16+)
13.50 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)
15.40 «КРАСОТКИ». (16+)
17.30 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
19.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
Криминал, детектив, триллер, Франция, США, 2013 г.
21.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)

FOX LIFE

06.00, 18.50 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
06.45, 05.10 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)
09.10 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
11.00 Быстрые, свежие и простые рецепты от Лоррейн. (12+)
11.35 Просто Найджелла. (12+)
12.10 Кулинарный поединок с Джейми Оливером. (12+)
13.55 «КАСЛ». (16+)
18.00, 21.20 «ЭТО МЫ». (16+)
19.40 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
20.30 «СКОРПИОН». (16+)
22.10 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)
23.10 «НИКТО НЕ УХОДИТ». (16+)
00.40 «ЗВЕЗДА». (16+)
01.35 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00
«ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00
«ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
14.00, 15.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
Сериал. Россия, 2012 г.
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00, 05.00 «СВОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
06.00, 07.00 «ПЕЛАГИЯ И БЕЛЫЙ БУЛЬДОГ». (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00
«ЖЕНСКИЙ РАЙ». (16+)
11.00, 19.00, 03.00
«ЗАВЕТ ЛЮБВИ». (12+)
Драма, вестерн, США, 2004 г.
12.30, 20.30, 04.30 «ПИРАТЫ ЭГЕЙСКОГО МОРЯ». (12+)
Приключения, Греция, Россия, 2012 г.
14.20, 22.20, 06.20
«ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
Криминальная комедия, США, 2003 г.
16.00, 00.00, 08.00
«ПРОХОЖАЯ ИЗ САН-СУСИ». (16+)
Драма, Франция, ФРГ, 1982 г.

РОДНОЕ КИНО

01.10 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (6+)
03.00 «ИНТЕРВЕНЦИЯ». (12+)
05.15 «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ». (12+)
08.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА». (0+)
12.20 «МАМА НЕ ГОРЮЙ». (18+)
14.00 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)
16.00 «КОРОЛИ И КАПУСТА». (16+)
19.00 «ВА-БАНК». (16+)
20.55 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
22.35 «ДУХОВ ДЕНЬ». (16+)

КИНОСЕРИЯ

00.10, 01.05, 02.05, 03.05 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
04.05, 05.05, 06.00, 07.05, 08.00, 08.55 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)
10.00, 11.00, 12.05, 13.05, 14.05, 15.10, 16.15, 17.15, 18.20, 19.25, 20.25, 21.30 «ГОРОДСКИЕ ШПИОНЫ». (12+)
1 сезон. Сериал. Детектив, приключения, Россия, 2013 г. В ролях: Оксана Фандера, Анатолий Белый, Александр Робак, Алексей Литвиненко, Виталий Хаев
22.30, 23.20 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (12+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.00 Путеводитель. Урал. Экстремальные виды спорта. (16+)
06.30 Союзники. (12+)
07.05 С миру по нитке. Заповедник Шульган-Таш. (12+)
07.35 Секретные материалы. Иго. (16+)
08.05 Мультфильмы. (0+)
08.55 Ой, мамочки! (12+)
09.25 Достояние республик. Невозвращенцы. Р. Нуриев. (12+)
10.00 Новости
10.15 Кулинарное шоу «Как в ресторане. Башкирская кухня». (12+)
10.45 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (0+)
12.30 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (6+)
14.15 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)
16.00 Новости
16.15 «СЛАВА». (12+)
Сериал. Биография, драма, спортивный фильм, Россия, 2014 г.
19.00 Новости
19.15 «СЛАВА». (12+)
21.15 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (12+)
00.15 «ЕСЛИ БЫ...» (16+)
02.40 «СЛОНЫ МОИ ДРУЗЬЯ». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
08.00 Бедняков+1. (16+)
10.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
12.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)
14.00 Я твое счастье. (16+)
15.00 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)
16.00 Орел и решка. По морям-3. (16+)
17.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
США, 2013 г.
18.50 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЕЛЬМЕНОВ». (16+)
США, Германия, Чехия, Великобритания, 2003 г.
В ролях: Шон Коннери, Насируддин Шах, Пета Уилсон, Тони Кёрран
21.00 «ПЯТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ». (16+)
США, Канада, 2009 г.
23.00 «ХРОНИКА». (16+)
США, 2012 г.
00.50 «СУДНАЯ НОЧЬ-3». (16+)
США, Франция, 2016 г.
02.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)

Ю

05.00 Популярная правда: звёздный аист. (16+)
05.25 Мастершеф. (16+)
Легендарное кулинарное реалити. В проекте 20 поваров-любителей соревнуются в гастрономическом поединке за крупный денежный приз и обучение в престижной кулинарной академии.
22.15 Ю-кино. «МОЯ ДЕВУШКА-МОНСТР». (16+)
Канада, США, Испания, Корея Южная, 2016 г.
В ролях Энн Хэтэуэй, Джейсон Судейкис, Остин Стоуэлл
Гигантский монстр нападает на Сеул, разрушая все на своем пути. В Нью-Йорке потерявшая работу и бойфренда Глория понимает, что каким-то образом связана с этими фантастическими событиями.
00.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР.
04.40 Суперняня. Кругосветка. (16+)

РЕТРО

00.30, 04.15, 07.15, 10.40, 12.45, 16.40
Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
01.30, 06.00, 22.10
«МОЯ СУДЬБА». (12+)
02.50, 09.25, 23.35 Клуб путешественников. (12+)
03.50 Обыкновенный волшебник Геннадий Гладков. (12+)
05.10 «Ночь перед Рождеством». Мультфильм. (6+)
08.10 «Приключения волшебного глобуса, или проделки ведьмы». Мультфильм. (6+)
11.40 «Рассказы старого моряка». Мультфильм. (6+)
12.00 «Рикки-Тикки-Тави». Мультфильм. (6+)
12.20 «Ровно в 3:15». Мультфильм. (6+)
13.45, 15.00 «ЕЩЁ ДО ВОЙНЫ». (12+)
16.15 Я разминулся со временем. (12+)
17.40 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
17.55 «Витамин роста». Мультфильм. (12+)
18.00 Достояние Республики. (12+)
20.00 «ЦИРК». (12+)
21.45 Имена-легенды. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)
02.00 Рана в сердце. Михаил Клеофас Огинский. (12+)
02.40 Обыкновенная история. (6+)
02.55 Музеи Ватикана. (12+)
03.50, 06.45, 10.45 Семь дней истории. (12+)
04.00 Час истины. (12+)
05.00, 06.00 В поисках тайных святынь. (12+)
07.00 Восход цивилизации. Как римляне изменили мир. (12+)
08.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
09.00 Строители замков. (12+)
09.55 Вена. Империя, династия и мечта. (12+)
11.00 Европа в Средние века. (12+)
12.00 Историада. (12+)
13.00, 13.35 Живая история. (12+)
14.10 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
15.05 Раскрытие тайн Вавилона. (12+)
16.00 «МЕЧ СИДА». (12+)
17.30 Наследие Миклухо-Маклая. (12+)
18.00, 19.00 Метрополии: сила городов. (12+)
20.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
21.00 Нормандия-Неман. (12+)
22.00 Обратная сторона Луны. (12+)
22.45 Обыкновенная история. (6+)
23.00 Павел Сухой. Взлетная полоса. (12+)
23.15 Историограф. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Тайны римских черепов. (12+)
06.55 Запретная история. (12+)
08.05 Невероятные изобретения. (6+)
08.35 Невероятные изобретения. (12+)
09.05, 09.35, 10.05 Невероятные изобретения. (6+)
10.35, 11.00, 11.25, 11.50
Родовые проклятья. (12+)
12.15, 13.10, 14.05, 15.00, 15.55
Тайная война. (12+)
16.50, 17.40, 18.30 Преступность военного времени. (12+)
19.20 Коварная Земля. (12+)
Недавние изменения климата Земли привели к возникновению экстремальных погодных явлений.
20.10 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.05 Воительницы. (12+)
22.00 Шелковый путь между Востоком и Западом
Мы узнаем, как болезни и жизнь распространялись по Шелковому пути, меняя мир. Мы пройдем по пути истории, от Черной смерти до зерна, которое помогло развитию цивилизации.
23.00 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
00.05 Безумцы с Батавии
00.55 Катастрофа европейского еврейства. (16+)
01.55 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)
02.55 Запретная история. (12+)
03.45, 04.35 Музейные тайны. (12+)
05.25, 05.55 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

05.55, 06.15 Зона строительства. (16+)
06.35, 07.25 Чудеса инженерии. (16+)
08.15, 09.05 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
09.55, 10.45, 11.35 Непокорный остров. (16+)
12.25, 13.20 Экстремальный Китай. (16+)
14.10 Тайны мироздания: Квантовый скачок. (16+)
Джон Брайан Грин отправляет вас в невероятное путешествие по причудливому миру квантовой физики, законы которой управляют нашей вселенной с идеальной точностью.
15.05 Северная Корея: Великая иллюзия. (16+)
15.55, 16.50 Майкл Пэйлин в Северной Корее. (16+)
17.40, 18.30 Расследования авиакатастроф. (16+)
19.25 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
20.15, 21.05 Странная Вторая Мировая. (16+)
22.00 Суперсооружения Третьего рейха: к бою готовы. (16+)
22.50, 23.40 Суперсооружения Третьего рейха: Война с Америкой. (16+)
00.30, 01.20 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
02.05 Служба безопасности аэропорта: Колумбия. (16+)
02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
03.40, 04.25 Авто-SOS спецвыпуск: 7-дневное испытание. (16+)
05.10, 05.35 Зона строительства. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00, 10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00 Адская кошка. (12+)
12.00 Последние слоны Китая. (12+)
В провинции Юннань представители Международного Фонда защиты животных вместе с местными жителями стремятся обеспечить достойное будущее животному, ставшему одним из символов Китая.
13.00, 14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00 Меконг: душа реки: Вьетнам. (12+)
17.00 Меконг: душа реки: Камбоджа. (12+)
18.00 Меконг: душа реки: Лаос. (12+)
19.00 Меконг: душа реки: Китай. (12+)
20.00 Удивительный мир животных: Обратный полет птиц и склизкие морские гады. (12+)
20.30 Удивительный мир животных: Хвосты собак и челюсти крокодилов. (12+)
21.00 Адская кошка. (12+)
22.00, 23.00, 00.00, 01.00
Монстры внутри меня. (16+)
01.50 Последние слоны Китая. (12+)
02.40 Акулы Палау. (12+)
03.30 Как не стать добычей акул. (12+)
04.20, 05.10 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.30, 07.00, 07.30
Как это устроено? (12+)
08.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
09.00 Секреты Гудини. (12+)
10.00 Легендарные японские авто. (12+)
11.00 Гигантские хабы. (12+)
Как функционируют крупнейшие хабы мира, через которые каждую минуту дня и ночи проходят огромные потоки пассажиров и грузов.
12.00 Взгляд изнутри. (12+)
13.00 Гаражный ремонт. (16+)
15.00, 16.00 Охотники за старьем. (16+)
17.00, 18.00, 19.00 Охотники за старьем. (12+)
20.00 Секреты Гудини. (12+)
21.00 Преступники Третьего рейха. (16+)
22.00 Неизвестная экспедиция: Поиски красных башмачков. (16+)
Джош расследует кражу одной из самых знаменитых реликвий Голливуда - красных башмачков, в которых Джуди Гарленд снималась в фильме «Волшебник страны Оз».
23.00 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
00.00 Взгляд изнутри. (12+)
00.55 Гаражный ремонт. (16+)
02.40 Самогонщики. (18+)
03.30 Золотая лихорадка. (16+)
04.20 Не пытайтесь повторить. (16+)
05.10 Взгляд изнутри. (12+)

TLC

06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30
Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
11.00 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
13.00 Они поменялись едой. (16+)
Человек, страдающий ожирением, и человек с серьезной нехваткой веса меняются диетами, чтобы изменить свои взгляды на еду и рационы питания.
14.00 Оденься к свадьбе: Бенилюкс. (12+)
Будущие невесты из Бельгии и Нидерландов ищут идеальные свадебные платья с помощью свадебного гуру Рэнди Феноли.
14.30 Оденься к свадьбе: Бенилюкс: Зимний спецвыпуск. (12+)
15.00, 15.30, 16.00, 16.30
Оденься к свадьбе: Азия. (12+)
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30
Жизнь на Карибах. (12+)
20.00 Моя полная жизнь. (16+)
22.00, 23.00 Я вешу 300 кг. (16+)
00.00 В плену ненужных вещей. (12+)
00.55, 01.50 Помешанные на чистоте. (16+)
02.40 На приеме у доктора Кристиана. (16+)
03.30 Они поменялись едой. (16+)
04.20, 04.45 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
05.10 Оденься к свадьбе. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

00.15 Профпригодность. (12+)
00.40 Букварь дачника. (12+)
01.00, 04.50 Чудеса, диковины и сокровища. (12+)
01.25 Безопасность. (12+)
01.55 Кухня народов СССР. (12+)
02.10 С пылу с жару. (12+)
02.20 Мастер-садовод. (12+)
02.50 История усадеб. (12+)
03.15 Проект мечты. (12+)
03.45 Секреты стиля. (12+)
04.10 Идите в баню. (12+)
04.25 Домашняя косметика! (12+)
04.40 Баня - женского рода. (12+)
Цикл передач о секретах русской бани для женщин.
05.20 Сравнительный анализ. (16+)
05.45 50 оттенков желе. (12+)
06.00, 13.50, 18.05, 22.15
Инспекция Холмса. (12+)
06.45, 10.40, 14.40, 19.05, 23.10
Варенье. (12+)
07.00, 10.55, 14.55, 19.20, 23.25
Дизайн своими руками. (12+)
07.30, 11.25, 15.25, 19.50 Хозяин. (12+)
08.00, 12.00, 17.45 Постное меню. (12+)
08.15, 12.15, 16.00, 20.20
10 самых больших ошибок. (16+)
08.45, 12.45, 16.45, 21.10
Искатели приключений. (12+)
09.20, 13.20, 17.15, 21.45
Как поживаете? (12+)
09.50 Лучшие дома Австралии. (12+)
20.50 Детская мастерская. (12+)
В этой программе Анна Калинина будет мастерить закладки с детьми.

ОХОТА И РЫБАЛКА

02.35 Сам себе охотник. (16+)
03.05 Сезон охоты. (16+)
03.30, 23.35 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
04.05 Смертельный улов. (16+)
04.50, 13.10 Привет, Малек! (6+)
05.05, 05.15 Охотничья и рыболовная кухня. (16+)
05.30 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)
05.45 Дело вкуса. (12+)
06.00, 09.35, 22.35 Территория льда. (16+)
06.30, 23.05 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
06.55, 12.05, 18.10 Бристольский залив. (12+)
07.45, 18.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)
08.00, 19.30 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)
08.30, 20.00 Охотник-одиночка. (16+)
09.00 На рыбалку с охотой. (12+)
10.05, 21.35 Рыбалка сегодня. (16+)
10.20, 21.50 Универсальный фидер. (12+)
10.50, 22.15 Первый лед - последний лед. (12+)
11.05, 17.40 Трофеи. (16+)
11.35, 19.00 Водный мир. (12+)
12.55 Две на одного. Оружие. (16+)
13.30 Планета охотника. (16+)
14.00 Спиннинг сегодня. (16+)
14.30 Рыболовы. (12+)
15.05 Нахлыст. (12+)
15.35, 20.30 Охота в Удмуртии. (16+)
16.05, 21.05 Большой троллинг. (12+)
16.35 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)
17.05 Охота в Белоруссии. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-лайт. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Латинский квартал. (6+)
01.00, 16.30, 20.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Дэнни Бумом. (6+)
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
Мы подготовили для вас эффективный комплекс, направленный на проработку различных групп мышц.
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.00, 07.00, 09.00, 18.00
Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
05.45, 07.45, 09.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
12.00 Fit BO+. (6+)
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Хоккей. Суперсерия 1974 года. Канада - СССР. 8-й матч. (0+)
08.25, 13.15, 15.10 Новости
08.30, 22.10 Кубок войны и мира. (12+)
09.35 Чемпионат России по армрестлингу. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
11.25 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Химки» (Россия) - «Маккаби» (Израиль). (0+)
13.20, 03.50 Профессиональный бокс. Трансляция из Казани. (16+)
15.15 Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)
15.55 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. «Заречье-Одинцово» (Московская область) - «Сахалин» (Южно-Сахалинск). Прямая трансляция
17.55 Профессиональный бокс. Прямая трансляция из Екатеринбурга
20.00 «ТЯЖЕЛОВЕС». (16+)
21.50 Страна. Live. (12+)
23.15 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
01.05 «ВОЛЕВОЙ ПРИЕМ». (16+)
02.50 Шаг на татами. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 02.00, 04.00, 22.45 Теннис. АТР. «Мастерс». Майами. Прямая трансляция. (0+)
05.00, 11.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. (0+)
06.30, 09.15, 09.45 Автогонки. Формула Е. Санья. (0+)
07.00, 10.00 Автогонки. Формула Е. Санья. Прямая трансляция. (0+)
08.00, 14.45, 15.45 Биатлон. Кубок мира. Осло. (0+)
08.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. (0+)
11.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. Прямая трансляция. (0+)
13.45 Велоспорт. Хандзаме Классик. (0+)
16.45, 18.45 Биатлон. Кубок мира. Осло. Женщины. Мужчины. Гонка преследования. Прямая трансляция. (0+)
17.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)
19.45 Тележурнал Watts. (0+)
20.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Нью-Джерси» - «Аризона». Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 08.40 PRO-новости. (16+)
05.15, 16.30 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
07.20 Засеки звезду. (16+)
07.30 Сделано в 90-х. (16+)
09.00 Караокинг. (16+)
10.20 Top чарт Европы плюс. (16+)
11.20 PRO-обзор. (16+)
12.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
13.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
13.30 Золото. (16+)
14.30 «Жара» в Баку-2018. Творческий вечер Любови Успенской. (16+)
Свои самые популярные песни Любовь Успенская исполнила сольно, а также в дуэтах с самыми топовыми артистами российского шоу-бизнеса.
19.00 Big Love Show-2019. (16+)
23.00 Танцпол. (16+)
00.00 Неспиннер. (16+)
Смотри специальный нон-стоп самой востребованной и популярной музыки.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Машины сказки», «Большой Ух». (0+)
06.20, 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
06.55 «Машкины страшилки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.30 «Четверо в кубе». (0+)
12.00 «Четверо в кубе. Кубопраздник». (0+)
12.10, 21.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь. Мокрое». (0+)
13.50 Друзья на все времена. «Нехочуха». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.30 «Лунтик и его друзья». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Деревяшки. Песенка», «Малышарики. Пираты», «Простоквашино. Неудобные соседи», «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь. Мокрое», «Четверо в кубе. Кубопраздник», «Ми-Ми-Мишки. Трудный пирог». (0+)
19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Простоквашино». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Малыш и Карлсон». (6+)
05.25 «Пёс Пэт». (6+)
05.45 «Жужики». (6+)
06.15 «Мини-Маппеты». (0+)
06.40 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». (0+)
07.05 «Удивительная Ви». (6+)
07.35 «Микки и весёлые гонки». (0+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Хранитель Лев». (0+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
13.00 «Алиса знает, что делать!» (6+)
14.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
17.35 «Ральф». (6+)
19.30 «Храбрая сердцем». (6+)
21.20 «НАСЛЕДНИКИ». (12+)
23.45 «НАСЛЕДНИКИ-2». (12+)
01.50 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
03.25 «ФИЛЬМ О ЛИЗЗИ МАГУАЙР». (12+)
04.55 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Дуда и Дада». (0+)
06.50 «Волшебный фонарь». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Бинг». (0+)
Бинг - маленький зайчик, который ходит в детский сад вместе с другими зверятами. Там они общаются, играют, слушают воспитателей и учатся всему, чему только могут научиться малыши.
09.00 «Еда на ура!» (0+)
Весёлые ведущие Тутта и Марфа расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!
09.20 «Барбоскины». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
Изучайте мир вместе с забавным трио!
11.05 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
11.50 «Бобр добр». (0+)
Красочный остроумный мультсериал про приключения Бобра и его команды в Куролесье.
12.30 «Большие праздники». (0+)
13.00 «Кротик и Панда». (0+)
Новые приключения всемирно известного Кротика!
14.00 «Полли Покет». (0+)
14.50 «Лунтик и его друзья». (0+)
16.05 «Буба». (6+)
17.30 «ЛЕГО. Мир юрского периода». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)
19.05 «Малышарики». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Три кота». (0+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
22.50 «Приключения Тома и Джерри». (6+)
Кот Том и мышонок Джерри вызывали смех и покоряли сердца детей и взрослых всего мира на протяжении десятилетий. До сих пор эти суперзвёзды с неизменным успехом поражают зрителей своим мастерством перевоплощения, новыми изобретательными трюками и розыгрышами.
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Три котёнка». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.07 «Гора самоцветов». (6+)
06.21 Тайны сказок. (6+)
07.56 «Доктор Машинкова». (0+)
08.04 «Летающие звери». (6+)
08.18 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31 «Незнайка учится». (0+)
08.51, 09.40, 15.56, 16.07, 20.39, 21.16 Мультфильмы. (6+)
09.31, 14.59, 15.26, 21.07, 21.43 Мультфильмы. (0+)
10.01, 10.33, 11.07, 11.38 «Шах и мат!» (6+)
10.14, 10.46, 11.20, 11.54 Готовим с папой. (6+)
12.15 «Смурфики». (0+)
13.56 «ПРЕКРАСНЫЙ ПРИНЦ И ФЕЯ ЛЮПИНА». (6+)
15.16 «Быль-небылица». (6+)
15.47, 20.57 «Веселая карусель». (6+)
16.31 «Тайна третьей планеты». (6+)
17.18 «Чиполлино». (6+)
17.59 «БЕЛЯНОЧКА И РОЗОЧКА». (6+)
19.00 «Маугли». (6+)
22.03 «День рождения бабушки». (6+)
22.12 «Про злую мачеху». (0+)
22.31 «Снеговик-почтовик». (6+)
22.53 Путешествуй с нами! (6+)
23.07 Стоп! Снято! (12+)

О!

05.00, 03.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
07.00 «Magic Songs». (0+)
07.05 «Союзмультфильм». (0+)
08.15, 15.40, 19.05 «Играем вместе». (0+)
08.20, 22.20 «Пег + Кот». (0+)
09.35 «Оранжевая корова». (0+)
09.40, 13.20, 01.40 «ТриО!» (0+)
10.00 О! Кино «Чудо-Юдо». (6+)
11.10 «Мой музей». (0+)
11.15 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
13.15 «Magic Songs». (0+)
13.35 «Летающие звери». (0+)
14.45 «Мой музей». (0+)
14.50 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
15.45 «Поезд динозавров». (0+)
16.40 «Мой музей». (0+)
16.45 «Облачный хлеб». (0+)
17.55 «Magic Songs». (0+)
18.00 О! Кино! «Принцесса и дракон». (6+)
19.10 «Йоко». (0+)
23.35 «Три кота». (0+)
02.00 О! Кино «Садко». (6+)

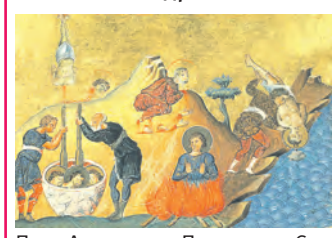
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
05.55, 07.00 «ПРИТЧИ». Фильмы 1 и 2. (0+)
08.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
09.00 Завет. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00, 11.30 Монастырская кухня. (0+)
12.00 И будут двое… (0+)
13.00 Я хочу ребенка. (0+)
13.30 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)
14.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
15.00 Завет. (0+)
16.00 Я тебя люблю. (0+)
17.00, 00.55 Отец Арсений. Цикл: Лицо счастливого человека. (0+)
18.30 «СТАРЕЦ ПАИСИЙ И Я, СТОЯЩИЙ ВВЕРХ НОГАМИ». (0+)
Россия, 2012 г.
20.00 Женская половина. (0+)
21.00 Не верю! Разговор с атеистом. (0+)
22.00 «ДВА КАПИТАНА». 1 серия. (0+)
23.15 День Патриарха. (0+)
23.30 Завет. (0+)
00.25 Я хочу ребенка. (0+)
02.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
03.15 Res Publica. (0+)
04.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

23 марта
Седмица 2-я Великого поста.
Поминовение усопших. Глас 1.
Мчч. Кодрата и иных многих.



Прп. Павла Таганрогского. Мчч. Кодрата Никомидийского, Саторина, Руфина и прочих.
Прп. Анастасии Патрикии. Сщмч. Димитрия пресвитера.

Постный день.

« Бог долго попускает врагу искушать и теснить нас во время молитвы, чтобы сделать ее искреннее и тверже, и наконец дает нам благодать – молиться с миром, неразвлекаемо».
Прп. Иоанн Кронштадтский

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

18 марта Восход: 6 ч. 36 м. Заход: 18 ч. 38 м. Долгота дня: 12 ч. 02 мин.
Растущая Луна в знаке Льва

19 марта Восход: 6 ч. 33 м. Заход: 18 ч. 40 м. Долгота дня: 12 ч. 07 мин.
Растущая Луна в знаке Девы

20 марта Восход: 6 ч. 31 м. Заход: 18 ч. 42 м. Долгота дня: 12 ч. 11 мин.
Растущая Луна в знаке Девы

21 марта Восход: 6 ч. 28 м. Заход: 18 ч. 44 м. Долгота дня: 12 ч. 16 мин.
Полнолуние в знаке Весов

22 марта Восход: 6 ч. 26 м. Заход: 18 ч. 46 м. Долгота дня: 12 ч. 20 мин.
Убывающая Луна в знаке Весов

23 марта Восход: 6 ч. 23 м. Заход: 18 ч. 48 м. Долгота дня: 12 ч. 25 мин.
Убывающая Луна в знаке Скорпиона

24 марта Восход: 6 ч. 20 м. Заход: 18 ч. 50 м. Долгота дня: 12 ч. 30 мин.
Убывающая Луна в знаке Скорпиона

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 18 ПО 24 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

18 МАРТА
В 1965 году был совершен первый в истории выход человека в открытый космос.

19 МАРТА
В 1474 году в Венеции принят закон об охране авторских прав на изобретения.
В 1899 году в Петербурге была открыта первая станция скорой помощи.

20 МАРТА
В 1535 году в России проведена первая централизованная денежная реформа.

22 МАРТА
В 1895 году в Париже состоялась первая в истории демонстрация кинофильма.
В 1951 году была создана первая в СССР Центральная студия телевидения.

23 МАРТА
В 2001 году в Тихом океане затоплена орбитальная станция «Мир».

24 МАРТА
В 1822 году запатентована типографская наборная машина.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

18 МАРТА. Иван, Николай, Фёдор.
19 МАРТА. Елена, Константин, Максим.
20 МАРТА. Василий, Евгений, Екатерина, Мария, Надежда, Павел.
21 МАРТА. Владимир.
22 МАРТА. Александра, Александр, Алексей, Валерий, Дмитрий, Кирилл, Наталья, Пётр, Сергей, Тарас.
23 МАРТА. Анастасия, Василиса, Виктор, Галина, Денис, Леонид, Михаил.
24 МАРТА. Георгий, Ефим, Иван.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 МАРТА ■ День моряка-подводника в России
20 МАРТА ■ День Земли
21 МАРТА ■ Всемирный день поэзии ■ Международный день лесов
22 МАРТА ■ Всемирный день водных ресурсов
23 МАРТА ■ Всемирный метеорологический день

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Сорок сороков тепло держат

18 марта считалось днем Конона Огородника. Ясная погода в этот день означала отсутствие града летом.
На Константиновы круги, **19 марта**, было принято наблюдать за птицами: прилет ласточек говорил о потеплении, а появление дятлов сулило холода.
20 марта, в день Павла Капельника, следили за погодой. Обильная капель в этот день обещала хороший урожай.
21 марта считали днем Весеннего солнцеворота и наблюдали за облаками. Высокие и быстрые облака предвещали приближение хорошей погоды.
22 марта отмечали день Сороки или Сорока Сороков.
Следили в этот день за погодой: теплая и ясная погода говорила о том, что в следующие 40 дней погода будет такая же. Теплый ветер предвещал дождливое лето.
Про **23 марта**, день Василисы (вешней воды указательницы), говорили: «Василисин туман съедает снег». Холодная погода предвещала плохой урожай: «Холод и ветер в спину – не выжить зиму».
На Ефимов день, **24 марта**, если ночью появлялся иней, то днем снегопада не ждали.

Всегда удивляли люди, которые с работы идут обедать домой... Как у вас психика выдерживает – два раза в день ходить на работу?!

Авторы фото: Bildagentur Zoonar GmbH/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 57024 от 25.02.2014 г.
Издается с февраля 2012 года

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-937-41-31
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Директор департамента дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220
Менеджер по подписке ЕФРЕМОВА С.Н.
Тел. (495) 933-95-77, доб. 237,
e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206
Ведущие менеджеры по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147, 273
Дизайнер ЛЕХТОНЕН И.П.
Телефон рекламной службы: 8-495-933-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

11 (371). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 12.03.2019 г., фактическое: 01.00 час. 12.03.2019 г.
Дата выхода в свет 13.03.2019 г.
Отпечатан о в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 768. Выходит во всех областях ЦФО.
Тираж 776 200 экз.
Рекомендованная розничная цена 23 рубля.
Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Объём 12 п.л. Сайт газеты **telek.kardos.media**
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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

ПЕРВЫЙ

05.40 «КУРЬЕР». (12+)
06.00 Новости
06.10 «КУРЬЕР». (12+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
10.00 Новости с субтитрами
10.10 Премьера. «Жизнь других». (12+)
11.00 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». (16+)
1832 год. Козетта больше не намерена оставаться в монастыре. Они с Вальжаном решают уехать и начать новую жизнь в Париже. Жавер продвинулся по службе в полиции Парижа, но то, что Вальжан все еще на свободе, не дает ему покоя.
15.00 Премьера. «Главная роль». (12+)
16.35 «Три аккорда». (16+)

18.25 Премьера сезона. «Русский керлинг». (12+)
19.30 «Лучше всех!» (0+)
21.00 «Толстой. Воскресенье»
22.30 «Что? Где? Когда?» Весенняя серия игр. (16+)
23.40 ПРЕМЬЕРА: «ОН И ОНА». (18+)
Франция-Бельгия, 2017. Комедия. В ролях: Дориа Тийе, Николя Бедос. Виктор - начинающий писатель, Сара - магистр в области классической литературы, их общая слабость - Джойс и Достоевский.
02.00 «ОГНЕННЫЕ КОЛЕСНИЦЫ»
04.20 Контрольная закупка. (6+)

РОССИЯ

04.35 «СВАТЫ». (12+)
Старания семейного тандема Ковалевы-Будько, наконец, начинают приносить плоды: к ним заезжает группа дистрибьюторов косметической кампании. Правда, жить они должны были у Ларисы в отеле. И такой удар по бизнесу она прощать не собирается!
06.35 «Сам себе режиссёр»
07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна
08.00 Утренняя почта
08.40 Местное время. Воскресенье
09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.20 Смеяться разрешается
14.00 «Далёкие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+)
15.30 «БОЛЬ ЧУЖОЙ ПОТЕРИ». (12+)
Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Ирина Таранник, Анатолий Руденко.
Жизнь Ксении Гальпериной была распланирована на годы вперед. Она главный врач клиники, ее ценят и уважают. У нее есть любящий муж Никита.
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
01.30 «Далёкие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+)
03.05 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
Следственные органы очерчивают круг подозреваемых. Это предприниматели Каратаев и Горских, нью-йоркский затворник Дашкевич и Орехов, также проживающий за рубежом.

ТВЦ

05.50 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (6+)
07.30 «Фактор жизни». (12+)
08.00 «Короли эпизода». (12+)
08.50 «ВА-БАНК-2». (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
11.30 События
11.45 Петровка, 38. (16+)
11.55 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (0+)
СССР, 1955 г. Комедия. В ролях: Леонид Быков, Николай Яковченко. Максим Перепелица - известная личность в родной деревне.
13.45 «Смех с доставкой на дом». (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Хроники московского быта. Смерть со второго дубля». (12+)
15.55 «Роковые знаки звёзд». (16+)
16.40 «Прощание. Виталий Соломин». (16+)
17.30 «ПИСЬМО НАДЕЖДЫ». (12+)

21.25 «РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА». (12+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: Елена Полянская, Алексей Анищенко.
Леня Кудрявцев - типичный неудачник. Зануда, ботаник, научный работник с нищенской зарплатой.
00.05 События
00.25 «РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА». (12+)
01.20 «СТРАХ ВЫСОТЫ». (0+)
03.05 «ПОБЕЖДАЯ ВРЕМЯ». (12+)
04.55 «Екатерина Фурцева. Женщина в мужской игре». (12+)

НТВ

04.45 «Звезды сошлись». (16+)
06.20 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 Сегодня
08.20 Их нравы. (0+)
08.35 «Кто в доме хозяин?» (12+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
11.55 Дачный ответ. (0+)
Главными в новом интерьере гостиной станут птицы: полетят по стенам и потолку, совьют гнезда на шторах.
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «У нас выигрывают!» (12+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
1981 год. В подмосковном Красногорске при ограблении магазина убита женщина-продавец. Двоим преступникам удается скрыться, при этом один из них получает серьезную травму.
18.00 Новые русские сенсации. (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.10 «Ты супер!» Суперсезон. (6+)
22.40 «ОТЦЫ И ДЕДЫ». (0+)
СССР, 1982. Лирическая комедия. В ролях: Анатолий Папанов, Валентин Смирнитский.
Фильм о взаимоотношениях трех разных поколений - деда, сына и внука Луковых. Однажды деду Александру Павловичу Лукову намекнули - ему пора на пенсию...
00.25 «Брэйн ринг». (12+)
01.25 «Таинственная Россия». (16+)
02.20 «ЛЕСНИК». (16+)

РОССИЯ К Культура

06.30 «Кораблик». «Лиса и заяц»
07.00 «СИТА И РАМА»
09.15 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»
09.45 «Мы - грамотеи!»
10.30 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (0+)
12.00 «Научный стенд-ап»
12.40 Диалоги о животных
13.20 «Маленькие секреты великих картин»
13.50 «ДУЭЛЬ». «В КУКОЛЬНОЙ СТРАНЕ». «НОВЕЛЛЫ»
СССР, 1934, 1940, 1941. Короткометражные фильмы. Пётр Савин, Алексей Звенигорский. «Дуэль». За Диной ухаживают Федя и Валентин. Она решает проверить, кто любит её больше и предлагает каждому застрелиться ради любви....
15.50 «Больше, чем любовь»
Любовь Орлова и Григорий Александров. История любви и славы Л. Орловой и Г. Александрова. Он сделал её по образу Марлен Дитрих, от фарфоровых зубов до кончиков высветленных волос.
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
17.15 «Пешком...»
17.40 «Ближний круг Владимира Панкова»
18.35 «Романтика романса»
19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.10 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)
21.45 «Белая студия»
22.25 «Шедевры мирового музыкального театра»
01.15 «Солдаты-призраки. Русские в Триесте»
02.00 Диалоги о животных
02.40 «Рыцарский роман»

СТС

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
07.40 «Три кота». (0+)
08.05 «Царевны». (0+)
09.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.30 «Hello! #Звёзды». (16+)
10.00 «ЗОЛОТО ДУРАКОВ». (16+)
12.20 «ОПАСНЫЕ ПАССАЖИРЫ ПОЕЗДА 123». (16+)
США - Великобритания, 2009 г. Боевик. Дензел Вашингтон, Джон Траволта.
В Нью-Йорке террористы, вооружённые по последнему слову техники, захватили поезд метро и требуют выкуп за жизнь невинных людей.
14.30 «ХЭНКОК». (16+)
16.25 «ТОР». (12+)
18.45 «ТОР-2. ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+)

21.00 ПРЕМЬЕРА! «ТОР. РАГНАРЁК». (16+)
США - Австралия, 2017 г. Фэнтези. Крис Хемсворт, Том Хиддлстон.
Завладев троном Асгарда, Локи своими действиями провоцирует приближение Рагнарёка, пророчество, которое означает полное уничтожение Асгарда. В попытке предотвратить это событие Тору предстоит прибегнуть к помощи своего товарища из Мстителей - Халка.
23.35 «СТРЕЛОК». (16+)
02.05 «ТИПА КОПЫ». (18+)
03.45 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (16+)
05.30 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)
07.15 «Светская хроника». (16+)
08.05 «Моя правда». (12+)
10.00 «Светская хроника». (16+)
11.00 «Вся правда о... колбасе». (16+)
12.00 «Неспроста». (16+)
13.05 «Загадки подсознания». (16+)
14.05 «Сваха». (16+)
Уникальный проект, где тонкий психолог, признанный эксперт в вопросах личной эффективности, на глазах телезрителей превращает самые невероятные сказки в реальность. Ведущая - Алена Никольская.
14.55 «ДИКИЙ». (16+)

02.20 «Страх в твоем доме». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (0+)
09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым
«Служу России»
09.25 «Военная приёмка». (6+)
09.55 «Код доступа». (12+)
10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (12+)
12.20 13.15 «КАЖДЫЙ ДЕСЯТЫЙ». (12+)
13.00 Новости дня
14.00 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)
Россия, 2015 г. Военный детектив.
В 1942 году крупное подразделение советских войск попадает в немецкий «котел», с тылами армию соединяет лишь узкий перешеек среди болот.
18.00 Новости. Главное
18.45 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 «ШЕСТОЙ». (12+)
01.25 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (0+)
03.00 «ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ». (16+)
04.10 «МАФИЯ БЕССМЕРТНА». (16+)

ОТР

05.15 11.15 19.45 «Моя история». (12+)
05.45 Концерт Дмитрия Маликова «С чистого листа». (12+)
07.15 11.45 «Ехал грека. Путешествие по настоящей России». (12+)
08.00 «Медосмотр». (12+)
08.10 17.40 «Крымчане». (12+)
09.10 «ЗАМОРОЖЕННЫЙ». (12+)
10.35 «Среда обитания». (12+)
10.45 «Домашние животные с Григорием Манёвым». (12+)
12.30 «Гамбургский счёт». (12+)
13.00 15.00 Новости
13.05 15.05 «ТЕАТР ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
17.10 «Фигура речи». (12+)
18.30 «Вспомнить всё». (12+)
19.00 ОТРажение недели
20.10 «ПЕРЕСТУПИТЬ ЧЕРТУ». (12+)
23.20 «Нормальные ребята». (12+)
23.50 «ОТРажение недели». (12+)
00.35 01.15 «Простое чувство Родины». (12+)
01.55 «КРУТОЙ ПОВОРОТ». (12+)
03.10 03.50 «Белла Чао, или Цветок на память». (12+)
04.30 «Календарь». (12+)

МОСКВА 24

06.00 07.00 08.00 09.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 Новости
06.15 06.30 09.15 13.15 16.30 18.30 19.15 22.15 00.30 02.15 Специальный репортаж. (12+)
07.15 15.15 23.15 Простые решения. (12+)
07.30 01.30 Сделано в Москве. (12+)
08.15 11.15 14.15 17.15 20.15 01.15 05.15 Сеть. (12+)
08.30 14.30 19.30 «Большой куш». (12+)
09.30 22.30 02.30 Фанимани. (12+)
10.15 16.15 21.15 00.15 03.15 Спорная территория. (12+)
10.30 20.30 «Наизнанку». (12+)
11.30 «Афиша». (12+)
12.15 18.15 04.15 «Климат-контроль». (12+)
12.30 15.30 21.30 04.30 «ТОП-Сеть». (12+)
13.30 03.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
17.30 23.30 «Без купюр». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

06.00 «Самое яркое». (16+)
08.30 План действий
09.00 Новости 360
09.20 «Вкусно 360». (12+)
11.00 Будни
12.00 Новости 360
12.30 «Агент ЖКХ». (12+)
13.20 «Хороший врач». (12+)
14.10 «Все просто!» (12+)
14.30 План действий
15.00 Новости 360
15.20 «Самое яркое». (16+)
16.10 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ТИХОНОВ». (12+)
19.30 «Добродел 360». (12+)
20.00 Новости 360
20.30 План действий
21.00 «Самое яркое». (16+)
23.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (12+)

Россия, 2015 г.
02.20 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 «Мультиутро». (0+)
10.25 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (6+)
12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «МАРШ ТУРЕЦКОГО». (12+)
16.35 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)
18.25 «КРУГ». (12+)
20.05 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+)
СССР, 1989 г.
В небольшом южном курортном городе в автокатастрофе погибает завскладом местного машиностроительного завода. Предварительное следствие показало, что водитель был пьян.
21.45 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
23.25 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (12+)
03.10 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
04.00 «Тайны кино». (12+)
04.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
05.40 «Вспомнить все». (12+)

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

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

РЕН

05.00 04.30 **«Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко**. (16+)
08.20 **«ЗЕМНОЕ ЯДРО: БРОСОК В ПРЕИСПОДНЮЮ»**. (12+)
10.50 **«ХЕЛЛБОЙ: ГЕРОЙ ИЗ ПЕКЛА»**. (16+)
США, 2004 г. Мистический боевик. Рон Перлман, Джон Хёрт. Последние месяцы Второй Мировой. Немцы несут одно поражение за другим...
13.15 **«ХЕЛЛБОЙ-2: ЗОЛОТАЯ АРМИЯ»**. (16+)
15.40 **«ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ»**. (16+)
18.00 **«СТРАЖИ ГАЛАКТИКИ»**. (16+)
20.30 **«ДЖОН КАРТЕР»**. (12+)

США, 2012 г. Фантастически боевик. Тейлор Китч, Линн Коллинс. Джон Картер - ветеран Гражданской войны, занимающийся поиском золота. Однажды он случайно оказывается на Марсе и попадает в плен...
23.00 **Добров в эфире**. (16+)
00.00 **«Военная тайна» с Игорем Прокопенко**. (16+)

ТНТ

07.00 **ТНТ**. Best. (16+)
09.00 **Дом**-2. Lite. (16+)
10.00 **Дом**-2. **Остров любви**. (16+)
11.00 **Перезагрузка**. (16+)
Лиза замужем за наркоманом, родила от него двоих детей. Она неоднократно пыталась закончить отношения с мужем и начать новую жизнь. Но как только у нее все налаживается, появляется муж и умоляет дать ему последний шанс.
12.00 **Большой завтрак**. (16+)
12.30 **«Комеди Клаб. Дайджест»**. (16+)
13.30 **Комеди Клаб**. (16+)
20.30 **«Экстрасенсы. Битва сильнейших»**. (16+)
В первой истории Лилия Хегай и Константин Гецати попробуют выяснить, почему в семье Светланы рождение детей неразрывно связано со смертью родственников.
22.00 «Stand Up». (16+)
23.00 **Дом**-2. **Город любви**. (16+)
00.00 **Дом**-2. **После заката**. (16+)
01.00 **«Такое кино!»** (16+)
01.30 **«СИМУЛЯНТ»**. (16+)
03.05 **ТНТ** Music. (16+)
03.30 **«Открытый микрофон»**. (16+)
06.05 **ТНТ**. Best. (16+)

ТВ-3

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
10.00 **«ПОМНИТЬ ВСЕ»**. (16+)
Кэрри Уэллс, в прошлом полицейский детектив, ныне работает в доме престарелых, где содержится её мать. В одну из ночей убивают соседку Кэрри...
13.30 **«ЧАС ПИК-3»**. (12+)
15.15 **«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ЗОМБИЛЭНД»**. (16+)
17.00 **«ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬЧИК»**. (16+)
19.00 **«ТЕЛЕКИНЕЗ»**. (16+)

США, 2013 г. Триллер. Хлоя Грейс Морец, Джулианна Мур. Старшеклассница Кэрри никогда не была популярна. Она настоящая серая мышка: одевается невзрачно, ни с кем не общается из-за своей застенчивости.
21.00 **«ФАКУЛЬТЕТ»**. (16+)
23.00 **«Последний герой»**. (16+)
00.15 **«Кабельное ТВ»**. (16+)
00.45 **«ЗЕЛЕНЫЙ ШЕРШЕНЬ»**. (12+)
03.00 **«РАССВЕТ МЕРТВЕЦОВ»**. (16+)
04.45 **«Тайные знаки»**. (12+)

ЧЕ

06.00 **«Мультфильмы»**. (0+)
06.35 **«НЕЗАБЫВАЕМОЕ»**. (16+)
08.30 **«Улетное видео»**. (16+)
08.50 **«Крутые вещи»**. (16+)
09.10 **«Улетное видео»**. (16+)
09.30 **«КУРЬЕР НА ВОСТОК»**. (16+)
11.15 **«МЕДАЛЬОН»**. (12+)
13.00 **«Супершеф»**. (16+)
15.00 **«ТУМАН»**. (16+)

Россия, 2010 г. Военно-приключенческий фильм. Игорь Шмаков, Василий Ракша, Артем Крестников. Отряд молодых бойцов Российской Армии отрывается от основного строя во время марш-броска, дабы сократить путь, бежит наперерез, но попадает в туман, который переносит его в прошлое, в годы Великой Отечественной войны.
18.30 **«ТУМАН-2»**. (16+)
21.45 **«Улетное видео»**. (16+)
23.00 **«+100500»**. (18+)
23.35 **«ИГРОК»**. (18+)
01.45 **«НАЙДИ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ»**. (18+)
03.30 **«ИРЛАНДЕЦ»**. (16+)
05.05 **«Мультфильмы»**. (0+)

МАТЧ ТВ

06.00 **Футбол**. 0+)
08.00 **Биатлон. Кубок мира**. (0+)
08.50 **Спецрепортаж**. (12+)
09.10 **Футбол. Босния и Герцеговина - Армения. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)
11.10, 13.20, 15.00, 19.20, 21.55 **Новости**
11.20 **Футбол. Италия - Финляндия. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир**. (0+)
13.25, 19.25, 00.40 **Все на Матч!**
14.30 **«Играем за вас»**. (12+)
15.05 **Биатлон с Дмитрием Губерниевым**
15.35, 18.55 **Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины/Мужчины. Пр.тр.**
16.55 **Футбол. Уэльс - Словакия. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир. Пр.тр.**
19.55 **Футбол. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир. Венгрия - Хорватия. Прямая трансляция**
22.00 **Все на футбол!**
22.40 **Футбол. Чемпионат Европы**-2020. **Отборочный турнир. Нидерланды - Германия. Прямая трансляция**
01.15 **«Кибератлетика»**. (16+)
01.45 **Фигурное катание**. (0+)
04.00 **Профессиональный бокс. Пр.тр.**

ДОМАШНИЙ

06.30 18.00 00.00 **«6 кадров»**. (16+)
07.35 **«МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ»**. (16+)
10.05 **«НАДЕЖДА КАК СВИДЕТЕЛЬСТВО ЖИЗНИ»**. (16+)
Украина, 2007 г. Мелодрама. Анастасия Панина, Полина Лунегова. Бизнесмен Тимофей Рязанцев узнав, что его жена безнадёжно больна, с горя напился, начал размахивать пистолетом, случайно убил незнакомую женщину...
13.45 **«МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ»**. (16+)
19.00 **«СТРЕКОЗА»**. (16+)

Украина, 2018 г. Детективная мелодрама. Вера Шпак, Тимофей Каратаев. Ирина воспитывалась в детском доме и привыкла во всем полагаться на саму себя. Она может заболтать любого.
23.45 **«Про здоровье»**. (16+)
00.30 **«ЭТА ЖЕНЩИНА КО МНЕ»**. (16+)
02.35 «MiSS **Россия**». (16+)
06.00 **«Домашняя кухня»**. (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

Не верь глазам своим

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами вычислить преступника. Но для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Майор Быков с интересом оглядел ярмарку, разноцветие и пестроту праздничного базара, повел носом.

– А не отведать ли нам местных хачапури? – глянул он на Илью Сергеевича. – Говорят, тут такие умельцы сегодня готовят, за уши не оттащишь.

Илья Сергеевич равнодушно пожал плечами.

– Ну и хорошо, – кивнул майор и направился в сторону палатки с жарящимися в масле пирогами.

Рыжеволосый коллега шел следом, то и дело крутя головой. Посмотреть было на что: палатки ремесленников изобиловали глиняной посудой, коваными цветами, лоскутными покрывалами, модными валяными сапожками; щекотали ноздри ароматы выпечки, сыра, молока; продавщицы в ярких русских сарафанах улыбались и выглядели очень привлекательно. Зазывалы на разные лады расхваливали свой товар, а у красочного шатра высокий усач в костюме звездочета предлагал раскошелиться за возможность узреть настоящую магию: некто Олперт Нурв обещал «прочесть руками» записку, брошенную в мешок.

– Думаешь, развод? – майор Быков протянул Илье Сергеевичу жареный пирог с сыром.

– Однозначно, – кивнул молодой человек. – Я вот думаю, не тот ли это тип, которого мы выслеживаем?

Тот, что старикам пыль в глаза пускает и выносит из квартиры деньги и ценности? Все может быть. Предлагаю проверить.

Внутри шатер был полон народу, представление было в самом разгаре.

Приглашаю на сцену десятерых добровольцев, – таинственным полушепотом произнес в микрофон загадочного вида мужчина, чье лицо было изрыто оспинами. – Добровольцы напишут на листках бумаги записки, опустят вот в этот мешок, – мужчина потряс над головой тканевым кульком, – а я, лишь опустив руку в него, «прочту» все, что будет написано на листах.

Первой на сцену выскочила миловидная барышня с длинной русой косой и в мини-юбке. Кокетливо повела плечиками, застенчиво улыбнулась «магу», и на сцену тут же потянулась вереница разновозрастных мужчин. Последним оказался майор Быков. Он весело подмигнул опешившему напарнику, написал на протянутом «магом» блокнотном листе записку, свернул в трубочку и вместе со всеми опустил в мешок.

– О, какой волевой почерк, – «маг» опустил руку в мешок. – Но что это? «Не верю в эту галиматью»? Это кто написал? – мужчина грозно сверкнул глазами.

– Это я, – подняла руку раскрасневшаяся русоволосая девушка. – Но я не думала...

Маг вынул из мешка записку и прочел:

– Почерк и впрямь волевой, а вот содержание... – записка отправилась на столик за спиной. «Маг» снова сунул руку в мешок: – «Да здравствуют длинноногие девушки в мини!» Очень жизнеутверждающе, – улыбнулся он, вынул записку и прочел.

Пришла очередь краснеть майора Быкова.

– Но как? – вытаращился он на «волшебника».

Тот лишь пожал плечами и поочередно «прочел» оставшиеся записки, не ошибившись ни разу.

– Я думаю, что это гениально, – поделился майор с Ильёй Сергеевичем. – Вряд ли это тот, кого мы ищем. Похоже, это и вправду дар.

Рыжеволосый следователь хмыкнул:

– А я бы так быстро не сдавался. Фокус лишь убедил меня в том, что этот Олперт отменный фокусник, стоит присмотреться к нему повнимательнее. По описанию это все же наш подозреваемый.

Любовь АНИНА

Как Илье Сергеевичу удалось разгадать трюк с записками?

Ответ читайте в след. номере «Телека».

Ответ на загадку в № 10: Во-первых, мужчина точно знал, что украли: деньги и украшения. Но откуда, если он «только что прибыл», а жена ему не звонила и ни о чем не рассказывала? Во-вторых, имитация гоп-стоп-налета была очень топорной. Если искали деньги в книгах (а иначе зачем их скидывать с полок?), то почему не пролистывали – книги из шеститомника Аверченко плотно прижаты друг другу, так же, как они стояли на полке. Ну и газета – в бедламе после «кражи» найти газету за полминуты, не зная, где она лежит, очень непросто. Мужчина точно знал, где ее забыл во время ограбления.

Рис. Ирины Светловой

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

06.10 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
08.05 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
10.00 «Хранитель Луны». Мультфильм. (6+)
11.40 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
14.00 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА». (16+)
15.50 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
17.50 «ДЖЕЙН ЭЙР». (12+)
20.10 «БЕТХОВЕН-2». (12+)
США, 1993 г. В ролях: Чарльз Гродин, Бонни Хант, Николь Том, Дэби Мазар, Крис Пенн
21.55 «2+1». (16+)
Франция, Великобритания, 2016 г.
00.10 «ДВОЙНИК». (18+)
02.00 «БЕГУЩАЯ ОТ РЕАЛЬНОСТИ». (18+)
04.00 «ВЕЧНОЕ СИЯНИЕ ЧИСТОГО РАЗУМА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ПЯТНИЦА». (16+)
08.05 «МЕТРО». (16+)
10.45 «БЛОКБАСТЕР». (12+)
12.30 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (12+)
14.25 «ЛЁД». (12+)
16.45 «ПИТЕР FM». (12+)
18.35 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
20.20 «ЖАRA». (16+)
Россия, 2006 г. В ролях: Алексей Чадов, Артур Смольянинов, Константин Крюков, Тимати, Агния Дитковские
22.20 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
Россия, 2016 г. В ролях: Пётр Фёдоров, Владимир Машков, Юлия Хлынина, Франциска Петри
00.25 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (18+)
02.30 «ПОДЛЕЦ». (16+)
04.20 «СВАДЬБА». (16+)

ДОМ КИНО

05.45 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)
07.25 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС». (0+)
09.00 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
10.35 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (0+)
13.35 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
16.25 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
19.00 Золото «Мосфильма». «АФОНЯ». (12+)
20.45 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)
22.30 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (12+)
00.15 «ВРЕМЯ ЛЕТАТЬ». (12+)
01.55 «ДАЧА». (0+)
03.25 «ЧЕТВЁРТЫЙ». (12+)
04.35 «АЭРОПОРТ СО СЛУЖЕБНОГО ВХОДА». (12+)

SONY CHANNEL

06.00 Правила моей кухни. (16+)
07.00 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (16+)
08.45 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
10.20, 11.15, 12.10, 13.05 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)
14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
20.00 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)
21.50 «ЛЮБОВЬ В СЛОВАХ И КАРТИНАХ». (16+)
США, Канада, Австралия, 2014 г.
23.50 «P.S. Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)
01.55, 02.25, 02.55, 03.20, 03.50, 04.15, 04.40, 05.05, 05.30 «КУХНЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.55 «ВОЙНА». (18+)
03.20 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
04.55 «ДЕТОРОДНЫЕ». (16+)
06.30 «ХОЛОД В ИЮЛЕ». (16+)
08.15 «ГОСТЬЯ». (12+)
10.15 «СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ». (16+)
11.55 «РОВЕР». (16+)
13.35 «МАНГЛХОРН». (16+)
Драма, США, 2014 г.
15.05 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
16.45 «ПАРКЕР». (16+)
18.40 «ТРОПЫ». (16+)
20.30 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (16+)
Комедия, драма, мелодрама, США, 2012 г.
22.15 «ГЕНИЙ». (16+)
23.50 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ-2». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.30 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
02.05 «ЩЕНОК». (16+)
02.50 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
04.30 «МЕЛОДИЯ ДЛЯ ШАРМАНКИ». (12+)
07.10 «ВОСЕМЬ ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.
08.45 «ДАУН ХАУС». (16+)
10.10 «ГЛАВНЫЙ». (12+)
12.05 «ДОМОВОЙ». (16+)
14.00 «ГЕРОЙ». (16+)
15.25 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (16+)
17.15 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ». (16+)
19.15, 20.00 «ЛЕНИНГРАДЕЦ». (16+)
20.50 «ТРИ ДНЯ В ОДЕССЕ». (16+)
22.50, 23.40 «ЛЕНИНГРАДЕЦ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.00 «МАЛЬЧИШНИК ПО-ИРЛАНДСКИ». (16+)
01.50 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ». (16+)
03.20 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ. ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+)
05.10 «МУЖСКАЯ ЖЕНСКАЯ ИГРА». (16+)
06.55 «ИНСТРУКЦИИ НЕ ПРИЛАГАЮТСЯ». (12+)
09.15 «ТОЛСТЯК НА РИНГЕ». (12+)
11.15 «РОБИН ГУД». (16+)
13.50 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
15.35 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
17.40 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
19.30 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (12+)
21.10 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
23.15 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.

FOX LIFE

06.00, 18.10, 21.25 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
06.45, 07.10, 07.30, 05.15, 05.35 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОМОХОЗЯЙКА». (16+)
07.55 «НИКТО НЕ УХОДИТ». (16+)
09.25, 09.50, 10.20, 10.50 Джейми Оливер. Готовим за 30 минут. (12+)
11.20, 12.05, 12.50, 13.35, 02.15, 03.00, 03.40 «СКОРПИОН». (16+)
14.20, 15.15, 16.05, 17.00 «НОМЕР 309». (16+)
19.00 Фри-соло. (16+)
20.40, 00.40 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
22.15 «В ОДНО УХО ВЛЕТЕЛО». (16+)
США, 2008 г.
23.50 «ЗВЕЗДА». (16+)
01.30 «ЭТО МЫ». (16+)
04.25 «КАНДИС РЕНУАР». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ЖАРКИЙ ЛЕД». (16+)
12.00, 13.00, 04.00, 05.00 «АЛЕКСАНДРОВСКИЙ САД». (16+)
14.00, 15.00, 06.00, 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
20.00, 21.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
22.00, 23.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г.

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ЖЕНСКИЙ РАЙ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Италия, 2015 г.
11.00, 19.00, 03.00 «МАНДАРИН». (16+)
Комедия, Франция, Италия, 1972 г.
12.30, 20.30, 04.30 «КРАСАВИЦА ДЛЯ ЧУДОВИЩА». (16+)
14.30, 22.30, 06.30 «РОДЕН». (18+)
Биографическая драма, Франция, Бельгия, 2017 г.
16.30, 00.30, 08.30 «11.14». (16+)
Драма, криминальная комедия, США, 2003 г.

РОДНОЕ КИНО

05.40 «ГАРДЕМАРИНЫ-3». (12+)
07.45 «КОЛЬЦА АЛЬМАНЗОРА». (12+)
09.05 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (12+)
10.30 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
12.25 «ПЕРЕД ЭКЗАМЕНОМ». (16+)
Драма, СССР, 1977 г.
13.45 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!» (16+)
16.45 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
19.00 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (12+)
22.15 «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+)

КИНОСЕРИЯ

00.20, 01.05 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (12+)
01.50, 02.50, 03.50, 04.55 «МОЙ КАПИТАН». (16+)
06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 22.20, 23.15 «ЯЛТА-45». (16+)
1 сезон. Мини-сериал. Боевик, военный фильм, Россия, 2011 г. В ролях: Александр Голубев, Евгений Миллер, Максим Матвеев, Михаил Евланов, Алена Хмельницкая
10.00, 10.50, 11.40, 12.30, 13.20, 14.15, 15.10, 16.00, 16.55, 18.00, 18.50, 19.45, 20.35, 21.30 «ЛИКВИДАЦИЯ». (12+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

06.00 Мультфильмы. (0+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)
06.30 Мультфильмы. (0+)
07.05 Беларусь сегодня. (12+)
07.35 Мультфильмы. (0+)
08.05 Культ//Туризм. (16+)
08.35 Мультфильмы. (0+)
08.55 Ещё дешевле. (12+)
09.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
10.00 Новости
10.15 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
12.05 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Марат Башаров, Мария Голубкина, Галина Боб, Андрей Носков
16.00 Новости
16.15 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
01.40 «БОББИ». (16+)
04.30 «ЦИРК». (0+)

ПЯТНИЦА

05.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)
07.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
08.00 Орел и Решка. Америка. (16+)
10.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)
12.00 Я твое счастье. (16+)
12.50 Орел и решка. По морям-3. (16+)
14.50 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)
15.50 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)
17.40 Орел и Решка. Америка. (16+)
20.40 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)
22.15 AgentShow. (16+)
Собственное развлекательное шоу Насти Ивлеевой на «Пятнице!» Гости проекта - звезды шоу-бизнеса, знаменитые блогеры и спортсмены. В каждом выпуске их ждут специальные задания, неожиданные испытания и вопросы от ведущей.
23.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЕЛЬМЕНОВ». (16+)
01.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)

Ю

05.25 Помешанные на чистоте. (12+)
09.05 В стиле. (16+)
Самая красивая девушка планеты раскрывает все секреты и знакомит с миром моды, молодости и здоровья. Мисс мира рассказывает, что диктуют нам модельеры и звездная элита, и стоит ли слепо подчиняться их советам. Как быть модной и красивой - просто о сложном.
09.40 Обмен женами. (16+)
16.00 Папа попал. (12+)
Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?
01.00 Ю-кино. «МОЯ ДЕВУШКА-МОНСТР». (16+)
03.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
04.30 Обмен жёнами. (16+)

РЕТРО

00.45 Обыкновенный волшебник Геннадий Гладков. (12+)
01.10, 04.45, 07.05, 12.40 Вторая мировая. Великая Отечественная. (12+)
02.05, 03.10, 06.00, 09.00, 21.55, 23.10 «ЕЩЁ ДО ВОЙНЫ». (12+)
04.20 Я разминулся со временем. (12+)
05.40 «Бременские музыканты». Мультфильм. (0+)
08.00 «Человечка нарисовал я». Мультфильм. (6+)
10.10 Клуб путешественников. (12+)
11.25 «Приключения волшебного глобуса, или проделки ведьмы». Мультфильм. (6+)
13.40 Достояние Республики. (12+)
15.40 «ЦИРК». (12+)
17.15 Имена-легенды. (12+)
17.40 Киноистории Глеба Скороходова. (12+)
18.00 «Вернись, любовь!» (12+)
Телевизионная версия концерта 14 февраля 2011 г. в «Крокус Сити Холле».
19.40 «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
21.15 В поисках утраченного. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Российская летопись. (12+)
01.30 Революция 1917 года. (12+)
02.00, 03.00 В поисках тайных святынь. (12+)
03.45 Семь дней истории. (12+)
04.00 Искусство войны. Великие полководцы. (12+)
05.00 Строители замков. (12+)
05.55 Вена. Империя, династия и мечта. (12+)
06.45 Семь дней истории. (12+)
07.00 Европа в Средние века. (12+)
08.00 Историада. (12+)
09.00, 09.35 Живая история. (12+)
10.10 Грёзы о Новом Свете. История европейской эмиграции. (12+)
11.05 Раскрытие тайн Вавилона. (12+)
12.00 «МЕЧ СИДА». (12+)
13.30 Наследие Миклухо-Маклая. (12+)
14.00, 15.00 Метрополии: сила городов. (12+)
16.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
17.00 Нормандия-Неман. (12+)
18.00 Обратная сторона Луны. (12+)
18.45 Обыкновенная история. (6+)
19.00 Павел Сухой. Взлетная полоса. (12+)
19.15 Историограф. (12+)
20.00 Великая Отечественная война на Чёрном море: Военно-морские врачи. (6+)
20.30, 21.00, 21.30 Жил-был Дом. (6+)
22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Жил-был Дом. (12+)

VIASAT HISTORY

06.25, 06.55, 07.25 Невероятные изобретения. (12+)
08.00 Погода, изменившая ход истории. (16+)
08.30 Музейные тайны. (12+)
09.20, 10.25, 11.30 Последние короли-воители Европы. (16+)
12.35, 13.00 Погода, изменившая ход истории. (12+)
13.25, 13.50, 14.15, 14.40 Родовые проклятья. (12+)
15.10 Смертоносный интеллект. (12+)
16.00, 17.05 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
18.10 Последнее путешествие Романовых. (12+)
19.10 Лучшие убийцы древних времён. (16+)
20.00 Вторая мировая в цвете. (12+)
21.00 Шелковый путь между Востоком и Западом
22.00 Первые цивилизации. (12+)
Тайной стабильности древнего Египта была религия. Общая вера заставляет людей чувствовать себя едиными. Так было при первых цивилизациях, так осталось и поныне.
23.00 Падение империи
00.05 Российская империя: династия Романовых. (12+)
01.10 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
02.15 Мир Гитлера: послевоенные планы. (12+)
03.15 Запретная история. (12+)
04.05, 04.55 Музейные тайны. (12+)
05.40 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

05.55 Зона строительства. (16+)
06.15, 07.00 Чудеса инженерии. (16+)
07.50, 08.40 Авто - SOS. (16+)
09.35, 10.25, 11.15 Непокорный остров. (16+)
12.05 Затеряться в Корее. (16+)
13.00 Морское побережье: фотопутешествие. (16+)
13.50 Год в открытом космосе. (16+)
14.40 Марсоход Curiosity. (16+)
15.35 Марс: закулисье. (16+)
16.30, 17.25, 18.20, 19.15, 20.10, 21.05 «МАРС». (16+)
22.00 Фри-соло. (16+)
Несмотря на попытки своих друзей и близких, включая свою новую возлюбленную, отговорить его от этого опасного приключения, Алекс Хоннольд, самый титулованный в мире скалолаз, прославившийся своими одиночными восхождениями в стиле фри-соло, готовится морально и физически к своему самому дерзкому на сегодняшний день восхождению - на гору Эль Капитан высотой в 3200 футов в национальном парке Йосемити.
23.40 Национальные парки Америки: Йосемити. (16+)
00.30 Национальные парки Америки: Большой каньон. (16+)
01.15, 02.00, 02.50 Инстинкт выживания. (16+)
03.35 Секретные материалы древности. (16+)
04.25 Авто - SOS. (16+)
05.10 Чудеса инженерии. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Заповедная Аляска. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)
09.00, 10.00 На свободу с питбулем. (16+)
11.00, 11.30 Удивительный мир животных. (12+)
12.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
13.00 Невероятные бассейны. (12+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)
16.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
17.00 Заповедная Аляска. (12+)
18.00 Адская кошка. (12+)
19.00 На свободу с питбулем. (16+)
20.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.00, 21.30 Удивительный мир животных. (12+)
22.00 Живой или вымерший: Занзибарский леопард. (16+)
В крупномасштабной экспедиции Форрест прочесывает людные улицы и тропические джунгли Занзибара в поисках вымершего леопарда, который, как считают многие, пал жертвой колдовства.
00.00, 00.30, 01.00 Рай для шимпанзе. (12+)
01.25, 01.50, 02.15, 02.40, 03.05, 03.30, 03.55 Знакомство с орангутангами. (12+)
04.20, 05.10 Полиция Хьюстона - отдел по защите животных. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.30 Как это устроено? (12+)
07.00, 07.30 Как это сделано? (16+)
08.00 Неизвестная экспедиция: Поиски красных башмачков. (16+)
09.00 Золотая лихорадка. (16+)
10.00 Разрушители легенд. Дети. (16+)
11.00 Музейные тайны: Лунная авария. (12+)
Дон Уайлдмен расследует истории об аварийном ремонте на Луне, о сёстрах-антифашистках и об одном удивительном материале.
12.00, 12.30 Мужские берлоги. (12+)
13.00 Эд Стаффорд: игра на вылет. (16+)
14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Мастера поторговаться. (16+)
16.00, 16.30 Как это устроено? (12+)
17.00, 17.30 Как это сделано? (16+)
18.00, 19.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
20.00 Золотая лихорадка. (16+)
21.00 Музейные тайны: Лунная авария. (12+)
22.00 Не пытайтесь повторить. (16+)
23.00 Самогонщики. (18+)
00.00 Гигантские хабы. (12+)
00.55 Разрушители легенд. Дети. (16+)
01.50 Эд Стаффорд: игра на вылет. (16+)
02.40, 03.05 Мужские берлоги. (12+)
03.30, 04.20 Охотники за старьем. (16+)
05.10 Легендарные японские авто. (12+)

TLC

06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Жизнь на Карибах. (12+)
10.00, 10.30 Охотники за недвижимостью: вокруг света. (12+)
11.00 Шинкуют все: юные кулинары. (12+)
12.00 Битва кондитеров: Бадди против Даффа. (12+)
13.00 Моя полная жизнь. (16+)
14.00, 14.30, 15.00, 15.30 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
16.00, 16.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
17.00 Оденься к свадьбе. (12+)
18.00 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)
19.00, 20.00 Я вешу 300 кг. (16+)
21.00 На приеме у доктора Кристиана. (16+)
В клинике, оборудованной по последнему слову техники, доктор Кристиан и команда медиков принимают самых разных пациентов.
22.00, 22.30 Особенные с рождения. (16+)
23.00 Аномалии тела. (18+)
00.00 Они поменялись едой. (16+)
00.55 Помешанные на чистоте. (16+)
01.50 Меня зовут Джаз. (18+)
02.40 Моя полная жизнь. (16+)
03.30 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
05.10 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

00.00, 03.55, 07.30, 11.25, 15.25, 19.50 Хозяин. (12+)
00.30, 04.25, 08.15, 12.15, 16.00, 20.20 10 самых больших ошибок. (16+)
01.00, 04.50, 20.50 Детская мастерская. (12+)
01.15, 05.05, 08.45, 12.45, 16.45, 21.10 Искатели приключений. (12+)
01.45, 05.35, 09.20, 13.20, 17.15, 21.45 Как поживаете? (12+)
02.10 С пылу с жару. (12+)
02.25, 06.00, 09.50, 13.50, 18.05, 22.15 Инспекция Холмса. (12+)
03.15, 10.40, 14.40, 19.05, 23.10 Варенье. (12+)
03.25, 07.00, 10.55, 14.55, 19.20, 23.25 Дизайн своими руками. (12+)
06.45 Доктор смузи. (12+)
Напитки утоляют жажду, дополняют основные блюда, согревают или дарят ощущение прохлады, бодрят или успокаивают. Рецепты могут быть как очень простые, так и более сложные, но все они направлены на то, чтобы получить из ингредиентов желаемый вкус. Один из наиболее популярных напитков - смузи. Густой, тягучий и сытный, он способен заменить перекус. Пожалуй, самый распространенный смузи - банановый, однако существуют и довольно неожиданные рецепты, в которых за основу берутся фрукты с умопомрачительным вкусом и огромным запасом витаминов.
08.00, 12.00, 17.45 Постное меню. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

00.05, 06.55, 12.10, 18.00 Бристольский залив. (12+)
00.55, 07.45, 18.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)
01.05, 05.05, 11.10, 17.30 Трофеи. (16+)
01.35, 05.30, 11.40, 19.05 Водный мир. (12+)
02.00, 08.00, 19.35 Рыболовы. (12+)
02.30, 08.35 Нахлыст. (12+)
03.00, 09.05, 15.25, 20.40 Охота в Удмуртии. (16+)
03.25, 09.35, 21.10 Большой троллинг. (12+)
03.50 Популярная охота. (16+)
04.05, 10.05, 21.40 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)
04.35, 10.40 Охота в Белоруссии. (16+)
06.00, 22.40 Две на одного. Оружие. (16+)
06.15, 22.55 Привет, Малек! (6+)
06.30, 23.40 Спиннинг сегодня. (16+)
12.55 Территория льда. (16+)
13.25 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
13.55 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
14.25 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)
14.55 Охотник-одиночка. (16+)
15.55 На рыбалку с охотой. (12+)
16.30 Рыбалка сегодня. (16+)
16.45 Универсальный фидер. (12+)
17.15 Первый лед - последний лед. (12+)
20.20 Советы бывалых. (12+)
22.10 Охота в Беларуси. (16+)
23.10 Планета охотника. (16+)

ЖИВИ!

00.00 Фитнес по-взрослому с Еленой Санжаровской. (12+)
Елена Санжаровская - популярный блоггер, ей 54 года, она счастливая мама и бабушка, фитнес-тренер и просто красивая женщина. «Фитнес по-взрослому» - это авторский курс познавательных тренировок, в ходе которых Елена раскроет темы, волнующие каждую женщину.
00.30, 03.00, 14.00, 21.00 Йогалатес. (12+)
Лучшее, что есть в йоге и пилатесе, на одном занятии!
01.30, 17.00 Целебная кулинария от Пегги К. (6+)
02.00, 10.30, 16.30, 19.30 Фитнес-бутик. (12+)
02.30, 10.00, 15.30, 20.00, 23.00 Территория фитнеса. Кардиоблондинки. (12+)
04.00, 05.30, 07.00, 08.30 Проснись со Стасом. (12+)
04.30, 06.00, 07.30, 09.00 PilatesУтро. (12+)
04.45, 06.15, 07.45, 09.15 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 06.30, 08.00, 09.30 YogaУтро. (6+)
11.00, 16.00 Йога для детей. (6+)
11.30, 18.00 Фитнес-коллекция. (12+)
13.00, 23.30 Территория фитнеса. Кроссфит. (12+)
13.30, 20.30 Территория фитнеса. Красота и сила. (12+)
15.00, 22.30 Опустевшее гнездо. (6+)
17.30, 22.00 YogaВечер. (6+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Профессиональный бокс. Трансляция из Екатеринбурга. (16+)
08.25, 11.50, 14.50, 17.25 Новости
08.30, 17.30 Кубок войны и мира. (12+)
09.40 «ТЯЖЕЛОВЕС». (16+)
11.30, 05.40 Страна. Live. (12+)
11.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Енисей» (Красноярск) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
13.55 Спортивный детектив. (12+)
14.55 Баскетбол. Чемпионат России. Женщины. 1/4 финала. УГМК (Екатеринбург) - «Динамо» (Новосибирская область). Прямая трансляция
16.55 Спортивные итоги недели. (12+)
18.40, 20.30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/4 финала. (0+)
22.20, 00.10 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
02.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
03.50 Баскетбол. Чемпионат России. Женщины. 1/4 финала. (0+)

EUROSPORT 1

00.00, 02.00, 04.00, 22.15 Теннис. ATP. «Мастерс». Майами. Прямая трансляция. (0+)
05.00, 13.45 Конный спорт. Saut Hermes. (0+)
06.00, 19.15 Тележурнал Watts. (0+)
06.30, 08.00, 14.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. (0+)
07.00, 07.30, 11.00 Биатлон. Кубок мира. Осло. (0+)
08.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. (0+)
09.45 Велоспорт. Милан - Сан-Ремо. (0+)
10.30 Ралли. Азорские острова. Обзор. (0+)
11.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (0+)
15.30, 18.15 Биатлон. Кубок мира. Осло. Прямая трансляция. (0+)
16.30 Лыжные гонки. Кубок мира. Квебек. Женщины. Прямая трансляция. (0+)
17.30 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. (0+)
19.30 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+)
08.00 Караокинг. (16+)
09.00 PRO-обзор. (16+)
09.35, 21.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
10.30 Икона стиля с Анной Семенович. (16+)
11.00 Русский чарт. (16+)
12.00 Ждите ответа. (16+)
12.30 Премия МУЗ-ТВ-2008. (16+)
МУЗ-ТВ перелистывает лучшие страницы своей культовой истории.
18.15 Отпуск без путевки. Куба. (16+)
19.15 Партийная ZONA. Прямой эфир. (16+)
Легендарная теледискотека МУЗ-ТВ. Прямая трансляция из ТРК «Вегас».
22.00 Urban: Музыка больших городов-2019. (16+)
Десятки незаурядных и самых востребованных исполнителей отечественной современной музыки.
23.30 10 sexy. (16+)
00.35 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Машины сказки», «Умная собачка Соня». (0+)
06.20, 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
06.55 «Машкины страшилки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Мончичи». (0+)
08.25 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь. Мокрое». (0+)
09.50, 21.30 «Четверо в кубе». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
14.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Ангел Бэби». (0+)
16.00 «Котики, вперед!» (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)
18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.30 «Лунтик и его друзья». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Деревяшки. Спасибо», «Котики, вперед! Страна потерянных носков», «Волшебный фонарь. Карлик Нос», «Малышарики. Гиппопотам», «Малышарики. Магазин». (0+)
19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Простоквашино. Неудобные соседи». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Карлсон вернулся». (6+)
05.25 «Пёс Пэт». (6+)
05.45 «Жужики». (6+)
06.15 «Мини-Маппеты». (0+)
06.40 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». (0+)
07.05 «Удивительная Ви». (6+)
07.35 «Микки и весёлые гонки». (0+)
08.00 «Герои в масках». (0+)
08.30 «Дружные мопсы». (0+)
09.00 «Хранитель Лев». (0+)
09.30 «София Прекрасная». (0+)
10.30 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
11.30 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
12.50 «Рапунцель: Новая история». (6+)
14.40 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
16.10 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
17.40 «Храбрая сердцем». (6+)
19.30 «Ральф». (6+)
21.35 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
23.35 «ФИЛЬМ О ЛИЗЗИ МАГУАЙР». (12+)
01.20 «НАСЛЕДНИКИ». (12+)
03.10 «НАСЛЕДНИКИ-2». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Смурфики». (0+)
06.45 «Волшебный фонарь». (0+)
06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Пляс-класс». (0+)
07.40 «Четверо в кубе». (0+)
09.00 «Высокая кухня: Английское чаепитие». (0+)
Вот уже почти 180 лет каждый англичанин в пять часов пополудни садится за стол ради знаменитого «файф о клок ти». Как появилась эта традиция, и чем можно полакомиться, даже если ты не англичанин? Ответы - в очередном выпуске программы «Высокая кухня»!
09.20 «Жила-была царевна». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Ароматные игрушки». (0+)
Криворучка задумалась, может ли игрушка пахнуть так же вкусно, как кофе? А выяснить это ей поможет мастер Анжелика! Вместе с Криворучкой они сделают необычные ароматные игрушки. Все подробности - в новом выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки»!
11.05 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
11.50 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
12.30 «Крутой ребёнок». (0+)
Еженедельно в эфире телеканала «Карусель» маленькие участники демонстрируют свои таланты! Яркие декорации, весёлый волшебник-ведущий, все секреты закулисья, много сюрпризов и, конечно же, очаровательные дети-участники подарят незабываемые эмоции и хорошее настроение всем телезрителям!
13.00 «Шиммер и Шайн». (0+)
13.50 «Барби: Дримтопия». (0+)
14.40 «Джинглики». (0+)
15.45 «Лео и Тиг». (0+)
17.35 «Маленькое королевство Бена и Холли». (0+)
19.05 «Царевны». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
22.50 «Приключения Тома и Джерри». (6+)
01.05 «Мадемуазель Зази». (6+)
02.05 «Инспектор Гаджет». (6+)
03.45 «Три котёнка». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.07 «Гора самоцветов». (6+)
06.21, 10.59 Тайны сказок. (6+)
07.56 «Доктор Машинкова». (0+)
08.06 «Летающие звери». (6+)
08.20 «Мяу-Мяу». (0+)
08.31, 21.30 Мультфильмы. (0+)
09.11 «Так сойдет». (6+)
09.21 «Мой друг зонтик». (6+)
09.31 «Уважаемый леший». (6+)
09.41 «Мышь и верблюд». (0+)
09.51 «Радуга». (0+)
10.02 Готовим с папой. (6+)
12.00, 12.46 «Смурфики». (0+)
12.35 «Раскраска». (0+)
13.47 «Песнь моря». (6+)
15.20 «Незнайка учится». (0+)
15.41, 16.34 Мультфильмы. (6+)
16.24 «Без этого нельзя». (0+)
16.55 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
18.04 «За тридевять земель». (6+)
19.23 «Новые бременские». (0+)
20.22 «МАРИЯ, МИРАБЕЛА». (6+)
22.11 «Цветик-семицветик». (6+)
22.32 «Балерина на корабле». (0+)
22.51 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)
23.06 Стоп! Снято! (12+)

О!

05.00, 19.20 «Три кота». (0+)
07.00 «Magic Songs». (0+)
07.05 «Летающие звери». (0+)
08.05 «Оранжевая корова». (0+)
08.15, 15.40, 19.15 «Играем вместе». (0+)
08.20, 22.20 «Облачный хлеб». (0+)
09.40, 13.20, 01.40 «ТриО!» (0+)
10.00 О! Кино! «Принцесса и дракон». (6+)
11.05 «Мой музей». (0+)
11.10, 03.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
13.05 «Оранжевая корова». (0+)
13.15 «Magic Songs». (0+)
13.35 «Союзмультфильм». (0+)
14.45 «Мой музей». (0+)
14.50 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
15.45 «Поезд динозавров». (0+)
16.40 «Мой музей». (0+)
16.45 «Пег + Кот». (0+)
17.55 «Magic Songs». (0+)
18.00 О! Кино! «Синдбад. Пираты семи штормов». (6+)
23.35 «Йоко». (0+)
02.00 О! Кино «Чудо-Юдо». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Я тебя люблю. (0+)
05.55 И будут двое... (0+)
06.50 Я хочу ребенка. (0+)
07.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
09.00 Завет. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
13.00, 14.00 Святыни России. (0+)
15.00 Следы Империи. (0+)
16.30 Пилигрим. (0+)
17.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (0+)
18.00 Рыцари неба. (0+)
18.45 «ДВА КАПИТАНА». 1 серия. (0+)
20.00 Женская половина. (0+)
21.00 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
21.40 Содом и Гоморра. Цикл: Хочу верить. (0+)
22.00 Щипков. (0+)
22.30 «ДВА КАПИТАНА». 2 серия. (0+)
23.50 День Патриарха. (0+)
00.05 Сила духа. (0+)
00.35 Вечность и Время. (0+)
01.20 Завет. (0+)
02.15 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
02.50 Вера в большом городе. (0+)
03.40 Пилигрим. (0+)
04.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

24 марта

Седмица 2-я Великого поста. Глас 2. Свт. Григория Паламы, архиеп. Солунского.

Свт. Софрония, патриарха Иерусалимского. Свт. Евфимия, архиеп. Новгородского, чудотворца. Сщмч. Пиония, пресвитера Смирнского, и иже с ним. Прп. Софрония, затворника Печерского. Свт. Софрония, еп. Врачанского (Болг.). Перенесение мощей мч. Епимаха. Прп. Алексия Голосеевского, Киевского. Собор всех преподобных отцев Киево-Печерских. Прп. Патрикия исп. Св. Василия исп., пресвитера.

Постный день.

« Премногое множество было таких, которые, живя в мире, всецело были преданы умной (Иисусовой) молитве... Почему умоляю вас и я, вместе со святым Златоустом, спасения ради душ ваших не нерадите о деле таковой молитвы».

Свт. Григорий Палама

Благодарим Радио ВЕРА за помощь в подготовке публикации

ВЕРА СВЕТЛОЕ РАДИО

Москва 100.9 FM
Верхневолжье 107.9 FM
Вышний Волочек 104.5 FM
Ржев 102.4 FM
Рязань 102.5 FM
Смоленск 88.4 FM

Доступно онлайн
www.radiovera.ru

App Store
Google play

социальная реклама 12+

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«Встань, возьми постель твою и иди»

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.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах в воскресенье, 24 марта.

Комментирует священник **Дмитрий Барицкий**

Крыши домов в Палестине имели особое устройство. Они были плоскими и использовались как дополнительный верхний этаж. Забраться на крышу можно было по наружной лестнице. Этим и воспользовались друзья расслабленного, когда не смогли проникнуть в дом ко Христу по причине большой толпы. Он не только не упрекает друзей расслабленного, но и поощряет – видя их веру в Бога и верность товарищу, исцеляет больного. Так Господь как бы заявляет всем присутствующим: «Если люди решились на такой отчаянный поступок ради доверия Мне, ради Меня и своего ближнего не побоялись навлечь на себя гнев и возмущение окружающих, неужели вы думаете, что Я оставлю их без ответа? Неужели вы думаете, что проигнорирую такую важную просьбу ради весьма условных норм приличия или мнения недовольных?» В ответ на исцеление ворчат и фарисеи. Их выводят из себя слова Христа: «чадо! Прощаются тебе грехи твои». «Как он смеет! – возмущаются они, – ведь прощать грехи может только Бог!» Смысл ответа Спасителя можно понять так: «Чтобы наградить человека за такую горячую веру и проявить Себя в его жизни, Я могу действовать и говорить, как хочу и что хочу. Не вам этого решать. Ведь скажу ли я «прощаются тебе грехи» или «возьми постель и иди», результат всегда будет один – исцеление и спасение. Потому что Я и есть Господь».

Важный урок содержит в себе этот евангельский отрывок. В конечном счете отношения между Богом и человеком невозможно регламентировать или раз и навсегда подчинить какой-то общей для всех формальной норме. Любая попытка сделать это – прокрустово ложе для живой веры. А потому нет ничего странного, что на пути человека ко Христу всегда найдутся те, кто будет явно или тайно выражать свое недовольство. Жития многих христианских святых, то, что им довелось претерпеть, – яркое тому свидетельство. Поэтому не будем делать поспешных выводов о тех, кто нас окружает. Дадим Богу и людям договариваться самостоятельно, без наших назойливых рекомендаций и директив. В противном случае мы рискуем уподобиться брюзжащим и вечно недовольным. Господь же лучше нас знает, что Ему сделать в жизни каждого конкретного человека, как откликнуться на ту молитву, которая зачастую скрыта от глаз посторонних. А в то, что этот ответ приведет к исцелению и спасению, мы должны надеяться всей своей душой. Ведь Он есть Господь Бог.

ДОРОГА К ХРАМУ

КОМУ МОЛИТЬСЯ БЕРЕМЕННОЙ?

? Мы с мужем счастливы – мы ждём ребёнка. Кому молиться о здоровье беременной женщины, кому можно заказывать молебен? Николай и Мария

Можно заказать молебен Божией Матери перед Ее Феодоровской иконой, Спасителю. А молиться можно Господу нашему, Богоматери. И вообще всем святым.

КАК БЫТЬ, ЕСЛИ ПЕРЕПУТАЛ ПОДСВЕЧНИК?

? По незнанию поставила свечу о мамином здравии на подсвечник для поминальных свечей. Это может теперь принести ей нездоровье? Кому теперь надо молиться, чтобы отмолить ошибку? Маша

По слову Священного Писания, «у Бога все живы». Поэтому случайно поставленная на тетрапод свеча никаких несчастий не принесет и не может принести. Если эта ситуация вас напрягает и не дает спокойно жить, исповедуйтесь.

МОЖНО ЛИ ПОМИНАТЬ СЕБЯ НА МОЛИТВЕ В ХРАМЕ?

? Надо ли поминать на молитве в храме и в домашней молитве себя, или это грех? Нина С.

Во время богослужения можно поименно поминать себя. А на домашнем молитвенном правиле можно поминать себя и кого пожелаете, это даже предусмотрено структурой келейного правила.

Фото из открытых интернет-источников

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ
ОБШИВ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ, ВЫНОС, КРЫШИ, УТЕПЛЕНИЕ
ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА
МОНТАЖ – 1 ДЕНЬ
ЖАЛЮЗИ В ПОДАРОК!
REHAU
РЕМОНТ ОКОН
ООО «М-СТРОЙ»
WWW.M-STROY.MSK.RU
СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ!
8 (495) 627-64-18

СПЕЦСЕТКИ, АНТИКОШКА, АНТИПЫЛЬ, АЛЮМИНИЕВАЯ, СЕТКИ: ДВЕРНЫЕ, ОКОННЫЕ, БАЛКОННЫЕ (РАЗДВИЖНЫЕ). КОМПЛЕКСНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ БЕСЕДОК
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
~~1990~~ 1190 руб. за кв.м
РЕМОНТ ОКОН
ПЛАСТИКОВЫХ, АЛЮМИНИЕВЫХ, ДЕРЕВЯННЫХ
ЗАМЕНА МЕХАНИЗМОВ. ОТКОСЫ. ЗАМЕНА БИТЫХ СТЕКЛОПАКЕТОВ
ВЕСЕННЯЯ АКЦИЯ!*
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
8 (495) 940-73-96
8 (905) 569-22-91
без выходных, с 9:00 до 21:00
*Условия акции уточняйте по телефонам

РЕМОНТ ДЕРЕВЯННЫХ ОКОН И ДВЕРЕЙ
утепление по шведской технологии
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ, ЗАМЕНА СТЕКОЛ, УСТАНОВКА ПЛАСТИКОВЫХ ОКОН И ДВЕРЕЙ. Покраска
Напрямую со склада
Пенсионерам скидка
+7-965-230-34-49 Андрей

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛОКИ

ПОТОЛКИ АТЛАНТ
БЕСШОВНЫЕ НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ
- Потолки любой сложности.
- Выезд замерщика бесплатно!
- Гарантия 10 лет!

8-499-398-15-57
8-925-002-19-28
Потолки-атлант.рф

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

8 (499) 165-61-33
ДОМА И БАНИ

БРУСОВЫЕ ДОМА с утеплённой мансардой	
Размер	Цена*
5х4	248 000
6х4	286 000
6х5	318 000
6х6	368 000
6х8	519 000
6х9	593 000

БАНИ БРУСОВЫЕ	
Размер	Цена*
3х4	206 000
4х4	223 000
5х3	214 000
6х3	231 000
5х4	253 000
6х4	288 000

ООО «ДАЧСТРОЙГРУПП»
http://построитьдачу.рф
Отделка: сайдинг, блокхаус, имитация бруса.
Террасы, веранды.
В цену входят: материал, сборка, доставка. *Цены на базовую комплектацию.

С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!
ОКНА ПВХ
- По доступным ценам!
- Собственное производство!
- Замер, доставка – бесплатно!
- Уборка, демонтаж в подарок!
- Пенсионерам льготы!
- Москитная сетка в подарок!

Окно от 2980 руб.
БАЛКОН от 2000 руб.
REHAU Немецкий профиль + фурнитура «Премиум-класса»
СКИДКА ДО 57%
8(495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

БалконДизайнПроект
до 31 марта САМЫЕ БОЛЬШИЕ СКИДКИ!
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
Шкаф в подарок
НАСТОЯЩЕЕ КАЧЕСТВО НЕМЕЦКОЕ
БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ (AL, PROOVEDAL, ДЕРЕВО, ПВХ)
БЕЗ выходных предоплаты
Отделка: пластик, дерево, крыши, шкафы, кладка
ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
8 (495) 664-63-99

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ – ВСЕ виды строит. работ из своего материала или материала заказчика. Печи, фундаменты, отмостки, беседки, сайдинги, кровля, внутренняя отделка, крыши, дорожки из плитки. Реставрация старых домов и др. Пенсионерам СКИДКА 25%. Работаем БЕЗ предоплаты. **8-906-740-38-95, 8-905-139-71-37**

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

■ **8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04** Пошив и ремонт головных уборов (в том числе эксклюзивных). Из меха, фетра, кожи и тканей. Более 500 готовых моделей. Тел.: 8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04 www.kokoshnik.ru

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»
ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ и ЛОДЖИЙ
НЕМЕЦКИЕ ОКНА
САЙДИНГ, ОБШИВ, ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
без выходных, гарантия, договор
Внимание АКЦИЯ!!! СКИДКА только до 31 марта Москитная сетка в подарок.
Монтаж 1 день
(495) 532-71-88

СтройБалконСервис **ОКНА**
ПВХ от производителей по выгодным ценам
1100 / 1250 — 14700 руб.
1300 / 1250 — 18600 руб.
1300 / 1900 — 19000 руб.
Цена включает:
- подоконник
- отлив
- откосы
- демонтаж
- монтаж

REHAU
КАЧЕСТВЕННЫЙ НЕМЕЦКИЙ ПРОФИЛЬ И ФУРНИТУРА
8 495 782 5448
8 495 961 3925
МОСКИТНАЯ СЕТКА В ПОДАРОК
с 9.00 до 21.00 без выходных
БЕСПЛАТНЫЙ ЗАМЕР
www.balkona.ru

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

ОК
СРОЧНЫЙ РЕМОНТ И ПРОДАЖА ЛЮБЫХ ОТПАРИВАТЕЛЕЙ:
- чистка/промывка
- замена аксессуаров
- ремонт (запчасти в наличии)

8 495 104 22 55
ООО «ГАМБИТ», ОГРН 5147746457689. Юр. адрес: 117623, г. Москва, ул. 8 Марта, дом 13, пом. 7, ком. 3

РЕМОНТ ТЕХНИКИ НА ДОМУ
от 400 руб. скидка 20%
-СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
-ХОЛОДИЛЬНИКОВ
-ЭЛЕКТРОПЛИТ
ЗВОНИТЕ! МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!
ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО! 8-495-369-62-35

■ **8 (495) 175-43-71, 8-963-711-51-48** **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Качество гарантируем. Пенсионерам и льготникам скидка до 30%. Без выходных. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. 8 (495) 175-43-71, 8-963-711-51-48**

ЗАВОД **ОКНА** ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, AL, дерево
Ремонт окон, жалюзи
СЕЗОННЫЕ СКИДКИ
- ОТДЕЛКА
- УТЕПЛЕНИЕ
- КРЫШИ
- ШКАФЫ

пенсионерам – скидка до 35%
8 (495) 740-76-09
8 (495) 662-13-29
8 (495) 941-96-29

ОКНА ПВХ
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ ООО «ЛАЙНОКНА»
от 6 000 р. / от 9 000 р. / от 10 000 р.
brusbox REHAU
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ «ПОД КЛЮЧ»
ВЫНОС • ШКАФЫ
КРЫШИ • ОТДЕЛКА
от 18 000 р. + ПОДАРОК
БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ
Пенсионерам – скидки
www.lineokna.ru
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
8(495)649-97-67, 8(499)394-31-94

РЕМОНТ И ОБСЛУЖИВАНИЕ:
- проффессиональных парогенераторов с утюгами и щётками
- отпаривателей одежды
- гладильных систем
- гладильных прессов

ул. Новочерёмушкинская, д. 57
8 495 507 89 82
Для доставки техники в ремонт по Москве можете воспользоваться нашим курьером

СРОЧНЫЙ ремонт стиральных машин и кондиционеров любой сложности. Любая работа - 500 руб. Выезд, диагностика -БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3-х л. Скидки пенсионерам! **Тел. 8 (495) 545-15-79,** www.mosrem24.ru

■ **8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28** РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28

■ **8 (499) 703-41-94** **Ремонт: Телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро и газовых плит! 8 (499) 703-41-94**

■ **8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18** МАГАЗИН ЗАПЧАСТЕЙ для холодильников и бытовой техники. Ул. Автозаводская, д. 17, корп. 3, этаж 2-ой, офис 102. РЕМОНТ бытовой техники, стиральных машин, холодильников. Замена резины на все модели. 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18

ОКНА и БАЛКОНЫ
под ключ
С бессрочной гарантией
С выгодой 55 %
Крыши, вынос
+7 (495) 109 07 04
Теплосберегающее и жароотражающее стекло при заказе в подарок!

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ **8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85** Грузоперевозки, Переезды: Квартирные, Офисные, Дачные, мебельные фургоны, Специалисты (проффгрузчики), разборка/сборка, Упаковка, под ключ, Разумные цены! 8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85

■ **8 (499) 390-62-65** Недорогой переезд любой сложности. Москва, область, регионы. Квартирные и дачные. В наличии грузовой, грузопассажирский и легковой автотранспорт. Сборка, разборка, перестановка, упаковка, утилизация. Грузчики профессионалы. Славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходных. Пенсионерам скидки! 8 (499) 390-62-65

■ **8-903-522-29-71, 8 (495) 772-03-68** АВТОГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. Газель 220 руб./час, 4 м – 300 руб./час. Мебельный фургон 18 куб. – 300 руб./час. Бычок – 350 руб./час. Пропуск центр, МО – 12 руб./км. Офисные, дачные, квартирные переезды. Трезвые грузчики – славяне. Очистка квартир от хлама. Гарантия подачи. Круглосуточно. Тел.: 8-903-522-29-71, 8 (495) 772-03-68

■ **8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99** Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. 8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99

■ **8 (495) 997-65-40** Грузоперевозки, въезд в центр. Перевозки квартирные, дачные, офисные. Пианино, сейфы. Утилизация. При необходимости разберем, упакуем, соберем мебель. А также поможем расставить (развесить) мебель. Установить бытовую технику. Аккуратно, быстро, профессионально. Конкурентные цены. Сотрудники славяне. 8 (495) 997-65-40

■ **8 (495) 728-69-81, 8-963-628-67-80** **Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. Газель. Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. 8 (495) 728-69-81, 8-963-628-67-80**

■ **8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58** Доставка, перевозки квартирные, дачные и т.д. Москва, МО, регионы. Работаю сам, БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время - не ограничено. Грузчики есть. Въезд в центр. Цельнометаллический фургон Пежо-Боксер. Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. 8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58

■ **8 (495) 589-00-78** Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. 8 (495) 589-00-78

■ **8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54** РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому, ЕЖЕДНЕВНО, недорого, с гарантией. ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО РЕМОНТА! Выезд на ремонт – бесплатно. СКИДКИ! 8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54

■ **8-926-701-02-02, 8 (499) 713-15-40** СРОЧНЫЙ РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. Замена уплотнительной резины. 8-926-701-02-02, 8 (499) 713-15-40

■ **8 (495) 142-20-58** Ремонт швейных машин всех типов на дому у заказчика. Качество гарантирую. Тел. 8 (495) 142-20-58

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ: 8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

Лучшая ремонтно-строительная компания 2017 – 2018 года*

РЕМОНТ
квартир, кухонь, ванных комнат
НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ 599 руб.
• Заключение договора • Гарантия 2 года
• Мастера славяне • Вызов замерщика
• Доставка материалов
20% скидка
ООО «ДомСтрой» с 9.00 до 21.00, без выходных
8 (495) 920-48-80
*По версии журнала «Ремонт»

Строй-сервис
РЕМОНТ квартир ванных, кухонь
НАТЯЖНОЙ ПОТОЛОК 390 РУБ.
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ
8 (495) 532-77-00
ДОСТАВКА МАТЕРИАЛОВ

ПрофРемонт Квартир
Ремонт ПОЛОВ
Ремонт СТЕН (циклёвка паркета)
Ремонт ПОТОЛКОВ
Ремонт ВАННЫХ
комнат. Электрика.
НОВОСЁЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%
8(962) 9-0000-91
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА-БЕСПЛАТНО
ДОСТАВИМ МАТЕРИАЛЫ.ПЕРЕДВИНЕМ МЕБЕЛЬ. УСТРАНИМ НЕРОВНОСТИ.ВЫВЕЗЕМ МУСОР.

ЭМАЛИРОВКА ВАНН Любой цвет Любое состояние
(495) 764-82-32

ЗАМКИ
ВРЕЗКА • ЗАМЕНА
РЕМОНТ • ГАРАНТИЯ
(495) 969-11-92

МАСТЕР НА ЧАС!
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ:
мелкий бытовой ремонт, отделочные работы, электрика, сантехника, сборка мебели.
Ремонт квартир под ключ.
Тел. 8(499)398-11-56

ЗАМКИ
Замена, врезка любой сложности.
Установка броненакладок.
Обивка и ремонт дверей.
8-495-772-92-00

ЗАМКИ
ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ
(495) 740-21-51
круглосуточно

ЗАМКИ
замена, врезка
РЕМОНТ МЕТАЛЛИЧЕСКИХ ДВЕРЕЙ
8-916-420-55-76

ЗАМКИ
• ЗАМЕНА
• ВРЕЗКА
• ВСКРЫТИЕ
РЕМОНТ СТАЛЬНЫХ ДВЕРЕЙ
8(495) 920-06-68

■ **8 (495) 162-03-81 Циклевка паркета ТРИО без пыли. Лак. Все виды работ. КАЧЕСТВЕННО. НЕДОРОГО. БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ. Москвичи. СКИДКИ!!! Тел. 8 (495) 162-03-81**

■ **8 (495) 363-72-40 Циклевка паркета, паркетной доски, покрытие лаком без запаха, быстросохнущий. Качественно. Обработка паркета ТРИО. Лак. НЕДОРОГО. СКИДКИ! Тел. 8 (495) 363-72-40**

■ **8 (495) 363-52-94 Циклевка и восстановление паркета ТРИО без пыли. Лак. Натяжные потолки с гарантией. РЕМОНТ КВАРТИР ПОД КЛЮЧ. ВСЕ КАЧЕСТВЕННО. ДОСТУПНО. НЕДОРОГО. Тел. 8 (495) 363-52-94**

■ **8-903-205-93-63, 8-926-535-64-56, 8 (495) 963-23-23** Циклевка: паркет, доски, покрытие лаком, все виды работ по ремонту, выезд по Москве и Московской. области. Пенсионерам скидка! 8-903-205-93-63, 8-926-535-64-56, 8 (495) 963-23-23

■ **8-925-415-08-08 Ремонт косметический и капитальный: квартир, комнат, кухонь, ванны под ключ, утепление и отделка балконов, лоджий. Изготовление на заказ шкафов-купе, кухонных гарнитуров. Натяжные потолки. Работаем без посредников, без предоплаты! Договор! Гарантия 3 года! Тел.: 8-925-415-08-08 без выходных**

■ **8-925-125-18-80** Поклейка обоев (бумажных, флизелиновых и виниловых). Покраска потолка. Частный мастер. 8-925-125-18-80 Татьяна

■ **8 (495) 723-87-03** Укладка ламината, паркетной доски, линолиума. Установка дверей. Обшивка балкона (дерево, пластик). Сборка мебели, навес карнизов, люстр, полок, картин и многое другое. Возможна доставка материалов. 8 (495) 723-87-03

■ **8-985-039-70-07, 8-964-525-91-82** Александр Ремонт от мелкого до косметического Обои Потолки Ламинат Линолеум Плинтуса Замена розеток выключателей люстр Установка дверей Плиточные работы Установка сантехники Ремонт ванной комнаты и другие работы. 8-985-039-70-07, 8-964-525-91-82

■ **8-903-175-34-17, 8-968-468-69-07** Мастер на час. Ремонт квартир и офисов, сантехника, электрика. Обивка, ремонт дверей; замков (вскрытие и установка); сборка и ремонт мебели и др. Без выходных. Тел.: 8-903-175-34-17, 8-968-468-69-07, Александр http://masteralex.msk.ru/ Только Москва и Мо

■ **8-926-605-10-77** Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара -Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам- скидки! Работаем на результат. 8-905-557-77-37

■ **8-925-102-43-73** Бригада. Ремонт квартир. Плитка, ламинат. Гипсокартон. Честный ремонт за честные деньги. Договор, гарантия. Тел. 8-925-102-43-73

■ **8 (495) 902-7712, 8-966-099-99-53** Профессиональная клейка всех видов обоев, ремонт частично и под ключ. Мы из Химки, работаем по всей Москве и Области. Меня зовут Александр занимаюсь ремонтам квартир 12 лет, работаю как один так и с напарниками. Поэтому дешевле на все виды работ. Помощь в доставке материалов. 8 (495) 902-7712, 8-966-099-99-53

■ **8 (495) 407-60-41, 8-965-16-17-485** КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Поклейка обоев любых видов и сложности за 1 день. Возможно недорогая оклейка стен под сдачу. Малярка. Покраска. Ламинат. Линолеум. Ванна под ключ. Натяжные потолки. Пенсионерам скидки. 8 (495) 407-60-41, 8-965-16-17-485

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ **8-800-100-45-22, 8 (495) 978-60-06** УНИЧТОЖИМ ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ, ГРЫЗУНОВ. Химикаты 4 и 5 поколения. Не дорого. Доп.защита «БАРЬЕР» входит в цену обработки. Препараты без запаха. Безопасны для людей и животных. Договор. Гарантия. Без выходных. Консультации по 8-800-100-45-22, 8 (495) 978-60-06, 8-916-073-75-80, www.санитарыстолицы.рф

■ **8 (495) 908-63-16** Профессиональное уничтожение! Клопов, тараканов, моль, чешуйница, клещей, крыс, мышей, грибка плесени борщевик и т.п. 100% гарантия результата. Холодный туман! Качественные европейские препараты! Метод холод. и гор. тумана. сэс-столицы.рф Мы вернем Вам покой!24/7 консультация по тел. 8 (495) 908-63-16

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

Ветеринарная клиника
МОСКОВСКИЙ АЙБОЛИТ
ВЕСЬ СПЕКТР ВЕТЕРИНАРНЫХ УСЛУГ НА ДОМУ И В КЛИНИКЕ: 24 часа
• Стрижка
• УЗИ, ЭКГ, рентген
• Безболезненное усыпление животных
• Кремация (с присутствием)
www.mosvetaibolit24.ru
8 (495) 142-40-67
8 (977) 927-97-37

■ **8 (495) 585-79-76** ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА. Выезд на дом 24 часа. Стерилизация, кастрация. Стрижка кошек. Гуманное усыпление. Кремация. Москва и Московская область. Лицензия. Тел. 8 (495) 585-79-76

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

БЕСПЛАТНАЯ ОФИЦИАЛЬНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
8 (495) 233-03-38

ООО «ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА»
юридическая консультация БЕСПЛАТНО
Возврат вкладов
Мошенничество
Взыскание долга
Расторжение кредитного договора
Жилищные и земельные споры
8(495) 205-14-54

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ! Консультация по телефону/очная для жителей Москвы, подмосковья и граждан СНГ. **Телефон круглосуточной горячей линии: 8 (499) 322-05-19** ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие Юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ! **Тел. 8 (495) 205-92-69**

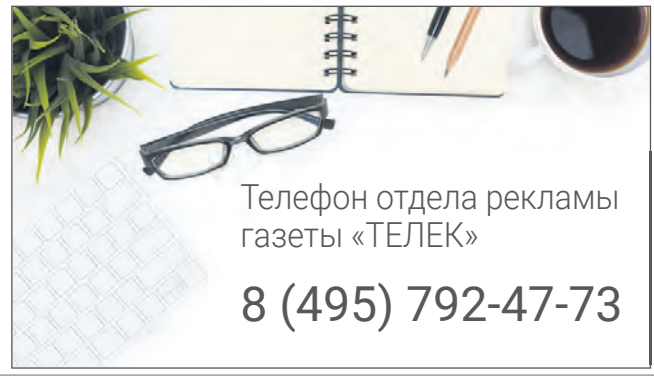
■ **8 (495) 101-01-41 Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ! Тел. 8 (495) 101-01-41**

■ **8-925-367-16-09** Списание долгов. Банкротство физических лиц. Оплата за услуги исключительно по результату. 8-925-367-16-09

■ **8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51** Адвокаты. Уголов. и гражд. дела (в т.ч. убийства, мошеннич., наркотики, экономич., должност. взятки и др.; возврат кв-ры; споры по недвиж., имуществен., жилищ., наследств., земельн., семейные споры). www.faitulin.ru Тел.: 8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51

■ **8 (499) 409-91-42** Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч.: Вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. 8 (499) 409-91-42

■ **8 (495) 920-76-96** Оплата по результату! Юридическая помощь гражданам: жилищные, семейные трудовые, наследственные, пенсионные, земельные споры, взыскание долгов, расторжение договоров, работа против коллекторов, взыскание с недобросовестных юристов. Помощь людям оказавшимся в трудной жизненной ситуации. 8 (495) 920-76-96



НЕДВИЖИМОСТЬ

Домашний — МИКРОРАЙОН — 495 280 03 00 метро «МАРЬИНО» PSN group**
*Идет выдача ключей корпусов 1-й очереди. **Группа ПСН, застройщик АО СЗ «Мосстройснаб». Проектная декларация на сайте: домашний.рф. Реклама

■ **8 (495) 999-28-82, 8-985-999-28-82 Квартиру/ комнату СНИМУ у добропорядочных хозяев. Чистота, порядок, своевременная оплата гарантирована. Срочно! 8 (495) 999-28-82, 8-985-999-28-82**

■ **8-905-509-55-00** Семейная пара из Подмосковья (Серпухов) срочно снимем 1-2 комнатную квартиру или комнату в любом районе Москвы. Посредникам не беспокоить. 8-905-509-55-00

■ **8-903-710-13-71, 8-968-954-57-94** Продаю 1 комн. кв. Истринский р-н, п. Онуфриево. 36, 6 кв. м, кухня 7,5 кв. м, коридор, лоджия, подвал, санузел совм. 2 эт./ 3-х эт. дома. Чистый воздух, озеро, лес, развитая инфраструктура, автобус, электричка. 1 млн. 650 тыс. р. СМС не читаю, звонить до 21.00. 8-903-710-13-71, 8-968-954-57-94

■ **8 (495) 50-25-127, 8-903-515-85-33** Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями, неприватизированную и др. проблемами. Тел.: 8 (495) 50-25-127, 8-903-515-85-33 Эля

■ **8 (495) 999-28-82, 8-985-999-28-82 Куплю квартиру срочно! 8 (495) 999-28-82, 8-985-999-28-82**

■ **8 (495) 772-50-93** 1-3-х комнатные квартиры, комнаты снимет мед. центр для своих сотрудников-москвичей, европейцев. Есть одинокие, семейн. Возможно предоплата, можно без мебели. Порядочность гарантируем. 8 (495) 772-50-93

■ **8-909-641-37-99** Сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел. 8-909-641-37-99

МЕБЕЛЬ

РАСПРОДАЖА МЕБЕЛЬ ПО ВАШИМ РАЗМЕРАМ
СКИДКА до 30%
ОТ 5 ДНЕЙ
(495)589-57-82
(495)589-57-83
▪ ШКАФЫ-КУПЕ
▪ ПРИХОЖИЕ
▪ ГАРДЕРОБНЫЕ
▪ БИБЛИОТЕКИ
▪ КУХНИ
▪ ДЕТСКИЕ КОМНАТЫ
▪ ЗАМЕНА ФАСАДОВ
▪ РАДИУСНЫЕ ДВЕРИ
БЕСПЛАТНО ▪ ВЫЕЗД ДИЗАЙНЕРА ▪ ДОСТАВКА ▪ ПОДЪЕМ
www.mir-mebely.su

■ **8-968-089-44-57** Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпусной. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Нестандартная мебель. Тел. 8-968-089-44-57

■ **8 (495) 410-19-77 Обивка и ремонт мягкой мебели. Выбор ткани, кожи. Наличный и безналичный расчет. Вызов мастера бесплатно. www.obivkameb.ru 8 (495) 410-19-77**

■ **8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25** ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-mebel.ru, svkmatras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25

■ **8-926-795-35-17** Обивка и ремонт мягкой мебели, кресел, кухонных уголков, кушеток, стульев. Изменение дизайна и формы изделия. БЕСПЛАТНО вывезем изделия в мастерские и привезем, также ремонт на дому. Гарантия 12 месяцев. Договор. Оценка по Ватсап, Вайбер. Огромный выбор материала. Тел. 8-926-795-35-17 мастер Оксана А.

■ **8-926-981-93-63** Обивка и перетяжка мягкой мебели! В Москве и Подмосковье. На дому. Работа без предоплаты! Выбор качественных материалов. Выезд мастера бесплатно. Тел. 8-926-981-93-63

■ **8 (495) 740-79-43** Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел. 8 (495) 740-79-43

ЗНАКОМСТВА

■ **8-985-985-60-25** Абсолютно надежно!!! Профессиональная сваха. Знакомства серьезные. Гарантированно! Достойный выбор. До 85 лет. Строго для славян. Тел. 8-985-985-60-25

ЗДОРОВЬЕ

■ **8 (495) 728-79-66** Наркологическая помощь 24 часа. Запои, алкоголизм, наркомания. Психиатрия, психотерапия. БЫСТРО, АНОНИМНО, КВАЛИФИЦИРОВАННО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО! Круглосуточно! Предъявителю объявления скидки! WWW.DOCTOR-KASHIN.RU Лиц. №ЛО-77-01-0012220 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

АЛКОГОЛИЗМ
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ
НАРКОЛОГ НА ДОМ
8 495 506-91-04
Убедим больного лечиться
НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «СПАСЕНИЕ»
КОДИРОВАНИЕ
Лиц. ЛО-77-01-008419 от 16.06.2014
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

8 (495) 734-99-37
НАРКОЛОГИЯ
ПСИХОТЕРАПИЯ
Неврозы, Депрессии, Бессонница
МОСКВА и МО БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ АНОНИМНО 24ч
ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ!
Имеются противопоказания.
Проконсультируйтесь со специалистом

ЭКСТРЕННАЯ МЕДСЛУЖБА
Москва и область
ЗАПОИ
Быстрая помощь.
Выезд на дом.
24 ч
8(495)721-61-05
8(495)508-35-42
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НАРКОЛОГ НА ДОМ 24 ч
Психотерапия
ГИППОКРАТ www.hippocrat.info
ЗАПОИ, КОД, АНОНИМНО
8 (495) 223-23-63
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ от 3450 ₽
КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ!
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ
СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ
ОТДЕЛКА: порошковое напыление
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,
ламинат, МДФ, шпон, филенка
массив дуба, кованые изделия
АКЦИЯ* задвижка и утеплитель в подарок
СКИДКИ
ГАРАНТИЯ 10 лет
ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ
ЗАМЕР, доставка, установка — БЕСПЛАТНО
*подробности по тел.
СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛЕРАМ
8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ от 1200 руб.
АРКИ
АНТРЕСОЛИ
ШКАФЫ
• ДЕРЕВЯННЫЕ
• СТАЛЬНЫЕ
• МЕЖКОМНАТНЫЕ
• ВХОДНЫЕ
Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!
3-я дверь в подарок!
www.dveri-irbis.ru
8 (499) 408-40-71
ЗАМЕР, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО. УСТАНОВКА.

ВЕСЕННИЕ СКИДКИ • пенсионерам до 15%
ДВЕРИ
8–499–341–19–15
8–925–501–17–41
Цены действуют до 15/03/2019
• от производителя • ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА
СКИДКИ к 8 МАРТА!
от 2490р комплект
от 4490р комплект
от 4890р комплект
от 6490р комплект
• ламинат • ПВХ/эмаль • экошпон/шпон • стальные

ДВЕРИ
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
ВХОДНЫЕ
МЕЖКОМНАТНЫЕ
ДЛЯ КУХНИ
ВАННОЙ И ТУАЛЕТА
ШКАФЫ-КУПЕ
ОКНА ПВХ
РАСПРОДАЖА по низким оптовым ценам более 1000 моделей
СКИДКА 15%*
*до 31/03/2019
ВЫСТАВОЧНЫЕ ЗАЛЫ
м. ВДНХ, Ярославское ш., 19/1, 3-эт. (из лифта налево)
м. Щелковская, Щелковское ш., 100,1 эт. (ТЦ Мир мебели)
м. Домодедовская, ул. Генерала Белова, 35
м. Молодежная, ул. Горбунова, 12/2, стр.22
м. Сходненская, ул. Свободы, 29, цок.этаж
м. Технопарк, пр-т Андропова, 8, цок.эт. № 87
БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР+ДОСТАВКА
www.zakaz-dverey.ru
Телефон: 8(495) 151–10–04

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ
• МЕЖКОМНАТНЫЕ • СТАЛЬНЫЕ
• ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ
• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА
Рассрочка 0% Ветеранам, новоселам, старшему поколению
ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решётки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т. п.
ЗАМЕНА ЗАМКОВ
БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ от ПРОСТЫХ до ЭЛИТНЫХ
ВОЗМОЖНО ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДВЕРЕЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПРОЕКТУ
1 ЧАС И МАСТЕР У ВАС
Вы ознакомитесь с каталогом продукции, увидите натуральные образцы материала будущей двери. Мастер профессионально замерит дверной проем, чтобы дверь соответствовала всем параметрам. Поможет с выбором модели двери и фурнитуры. Установим дверь в кратчайшие сроки (2 часа).
отдел заказов 8:00 - 21:00 без выходных
8 (495) 221-22-46

ФИНАНСЫ*

ДЕНЬГИ без предоплаты от 10 до 14% годовых, от 10 тыс. руб. до 1 млн. руб., до 5 лет, гр. РФ, работающим, безработным, судимым. СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ! **Тел.: 8 (495) 205-89-47, 8-917-585-42-85** ООО МКК «ЗОЛОТОФФ» рег. № 651403397005590 ОГРН 1142130010109 СРО «Единство»

■ **8 (499) 909-00-18** Займы пенсионерам и не только. Ставки снижены в 2 раза. ООО МКК «Евраз». ОГРН 1155958009811. Свид. ЦБ 001503357006693. Тел. 8 (499) 909-00-18

■ **8-925-063-49-19** Даём займ наличными до 50 000 руб. от 0,6% Возраст до 80 лет. Без залога и поручителей. Пенсионерам особые условия! Честно! Быстро! Доступно! м. Пл.Ильича / м. Римская: 8-925-063-49-19 или м. Алтуфьево: 8-926-736-79-05. ООО МКК «Благодетель», рег. 1703046008545, ОГРН1175024022172, СРО «Мир»рег. 50000935

ДЕНЬГИ
без предоплат и отказов
пенсионерам спецпредложение
8-915-381-74-02
ООО МФК «Срочноденьги», № 2175275252216 от 28.02.2017, ОГРН 1132223013922

МБК БОЛЬШЕ ЧЕМ БАНК
(495) 99-888-96
www.mbk-credit.ru
от 350 000 руб.
в день обращения
Без справок и залога
Без поручителей
От 14% годовых от 5 лет
ООО МКК «МБК плюс» ОГРН 1187746166354, Реестр ЦБ РФ Рег № 1803045008794
1 МИНУТА ПЕШКОМ ОТ СТ. МЕТРО «КИТАЙ-ГОРОД»

*Будьте бдительны. Объявления, не содержащие официальных названий и лицензий банков, КПК, МФО и ломбардов не являются рекламой банковских, страховых и иных финансовых услуг. Объявления, в которых предлагаются посреднические услуги, означают информационное консультирование при осуществлении сделок между вами и банковскими, страховыми и иными финансовыми организациями.

РАБОТА

■ **8 (495) 783-06-56, 8-926-882-63-32** В компанию «БРАМИ» требуется менеджер по продажам рольставен и автоматических ворот. Оклад 30000 рублей + % от денежных поступлений + квартальная премия + тринадцатая зарплата. м. Выхино – м. Лермонтовский пр-т. ул. Большая Косинская, 18Б, оф.3. Тел.: 8 (495) 783-06-56, 8-926-882-63-32, www.bramy.ru

■ **8-985-181-59-19** Работа на дому. Обучение и материал б/п. Ручная сборка и фасовка канцелярских изделий. Зарплата сдельная до 40 000 руб. в месяц. Трудовой договор. Без опыта работы можно. Работа на телефоне и за компьютером. Тел. 8-985-181-59-19

■ **РАБОТА НАДОМНАЯ!** Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки. З/п от 12500 руб. Рабочие материалы почтой. Бесплатно вышлем подробные условия работы всем желающим. Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел. 8-987-840-08-17

СООБЩЕНИЯ

■ **Паспорт** гр. Афганистана на имя Тамим Гаусутдин Амири 27.02.1993г.р. в связи с утерей считать недействительным!

■ **Организатор торгов** – финансовый управляющий Брюханова Алексея Владимировича (ИНН 503008152075) Чупраков АА(ИНН 421807556000) сообщает о продаже автомобиля Chevrolet Cobalt 2013 г.в., VIN XWBJF69VJEA016113. Информация на сайте ЕФРСБ http: //bankrot.fedresurs.ru сообщение №3534554

КУПЛЮ

■ **8-985-938-08-26 Куплю грампластинки, аудиотехнику, проигрыватель грампластинок, фирменные аудиодиски CD, различных стилей и направлений музыки, куплю. Тел. 8-985-938-08-26**

■ **8-985-979-56-09** Куплю грампластинки, радиоприемник, патефон, магнитолы из «Березки». Акустику, колонки, усилитель. Проигрыватель винила. Старинные фотоаппараты. Часы, значки. Картины советских художников СССР. Тел. 8-985-979-56-09

■ **8-903-125-40-10** Куплю РАДИОДЕТАЛИ новые и б/у, можно на платах, переключатели, реле, пускатели, разъемы, термопары, реохорды. Монеты. Значки, часы времен СССР. Тел. 8-903-125-40-10

АВТО

■ **8 (495) 664-65-88, 8-926-313-90-00 АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДЕРЖАННЫЕ автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с учета. ЭВАКУАЦИЯ – Москва, МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЕТ НА МЕСТЕ. ВЫКУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ. 8 (495) 664-65-88, 8-926-313-90-00**

ВЫКУП АВТОМОБИЛЕЙ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ! Легковые, грузовые всех марок, любых состояний, любого года выпуска, а также после аварии, неисправные, без документов, кредитные. ВЫЕЗД, оценка, переоформление БЕСПЛАТНО! ДЕНЬГИ СРАЗУ! гарантия юридической чистоты и ВЫСОКОЙ ЦЕНЫ! **8-967-100-08-00, 8-926-223-45-61**

■ **8-916-841-89-94** Срочный выкуп абсолютно любого авто максимально дорого. С абсолютно любыми проблемами. С запретом регистрационных действий, арест, кредитные, без птс. Старые, новые любые, Москва и МО, не на ходу. Приеду в любое время, деньги сразу, оформление полностью за мой счет. Куплю дорого 8-916-841-89-94

■ **8 (495) 995-06-07, 8-963-782-06-07** Автовыкуп. Абсолютно все автомобили по Вашей цене. ВАЗ, ГАЗель, УАЗ. Иномарки. Выезд специалиста бесплатно. Оформление в ГИБДД за наш счет. Тел. 8 (495) 995-06-07, 8-963-782-06-07, Владимир

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИТ!
◆ Иконы. Статуэтки Будды.
◆ Янтарь, янтарные бусы.
◆ Статуэтки, фарфор.
◆ Серебро, бронзу.
◆ Монеты, значки.
◆ Картины, книги.
◆ Старинную мебель.
◆ Любой антиквариат и мн. др.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8-925-403-68-83

ОЦЕНКА. ВЫЕЗД. ПОКУПКА.
ФАРФОР КУЗНЕЦОВА, ГАРДНЕРА
СТАТУЭТКИ. СЕРВИЗЫ (остатки)
БРОНЗА. ЧУГУН. СЕРЕБРО
ЗНАЧКИ. НАГРАДЫ. ЯНТАРЬ
ИКОНЫ. КАРТИНЫ. ОТКРЫТКИ
ВСЕ ИЗ КИТАЯ. КОСТЬ. ЧАСЫ.
8-916-359-05-00
ГАЛИНА, СЕРГЕЙ

■ **8-903-666-33-55 Награды, знаки, значки, монеты, банкноты, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, фарфор, бронзу, картины, книги, фото, открытки, АВТОГРАФЫ, янтарь, шкатулки, дом. архив и т.д. куплю дорого. Выезд-24. 8-903-666-33-55**

■ **8-926-705-30-59** Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовар, подстаканники, предметы старины до 1960г, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундир, военную форму, открытки, старые детские и елочные игрушки, патефон, часы, иконы и др. старинные вещи. 8-926-705-30-59

■ **8-985-124-11-80** Магазин купит старые изделия из бронзы, серебра, золота, портсигары, самовары. Картины, иконы, фарфоровые фигуры. Трофеи ВОВ, атрибутику СССР, форму военную, министерств и ведомств, значки ВЧК-КГБ , наградные знаки. 8-985-124-11-80

■ **8(495)691-75-09,8(495)690-54-13** Антикварная лавка купит/примет на реализацию книги до 1945 года. Выезд. Тел. 8 (495) 691-75-09, 8 (495) 690-54-13

В КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО Награды, Ведомственные Знаки, Значки, Медали, Монеты, Грамоты, Банкноты, Подстаканники, Портсигары, Подсвечники, Статуэтки Фарфор, Касли, Сервизы, Столовое серебро, Иконы, Игрушки СССР и ГДР, Открытки, Часы, Архивы, Военную Форму ВОВ, Кортики ОПЛАТА СРАЗУ **8-985-179-79-30 ВЛАДИМИР**

■ **8-903-544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, нагруд знаки, янтарь, подстаканник, портсигар, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовар, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. 8-903-544-38-10 Наталья, Сергей**

■ **8-916-643-14-63** Куплю фарфор СССР и фарфоровые китайские фигурки 50-х годов. Екатерина. 8-916-643-14-63

■ **8-905-796-72-32 Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканник, портсигар, фотоаппараты, патефон, самовар, мельхиор, монеты, банкноты, медали, значки, знаки, архив, фото, открытки, статуэтки, сервизы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные игрушки, книги, картины. ДОРОГО, выезд и оценка сразу. 8-905-796-72-32**

■ **8 (495) 241-19-52** Книги. Выезд от 150 экз. Оплата сразу. Тел. 8 (495) 241-19-52

■ **8 (495) 585-40-56** Покупаем дорого антиквариат, книги, книжные полки, техническую литературу, библиотеки, архивы, фарфор, статуэтки, самовар, бронзу, старинную мебель и игрушки, старые фотографии, модели машинок, значки, открытки, картины, иудаику. Выезд. Оценка бесплатно. Перевозки. Тел. 8 (495) 585-40-56

■ **8-916-929-09-41, 8-917-515-71-93** С БЛАГОДАРНОСТЬЮ куплю КНИГИ до 1945 г. А также до 1970 г. архивы, открытки, фото, значки, живопись, графику, игрушки в т.ч. елочные, предметы из стекла, фарфора, хрусталя, серебра, бронзы, чугуна, кости и др. ВСЕ О ДИРИЖАБЛЯХ. Тел.: 8-916-929-09-41, 8-917-515-71-93

■ **8-963-921-08-38 Книги, архив, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, значки, старые награды, янтарь, подстаканник, портсигар, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 р/гр, фотоаппарат, открытки, фото, фарфор статуэтки, самовар. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТАЛОГОВ. 8-963-921-08-38 Дмитрий**

■ **8-916-155-34-82** Елочные игрушки, куклы, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, статуэтки и изделия из меди, бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора, янтаря; фотоаппараты, самовары, иконы. Выезд оценщика на дом бесплатно! 8-916-155-34-82

■ **8-967-273-29-40 Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, мелочь 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будду, знаки, медали, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканник, портсигар, самовар и др КУПЛЮ ДОРОГО ВЫЕЗД. 8-967-273-29-40 Дмитрий, Ирина**

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектура, а также книги до 1917 г. Куплю, Выезд. **Тел. 8 (495) 721-4146**

Янтарь куплю дорого. СССР и Царская Россия: Статуэтки, подстаканники, портсигары, значки, самовары угольные, серебро столовое, иконы, монеты, игрушки и куклы, игрушки елочные, открытки до 1940 г., шкатулки Палех, статуэтки Будды. Выезд в удобное для Вас время бесплатно. **Тел. 8 (495) 643-72-12**

■ **8 (495) 508-53-59** Модели Авто, железная дорога, старые фото, военную форму, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовар, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, картины, патефон, фотоаппараты, хронометр, игрушки и духи СССР, киндеры, солдатики, куклы, часы, марки, открытки, документы, знаки, грамоты, этикетки, радиоаппаратуру. 8 (495) 508-53-59

■ **8-916-643-14-63** Куплю советские ёлочные игрушки. Екатерина. 8-916-643-14-63

■ **8-903-777-32-88** Куплю советские календарики, фантики от конфет и шоколада, жвачку, старые духи, открытки, ёлочные игрушки, плюшевых медведей, железную дорогу, машинки, книги до 60 года, фарфоровые статуэтки и посуду, фотографии, предметы советского быта, военную форму, самовары. Тел. 8-903-777-32-88

Скидки на наши бестселлеры! Готовимся к лету!

натуральная кожа 100%

Сабо из натуральной кожи

Практичные и стильные сабо на каждый день позаботятся о ваших ногах! Ноги в них практически не устают, передвижение даже на большие расстояния становится очень комфортным. Сабо отлично вентилируют воздух и формируют идеальный микроклимат для ваших ног, защищая их от излишней потливости и неприятного запаха. Удобная прочная подошва с небольшой танкеткой обеспечивает идеальную сцепку с поверхностью при движении – вам больше не страшны гладкие тротуары. Прочные качественные материалы обеспечивают долгий срок службы. Две пары обуви для любых ситуаций: белая, более сдержанная и элегантная, будет особенно хороша в образах для офиса, в цветочек - отлично впишется в расслабленные образы для отдыха! Подходит для парикмахеров, продавцов, медицинских работников.

1. Белые сабо с хлястиком
2. Сабо в цветочек

Размеры: 36-41. Уточняйте у оператора при заказе. Материал: верх и подпятник - натуральная кожа, подошва – ПВХ.

~~2750 р.~~ **1290 р.** СКИДКА 53%

В этой обуви Ваши ноги не устанут!

Разделитель для пальцев, 2 шт.

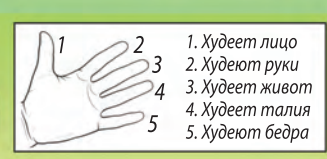
Они защитят пальцы от сдавливания, будут способствовать снятию неприятных ощущений при проблеме вросших ногтей, а также в период заживления после манипуляций.
Материал: силикон. Размер: универсальный. КНР.

~~550 р.~~ **249 р.**

Измельчитель

Работает без использования батареек и электроэнергии. Острые лезвия для измельчения или смешивания легко справляются с твердыми орехами и свежими овощами. Подходит для приготовления сложных соусов. Легко моется и не занимает много места на кухне.
Материал: полипропилен, полистирол, нержавеющая сталь, нейлон. Размер: 13x8,5x9 см. КНР.

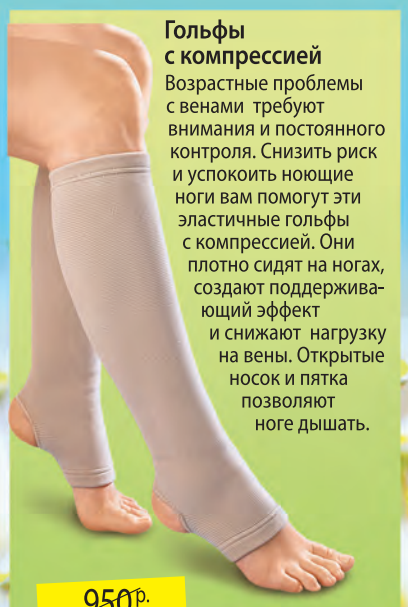
~~1200 р.~~ **999 р.**



Магнитное кольцо для похудения

Это кольцо создает магнитное поле, которое может способствовать снятию стресса, поддержанию давления, снижению аппетита и, как следствие, потере лишнего веса.
Материал: недраг. металл с магнитом и гальваническим покрытием. Размер: универсальный. КНР.

~~700 р.~~ **399 р.**



Гольфы с компрессией

Возрастные проблемы с венами требуют внимания и постоянного контроля. Снизить риск и успокоить ноющие ноги вам помогут эти эластичные гольфы с компрессией. Они плотно сидят на ногах, создают поддерживающий эффект и снижают нагрузку на вены. Открытые носок и пятка позволяют ноге дышать.

~~950 р.~~ **499 р.**

Материал: 70% полиамид, 30% эластан. Размер: универсальный. Высота: 41 см. КНР.

Щипцы для ногтей

Сделанные из особо прочной стали щипцы предназначены в основном для ухода за ногтями на ногах. Они с легкостью справятся с толстыми ногтями, не ломая и не расслаивая их. Такими щипчиками вы также сможете удалить кутикулу и заусенцы. Удобная ручка с антискользящим покрытием.

~~550 р.~~ **299 р.**

Занавеска «Кармен»

Узорчатая воздушная занавеска с круглой выемкой создает ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни.
Материал: 100% полиэстер. Размер: 170 x 223 см. Беларусь.

~~800 р.~~ **499 р.**

Скатерть «Очарование»

Эта жаккардовая скатерть не даст усадку, не потускнеет и не сомнется от стирки. По ней не будет скользить посуда.
Материал: 100 % полиэстер. Размер: 150 x 100 см. Россия.

~~800 р.~~ **499 р.**

~~650 р.~~ **399 р.**

Пластырь на живот для похудения

Средство для поддержания стройной и красивой фигуры – пластырь для похудения! Содержит активные ингредиенты, способствующие расщеплению жировых клеток. Пластырь можно носить в течение рабочего дня, ночью.
Размер: 31,5x20 см. В упаковке 5 шт. КНР.

МОЙ МИР moymir.ru

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНО:** **8 (800) 250-21-76**

код заказа: РМ-19-205-ТЕЛ-МОД

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: АО «Мой Мир», ОГРН 1107746773331, адрес: 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 2040. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 15.06.2019 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода РМ-19-205-ТЕЛ-МОД. Реклама.

Ваши ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!*

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Палочки для очистки водосточных труб + ПОДАРОК!

390 руб.

НОВИНКА

Палочки Sani Sticks – это быстрый и эффективный способ устранить засор или неприятных запах в тубах не прибегая к помощи сантехника. Опустите их в слив раковины или ванны, полностью погрузив ее в водосточную трубу. Концентрат, входящий в состав - это смесь энзимов и ферментов, попадая в воду он начинает действовать мгновенно. Они расщепляют остатки пищи, моющих средств, жир и волосы. Вы можете забыть о забившейся раковине или сливном отверстии душевой кабины. Одной упаковки хватит на ГОД! **КУПИ ОДНУ И ПОЛУЧИ ВТОРУЮ В ПОДАРОК!** Количество ограничено.

Электропростыня

1990 руб. 1790 руб.

Электроплед

2990 руб. 2490 руб.

Дома, в квартире, на даче, в коттедже, на природе вы можете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Вы забудете о сырости в постели! Снимает мышечное напряжение, расслабляет организм! Диван станет источать приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром! (1 коп./час). Позволяет спать в помещении с t около ноля градусов! Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии! Покрытие из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше на 3-4 месяца в году. Сделано в России.

Утилизатор отходов Санэкс

1790 руб. 990 руб.

Любой хозяин частного дома, не имеющего подключения в центральной истеме канализации, постоянно сталкивается с вопросом очистки накопительной емкости, будь то выгребная яма или септик. Эту проблему вынуждены решать и владельцы дач. Значительно упростить задачу может САНЭКС для септиков и выгребных ям. Переработает жиры, органику, бумагу, остатки пищи и отходы жизнедеятельности. После применения, содержимое выгребной ямы уменьшается в объеме почти в 30 раз. Попадая в выгребную или сливную яму, туалет или канализационную систему, САНЭКС перерабатывает ее содержимое в воду и ликвидирует неприятные запахи органического происхождения. Упаковки 400 г. хватит на четыре летних сезона.

Пила универсальная Роторайзер

4990 руб.

2990 руб.

Роторайзер - уникальный инструмент, который позволит работать с любыми материалами: плотными породами деревьев, ламинатом, фанерой и гипсокартоном, керамической плиткой, каменными блоками, мрамором и гранитом, коммутационными досками, ковровыми покрытиями, металлом. С помощью этой пилы вы можете разрезать металл горизонтально или вертикально, прямыми и выгнутыми линиями, методом вырезания или врезания. Пила заменит: лобзик, дисковую пилу, слесарную ножовку и пилу для разрезания плитки (черепицы).

Мини удочка «Fish pen» (Фиш пен)

1810 руб.

990 руб.

Главное преимущество мини удочки по сравнению с громоздкими удочками в том, что она всегда будет с вами на случай непредвиденной рыбалки. В сложенном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе все необходимое — крючки, грузило, катушка с леской и само удилище, раскладывающееся из небольшого футляра телескопически почти на метр. Метровая длина удилища комфортна для ловли с лодки, пирса или мостков, а для водоема с заросшим берегом карманная мини удочка вообще идеальный вариант. Подлёдный лов тоже будет удобным с такой длиной удилища. Аккуратная и удобная катушка порадует настоящих эстетов рыбной ловли. Удочка выполнена из карбона и сплава алюминия, что позволяет выуживать крупную рыбу.

Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 руб. 990 руб.

Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать если в доме дети, собаки и кошки. Безопасно для ваших домочадцев. И в него встроен уютный ночник.

«Чудо-шланг» + ПОДАРОК!

30 м - 990 руб.

45 м - 1390 руб.

60 м - 1790 руб.

Уникальный* шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего – износостойкого из нейлона. *Конструкция «два в одном» позволяет шлангу увеличиваться в размерах до 3-х раз от своего изначального размера под напором воды! Благодаря такой конструкции шланга вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактен и занимает мало места при хранении или перевозке.

Купите «Чудо-шланг» и получите разнорежимный садовый пистолет в ПОДАРОК!

Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 руб. 990 руб.

Календарь до 2099 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроенного в проектор комнатного термометра можно измерять температуру и в Цельсиях, и в Фаренгейтах. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Отличный подарок детям!

Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб.

790 руб.

Щетка с магнитами не представляет из себя сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное - просто! Ее конструкция - это просто две щетки, но главное их свойство - магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Больше не будет необходимости балансировать на краю открытого окна и Вам всё равно, на каком этаже Вы находитесь, поскольку человек производящий уборку находится внутри помещения. Вы легко помоете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка.С магнитной щеткой Вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна, без разводов гарантированы!

Ультразвуковой отпугиватель кротов на солнечных батареях

1750 руб. 990 руб.

Отпугиватель кротов работает на солнечных батареях, что позволяет забыть о замене обычных батареек! Прогонит с участка кротов, крыс, мышей и др. Генерирует неповторяющееся ультразвуковое излучение, к которому невозможно адаптироваться – вредители уходят быстро и не возвращаются. Площадь воздействия до 350 м. кв. Отпугиватель крото безопасен для людей и домашних животных.

Говорящий хомяк Woody O'time (Original)

1790 руб.

990 руб.

Маша-повторяша

1790 руб.

1190 руб.

Эти уникальные, развивающие игрушки для детей способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Игрушки повторяют за вами все произнесенные слова и звуки, произносят слова на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и отлично имитирует хохот!!! Эти интерактивные игрушки поднимут вам настроение и помогут развеселить друзей! Надолго покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Прибор для удаления волос + ПОДАРОК!

1520 руб. 1190 руб.

Прибор быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волоски на корневом уровне. **Маникюрный набор в подарок!**

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Висион)

1500 руб. 790 руб.

Очки-лупа дают визуальное увеличение любого предмета на 160% и при этом оставляют руки свободными, они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности! Не является медицинским изделием.

Культиватор «Торнадо»

2300 руб.

1690 руб.

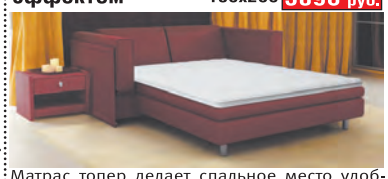
Культиватор «Торнадо» - ручной садово- огородный инструмент предназначен для следующих работ: Рыхление (перекопка) почвы на глубину 20 см под посадку; удаление сорняков; разработка целинных участков; обработка приствольных участков деревьев и кустарников. По сравнению с обычной лопатой, культиватор позволяет вам работать гораздо эффективнее. При работе с культиватором «Торнадо» нагрузка равномерно распределится по рукам, ногам, прессу и спине. Благодаря удобной высокой ручке вам не нужно пригибаться к земле. Теперь обрабатывать почву стало настолько легко, что им могут пользоваться даже дети и люди пожилого возраста.

Матрас Топпер с анатомическим эффектом

90x200 2990 руб.

140x200 3390 руб.

160x200 3690 руб.



Матрас топер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов — разглаживает ямки, сглаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу.

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

С дисплеем + ДУШ

2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Существенно экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.

Электрический консервный нож Момент

НОВИНКА

990 руб. 690 руб.

Легко открывает консервные банки с помощью одного прикосновения! Просто положите нож на поверхность крышки и нажмите кнопку. «Умный робот» сам подстраивается под любой диаметр крышки! Оставляет края крышки гладкими и ровными. В подарок ключ, который открывает любые винтовые крышки!

Бюстгальтер корректирующий Ах Бра

1710 руб.

990 руб.

В комплекте 3 бюстгальтера «Ах Бра»

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом.

Размеры: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

Нервущиеся японские колготки (Черные или телесные)

1200 руб.

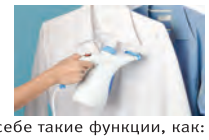
790 руб.

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт - нервущиеся колготки! Колготки представляют собой переплетения миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно апельсиновую корку в области ягодиц и галифе. Колготки повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движение и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищены вены и сосуды.

Многофункциональный парогенератор

2500 руб.

990 руб.



Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Вырабатывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и распрямляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами с одежды и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

Силиконовая форма «Мечта хозяйки» Оригинал!

НОВИНКА

1 шт. 690 руб.

2 шт. 990 руб.

Приготовьте мучные, овощные, картофельные оладьи, котлеты, яичницу и омлеты идеальной формы, за несколько минут. Положите форму на разогретую сковороду, залейте тесто или уложите фарш в специальные ячейки, подождите минуту, легко переверните форму, и через пару минут радуйте себя и своих близких вкусными и идеально приготовленными блюдами. Остерегайтесь дешевых подделок!

Швейная мини-машинка

2700 руб.

1990 руб.

С этой мини-машинкой вы с легкостью подошьете брюки или юбку, вставите молнию. Подарите своим любимым вещам вторую жизнь. С мини- машинкой так легко пришить заплатку или красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это сделает процесс шитья быстрым и удобным.

В ПОДАРОК К МАШИНКЕ - НАБОР ДЛЯ ШИТЬЯ: сантиметр, ножницы, наперсток 2 шт., 30 иголок, нитковдеватель, вспариватель, нитки в катушках 32 цветов, шпульки с нитками 32 цветов.

Казан-вок «Сила гранита» 4 в 1

НОВИНКА

1990 руб.

1490 руб.

Это сковорода, вок, скороварка, и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granitex с частицами настоящего камня. Алмазное напыление с внутренней стороны сковороды. Благодаря силиконовому ободку крышка создает давление под воздействием вакуума, что позволяет готовить в разы быстрее. Оптимальный диаметр 32см.

Ультразвуковое устройство Золушка для бережной стирки

1990 руб.

1190 руб.

Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство Золушка (поместится на ладони) бережно перестирает горы белья в емкостях любого объема и обеспечит высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт. Работает бесшумно. Благодаря маленькому, компактному размеру, машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу – она легко помещается в обычной сумке. Устройство может постирать крупные вещи, и вам не придется сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы). Производство Россия.

Новейший автоматический веник

1690 руб. 990 руб.

Прибор, который просто необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Соприкасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетины собирают мусор и подметают его к центральному валику. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360 градусов, что сильно облегчает работу.

3990 руб. 2990 руб.

Компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. Вы сможете сварить и потомить каши из различных злаковых культур. Каши получаются ароматными и рассыпчатыми, запечь горшочки с овощным и мясным наполнением, испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие любимые сдобные лакомства, запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели, сварить суп, приготовить запеканки различного содержания, равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн, посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. Экономное потребление электроэнергии. Блюда как из русской печки – традиционно вкусно, питательно и полезно!

Электрический измельчитель Молния

1490 руб. 1290 руб.

Измельчитель Молния незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). При этом имеет компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирование и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).

Светильник «Чемпион солнечная батарея»

НОВИНКА

1500 руб. 790 руб.

Уникальная* разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. *Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа, с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство «power bank». Создает круговое освещение на 360 градусов и виден, даже с расстояния 3 километра. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, а это означает, что при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, кемпинге на природе и т.д. Вам не придется переживать, что в самый ответственный момент Вы останетесь без мощного источника света, так как Кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечная батарея и встроенный аккумулятор большой емкости. И Вы не останетесь без связи, так как всегда сможете подзарядить свой телефон от разъема USB, который встроен в фонарь «Чемпион».

Мультислайсер Китчен Мастер

Мультислайсер (3 барабана в комплекте)

2500 руб.

1290 руб.

Китчен Мастер схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа, которая справляется с разными видами шинковки продуктов. Умеет резать овощи ломтиками, брусками, соломкой, кругами и сохраняет их сочными, делать крошку из шоколада, перетирать орехи, натирать сыр или готовить панировку, шинковать капусту в салат, картофель или яблоки тонкими пластинами для чипсов. Устройство легко устанавливается и надежно закрепляется на столе. Лезвия изготовлены из высококачественной стали и не нуждаются в заточке.

Набор кастрюль Kaiserhoff

(Кайзерхоф) 12 предметов (Пр-во Германия)

4990 руб.

3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5 слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.

Самогонный аппарат Маруся 1300

1990 руб.

1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогона в час!!! Не требует водопровода. Сделано в России. **Вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в ПОДАРОК!**

Электрическая ножеточка

1700 руб. 990 руб.

Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам - с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножниц и отвёрток. Работает от 220В.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по тел.: 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 13.03.2019 г. по 31.03.2019 г.
*По итогам продаж 2018 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017 Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рощинская ул., д.4, офис 503. Товары сертифицированы. РЕКЛАМА.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 (499) 213-03-16 многоканальный

время работы: с 09.00 до 21.00