

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№26
(399)**

ТВ-программа с 3 по 9 июля 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**ОГУРЦЫ
В ПОРЯДКЕ
В ТЕПЛИЦЕ
И НА ГРЯДКЕ**

стр. 26

**ЛУЧШЕ ССОР
МОГУТ БЫТЬ
ТОЛЬКО...
ССОРЫ**

стр. 4

**ЯНА
КРАЙНОВА**

**МЕЧТАТЬ НАДО С УВЕРЕННОСТЬЮ,
ЧТО ЖЕЛАЕМОЕ ПРОИЗОЙДЁТ**

стр. 2

**ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
И ЗДОРОВЬЯ
НА ИЮЛЬ**

стр. 8

**КАК ВЫБРАТЬ
ДЖОРТЫ
ДЛЯ ЛЕТА**

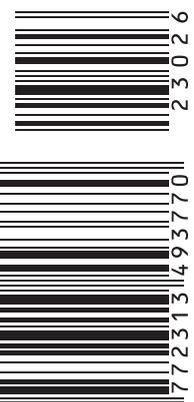
стр. 29

**ГОТОВИМ
КАШУ
С ОВОЩАМИ**

стр. 6

Фото Юлии Кириковой (предоставлено
для публикации Яной Крайновой)

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 23026

12+

За последний год у актрисы произошло много перемен. Она сменила имидж, квартиру, снялась в новых проектах и теперь живёт в ожидании чего-то нового и непременно хорошего.

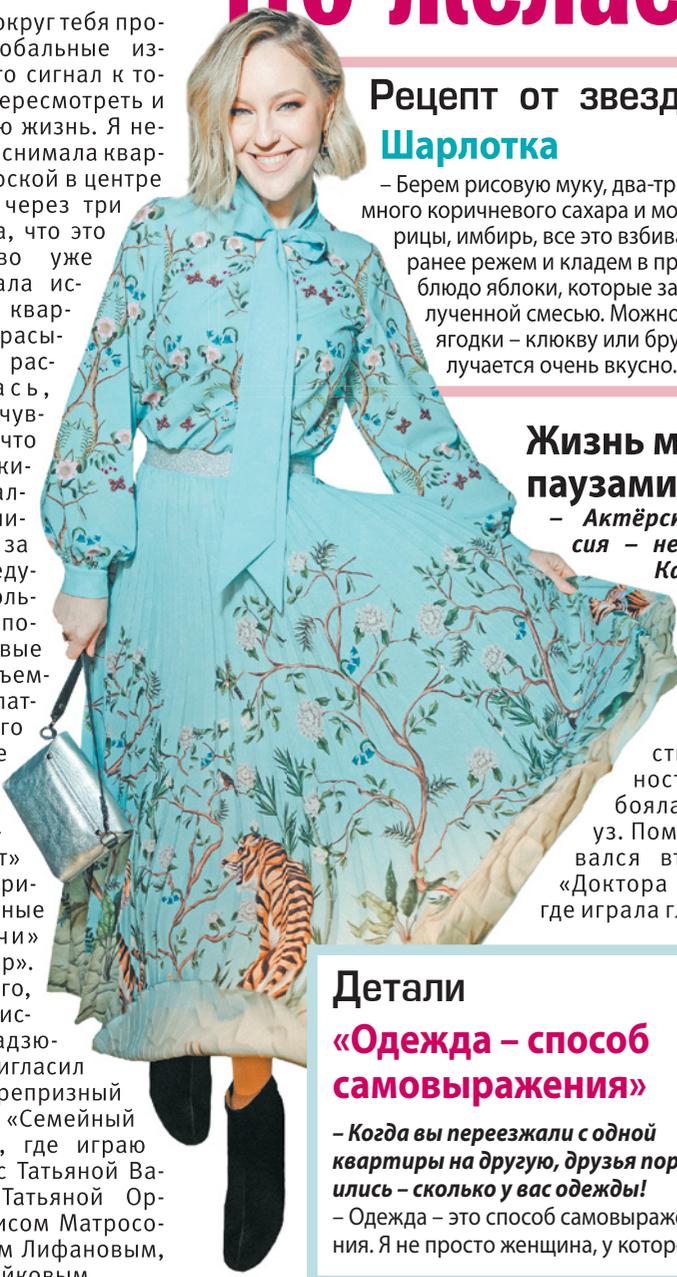
Перемены к лучшему

– Яна, почему вдруг решились на кардинальные перемены?

– Когда вокруг тебя происходят глобальные изменения, это сигнал к тому, чтобы пересмотреть и собственную жизнь. Я несколько лет снимала квартиру на Тверской в центре Москвы. А через три года поняла, что это пространство уже тяготит, стала искать новую квартиру. Выбрасывала вещи, расхламлялась, физически чувствовала, что словно скидываю балласты. Понимала, что за этим последует что-то большее. Потом появились новые пробы и съемки на платформах, чего раньше не было. Так что скоро на платформе «Старт» выйдет сериал «Бедные Абрамовичи» и «Кушнир». Кроме того, актер и режиссер Эдик Радзюкевич пригласил меня в антрепризный спектакль «Семейный переполох», где играю в команде с Татьяной Васильевой, Татьяной Орловой, Денисом Матросовым, Игорем Лифановым, Андреем Кайковым.

Яна КРАЙНОВА:

Мечтать надо с уверенностью, что желаемое произойдет



Рецепт от звезды Шарлотка

– Берем рисовую муку, два-три яйца, немного коричневого сахара и молотой корицы, имбирь, все это взбиваем. Чуть ранее режем и кладем в промасленное блюдо яблоки, которые заливаем полученной смесью. Можно добавить ягоды – клюкву или бруснику, и получается очень вкусно.

Жизнь между паузами

– Актёрская профессия – нестабильная. Как переживаете паузы в работе? Что поддерживает на плаву?

– По юности и неопытности страшно боялась этих пауз. Помню, заканчивался второй сезон «Доктора Зайцевой», где играла главную роль,

надо бы радоваться, что проделана большая работа, а я не могла, мешал страх: что будет дальше? Привыкла в течение года работать по шесть дней в неделю по 12 часов, и вдруг – ничего. Но начала работать над собой, прошла долгий путь, пока поняла, что между съемками надо жить не ожиданием, а просто жизнью. Стала заниматься спортом, йогой, английским языком. Потихоньку в мою жизнь вошла психология, духовные практики. Я осознала, что жизнь одна, а я почему-то проживаю ее только на съемочной площадке. Несколько лет понадобилось для того, чтобы это понять. Еще меня поразила терапевтическая мысль о том, что могу заниматься не только актерской профессией, но и быть организатором, продюсером, танцором... Я раздвинула и горизонты профессии, и свои личные горизонты.

«Люблю прописывать цели на бумаге»

– От чужого мнения тоже научились абстрагироваться?

– Чем лучше и глубже узнаешь самого себя, чем конкретнее есть ответы на вопросы: кто я, что делаю и зачем, тем меньше цепляет чужое мнение. В какой-то момент ты понимаешь: то, что думает или говорит о тебе другой человек, никакого отношения к тебе настоящему не имеет. Выражая свое недовольство, он говорит о себе родном. Я выбрала профессию, где нередко чужое мнение бьет в самое больное место, ты потом долго это перевариваешь. Поэтому необходимо познавать себя и тем самым закаляться.

– Мне казалось, вы в душе романтическая, любите мечтать, а у вас так серьезно всё...

– Принято думать, что мечта – это что-то эфемерное, подернутое дымкой. А я стремлюсь к тому, чтобы к мечте относиться как к цели. Единственное: мечтать надо с той же легкостью, что и в детстве, и с внутренней уверенностью, что желаемое обязательно произойдет. Эта легкость необходима, чтобы не нагружать психику ответственностью, как это исполнить. Если мечта

Детали

«Одежда – способ самовыражения»

– Когда вы переезжали с одной квартиры на другую, друзья поразились – сколько у вас одежды!

– Одежда – это способ самовыражения. Я не просто женщина, у которой

должен быть идеальный базовый гардероб, одежда под настроение, но еще и актриса. У меня на неделю по пять мероприятий, и везде фотографируют, так что нужно всякий раз быть разной, не повторяться. Утром встаю и думаю о том, на какое мероприятие иду и как должна выглядеть, как ощущаю себя сегодня, хочу, чтобы меня заметили, или, наоборот, лучше остаться в тени.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Лучший рецепт хорошего настроения – отсечь все лишнее!

Кстати

«Чем проще еда – тем полезнее»



– А как вам такое высказывание: «Женщина, отойди от плиты, твоё место на съёмочной площадке?»

– Оно мне очень близко (смеется). У меня такая интересная, насыщенная жизнь, что жаль тратить время на приготовление еды. Я готовлю, конечно, но максимально простые блюда, которые не занимают более 30 минут. Как правило, это овощи и курочка в рукаве, приготовленные в духовке. Для меня чем проще еда, тем она полезнее. За питанием слежу давно, можно сказать, с детства. У меня какой-то подсознательный принцип раздельного питания. Никогда не ела и не ем салат оливье, разные соусы. Зато всегда в холодильнике есть кабачок, баклажан, перец, стручковая фасоль, белокочанная капуста с микрозеленью и пророщенным машем, зеленая гречка, красная чечевица, иногда куриная грудка. И никогда не готовлю впрок.

пришла вам в голову, значит, у вас достаточно ресурса ее реализовать. Кстати, люблю прописывать свои мечты и цели на бумаге. Потому что рука дает сигнал в мозг, и ты не замечаешь, как сам начинаешь делать маленькими шажками к исполнению цели.
Наталья АНОХИНА

Фото Ксения Угольникова и NATALI REPORTMAN

НА ДОСУГЕ



**Найди 9 отличий
Тренируем внимательность!**

Сравните картинки и постарайтесь найти отличия на рисунках, которые кажутся абсолютно одинаковыми.

Ответы: Узор на краю листа слева, участок 3-го фрагмента слева внизу от верха, цвет лепестка на 6-м фрагменте от верха листа, узор на 6-м фрагменте справа от верха листа, узор на 5-м фрагменте справа от верха листа, узор на 4-м фрагменте справа от верха листа, узор на 3-м фрагменте справа от верха листа, узор на 2-м фрагменте справа от верха листа, узор на 1-м фрагменте справа от верха листа.

Ирина Пегова призналась в любви к провинции

На телеканале «Россия» состоялась прямая трансляция яркого события – «Концерта над Волгой: Посвящение русской провинции», который проходил в городе Плесе Ивановской области. Фантастическое по красоте и размаху действие смогли увидеть многие телезрители.

В концерте приняли участие Государственный симфонический оркестр «Новая Россия» под управлением Юрия Башмета,



финалист Всероссийского конкурса юных талантов «Синяя птица» Иван Бессонов, оперный певец Ильдар Абдразаков, хор Сретенского монастыря, композитор Александра Пахмутова, актеры Станислав Любшин, Ирина Пегова, Светлана Захарова, Александр Петров и многие другие знаменитости. А ведущими стали Дарья Златопольская и Андрей Малахов.

– Я часто бываю в провинции, – рассказала Ирина Пегова. – Я там родилась (актриса родом из города Выкса Нижегородской области. – Прим. ред.), много езжу по России. Для меня счастье – побывать в любом маленьком городе: везде у меня находятся друзья. Провинция живет с открытой душой, и мне это близко.

Фото телеканала «Россия»

Павел Деревянко получил новую роль

В Москве начались съёмки комедии «Конец Славы». В центре сюжета – востребованный актер Слава (Павел Деревянко), который в один момент теряет все: контракты, популярность, хорошие отношения с семьей. Однако главный герой не сдаётся и вместе со своим агентом придумывает опасную авантюру: похоронить себя заживо, чтобы начать с чистого листа.

Режиссером фильма стал Марюс Вайсберг.

– Это уникальный проект с виртуозным смешением нескольких жанров, – делится с нами режиссер. – Будет и смешно, и страшно, и очень трогательно. «Конец Славы» – история про второй шанс, про новую жизнь. Честно говоря, это вечная тема...

Кроме Павла Деревянко и Сергея Чиркова, в фильме снимаются Максим Лагашкин, Александр Ильин, Ян Цапник, Дарья Урсулак, Екатерина Климова, Наташа Бардо и другие актеры и актрисы.

Сериал «Тверская» ждёт продолжение

Телеканал НТВ приступил к съёмкам второго сезона многосерийной остросюжетной драмы «Тверская» – «Тверская. Любимой ценой». Главные роли в картине исполняют Иван Колесников, Лукерья Ильяшенко, Виталий Кищенко, Василий Мищенко.

В новом сезоне противостояние Соболева (Иван Колесников) и виновников в смерти его родителей выходит на новый уровень. Его враг Сергей Неретин (Виталий Кищенко), который благодаря Соболеву лишен бизнеса и свободы, предлагает Соболеву временное перемирие. Им необходимо объединиться для уничтожения общего врага – бизнесмена, торговца оружием и члена международного наркокартеля Ивана Липранди (Василий Мищенко). Таким образом, два заклятых врага оказываются в одной упряжке.

Разбираясь со своими личными врагами и делами, Соболев продолжает успешно руководить убийным отделом Тверского ОВД и вместе со своей командой раскрывает самые запутанные дела.

Съёмки картины проходят в Москве и Московской области.

Фото PR НТВ



Юлия Снигирь рассказала о «Великой»

На Первом канале – сериал «Великая» с Юлией Снигирь в главной роли. События в фильме развиваются в период с 1744 по 1762 годы. Это история становления личности Екатерины Великой с момента ее приезда в Россию на правах невесты Петра III и до восхождения на российский престол.

– Я много прочла про Екатерину, – говорит Юлия Снигирь. – Но это так естественно. Прочсть кучу книг несложно – сложно почувствовать в историческом персонаже живого человека. Меня интересовали самые простые вещи, из которых складывается характер. И я не хотела изображать просто женщину XVIII века.

Фото пресс-службы Первого канала



Егор Корешков и Юлия Хлынина стали соседями

В Москве завершились съёмки сериала «Соседка» телеканала ТНТ и кинокомпании Good Story Media. В центре сюжета – романтическая история скромного московского интеллигента Фёдора и амбициозной провинциалки Алёны, которая въезжает в квартиру напротив.

Главные роли доверили исполнять Егору Корешкову и Юлии Хлыниной.

– Соседи – это лотерея, – рассказывает Юлия Хлынина. – Нередко квартиры выбирают не только по месту расположения, но и смотрят, кто твои будущие соседи. Они – большая часть нашей жизни.

«Секреты Лизы» покажет Домашний

На телеканале Домашний завершились съёмки 4-серийной мелодрамы «Секреты Лизы». В ролях: Анна Клинская, Давид Колчин, Анна Раевская, Игорь Чернявый, Надежда Азоркина, Антон Левин, Вячеслав Шатненко, Мария Немцева, Дарья Фурман, Мария Евстигнеева и другие артисты.



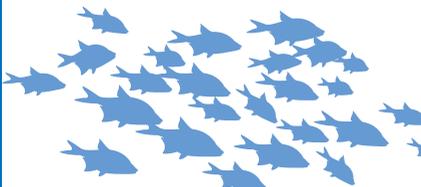
В детстве Лиза пережила страшную трагедию – на ее глазах отчим и няня убили ее маму из-за денег. Пережить травму Лиза смогла лишь после детского дома и проживания в приемной семье. Спустя несколько лет повзрослевшая Лиза вышла на след злой няни. Теперь женщина, которая разрушила ее жизнь, – жена известного коллекционера. Цель преступной пары прежняя – деньги. Чтобы вывести убийцу матери на чистую воду, Лиза устраивается работать горничной в их дом. Совершенно неожиданно Лиза влюбляется в Дмитрия – сына коллекционера. Она вынуждена скрывать настоящую жизнь и посвятить себя мести, но это вступает в конфликт с ее любовными чувствами...

– Наш проект о том, что добро должно побеждать зло, – рассказывает Анна Клинская. – О том, что любовь, несмотря ни на что, преодолевает трудности и дает людям силы жить дальше.

Фото пресс-службы телеканала Домашний

Эти загадочные жители планеты – рыбы

Мировой океан полон загадок и наполнен не менее загадочными жителями. Наша сегодняшняя викторина – о рыбах.



1 О возрасте рыб ходит немало баек. Известный ихтиолог Л.П. Сабанеев написал в одной из своих книг, что ещё Борис Годунов надел на жаберную крышку щуке кольцо и выпустил её в Царицынские пруды. Рыбку выловили в конце XVIII века, т.е. ей было ни много ни мало, а почти триста лет. А как сегодня определяют возраст рыб, не используя радиоуглеродный метод?

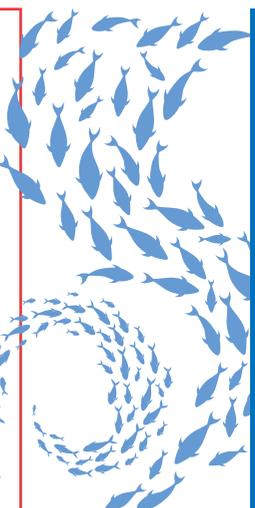
а) По кольцам роста на чешуйках. б) По размеру жаберной щели. в) По скелету хрящевых или костных плавников.

2 Ихтиологи-селекционеры получают новые виды рыб путём скрещивания. Чтобы создать эту рыбу, селекционеры скрещивали самцов стерляди и самок белуги. Обычные осетровые очень медленно растут, и это усложняет добычу чёрной икры. В скрещивании стерляди и белуги видели выход, поскольку каждый из этих видов обладает ценными свойствами, при соединении которых получается идеальная для разведения рыба. Белуге характерен быстрый рост, а стерляди – раннее созревание. Всё это значительно упрощает процесс разведения. Как назвали рыбу – достижение селекционеров?

а) Бестер. б) Белста. в) Стерба.

3 Многие рыбы обладают самыми невероятными деталями строения и способностями. Например, малоротая макрорипина необычна тем, что в области головы имеет образование, похожее на скафандр; у неё прозрачная голова. Рыбка можно назвать грустной рыбой. А как называется самая древняя рыба?

а) Анабас. б) Ихтинария. в) Латимерия.



СЕКРЕТ УСПЕХА

Что настораживает на собеседовании?

Как вовремя распознать недобросовестного работодателя, на которого даже силы тратить не стоит? Читайте и запоминайте!



А не в сказку ли я попал?

Выбирая среди множества подобных вакансий, серьезно относитесь только к тем, чьи условия похожи на реальные, а не на сказочные. Вряд ли надежный работодатель предложит вам большую зарплату за маленькую работу с небольшой ответственностью. Если вам предлагают что-то оплатить (обучение, учебные материалы, вложить деньги в «начальный капитал» и так далее), смело переходите к следующей вакансии.

Вопросы важны

Во время собеседования HR будет присматриваться к вам, как и вы к нему. Не тратьте время даром и задавайте все интересующие вопросы по мере возникновения.

Если на собеседовании HR интересуется, сможете ли вы «иногда» задерживаться после работы в случае необходимости, будьте готовы к таким периодическим эпизодам. Соглашаться или нет – решать вам, и лучше сразу обозначить свою позицию, какой бы она ни была. Также обратите внимание на то, как отвечают на ваши вопросы: если четко и конкретно, это хороший знак, а если расплывчато и абстрактно, возможно, вам что-то недоговаривают.

По итогам

После собеседования подумайте, насколько вам было комфортно общаться? Понравился ли вам тот микроклимат, в который вы попали? Хотите ли вы вернуться туда снова? Если что-то настораживает интуитивно, не стоит это игнорировать. Самые точные ответы будут на уровне ощущений.

ЛУЧШЕ ССОР

МОГУТ БЫТЬ ТОЛЬКО ССОРЫ

Маленьким детям взрослые люди постоянно говорят: «Ссориться нехорошо! Нужно жить дружно!»

А вот сами взрослые часто слышат от психологов: «Ссора – это важный инструмент в построении отношений, главное – делать это правильно». Так что же, да здравствует ссора? Да, но при одном важнейшем условии: ссориться нужно конструктивно. Хотите, научим?



Условие третье: не молчать

Один из плохих выходов из ссоры – молчание. Согласитесь, многие предпочитают проглотить обиду, лишь бы не провоцировать ссору. Подавляя свои эмоции, оставляя их внутри, вы не решаете проблему. Наоборот, проблемы начинают копиться. Вместо того, чтобы ждать эмоционального срыва, лучше обсудить возникшую ситуацию при первой возможности, оставшись наедине. Это тот случай, когда небольшая ссора может спасти от крупного скандала или даже окончательного разрыва.

Условие четвертое: пошутить

Юмор помогает найти выход из любого психологического тупика. А все благодаря тому, что ироничский взгляд дает возможность взглянуть на проблему как бы извне, сменив ракурс. В подавляющем большинстве случаев оказывается, что предмет ссоры гораздо мельче, чем казалось на первый взгляд.

Условие первое: разговаривать наедине

Супругам стоит с самого начала договориться, что выяснять отношения на людях они не будут, даже если ситуация кого-то из них категорически не устраивает. Можно заранее придумать какую-то условную фразу, которая сообщит вашей второй половинке о вашем крайнем недовольстве и желании поговорить наедине. Это позволит вам двоим сохранить общее «лицо» перед окружающими.

Условие пятое: помнить о равенстве

Изначальная установка, что в отношениях люди равны – в праве быть любимыми, в праве совершать ошибки и получать за них прощение, – самая адекватная. Конечно, если вы ощущаете себя обиженной стороной, очень велик соблазн внушить партнеру чувство вины и поставить себя на мученический пьедестал. Но это неконструктивно. Не стоит говорить другому, что он должен чувствовать. Расскажите, что чувствуете вы. Ставываясь на одном уровне взаимоотношений, вы быстрее придете к согласию.

Условие второе: хотеть помириться

Если кто-то один в паре или, что еще хуже, оба ставят перед собой цель сделать другому побольнее, «ударить» словом, унижить – значит, ссора пошла по наихудшему сценарию. Большинство из тех, кто произносит в раздражении обидные слова, впо-

следствии раскаивается в этом. Но вернуть уже ничего не получится. Тысячи сказанных после добрых слов не смогут перечеркнуть в памяти одно очень обидное. Поэтому, открывая рот для оскорблений, стоит подумать: готовы ли вы всю оставшуюся жизнь провести с чувством вины? Если нет, если для вас единственная цель ссоры – примирение, нужно быть очень осторожным и уважительным в словах.

Итог: научиться правильно ссориться никогда не поздно! Больше того, это умение со временем совершенствуется, и ссоры становятся все менее заметными. А это и есть путь к согласию, не так ли?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

К взлёту... не готов

Андский кондор – самая тяжёлая птица в мире, способная летать. Средний вес взрослой особи мужского пола – 15 килограммов. Благодаря особенностям строения тела кондор способен пролететь десятки километров, ни разу не взмахнув крыльями. Он удерживается в небе за счет восходящих потоков воздуха. Питается великан падалью, причем при удачном стечении обстоятельств наедается настолько, что становится неспособен взлететь.



С бамбуком в обнимку

Если у нас летом бывает некомфортно спать из-за жары, представьте, каково жителям Юго-Восточной Азии! Там не только жарче, но еще и влажность воздуха гораздо выше. Чтобы все-таки высыпаться в таких условиях, люди придумали «бамбуковую жену». Это такой цилиндр, сплетенный из волокон бамбука, почти человеческого роста. Достаточно обнять его, и воздух будет поступать к гораздо большей поверхности тела. Плюс сама поверхность «бамбуковой жены» остается прохладной. Интересное решение, не так ли?



Дышим и худеем

А знаете ли вы, какой орган помогает человеку сбросить лишние килограммы? После продолжительных исследований ученые выяснили, что основным выделительным органом в процессе похудения являются легкие. В результате сжигания жира образуется двуокись углерода. Большую часть массы, потерянной за счет диеты, человек выдыхает в виде данного газообразного вещества.



Принтер для коралла

Глобальное потепление приводит ко множеству плачевных результатов, и один из них – разрушение коралловых рифов. За полвека их количество сократилось вдвое! Чтобы восполнить потерю, ученые создали 3D-принтер, на котором можно напечатать недостающие элементы кораллов. Вместо пластика в нем используется терракот, который позволяет микроводорослям закрепиться на поверхности коралла.

Светлана СИДОРЧУК



Телеканал «Россия» представляет продолжение сериала «Всё как у людей» с Дмитрием Ульяновым и Ольгой Ломоносовой в главных ролях. Оперативнику Олегу и майору СК Кире в их исполнении предстоит череда новых приключений – на работе и в личной жизни.

Они столкнутся с убийством на съемках сериала, покушением на жизнь руководителя группы поисковиков, смертельным происшествием в археологической экспедиции, подделкой картин в местной галерее и многим другим. Тут они сработают как команда. А вот получится ли у них выстроить личные отношения, чтобы все было как у людей, – узнаем, посмотрев новый сезон. А пока узнаем некоторые подробности съемок у актера Дмитрия Ульянова.

Герой не по шаблону

– Дмитрий, первый сезон был четырёхсерийкой, второй – уже целых 16 серий. Вы сроднились со своим героем Олегом? Какие черты характера Олега вы привнесли в продолжение его истории?

– Я с ним сроднился еще в первой части, как ни странно. Когда я прочитал сценарий, мне не совсем был понятен этот герой. Я вообще не понял, почему мне прислали этот сценарий и предложили этого персонажа. Но потом мы встретились с режиссером, поговорили, и когда начали работать, то Олег мне, наоборот, понравился, я нашел в нем любопытные черты характера. Он парень довольно простоватый, но при этом открытый, прямолинейный человек. Может быть, по-

Дмитрий УЛЬЯНОВ:

Люблю спокойный образ жизни



этому и карьера его не очень хорошо складывается, он не идет по служебной лестнице семимильными шагами. В общем, я все про него понял еще в первой части. А вторая была прописана так, что мне уже было очевидно, как он реагирует в той или иной ситуации, и поэтому я его просто перенес во второй сезон. Собственно, ниче-

го нового и не надо было: просто раскрывалось то, что было найдено в первой части. Мне приятно его играть, потому что он может быть очень разным. Он не какой-то шаблонный, классический герой, он может злиться, может завидовать, он – живой человек, у него очень большой внутренний эмоциональный объем. И мне это очень нравится.

«Мне приятно играть Олега, потому что он может быть очень разным. Он не какой-то шаблонный, классический герой, он может злиться, может завидовать, он – живой человек, у него очень большой внутренний эмоциональный объем».

Кстати

Любить начальницу

– В первом сезоне все принимают Киру с большим скепсисом – мол, следователь в юбке. Но Кира доказывает, что она отличный следователь. И Олег оказывается не просто коллегой, а настоящим напарником. Благодаря каким чертам вашего героя этот рабочий тандем стал возможен?

– Ну, во-первых, он все-таки хороший полицейский. Он честный человек, он верит в закон, он ненавидит несправедливость и борется с ней. И когда пришел такой сильный напарник, как Кира, то, конечно, он воспрял духом. Она его в своем роде направила в нужное русло. И там есть свои нюансы: она следователь, он опер, она ведет расследование, он собирает всякие улики и доказательства и занимается оперативной работой. Вот поэтому Кира все-таки над ним главенствует, она в какой-то степени его начальник. А во-вторых, конечно, его личное отношение к Кире: он ее любит и, как пес, ее охраняет, оберегает и хочет, чтобы с ней все было всегда хорошо. Это основные качества, которые позволили этому тандему развиваться.



рипетии, разные обстоятельства. Было бы неинтересно, если бы они вдруг просто так, как в кино, сошлись – мол, она приехала из другого города и тут же нашла себе мужчину, потому что они с ним созданы друг для друга. Нет, мы пытались сделать их живыми людьми, пытались понять, что чувствует Олина героиня, что чувствует мой герой, в каком моменте каждый из них находится, потому что у обоих еще не законченные отношения в их семьях. В общем, у них, к нашей радости актерской, все не так просто складывается, не сериально, не элементарно. И мы над этим с интересом работали.

Между стрессом и спокойствием

– Экранная жизнь вашего героя – это череда непредсказуемостей. А в

обычной вы предпочитаете размеренность или тоже всё идёт головокружительно?

– Да, в обычной жизни я предпочитаю размеренность. Потому что моя жизнь артиста такая же непредсказуемая, как у моего героя: никогда не знаешь, что будет завтра, где ты окажешься, что случится, на какой воздушный шар тебя посадят, с кем ты будешь драться и так далее. То есть ты постоянно находишься в состоянии стресса. Но я не люблю искусственный стресс. Я не мечтаю прыгнуть с парашютом, не люблю какие-то экстремальные виды спорта. Я люблю спокойный, размеренный образ жизни. Но в силу профессии приходится смиряться с этой непредсказуемостью, которая меня преследует долгие годы.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Детали

«Я не думаю про еду, это неинтересно»

– В первом сезоне ваш персонаж умудряется спать яичницу и всё время хочет есть. А в жизни как у вас с гастрономическими пристрастиями? Любите что-нибудь эдакое? Готовите сами хорошо?

– Нет, я не люблю готовить. Я не гурман, ем очень простую еду. Я люблю есть только в тот момент, когда я хочу есть. Многие люди этому удивляются. Но это не значит, что я ем все что угодно, нет. Я что-то ем, что-то не ем, но я не думаю про еду, мне это совершенно не интересно, это не моя область, я ничего про это не знаю. Яичницу могу сделать, макароны сварить – а больше ничего не делаю. Не потому, что не умею – знаете, и так бывает. Я, может, и умел бы, но мне просто неинтересно, не хочется.

Несериально и непросто

– Отношения Киры и Олега очень убедительны на экране, у них случилась эта «химия». Но как всегда самое сложное – то, что после «жили они долго и счастливо...». Во втором сезоне их отношениям предстоит пройти проверку на прочность?

– Да, во втором сезоне их отношениям придется пройти проверку на прочность. Будут разные пе-



В пользу каш сомневаться не приходится, об этом нам постоянно говорят и врачи, и диетологи. А если в кашу добавлены овощи, эта польза возрастает многократно. Видимо, именно поэтому каши с овощами любимы и популярны практически во всех кухнях мира.

Выбирая рецепт приготовления каши с овощами, совершенно не обязательно строго следовать рекомендованному набору ингредиентов – и овощи, и крупы можно заменять. Не любите тыкву – возьмите вместо нее кабачок, нет под рукой гречки – замените ее рисом и т.д. Важно только соблюдение технологии, а выбор овощей и круп – дело вашего личного вкуса.

Кашу сварил – язык проглотил

Пшённая каша с кольраби



постный рецепт

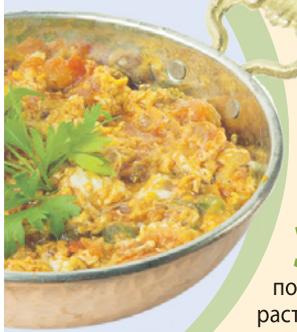
Индийская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 305 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 стакан пшена ■ 180 г кольраби ■ 1 луковица
- 2-3 зубчика чеснока ■ 1 перчик чили
- 1 ст. л. порошка карри ■ соль
- растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сварить пшеничную кашу из 1 стакана крупы и 2 стаканов подсоленной воды.
- 2 Кольраби нарезать небольшими (1x1 см) кубиками, лук – мелкими кубиками, перчик чили и чеснок очень мелко порубить.
- 3 В сотейнике разогреть 2 ст. л. растительного масла, положить карри, размешать до растворения.
- 4 Добавить лук, жарить до прозрачности. Добавить чили и чеснок, жарить минуту. Добавить кольраби, посолить, жарить 5-6 минут.
- 5 Добавить кашу, перемешать, попробовать на соль, через 3-4 минуты снять с огня и сразу подавать.



Пословицы и поговорки

Хороша кашка, да мала чашка.
Гречневая каша – матушка наша, а хлебец ржаной – отец наш родной.
Кашу маслом не испортишь.
Каша нет – шей больше лей.
Овсяная каша хвалилась, что с коровьим маслом родилась.



Тыквенная каша «Ддмакашови»



Армянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 91 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 750 г тыквы ■ 0,5 стакана риса ■ 1,5 стакана молока
- 4 ст. л. топленого масла ■ сахар ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Рис сварить до полуготовности. Тыкву очистить, удалить семечки, нарезать некрупно, переложить в кастрюлю, залить горячим молоком, довести до кипения.
- 2 Добавить рис, масло, сахар, соль, перемешать, варить под крышкой до готовности тыквы.



Пшеничная каша с овощами



постный рецепт

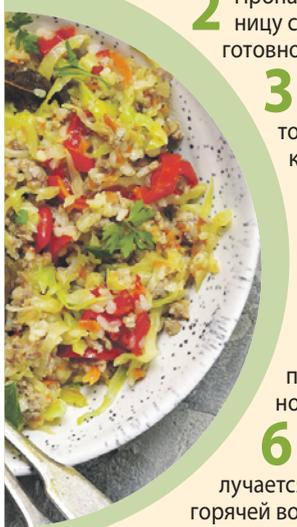
Мексиканская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 65 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 250 г пшеничной крупы ■ 350 г капусты ■ 1 сладкий перец ■ 1 морковь ■ 2 ч. л. сахара ■ 30 мл рисового уксуса (можно заменить яблочным) ■ пучок петрушки
- растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Пшеницу залить водой, поставить на ночь в разогретую до 50 градусов духовку.
- 2 Пропаренную таким образом пшеницу сварить в подсоленной воде до готовности (~40 минут).
- 3 Капусту тонко нашинковать, морковь и перец нарезать тонкой соломкой или мелкими кубиками, петрушку нарубить.
- 4 Морковь, перец обжарить в глубоком сотейнике на растительном масле, добавить капусту, жарить до легкой карамелизации.
- 5 Добавить сахар, уксус, посолить, поперчить, перемешать, жарить до готовности.
- 6 Добавить готовую пшеницу, перемешать (если смесь получается очень сухой, влить немного горячей воды), готовить еще 2-3 минуты. При подаче посыпать петрушкой.



Перловая каша с морковью



Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 99 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 стакан перловки ■ пучок молодой моркови ■ 2 ст. л. топленого масла
- щепотка мускатного ореха
- специи (зира, паприка, кориандр) ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сварить перловую кашу из 1 стакана крупы и 2,5 стаканов воды.
- 2 Морковь тщательно вымыть, нарезать брусочками (или половинками кружков).
- 3 В сотейнике на сливочном масле быстро обжарить морковь, убавить огонь до минимального и томить под крышкой 8-10 минут.
- 4 Посыпать морковь специями, перемешать, влить 50 мл воды, довести до кипения, варить 1-2 минуты.
- 5 Морковь переложить в горячую перловку, перемешать, укутать кастрюлю в теплое, дать подойти в течение 15-20 минут.



Новоиспечённая жена звонит маме:
– Мам, моему не понравилась твоя фирменная каша, повтори-ка рецепт.
– Берёшь крупу, отвариваешь...
– Ах, отвариваешь...



Гречневая каша с корнеплодами



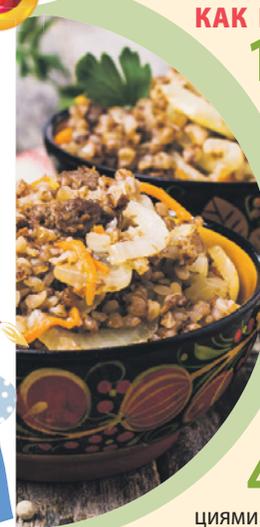
Хорватская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 98 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 стакан гречки ■ 1 морковь
- 200 г корня сельдерея ■ 1 корень петрушки ■ 1 корень пастернака
- 1 ст. л. сливочного масла ■ специи ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Корнеплоды нарезать небольшими кубиками, выложить на противень, посолить, полить растопленным маслом.
- 2 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20-25 минут.
- 3 Сварить гречневую кашу из 1 стакана гречки и 2 стаканов подсоленной воды.
- 4 Добавить в кашу запеченные корнеплоды, приправить специями по вкусу и сразу подавать.



– Иди есть кашу!
– Так ты же вроде суп варила.
– Мало ли что я варила...



Светлана ИВАНОВА

Кинокомпания Arna Media работает над новой частью криминальной комедии «Добро пожаловать в семью», которая в прошлом году имела большой успех у зрителей.

Продолжение фильма будет иметь приставку «Повар из Неаполя», которая намекает на новый поворот сюжета. А к исполнителям главных ролей предыдущей части (это Владимир Сычёв, Светлана Камынина, Кристина Строителева, Вячеслав Морозов, Дмитрий Красилов и Торнике Квитатиани) присоединился итальянский артист Алессандро Демченко. Он играет шеф-повара. Роль его сына, итальянца Луки, сыграет популярный блогер Керя.

Красивое и лёгкое кино

Вторая часть начинается с того, что «крестный отец» города Леонид Бойцов (в исполнении Владимира Сычёва) возвращается домой из очередной «командировки». Большая семья встречает его праздничной вечеринкой, но есть и вопросы, которые нужно решать немедленно. В большом темном кабинете Леонид встречается с людьми и выслушивает их проблемы. Приходит к нему и местный ресторатор и просит разобраться с партнёром – шеф-поваром Джакомо. Итальянец взял деньги,

Алессандро из Рима и «Повар из Неаполя»

но не спешит открывать ресторан. Леонид обещает решить вопрос. Но, подружившись с Джакомо, он выкупает долю ресторатора и помпезно открывает ресторан «Везувий» – не подозревая, что попал в ловушку, которая изменит его жизнь и проверит на прочность его семью.

– Когда снимаешь кино, то всегда думаешь о том, что может быть продолжение, – говорит режиссер Владимир Зинкевич. – Я, с одной стороны, был готов к этому, а с другой стороны, не ожидал, что первая часть будет такой популярной. Мы снова добавим в картину много музыки, в том числе итальянской, и сделаем красивое и легкое кино для зрителей.

Гость из Италии

Как мы уже отметили, итальянскому актеру Алессандро Демченко досталась роль шеф-повара ресторана «Везувий».

– Для меня было принципиальным моментом, чтобы в фильме снимался именно итальянский актер, – продолжает режиссер Владимир Зинкевич. –

Шеф-повара итальянского ресторана играет Алессандро Демченко.



Где снимали фильм

Съемки проходили в Минске. Интерьер ресторана «Везувий» построили в павильонах киностудии. Сцены, происходящие по сюжету в тюрьме, снимали в психиатрической больнице – в пустующем ее корпусе. В фильме будет много погонь и перестрелок, а также настоящие виртуозные баталии на кухне.

– Исполнители главных ролей играли какие-то трюки сами, – уточняет Владимир Зинкевич. – У нас была драка между двумя персонажами, которых исполняют Дима Красилов и Керя. Они дрались пять дублей без дублеров. И мы им даже несколько раз аплодировали. Но в самых сложных сценах, конечно, мы пользовались услугами дублера...

нашему итальянскому коллеге Алессандро Демченко. Это совершенно восхитительный актер из Рима: он играет в театре, свободно говорит на нескольких европейских языках, много снимается в Италии, Франции и Германии.

Приглашение на ужин

Конечно, если речь идет о поваре и ресторане, тут не обойтись без еды. А чтобы на экране все выглядело достойно, необходимо привлечь специалистов этого профиля.

– Перед съемками мы нашли фуд-стилиста (человек, который создает гастрономические натюрморты, чтобы в кадре

еда выглядела аппетитно. – Прим. авт.). Те блюда, которые были в кадре, я отбирал лично, – рассказывает режиссер фильма. – Говорил: «Вот здесь будет паста вонголе, с моллюсками, а здесь – паста «Неаполитано», с томатами». Я показывал картинку – то, что хочу видеть, фуд-стилист тоже какие-то свои варианты придумывала.

И хотя сам Алессандро Демченко на площадке не готовил, итальянский актер уже пригласил всю съемочную группу к себе в Рим, чтобы угостить ужином.

Основную часть работы над картиной планируется завершить до конца лета, а сам фильм выпустить в прокат осенью этого года.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Фото: Arna Media (предоставлено для публикации ИА «СТОЛИЦА»)

Высокое давление убивает Вас каждый день ЭТО НУЖНО ОСТАНОВИТЬ!



ВОПРОС ЧИТАТЕЛЯ: «Последние три года страдаю гипертонией. Все чаще давление подскакивает без причины, безумно болит голова, особенно ближе к вечеру. Места себе не могу найти. Уже ни раз обращалась к врачам. Но через какое-то время давление опять растет. Не знаю, что делать, да и жить так тяжело и страшно. Подскажите, может есть что-то натуральное и работающее?» **Евгения, 61 год**

ОТВЕТ ЭКСПЕРТА: давление... при этом слове у тех, кто хоть раз столкнулся со скачками давления, непроизвольно начинает стучать в висках. Ну а те люди, кто живут с высоким и нестабильным давлением годами вынуждены перестраивать под это всю свою жизнь... диета, таблетки по часам, тонометр... и самое главное – никаких стрессов. Потому что гипертония – это путь инфаркту и инсульту.

Эксперты давно заметили, что для гипертоников существует «закон половинок»: половина заболев-

ших не знает о проблеме; из тех, кто знает, лечится лишь половина; а среди тех, кто лечится, всего половина делает это эффективно. Но ведь так жить нельзя!

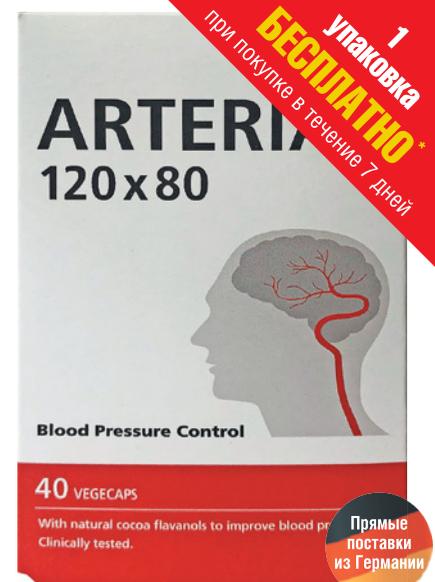
Специально для поддержания давления в норме немецкие ученые создали инновационный продукт **АРТЕРИАЛ**. Задача **АРТЕРИАЛА** не только стабилизировать давление, но и позаботиться о сосудах и кровообращении. Главное действующее вещество **АРТЕРИАЛА** – флавонолы. Эти уникальные

природные вещества не только расслабляют и расширяют сосуды, делая их эластичными, но и помогают справиться с кальцинированными наростами. Кальций на чайнике из-за плохой воды видели? Точно также кальций откладывается в сосудах, делая их хрупкими и ломкими. Кроме того, флавонолы в **АРТЕРИАЛЕ** снижают уровень «плохого» холестерина и уменьшают слипание тромбоцитов, нормализуя кровоток.

Благодаря двойному воздействию **АРТЕРИАЛА** и на сосуды, и на кровь:

- ✓ **НОРМАЛИЗУЕТСЯ** давление,
- ✓ **УМЕНЬШАЮТСЯ** головные боли,
- ✓ **СНИЖАЕТСЯ** повышенное сердцебиение и нагрузка на сердце,
- ✓ **УЛУЧШАЕТСЯ** память и сон.

Открытие немецких ученых уже спасло тысячи жизней. Хотите жить долго и счастливо? Возьмите давление под контроль вместе с немецким **АРТЕРИАЛОМ!**



Звоните по бесплатному номеру:
8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка **«ТЕЛЕК-АРТЕРИАЛ»**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

3 июля

Луна в Козероге, полнолуние
Время расслабиться, доверившись рукам опытного массажиста. Попросите мастера сделать акцент на шейно-воротниковой зоне. И не откажите себе в удовольствии поплавать.

10 июля

Луна в Овне, последняя четверть
Последняя четверть лунного цикла – это время отдыха и расслабления. Пусть на столе сегодня будет простая, лучше постная пища, много воды. Отправляясь на прогулку, надевайте комфортную обувь.

17 июля

Луна в Раке, новолуние
Здорово было бы подружиться с ароматерапией, попробовать массаж-релаксацию поющими чашами, попрактиковать аутотренинг. Можно отважиться и на депиляцию, но безболезненным методом.

24 июля

Растущая Луна в Весах
Если появились проблемы с волосами – выпадение, перхоть, зуд кожи головы, – лучше обратиться к трихологу. Самолечение только усугубит ситуацию. А вот питательные маски можно сделать и дома.

31 июля

Растущая Луна в Козероге
Завершить второй летний месяц будет здорово флоатингом, массажем головы, увлажнением кожи кремом на основе муцина улитки. И больше огня во взгляде – это омолодит лучше любой косметики.

4 июля

Убывающая Луна в Водолее
Давно ли вы отдыхали на природе? Пора-пора. И желательно – у воды. Не лишним будет взять с собой коврик и поделаться упражнения на растяжку. А в качестве перекуса захватите свежие овощи, фрукты и сыр.

11 июля

Убывающая Луна в Тельце
Прекрасный день, чтобы попариться в баньке, побаловать себя горячими обертываниями и записаться на сеанс лечебного массажа. А вот от мороженого и ледяных напитков лучше держаться подальше.

18 июля

Растущая Луна во Льве
Второй лунный день – самое время повысить физические нагрузки, подналечь на белковую пищу и присмотреться к инъекционной косметологии. Только никакого самолечения боли! Доверьте терапию врачу.

25 июля

Растущая Луна в Скорпионе
Луна дает карт-бланш смелым особам. Инъекции красоты, хирургическая косметология, фракционный фототермолиз – на страже притягательности весь спектр омолаживающих процедур. И не забывайте высыпаться.

5 июля

Убывающая Луна в Водолее
Чего сегодня делать не стоит, так это «залипать» в гаджеты. Сделайте зарядку, сходите на окрашивание бровей. Здорово будет прощвырнуться по магазинам – присмотреть себе подушку с травами и вкусный чай.

12 июля

Убывающая Луна в Тельце
Курению и алкоголю бой! День для отказа от вредных привычек весьма подходящий. Хороши сегодня маски для волос, любые антивозрастные процедуры, витаминные убитаны для вашего типа кожи.

19 июля

Растущая Луна во Льве
День, когда удачной окажется покупка полезных аксессуаров: солнечных очков, фитнес-браслета, смарт-бутылки для воды, эргономичного рюкзака. Можно плести косы, делать биозавивку, красить и наращивать волосы.

26 июля

Луна в Скорпионе, первая четверть
Отдыхаем! Медитируем, растягиваемся на йоге, принимаем ванну с солью, читаем хорошие книги. Можно подарить себе день в SPA-салоне. И никаких ссор! Не давайте волю негативу и обидам.

6 июля

Убывающая Луна в Рыбах
Пришло время доверить ножки подологу и сделать медицинский педикюр. Хороши сегодня также сауна, пилинг и питание кожи. А вот тесную обувь и крепкий кофе стоит вычеркнуть из списка предпочтений.

13 июля

Убывающая Луна в Близнецах
Зарядка, контрастный душ, творог с ягодами на завтрак – вот прекрасное начало двадцать пятых лунных суток. Сегодня властвует Юпитер, а это значит, завиваем кудри, подводим глазки и вперед – на вечеринку.

20 июля

Растущая Луна во Льве
Удобные новые босоножки, легкий сарафан, чуть тронутые тушью ресницы и блеск для губ – прекрасный летний образ! А в салон можно сбежать на мезотерапию и на лифтинг-массажа лица, шеи и зоны декольте.

27 июля

Растущая Луна в Скорпионе
Прекрасный день для процедур архитектуры лица и криотерапии. Маникюр и педикюр позволят и отдохнуть от суеты, и порадоваться результату. И не забывайте защищать кожу от УФ-излучения.

7 июля

Убывающая Луна в Рыбах
Пришло время для чего-то эдакого. Смелой стрижки, креативного окрашивания, пирсинга, тату, юбки с вау-разрезом. А еще здорово записаться на танцы или джампинг. Словом, поднять себе настроение на все сто.

14 июля

Убывающая Луна в Близнецах
Ух, какое же удовольствие доставит сегодня массаж стоп и голени! Но перед этим – прогулка по лесу, зарядка для суставов и чай из ферментированного кипрея – Луна в Раке, спешка ни к чему. И скажите «нет» сдобе.

21 июля

Растущая Луна в Деве
Так, ну что, отважмся на аквааэробiku и йогу в гамаках? Луна очень советует. Спина, говорит, болеть перестанет, бока, говорит, подтянутся. Пожалуй, стоит ей довериться. Ну и ламинирование ресничек сделать.

28 июля

Растущая Луна в Стрельце
Время избавляться от лишних волосков на теле, кожных несовершенств: морщин, бородавок, пигментных пятен и «апельсиновой корки» на бедрах. И вот тут Луна советует протестировать интралипотерапию.

1 июля

Растущая Луна в Стрельце
Июль встречаем расслабляющим массажем, новой стрижкой и гладкой после депиляции кожей. Луна рекомендует есть от души сезонные ягоды и делать из них маски. А вот ножки нужно поберечь – меньше нагрузки.

8 июля

Убывающая Луна в Овне
Свежие абрикосы и малина, чай с мелиссой и веточками черной смородины, маска из огурца – позвольте себе ленивое лето. Сделайте гимнастику для остроты зрения, и да, примерьте новую шляпку.

15 июля

Убывающая Луна в Раке
Медовые маски для лица сегодня приятно удивят. Как и перманент бровей, необычный маникюр и экстравагантная укладка. Главное, никуда не торопиться – Луна в Раке, спешка ни к чему. И скажите «нет» сдобе.

22 июля

Растущая Луна в Деве
В фаворе дня стрижка маллет, рыжие локоны и яркие стрелки. Луна советует также сделать пилинг кожи лица и нанести питательный крем мезороллером. Аккуратнее только с новой косметикой, возможна аллергия.

29 июля

Растущая Луна в Стрельце
Сегодня на троне Сатурн, а это значит, что важно уделить внимание скелету, усилить меню продуктами, содержащими кальций, чаще бывать на солнце. И да, кудряшки – они придадут образу игривости.

2 июля

Растущая Луна в Козероге
Летающая юбочка, яркая помада, каблочки и тонкий аромат парфюма – вы неотразимы! Лето дарит романтическое настроение, и это веский повод отправиться на свидание. Только полегче с напитками со льдом.

9 июля

Убывающая Луна в Овне
Не стоит терпеть головную боль – и сегодня, и всегда. Запишитесь к неврологу, если замучили мигрени. Можно наращивать реснички, делать обрезной маникюр и вакуумный массаж от целлюлита.

16 июля

Убывающая Луна в Раке
Пришло время навести порядок в доме, в душе, в косметичке и на рабочем месте. Все лишнее прочь, всех токсичных людей – вон из списка контактов. Полезно однодневное голодание и массаж гуаша.

23 июля

Растущая Луна в Весах
Курс баролазерного массажа, начатый сегодня, обещает сногшибательный антицеллюлитный эффект. Категорически не рекомендуется голодать, это грозит плохим самочувствием. Лучше питаться легкой, простой пищей.

30 июля

Растущая Луна в Козероге
Энергетически заряженный день – сегодня властвует Солнце. Красимся в рыжий, пьем цитрусовые фреши, не прячемся в серое и унылое – проявляем смелость, носим яркое, сочное. И меньше косметики, в фаворе дня – нюд.

Календарь красоты и здоровья Июль



Считается, что первый кризис в семье наступает через три года, второй – через семь лет, но пик расставаний приходится на 15-летие семейной жизни, уже после успешного преодоления многих трудностей.

Я не успела проверить эти статистические данные – мои ячейки общества распались намного раньше: первая – через несколько месяцев совместного проживания, другая – на второй год.

Печальный опыт семейной жизни

После первого развода я долго приходила в себя. В голове не укладывалось: еще вчера мы были самыми близкими, любимыми и родными людьми, а сегодня стали смертельными врагами. И причина серьезных вроде не было. Кто-то что-то не там положил, кто-то что-то не то сказал, кто-то хлопнул дверью и ушел ночевать к родителям...

– Развод! – крикнула в гневном порыве. При этом сняла дорожное обручальное кольцо и бросила его в дальний угол.

– Как скажешь, – с вызовом ответил мой краткосрочный благоверный. Он достал закатившееся под комод кольцо и тихо добавил:

– Ни меня, ни кольца ты больше не увидишь.

Слово свое он сдержал наполовину: кольцо мне все-таки вернул.

Я пыталась наладить наши отношения, но в них влезли его родители, вернее отец. Его авторитет был непререкаемым. Вскоре я получила извещение из суда об оконча-

Случайно встретились, случайно разошлись



Разводы, впрочем, как и браки, совершаются на небесах.
Оскар Уайльд

нии моей семейной жизни.

Года через три я снова отправилась в загс. Мне казалось, что вторая попытка стать счастливой уж точно будет удачной. Увы, за плечами снова оказался печальный опыт. Но после второго развода я была уже не одна. Мы развелись, когда нашей дочурке исполнился годик.

Закрытая дверь и открывшиеся возможности

Впрочем, обо всем по порядку. Итак, из роддома мы с новорожденной малышкой приехали в дом моих родителей – в квартире Родиона шел капитальный ремонт. Я разрывалась между ребенком, мужем и новым жильем. Мама возилась с долгожданной и безмерно любимой внучкой, отец взвалил на себя финансовую сторо-

ну обустройства квартиры нашей молодой семьи. К слову, тогда мне была еще непонятна позиция родителей супруга: они с завидным интересом просто наблюдали за происходящим, периодически копируя те или иные ремонтно-обстановочные элементы нашего дома. О какой-либо помощи с их стороны речи не было и в помине.

Первый месяц Алиночки мы отмечали уже в нашей красивой новой квартире. Все было замечательно до момента регистрации дочки. Свекровь, на которую, как оказалось, и была оформлена недвижимость, заявила:

– Никаких лишних людей на моей территории! Сегодня вы женаты, а завтра – в разводе!

Родион сразу принял позицию матери, даже не пытаясь уладить конфликт.

– Не нравятся – валите отсюда! – заявил он. – И учти: за ремонт и мебель твоя родня не получит от меня ничего. Их же никто

не заставлял вкладываться, по собственной инициативе, так сказать...

– Но они делали это, прежде всего, для своей дочки и внуки! – пыталась вразумить я мужа.

– А мне плевать! В ближайшие выходные мы с малышкой уехали к моим родителям, а когда вернулись – дверные замки были сменены. Больше в квартиру нас с Алиночкой не пустили.

Часть личных вещей мне потом передали через третьих лиц. Но это была капля в море.

Бывший долго судился из-за размера алиментов на ребенка. К чести суда, все заседания его сторона проиграла. Но и назначенную сумму мы с дочкой не получили: бизнес он быстро переформатил на свою мать, предоставив липовые справки о безработице.

Я ни о чем не жалею, ведь у меня подрастает прекрасная девочка! И у нас с ней все замечатель-

но! И папой она называет человека, который действительно таковым и является (хоть и не по крови).

Высокие отношения

Из своего опыта знаю, что тихий, спокойный развод – большая редкость. Но бывает все-таки! И по большому счету это очень даже нормально, когда некогда близкие люди относятся друг к другу с уважением.

У Алины в детском саду есть подружка Танечка. Девочка перешла в нашу группу год назад. При оформлении ее мама Елена предупредила воспитателей, что забирать девочку из детского сада могут близкие родственники, среди которых есть «папа Женя» и «папа Миша». На удивленные вопросы педагогов она улыбнулась:

– У нас замечательные отношения в семье! Мои мужья – бывший и нынешний – прекрасно ладят. Оба обожают Танюшку, полноценно занимаются ее воспитанием, в том числе и в материальном плане.

Оказалось, что и с новой женой бывшего мужа у Елены полное взаимопонимание:

– Ну развелись и развелись. Зачем же злость держать? От этого только проиграешь.

Танечка часто гостит в новой семье папы Жени. С рождением сводного братика стала главной его нянькой. Обе семьи часто собираются уже на общей даче, когда-то построенной еще дедом Елены, вместе отмечают дни рождения и другие праздники. Поистине «высокие» отношения!

Чистилище души

Лет двадцать назад нас с мамой бросил отец. На тот момент у меня был самый критический подростковый возраст. Что я тогда вытворяла – лучше и не вспоминать. А потом жизнь все расставила по местам. Сначала у родителей наладились отношения, потом я простила отца. А затем мы снова стали жить все вместе. И тут уж надо отдать должное моей мудрой маме.

– Можно презирать мужа, забыть его имя, уничтожить фотографии, но нельзя предавать чувства, – сказала она мне тогда. – И только те люди, которые это понимают, расходятся с достоинством, не позволяя испачкать улетающую птицу счастья.

Говорят, что брак – это не рай, не ад, а чистилище. Чистилище души. И развод – показатель ее чистоты.

КРИСТИНА

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



Судоку

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

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

ПЕРВЫЙ



22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «СОФИЯ». (16+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
В загородной сауне от удара током в джакузи погибает замглавы города по хозяйственным вопросам Николай Бельх.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

- 05.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПАЗЛ». (16+)
В ходе расследования убийства капитан Евгения Фирсова сталкивается с обратной стороной «Системы» правоохранительных органов.
22.10 «МЕДИАТОР». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕДИАТОР». (16+)
00.30 «Основано на реальных событиях». (16+)
01.35 «ГОНЧИЕ». (16+)
04.45 «Военно-исторические маршруты». (16+)

СТС



14.55 «МОНСТР-ТРАКИ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Простоквашино». (0+)
07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.05 Премьера! Взрослым не понять. (12+)
09.05 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
10.45 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
12.50 «ЗИП И ЗАП НА ОСТРОВЕ КАПИТАНА». (6+)
14.55 «МОНСТР-ТРАКИ». (6+)
17.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
20.05 «ВСЁ МОГУ». (16+)
22.00 «БАМБЛБИ». (12+)
00.15 «РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ». (18+)
02.25 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (6+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



21.00 «ПОЧКА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
09.00 «Выжить в Дубае». (16+)
11.00 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ТАЙНА ПРОПАВШЕЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
21.00 «ПОЧКА». (16+)
22.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ». (16+)
23.55 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
Гена всю жизнь старался быть опорой семьи. Ради этого он даже отказался от бурной молодости и мечты стать звездой КВН. А когда спустя 25 лет жена назвала его скучным и предложила развестись, Гена решает наверстать упущенное...
01.40 «Импровизация. Команды». (18+)
03.20 «Шоу «Студия Союз». (16+)
04.55 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». (16+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». (16+)
22.05 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ЗАЛОЖНИЦА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
06.50 16.00 На ножах. (16+)
08.50 Секреты на кухне. (16+)
10.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
12.00 Адская кухня. (16+)
15.00 Зовите шефа. (16+)
18.10 Черный список. (16+)
23.00 Секреты на кухне. (16+)
00.00 «ПОДРАНКИ». (18+)
01.30 Пятница News. (16+)
02.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
03.40 На ножах. Отели. (16+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
О дружбе и приключениях маленькой озорной девочки Маши и ее заботливого друга Медведя.
07.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
09.20 «КЛОН». (16+)
11.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.20 «Супермама». (16+)
17.25 «Беременная в 16». (16+)
19.00 «КЛОН». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
01.25 «Измены». (18+)
04.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.15 Дорожные войны. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
Сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о непростых солдатских буднях.
16.30 Улётное видео. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Решала. (16+)
05.00 Идеальный ужин. (16+)

МИР

- 08.40 Независимость. Миссия выполнима. (16+)
09.20 Время возможностей. (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
10.20 Беларусь. Второй фронт. (16+)
11.20 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (12+)
13.15, 14.10, 15.05 Дела судебные. (16+)
16.15 Приговор!? (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.35 Назад в будущее. (16+)
22.35 Всемирные игры разума. (12+)
23.05 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (12+)
00.40 Наше кино. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 11.25 22.45 «МАРБИ-НА РОЩА». (12+)
12.15 «Моя история». (12+)
12.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
15.10 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (12+)
17.00 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.05 «ДОЛГИЙ ПУТЬ ДОМОЙ». (12+)
21.00 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
22.30 «Песня остается с человеком». (12+)
00.20 Отражение. (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
05.30 «РЖЕВ». (16+)
07.20 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
09.10 «МЕТОД». (18+)
Меглин - единственный в своем роде специалист, следователь с самой высокой раскрываемостью серийных преступлений и человек с особыми наклонностями. Понять и перенять «метод Меглина» хочет выпускница юрфака Есения Стеклова - она просится к нему в стажеры. За интересом Есени скрывается глубокая личная драма...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)
02.30 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Бобр добр», «Енотки», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветяшки!» (0+)
08.10 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
Новый сезон мультсериала посвящен глобальной задачке профессора Геня Евгеньевича Чудакова - открытию самого лучшего в мире музея науки! И помочь ему в этом будут дети! Ведь они не боятся задавать вопросы, фантазировать и изобретать.
10.50 «Слаймики». (0+)
11.00 «Отель у овечек». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Диностер». (6+)
13.10 «Инфинити Надо». (6+)
13.35 «Дикае скричеры!» (6+)
14.00 «Буба». (6+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.35 «Геройчики». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Гурбозавры». (0+)
22.00 «Инфинити Надо». (6+)
22.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)
23.45 «Опять двойка». (0+)
00.10 «Волк и теленок». (0+)
00.20 «Козлёнок, который считал до десяти». (0+)
00.30 «Белая шкурка». (0+)
00.40 «Ваня и крокодил». (0+)
00.50 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.25 «Машинки Мокса». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.30, 19.30, 02.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 Друзья на все времена. «Умка: Беспокойная ночь, Жадная поляна». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.35, 04.25 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00, 21.25 «Геройчики». (0+)
15.00 «Монски». (0+)
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Маугли». (0+)
18.00 «Приключения Бубы». (6+)
18.30, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.35 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
22.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
23.00 «Братцы кролики». (6+)
23.25, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.30 «Волшебная кухня». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Обезьянки». (0+)
01.30 «Мальшарики». (0+)
02.00 «Черепашки». (0+)
03.30 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 02.55 Подземная Италия. (12+)
04.00 Историада. (12+)
04.50 Я погиб под Демянском. (12+)
05.35 Не квартира - музей. (12+)
05.50 Владивостокская крепость. (12+)
06.15 Бог войны. (12+)
06.55 Дмитрий Менделеев. Предвосхищая будущее. (12+)
07.55, 08.50, 09.45 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
10.35 Карл Булла - Первый. (12+)
11.20 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
11.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
12.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
13.35 Их называли русскими. (12+)
14.15 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.10 Битва ставок. (12+)
17.00 Историограф. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 Пешком в историю. (12+)
18.20 Город трёх империй. (12+)
20.00 Сквозь времена. (12+)
20.25 На пути к Великой Победе. (12+)
20.50 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+)
21.40 В поисках утраченного искусства. (12+)
22.30 Музейный феникс. (12+)
23.00 Великие живописцы. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Смертоносная техника: Танки. (12+)
06.45 Смертоносная техника: Взрывчатка. (12+)
07.35 Смертоносная техника: Силы спецназа. (12+)
08.25 Планета сокровищ: Европа. (6+)
09.25 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)
10.25 Жертвы викингов. (16+)
11.25 Забытая армия викингов. (12+)
12.20, 13.15 Сириус. (16+)
14.05 Мифы и тайны королевской истории: Георг IV и Регентство. (16+)
15.10 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
16.00 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+)
17.00 Искусство Франции: Прольется кровь. (16+)
18.00 Древний Египет - хроники империи: Нил: источник жизни. (12+)
19.00 Древний Египет - хроники империи: Боги и цари. (12+)
20.00, 21.00 НЛО. (16+)
21.55, 22.50 Нулевая мировая. (16+)
23.50 Планета сокровищ: Европа. (6+)
00.50 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)
01.40 Жертвы викингов. (16+)
02.35 Забытая армия викингов. (12+)
03.25, 04.10 Сириус. (16+)
04.55 Мегалополис: секреты древнего мира: Афины. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.45, 18.05, 23.50 О самом главном. (12+)
06.50, 10.55 Медицинский репортёр. Чем рискуют оперные певцы? (12+)
07.20, 04.10 На приёме у доктора Ямщиковой. (12+)
07.50, 04.35 На приёме у доктора Ороса. (12+)
08.15, 14.40, 00.45 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Тимус. Селезенка. (12+)
09.05 О самом главном. Мوشенники на здоровье. (12+)
10.00, 10.25 Вундеркинды. (12+)
11.25 Клинический случай. Софья Толстая. Безумная любовь. (12+)
11.55, 17.15 Химия нашего тела. (12+)
13.40 Еда здорового человека. Ягоды. (12+)
14.10, 22.55, 23.20, 03.20, 03.45 Большой скачок. (12+)
15.25 О самом главном. (12+)
16.20 На приёме у доктора Куцева. (12+)
16.50 Это лечится. Правда о простате. (12+)
19.00, 01.30, 05.05 Теледоктор. (12+)
20.00, 02.25 Большой скачок. Обратная сторона ЗОЖ. (12+)
20.25, 02.50 Большой скачок. Стать киборгом. (12+)
20.55 О самом главном. Псориаз. Кому он грозит? (12+)
21.55, 22.25 Будь в тонус! (12+)

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5 5-Й КАНАЛ

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



06.35 «Пешком...»



13.40 «Мой герой». (12+)



20.00 «АКСЕЛЬ». (12+)



02.00 «ЛЮБОВЬ КАК МОТИВ». (16+)

- 06.35 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Катастрофы Древнего мира»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.45 Цвет времени
- 08.55 «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 «НАЗЫВАЙ ЭТО УБИЙСТВОМ»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 «Восточный экспресс»
- 14.15 «ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ»
- 16.30 «Влюбленные в Россию»
- 17.15 01.20 Марта Аргерих
- 18.20 Запечатленное время
- 18.45 «Я шагаю по Москве»
- 19.45 Письма из провинции
- 20.15 Искусственный отбор
- 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.10 К юбилею Тамары Синявской
- 21.40 Спектакль «Женитьба»
- 00.15 «СПРУТ»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 08.45 «ОТЕЛЬ «ТОЛЕДО». (12+)
- 10.40 «Ростислав Пятт. Интеллигентный хулиган». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГОСТЬЯ ИЗ ПРОШЛОГО». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 17.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)
- 22.00 События
- 22.40 Спецрепортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната. Герман Геринг». (16+)
- 01.25 «Звёзды из трущоб». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 Гадалка. (16+)
- 17.15 «Слепая». (16+)
- 19.00 Вернувшиеся. (16+)
- 20.00 «АКСЕЛЬ». (12+)
- Мотогонщик Майлс случайно находит военную разработку - гигантского робота-собаку по имени Аксель. Пёс обладает интеллектом следующего поколения и большим сердцем верного друга. Майкл и Аксель быстро привязываются друг к другу.
- 22.00 «ИСТОРИК». (16+)
- 00.00 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 01.00 Дневник экстрасенса. (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.30 Давай разведёмся! (16+)
- 09.35 Тест на отцовство. (16+)
- 11.45 «Понять. Простить». (16+)
- 13.00 «Порча». (16+)
- 13.30 «Знахарка». (16+)
- 14.00 «Верну любимого». (16+)
- 14.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 15.10 «ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ». (16+)
- 19.00 «О ЧЁМ ОНА МОЛЧИТ». (16+)
- 23.05 «Понять. Простить». (16+)
- 00.15 «Порча». (16+)
- 00.40 «Знахарка». (16+)
- 01.05 «Верну любимого». (16+)
- 01.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.00 «ЛЮБОВЬ КАК МОТИВ». (16+)

- 05.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 13.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 11.00 00.50 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 12.25 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 12.45 13.25 03.55 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР». (16+)
- 18.00 «Битва за Россию». (16+)
- 20.10 «Загадки века». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «В СТРЕЛЯЮЩЕЙ ГЛУШИ». (12+)
- 01.55 «ТЫ ПОМНИШЬ?» (12+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 12.45 22.30 «Большие истории». (12+)
- 13.15 18.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.45 22.15 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.30 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 23.00 «НА ЧУЖОМ ПРАЗДНИКЕ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.20 «Спортивный интерес». (12+)
- 06.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.50 18.25 22.30 Новости
- 07.05 20.30 22.35 Все на Матч!
- 10.05 12.35 05.15 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 01.10 «Спортивный век». (12+)
- 11.25 Karate Combat-2023. Трансляция из США. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.55 География спорта. (12+)
- 15.25 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
- 17.25 «Громко»
- 18.30 Дартс. Профессиональная лига. Про Тур 4. Прямая трансляция из Москвы
- 21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов»
- 23.20 Бокс. Р. Франко - К. Харрис. Bare Knuckle FC. Трансляция из Великобритании. (16+)
- 00.10 «Вы это видели». (12+)
- 02.10 «Территория спорта». (12+)
- 06.00 10.05 Баскетбол 3х3. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Где рождаются чемпионы». (12+)
- 08.20 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (0+)
- 08.50 Лица страны. (12+)
- 09.10 12.00 12.40 22.25 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 22.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 12.15 18.40 География спорта. (12+)
- 13.05 13.35 Баскетбол 3х3. Чемпионат России. Матч за 3 место. (0+)
- 14.00 14.30 Баскетбол 3х3. Чемпионат России. (0+)
- 15.05 «Небесная грация».
- 15.25 05.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 16.00 Конный спорт. (0+)
- 18.10 Что по спорту? (12+)
- 19.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 20.40 Здоровый образ. (12+)
- 21.05 «Громко». (12+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.05 Бильярд. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

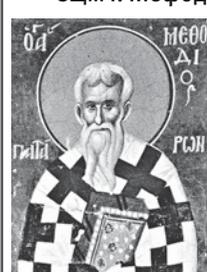
- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.40 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 08.10 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
- 10.00 «ГОСФОРД-ПАРК». (16+)
- 12.30 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 14.55 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (12+)
- 21.10 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 21.10 «ВЕДАЛИ ОТ ОБЕЗУМЕВШЕЙ ТОЛПЫ». (16+)
- 01.25 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 03.10 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)
- 07.55 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «НА РАЙОНЕ». (16+)
- 10.35 «ЗИМА». (16+)
- 11.50 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
- 13.40 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 15.15 «МАЖОР. ФИЛЬМ». (16+)
- 17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
- 19.00 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)
- 20.35 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (16+)
- 22.35 «МАРАФОН». (12+)
- 00.20 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 01.45 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 03.05 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
- 04.25 Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.55 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 08.45 Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 11.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.20 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008 г.
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 01.00 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- Россия, 2018 г.
- 02.45 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
- 04.40 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ. СХВАТКА». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 19.10, 20.20, 21.20 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, история, Турция, 2015-2017 гг.
- 22.20 Богиня (субтитры). (16+)
- 23.30 Моя жена рулит. (16+)
- 00.45 Суббота News 2023. (16+)
- 01.00 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.50, 02.40 Пацанки. (16+)
- 03.15 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 03.50 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.25 «ВЫШИБАЛА». (18+)
- 02.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
- 04.25 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)
- 06.10 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 08.00 «СТАРЫЕ ШИШКИ». (18+)
- 09.35 «ПОКА ТЫ СПАЛ». (16+)
- 11.30 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 13.20 «ПЛОХИЕ ПАРНИ». (16+)
- 15.35 «КРУТАЯ ДЖОРДЖИЯ». (16+)
- 17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 21.15 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!» (16+)
- 23.40 «ПОЧЕМУ ОН?» (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.30, 07.10 «Маугли». (0+)
- 07.30 «КОМИТЕТ 19-ТИ». (16+)
- 10.25 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 12.10 «ДВОЙНОЙ ОБГОН». (12+)
- 13.45 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (16+)
- 15.30 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (12+)
- 18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
- 19.50 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 21.30 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 23.25 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (12+)
- 01.10 «СХВАТКА В ПУРГЕ». (12+)
- 02.35 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (16+)
- 04.00 «ОТЕЦ И СЫН». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- В ролях: Сергей Селин, Алексей Нилов, Юрий Кузнецов, Анастасия Мельникова, Владимир Шевельков, Юрий Тарасов
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.40 «МАМОЧКИ». (16+)
- История о женской дружбе и кардинальном преобразении жизни после появления детей. В этом на личном опыте убеждаются три неразлучные подружки. В погоне за счастьем они смеются, плачут, любят, поддерживают друг друга и доказывают: женская дружба существует!
- 11.50 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- 15.55 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 22.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)
- 00.45 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.15 Знак равенства. (16+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святые России. (6+)
- 11.40 Завет. (6+)
- 12.45 Простые чудеса. (12+)
- 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Полковой священник, гвардии капеллан. Десантные батюшки. (0+)
- 15.50 Русофобия. (16+)
- 16.25 «СОЛЕННЫЙ ПЕС». (0+)
- СССР, 1973 г.
- 17.50 «ЖАЖДА». (0+)
- СССР, 1959 г. В ролях: Юрий Белов, Борис Битюков
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Святой Дух. Фильм 1. (0+)
- Трилогия Бориса Корчевникова.
- 23.00 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.15 Преподобный Максим Грек. Цикл: День Ангела. (0+)
- 00.45 Завет. (6+)
- 01.40 Святые России. (6+)
- 02.35 Цикл: На своей земле. Демилитаризация. (16+)
- 02.45 Преподобный Максим Грек. Цикл: День Ангела. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

3 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Сщмца. Мефодия, еп. Патарского.



Блгв. кн. Глеба Владимирского (сына св. Андрея Боголюбского).
Мчч. Инны, Пинны и Риммы. Мчч. Аристриана диакона и Афанасия чтеца. Свт. Левкия исп., еп. Врунцисиопольского. Свт. Мины, еп. Полоцкого. Прав. Николай Кавасилы (Эллад). Перенесение мощей свт. Гурия, архиеп. Казанского. Св. Николая исп., пресвитера. Моденской (Косинской) иконы Божией Матери.

Петров пост.
«Восход к вершине: простота, послушание, вера, надежда, служение, смирение, кротость, радость, любовь, молитва».
Свт. Макарий Великий

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 Лайкер. (16+)
- 07.30 Тееп чарт. (16+)
- 07.55 Лайкер. (16+)
- 08.30 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Моя Волна. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.30 МузРаскрутка. (16+)
- 16.00 Top-15 like fm. (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- Мы знаем о звёздах всё!
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.00 Необъяснимое. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Рок нон-стоп. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (16+)
- 01.30 Наше. (16+)

ПЕРВЫЙ



22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!». (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «СОФИЯ». (16+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
В Междуреченск приезжает съёмочная группа сериала «Роковой выстрел». Начальник просит Ардову проконсультировать режиссёра фильма - Лемберга.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+)
03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

- 04.55 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПАЗЛ». (16+)
Следствие разыскивает Левшина, пытается выйти на него через его девушку Софью, за которой организовывается слежка.
22.10 «МЕДИАТОР». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕДИАТОР». (16+)
00.30 «Основано на реальных событиях». (16+)
01.25 «ГОНЧИЕ». (16+)
04.30 «Военно-исторические маршруты». (16+)

СТС



00.45 «ФРАНЦУЗСКИЙ ВЕСТНИК». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Простоквашино». (0+)
07.15 «Ну, погоди! Каникулы!». (6+)
07.50 ОКнутые люди. (16+)
08.50 «МЭДИСОН: КРЕПКАЯ ДРУЖБА». (12+)
10.35 «ЗИП И ЗАП НА ОСТРОВЕ КАПИТАНА». (6+)
12.45 «ЛЕСНОЙ РАЗБОЙНИК». (0+)
15.00 «ТИМ ТАЛЕР, ИЛИ ПРОДАННЫЙ СМЕХ». (12+)
17.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
«2+1». (16+)
20.00 «СЕМЬЯ ПОБЫСТРОМУ». (16+)
22.20 «ФРАНЦУЗСКИЙ ВЕСТНИК: ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ «ЛИБЕРТИ. КАНЗАС ИВНИНГ САН». (18+)
02.40 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
04.10 «6 кадров». (16+)

ТНТ



21.00 «ПОЧКА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
15.00 «ИВАНЬКО». (16+)
20.00 «ТАЙНА ПРОПАВШЕЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
21.00 «ПОЧКА». (16+)
22.00 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
Приезд президента - очень ответственное мероприятие для любого провинциального города. На любом этапе подготовки что-то может пойти не так. Но никто в Любякино не ожидал, что не так пойдет всё.
23.50 «НЕПОСРЕДСТВЕННО КАХА». (16+)
Каха запал на прекрасную Софу, но, чтобы подобраться к её сердцу, ему нужно забыть на дружбу с Серго. Что же выберет Каха - любовь или дружбу?
01.50 «Импровизация. Команды». (18+)
03.30 «Шоу «Студия Союз». (16+)

REN



20.00 «СУДЬЯ ДРЕДД 3D». (16+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «СУДЬЯ ДРЕДД 3D». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ЗАЛОЖНИЦА-2». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.30 Пятница News. (16+)
06.50 На ножах. (16+)
09.00 23.10 Секреты на кухне. (16+)
10.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
12.20 Адская кухня. (16+)
14.50 Кондитер. (16+)
17.30 Кондитер. Дети. (16+)
20.20 Вундеркинды. (16+)
21.50 Молодые ножи. (16+)
00.10 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
01.30 Пятница News. (16+)
02.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
03.40 На ножах. Отели. (16+)

Ю

- 05.45 «Маша и Медведь». (0+)
07.15 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
09.20 «КЛОН». (16+)
Прямоиком из Рио-де-Жанейро, где жизнь похожа на бразильский карнавал, Жади приходится отправиться на ближний восток, где каждый шаг должен соответствовать строгим правилам.
11.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.20 «Супермама». (16+)
17.25 «Беременная в 16». (16+)
19.00 «КЛОН». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
02.15 «Измены». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.15 Дорожные войны. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
«Улётное видео» - это сборник самых смешных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного зрителя.
10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
16.30 Улётное видео. (16+)
20.00 02.45 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
05.00 Идеальный ужин. (16+)

МИР

- 05.30, 00.45 Наше кино. (12+)
06.10, 10.10 «КУЛИНАР». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.40 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15 Приговор!? (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
21.35 Назад в будущее (16+)
22.35 Всемирные игры разума. (12+)
23.05 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (12+)
01.10 «ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (0+)
02.55 (Не)Фантастика. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 11.25 22.45 «МАРЬИНА РОЩА». (12+)
12.15 «Вспомнить всё». (12+)
12.45 «Песня остается с человеком». (12+)
15.10 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
16.45 Мультфильм. (0+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
21.00 «РУСАЛКА». (16+)
00.20 ОТражение. Главное. (12+)
04.20 «Диалоги без грима». (12+)

ПОБЕДА

- 04.10 «Путь к Победе». (16+)
05.10 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
06.20 «ПАУК». (16+)
13.50 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
Две выпускницы радведшколы, две разные жизни, две разные судьбы. Они ненавидят друг друга, но служат одному делу... Арина Прозоровская - идеалистка, убежденная комсомолка, выросшая в интеллигентной семье. Зоя Величкова - деревенская девушка, дочь репрессированного кулака, оказавшаяся в уголовной среде...
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
02.40 «72 ЧАСА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Бобр добрый», «Енотки», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.35 «Цветяшки!». (0+)
08.10 «Долина Муми-троллей». (0+)
09.20 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
10.50 «Слаймики». (0+)
В детской комнатке девочки Лизы происходят чудеса. Когда никого не бывает дома, её любимые слаймы оживают и живут своей жизнью, полной приключений и забавных историй.
11.00 «Отель у овечек». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Диностер». (6+)
13.10 «Инфинити Надо». (6+)
13.35 «Дикие скричеры!». (6+)
14.00 «Буба». (6+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.35 «Геройчики». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
20.45 «Пурбозавры». (0+)
22.00 «Инфинити Надо». (6+)
22.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)
23.45 «Кот в сапогах». (0+)
00.05 «О том, как гном покинул дом и...». (0+)
00.15 «Просто так!». (0+)
00.20 «Ёжик в тумане». (0+)
00.30 «Вагончики». (0+)
00.40 «Бездомные домовые». (0+)
00.50 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.25 «Машинки Мокса». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.30, 19.30, 02.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 20.00 «Сказочный паутруль». (0+)
09.30 Друзья на все времена. «Умка». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.35, 04.30 «Кощежки-собачки». (0+)
11.00, 21.25 «Геройчики». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Маугли». (0+)
18.00 «Приключения Бубы». (6+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.35 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
22.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
23.00 «Братцы кролики». (6+)
23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.30 «Волшебная кухня». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Обезьянки». (0+)
01.25 «Мальшарик». (0+)
02.00 «Черепашки». (0+)
03.25 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». «Машинки сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 02.55 Дмитрий Менделеев. Предвосхищая будущее. (12+)
04.00, 04.50, 05.45 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.40 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
07.20, 17.45 Семь дней истории. (12+)
07.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
08.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
09.25 Их называли русскими. (12+)
10.15 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
12.00 Пешком в историю. (12+)
12.25, 12.55 Легенды науки. (12+)
13.25 Загадки засечной черты. (12+)
13.55 Киж. Храмовое деревянное зодчество. (12+)
14.20 Город трёх империй. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.10 Битва ставок. (12+)
17.00 Историограф. (12+)
17.50 Сквозь времена. (12+)
18.20 На пути к Великой Победе. (12+)
18.50 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+)
19.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
20.00 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+)
20.55 Кольцо «А». (12+)
21.05 Исторические города Британии. (12+)
21.55 Кремль. Эпоха царей. (12+)
22.55 История одной фотографии. (6+)
23.10 Расшифрованные сокровища. (12+)

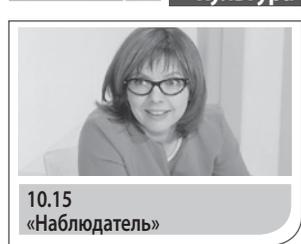
VJU HISTORY

- 06.30, 07.25 Нулевая мировая. (16+)
08.25 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+)
09.25 Искусство Франции: Прольется кровь. (16+)
10.25 Древний Египет - хроники империи: Нил - источник жизни. (12+)
11.25 Древний Египет - хроники империи: Боги и цари. (12+)
12.25, 13.20 НЛО. (16+)
14.15 Испанский грипп: невидимый враг. (12+)
15.20 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
16.10 Искусство Франции: Это современный мир. (16+)
17.10 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+)
18.00 Древний Египет - хроники империи: Мегалополисы. (12+)
19.00 Древний Египет - хроники империи: Культ мертвых. (12+)
20.00, 20.55 НЛО. (16+)
21.50, 22.50 Нулевая мировая. (16+)
23.50 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+)
01.40 Древний Египет - хроники империи: Нил - источник жизни. (12+)
02.35 Древний Египет - хроники империи: Боги и цари. (12+)
03.25, 04.20 НЛО. (16+)
05.05 Мегалополисы: секреты древнего мира: Александрия. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.40, 18.15, 23.50 О самом главном. Перелом шейки бедра. (12+)
06.55, 23.25, 03.35 Клинический случай. (12+)
07.20 Еда здорового человека. Ягоды. (12+)
07.50, 16.20, 16.45, 04.50 Большой скачок. (12+)
08.20, 14.35, 00.50 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
09.05 О самом главном. Что важно знать о крупках. (12+)
10.00 На приеме у доктора Куцева. О чём расскажут наши гены. (12+)
10.30 Это лечится. Правда о простате. (12+)
10.55 На приеме у доктора Ямщиковой. (12+)
11.25 На приеме у доктора Ороса. (12+)
11.55 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
13.40 Теледоктор. (12+)
15.20 О самом главном. Псориаз. Кому он грозит? (12+)
17.15, 17.45, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)
19.15, 05.15 Клиники России. (12+)
20.00, 02.15 Медицинский репортёр. (12+)
20.30, 03.10 Клинический случай. (12+)
21.00 О самом главном. (12+)
22.55, 02.45 Медицинский репортёр. Чем рискуют оперные певцы? (12+)
01.30 Клиники России. (12+)
04.05 Медицинский квест. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



10.15 «Наблюдатель»

06.35 «Пешком...»

07.00 Легенды мирового кино

07.35 13.15 «Катастрофы Древнего мира»

08.25 «Жизнь и судьба»

08.45 11.15 00.05 Цвет времени

08.55 «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ»

10.15 «Наблюдатель»

11.25 00.15 «СПРУТ»

12.45 «Земля людей»

14.10 «ПЕРЕД САМИМ СОБОЙ»

16.30 Влюбленные в Россию

17.15 01.20 Пааво Ярви

18.20 02.25 «Запечатленное время»

18.45 «Любовь и голуби»

19.45 Письма из провинции

20.15 Искусственный отбор

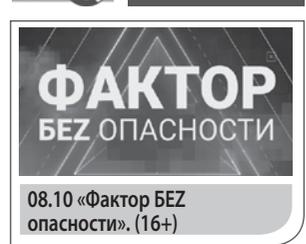
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»

21.10 К юбилею Тамары Синявской

21.40 Спектакль «Укрощение строптивой»

03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)

06.00 «Настроение»

08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)

08.40 «ОТЕЛЬ «ТОЛЕДО». (12+)

10.35 «Валентина Титова. В тени великих мужчин». (16+)

11.30 14.30 17.50 События

11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: СЕМЬ СЕСТЕР». (12+)

13.40 «Мой герой». (12+)

14.50 Город новостей

15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)

17.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)

17.35 «Петровка, 38». (16+)

18.10 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)

22.00 События

22.40 «Закон и порядок» (16+)

23.10 «Николай Щёлоков. Тайны жизни и смерти». (16+)

00.00 События. 25-й час

00.30 «Петровка, 38». (16+)

00.45 «Обжалованию не подлежит. Фотограф» (16+)

ТВ-3



00.00 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)

06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)

06.15 «Мультфильмы». (0+)

09.30 «Слепая». (16+)

11.15 Знаки судьбы. (16+)

12.20 Мистические истории. (16+)

13.30 Охотники за привидениями. (16+)

14.30 Герои. (16+)

15.30 Гадалка. (16+)

17.15 «Слепая». (16+)

19.00 Герои. (16+)

20.00 «ОСАДА». (16+)

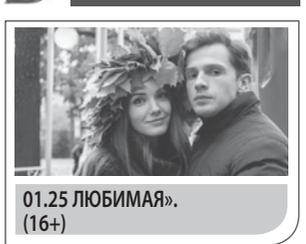
Тихий провинциальный городок в Джорджии живет своей жизнью. Однако нераскрытое дело десятилетней давности дало о себе знать. Грейс Бейкер, сестра убитой десять лет назад Бриджет Бейкер, вместе с сообщниками берет в заложники доктора Китса, последнего с кем видели Бриджет.

22.00 «ИСТОРИК». (16+)

00.00 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)

01.00 «Далеко и еще дальше». (16+)

ДОМАШНИЙ



01.25 ЛЮБИМАЯ. (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

08.20 Давай разведёмся! (16+)

09.20 Тест на отцовство. (16+)

11.35 «Понять. Простить». (16+)

12.50 23.40 «Порча». (16+)

13.20 «Знахарка». (16+)

13.50 «Верну любимого». (16+)

14.25 «Голоса ушедших душ». (16+)

15.00 «САШИНО ДЕЛО». (16+)

19.00 «НЕЛЮБОВЬ». (16+)

22.35 «Понять. Простить». (16+)

00.10 «Знахарка». (16+)

00.35 «Верну любимого». (16+)

01.00 «Голоса ушедших душ». (16+)

01.25 ЛЮБИМАЯ. (16+)

02.55 Тест на отцовство. (16+)

04.35 Давай разведёмся! (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)

06.50 «ОДИН». (16+)

09.00 «Известия». (16+)

09.30 «ОДИН». (16+)

13.00 «Известия». (16+)

13.30 «ОДИН». (16+)

13.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)

17.30 «Известия». (16+)

18.00 «СЛЕД». (16+)

22.20 «СВОИ-2». (16+)

00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)

00.30 «СЛЕД». (16+)

03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

05.20 12.45 13.25 03.55 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР». (16+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

11.00 00.55 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

12.30 19.55 «По горячим следам». (16+)

15.55 «РЫСЬ». (16+)

18.00 «Битва за Россию». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «ТРОЙНАЯ ПРОВЕРКА». (12+)

02.10 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 15.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

12.00 «Полицейский вестник». (12+)

12.15 «Служу Отечеству». (12+)

12.30 «Открываем Воронеж». (12+)

12.45 18.00 «В тени чемпионов». (12+)

13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)

14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)

14.30 «День вместе». (12+)

17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)

18.15 «Эксперт». (12+)

18.30 22.00 04.30 «Заметные люди». (12+)

19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)

19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)

20.00 22.30 01.30 03.30 «Педагог и наставник». (12+)

20.30 01.00 03.00 «Футбол губернии». (12+)

23.00 «ПОКОРИТЕЛИ ВОЛН». (16+)

Серфинг - спорт королей. Не каждый сможет справиться с огромными волнами у побережья Калифорнии.

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 14.20 «Спортивный интерес». (12+)

06.30 «Магия большого спорта». (12+)

07.00 12.55 14.50 18.10 22.30 Новости

07.05 16.10 21.40 Все на Матч! 10.00 Новости.

10.05 12.35 05.15 Специальный репортаж. (12+)

10.25 01.10 «Спортивный век». (12+)

11.25 Karate Combat-2023. Трансляция из США. (16+)

13.00 «Есть тема!»

14.55 16.25 «Пляжный футбол. OLYMPBET Чемпионат России. Женщины

17.40 Что по спорту? (12+)

18.15 Все на Кубок PARI Премьер!

19.00 Футбол. «Црвена Звезда» (Сербия) - «Зенит» (Россия). Кубок PARI Премьер. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга

22.35 Смешанные единоборства. (16+)

00.10 «Вы это видели». (12+)

02.10 «Территория спорта». (12+)

МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА

06.00 Баскетбол 3x3. Чемпионат России. 1/2 финала. (0+)

07.50 10.00 13.20 16.20 Новости

07.55 «Громко». (12+)

08.50 11.35 20.45 22.25 05.15 Спецрепортаж. (12+)

09.05 21.05 «Вы это видели». (12+)

10.05 Бильярд. «ВетВoom Кубок Чемпионов». (0+)

11.55 Пляжный футбол. Чемпионат России

13.25 14.55 16.25 17.55 19.25 Пляжный футбол. Чемпионат России

22.00 География спорта. (12+)

22.45 «Есть тема!» (16+)

00.05 «Стадион». (6+)

00.50 Лица страны. (12+)

01.10 Здоровый образ. (12+)

01.40 «Небесная грация». (0+)

01.55 Мини-футбол. Клубный чемпионат мира

03.40 Профессиональный бокс. Кубок победителей. (16+)

05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VJU TV1000 VJU TV1000

05.35 «ВДАЛИ ОТ БЕЗУМНОЙ ТОЛПЫ». (16+)

07.45 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (12+)

10.15 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)

12.25 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)

14.55 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)

17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)

18.40 «ТРАССА 60». (16+)

20.35 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)

22.50 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТРА СПИВЕТА». (6+)

00.40 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (16+)

02.10 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)

03.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУБУЮ ЛАГУНУ». (16+)

VJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)

07.05 «Бодо Бордод». Мультсериал. (6+)

07.55 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)

09.25 «МАРАФОН». (12+)

11.15 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (16+)

13.15 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)

15.10 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)

17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)

19.00 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)

20.45 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)

22.35 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (6+)

00.15 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)

02.05 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)

03.35 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)

04.55 Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.45 «НА РЫБАЛКУ!» (12+)

03.40 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)

05.20 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)

07.00 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)

08.55 «ПЛОХАЯ КОМПАНИЯ». (16+)

11.05 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ». (6+)

13.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

14.50 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)

17.40 «ИЗ 13 В 30». (12+)

19.30 «МУЖЧИНА ПО ВЫЗОВУ-2». (16+)

21.00 «ПАРЕНЬ-КАРАТИСТ». (6+)

Драма, спорт, США, 1984 г.

23.25 «ВЫШИВАЛА». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.55 Мультфильм. (0+)

07.05, 07.30 «Маугли». Мультфильм. (6+)

07.50, 10.35 «ЛЕГЕНДА О ТИЛЕ». (12+)

13.25 «НЕ ГОРЮЙ!» (12+)

15.05 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)

16.30 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)

18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)

19.50 «МИМИНО». (12+)

21.30 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)

22.55 «СУЕТА СУЕТ». (12+)

00.30 «ИСТОРИЯ ОДНОЙ БИЛЬЯРДНОЙ КОМАНДЫ». (12+)

02.05 «НИЗАМИ». (12+)

04.10 «ЕМЕЛЬЯН ПУГАЧЕВ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

12.00, 20.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)

04.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

В ролях: Алексей Секирин, Сергей Колешня, Сергей Губанов, Александр Обласов, Татьяна Ермилова, Георгий Фетисов

СТC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

08.00 «Ералаш». (0+)

08.40 «МАМОЧКИ». (16+)

11.50 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)

Илья впадает в глубокую депрессию от того, что бизнес-идеи больше не приходят в его голову. Неожиданно к ним домой является Казим Акавович. Он знакомится с детьми, и проблема трудоустройства Ильи принимает неожиданный оборот...

16.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

22.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)

00.50 «б кадров». (16+)

04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «НАД НАМИ ЮЖНЫЙ КРЕСТ». (12+)

06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.30 Святой Дух. Фильм 1. (0+)

12.15 Простые чудеса. (12+)

13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Преподобный Максим Грек. Цикл: День Ангела. (0+)

15.35 Цикл: На своей земле. Трофеи. (16+)

15.50 «ТУМ-ПАБИ-ДУМ». (0+)

17.55 «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ». (6+)

СССР, 1980 г. В ролях: Владимир Никитин, Георгий Дворников

19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)

21.30 Святой Дух. Фильм 2. (0+)

23.00 Служба спасения семьи. (16+)

00.00 День Патриарха. (0+)

00.15 Восход победы. Курская буря. (0+)

01.00 Простые чудеса. (12+)

01.40 Профессор Осипов. (0+)

02.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

03.00 Цикл: На своей земле. На передовой. (16+)

03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

15.20 В десятку! (16+)

16.00, 23.20 Плейлист. (16+)

16.30 Очень Караочен. (16+)

17.00 Ждите ответа. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20 Плейлист. Лето. (16+)

19.00 Русский чарт. (16+)

20.00 Хит-сториз. (16+)

20.30 Лайкер. (16+)

22.00 С кошмаром по жизни: фобии звезд. (16+)

23.00 PRO-новости. (16+)

00.30 Хиты по-русски. (16+)

01.30 Лайкер. (16+)

05.00 Лайкер. (16+)

06.00 Муз'итив. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

07.00 У-Дачный чарт. (16+)

07.55 Лайкер. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 DFM - dance chart. (16+)

10.00 Top-30. (16+)

12.00 Юмор FM чарт. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Новое радио. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

Православный календарь

4 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Обретение мощей прп. Максима Грека.

Мч. Иулиана Тарсийского. Сщмч. Терентия, еп. Иконийского. Прпп. Иулия пресвитера и Иулиана диакона. Мчч. Арчила II, царя Иверского, и Луарсаба II, царя Карталинского (Груз.). Сщмч. Иоанна пресвитера. Прп. Георгия исп. Сщмчч. Алексия, Павла и Николая пресвитеров. Прмч. Ионы. Мч. Никиты.

Петров пост.

«О, как страшно для забавы употреблять пищу и питье, пресыщаться и упиваться! Сытая утроба теряет веру, страх Божий и делается бесчувственной для молитвы, для благодарения и славословия Божия».

Прп. Иоанн Кронштадтский

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)	 21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)	 07.40 «БАХУБАЛИ. НАЧАЛО». (16+)	 21.00 «ПОЧКА». (16+)	 20.00 «ЗАЛОЖНИЦА-3». (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «АнтиФейк». (16+) 09.55 «Жить здорово!». (16+) 10.45 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Информационный канал. (16+) 16.00 «Мужское / Женское». (16+) 16.50 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.20 Информационный канал. (16+) 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «МАГОМАЕВ». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «СОФИЯ». (16+) 16.00 Вести 16.30 «Малахов». (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) Во время поисков двух пропавших мальчиков, которые не вернулись с рыбалки, поисковики обнаруживают в лесу едва живого измождённого старика. 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+) 03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)	04.55 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ЛЕСНИК». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ЛЕСНИК». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+) 16.00 «Сегодня» 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ПАЗЛ». (16+) Фирсова изучает тетрадь Левшина и приглашает к работе криптолога. Поточного вызывают на допрос... 22.10 «МЕДИАТОР». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «МЕДИАТОР». (16+) 00.30 «Основано на реальных событиях». (16+) 01.15 «ГОНЧИЕ». (16+) 04.25 «Таинственная Россия». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Простоквашино». (0+) 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 07.40 «БАХУБАЛИ: НАЧАЛО». (16+) 10.55 «СЕМЬЯ ПОБЫСТРОМУ». (16+) 13.15 «МЭДИСОН: КРЕПКАЯ ДРУЖБА». (12+) 15.00 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+) 16.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+) 20.00 «ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+) 21.55 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+) 23.40 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+) 01.45 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+) 04.00 «б кадров». (16+) 05.10 «Мультфильмы». (6+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+) 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 15.00 «ИВАНЬКО». (16+) 20.00 «ТАЙНА ПРОПАВШЕЙ ДЕРЕВНИ». (16+) 21.00 «ПОЧКА». (16+) 22.00 «ЖЕНИХ». (12+) Как немец в Россию 9 мая приезжал жениться на русской красавице Алене, с которой они познакомились в Берлине. Счастливая пара едет в деревню - знакомиться с родственниками невесты. Однако туда же приезжает и бывший муж Алены Толя, который неожиданно решил вернуть жену. 23.55 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+) 01.30 «Импровизация. Команды». (18+) 03.10 «Шоу «Студия Союз». (16+) 04.45 «Импровизация». (16+)	05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ЗАЛОЖНИЦА-3». (16+) 22.05 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «ПРОПАВШАЯ». (16+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+) 06.20 Пятница News. (16+) 06.50 15.30 На ножах. (16+) 09.00 Секреты на кухне. (16+) 10.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+) 12.10 Адская кухня. (16+) 14.40 Зовите шефа. (16+) 23.10 Секреты на кухне. (16+) 00.20 «ПОЛЕТЫ ВО СНЕ И НА ЯВУ». (18+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+) 03.50 На ножах. Отели. (16+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.15 Дорожные войны. (16+) Программа «Дорожные войны» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. 09.00 Улётное видео. (16+) 10.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 16.30 Улётное видео. (16+) 20.00 02.45 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 05.10 Идеальный ужин. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 10.10 11.25 22.45 «МАРЬИНА РОЩА». (12+) 12.15 «Человек и судьба». (12+) 12.45 «Конструкторы будущего». (12+) 15.10 «РУСАЛКА». (16+) 16.50 Мультфильм. (0+) 17.00 «Открытая наука». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 21.00 «ПРОЩАЙ, ШПАНА ЗАМОСКВОРЕЦКАЯ». (16+) 00.20 ОТражение. Главное. (12+) 04.20 «Диалоги без грима». (12+)
05.40 «Маша и Медведь». (0+) 07.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 09.20 «КЛОН». (16+) 11.20 «Моя свекровь - монстр». (16+) 13.20 «Супермама». (16+) Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. С понедельника по четверг они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся. 17.25 «Беременная в 16». (16+) 19.00 «КЛОН». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 02.05 «Измены». (18+)	05.40 Наше кино. (12+) 06.10, 10.10 «КУЛИНАР». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.45 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.15 Приговор! (16+) 17.10 Мировое соглашение. (16+) 18.50 Игра в кино. (12+) 21.35 Назад в будущее (16+) 22.35 Всемирные игры разума. (12+) 23.05 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЬГИНА». (12+) 00.40 Рожденные в СССР. (12+) 01.05 «ЗАКОН ЖИЗНИ» (12+) 03.00 (Не)Фантастика. (12+)	04.20 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА». (16+) 12.40 «БОЛЬШОЕ НЕБО». (12+) История о непростой жизни и судьбе двух друзей-летчиков из Сибири. Виктор Чертков - опытный пилот, любитель отряда, но при этом - казанова и весельчак. Сергей Ющенко - молодой, интеллигентный, подающий надежды пилот, поступивший в отряд к Виктору. Вместе им предстоит пройти множество испытаний в небе и на земле... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+) 02.30 «ДНЕПРОВСКИЙ РУБЕЖ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Йо-ко», «Бобр добрый», «Енотки», «Лунтик». (0+) 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+) 07.35 «Цветяшки!» (0+) 08.10 «Долина Муми-троллей». (0+) «Долина Муми-троллей» - воодушевляющий мультсериал со множеством положительных посланий. Наблюдая за историей взросления Муми-троллей и общением с его семьей и друзьями, дети узнают больше о доброте, отношениях и эмоциях. 09.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 10.50 «Слаймики». (0+) 11.00 «Маша и Медведь». (0+) 12.30 «Петроникс». (0+) 12.45 «Диностер». (6+) 13.10 «Инфинити Надо». (6+) 13.35 «Дикие скричеры!» (6+) 14.00 «Буба». (6+) 15.00 Час «Союзмультфильма». (6+) 16.05 «Клуб Винкс». (6+) 17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.35 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+) 20.45 «Турбозавры». (0+) 22.00 «Инфинити Надо». (6+) 22.30 «Смешарики. Пинкод». (6+) 23.45 «Храбрый портняжка». (0+) 00.20 «Хитрая ворона». (0+) 00.25 «Вершки и корешки». (0+) 00.40 «Биль-небылица». (0+) 00.50 «Три кота». (0+) 03.25 «Машинки Мокса». (0+)	06.00, 14.30 «Смешарики». (0+) 06.30, 11.30, 19.30, 02.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+) 08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+) 09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+) 09.30 Друзья на все времена. «Умка». (0+) 10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+) 10.35 «Кошечки-собачки. Ключевое место». (0+) 11.00, 21.25 «Геройчики». (0+) 15.00 «Монсики». (0+) 15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 17.00, 01.00 Друзья на все времена. «Маугли». (0+) 18.00 «Приключения Бубы». (6+) 18.30, 03.00 «Лунтик». (0+) 20.35 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 22.30 «Тайны Медовой долины». (0+) 23.00 «Братцы кролики». (6+) 23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 00.00 «Дракоша Тоша». (0+) 00.30 «Волшебная кухня». (0+) 01.20 «Малышарики». (0+) 02.00 «Черепашки». (0+) 03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.25 «Кошечки-собачки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!	HISTORY	ДОКТОР
04.00 «МАРКО ПОЛО». (18+) 05.25 Их называли русскими. (12+) 06.15 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+) 08.00 Пешком в историю. (12+) 08.25, 08.55 Легенды науки. (12+) 09.25 Загадки засечной черты. (12+) 09.55 Кижичи. (12+) 10.20 Город трёх империй. (12+) 12.00 Сквозь времена. (12+) 12.25, 20.45 На пути к Великой Победе. (12+) 12.55 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+) 13.45 В поисках утраченного искусства. (12+) 14.30 Музейный феникс. (12+) 15.00 Великие живописцы. (12+) 16.00 Архивы истории. (12+) 16.10 Битва ставок: Сражение за Москву. (12+) 17.00 Историкограф. (12+) 17.40, 21.15 Семь дней истории. (12+) 17.50 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+) 18.50 Обыкновенная история. Такси. (6+) 19.00 Кремль. Эпоха царей. (12+) 20.00, 20.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+) 21.20 Крымский лекарь. (12+) 22.10 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+) 22.50 Подземная Италия: Рим. (12+)	06.00 100 чудес света. (16+) 06.55, 07.55 Нулевая мировая. (16+) 08.50 Искусство Франции: Это современный мир. (16+) 09.45 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+) 10.40 Древний Египет - хроники империи: Мегаполисы. (12+) 11.35 Древний Египет - хроники империи: Культ мертвых. (12+) 12.35, 13.30 НЛО. (16+) 14.25 Первый полет: покорение неба. (12+) 15.25 Королева Виктория и ее девять детей. (16+) 16.15 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+) 17.10 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+) 18.00 Древний Египет - хроники империи: Пирамиды. (12+) 19.00 Древний Египет - хроники империи: Женщины и власть. (12+) 22.00 Дневники великой войны: Бездна. (16+) 23.00 Дневники великой войны: Бойня. (16+) 00.00 Искусство Франции. (16+) 00.55 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+) 01.40 Древний Египет - хроники империи: Мегаполисы. (12+) 02.35 Древний Египет - хроники империи: Культ мертвых. (12+) 03.25, 04.15 НЛО. (16+) 05.05 Дневники великой войны: Бездна. (16+)	06.00, 12.55, 18.20, 23.50 О самом главном. Лишай. Самое важное. (12+) 06.50, 22.55, 03.10 На приеме у Михаила Лабковского. Про секс, либидо и любовь. (12+) 07.20 Теледоктор. (12+) 08.15, 14.40, 00.45 Химия нашего тела. Сахар. (12+) 09.05 О самом главном. Псориаз. Кому он грозит? (12+) 10.00, 10.30, 10.55, 04.45 Большой скачок. (12+) 11.25 Еда здорового человека. Ягоды. (12+) 11.55, 12.25, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+) 13.50, 04.00 Клиники России. (12+) 15.25 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+) 16.20 Медицинский репортаж. Жизнь после жира. (12+) 16.50 Клинический случай. Спасти Гоголя. (12+) 19.15, 05.15 Медицинский вест. Аноргазмия. (12+) 20.00, 02.15 На приеме у Михаила Лабковского. Таблетка от ревности. (12+) 20.30, 02.40 На приеме у Михаила Лабковского. Любовь, семья и дети. Лучшее. (12+) 21.00 О самом главном. (12+) 23.20, 03.35 На приеме у Михаила Лабковского. (12+) 01.30 Медицинский вест. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

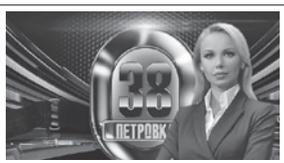
РОССИЯ К
Культура



08.25 «Жизнь и судьба»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Фабрика времени»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.45 «ВЫШЕ РАДУГИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 00.00 Цвет времени
- 11.25 00.15 «СПРУТ»
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 «Катастрофы Древнего мира»
- 14.10 «ПРОСТИ НАС, САД...»
- 16.30 «Влюбленные в Россию»
- 17.15 01.20 Джошуа Белл
- 18.15 02.25 «Запечатленное время»
- 18.45 «Экипаж»
- 19.45 Письма из провинции
- 20.15 Искусственный отбор
- 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.10 «Сцены из жизни». К юбилею Тамары Синявской
- 21.40 Спектакль «Тартюф»
- 02.10 «Забываемое ремесло»

ТВЦ



17.35 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 08.45 «КЛЕТКА ДЛЯ СВЕРЧКА». (12+)
- 10.35 «Игорь Скляр. Под страхом славы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (12+)
- 13.35 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 17.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Свадьба и развод». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Курск-1943. Встречный бой». (12+)

ТВ-3



20.00 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 Гадалка. (16+)
- 17.15 «Слепая». (16+)
- 19.00 Вернувшиеся. (16+)
- 20.00 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
- Работа Рэя - проверять безопасность самых охраняемых тюрем. Совершив побег из 14-ти и написав об этом книгу, он привлекает внимание ЦРУ. Агент Майер предлагает Рею протестировать нелегальную секретную тюрьму. «ИСТОРИК». (16+)
- «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- «СНЫ». (16+)
- 04.00 «Любовницы Великих». (16+)

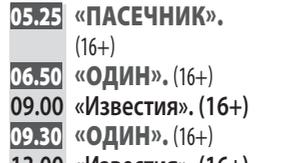
ДОМАШНИЙ



07.55 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.55 Давай разведёмся! (16+)
- 08.55 Тест на отцовство. (16+)
- 11.05 «Понять. Простить». (16+)
- 12.20 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «О ЧЁМ ОНА МОЛЧИТ». (16+)
- 19.00 «ЕЁ СЕКРЕТ». (16+)
- 22.45 «Понять. Простить». (16+)
- 23.55 «Порча». (16+)
- 00.20 «Знахарка». (16+)
- 00.45 «Верну любимого». (16+)
- 01.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 01.40 «ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ». (16+)
- 04.25 Давай разведёмся! (16+)

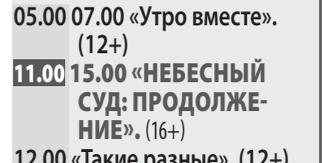
5 5-Й КАНАЛ



05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)

- 06.50 «ОДИН». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОДИН». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ОДИН». (16+)
- 13.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 11.00 01.00 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 12.30 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 12.45 13.25 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 13.45 03.30 «СНАЙПЕРЫ: ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
- 18.00 Битва за Россию. (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Футбол губернии». (12+)
- 18.30 «Педагог и наставник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 22.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 23.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД». (16+)
- Жизнь Юлии в один миг рушится - муж погибает в автомобильной аварии...
- 04.00 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.20 «Спортивный интерес». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.50 19.00 22.45 Новости
- 07.05 16.10 19.05 22.00 Все на Матч!
- 10.05 12.35 05.15 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Футбол. «Црвена Звезда» (Сербия) - «Зенит» (Россия). Кубок PARI Премьер (0+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.55 Пляжный футбол. ОЛИМПВЕТ Чемпионат России. Женщины
- 16.45 Футбол. Амкал - ФК Деньги. BetBoom MKC-2023. Прямая трансляция
- 19.45 Футбол. Матч ТВ - FC Bus. BetBoom MKC-2023
- 22.50 Профессиональный бокс. (16+)
- 00.10 «Вы это видели». (12+)
- 01.10 «Спортивный век». (12+)
- 02.10 «Территория спорта». (12+)
- 02.40 Новости. (0+)
- 06.00 Мини-футбол. Клубный чемпионат мира. (0+)
- 07.50 10.00 13.20 16.20 Новости
- 07.55 «Жесткий спорт». (12+)
- 08.20 География спорта. (12+)
- 08.50 11.40 23.40 01.55 02.10 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 04.30 «Вы это видели». (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 11.55 13.25 14.55 16.25 17.55 19.25 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 20.40 «Есть тема!» (16+)
- 21.55 Мини-футбол. «Норманочка» (Россия) - «Сан-Лоренсо» (Аргентина). Клубный чемпионат мира. Прямая трансляция из Бразилии
- 23.55 Футбол. Амкал - ФК Деньги. BetBoom MKC-2023. (0+)
- 02.30 Футбол. Матч ТВ - FC Bus. BetBoom MKC-2023. (0+)
- 05.15 «Стадион». (6+)

МУЗЫКА

- 14.00 Top-15 like fm. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 WEB чарт. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.00 Снимите это немедленно: стиль звёзд. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Ловец слов. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (16+)
- 01.30 Наше. (16+)
- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 08.15 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Это было красиво (16+)
- 10.30 МузРаскрутка. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

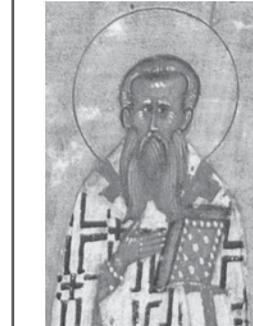
- 05.30 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (6+)
- 06.30 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
- 10.10 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
- 11.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (6+)
- 13.40 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 15.10 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕННОЙ». (16+)
- 17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
- 19.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 20.40, 22.30 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
- 00.15 «МАЖОР. ФИЛЬМ». (16+)
- 01.55 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 03.25 «НА РАЙОНЕ». (16+)
- 04.55 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.30 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
- 10.10 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
- 11.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (6+)
- 13.40 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 15.10 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕННОЙ». (16+)
- 17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
- 19.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 20.40, 22.30 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
- 00.15 «МАЖОР. ФИЛЬМ». (16+)
- 01.55 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 03.25 «НА РАЙОНЕ». (16+)
- 04.55 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (6+)
- 07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 08.25 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 11.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.20 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- Сериал. Россия, 2015-2017 гг. В ролях: Гоша Куценко, Анатолий Руденко, Полина Куценко, Наталия Вдовина, Лукерья Ильяшенко
- 01.00 «ЖЕНИХ». (16+)
- Россия, 2016 г. В ролях: Сергей Светлаков, Светлана Смирнова-Марцинкевич, Филипп Рейнхардт
- 02.25 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
- 03.55 «ЭБИГЕЙЛ». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.00 Богиня (субтитры). (16+)
- 23.10 Моя жена рулит. (16+)
- 00.20 Суббота News 2023. (16+)
- 00.30 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.20, 02.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Драма, Турция, 2019 г. В ролях: Дениз Угур, Озан Долунай, Сера Кутлубей
- 03.00 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.40 «МАМОЧКИ». (16+)
- 11.55 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- 16.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2013-2015 гг. В ролях: Грант Тохатян, Анна Ардова
- Карен пытается пройти испытательный срок: готовит, убирает в квартире. И, случайно, подслушивает разговор тот пренебрежительно отзывается о ней...
- 00.40 «б кадров». (16+)
- 03.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Простые чудеса. (12+)
- 05.55 «АНТОША РЫБКИН». (0+)
- 06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святой Дух. Фильм 2. (0+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Восход победы. Курская битва. (0+)
- 15.55 Моя большая русская семья. (0+)
- 16.30 «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ». (6+)
- 18.10 «ТАК И БУДЕТ». 1 серия. (16+)
- СССР, 1979 г. В ролях: Наталья Варлей, Кирилл Лавров
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Святой Дух. Фильм 3. (0+)
- 23.25 Русский мир. (12+)
- 00.30 День Патриарха. (0+)
- 00.45, 02.45 Лики Богородицы. Владимирская икона Божией Матери. (0+)
- 01.15 Преподобный Сергей Радонежский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 01.45 Расскази мне о Боге. (6+)
- 02.15 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

5 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Сщмч. Евсевия,
еп. Самосатского.



Мч. Албана Британского. Мчч. Зинона и Зины. Мчч. Галактиона и Иулиании. Свт. Григория, митр. Валашского (Рум.). Сщмчч. Феодора и Гавриила диаконов.

Петров пост.

«Как разломанный водопровод не удержит в себе воды; так рассеянное око не удержит целомудренного ума».

Прп. Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ



22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «СОФИЯ». (16+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- Подростки случайно обнаруживают на дне озера джип. В салоне останки мужчины и женщины. По заключению экспертов они были убиты и затоплены в 1997 году.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!». (12+)
- 03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

- 05.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПАЗЛ». (16+)
- Фирсова докладывает Власову о ходе расследования и открывает информацию о руководителе ОПГ...
- 22.10 «МЕДИАТОР». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕДИАТОР». (16+)
- 00.30 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 01.35 «ГОНЧИЕ». (16+)
- 04.30 «Военно-исторические маршруты». (16+)

СТС



06.30 «Простоквашино». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Простоквашино». (0+)
- 07.25 «БАХУБАЛИ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- 10.40 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
- 12.45 «ЛЕСНОЙ РАЗБОЙНИК». (0+)
- Однажды лесной разбойник похищает любимую кофемолку бабушки. Касперль и Сеппель отправляются на поиски грабителя.
- 15.00 «КАК СТАТЬ ВИКИНГОМ». (12+)
- 17.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 20.00 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)
- 22.15 «ШУТКИ В СТОРОНУ-2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- 00.35 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)
- 02.15 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- 03.45 «6 кадров». (16+)

ТНТ



21.00 «ПОЧКА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
- 08.30 «Битва пикников». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 17.00 «ТАЙНА ПРОПАВШЕЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
- 21.00 «ПОЧКА». (16+)
- 22.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 23.55 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)
- В продолжении комедии зрителей вновь ждёт встреча с аферистом Сашей Рубенштейном и командой пенсионеров, которые теперь перебрались в Москву...
- 01.30 «Импровизация. Команды». (18+)
- 02.40 «Импровизация. Команды. Дайджест». (18+)
- 03.30 «Шоу «Студия Союз». (18+)
- 05.05 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ЧИСТАЯ КОЖА». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!». (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ЧИСТАЯ КОЖА». (16+)
- 22.05 «Смотреть всем!». (16+)
- 00.30 «ЗОНА 414». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
- 05.05 Пятница News. (16+)
- 05.10 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 06.40 Пятница News. (16+)
- 07.00 На ножах. (16+)
- 09.10 Секреты на кухне. (16+)
- 10.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
- 12.30 Адаская кухня. (16+)
- 14.50 Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Четыре жены. (16+)
- 00.00 «УБИТЬ ДРАКОНА». (18+)
- 02.00 Пятница News. (16+)
- 02.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

ЧЕ

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
- 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 07.15 Дорожные войны. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 10.30 «СОЛДАТЫ-13». (12+)
- 16.30 Улётное видео. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию.
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.45 Решала. (16+)
- 05.10 Идеальный ужин. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 11.25 22.45 «МАРБИ-НА РОЩА». (12+)
- 12.15 «Свет и тени». (12+)
- 12.45 «Отчий дом». (12+)
- 15.10 «ПРОЩАЙ, ШПАНА ЗАМОСКВОРЕЦКАЯ». (16+)
- 16.50 «Про Сидорова Вову». (12+)
- 17.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «НАНКИНСКИЙ ПЕЙЗАЖ». (16+)
- 00.20 ОТражение. Главное. (12+)
- 04.20 «Диалоги без грима». (12+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- Драматичное произведение о любви во всех её проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная и жертвенная любовь.
- 09.20 «КЛОН». (16+)
- 11.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 13.20 «Супермама». (16+)
- 17.25 «Беременная в 16». (16+)
- 19.00 «КЛОН». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 02.20 «Измены». (18+)

МИР

- 06.15 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 06.55, 10.10 «КУЛИНАР». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.35 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.15 Приговор!? (16+)
- 17.10 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Игра в кино. (12+)
- 21.35 Назад в будущее (16+)
- 22.35 Всемирные игры разума. (12+)
- 23.05 «ЛЮБОВЬ В СССР» (16+)
- 00.45 Любимые актеры 2.0. К. Шахназаров. (12+)
- 01.15 «БЛИЗНЕЦЫ». (0+)
- 02.50 (Не)Фантастика. (12+)

ПОБЕДА

- 04.50 «Путь к Победе». (16+)
- 05.50 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
- Дальний Восток, 70-е годы. Маленький гарнизон на границе с Китаем. Здесь, как и всюду, живут мужчины и женщины. У каждого - своя история, своя судьба, своя любовь. Общее одно - все они попали сюда однажды по долгу службы и остались надолго... Три подружки, три сестры в счастье и несчастье, офицерские жены...
- 13.00 «СССР». (18+)
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 02.40 «30Я». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Йоко», «Бобр добр», «Енотки», «Лунтики». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Цветняшки!» (0+)
- 08.10 «Дракошья». (0+)
- Забавные приключения волшебных дракош в облачной стране.
- 09.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 10.50 «Слаймики». (0+)
- 11.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 12.30 «Петроникс». (0+)
- 12.45 «Династер». (6+)
- 13.10 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
- 14.00 «Буба». (6+)
- 15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 16.05 «Клуб Винкс». (6+)
- 17.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 17.35 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 19.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- Это весёлые истории про маленького изобретателя и его удивительных роботов!
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Турбозавры». (0+)
- 22.00 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 23.45 «Золотая антилопа». (0+)
- 00.20 «Подарок для самого слабого». (0+)
- 00.30 «Грибной дождик». (0+)
- 00.40 «Два жадных медвежонка». (0+)
- 00.50 «Три кота». (0+)
- 03.25 «Машины Мокса». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 06.30, 11.30, 19.30, 02.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышки». (0+)
- 08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.30 Друзья на все времена. «Умка». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
- 10.35, 04.25 «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.00, 21.25 «Геройчики». (0+)
- 15.00 «Монсики». (0+)
- 15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Маугли». (6+)
- 18.00 «Приключения Бубы». (6+)
- 18.25, 03.00 «Лунтики». (0+)
- 20.00 «Сказочный патруль. Ох, горшок!» (0+)
- 20.35 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 22.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 00.30 «Волшебная кухня». (0+)
- 01.00 «Маугли». (0+)
- 01.20 «Малышарики». (0+)
- 02.00 «Черепашки». (0+)
- 03.25 «Маша и Медведь». «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 08.00 Сквозь времена. (12+)
- 08.25, 18.40 На пути к Великой Победе. (12+)
- 08.55 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+)
- 09.45 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 10.30 Музейный феникс. (12+)
- 11.00 Великие живописцы. (12+)
- 11.55 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+)
- 12.50 Кольцо «А». (12+)
- 13.05 Исторические города Британии. (12+)
- 13.55 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 14.55 История одной фотографии. (6+)
- 15.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 16.00 Архивы истории. (12+)
- 16.10 Битва ставок. (12+)
- 16.55 Обыкновенная история. (6+)
- 17.05 Историкограф. (12+)
- 17.45 Семь дней истории. (12+)
- 17.55, 18.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 19.10 Крымский лекарь. (12+)
- 20.00 Историада. (12+)
- 20.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
- 21.20 Жил-был Дом. (6+)
- 21.45 «ПРОРЫВ». Историко-художественная панорама. (12+)
- 22.15 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
- 23.05 Карибский кризис. Послесловие. (12+)

VJU HISTORY

- 06.20 Дневники великой войны: Бойня. (16+)
- 07.15 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+)
- 08.05 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
- 09.00 Древний Египет - хроники империи: Пирамиды. (12+)
- 10.00 Древний Египет - хроники империи: Женщины и власть. (12+)
- 13.05 Николай и Александр: последние монархи России. (12+)
- 14.00, 15.05 Первая мировая. (16+)
- 16.05, 17.05 100 чудес света. (16+)
- 18.05 Древний Египет - хроники империи: Войны. (12+)
- 19.05 Древний Египет - хроники империи: Падение. (12+)
- 20.05 Тайны шести жен: В разводе. (16+)
- 21.10 Тайны шести жен: Обезглавлена, мертва. (16+)
- 22.15 Дневники великой войны: Мука. (16+)
- 23.10 Дневники великой войны: Страсть. (16+)
- 00.10 00.55 Сокровища Инда. (12+)
- 01.40 Древний Египет - хроники империи: Пирамиды. (12+)
- 02.35 Древний Египет - хроники империи: Женщины и власть. (12+)
- 03.25 Взлом кодов: Потерянная цивилизация. (16+)
- 04.15, 05.10 Взлом кодов. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 13.00, 18.20, 23.50 О самом главном. Мошенники на здоровье. (12+)
- 06.50 На приёме у Михаила Лабковского (12+)
- 07.20 Клиники России. (12+)
- 08.10, 14.45, 00.50 Хирургия нашего тела. Гормоны. (12+)
- 08.55 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+)
- 09.50, 04.10 Медицинский репортёр. (12+)
- 10.20, 04.35 Клинический случай. (12+)
- 10.50 Шифры нашего тела. Известные органы. Тимус. Селезёнка. (12+)
- 11.35 На приёме у доктора Кутцева. О чём расскажут наши гены. (12+)
- 12.00, 12.30, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25 Будь в туннеле! (12+)
- 13.55 Медицинский квест. Аноргазмия. (12+)
- 15.30 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
- 16.25, 16.55 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
- 19.15, 01.35, 05.05 На приёме у доктора Ямшиковой. (12+)
- 19.45, 02.00, 05.30 На приёме у доктора Орося. (12+)
- 20.15, 02.30 Научные сенсации. (12+)
- 21.00 О самом главном. Какие болезни лишают возможность ходить? (12+)
- 22.55, 23.25, 03.15, 03.40 Вундеркинды. (12+)

РОССИЯ К
Культура



11.15 Цвет времени

- 06.35 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Леди Сапиенс»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.45 «ВЫШЕ РАДУГИ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 Цвет времени
- 11.25 00.15 «СПРУТ»**
- 12.45 «Земля людей»
- 13.15 «Фабрика времени»
- 14.15 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»**
- 16.30 «Влюбленные в Россию»
- 17.15 01.20 Мастера исполнительского искусства. Юджа Ванг
- 18.45 «Доживем до понедельника». Счастье - это когда тебя понимают»
- 19.45 Письма из провинции
- 20.15 Юбилей Тамары Синявской. Концерт, 1986 год
- 21.10 «Тамара Синявская»
- 21.40 Спектакль «Кто боится Вирджинии Вульф?»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 08.45 «КЛЕТКА ДЛЯ СВЕРЧКА».** (12+)
- 10.40 «Михаил Козаков. Почти семейная драма». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГРАФСКИЙ ПАРК».** (12+)
- 13.35 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ».** (12+)
- 17.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ».** (16+)
- 22.00 События
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Дорогие товарищи». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 Прощание. (16+)
- 01.30 «Прототипы. Остап Бендер». (16+)

ТВ-3



20.00 «ПЛАН ПОБЕГА-2». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 Гадалка. (16+)
- 17.15 «Слепая». (16+)
- 19.00 Вернувшиеся. (16+)
- 20.00 «ПЛАН ПОБЕГА-2».** (16+)
- 22.00 «ИСТОРИК».** (16+)
- В антикварном салоне находят задушенным владельца лавки рядом с опустевшим сейфом, откуда исчезла редкая и довольно устрашающая на вид картина.
- 00.00 «ПОЛНОЛУНИЕ».** (16+)
- 01.00 «Знахарки». (16+)
- 04.00 «Любовницы Великих». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.40 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.30 Давай разведёмся! (16+)
- 09.35 Тест на отцовство. (16+)
- 11.45 «Понять. Простить». (16+)
- 13.00 «Порча». (16+)
- 13.30 «Знахарка». (16+)
- 14.05 «Верну любимого». (16+)
- 14.40 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 15.15 «НЕЛЮБОВЬ».** (16+)
- 19.00 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА».** (16+)
- 23.25 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 00.55 «Знахарка». (16+)
- 01.20 «Верну любимого». (16+)
- 01.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.10 «САШИНО ДЕЛО».** (16+)
- 05.05 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «Живая история». (16+)
- 06.15 «ЧЕРНЫЙ ПЕС».** (12+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЧЕРНЫЙ ПЕС».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ЧЕРНЫЙ ПЕС».** (16+)
- 13.45 «ПАСЕЧНИК».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 22.20 «СВОИ-2».** (16+)
- 23.10 «СВОИ-4».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.10 13.45 04.30 «СНАЙПЕРЫ: ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 11.00 00.55 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
- 12.45 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 13.25 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Битва за Россию». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
- 12.00 18.00 04.30 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «Педагог и наставник». (12+)
- 13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА».** (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.45 22.30 «Актуальное интервью». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 01.00 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 22.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 23.00 «ЗАМЕЧАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ».** (12+)
- Ян и Надя решают купить старое, полуразрушенное здание на берегу озера...
- 03.30 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** Матч ТВ
- МАТЧ СТРАНА** Матч Страна
- 06.00 14.20 «Спортивный интерес». (12+)
- 06.30 Что по спорту? (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.50 22.25 Новости
- 07.05 16.10 17.40 19.10 22.00 00.30 Все на Матч!
- 10.05 12.35 05.15 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 01.10 «Спортивный век». (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.55 16.25 17.55 пляжный футбол. ОЛИМПВЕТ Чемпионат России. Женщины
- 19.30 Баскетбол 1x1. Лига Ставок. В180X. Прямая трансляция из Москвы
- 22.30 Профессиональный бокс. Б. Абакаров - Ш. Тернер. (16+)
- 02.10 «Территория спорта». (12+)
- 02.40 Новости. (0+)
- 02.45 04.00 Пляжный футбол. ОЛИМПВЕТ Чемпионат России. Женщины. (0+)
- 05.35 Здоровый образ. (12+)
- 06.00 Мини-футбол. «Норманочка» (Россия) - «Сан-Лоренсо» (Аргентина). Клубный чемпионат мира. (0+)
- 07.50 10.00 13.20 16.20 Новости
- 07.55 «Магия большого спорта». (12+)
- 08.20 04.25 Здоровый образ. (12+)
- 08.50 11.40 20.45 23.40 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 04.55 «Вы это видели». (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. Кубок победителей. (16+)
- 11.55 13.25 14.55 16.25 17.55 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 19.25 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 21.00 Автоспорт. Кросс. Чемпионат России. (0+)
- 21.55 Мини-футбол. Клубный чемпионат мира
- 23.55 Баскетбол 1x1. Лига Ставок - В180X. (0+)
- 02.30 Лица страны. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000** РУССКОЕ
- 05.30 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 07.25 «ГОСФОРД-ПАРК». (16+)
- 10.00 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
- 11.45 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 13.30 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 15.10 «ТУРИСТ». (16+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-Йорке». (16+)
- 20.20 «ХОТЬ РАЗ В ЖИЗНИ». (16+)
- США, 2013 г. В ролях: Кира Найтли, Марк Руффало, Адам Левин
- 22.15 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)
- 00.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)
- 02.20 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 04.10 «ДЕНЬ МАТЕРИ». (16+)
- ДОМ КИНО**
- 05.45 «Бука. Моё любимое чудовище». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 11.50 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.35 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 01.10 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- Россия, 2020 г. В ролях: Аглия Тарасова, Макар Запорожский, Мария Миногарова, Юлия Ауг, Яна Троянова
- 02.40 «ГЛУБЖЕ!» (16+)
- 04.20 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- СУББОТА!** СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.00 Богиня (субтитры). (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.15 Суббота News 2023. (16+)
- 00.30 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.20, 02.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 02.55 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.15 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 04.20 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

- КИНОКОМЕДИЯ**
- 01.05 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
- 03.00 «ЦЕННОСТИ СЕМЕЙКИ АДДАМС». (12+)
- 04.35 «ПОМЕНЯТЬСЯ МЕСТАМИ». (16+)
- 06.45 «ПЛОХАЯ КОМПАНИЯ». (16+)
- 08.55 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 10.35 «СТАРЫЕ ШИШКИ» (18+)
- 12.10 «НЯНЬКИ». (12+)
- 13.55 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 15.45 «КОПЫ В ГЛУБОКОМ ЗАПАСЕ». (16+)
- 17.40 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
- 19.30 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 21.25 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 23.15 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 06.10 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
- 06.35 Мультфильмы. (0+)
- 07.50 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (12+)
- 09.30 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (16+)
- 11.20 «ВЫСОТА». (12+)
- 13.00 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)
- 14.40 «ИРЕНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
- 18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)
- 19.50 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 21.30 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 23.15 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
- 00.55 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
- 02.15 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДУДОЧКА КРЫСОПОВА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00, 22.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 06.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- Сериял. Драма, мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Кристина Бродская, Алексей Фатеев, Людмила Титова, Юлия Пивень
- СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.45 «МАМОЧКИ». (16+)
- 12.00 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- На собеседование на должность пионервожатой приходят две претендентки...
- 16.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- Мужчины семьи Смирновых собираются посмотреть футбол, но это не входит в планы Люды. В итоге Ваня придумывает, как организовать спорт-бар.
- 22.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 00.50 «б кадров». (16+)
- 03.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (0+)
- 06.55 «Заступница». Мультфильм. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святой Дух. Фильм 3. (0+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Лики Богородицы. Владимирская икона Божией Матери. (0+)
- 15.35 «ДРУЖКО». (0+)
- 16.55 «АЛЕШКИНА ОХОТА». (0+)
- 18.05 «ТАК И БУДЕТ». 2 серия. (16+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.45 Иоанн Креститель Цикл: Пророки. (0+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.50 Святые России. (6+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Амьен и Генуя - что общего. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)
- 00.40 В поисках святого города. Херсонес сегодня. 10 серия. (0+)
- 01.10 В поисках Бога. (6+)
- 01.35 Прямая линия жизни. (16+)
- 02.30 Цикл: На своей земле. Герои спецоперации. (16+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

6 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Владимирской иконы Божией Матери.



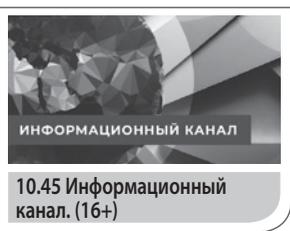
Мц. Агриппины. Собор Владимирских святых. Мчч. Евстохия, Гаия, Провия, Лоллия, Урвана и иных. Второе перенесение мощей свт. Германа, архиеп. Казанского. Прав. Артемия Веркольского. Сщмчч. Александра, Алексия, Петра пресвитеров. Сщмчч. Митрофана, архиеп. Астраханского. Пскововой и именуемой «Умилиение», Заоникиевской и именуемой «Вратарница», или «Неугасимая Свеча», икон Божией Матери.

Петров пост. Разрешается рыба.
«Нет ничего тяжелее, ничего пагубнее, как вредить не только себе, но и ближнему».
Авва Дорофей

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 07.35 Teen чарт. (16+)
- 08.00 Лайкер. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Новое радио чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 Битва фанклубов. (16+)
- 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 12.30 Очень караочен. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 WEB чарт. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.00 Отвирсулись. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Рок нон-стоп. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

1 ПЕРВЫЙ



10.45 Информационный канал. (16+)

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 Ежегодная церемония вручения премии «Шансон года-2023». (12+)
00.10 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.00 Вести. Местное время

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.40 Вести. Местное время
15.05 «Гиена Европы». (16+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Удивительные люди. Лучшее». (12+)
23.40 «ЛЕГЕНДА №17». (6+)
2 сентября 1972 года. Хоккейная сборная СССР со счётом 7:3 победила канадских профессионалов из НХЛ в стартовом матче эпохальной Суперсерии СССР - Канада. Это была не просто игра, это была битва за свою страну, которая перевернула мировое представление о хоккее!
02.00 «КУДА УХОДЯТ ДОЖДИ». (12+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.55 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПАЗЛ». (16+)
В своей камере находят мертвым одного из задержанных по делу ОПГ, Онушкина. Алина означает встречу Богдану, чтобы передать компромат на Круглова...
00.20 «Авторитеты». (16+)
01.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.30 «Квартирный вопрос». (0+)
02.35 «ГОНЧИЕ». (16+)

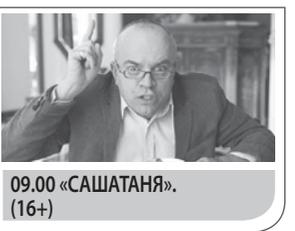
СТС



09.00 Премьера! Стать шефом. (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Простоквашино». (0+)
07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 Взрослым не понять. (12+)
09.00 Премьера! Стать шефом. (16+)
11.10 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
Эмма точно знает, о чём говорит, давая женщинам советы, как найти свою любовь, не тратя при этом время впустую на «недостойных мужчин».
13.00 Уральские пельмени. (16+)
14.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
23.00 Премьера! КликКлак шоу. (16+)
00.00 Премьера! Обратный отсчёт. (16+)
01.05 Обратный отсчёт. (16+)
02.00 КликКлак шоу. (16+)
02.50 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)

ТНТ



09.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
16.30 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
18.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛБЩИКИ». (16+)
Кто не мечтает о своей квартире, да ещё в центре города? Две заурядные семейные пары - не исключение. Однако на пути к их мечте встаёт ушлый застройщик, который взамен кровно нажитых денег даёт только котлован для фундамента.
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
23.00 «Галустян плюс». (16+)
00.00 «БОЛЬШОЙ ПАПА». (12+)
01.40 «Импровизация. Команды. Дайджест». (18+)
02.30 «Импровизация. Команды». (16+)
03.20 «Шоу «Студия Союз». (16+)
04.50 «Импровизация». (16+)

REN



11.00 «Как устроен мир». (16+)

05.00 18.00 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)
22.05 «ОДИН ПУТЬ». (16+)
00.00 Соль. (16+)
00.55 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)
02.55 «ПРОПАВШАЯ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «Простоквашино». (12+)
05.10 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.10 На ножах. (16+)
09.20 Секреты на кухне. (16+)
10.30 Умнее всех. (12+)
12.10 Адская кухня. (16+)
14.10 Битва шефов. (16+)
Участники «Битвы шефов» попробуют поразить Рената Агзамова и Константина Ивлева своим кулинарным талантом.
23.10 «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЕНОМ РЫЦАРЕ». (18+)
01.40 Пятница News. (16+)

Ю

05.45 «Маша и Медведь». (0+)
07.55 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
10.00 19.00 «КЛОН». (16+)
12.00 «Это было красиво». (16+)
12.25 «Супермама». (16+)
17.25 «Беременна в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
02.20 «Измены». (18+)
В новом сезоне реалии «Измены» вы увидите невероятные, но вместе с тем реальные истории людей, столкнувшихся с предательством и обманом.
04.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
08.10, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
16.15 Приговор!? (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Слабое звено. (12+)
19.45 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
21.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
00.10 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)

ПОБЕДА

04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.40 «ТАНКИ». (16+)
07.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
08.40 «КРИК СОВЫ». (16+)
18.00 «СНАЙПЕР ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
Сталинград, 1942 год. Группа снайперов под командованием старшего лейтенанта Алексея Яшина сталкивается с хитрым противником - немецким капитаном Карлом Кляйстом...
21.00 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
03.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
05.10 «ГЕРОЙ 115». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Йо-ко», «Бобр добрый», «Енотки», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветяшки!» (0+)
08.10 «Улётная доставка». (0+)
09.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
10.50 «Слаймики». (0+)
11.00 «Маша и Медведь». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Диностер». (6+)
13.10 «Инфинити Надо». (6+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Ералаш». (6+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
16.05 «Клуб Винкс». (6+)
17.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.35 «Кошечки-собачки». (0+)
В небольшом красивом городе, в своих уютных домиках живут семь кошечек и собачек. Все они добрые, весёлые, приветливые и трудолюбивые. Каждая семья занимается своим делом. И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города. Это детишки-первоклашки - неразлучные друзья.
19.30 «Турбозавры». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Оранжевая корова». (0+)
22.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)
23.45 «Тайна третьей планеты». (0+)
00.40 «Муха-Цокотуха». (0+)
00.50 «Три кота». (0+)
03.25 «Лунтик». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.35, 11.30, 19.30, 02.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00, 04.00 «Барbosкины». (0+)
08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30 «Луддвиль. Печенька». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.35, 04.25 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00, 21.25 «Геройчики». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00, 01.00 Друзья на все времена. «Маугли». (0+)
18.00 «Приключения Бубы». (6+)
18.25, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.00 «Кошечки-собачки. Клёвое место». (0+)
20.30 «Маша и Медведь». «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
22.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
23.00 «Братцы кролики». (6+)
23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Дракоша Тоша». (0+)
00.30 «Волшебная кухня». (0+)
01.20 «Мальшарики». (0+)
02.00 «Черепашки». (0+)
03.25 «Маша и Медведь». «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

05.45 В поисках утраченного искусства. (12+)
06.30 Музейный феникс. (12+)
07.00 Великие живописцы. (12+)
07.55 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
08.10 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+)
09.05 Кольцо «А». (12+)
09.15 Исторические города Британии. (12+)
10.05 Кремль. Эпоха царей. (12+)
11.05 История одной фотографии. (6+)
11.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
12.10, 12.30 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
12.55 На пути к Великой Победе. (12+)
13.20 Крымский лекарь. (12+)
14.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+)
14.55 Подземная Италия. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.10 Битва ставок. (12+)
17.00 Историкограф. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
18.20 Жил-был Дом. (6+)
18.50 Пешком по Москве. (6+)
19.05 Карибский кризис. Послесловие. (12+)
20.00, 20.45, 21.35, 22.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
23.10 Всемирное наследие. Россия. (12+)

VIIU HISTORY

06.00, 06.55 Дневники великой войны. (16+)
07.50 100 чудес света. (16+)
08.55, 09.55 Древний Египет - хроники империи. (12+)
10.55 Тайны шести жен: В разводе. (16+)
11.55 Тайны шести жен: Обезглавлена, мертва. (16+)
13.00 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
13.55, 14.55 Первая мировая. (16+)
16.00 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Греции. (12+)
16.55 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Мальты. (12+)
18.00 Гробницы Египта: последняя миссия: Саккара и забытые мумии. (12+)
19.00 Гробницы Египта: последняя миссия: Загадочные египетские саркофаги. (12+)
20.00 Тайны шести жен: В разводе, обезглавлена, выжила. (16+)
21.05 Пропащие миллионы Грейс Келли. (12+)
21.55 Дневники великой войны: Уничтожение. (16+)
22.55 Дневники великой войны: Трудовой фронт. (16+)
23.55 100 чудес света. (16+)
00.50 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
02.10, 03.05 Древний Египет - хроники империи. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.45, 18.05, 23.50 О самом главном. Что важно знать о крупах. (12+)
06.50 Медицинский квест. Аноргазмия. (12+)
07.40, 01.30 Еда здорового человека. Ягоды. (12+)
08.10, 14.40, 00.45 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
08.55 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
09.55, 10.20, 04.15, 04.40 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
10.50, 11.15, 02.00 Большой скачок. (12+)
11.45, 12.15, 17.10, 17.35, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)
13.40 На приёме у доктора Ямшиковой. (12+)
14.10 На приёме у доктора Ороса. (12+)
15.25 О самом главном. Какие болезни лишают возможности ходить? (12+)
16.20 Научные сенсации. Отредактируй меня. (12+)
19.05, 05.05 Еда. Чай и кофе. (12+)
19.30, 05.35 Еда. Сахар. (12+)
20.00, 02.25 На приёме у психолога Колмановского (12+)
20.30, 03.20 Это лечится. (12+)
21.00 О самом главном. (12+)
22.55, 02.50 На приёме у доктора Куцева. (12+)
23.20, 03.45 Это лечится. Правда о простате. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К
Культура



12.45 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 06.35 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Колонна для Императора»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.45 «ПРО КОТА...»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 Цвет времени
- 11.20 «СПРУТ»
- 12.45 «Игра в бисер»
- 13.25 «Леди Сапиенс»
- 14.25 «КОГДА МНЕ БУДЕТ 54 ГОДА»
- 15.50 «Первые в мире»
- 16.05 Спектакль «Арктур-гончий пес»
- 17.15 00.55 Иван Фишер
- 18.00 «Забывтое ремесло»
- 18.15 «Нина Дорлиак»
- 19.00 «Смехоносталягия»
- 19.45 01.40 «Искатели»
- 20.35 Линия жизни
- 21.30 «КУРЬЕР»
- 22.55 «Роман в камне»
- 23.20 «ДОРОГА НА БАЛИ»
- 02.25 «Что там, под маской?». «Дочь великана»

ТВЦ



06.00
«Настроение»

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 08.30 «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ». (12+)
- 12.30 «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
- 17.00 «Фактор БЕЗ опасности». (16+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «РОКОВОЕ SMS». (12+)
- 20.00 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.35 «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК». (12+)
- 02.00 «МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (12+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

- 06.00 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 Врачи. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 19.00 Вернувшиеся. (16+)
- 20.00 «ПОСЛЕДНИЙ РЕЙС». (16+)
- Салли - дальнбойщица. Она проводит свои дни в дороге, перевозя грузы в огромном трейлере, постоянно общаясь по видеосвязи с коллегами. Она вынуждена заниматься контрабандой, чтобы спасти своего брата от смертельно опасной тюрьмы банды.
- 22.30 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
- 00.15 «СИНДРОМ». (16+)
- 02.00 Мистические истории. (16+)

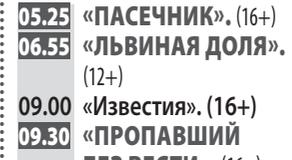
ДОМАШНИЙ



12.45 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.20 Давай разведёмся! (16+)
- 09.20 Тест на отцовство. (16+)
- 11.30 «Понять. Простить». (16+)
- 12.45 «Порча». (16+)
- 13.15 «Знахарка». (16+)
- 13.50 «Верну любимого». (16+)
- 14.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 15.00 «ЕЁ СЕКРЕТ». (16+)
- 19.00 «ПЛОХАЯ ДОЧЬ». (16+)
- 22.45 «Понять. Простить». (16+)
- 23.55 «Порча». (16+)
- 00.20 «Знахарка». (16+)
- 00.45 «Верну любимого». (16+)
- 01.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 01.40 Тест на отцовство. (16+)
- 03.20 Давай разведёмся! (16+)

5 5-й КАНАЛ



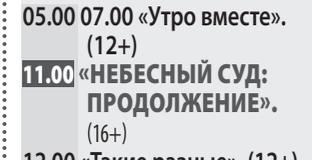
05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)

- 06.55 «Львиная доля». (12+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ». (16+)
- 13.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.45 «СВОИ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.10 «СНАЙПЕРЫ». (16+)
- 08.40 09.20 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)
- 11.00 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 14.05 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 16.55 19.45 «КОМАНДА 8». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.15 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 17.45 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 15.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 16.30 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
- 17.15 «Мастерская спорта». (12+)
- 18.15 03.00 «Педагог и наставник». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (16+)
- 23.30 «Малая сцена». (12+)
- 03.30 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 14.20 «Спортивный интерес». (12+)
- 06.30 Матч! Парад. (16+)
- 07.00 09.40 12.55 14.50 22.30 Новости
- 07.05 14.55 17.30 19.10 21.45 Все на Матч!
- 09.45 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
- 10.05 05.15 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 01.10 «Спортивный век». (12+)
- 11.25 12.15 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.55 19.25 Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Женщины. 1/4 финала
- 20.40 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2023. (0+)
- 22.35 Смешанные единоборства. (16+)
- 00.10 «Вы это видели». (12+)
- 02.10 «Территория спорта». (12+)
- 06.00 Мини-футбол. Клубный чемпионат мира. (0+)
- 07.50 10.00 13.20 Новости
- 07.55 «Магия большого спорта». (12+)
- 08.25 «Стадион». (6+)
- 09.10 21.10 02.45 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 05.35 Что по спорту? (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 11.35 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
- 11.55 13.25 Пляжный футбол. Чемпионат России. Плей-офф
- 14.55 16.25 17.55 19.25 Пляжный футбол. Чемпионат России. 1/4 финала
- 20.40 02.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 21.50 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (0+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.05 Боулинг. Кубок России. Трансляция из Омска. (0+)
- 03.00 Американский футбол. Чемпионат России. 1/2 финала. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)
- 07.20 «ХОТЬ РАЗ В ЖИЗНИ». (16+)
- 09.15 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
- 10.55 «НЕВЕРоятное ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (6+)
- 12.50 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
- 15.05 «ТРАССА 60». (16+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «БРАТЯ ГРИММ». (12+)
- 20.45 «ЭДВАРД РУКИ-НОЖНИЦЫ». (12+)
- 22.40 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
- 00.30 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 02.05 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 03.40 «ТУРИСТ». (16+)
- 05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». «Бодо Бороодо». Мультсериалы. (6+)
- 07.05 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 08.45 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 10.20 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 12.10 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 13.55 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)
- 15.20 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
- 17.00, 18.00 «МАЖОР». (16+)
- 19.00 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 20.35 «МАЖОР ФИЛЬМ». (16+)
- 22.20 «РУБЕЖ». (12+)
- 00.00 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
- 01.40 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.55 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 08.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 10.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 11.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.20 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 01.00 «БУМЕР». (18+)
- Россия, 2003 г. В ролях: Владимир Вдовиченков, Андрей Мерзликин
- 02.55 «БУМЕР ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
- 04.45 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилишки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 19.00, 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 22.10 Богиня (субтитры). (16+)
- 23.20 Моя жена рулит. (16+)
- 00.40 Суббота News 2023. (16+)
- 00.50 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.50, 02.30 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Драма, Турция, 2019 г.
- 03.10 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 03.35 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 15.00 Амьен и Генуя - что общего Цикл Неизвестная Европа. (0+)
- 15.35, 16.55 «ТАК И БУДЕТ». 1-2 серии. (16+)
- 18.20 «АЛЕШКИНА ОХОТА». (0+)
- СССР, 1965 г. В ролях: Алексей Титков, Валерий Кулик
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Лето Господне. Петр и Феврония. (6+)
- 23.05 Благоверные Петр и Феврония. Цикл: День Ангела. (0+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 00.55 Спас-стрим. (16+)
- 02.00 Простые чудеса. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Тееп чарт. (16+)
- 07.25 Лайкер. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 like fm. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.30 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое радио чарт. (16+)
- 17.00 Танцпол. Под шашлычок. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Ретро FM 20 лет. (16+)
- 20.30 Плейлист. Лето. (16+)
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - dance chart. (16+)
- 00.35 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)
- 03.15 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
- 04.45 «СБРОСЬ МАМУ С ПОЕЗДА». (12+)
- 06.25 «ПОКА ТЫ СПАЛ». (16+)
- 08.20 «ИЗ 13 В 30». (12+)
- 10.10 «ПОЧЕМУ ОН?» (16+)
- 12.15 «КРУТАЯ ДЖОРДЖИЯ». (16+)
- 14.20 «МУЖЧИНА ПО ВЫЗОВУ-2». (16+)
- 15.55 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 17.55 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД-2». (16+)
- 19.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 20.45 «МАЛАВИТА». (16+)
- 22.50 «ПАРЕНЬ-КАРАТИСТ». (6+)
- 06.35 «ТЕНИ ИСЧЕЗАЮТ В ПОЛДЕНЬ». (12+)
- На фоне разрывающих страну событий, после революции и лихих лет Гражданской войны разыгрывается личная драма жителей деревушки, затерянной в таежной глуши.
- 15.50 «ЛЕД-2». (12+)
- 20.10 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 21.55 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 23.45 «ДЖЕНТЛЬМЭНЫ УДАЧИ». (12+)
- 01.15 «А БЫЛ ЛИ КАРОТИН?» (18+)
- 03.40 «СТРОИТСЯ МОСТ». (12+)
- 05.25 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

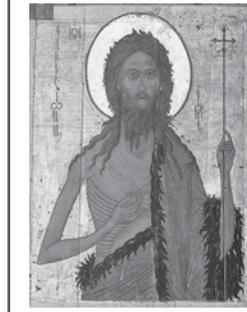
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДУДОЧКА КРЫСОВОЛА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г. В ролях: Андрей Чернышов, Владимир Жеребцов, Александр Пашутин, Владимир Стержаков, Игорь Савочкин
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.50 «МАМОЧКИ». (16+)
- Вика хочет познакомиться с отцом Кости, но тот почему-то не разделяет этого желания. Рома случайно ставит шишку сыну, и теперь классный руководитель хочет проверить Юлину семью на предмет домашнего насилия.
- 12.00 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- 16.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 22.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 00.50 «6 кадров». (16+)
- Скетч-шоу.
- 03.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 02.45 В поисках святого города. Херсонес сегодня. 10 серия. (0+)
- 05.40 «КАТЯ-КАТЮША». (6+)
- 07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Иоанн Креститель Цикл: Пророки. (0+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.40 Профессор Осипов. (0+)
- 12.15 Простые чудеса. (12+)
- 13.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Амьен и Генуя - что общего Цикл Неизвестная Европа. (0+)
- 15.35, 16.55 «ТАК И БУДЕТ». 1-2 серии. (16+)
- 18.20 «АЛЕШКИНА ОХОТА». (0+)
- СССР, 1965 г. В ролях: Алексей Титков, Валерий Кулик
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Лето Господне. Петр и Феврония. (6+)
- 23.05 Благоверные Петр и Феврония. Цикл: День Ангела. (0+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 00.55 Спас-стрим. (16+)
- 02.00 Простые чудеса. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

7 июля

Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3. Рождество честного славного Пророка, Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Мчч. семи братьев: Орентия, Фарнакия, Ероса, Фирмоса, Фирмина, Кираиак и Лонгина. Прп. Антония Дымского, Новгородского. Правв. отроков Иакова и Иоанна Менужских, Новгородских.

Петров пост.
«Разум – владыка страстей. Итак, если властвуешь над зверями, то властвуй и над внутренними зверями. Властвуй над своими помыслами и знай, кого принять и кого прогнать».
Свт. Иоанн Златоуст

1 ПЕРВЫЙ



13.45 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Поехали!» (12+)
- 11.05 «ПроУют». (0+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Поединки. «Счастье разведчика». (12+)
- 13.45 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)**
- 16.30 «Султанат Оман. Аравийское чудо». (0+)
- 17.30 18.20 «День семьи, любви и верности. Праздничный концерт. (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.15 «ОТЕЛЬ «ГРАНД БУДАПЕШТ». (16+)**
- 01.05 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.25 «Пятеро на одного»

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.40 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.45 «СТЕНОГРАММА СУДЬБЫ». (16+)**
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «СКОРО БУДЕТ СЧАСТЬЕ». (12+)**
Наташа Яковлева - настоящая «серая мышка». На работе все ей помыкают, да и на личном фронте всё безрадостно. От переживаний за счастье дочери у её матери Нины недавно был сердечный приступ...
- 01.05 «АБРИКОЛЬ». (12+)**

НТВ



11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)

- 05.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)**
- 06.20 «ТОНКАЯ ШТУЧКА». (16+)**
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.25 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «Модный vs Народный». (12+)
- 14.20 «Своя игра». (0+)
- 15.20 «Игры разумов». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ЗИМОРОДОК». (16+)**
- 19.00 «Сегодня»
- 19.25 «Секрет на миллион». (16+)
- 21.30 «Просто праздник!» (12+)
- 23.00 «Маска». (12+)
- 02.25 «Дачный ответ». (0+)
- 03.15 «ГОНЧИЕ». (16+)**

СТС СТС



10.00 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 Премьера! «Отели «У овечек». (0+)
- 07.40 Уральские пельмени. (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Уральские пельмени. (16+)
- 11.00 «КАК СТАТЬ ВИКИНГОМ». (12+)**
- 13.00 «ТИМ ТАЛЕР, ИЛИ ПРОДАННЫЙ СМЕХ». (12+)**
- 15.00 «ВСЁ МОГУ». (16+)**
- 16.45 «ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)**
- 18.40 «ШУТКИ В СТОРОНУ-2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)**
- 21.00 «1+1». (16+)**
- 23.20 «2+1». (16+)**
- 01.40 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)**
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (6+)

ТНТ ТНТ



09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
- 09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 18.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «ЖЕНИХ». (12+)**
- 01.50 «Импровизация. Команды». (16+)**
Соревновательный проект для команд и коллективов, выступающих в жанре импровизационной комедии...
- 03.20 «Шоу «Студия Союз». (16+)
Звезды ТНТ меряются музыкальностью и знаниями русской попсы. Для этого они погружаются в мир изощренной русской эстрады, и только юмор и самоирония помогают им выстоять в этой схватке.
- 04.55 «Импровизация». (16+)

РЕН



09.00 «Минтранс». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «Военная тайна». (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)**
- 21.40 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-2». (16+)**
- 00.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-3: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)**
- 02.25 «ЗОНА 414». (18+)**
- 03.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|--|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 05.40 Пятница News. (16+) 06.05 «Тайны Медовой долины». (12+) 06.45 «Простоквашино». (12+) 07.20 Четыре дачи. (16+) 10.40 Четыре свадьбы. (16+) 12.40 Четыре жены. (16+) 15.10 Четыре свадьбы. (16+) 23.30 Новые Пацанки. (16+)
Преподаватели Школы Леди покажут пацанкам, к чему могут привести страхи. 03.30 Пятница News. (16+) <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.45 «ДиноСити». (0+) 06.40 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Это было красиво». (16+) 09.25 «Беременная в 16». (16+) 18.35 «Битва за тело». (16+)
Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои «Битвы за тело» готовы кардинально измениться и сбросить 50, 80 и даже 100 кг ради собственного здоровья. 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «Измены». (18+) 03.00 «Гости и прочие неприятности». (16+) 04.45 «Маша и Медведь». (0+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 08.00 Утилизатор. (16+) 07.00 Утилизатор. (12+) 09.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 20.30 «+100500». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 23.30 Клуб обаятельных животных. (16+)
Создатели «+100500» и «Топчик» собрали лучшие ролики с животными со всего света и превратили их в шоу-обзор! Комментарии в своей неповторимой манере будет ведущая Дарья Блохина. 00.30 «+100500». (18+) 03.30 Супершеф. (16+) 05.00 Утилизатор. (16+) <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+) 06.00 Всё, как у людей. (6+) 06.15, 09.10 Мультфильмы. (6+) 08.10 Наше кино. Неувядающие. К юбилею А. Мягкова. (12+) 08.40 Исторический детектив с Николаем Валувым. (12+) 09.30 Фазендалайф. (6+) 10.00 Погода в мире 10.10 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». К юбилею А. Мягкова. (12+) 13.00, 16.15, 18.45 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАНС». (12+) 16.00, 18.30 Новости 03.15 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (0+) 04.40 «АРИНКА». (0+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 Мультфильмы. (0+) 10.05 Отражение 12.25 16.00 «Конструкторы будущего». (12+) 12.40 «ТАЙНА ЗАПИСНОЙ КНИЖКИ». (12+) 17.00 «День вместе». (12+) 17.30 «Точка.ру». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 19.05 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+) 19.35 «Альбатрос». (12+) 20.00 «ПОПСА». (16+) 21.55 «МИЛЫЙ ДРУГ». (16+) 23.35 «НАШИ МУЖЬЯ». (16+) 01.20 «СВАДЬБА». (16+) <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+) 07.40 «ФРОНТ». (16+) 14.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет житья от воров, убийц и вымогателей. И всем управляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо. И только начальник отдела по борьбе с бандитизмом, Давид Маркович Гоцман может навести порядок и разоблачить Академика... 01.00 «ЛЁТЧИК». (16+) 02.40 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+) 05.00 «ПРИКАЗ: «УНИЧТОЖИТЬ». (16+) |
|---|--|---|

ДЕТСКИЕ

- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Отели у овечек». (0+)
Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.35 «Черепашки». (0+)
 - 09.40 «Барбоскины». (0+)
Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
 - 12.25 «Простоквашино». (0+)
 - 14.20 «Чудо-Юдо». (6+)
 - 15.35 «Ералаш». (6+)
 - 16.45 «Осьминожки». (0+)
 - 16.55 «Крошка Енот». (0+)
 - 17.05 «Мама для мамонтёнка». (0+)
 - 17.15 «Оранжевая корова». (0+)
 - 19.20 «Принцесса и дракон». (6+)
Про принцессу Варвару, оказавшуюся в настоящей сказке. Умница Варвара обожает читать и без книжки перед сном жить не может. Так однажды на ночь глядя Варвара отправляется в библиотеку своего замка, где ей в руки попадает настоящая магическая книга-портал! Очень скоро принцесса оказывается в волшебной стране, где встречается удивительных животных и весёлых гномов, готовых помочь девочке в её путешествии. А ещё Варвара успевает подружиться с настоящим драконом и даже спасти волшебную страну от злого колдуна!
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 23.10 «Герои Энвелла». (6+)
 - 03.25 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|---|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 03.00 Великие живописцы. (12+) 04.00 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+) 04.55 Кольцо «А». (12+) 05.05 Исторические города Британии. (12+) 05.55 Кремль. Эпоха царей. (12+) 06.55 История одной фотографии. (6+) 07.10 Расшифрованные сокровища. (12+) 08.00, 08.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+) 08.45 На пути к Великой Победе. (12+) 09.10 Семь дней истории. (12+) 09.20 Крымский лекарь. (12+) 10.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+) 10.50 Подземная Италия. (12+) 11.55 Историада. (12+) 12.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+) 13.15 Жил-был Дом. (6+) 13.45 «Прорыв». Историко-художественная панорама. (12+) 14.10 Бог войны. История русской артиллерии. (12+) 14.55, 22.15 Обыкновенная история. (6+) 15.05 Карибский кризис. Последствия. (12+) 16.00, 16.45, 17.35, 18.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+) 19.10 Всемирное наследие. Россия. (12+) 20.00 «МАРКО ПОЛО». (18+) 21.25 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+) 22.25 «ПИРОГОВ». (12+) | <p>VJU HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 08.00 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+) 09.00 Искусство Франции: Прольется кровь. (16+) 10.00 Искусство Франции: Это современный мир. (16+) 11.00 100 чудес света. (16+) 12.00 Древний Египет - хроники империи: Нил - источник жизни. (12+) 13.00 Древний Египет - хроники империи: Боги и цари. (12+) 14.00 Древний Египет - хроники империи: Мегалополисы. (12+) 15.00 Древний Египет - хроники империи: Культ мертвых. (12+) 16.00 Древний Египет - хроники империи: Пирамиды. (12+) 17.00 Удивительные сооружения средневекового Парижа. (16+) 18.00 Римские мегастроения: Лион. (12+) 19.00 Римские мегастроения: Арль. (12+) 20.00 Римские мегастроения: Париж. (12+) 21.05 Цезарь. Война судного дня: Нашествие. (16+) 21.55 Цезарь. Война судного дня: Конец игры. (16+) 22.45, 23.45, 00.35, 01.30 НЛО. (16+) 02.20, 03.10 Николай и Александра: последние монархи России. (12+) 04.00, 04.55 Нулевая мировая. (16+) | <p>ДОКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 06.25, 10.35, 11.05, 14.15, 14.45, 15.10, 15.40, 18.50, 19.20, 22.25, 22.55, 23.30, 23.55, 05.05, 05.30 Будь в тонусе! (12+)
Этот фильм для всех, кто интересуется своим здоровьем и самочувствием. Используя научный подход и опыт ведущих специалистов, авторы пытаются проверить популярные мифы о здоровье... 06.55, 13.20, 21.30, 03.00 На приеме у психолога Колмановского. Интернет-зависимость. (12+) 07.25, 13.45, 22.00, 03.25 Это лечится. Язва желудка. (12+) 07.55, 16.10, 00.25, 04.35 Большой скачок. Антиоксиданты: правда и мифы. (12+) 08.20, 16.00, 00.55 Большой скачок. Микробиота: на страже здоровья. (12+) 08.50, 17.05, 01.20 Медицинский репортёр. Правда о витаминах. (12+) 09.20, 17.35, 01.50 Клинический случай. Спасти Пушкина. (12+) 09.45, 18.05, 02.15 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+) 11.35, 12.05, 19.45, 20.15 На приеме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+) 12.30, 20.45, 03.50 Научные сенсации. ГМО-революция - суперпродукты. (12+) |
|---|---|--|

РОССИЯ К
Культура



09.30 «Классная тема!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 02.25 «Мультфильмы»
08.10 «СОРОКА-ВОРОВКА»
09.30 «Классная тема!»
10.00 19.30 Новости культуры
10.15 Тайны старого чердака
10.45 «КУРЬЕР»
12.10 «Курьер». Мы переберемся и будем такими же, как вы»
12.50 «Даты, определившие ход истории»
13.20 «Владимир Сутеев»
14.00 «Мешок яблок». «Петя и Красная Шапочка»
14.40 Большой балет
17.10 «Острова»
17.50 «ГАРАЖ»
19.45 Линия жизни
20.40 Спектакль «Безумный день, или Женитьба Фигаро»
23.00 «БАНДА ЧЕСТНЫХ»
00.45 «Страна птиц»
01.40 «Искатели»
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



00.45 Специальный репортаж. (16+)

- 05.55 «МОЙ БЕЛЫЙ И ПУШИСТЫЙ». (12+)
07.30 «Православная энциклопедия». (6+)
08.00 «Случится же такое!» Юмористический концерт. (12+)
09.35 «РОКОВОЕ SMS». (12+)
11.30 14.30 События
11.45 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (0+)
13.50 14.45 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА». (12+)
17.25 «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
22.05 «Обыкновенный нацизм». (16+)
22.45 «Расписные звёзды». (16+)
23.25 «Обжалованию не подлежит. Гад». (16+)
00.05 «Хроники перелома. Горбачев против Политбюро». (16+)
00.45 Специальный репортаж. (16+)
01.10 «Хватит слухов!» (16+)

ТВ-3



01.30 Места Силы. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
07.45 «Большое путешествие». (6+)
09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
10.00 «Мультфильмы». (0+)
11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
13.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
15.00 «ОСАДА». (16+)
17.00 «НАЁМНИК». (16+)
19.15 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
21.15 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
Фрэнк работает перевозчиком - человеком, который доставит что угодно, куда угодно. Во время ужина с отцом Фрэнку звонят с предложением вывезти некий груз из банка в 17:00. Фрэнк соглашается и приезжает в назначенное время к банку.
23.15 «ПОСЛЕДНИЙ РЕЙС». (18+)
01.30 Места Силы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

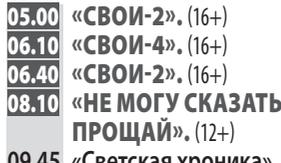
ДОМАШНИЙ



06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)

- 06.30 06.05 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
10.40 «ВТОРАЯ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
14.35 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
23.35 Скажи, подруга. (16+)
23.50 «ДОРОГА, ВЕДУЩАЯ К СЧАСТЬЮ». (16+)
Миша становится случайным свидетелем аварии, в результате которой погиб водитель. Он решает найти дочь погибшего Лену. Между молодыми людьми завязываются приятельские отношения.
01.20 «СЕСТРЁНКА». (16+)
Никите и Диане предстоит вступить в брак для слияния капиталов двух семей. Такое решение приняли их родители, но будущая невестка не проявляет радости по этому поводу.
02.50 «ВТОРАЯ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
06.00 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 «СВОИ-2». (16+)
06.10 «СВОИ-4». (16+)
06.40 «СВОИ-2». (16+)
08.10 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ». (12+)
09.45 «Светская хроника». (16+)
10.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
18.15 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
Обзор главных событий в стране и мире, анализ причин и последствий современных процессов.
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

- 01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
07.35 08.15 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». (12+)
09.55 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
11.40 «Легенды музыки». (12+)
16.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
19.25 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (12+)
00.45 «НЕВЫПОЛНИМОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
03.00 «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
11.00 «ПРИНЦ СИБИРИ». (16+)
11.45 «Футбол губернии». (12+)
12.15 19.45 22.00 «Точка.ру». (12+)
12.45 02.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
13.15 «Специальный репортаж». (12+)
13.30 «Здоровый интерес». (12+)
13.45 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (16+)
15.15 03.00 «Актуальное интервью». (12+)
15.30 «Почта жизнь». (12+)
16.00 20.45 «Открываем Воронеж». (12+)
16.15 03.15 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)
18.00 01.30 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
20.15 «В тени чемпионов». (12+)
20.30 «Понятная политика». (12+)
21.00 «ВОЙНА И МИР СУПРУГОВ ТОРБЕЕВЫХ». (16+)
22.30 «Малая сцена». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
07.00 09.30 15.35 22.20 Новости
07.05 13.10 18.45 21.40 Все на Матч!
09.35 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
09.55 «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ». (16+)
11.55 пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Женщины. 1/2 финала
13.25 Футбол. ЦСКА - «Динамо» (Москва). «BetBoom Братский Кубок»
15.40 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. Туринг
16.40 Футбол. 2Drots - Broke Boys. BetBoom MKC-2023
19.00 Футбол. «Нефчи» (Азербайджан) - Црвена Звезда» (Сербия). Кубок PARI Премьер
22.25 Бокс. (16+)
00.25 Футбол. «Васко да Гама» - «Крузейро». Чемпионат Бразилии
02.35 Еврофутбол-2022-2023. Лучшие голы сезона. (0+)

- 06.00 Баскетбол 1x1. Лига Ставок - VBOX. (0+)
07.50 10.00 13.20 Новости
07.55 03.15 «Талант быть первым». (12+)
08.55 10.25 21.55 Спецрепортаж. (12+)
09.15 «Небесная грация»
09.30 18.00 Страна смотрит спорт. (12+)
10.05 Лица страны. (12+)
11.00 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
11.20 12.25 14.35 15.35 16.55 Автоспорт
13.25 Пляжный футбол. Чемпионат России. 1/2 финала
18.30 «Вы это видели». (12+)
19.25 20.45 Пляжный футбол. Чемпионат России. 1/2 финала. (0+)
22.15 04.10 Здоровый образ. (12+)
22.40 Футбол. 2Drots - Broke Boys. BetBoom MKC-2023. (0+)
00.40 Спортивная гимнастика. (12+)
01.35 Автоспорт. G-Drive. (0+)
02.45 География спорта. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Буба». Мультсериал. (6+)
05.55 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
07.30 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)
08.45 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)
10.35 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
12.30 «ЭДВАРД РУКИ-НОЖНИЦЫ». (12+)
14.20 «БРАТЯ ГРИММ». (12+)
16.25 «ТРАНСФОРМЕРЫ». (12+)
19.00 «ТРАНСФОРМЕРЫ: МЕСТЬ ПАДШИХ». (16+)
21.35 «ТРАНСФОРМЕРЫ-3: ТЁМНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)
00.15 «ТРАССА 60». (16+)
02.00 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
03.55 «НЕВЕРоятное путешествие МИСТЕРА СПИВЕТТА». (6+)

- 05.30 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
06.40 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
08.20 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.50, 11.40 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
12.30 «РУБЕЖ». (12+)
14.15 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
15.50 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
17.40 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
19.20 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
20.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
22.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
23.35 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
01.15, 02.50 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
04.30 «Двенадцать месяцев». Мультфильм. (6+)

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
17.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
18.30, 19.40, 21.00 Моя жена рулит. (16+)
Первое кулинарное шоу, где жены управляют мужьями на кухне - «Моя жена рулит» с Мариной Федункив!
22.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
23.20 Моя жена рулит. (16+)
00.30 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
01.30, 02.20 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
03.05 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.30 PRO-новости. (16+)
06.50 Лайкер. (16+)
07.40 Ждите ответа. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 У-Дачный чарт. (16+)
10.00 Моя Волна. (16+)
11.00 Плейлист. (16+)
12.00 PRO-новости. (16+)
12.30 Хит-сториз. (16+)
13.00 Топ-30.. (16+)

- 15.00 Очень Караочен. (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Чёс на износ. (16+)
17.00 DFM - dance chart. (16+)
18.00 Плейлист. Лето. (16+)
19.00 Ретро FM 20 лет. (16+)
20.30 Плейлист. Лето. (16+)
22.00 Танцпол. (16+)
00.00 Караоке хит. (16+)
01.00 Лайкер. (16+)
Интерактивная развлекательная программа.
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

- 01.15 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
02.55 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
04.30 «ВИД С ВЕРХУ ЛУЧШЕ». (12+)
06.00 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ!». (12+)
07.55 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2!». (12+)
09.55 «МАЛАВИТА». (16+)
11.55 «НЯНЬКИ». (12+)
13.40 «ПЛОХАЯ КОМПАНИЯ». (16+)
15.50 «ИЗ 13 В 30». (12+)
17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
21.15 «КОПЫ В ГЛУБОКОМ ЗАПАСЕ». (16+)
23.15 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)

- 07.00 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
07.15 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
08.35 «ПРИВЕТ ОТ ЧАРЛИ-ТРУБАЧА». (16+)
10.00 «ДОБРЯКИ». (12+)
11.30 «ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ». (12+)
13.10 «СНЫ». (16+)
14.35 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
16.25 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+)
18.15 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
19.50 «КУРЬЕР». (16+)
21.25 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
23.00 «ПАЛАТА № 6». (16+)
00.35 «ЦАРЕВЫЙЦА». (12+)
02.15 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
04.45 «ГАРАЖ». (12+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.55 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)
17.00 «КУХНЯ». (16+)
00.05 Сердца за любовь. (16+)
01.25 «Малыш и Карлсон». Мультфильм. (0+)
01.45 «Карлсон вернулся». Мультфильм. (0+)
02.05 «Сказка о царе Салтане». Мультфильм. (0+)
02.55 «А что ты умеешь?» Мультфильм. (0+)
03.05 «Кот в сапогах». Мультфильм. (0+)
03.20 «Мешок яблок». Мультфильм. (0+)
03.40 «Жихарка». Мультфильм. (0+)
03.50 Мультфильмы. (0+)
05.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00, 01.05 День Патриарха. (0+)
05.10 Святки России. (6+)
06.05 «МЕЧТА». (12+)
08.10, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.10 Простые чудеса. (12+)
10.00 «Своя» с Андреем Даниленко. (6+)
10.30 В поисках Бога. (6+)
11.05, 01.50 Рассказы мне о Боге. (6+)
11.40 Лето Господне. Петр и Феврония. (6+)
13.15 Святой Муром. История Петра и Февронии. (0+)
14.20 «КАРАНТИН». (0+)
16.00 Святки России. (6+)
17.05 «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ». (12+)
19.00 «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (0+)
20.35 Простые чудеса. (12+)
21.25, 03.00 Профессор Осипов. (0+)
22.00 Русский мир. (12+)
23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.00 Спас-стрим. (16+)
01.20 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
02.20 Простые чудеса. (12+)
03.30 В поисках Бога. (6+)
03.55 Преподобные иноки. Цикл: Русские праведники. (0+)
04.45 «Путеводительница». Мультфильм. (0+)

Православный календарь

8 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Блгв. кн. Петра, в иночестве Давида, и кн. Февронии, в иночестве Евфросинии, Муромских, чудотворцев.



Прмц. Февронии девы. Прп. Далмата Исетского. Сщмч. Василия пресвитера. Прп. Никона Оптинского, исп. Сщмч. Василия пресвитера.
Петров пост. Разрешается рыба.
«Всех равно любить невозможно. Но можно со всеми обращаться бесстрастно, будучи свободными от злопомнения и ненависти».
Авва Евагриий

ПЕРВЫЙ



22.35 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК». (16+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.10 «И плавилась броня». (12+)
15.10 «ОСВОБОЖДЕНИЕ» «ОГНЕННАЯ ДУГА». (12+)
17.00 «Мина в сердце». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». Финал. (12+)
21.00 «Время»
22.35 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК». (16+)
23.35 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



12.45 «СТЕНОГРАММА СУДЬБЫ». (16+)

- 06.05 «МАЛАХОЛЬНАЯ». (16+)
Подруги Надя и Ксюша живут в деревне. Ксюша рвётся в город и хочет устроить свою судьбу «как у людей»...
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 «Доктор Мясников». (12+)
12.45 «СТЕНОГРАММА СУДЬБЫ». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «МАЛАХОЛЬНАЯ». (16+)

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
19.40 «ПРАКТИКАНТ-2». (16+)
У майора Егорова новый шеф - полковник Кузнецов и помощник - лейтенант Татьяна Ильина. На подземной парковке находят труп Воронковой с оригами «кальмар» и в белом парике.
23.45 «Маска». (12+)
03.00 «ГОНЧИЕ». (16+)

СТС



17.00 Премьера! ОКНУТЫЕ ЛЮДИ. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 Премьера! «Детектив Финник». (0+)
07.55 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
09.30 Премьера! «Дозор джунглей». (6+)
11.35 Форт Боярд. Возвращение. (16+)
17.00 Премьера! ОКНУТЫЕ ЛЮДИ. (16+)
18.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
Будущее... Империя Панея делится на двенадцать регионов. Изредка возникают восстания, недовольства и, дабы их заглушить, у властей возникает идея проводить показательные игры на выживание.
21.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)
23.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (12+)
02.10 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)

ТНТ



09.00 «Битва пикников». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
09.00 «Битва пикников». (16+)
Каждый выпуск шоу «Битва пикников» - это жесткий кулинарный баттл за звание лучшего барбекю-шефа страны.
09.30 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
19.00 «Выжить в Дубае». (16+)
21.00 «Шоу Воли». (16+)
22.00 «ПРОПАВШАЯ». (16+)
23.30 «ОПАСНЫЙ БАНГ-КОК». (16+)
В этом городе вы можете купить всё, но вы не можете купить всех. И тогда для вас нет страшнее человека, чем наемный убийца...
01.50 «Я тебе не верю». (16+)
03.20 «Импровизация. Команды». (16+)
04.55 «Шоу «Студия Союз». (16+)

РЕН



09.00 «Самая народная программа». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.05 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
12.45 «РЭМБО-4». (16+)
14.25 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
16.20 «ЗАЛОЖНИК». (16+)
18.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК 4.0». (16+)
21.05 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК: ХОРОШИЙ ДЕНЬ, ЧТОБЫ УМЕРЕТЬ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.05 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.45 «Простоквашино». (12+)
08.10 Черный список. (16+)
В этом выпуске «Чёрного списка» будут проверены специалисты по тату и пирсингу.
10.00 Зовите шефа. (16+)
11.50 На ножах. (16+)
23.50 «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЕНОМ РЫЦАРЕ». (18+)
02.20 Пятница News. (16+)
02.40 На ножах. Отели. (16+)

Ю

- 05.00 «ДиноСити». (0+)
06.00 «Маша и Медведь». (0+)
11.20 «Чудо из ада». (12+)
Реалии о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей, где герой на три дня отправляется жить в простую семью со скромным достатком. Там его ждет столкновение с реальностью: другие ценности, непривычный образ жизни, новые правила и распорядок дня.
18.45 «Битва за тело». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Изменья». (18+)
02.55 «Гости и прочие неприятности». (16+)
04.35 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 08.30 Утилизатор. (16+)
07.10 Утилизатор. (12+)
09.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
10.30 «СОЛДАТЫ-13». (12+)
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «МЛАДЕНЕЦ НА 30 000 000». (12+)
Для бездельника и игрока Тонга есть только одна вещь страшнее кредиторов - это плачущий младенец. А что, если этот самый ребенок способен сделать его богатым?
02.00 «+100500». (18+)
03.40 Супершеф. (16+)

МИР

- 05.00 «АРИНКА». (0+)
05.55 Мультфильмы. (6+)
07.15 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
08.55 Наше кино. (12+)
09.25 Будь, готов! (12+)
09.30 Фандалайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИЙ ВХОД ВОСПРЕЩЕНО». (0+)
11.35 «КУРЬЕР». (0+)
13.15 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)
14.45, 16.15 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ». (12+)
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ЦВЕТЫ ЗЛА». (12+)
23.10 «Александр собирает друзей». (12+)
01.00 «ЛЮБОВЬ В СССР». (16+)
02.30 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.05 Отражение
12.20 «Отчий дом». (12+)
12.35 «ТАЕЖНЫЙ ДЕСАНТ». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
20.10 «ИДИ И СМОТРИ». (16+)
22.30 «Сэлнджер». (16+)
00.35 «СЕРГЕЙ ЭЙЗЕНШТЕЙН. МЕКСИКАНСКАЯ ФАНТАЗИЯ». (12+)
02.20 «СВИСТУНЫ». (18+)
04.00 «ПОПСА». (16+)

ПОБЕДА

- 06.30 «72 МЕТРА». (16+)
09.00 «МЕТРО». (16+)
Фильм-катастрофа по мотивам одноименного романа Дмитрия Сафонова.
11.20 «МАЖОР-3». (16+)
Уже полгода Игорь Соколовский (Мажор) не может прийти в себя: он потерял друга. Катя не хочет его видеть, а Вика занята своей жизнью - она беременна, и ей нужно думать о будущем ребенке. Но неожиданная встреча с Фишером заставляет Игоря действовать: он возвращается в отдел...
01.00 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
По мотивам одноименной повести Каверина.
02.20 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Малышарики». (0+)
Вместе с персонажами «Малышарики» - неусидчивым Крошиком, невозмутимым Ежиком, стремительной Нюшенькой, застенчивым Барашком, сообразительной Пандочкой, а также любящей «мамой» - рассказчицей, озвученной актрисой Анной Геллер, малыши смогут узнать окружающий мир, учиться дружить и общаться.
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Команда СТИМ!» (6+)
09.30 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
10.10 «Волшебная кухня». (0+)
Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
12.00 «Клуб Винкс». (6+)
12.55 «Царевны». (0+)
Познакомьтесь с пятью симпатичными царевнами: Варя-краса; царевна-лягушка Василиса; царевна Несмеяна Даша; Алёнка Прекрасная и Соня, спящая царевна. Каждая из юных особ обладает удивительной волшебной силой, но пока еще не умеет ею управлять. Чтобы научиться использовать магию, царевны прибывают на остров Дивного-ра в школу волшебства, где им будет преподавать великий маг Кошечка Бессмертный.
14.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
15.10 «Ералаш». (6+)
16.20 «Домовенок Кузя». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 02.55 История одной фотографии. (6+)
03.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
04.00, 04.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
04.45 На пути к Великой Победе. (12+)
05.10 Семь дней истории. (12+)
05.20 Крымский лекарь. (12+)
06.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+)
06.50 Подземная Италия. (12+)
07.55 Историада. (12+)
08.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)
09.15 Жил-был Дом. (6+)
09.45 «Прорыв». Историко-художественная панорама. (12+)
10.10 Бог войны. (12+)
10.55 Карибский кризис. Последствие. (12+)
11.50, 18.15 Обыкновенная история. (6+)
12.00, 12.45, 13.35, 14.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
15.10 Всемирное наследие. Россия. (12+)
16.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
17.25 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+)
18.25 «ПИРОГОВ». (12+)
20.00 Найти и рассказать. (12+)
20.25, 21.00 Легенды науки. (12+)
21.25 Достояние России. (6+)
21.55 История образования в России. (12+)
22.05 Нулевая мировая. (12+)
23.00 Последние свидетели. (12+)

HISTORY

- 06.30, 07.25 Нулевая мировая. (16+)
08.20 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+)
09.10 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+)
10.05 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
10.55 100 чудес света. (16+)
11.55 Древний Египет - хроники империи: Женщины и власть. (12+)
12.55 Древний Египет - хроники империи: Войны. (12+)
13.55 Древний Египет - хроники империи: Падение. (12+)
15.00 Гробницы Египта: последняя миссия: Саккара и забытые мумии. (12+)
16.00 Гробницы Египта: последняя миссия: Загадочные египетские саркофаги. (12+)
17.00, 18.00, 19.00, 20.00 Первая мировая. (16+)
Документальный сериал о событиях Первой мировой войны.
21.00 Испанский грипп: невидимый враг. (12+)
22.05 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
23.00 Пропащие миллионы Грейс Келли. (12+)
23.55 Тайны шести жен: В разводе. (16+)
00.55 Тайны шести жен: Обезглавлена, мертва. (16+)
01.55 Тайны шести жен: В разводе, обезглавлена, выжила. (16+)
02.50 Жертвы викингов. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.30, 10.35, 11.00, 11.30, 11.55, 15.10, 15.40, 18.50, 19.15, 19.45, 20.15, 23.25, 23.55, 02.00, 02.25, 05.05, 05.30 Будь в тонусе! (12+)
06.55, 13.20, 21.40, 03.45 Медицинский репортёр. Правда о витаминах. (12+)
Все мы прекрасно знаем, что витамины очень полезны, особенно витамин С. Так что мы глотаем их, не глядя, в драже и даже мармеладных мишках, и не задумываемся, что витамины могут не только спасать, но и убивать.
07.20, 13.50, 22.10, 04.10 Клинический случай. Спасти Пушкина. (12+)
07.50, 08.20, 16.10, 16.35, 00.25, 00.50 На приеме у Михаила Лабковского. Как перестать страдать. (12+)
08.45, 17.05, 01.15 Научные сенсации. ГМО-революция - суперпродукты. (12+)
09.35, 17.50, 04.40 На приеме у психолога Колмановского. Интернет-зависимость. (12+)
10.05, 18.20 Это лечится. Язва желудка. (12+)
12.25, 20.45, 02.55 Большой скачок. Микробиота: на страже здоровья. (12+)
14.20, 22.40 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+)

РОССИЯ К
Культура



09.40 Диалоги о животных

- 06.30 «Тайна третьей планеты»
- 07.25 «ОСЕННИЕ УТРЕННИКИ»
- 09.40 01.15 Диалоги о животных
- 10.20 Тайны старого чердака «ГАРАЖ»
- 12.30 Человеческий фактор
- 13.00 «Страна птиц»
- 13.55 «Игра в бисер»
- 14.35 Фильм-спектакль «Полтава»
- 15.50 Линия жизни
- 16.40 «СОРОКА-ВОРОВКА»
- 18.00 «Пешком...»
- 18.35 Концерт Тамары Синявской и Муслима Магомаева. 1989 год
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «Острова»
- 21.05 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН»
- 22.15 Шедевры мирового музыкального театра
- 01.55 «Искатели»
- 02.40 Мультфильмы

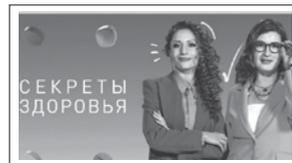
ТВЦ



14.30 Московская неделя

- 05.50 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (0+)
- 07.30 «Зорро». (6+)
- 09.40 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «Петровка, 38». (16+)
- 11.55 «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК». (12+)
- 13.40 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смешите меня семейно!» Юмористический концерт. (16+)
- 16.05 «МОЙ БЕЛЫЙ И ПУШИСТЫЙ». (12+)
- 17.55 «ПЕЧАЛИ-РАДОСТИ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 21.20 «РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА». (12+)
- 00.35 События
- 00.50 «Петровка, 38». (16+)
- 01.00 «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
- 04.10 «Роковой курс. Триумф и гибель». (16+)
- 05.00 «10 самых...». (16+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

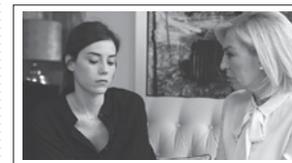
ТВ-3



09.00 Секреты здоровья. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 08.30 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Секреты здоровья. (16+)
- 09.15 «Король сафари». (6+)
- 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 13.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
- 15.00 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 17.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
- 19.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
- «ЭКСПАТ». (16+)
- 21.15 Бен Логан, проработавший практически всю жизнь на ЦРУ, решил отойти от дел и навестить упущенные отношения с дочерью. Вместе они перебираются в Бельгию.
- 23.15 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (18+)
- 01.15 «СИНДРОМ». (16+)
- 02.45 «Странные явления». (16+)

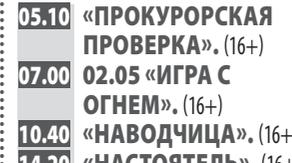
ДОМАШНИЙ



19.00 «МОЯ МАМА». (16+)

- 06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 10.50 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)
- 15.00 «ПЛОХАЯ ДОЧЬ». (16+)
- 19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
- 23.35 «КВАРТИРАНКА». (16+)
- Школьная учительница Рита приезжает в Москву попытать счастья. Остановиться она собирается у своей подруги Людмилы, которая также как и она приехала сюда из маленького провинциального городка. Но Людмила после развода с мужем не живет по старому адресу, у неё одна проблема: бывший муж никак не соглашается на раздел квартиры. Людмила решает убить двух зайцев сразу - пристроить подругу и насолить мужу.
- 01.05 «МОЯ МАМА - НЕВЕСТА». (16+)
- 02.15 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)

5 5-й КАНАЛ



05.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

- 07.00 02.05 «ИГРА С ОГНЕМ». (16+)
- 10.40 «НАВОДЧИЦА». (16+)
- 14.20 «НАСТОЯТЕЛЬ». (16+)
- 16.20 «НАСТОЯТЕЛЬ-2». (16+)
- 18.15 «СЛЕД». (16+)
- Идеальных преступлений не бывает. После каждого остаются следы. Иногда эти следы бросятся в глаза. Иногда их можно найти только с помощью специальных приборов.
- 00.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.25 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
- 06.55 09.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 13.30 «КОМАНДА 8». (16+)
- 18.15 «Легенды советского сыска». (16+)
- 22.25 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 01.10 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)
- 02.25 «Легендарные самолеты». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ВОЙНА И МИР СУПРУГОВ ТОРБЕЕВЫХ». (16+)
- 15.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 15.30 «Просто жизнь». (12+)
- 16.00 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)
- 17.45 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Марафон». (12+)
- 21.00 «ПАРК РАЗВЛЕЧЕНИЙ». (12+)
- Два парка развлечений соперничают. В ход идут фокусы, магия, трюки, а также воровство, шпионаж и предательство...
- 22.45 «Точка.ру». (12+)
- 23.15 «Формула здоровья». (12+)
- 23.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 00.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 00.30 «Малая сцена». (12+)
- 03.30 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 09.40 15.55 Новости
- 08.05 13.10 16.00 18.35 21.40 00.05 Все на Матч!
- 09.45 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
- 10.05 Спецрепортаж. (12+)
- 10.25 География спорта. (12+)
- 10.55 «Вы это видели!». (12+)
- 11.55 Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Женщины. Матч за 3-е место. Прямая трансляция
- 13.25 Пляжный футбол. ОЛИМПЕТ Чемпионат России. Женщины. Финал. Прямая трансляция
- 14.50 Автоспорт
- 16.25 Футбол. «Динамо» (Москва) - ЦСКА. «ВетВорт Братский Кубок»
- 19.00 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Фенербахче» (Турция). Кубок PARI Премьер
- 21.55 Футбол. «Атлетико Минеиро» - «Коринтианс». Чемпионат Бразилии
- 00.25 Футбол. «Гремью» - «Боафого». Чемпионат Бразилии
- 06.00 Булинг. Кубок России. (0+)
- 08.00 10.20 12.40 Новости
- 08.05 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (0+)
- 08.55 Пляжный футбол. Чемпионат России. Матч за 7-е место
- 10.25 Пляжный футбол. Чемпионат России. Матч за 5-е место
- 11.55 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (0+)
- 12.10 «Магия большого спорта». (12+)
- 12.45 14.50 16.05 17.15 18.20 19.20 Автоспорт
- 13.45 23.10 Лица страны
- 14.00 Что по спорту? (12+)
- 14.25 Страна смотрит спорт
- 20.20 01.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 20.50 Пляжный футбол. Чемпионат России. Матч за 3-е место. (0+)
- 22.00 Пляжный футбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 23.25 Спецрепортаж. (12+)
- 23.40 Бокс. Кубок Победы (0+)
- 02.05 «Вы это видели». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 06.05 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)
- 09.05 «ТРАССА 60». (16+)
- 11.00 «ТРАНСФОРМЕРЫ». (12+)
- 13.35 «ТРАНСФОРМЕРЫ: МЕСТЬ ПАДШИХ». (16+)
- 16.15 «ТРАНСФОРМЕРЫ-3: ТЁМНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)
- 19.00 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ЭПОХА ИСТРЕБЛЕНИЯ». (12+)
- 21.55 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 00.35 «ВДАЛИ ОТ ОБЕЗУМЕВШЕЙ ТОЛПЫ». (16+)
- 02.30 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 04.20 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (12+)
- 05.30 «Чуч-Мяуч», «Бодо Бородо», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.50, 11.45 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
- 12.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 14.10 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)
- 16.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 17.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 19.05 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 20.45 «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!». (12+)
- 22.30 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 00.25 «ПРЕДОК». (16+)
- 01.45 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 06.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.50 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 12.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 13.35 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ХОЛОП». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.40 «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЕЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИНВАЛИДОВ». (18+)
- 01.20 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ». (12+)
- 00.05 Сердца за любовь. (16+)
- 01.25 «Дикие лебеди». Мультфильм. (0+)
- 02.20 «Верните Рекса». Мультфильм. (0+)
- 02.35 «Зимовье зверей». Мультфильм. (0+)
- 02.45 «Про деда, бабу и курочку Рябу». Мультфильм. (0+)
- 02.55 «Хитрая ворона». Мультфильм. (0+)
- 03.05 «Жирафа и очки». Мультфильм. (0+)
- 03.10 «Бабушка удава». Мультфильм. (0+)
- 03.20 Мультфильмы. (0+)
- 05.40 «Три кота». (0+)
- 06.00 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА». (12+)
- 07.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (12+)
- 08.50 «ВСАДНИК ПО ИМЕНИ СМЕРТЬ». (16+)
- 10.45 «ИСЧЕЗНУВАША ИМПЕРИЯ». (16+)
- 12.45 «СДАЕТСЯ ДОМ СО ВСЕМИ НЕУДОБСТВАМИ». (16+)
- 14.25 «ВЛАДИВОСТОК». (16+)
- 16.10 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
- 17.55 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (12+)
- 21.00 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+)
- 23.00 «ЗВЕЗДА». (16+)
- 00.50 «ИДИ И СМОТРИ». (18+)
- 03.05 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (12+)
- 04.40 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия, 2015 г. В ролях: Алексей Секирин, Сергей Колешня, Людмила Гаврилова, Анжелика Кошова, Ирина Пулина
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.40 «ИВАН НИКУЛИН - РУССКИЙ МАТРОС». (0+)
- СССР, 1944 г.
- 07.25 В поисках Бога. (6+)
- 08.00 Профессор Осипов. (0+)
- 08.35 Простые чудеса. (12+)
- 09.25 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Русский мир. (12+)
- 14.55 Святыни России. (6+)
- 16.00 «МОРЕ ЗОВЁТ». (0+)
- СССР, 1955 г.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.55 «ГРИБНОЙ ДОЖДЬ». (0+)
- СССР, 1982 г.
- 21.30 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.05 Оптинские старцы. Цикл: День Ангела. (0+)
- 23.40 Миром Господу помолимся. (0+)
- 00.40 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Русский мир. (12+)
- 01.50 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

9 июля
Неделя 5-я по Пятидесятнице. Глас 4.
Тихвинской иконы Божией Матери.

Прп. Давида Солунского. Прп. Иоанна, еп. Готфского. Свт. Дионисия, архиеп. Суздальского. Обретение мощей прп. Тихона Луховского, Костромского. Перенесение мощей прп. Нила Столобенского. Сщмч. Георгия пресвитера. Лиддской (Римской), Нямецкой, Седмизерной икон Божией Матери.

Петров пост. Разрешается рыба.

«Вера во Христа, истинного Бога, рождает желание вечных благ и страх мучений; желание же сих благ и страх мук приводят к строгому исполнению заповедей».

Прп. Симеон Новый Богослов

МУЗЫКА

- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.35 Плейлист. (16+)
- 08.35 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Очень Караокен. (16+)
- 09.30 Полчаса на себя. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.35 Лига свежих клипов. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Моя Волна. (16+)
- 15.00 Плейлист. Под шашлычок. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 Топ-30: народный хит. (16+)
- 19.00 Ретро FM 20 лет. (16+)
- 22.05 Плейлист. Лето. (16+)
- Всё для твоего яркого и незабываемого лета - в одном плейлисте МУЗ-ТВ!
- 23.00 Лайкер. (16+)
- 01.00 Караоке хит. (16+)
- 02.00 Ловец слов. (16+)

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Перед самым отпуском, в последний рабочий день, Петрович выехал на вызов в открывшийся недавно салон красоты на окраине района. Несмотря на недолгое время работы, салон уже успел обрести популярность, так как его хозяйкой была некая Марина – победительница конкурса косметологов. За победу на этом конкурсе Марине был вручен ценный приз – кубок Золотая Орхидея. Этот кубок у Марины и украли, ворвавшись утром в салон и оглушив девушку-администратора на ресепшене чем-то тяжелым.

Залаканную девушку, прикладывая к ее голове мешочек со льдом, утешала сама Марина, немедленно примчавшаяся в салон. – Кубок действительно золотой? – спросил у нее Петрович.

Красота – страшная сила



– Ой, да что вы, нет конечно, – ответила она. – Может, чуть-чуть сусального золота поверху. Он просто тяжелый очень, потому все и думают, что действительно золотой. Вот и грабитель наверняка тоже так подумал. На самом деле цена его совсем невелика. Но для меня этот кубок очень дорог.

– Понимаю, – посочувствовал Петрович и обратился к девушке-администратору. – Вы видели нападавшего? ***

Девушка перестала всхлипывать и кивнула. – Это был мужчина? – Да. Здоровый такой амбал, плечи огромные и шеи совсем нет, как будто голова прямо из плеч растет. – А лицо его вы хорошо рассмотрели? – Совсем не рассмотрела, на голове у него была черная такая штука с прорезьями для глаз... не помню, как называется.

– Балаклава? – подсказал Петрович.

Наверное. Знаете, так страшно было, и он такой огромный... – девушка снова разрыдалась, и Петрович решил оставить ее в покое, но сначала переспросил:

– Короткая шея, говорите? Девушка быстро закивала.

– Спасибо, – сказал Петрович. – Вы мне очень помогли.

Через пару часов у него на допросе уже сидел вор-рецидивист Быков по кличке Бычок. Роста он был под два метра, имел косую сажень в плечах и голову, будто в них вросшую, – настолько коротка была его шея. Бычок был страшно возмущен тем, что его оторвали от футбола и силой привезли в отделение.

– Что за безобразие, начальник? Сидел дома, никого не трогал, футбол смотрел, а тут твои приле-

тели. С автоматами наперевес. За что? Уже и футбол смотреть Уголовный кодекс запрещает?!

– Не запрещает, – спокойно ответил Петрович. – Уголовный кодекс запрещает грабеж среди бела дня, а с причинением пострадавшему средней тяжести вреда здоровью – запрещает категорически.

– А тут при чем? – взвился Бычок. – Лови своих грабителей и предъявляй им УК со всеми примечаниями. Я причем? Я вообще сегодня из дома не выходил!

– А вчера?

– И вчера не выходил. У меня этот... Как его?..

Грипп! – Бычок шмыгнул носом и пару раз натужно кашлянул. – Нинка подтвердит!

– Твоя Нинка что угодно подтвердит, знаю я вас, – отмахнулся Петрович. – Ты мне вот что скажи, Быков, где ты был сегодня в 10.30 утра?

– Ну говорю же, дома! А что случилось-то?

– Ограбили тут кое-кого. Ворвались среди бела дня, ударили по голове тяжелым предметом и кубок золотой унесли. Такой же вот здоровяк, как ты, и унес.

– Не, начальник, не я это, – замахал руками Бычок. – Мало ли здоровяков по свету шастает. Нет, это точно не я. Я на женщин сроду руку не поднимал – не такое у меня воспитание.

– Вот значит как, – хмыкнул Петрович. – Что ж, видимо, твоим воспитанием снова придется государству заняться.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович уверен, что грабеж совершил именно Быков?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 25: каждый собачник знает: после долгого отсутствия четвероногий друг немедля бросается к хозяину и всячески выражает свою радость. Пес Початкова же остался сидеть возле чужого человека – значит, он совсем недавно видел своего хозяина.

Рис. Ирины Светловой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

3 июля	Восход: 4 ч. 08 м. Заход: 20 ч. 46 м. Долгота дня: 16 ч. 38 мин.	Полнолуние, Луна в знаке Козерога
4 июля	Восход: 4 ч. 09 м. Заход: 20 ч. 45 м. Долгота дня: 16 ч. 36 мин.	Убывающая Луна в знаке Водолея
5 июля	Восход: 4 ч. 10 м. Заход: 20 ч. 45 м. Долгота дня: 16 ч. 35 мин.	Убывающая Луна в знаке Водолея
6 июля	Восход: 4 ч. 11 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 33 мин.	Убывающая Луна в знаке Рыб
7 июля	Восход: 4 ч. 12 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 32 мин.	Убывающая Луна в знаке Рыб
8 июля	Восход: 4 ч. 12 м. Заход: 20 ч. 43 м. Долгота дня: 16 ч. 31 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
9 июля	Восход: 4 ч. 13 м. Заход: 20 ч. 42 м. Долгота дня: 16 ч. 29 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 3 ПО 9 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

3 ИЮЛЯ
В 1648 году из Среднеколымского острога вышли в море семь кочей под командованием Ф. Попова и С. Дежнёва.

4 ИЮЛЯ
В 1920 году спектаклем «Маугли» открылся Первый Государственный театр для детей, созданный 17-летней Н. Сац. В 1957 году состоялся первый полет пассажирского самолета Ил-18. В 1958 году на подлодке К-3 «Ленинский комсомол» впервые запущен атомный реактор.

5 ИЮЛЯ
В 1841 году Т. Кук открыл первое в мире туристическое агентство. В 1946 году во время показа мод в Париже был представлен новый женский купальник (День рождения бикини).

6 ИЮЛЯ
В 1885 году вакцина Луи Пастера против бешенства впервые и успешно испытана на человеке. В 1912 году в России введено страхование от несчастных случаев.

7 ИЮЛЯ
В 1881 году впервые напечатана сказка Карло Коллоди «Пиноккио». В 1938 году в Ленинграде опытным телецентром показан в эфире двухчасовой концерт – первая в СССР телевизионная передача.

8 ИЮЛЯ
В 1901 году во Франции введено ограничение скорости движения автомобилей в городах – 10 км/час.

9 ИЮЛЯ
В 1877 году в Уимблдоне состоялся первый теннисный турнир.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

3 ИЮЛЯ. Андрей, Глеб, Димитриан, Инна, Николай, Римма.
4 ИЮЛЯ. Алексей, Максим, Никита, Павел.
5 ИЮЛЯ. Григорий, Феодор.
6 ИЮЛЯ. Александр, Алексей, Артемий.
7 ИЮЛЯ. Антоний, Иоанн.
8 ИЮЛЯ. Василий, Пётр.
9 ИЮЛЯ. Георгий, Тихон.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

3 ИЮЛЯ ■ День ГИБДД МВД России
4 ИЮЛЯ ■ День тыла уголовно-исполнительной системы РФ ■ День Алисы в Стране чудес
5 ИЮЛЯ ■ День военных представительств Министерства обороны РФ ■ Всемирный день бикини
6 ИЮЛЯ ■ Всемирный день поцелуя ■ Всемирный день кардиолога
7 ИЮЛЯ ■ День воинской славы России – День победы русского флота над турецким флотом в Чесменском сражении (1770 г.) ■ День образования авиационной России ■ Иван Купала
8 ИЮЛЯ ■ Всероссийский день семьи, любви и верности ■ День зенитных ракетных войск ПВО ВКС РФ
9 ИЮЛЯ ■ День рыбака ■ День российской почты

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Ивановские дожди лучше золотой горы

3 июля считалось днем Мефодия Перепелятника. Про этот день говорили: «Если на Мефодия пошел дождь, идти ему еще 40 дней». Дожливую погоду сулили и вечерние крики лебедя, и выползшая на траву жаба, и даже попрытавшиеся муравьи.

4 июля, в Ульянов день, сулили за папоротником: закручивающиеся книзу листья предвещали ясную погоду, а расправленные – сырую.

Если **5 июля**, в Евсеев день, комары летают родем, то следующий день будет солнечным. И еще – впереди хорошая погода. А вот долгая радуга на Аграфену Купальницу, **6 июля**, предвещала в будущем сырую погоду и похолодание.

7 июля отмечали день Ивана Купалы. «Ивановские дожди лучше золотой горы!» – говорили в народе. Звездная ночь обещала много грибов, обильная роса – богатый урожай огурцов. В день Петра и Февронии, **8 июля**, следили за температурой. Считалось, что если в этот день жарко, то и следующие 40 дней будут очень теплыми. Обилие ягод **9 июля**, в день Давида Земляничника, предопределяло грядущую зиму, говорило о том, что она будет холодной.

– Папа, ты можешь решить за меня задачу по математике?

– Нет, сынок, это будет неправильно.

– Да ладно, ты хотя бы попытайся!



ТЕЛЕК Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77731 от 29.01.2020 г. Издаётся с ноября 2015 года.



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,
e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,
e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.
Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 26 (399).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 27.06.2023 г. Дата производства: 27.06.2023 г. Дата выхода в свет: 28.06.2023 г. Тираж 45 360 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 4274. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 854 420 экз.
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

Специалисты в один голос советуют летом пить чаще. Мы потеем, теряем много жидкости, поэтому обезвоживание – реальная угроза для здоровья.

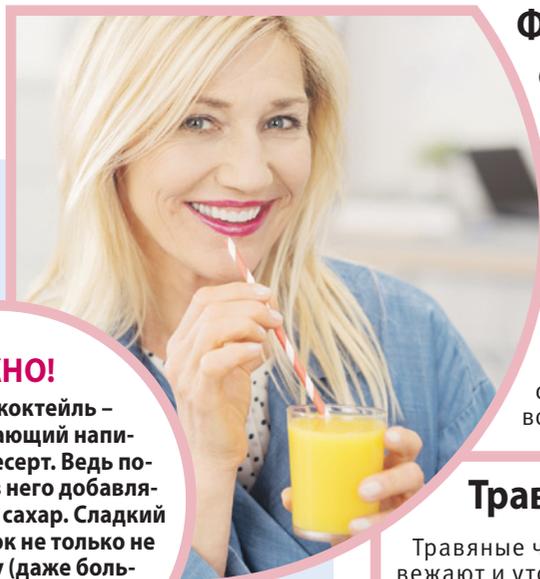
При этом главный способ утолить жажду по-прежнему один – вода. Но согласитесь, это как-то скучно... Чем еще можно напиться в летний день, не нарушив при этом планы похудеть?

Кисломолочные напитки

Это кефир, йогурт, простокваша, ряженка. Они хорошо утоляют жажду и благоприятно скажутся на работе желудочно-кишечного тракта. В дополнение вы еще получите правильные белки, жиры и углеводы, которыми, кстати, может похвастаться далеко не каждый напиток. Для разнообразия

ВАЖНО!

Молочный коктейль – это не освежающий напиток, а скорее десерт. Ведь помимо молока, в него добавляют мороженое и сахар. Сладкий жирный напиток не только не утолит жажду (даже больше пить захочется), но и добавит ненужных калорий.



и дополнительного вкуса можно добавить свежих ягод и фруктов. А чтобы напиток был более диетическим, выбирайте менее жирную кисломолочку.

Фруктовый сок

Свежевыжатым соком хорошо утолять жажду тем, у кого нет проблем с ЖКТ. Только не нужно относиться к нему как к воде. Он содержит калории. Причем по калорийности может быть равным тому же кефиру. Но вы не получите насыщения, как от кисломолочного напитка, так как здесь нет белков и жиров, которые усиливают ощущение сытости. И еще важно учесть, что сок содержит немного больше калорий, чем сам фрукт (например, калорийность апельсина – 35 ккал на 100 г, а апельсинового сока – 45 ккал). Для уменьшения калорийности можно разбавить сок обычной или минеральной водой, и вы получите изысканный напиток шорле.

Травяной чай

Травяные чаи хорошо освежают и утоляют жажду. А еще выводят из организма шлаки и токсины. Можно приготовить настой шиповника, жасмина или смешать несколько трав – например, душицу с мятой и чабрецом. Напиток можно пить горячим или охлажденным. Не забудьте про зеленые, белые и

желтые чаи, которые подвергаются меньшей обработке в отличие от черного. Хорош напиток из цветов суданской розы, больше известный как каркаде. Можно выпить также комбучу или чайный гриб, который по сути является ферментированным шипучим чаем. Правда, из-за сахара калорий в нем больше, чем в травяном чае.

Мнение специалиста Что приводит к задержке жидкости?



Более детально разобраться в способах утоления жажды нам поможет врач-диетолог, кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ Склифосовского Дарья Русакова.

– Дарья, если компот или травяной чай подсластить, станет ли он от этого хуже утолять жажду?

– Добавление сахара в напитки может вызвать повышение аппетита. Как правило, объем употребляемых жидкостей с сахаром выше, чем несладких.

– Если летом часто отекаешь, какие напитки помогут вывести излишек жидкости?

– Чтобы жидкость не задерживалась, следите за количеством потребляемой поваренной соли. Именно натрий приводит к задержке жидкости. Лучшее мочегонное – чистая питьевая вода, также можно использовать травяные чаи с мягким мочегонным эффектом, морсы из ягод без добавления сахара.

Фото из личного архива Дарьи Русаковой и www.shutterstock.com

НА ЗАМЕТКУ

Учёными всего мира доказано: в человеческом организме нельзя рассматривать каждый орган или конечность отдельно. Вся костная система, суставы, мышцы, внутренние органы взаимосвязаны. И если страдает одна часть организма, неизменно пострадают и другие. Как «отремонтировать» неполадки?

Механика сустава: когда требуется ремонт?

Выясняем первопричину

1 К врачу человека чаще всего приводит боль или дискомфорт. Если говорить о суставах, то чаще всего это голеностопный, коленный, тазобедренный суставы или позвоночник. Собирая анамнез, врач задает массу вопросов, которые на первый взгляд абсолютно не касаются проблемы. Например, пациент пришел с болью в пояснице – распространенный случай!

А врач проверяет тазобедренные суставы. Зачем? Возможно, первопричиной заболевания стала травма как раз тазобедренного сустава. Появилась некая асимметрия, мозг дал команду мышцам скорректировать неправильное положение. В результате с одной стороны спины мышцы пережаты, с другой – расслаблены. Спазм мышц снижает кровоснабжение в области поясницы, ухудшает проводимость нервных окончаний – и вот налицо болевой синдром!

Выполняем рекомендации

2 Признайтесь, часто ли вы, выходя из кабинета специалиста с рекомендациями врача на руках, останавливаетесь только на первом пункте – обезболивающих средствах? Доходите до аптеки, покупаете анальгетик, выпиваете его – становится полегче, и до остальных рекомендаций руки уже не доходят. Между тем именно к ним нужно относиться с максимальной серьезностью. Физиотерапия, программа снижения лишнего веса (если таковой имеется), советы по питанию очень важны!

Начинаем новую жизнь

3 Да-да, именно так! Большинство проблем с суставами – это результат неправильного с ними обращения. Врач поможет восстановить биомеханику, но поддерживать ее в правильном состоянии может только сам человек. Поэтому так важно организовать свою жизнь правильно: с достаточными физическими нагрузками, с правильным питанием, с употреблением витаминов и добавок, подобранных врачом.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРР № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Геленк Нарунг – источник коллагена Здоровье суставов и позвоночника

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Активизирует выработку внутрисуставной жидкости.
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).

Спрашивайте в аптеках
вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва 8 (495) 220-76-76

БАД. Производитель PROVISTA, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВЫБЕЖАТЕ С ЛЕКАРСТВОМ

Некоторые продолжают выращивать огурцы по старинке – «в расстил». Такой способ требует питательной почвы, большого количества места для огуречной грядки, да и заболевают огурцы, лежащие на земле, чаще.

Чтобы получить хороший урожай, без формировки огурцов не обойтись! Как провести формировку правильно? Как формировать огурцы в теплице и в открытом грунте?

Зачем нужна формировка?

- Когда огуречные кусты сформированы, за ними легче ухаживать: поливать, обрабатывать от болезней, собирать плоды.
- Растения не тратят силы на формирование зеленой массы, а значит, урожай плодов будет больше и качественней.
- Растения не загущены, они проветриваются, а значит, снижается риск подцепить инфекцию.
- Огурцы хорошо освещаются, поэтому они лучше усваивают питательные вещества и становятся вкуснее и полезнее.
- Срок плодоношения огуречника продлевается, так как растения растут в комфортных условиях, меньше болеют и не травмируются при сборе плодов.

ОГУРЦЫ В ПОРЯДКЕ

В ТЕПЛИЦЕ И НА ГРЯДКЕ



**Огурцы в панике:
– Нам надо срочно
покинуть банки –
иначе скоро будет
крышка!**



Когда формировать огурцы?

Огурцы – это лианы, и они ветвятся на протяжении всего периода роста. Поэтому прищипывать отрастающие побеги нужно регулярно. Лучше это делать раз в неделю. В этом случае плети не будут перерастать и образовывать тропические заросли.

Способ для огурцов на грядке

Пчелоопыляемые сорта и гибриды нет смысла высаживать в теплице. Поэтому способ формировки, о котором пойдет речь, подходит для огурцов в открытом грунте. У пчелоопыляемых огурцов на главном побеге растут мужские цветы (пустоцветы), а на боковых – женские (из которых образуются плоды). Как сделать обрезку в этом случае?

● Главный побег прищипывают над 6-8 листом и подвязывают к шпалере.

● Боковые побеги прищипывают после образования двух завязей и листьев и также подвязывают.

● Побеги третьего порядка, которые образуются на боковых побегах, нужно укорачивать только тогда, когда растение сильно загущено. Если место позволяет, их можно не трогать.

● Удалить все завязи и боковые побеги в пазухах первых 5-6 листьев.

● Подвязать центральный стебель, обкручивая его по часовой стрелке шпагатом.

● Выше шестого листа побеги оставляют, но прищипывают, не давая им отрасти более чем на 20 см. Так поступают на пяти следующих пазухах.

● Побегам каждого следующего яруса дают отрастать чуть больше предыдущего, подвязывая их к горизонтальным опорам (натянутым проволокам или веревкам). Таким образом, растение формируется в один стебель, но в форме зонтика.

● Основную плеть прищипывают, как только она достигнет шпалеры или желаемой высоты.

Формировка кустовых огурцов

Кустовые огурцы имеют короткую, компактную плеть, поэтому в формировке как таковой не сильно нуждаются. Формировка кустовых огурцов заключается в обрезке верхних листьев, если они сильно загущают посадки, и в своевременном удалении отплодоносивших побегов и больных или пожелтевших листьев.

Валерия ПАШЕЧКИНА



Способ для огурцов в теплице

Особенность партенокарпических сортов и гибридов в том, что им не нужны опылители, чтобы образовывались завязи. На таких растениях или совсем нет, или очень мало мужских цветов. Эта особенность позволяет с успехом выращивать огурцы в теплице. Чтобы получить хороший урожай партенокарпических огурцов, необходимо:

Основные принципы

● В побегах огурцов воды больше, чем у растений других овощных культур, поэтому важно сделать все, чтобы не занести инфекцию, которая быстро распространится с влагой по всему растению. Для этого листья и пасынки нужно не обламывать или отрывать, а

обрезать острыми ножницами или ножом.

● Перед работой инструмент нужно продезинфицировать при помощи спирта или другого дезинфицирующего состава.

● Листья и побеги нужно удалять «на пенек», то есть срезать их не «под корень», а оставляя около 1 см, чтобы они в последующем подсохли, а не загнили.

● При подвязке нельзя передавливать плети – побеги нежные и легко травмируются.

● Важно, чтобы подвязанный стебель опирался на шпагат как можно большей площадью. Для этого нужно делать либо несколько витков шпагата между листьями, либо использовать широкие ленты. Во время плодоношения нагрузка на

стебель возрастает, и маленькая площадь контакта со шпагатом приводит к травмам и развитию болезней.

● Удаление листьев лучше производить утром или днем, чтобы образующиеся ранки могли затянуться до вечернего понижения температуры (это важно, чтобы предотвратить распространение заболеваний).



Номер в продаже с 7 июля!

Друзья!

Гордость каждой хозяйки – домашние заготовки, которые украшают стол и в будни, и в праздники. Хрустящие огурчики, упругие помидорчики, ароматное варенье – даже самый капризный гость не откажется от такого угощения. А правильная заморозка ягод и овощей позволяет нам создавать вкуснейшие блюда в любое время года.

В нашем журнале мы собрали самые лучшие рецепты домашних заготовок – от классических до самых необычных и оригинальных.

На этих страницах вы найдете подробнейшие рецепты:

- маринования;
- засолки;
- заморозки;
- сушки;
- вяления;
- компотов, варенья, джемов и даже пастилы.

Кроме того, на страницах журнала вы найдете:

- самую точную таблицу мер и весов;
- время приготовления блюд, их калорийность, количество порций;
- поварские хитрости и полезные советы.

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ИЮЛЬ

Фазы Луны:
1-2 июля – растущая Луна, 3 июля – полнолуние,
с 4 по 16 июля – убывающая Луна, 17 июля –
новолуние, с 18 по 31 июля – растущая Луна.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
26 	27 	28 	29 	30 	1 	2
3 Проводим корректирующую обрезку плодовых кустарников. 	4 Боремся с вредителями и возбудителями болезней. 	5 Рыхлим и мульчируем почву, окуливаем растения. 	6 Вносим подкормку под красивоцветущие однолетники и многолетники. 	7 Поливаем растения, ремонтируем постройки на участке. 	8 Ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений. 	9 Собираем урожай плодов, ягод, наслаждаемся витаминами.
10 Удаляем усы земляники. Рыхлим и мульчируем почву. 	11 При необходимости проводим полив и дождевание. 	12 Вносим в грядки минеральные и органические удобрения. 	13 Рыхлим и мульчируем почву, окуливаем растения. 	14 Размножаем флоксы черенками. 	15 Приводим в порядок цветники, удаляем засохшие части цветов. 	16 Поливаем сад, вносим удобрения и подкормки.
17 С растениями не работаем, приводим в порядок инвентарь. 	18 Обновляем грядки с зеленью, редисом, салатами. 	19 Проводим прививку (окулировку) плодовых растений. 	20 Собираем и заготавливаем урожай. 	21 При необходимости проводим обильный полив и дождевание. 	22 Удачными будут любые работы в саду. 	23 Сажаем красивоцветущие растения, выращенные в контейнерах.
24 Собираем семена для следующего сезона, сушим, маркируем. 	25 Заготавливаем зелень, сеем томаты и перцы для зимнего хранения. 	26 Сеем лекарственные и зеленные культуры. 	27 Боремся со слизняками и другими вредителями. 	28 Собираем урожай, занимаемся заготовками овощей и ягод. 	29 После сбора урожая занимаемся кустами малины: удаляем побеги, подкармливаем. 	30/31 Боремся с колорадским жуком. Посвящаем день уходу за газоном.

ПОДПИСКА
на 2-е полугодие
2023 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Продолжается подписка на 2-е полугодие 2023 года
на издание «ТЕЛЕК Черноземье»* на 5 месяцев
(с августа по декабрь 2023 года)



Оформить подписку
до почтового ящика
можно во всех
почтовых отделениях

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

Газета выходит
1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету
«ТЕЛЕК Черноземье»* на 2-е полугодие 2023 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев
192,89 ₺	385,78 ₺	578,67 ₺	771,56 ₺	964,45 ₺

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика
можно также **НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

как подписаться,
сидя дома или на даче,
без посещения
почтового отделения

Онлайн на сайте
Почты России
<https://podpiska.pochta.ru>
или через
мобильное
приложение
«Почта России»



инструкция онлайн-
подписки на сайте
podpiska.pochta.ru
и через мобильное прило-
жение «Почта России»

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2912 или названию – «ТЕЛЕК Черноземье»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

Отсканируйте
QR-код,
перейдите на сайт
Почты России
и оформите
подписку
на издание
«ТЕЛЕК
Черноземье»



П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

День Достоевского в России ежегодно отмечается в первую субботу июля. В 2023 году это 1 июля. Имя Фёдора Достоевского знают во всём мире. Его произведения переведены на десятки языков, творчество изучают в ведущих университетах мира. Давайте и мы вспомним, что знаем о жизни и произведениях великого русского писателя.

Великий писатель Фёдор Достоевский

1 Одно из первых печатных произведений Достоевского – перевод романа Бальзака «Евгения Гранде», который был опубликован в журнале «Репертуар и пантеон» в 1844 году. Это первый в истории напечатанный перевод романа на русский язык. Интересно, что этот вольный пересказ (а автор не стремился соблюсти особенности языка оригинала) опубликован был анонимно, и об этом узнали только из переписки писателя с братом Михаилом. Потом Фёдор Михайлович издавался под разными псевдонимами. Какой из них не принадлежит писателю?

- а) Друг Козьмы Пруткова. б) Пружинин. в) Бальзаков.

2 Достоевский подарил миру жанр психологической прозы. Он автор знаменитого «пятникнижия», которое нам известно со школьной скамьи: «Братья Карамазовы», «Подросток», «Бесы», «Идиот», «Преступление и наказание». А этот роман Достоевского так поразил Некрасова, что он прочёл его за одну ночь и наутро отвёз рукопись Виссариону Белинскому, сказав, что «новый Гоголь явился!». А ещё об этой книге писали так: «Всё у него миньонное... чувства и страстицы такие нежные, такие кружевные, что, прочитавши, невольно воскликнул я: премиленький талант!». Какой роман, напечатанный в альманахе Некрасова «Петербургский сборник» в 1846 году, был горячо принят Николаем Некрасовым?

- а) «Бедные люди». б) «Белые ночи». в) «Униженные и оскорбленные».

3 По условиям контракта, к началу ноября 1866 года автору надо было сдать новое произведение, чтобы не лишиться всех авторских прав и гонораров на девять лет. Физически для Достоевского это оказалось невыполнимой задачей. Помог писателю друг – Александр Милюков. Он познакомил его со стенографисткой Анной Сниткиной, которая помогала писателю все 26 дней, пока создавался роман. Когда рукопись была передана издателю, Фёдор Достоевский женился на Анне. Какой роман Достоевского помог ему обрести свою вторую половину, которая о муже говорила так: «Солнце моей жизни – Фёдор Достоевский»?

- а) «Преступление и наказание». б) «Идиот». в) «Подросток».

4 «Смертная казнь расстреливанием» – так звучал приговор Достоевскому и ещё 19 участникам кружка, который вынесла Военно-судная комиссия при рассмотрении «дела петрашевцев». Фёдор Достоевский был арестован за публичное прочтение запрещённого письма Беллинского. О том, что казнь будет инсценировкой, а арестантов отправят на каторгу, объявили в самый последний момент. Свои переживания приговоренного к смерти человека Фёдор Михайлович описал на страницах романа «Идиот». А вот о ссылке на каторгу, о том, как жил в остроге дворянин, Достоевский написал именно в этом сочинении. Вспомните, как называется произведение?

- а) «Записки сумасшедшего». б) «Записки из Мертвого дома». в) «Униженные и оскорбленные».

5 Известно, что во время работы над «Записками из Мёртвого дома» Достоевский обратился к своим ранним юмористическим зарисовкам. Из этого забавного юмористического рассказа писателя родился советский фильм, снятый в 1984 году режиссёром Виталием Мельниковым. Сюжет одноимённого фильма прост: муж почтенного возраста собирается отметить годовщину свадьбы с молодой женой и, не застав её дома, пытается выяснить, где же супруга. В результате оказывается под кроватью чужой жены, которая опасается своего мужа. Как назывался фильм и рассказ писателя?

- а) «Скверный анекдот». б) «Маленькие картинки». в) «Чужая жена и муж под кроватью».

ОТВЕТЫ

1-в. Бальзаков. 2-а. «Бедные люди». 3-б. «Идиот». 4-б. «Записки из Мертвого дома». 5-в. «Чужая жена и муж под кроватью».



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

доступно
онлайн

RADIOVERA.RU



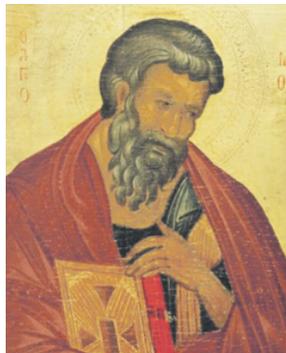
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...стадо свиней бросилось с крутизны в море и погибло в воде»

И когда Он прибыл на другой берег в страну Гергесинскую, Его встретили два бесноватые, вышедшие из гробов, весьма свирепые, так что никто не смел проходить тем путем. И вот, они закричали: что Тебе до нас, Иисус, Сын Божий?

пришел Ты сюда прежде времени мучить нас. Вдали же от них паслось большое стадо свиней. И бесы просили Его: если выгонишь нас, то пошли нас в стадо свиней. И Он сказал им: идите. И они, выйдя, пошли в стадо свиное. И вот, все стадо свиней бросилось с крутизны в море и погибло в воде. Пастухи же побежали и, придя в город, рассказали обо всем, и о том, что было с бесноватыми. И вот, весь город вышел навстречу Иисусу; и, увидев Его, просили, чтобы Он отошел от пределов их. Тогда Он, войдя в лодку, переправился обратно и прибыл в Свой город.



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 9 июля, в воскресенье.

Свойство темной силы таково, что она стремится к небытию. Вектор ее движения – саморазрушение. И в этом скрыта огромная трагедия. Ведь злые духи некогда были светлыми ангелами. Бог создал их для служения. Дал огромные духовные силы. А потому где-то в глубине их изуродованной души бьется источник жизни, который и сохраняет их от самоуничтожения. Получается, что созданные для вечности, они не могут обрести покой, так как не могут умереть. Они обречены влачить жалкое существование.

Пакостить людям для них все равно, что ковырять рану и получать от этого удовольствие. Если нечего ковырять, то начинается нестерпимый зуд, а вместе с ним приходит мука, тоска, уныние.

Неслучайно они просят Спасителя отправить их в свиней. Таким образом у них появляется какая-то возможность хоть кого-то помучить, хоть что-то уничтожить, хоть как-то закрыть темную дыру.

Поэтому можно только представить себе, в каком состоянии

находится человек, которым владеют бесы и который отчасти ощущает их страдания на себе. Однако не обязательно становиться донором темного паразита, чтобы получить представление о подобном опыте. Для этого достаточно быть одержимым какой-либо страстью. Яркий пример – так называемая любовная зависимость. С одной стороны, мы услаждаемся мыслью о другом человеке, с другой, испытываем нестерпимые муки, особенно если нашу одержимость не разделяют. Ужасно то, что сами себе в своей болезни мы не хотим признаваться. Пристрастие омрачает наше сознание. Когда нам ставят это на вид, мы начинаем оправдываться, винить окружающих, манипулировать, лишь бы у нас не отобрали источник нашего терзания. Закачивается все очень печально. Одержимость приводит к саморазрушению. Порой это разрушение не только себя, но и окружающих.

Поэтому человеку, который оказался в этой ловушке, жизненно необходима честность перед самим собой, чтобы признать болезнь, решимость пойти на страдания, которые он неиз-



Комментирует
священник
Дмитрий Барицкий

бежно испытает, когда постарается избавиться от их источника. Необходимо доверие Богу, без поддержки Которого ему из этой ямы не выбраться.

Но, безусловно, лучше до этого не доводить. И всегда помнить, что любое твое легкомысленное увлечение может обернуться серьезной трагедией. При этом обыкновенно удар придет оттуда, откуда ты не ожидал. А потому необходимо быть очень внимательными к любым движениям своего сердца. Постоянно сверять свои мысли, чувства и поступки с Евангелием. Лишь так нам удастся с помощью Божией сохранять трезвый ум, а вместе с ним свою свободу и независимость.

Лето и шорты связаны давно и неразрывно. Нет такой модницы, в гардеробе которой не нашлось хотя бы одних шорт.

Их видов достаточно, чтобы угодить любому вкусу, но в этом сезоне одну из первых скрипок играют джорты. Джорты – это удлиненные (до середины бедра или колена) шорты из денима, не подшитые понизу. Выглядят джорты очень просто – как обрезанные джинсы-бойфренды, и в этом, наверно, их главная прелесть. Сегодня такая кажущаяся простота смотрится очень интересно и необыкновенно стильно. Свободные, не мешающие движениям джорты исключительно удобны и функциональны, а необработанные края штанин вкупе с прямым кроем визуально стройнят любые ноги.



Клиент приходит в химчистку:
– Вот, полюбуйтесь на вашу работу!
– Не понимаю, на что вы жалуетесь, – удивляется заведующий. – Отличные шорты, ни одного пятнышка.
– Простите, но я сдавал в чистку брюки.



примерьте летом ДЖОРТЫ

С чем носить джорты

Вариантов, с чем можно сочетать джорты, очень много. Ведь по сути, de facto, это джинсовые шорты. Однако, в отличие от шорт из денима, за счет длины джорты выглядят несколько более консервативно.

Так, например, джорты прекрасно соседствуют с обувью на шпильке – с изящными мюли, босоножками и даже лодочками. Поэтому носить их не возбраняется даже в офис (при отсутствии очень строгого дресс-кода, разумеется). Обычные офисные блуза, рубашка, топ составят джортам отличную компанию. А не самый обычный – например, букированный – жакет довершит образ, сделав его очень стильным. Конечно, обувь на шпильке – не единственный вариант. Само собой разумеется, идеально сочетается с джортами обувь в спортивном стиле и на плоском ходу: кеды, кроссовки, балетки и т.д. Прекрасно смотрятся джорты и с классической осенней обувью – как с ботильонами, так и с высокими сапогами. В прохладный вечер в пару к джортам можно надеть свободный джемпер или трикотажный кардиган, выглядит это очень стильно. Очень интересный и немного дерзкий образ создают с этими шортами ковбойские «казаки».

Светлана ИВАНОВА

Наш словарь

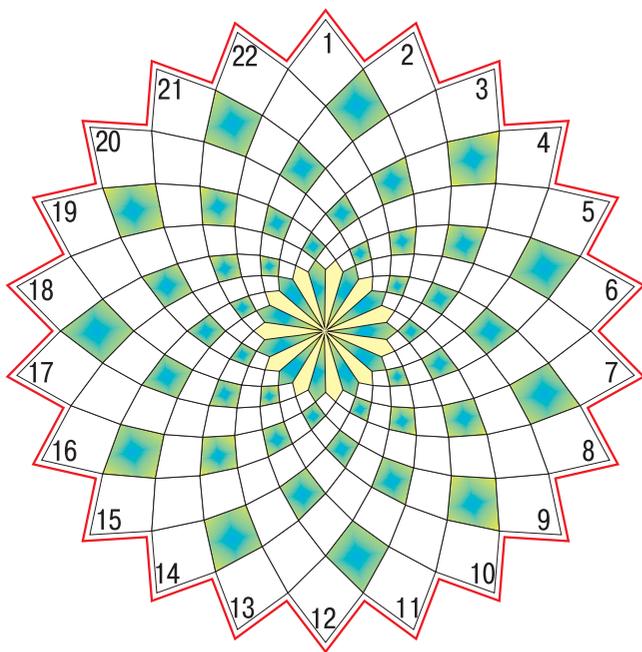
Какие бывают шорты

- Бермуды** – свободные шорты до колена.
- Боксеры** – широкие шорты на резинке средней длины.
- Бетти-райдерз** – очень короткие шорты, скорее напоминающие нижнее белье; чаще всего используются как пляжная одежда.
- Велосипедки** – облегающие шорты до колена или середины бедра.
- Дольфин-шорты** – короткие шорты со шнурком в поясе и разрезами по бокам; используются как домашняя или спортивная одежда.
- Кюлоты** – женские сильно расклешенные шорты длиной до колена.
- Никерсы** – широкие шаровары до колен с манжетой внизу.
- Капри** – шорты шириной с обычные брюки и длиной чуть ниже колена.
- Ромпер** – шорты из денима с лямками, вид комбинезона.
- Белла** – свободные шорты со складками и/или вытачками.
- Меган** – шорты, которые спереди выглядят, как юбка.
- Руби** – шорты с пуговицами по бокам.

Учитываем желания и параметры

Посадка джорт зависит от вашего желания – она может быть как высокой, так и низкой. Джорты на бедрах выглядят ничуть не хуже, чем джорты на талии. В этом сезоне модницы предпочитают джорты на бедрах, но признаемся честно, далеко не всем они идут. Например, если ноги не особенно длинные, или бедра, на ваш взгляд, широковаты – помните, что джорты все это способны подчеркнуть. Если вас это не смущает – носите смело. А уж при наличии тонкой талии не похвастаться ею, выбирая высокую посадку, просто невозможно.

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



1. Биение, ритмическое движение сердца. 2. Повод показать футболисту желтую карточку. 3. Дело, организованное инициативной группой. 4. Какой инструмент до появления его металлического собрата изготавливали из шкуры акулы? 5. Слизерин в школе Хогвартса. 6. Закаливающая процедура. 7. Вскрытие недостатков человека. 8. Стелька, чтоб те, у кого плоскостопие, могли носить обычную обувь. 9. Он починает кастрюльки. 10. Процесс создания книги. 11. Уменьшение шума. 12. «Ра-

достное ... лица врача – начало выздоровления больного» (Фернандо де Рохас). 13. Какой труд обезвоживает только что выстиранное белье? 14. Пассия или хобби. 15. Выставка образцов самолетов. 16. От шефа наказание. 17. Процесс освобождения от недуга. 18. Манера произношения, от-

ражающая чувства говорящего. 19. Метод обезболивания, называемый в народе «заморозкой». 20. Какой видимый след тянется за движущимся судном? 21. Занятие малыша, «вооруженного» фломастерами и цветными карандашами. 22. Ча-сы, командующие «Подъем!»

ОТВЕТЫ

1. Пульсация. 2. Нарушение. 3. Начинание. 4. Напильник. 5. Факталь. 6. Сульфатор. 7. Оператор. 8. Сухляк. 9. Лужа. 10. Написание. 11. Затишье. 12. Вытряхивание. 13. Авария. 14. Увлажнение. 15. Авария. 16. Вязание. 17. Выжимание. 18. Увлечение. 19. Интенсивный. 20. Кляватор. 21. Изгибание. 22. Будильник.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

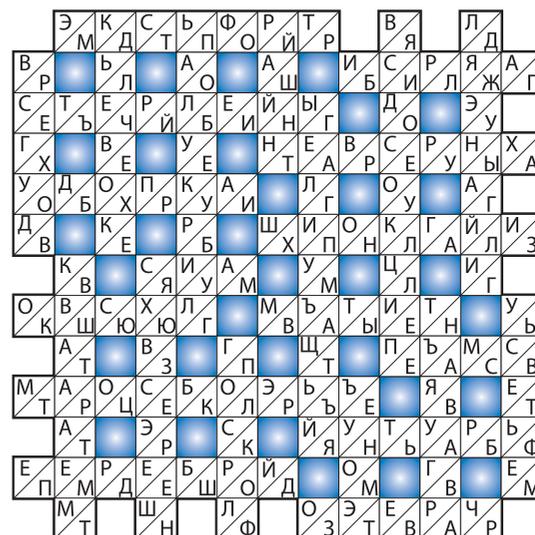
Стоимость
строчного
объявления от **250** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

- Через «Робокасу»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка:
ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635
В назначении платежа указать:
«Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.
Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»



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

По горизонтали: Экспорт. Биржа. Стерлинг. Таверна. Оборка. Хинкали. Сум. Овсюг. Ватин. Пасс. Троеборье. Янтарь. Перебой. Отвар.

По вертикали: Клевов. Полукург. Рант. Видеокип. Джунгли. Выход. Галлиматя. Квартет. Сюзерен. Навага. Устье. Посол. Енот.

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-18-45 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

Платье «Солнечная вспышка»
лот 302462
2499 999.-

• Легкое платье-туника из натурального хлопка.
• Яркий принт не оставит вас незамеченной.

Материал: 100% хлопок. Размер: 48-56 (универсальный). Длина по спинке: 80 см. Цвет: черный, темно-красный.



хлопок
Темно-красный

Костюм спортивный «Амазонка»
лот 301542
3999 2999.-

до **60-го** размера

Терракотовый

Материал: 100% ПЭ. Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60. Цвет: синий, терракотовый, черный. Леопардовый узор может отличаться от представленного.



Синий
Черный

Икона из янтаря «Святая Матрона», «Неувядаемый цвет», «Умягчение злых сердец»

лот 505074 **3999 1499.-**

1. Икона из янтаря «Святая Матрона» Помогает в трудных ситуациях (тяжелый недуг, несправедливое преследование, несчастье или большая потеря и др.).
2. Икона из янтаря «Икона Божией Матери Неувядаемый цвет» Символ чистоты, нежности и божественной любви. Ей молятся об успешном замужестве, счастье в супружеской жизни, о чистоте и целомудрии, о разрешении семейных проблем.
3. Икона из янтаря «Икона Божией Матери Умягчение злых сердец» Молятся о примирении враждующих, об обижающих и обиженных, о защите от гнева, ожесточения, о силах простить, смягчиться самому.

Материал: янтарь. Размер: 14x17 см. В комплекте: икона в рамке. Икону укажут при заказе.



Велотренажер «Кардио»
лот 401808 **3999 1999.-**

- Для тренировки ног и рук.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Компактный.

Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг. Размер: 40x53,5x25,5 см.



Универсальная массажная подушка «Profi»
лот 45732 **3599 2599.-**

- Поможет снять напряжение в мышцах.
- Есть функция подогрева.
- Удобное управление одной кнопкой.
- Можно использовать дома, на работе, в автомобиле.

Размер: 30,5x18,5x8,5 см. Мощность: 24 Вт. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. В комплекте: массажер, автомобильный и сетевой провода, чехол на молнии. Цвет в ассортименте без возможности выбора. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Босоножки «Авеню»
лот 702126 **1999 1299.-**

до **41-го** размера

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подошва). Размер: 37, 38, 39, 40, 41. Полнота: 9. Цвет: серый, синий, черный.



Синий

Кроссовки «Бриз»
лот 47344 **1499 799.-**

до **44-го** размера

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подошва). Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Маломерят на размер. Полнота: 8. Цвет: черный, белый, серый, бордо, индиго.



Бордо

Икона-медальон «Матрона Московская»
лот 68901-04
999 699.-

Икона-медальон украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4x2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья). Материал: сплав недорогих металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Магнитный фиксатор. Упаковка: бархатный мешочек.



«Браслет здоровья»
лот 44663 **2999 1499.-**

- Не требует подключения к Интернету.
- Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.

Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность). Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Комплект подушек «Пышные формы», 2 шт.
лот 103258 **2499 999.-**

2 шт.

Материал: 100% ПЭ. Размер: 50x70 см. В комплекте: 2 шт.



Бирюзовый
Серый
Бежевый

Флэш-роллеры «Голливуд» от Leomax
лот 17733-03 **1999 999.-**

- Подходят под любой размер обуви.
- Ярко светятся за счет светодиодов во время движения.

Материал колес: ПВХ. Вес: 555 г. Грузоподъемность: до 60 кг. Ширина: 6-10 см. Диаметр колес: 70 мм.



Набор духов «Быть может», 2 флакона + 3-й в ПОДАРОК, 30 мл
лот 402309 **1999 999.-**

3 шт.

«Лондон». Верхние ноты: бергамот, роза, фиалка. Базовые ноты: гиаинт, ландыш, мимоза, сандал. Ноты шлейфа: амбра, гелиотроп.
«Нью-Йорк». Верхние ноты: лайм, танжерин. Базовые ноты: иланг-иланг, апельсин. Ноты шлейфа: древесная нота, ваниль, гвоздика.
«Париж». Верхние ноты: сандал, ладан. Базовые ноты: жасмин, роза. Ноты шлейфа: древесный мох. Объем одного флакона: 10 мл. В наборе 3 разных аромата.



Корректор осанки «Здоровая спина»
лот 400573 **1999 799.-**

Встроенные магниты

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.

Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.



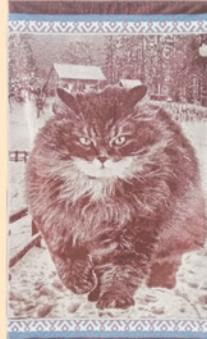
Бежевый
Черный

Полотенце махровое «Сибирский кот»
лот 102946-02
1599 999.-

- Отличный подарок.
- Большой размер.
- Натуральный состав.
- Хорошо впитывает влагу.

хлопок

Материал: 100% хлопок (махра). Размер: 70x140 см. Цвет: бежевый.



Умные очки «Анти-блик»
лот 18502 **999 699.-**

- Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении.
- Защищают глаза во время работы с опасными инструментами.
- Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.
- Убирают блики на воде во время рыбалки. Ударопрочные.

Материал оправы и линз: ПВХ. Длина дужек: 13 см. Размер очков: 15x5x4 см (в сложенном виде).



Складные очки «Фокус Плюс»
лот 43063 **1499 599.-**

- Складная конструкция.
- Визуальное увеличение до 160%.
- Подходят мужчинам и женщинам.

Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром.



Наколенник «Двигайся легко»
лот 45295

1 шт. **999 599.-**
2 шт. **1999 999.-**

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.

Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.



Зеленый
Сиреневый

Простыня на резинке
лот 27839 от **1999 1299.-**

лот 16558

- Подойдет для матрасов высотой до 20 см.
- Материал: 100% хлопок. Размер: 90x200 см, 140x200 см, 160x200 см, 180x200 см, 200x200 см.

Надежная фиксация



Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»
лот 402968-01 **1999 1499.-**

3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).

- Водонепроницаемая, легкая и компактная.
- Работает от аккумулятора.

Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия). В комплекте: бритва эргономичной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы. Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.



Чудо-мазь «Маули», 2 шт.
лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ**
лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ**
1799 1199.-

- Уникальный состав из 20 трав.
- Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить дискомфорт при отечности и болях в ногах.
- Мазь с согревающим эффектом может облегчить дискомфорт и напряжение в области спины, поясницы, суставов.

В комплекте: 2 одинаковые банки по 500 мл.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!
лот 46869 **1999 999.-**

- Фиксирует и снижает нагрузку.
- Компрессионный эффект.

Материал: нейлон, спандекс, латекс. Размер: универсальный. Высота: 22,5 см. Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).



Наматрасник непромокаемый
лот 103314 от **1599 999.-**

- Защищает от влаги и грязи.
- Дышащий верхний слой, непромокаемый – нижний.
- Для матрасов высотой до 30 см.

Материал: махра, полиуретановая мембрана (80% хлопок, 20% ПЭ). Размер: 90x200 см, 120x200 см, 140x200 см, 160x200 см, 180x200 см.

Резинка по периметру



Шиньон «Интрига» лот 69545 **999 599.-**

- Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
- Можно мыть шампунем и сушить феном.

Материал: канкалон. Объем пучка: 6 см.

До После



Блонд Шатен Темный каштан Темно-коричневый

Усилитель звука «Чуткий слух»
лот 402930 **1499 999.-**

- Может усилить звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.

Материал: металл, пластик, силикон. Размер усилителя звука: 5x4,5x1,7 см. Длина обода: 4 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки АГ3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Чудо-трость
лот 40814 **2999 1999.-**

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость складывается.
- Высота регулируется.

Встроенный фонарик работает от 4 батареек типа LR44. Материал: металл, пластик, резина. Высота: от 88 до 98 см.



Фонарик
Компактно складывается
Устойчивое основание

Ножницы для педикюра
лот 402091-02 **999 599.-**

- Ножницы для педикюра из нержавеющей стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
- Подходят для тех, кто имеет трудности при сгибании.
- Создают большее усилие при обрезании ногтей и не скользят, благодаря специальному покрытию.

Материал: нержавеющая сталь, пластик. Размер: 20x5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



***ВАШ ПОДАРОК:**
*при заказе от 1000 р. на выбор:

1. Комплект «Рубиновая страсть»
2. Мужской одеколон, 85 мл



ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ЛЕКАРСТВА БОЛЬШЕ НЕ ПОМОГАЮТ?

ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

«Болит, ничего не помогает». Или «Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо?

Особенно если тебе далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуешь, как с каждым днём всё больше превращаешься в комок застарелых болячек. И не спишь по ночам...

Но не спешите ругать докторов. Или обвинять аптеки, что продают нам неэффективные «пустышки».

Российские учёные нашли причину, почему лекарства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!

ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ?

Вы удивитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, вы не ослышались.

Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать инсульт, гипертонический криз, нарушение памяти, заболевания сердца и даже сахарный диабет.

А всё потому, что при дефиците ночного сна активность вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать.

Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки.

Вы понимаете? Так ведь и до болезни Альцгеймера не далеко... Сойти с ума на старости лет?! Что может быть хуже?

Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если вы спите мало? Или сон чуткий, прерывистый? Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат ваши суставы и позвоночник. Страдают все без исключения!

А сосуды? Они становятся зажаты мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества.

Следовательно, и лекарства при нарушенном кровотоке могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО?

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «мне прописали таблетки, а они не действуют». Да, не помогают. Потому что у вас проблемы со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря грамотные врачи первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог один: пока вы страдаете нарушениями сна — болезни не уйдут!

Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку.

Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся сами собой! Так сказать, «одним ударом убить семерых».

Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена наша физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает.

Вот тут становиться нужна помощь профессионала! В результате многолетних исследований был создан один из первых аппарат для лечения нарушений сна — «Selfdocs Vizion» («Вижн»). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- **Нормализация и улучшение качества сна;**
- **Снижение общего напряжения и чувства усталости;**
- **При стрессе и эмоциональных нагрузках;**
- **Психосоматические расстройства;**
- **Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;**
- **Депрессия.**

МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился недавно.

«Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может многое, к примеру — вернуть вам потерянный сон! Аппарат прошёл все клинические испытания, и является медицинским изделием.

Это значит, что вы можете быть уверены: качество — на высоте!

А недавно «Вижн» был представлен на Российской неделе здравоохранения — 2022. Самой значимой выставке достижений отечественной медицины. Где произвёл полнейший фурор.



Как среди медиков, так и среди простых людей.

Всё потому, что помимо улучшения качества сна, у «Вижн» есть дополнительные супервозможности.

ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительным образом воздействует и на органы зрения. Это приятный бонус, который способствует улучшению зрения при таких заболеваниях, как:

- **Близорукость (миопия):** профилактика и лечение близорукости;
- **Дистрофия сетчатки:** снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- **Астигматизм:** стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- **Глаукома:** нормализация внутриглазного давления;
- **Катаракта:** профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- **Атрофия зрительного нерва:** профилактика дегенерации зрительного нерва;
- **Спазм аккомодации:** расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- **Астенопия (зрительная усталость):** устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и улучшить зрение.

Здорово?

ПРОСТО, НЕДОРОГО, ЭФФЕКТИВНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа.

И для того, чтобы начать лечение, достаточно просто надеть аппарат на голову и нажать кнопку.

Эластичные крепления подойдут на любой объём головы.

Это не вы подстраиваетесь под аппарат, а аппарат подстраивается под вас! Ещё никогда лечение не было таким простым и комфортным. Процедуры легко можно проводить дома, самостоятельно. Согласитесь, это очень удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что ваш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работы внутренних органов.

Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром вы встали бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отёков и мешков под глазами.

Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха.

А в случае пробуждения быстро засыпаете снова.

На утро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур!

ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТАБЛЕТКИ

Очень многие люди (возможно, и вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьёзную ошибку. Это снотворные!

А больше, как правило, врачи ничего не выписывают.

На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными.

Они помогают справиться с нарушениями сна и невротами.

Но в действительности большинство из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсические действие и со временем разрушают организм. Они могут даже вывести из строя целые органы (печень, сердце, почки, а главное — головной мозг).

И чем дольше вы их принимаете, тем последствия страшнее.

«ВИЖН» ЖЕ

ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО

- **Лечебный эффект часто наступает уже после первого применения;**
- **Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;**
- **Дополнительно улучшает ещё и работу органов зрения;**
- **В отличие от снотворных, можно совмещать с любыми лекарственными препаратами;**
- **Отечественного производства, и имеет статус медицинского изделия.**

Сколько вы уже лечите свои заболевания? Месяц, год, а может больше? Сколько уже потратили на таблетки, которые не помогают?

И не помогут. К сожалению. Потому что вы идёте не тем путём. Выход в другой стороне!

Только вздумайте! Ещё год назад для людей с нарушениями сна альтернативы практически не было. А сейчас у вас есть выбор! Российские учёные сделали вам поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн». Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не мучайтесь, хватит страдать.

Подарите себе, наконец, шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн».

А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены. Звоните 8-800-505-57-42.

И помните, жизнь одна. Запасной не будет!

Получите **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по номеру телефона:

8 (800) 505-57-42

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС
ВЕРНУТЬ ХОРОШИЙ СОН НА ЗАВТРА!

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ*
ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов «ВИЖН» ограничено!

WWW.PRODEX.RU

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. *Акции действуют с 28.06.2023 по 28.07.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.