

№12

(364)

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ТВ-программа с 24 по 30 марта 2025 года

ТЕЛЕЭК

41

КАНАЛ

ТВ

**ЛЮБВИ
ВСЕ ВОЗРАСТЫ
ПОКОРНЫ**

стр. 29

**«ЧИТАЕМ»
ЖЕНЩИНУ
ПО ДУХАМ**

стр. 4

НАДЕЖДА

БАБКИНА

РУССКАЯ ПЕСНЯ –

ЭТО НАВСЕГДА

стр. 6

**ЕСЛИ ХУДЕТЬ,
ТО С РАДОСТЬЮ**

стр. 27

**КАК ПОМЫТЬ
ЛЮСТРУ
БЫСТРО И ЧИСТО**

стр. 7

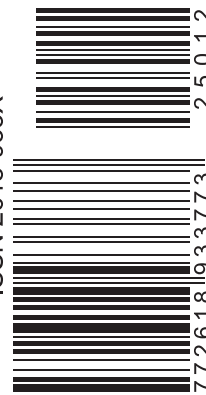
**ПОПРОБУЕТЕ
НОВЫЙ
САЛАТИК?**

стр. 8

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фотограф: Егор Николаев

ISSN 2618-933X



9 772618 933773 25012

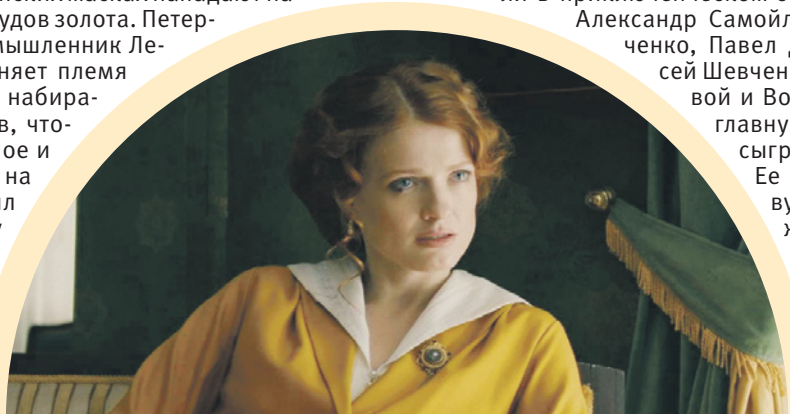
12+

Софья Эрнст сыграла актрису немого кино

На Первом канале 23 марта состоится премьера масштабного фильма «Золото Умальты».

Действие происходит в канун революции 1917 года в Хабаровском крае, в окрестностях реки Умальты. Грабители в шаманских масках нападают на обоз и похищают 40 пудов золота. Петербургский золотопромывальщик Леонтий Булыгин обвиняет племя кочевых тунгусов и набирает отряд головорезов, чтобы вернуть украденное и отомстить. Но виды на благородный металл имеются не только у него...

По словам создателей, история, рассказанная в фильме, собрана из разных реаль-



ных сюжетов, в которых фигурировали и бандиты, переодетые шаманами, и офицер, изгнанный из полка за карточное шулерство, и роковые женщины.

Режиссером стал Андрей Богатырёв. Ключевые роли в приключенческом экшене исполнили Александр Самойленко, Артём Ткаченко, Павел Деревянко, Алексей Шевченков, Михаил Горевой и Вольфганг Черни. А главную женскую роль сыграла Софья Эрнст. Ее героиню тоже зовут Соня. И она тоже играет в театре и снимается в кино на киностудии Леонтия Булыгина.

Фото Первого канала



Звёзды ответят на вопросы телезрителей

Развлекательно-интеллектуальное шоу «Пятеро на одного», которое выходит на телеканале «Россия», отмечает день рождения: проекту исполнилось восемь лет. Хотя дата и не круглая, но для поклонников передачи подготовлены праздничные выпуски, в которых примут участие Дмитрий Шепелев, Елена Николаева, Александр Асташёнок, Ирина Ортман, Прохор Шаляпин, Дарья Храмова, Гарик Бурито и другие звезды.

Напомним, что по правилам шоу команда из пяти игроков отвечает на вопросы телезрителей.

– Я люблю интеллектуальные шоу, – признается Гарик Бурито, который принял участие в новых выпусках. – Это и вызов – и в то же время хороший способ с пользой провести время. Плюс ко всему – юмор, присутствующий на шоу «Пятеро на одного» благодаря игрокам, добавляет легкости всему шоу.

Фото телеканала «Россия»

У Карины Андоленко снова главная роль

Телеканал НТВ готовит к показу детектив «Вторая семья», главную роль в котором сыграла Карина Андоленко. Ее героиня – следователь Ольга Крапивина – 15 лет назад пережила трагедию, пробыв несколько месяцев в плену у маньяка. От него она родила сына, которого воспитывает одна. Она так и не смогла восстановиться после пережитой травмы, отношения с мужчинами для нее почти невозможны. Но однажды ей придется вернуться в прошлое и посмотреть в глаза своему страху...

– Моя героиня борется сама с собой и пытается контролировать свои эмоции, но больше всего на свете она нуждается в любви, – рассказала актриса о своей роли.

Фото PR телеканала НТВ



Павел Селин рассказал о новом тревел-шоу

На телеканале «Пятница!» – премьера нового тревел-шоу «Мир без правил» журналиста Павла Селина.

Это будет передача про путешествие по государствам Латинской Америки – Бразилии и Боливии. На разработку и реализацию проекта у Павла Селина и его команды ушло более полугода.

– Цель нашего расследования – попытка проникнуть туда, куда никто и никогда до нас не проникал, увидеть то, что никогда не покажут обычному туристу, оказаться там, куда никогда не пустят чужаков – в местах, где нет правил, и жизнь часто висит на волоске, – рассказывает Павел Селин. – Во время съемок «Мира без правил» мне часто бывало страшно – и в бандитских фавелах, и в темных переулках Рио... А однажды вечером в центре города мотоциклист на ходу пытался сорвать с меня сумку, от сильного рывка я рыбка вошел в асфальт, сильно повредив лицо, руку и ногу. Мне повезло, что я усиленно тренировался перед съемками, в том числе занимался боксом, и привел себя в форму – успел сгруппироваться перед падением...

Фото телеканала «Пятница!»



Юрий Стоянов ищет пришельцев

Телеканал СТС начал съемки фантастической комедии «Не в своей тарелке» – о жизни инопланетян, застрявших в российской глубинке. Необычных существ играют Даша Верещагина, Влад Прохоров и Андрей Пынзару, а землян – подозрительного участкового Сергея Петровича и тракториста Игоря – Юрий Стоянов и Денис Прытков. Режиссером картины стал Александр Соловьёв.

Кроме натуральных съемок, многие сцены будут отсняты в павильонах, где построили футуристичный космолет пришельцев и деревенские интерьеры: жилище участкового, дом тракториста и другие локации.

Фото пресс-службы телеканала СТС



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА» и собственн. инф.

Суставы любят Геладринк!



ГЕЛАДРИНК АРТРОДИЕТ ПОРОШОК 30 суточных доз
КАПСУЛЫ 40 суточных доз

- ✓ Интенсивно питает структуры опорно-двигательного аппарата.
- ✓ Защищает сосуды, сохраняет прочность костей, тонус кожи, силу и красоту волос.

ГЕЛАДРИНК ФОРТЕ ПОРОШОК, КАПСУЛЫ 30 суточных доз

- ✓ Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает.
- ✓ Помогает суставам при активных движениях.



8 (800) 30-20-561
www.geladrink.ru
Продается в аптеках:
eapteka.ru
apteka.ru
здравсити

БАД. СОГР: RU.77.99.11.003.E.000004.01.15; RU.77.99.11.003.E.000003.01.15. ООО «ООО «АПТЕКА» ОГРН1147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц.: ЛО-82-02-000978 от 09.12.2020 г. ООО «Здравсити» 1127282, г. Москва, Чермянская ул, д. 2 стр. 1, эт. 8, пом. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561 Л042-01148-78/00140062 от 06.04.2022 г. АО НПК «Катрен» 630559, Новосибирская обл., р.л. Кольцово, пр-кт Ак. Сандахчиева, 11. ОГРН 1025403638875 Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «СОГЕР», 115280, г. Москва, ул. Ленинская Слобода, д. 9, эт. 1, пом. 37, оф. 37-2, ОГРН 5137746095966.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама



Светлана Кузнецова рассказала о «Триггере»

На Первом канале – премьера третьего сезона сериала «Триггер» с Максимом Матвеевым в главной роли. Его герою Артёму Стрелецкому – психотерапевту с нестандартными методами лечения – чтобы начать новую жизнь, нужно, наконец, разобраться со старой.

Режиссером стал Игорь Твердохлебов. К своему составу присоединилась известная спортсменка Светлана Кузнецова. Она сыграла профессиональную спортсменку, которая попала на прием к Артёму Стрелецкому.

В третьем сезоне сериала «Триггер» к актерскому составу присоединилась известная спортсменка Светлана Кузнецова. Она сыграла профессиональную спортсменку, которая попала на прием к Артёму Стрелецкому.

– «Триггер» – один из моих любимых сериалов, – рассказывает Светлана Кузнецова. – Когда продюсер Александра Ремизова предложила мне роль, я испытала шок и детскую радость. Моя героиня мне очень близка и очень понятна.

Фото Первого канала

Про подвиг медсестры покажут фильм

К 80-летию Победы в Великой Отечественной войне телеканал СТС готовит премьеру военной драмы «Доктор Вера». В центре истории – медсестра Вера Трешникова (ее играет Татьяна Бабенкова), которая в годы войны практически в одиночку противостояла фашистам, захватившим город. Вера осталась единственным медиком – и, чтобы продолжать лечить и спасать людей, сделала вид, что сотрудничает с немцами. Никто даже не догадывался, что в больнице она прячет партизан.

Съемки фильма прошли в Москве, Ярославле и Торжке. Для работы над ним были приглашены военные консультанты и историки.

Фото телеканала СТС



Василий Копейкин побывал в Туапсе

На телеканале НТВ – премьера второго сезона остросюжетной драмы «Хозяин». В продолжении картины герой Егор Таранцев заступает на службу в «убойный» отдел и готовится стать отцом. Но спокойная семейная жизнь ему только снится...

Главную роль в картине исполняет Денис Никифоров. Также в проекте сыграли Василий Копейкин, Ирина Таранник, Майя Вознесенская, Алексей Комашко и другие.

Съемки сериала прошли в черноморском городе Туапсе. – Снимаясь в «Хозяине», я впервые побывал в Туапсе, – рассказывает исполнитель роли молодого сыщика Ильи Василия Копейкин. – В свободное время ходил на пристань, где сидели рыбаки. Меня это так увлекло, что я тоже решил купить удочку. После поехал на скалу Киселёва (памятник природы на берегу Чёрного моря с отвесной гладкой стеной высотой 46 метров. – Прим. ред.), где все-таки сумел выловить окуня. Это принесло мне огромное удовольствие – хотя я сразу же отпустил рыбу обратно в воду...

«Первокурсниц» ждёт новый сезон

В Сочи стартовали съёмки второго сезона сериала телеканала ТНТ «Первокурсницы». Это история двух сорокалетних подруг, вернувшихся в университет, чтобы все-таки получить дипломы об образовании. В главных ролях снова Анна Уколова и Екатерина Стулова. Режиссер проекта – Алёна Корчагина.

– С огромной радостью я вернулась на съемочную площадку нашего сериала, – рассказывает Екатерина Стулова. – Я скучала, ждала и верила, что мы обязательно снимем второй сезон. Это счастье – снова встретиться с партнерами, с потрясающей Аней Уколовой. Моя героиня Жанна – по-прежнему яркая, неудержимая – человек-торпеда, которого невозможно потопить. Но в конце сезона она сделает неожиданный поступок – но какой именно, конечно, не скажу. Самое ценное – это отзыв зрителей. Многие говорят, что наши героини вдохновляют женщин меняться, учиться и идти к мечте в любом возрасте. Ведь, как известно, в 40 лет жизнь только начинается...

Фото телеканала ТНТ



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОПЦД» и сайта. инф.

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

3 ФИЛИАЛА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

583/585-я проба – 4 500 р. за 1 г. 750-я проба – 6 500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственным образцам. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный и процесс оценки.

1. Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего

золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

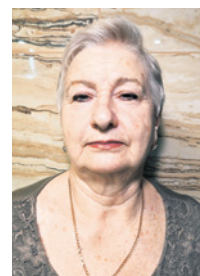
2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

Одна из крупнейших федеральных скупок России с 3-мя филиалами в Санкт-Петербурге. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе,

в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



Выездная скупка – насколько это удобно? Спросим у читателя, Растиргуевой Валентины Ивановны. Позвонила. Приехал приятный молодой человек.

Угостила чаем, Артем (на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА

ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!

8 (800) 551-84-34



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00

• м. «Садовая», Московский пр-т, 2/6 • м. «Комендантский проспект», Комендантский пр-т, 12, корп. 1 • м. «Парнас», ул. Фёдора Абрамова, 8, пос. Парголово

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 руб. К ОЦЕНКЕ!



РЕКЛАМА. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245

СЕКРЕТ УСПЕХА

9 правил для офисной комнаты отдыха

Комната отдыха в офисе – это место, где можно расслабиться, передохнуть и зарядиться энергией. Чтобы каждому было здесь приятно находиться, стоит соблюдать несколько простых, но полезных правил.

Выбираем нейтральные ароматы

Некоторые блюда могут иметь очень стойкий запах, поэтому лучше выбирать еду, которая не наполнит всю комнату своим ароматом.

Микроволновка любит чистоту

Если что-то разбрызгалось или пролилось, протрите – так техника всегда будет готова к использованию.

Чистая посуда – залог уюта

После чаепития лучше сразу помыть свою кружку и тарелку – так на кухне всегда будет порядок. Тарелки и чашки любят оставаться на своих местах, тогда их легко найти и всем хватает. Не стоит раскидывать кружки по офису – это неуважение к коллегам.

Тихий уголок для отдыха

Говорите вполголоса, а если смотрите видео или слушаете музыку, используйте наушники – так комфортно всем.

Холодильник – для свежих продуктов

Иногда полезно заглядывать в него и проверять, все ли пригодно к употреблению, чтобы освободить место для нового.

Ароматы – с заботой о коллегах

Парфюм, освежители и ароматические палочки хороши в меру.

Общий запас чая и кофе

Если видите, что что-то заканчивается, можно напомнить об этом или пополнить – так приятно заботиться друг о друге.

Деликатные разговоры

Если нужно обсудить рабочие вопросы, лучше выбрать для этого другое место, чтобы комната отдыха оставалась зоной перезагрузки.

Уходя, выключаем свет

Простая привычка, которая помогает экономить ресурсы и делать пространство еще уютнее. Эти правила помогут создать в комнате отдыха атмосферу уюта, где будет приятно проводить время!

Что духи расскажут о своей владелице

Аромат – это не просто завершающий штрих образа, а настоящий язык, которым мы говорим миру о себе.

Запах духов может поведать о нашей личности больше, чем мы думаем. Он может раскрыть настроение, внутренний мир и даже отношение к жизни.

Включаем любопытство

Как именно аромат выдает наши тайны? Давайте разберемся.

Характер и темперамент

Выбор парфюма часто связан с личностью. Например, любительницы цветочных ароматов – романтичные натуры, которые ценят нежность и гармонию. Женщины, предпочитающие древесные и кожаные ноты, – чаще всего сильные, не склонные к компромиссам. Восточные ароматы выбирают страстные, чувственные особы, не боящиеся выделяться.

Социальный статус

Аромат может подчеркнуть статус и стиль жизни. Элитные нишевые парфюмы выбирают женщины, которым важно подчеркнуть свою индивидуальность и уникальность. Легкие, ненавязчивые духи в минималистичных флаконах часто выбирают сторонницы элегантной простоты. А винтажные ароматы – признак ностальгии и тонкого вкуса.

Воспоминания и эмоции

Иногда духи говорят не только о настоящем, но и о прошлом. Запахи способны вызывать воспоминания, и многие женщины выбирают парфюм, который напоминает им о детстве, юности или любимом человеке. Например, аромат лаванды может ассоциироваться с бабушкиным садом, а сладкий, тягучий запах амбры – с первым романтическим свиданием.

Взгляд на жизнь

Духи могут рассказать даже о том, как человек смотрит на мир. Женщины, предпочитающие свежие, цитрусовые

ароматы, как правило, энергичны, легки на подъем, путешественники и перемены. А те, кто тяготеет к теплым, ванильным нотам, ценят уют, стабильность и ностальгические воспоминания.

Тайные желания

Парфюм может раскрыть даже скрытые стороны личности. Женщина, которая в повседневной жизни ведет себя скромно, может выбирать роскошные, насыщенные духи – возможно, в глубине души она мечтает о яркости и приключениях. А та, что предпочитает сдержанные, мускусные ароматы, может обладать загадочной и многогранной натурой.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Пять советов по выбору ароматов

- Пробуйте духи перед сном – ночью обоняние обостряется, и вы сможете по-настоящему почувствовать, как аромат раскрывается на вашей коже.
- Нанесите тестируемые духи на одежду и кожу одновременно – некоторые ароматы лучше раскрываются на ткани, а другие – на теле.
- Оценивайте парфюм в разное время дня – духи ведут себя по-разному утром и вечером из-за температуры тела и окружающей среды.
- Попробуйте нюхать кофе перед тестированием нового аромата – это «обнуляет» рецепторы и помогает точнее воспринимать запахи.
- Выбирайте духи под настроение, а не только под сезон – осенью можно носить свежие цитрусовые ароматы, если хочется бодрости, а летом – теплые древесные, если хочется уюта.

Это интересно

Душимся и молодеем

- Первый в мире спиртовой парфюм был создан в XIII веке и назывался «Венгерская вода». Говорят, что его носила королева Венгрии Елизавета, которая выглядела молодо даже в 70 лет.
- Ароматы можно носить слоями – профессиональные парфюмеры советуют сочетать разные духи, создавая уникальный запах.
- Запахи влияют на восприятие возраста – эксперименты показывают, что ванильные и цветочные ароматы делают женщину моложе в глазах окружающих.
- Парфюм лучше держится на увлажненной коже, поэтому перед нанесением духов стоит использовать крем или масло без запаха.
- Ваша уникальная химия кожи меняет аромат – один и тот же парфюм может пахнуть по-разному на разных людях.

А какой аромат раскрывает вашу личность? Может, это утонченный жасмин, страстный пачули или бодрящий лимон? В следующий раз, выбирая парфюм, задумайтесь: что он скажет о вас миру?

Весна приходит с «ТЕЛЕКОМ»

Дорогие друзья!

Ваше активное участие в нашей викторине «Пришла весна – цветёт земля!» для редакции – самая высокая похвала и награда. С вашими звонками и добрыми пожеланиями к нам ворвалось отличное настроение, а огромное количество правильных ответов заставило попотеть, чтобы определиться со списком победителей. Но это приятные хлопоты!

Итак, начнем с правильной последовательности букв, которую нужно было назвать:

1	2	3	4	5	6	7	8
а	а	б	в	б	а	в	а

1-а. Цветение мать-и-мачехи и вяза, появление молодых листочков на березах – начало оживления весны.

2-а. Сфинкс смотрит на восход солнца. Во время весеннего и осеннего равноденствия, как отмечает М. Ленер, движение солнца совпадает с осью храма Сфинкса.

3-б. Мимоза.

4-в. Чайковский посадил целую плантацию ландышей в парке, примыкавшем к дому.

5-б. В кинокомедии «Сердца четырех».

6-а. Грачи. Картина называется «Грачи прилетели».

7-в. Это ласточка из стихотворения «Сельская песня» Алексея Плещеева, именно про нее все мы учили стихотворение в школе.

8-а. Галантофилия – коллекционирование подснежников.

Поздравляем победителей!

Ими стали:

1-е место – Елена Юрьевна Яицкая. Ваш приз – подписка на «ТЕЛЕК» (2-е полугодие).

2-е место – Людмила Алексеевна Павлюченко. Приз – зеркало настольное с LED-подсветкой для макияжа.

3-е место – Ольга Алексеевна Гордеева. Вам достается подписка на «Домашний повар».

И мы по традиции расширили призовой фонд. Специальные призы получают: Юлия Михайловна Титова, Любовь Леонидовна Титова, Раяна Бургановна Хайрутдинова.

В течение ближайших дней мы свяжемся с победителями и обсудим возможность доставки призов. До встречи на страницах «ТЕЛЕКА», удачи в наших следующих конкурсах! Будьте здоровы и счастливы!



«ПАЛАЧ» — ГИПЕРТОНИЯ

За жизнь наше сердце перекачивает примерно 165 миллионов литров крови. Столько вмещают 66 бассейнов! Представляете!? А если сердце так изношено, не удивительно, что даже встав с кровати можно получить сердечный приступ. И не только сердце! Если уже за 50, на сосудах, как наросты на водопроводных трубах, образуются холестериновые бляшки. А кровь становится густой как кисель. В попытках доставить кровь во все уголки нашего тела организм надрыгается. Сердце бьётся как воробей, повышается давление. Отсюда и гипертония! Голова кружится, дышать тяжело. Знакомо? Вспомните, раньше Вы забегали на пятый этаж, а теперь и неспешный шаг до магазина вызывает одышку. Голова постоянно болит, и любой наклон как пытка. Это первый «звоночек»! А дальше что? Инфаркт, инсульт?

Таблетка под язык до поры до времени поможет. А что потом? Давление-то Вы снизили, а причина болезни осталась. И когда прекращается действие таблетки, проблема возвращается. Так что же делать? Как с давлением справиться и уберечься от инфаркта и инсульта? Просто действовать нужно по-другому!

ИЗ РУК УЧЁНЫХ В ВАШИ РУКИ

А разве есть работающий способ? Конечно, есть! Просто знают о нём далеко не все. Называется он Скэнар-терапия. Эта терапия высокотехнологична. При проблемах с сердцем и гипертонии самое то! Раньше она была доступна только в частных клиниках.

Но недавно была проведена революция потребительских устройств. И ростовским учёным удалось невероятное! В рамках этой программы они смогли поместить Скэнар-терапию в компактный аппарат. И теперь она доступна и для домашнего лечения! Аппарат СКЭНАР поможет нормализовать давление и найдёт причину гипертонии, приведёт в порядок Ваши сосуды! Он устранит спазм и снимет воспаление. Следом улучшится кровоток, давление придёт в норму. Ваше сердце забьётся как молодое! Кислород наполнит клетки, мышцы станут крепче, все процессы в органах наладятся. Вы сможете позабыть про боли и скованность движений. Станете энергичнее, дыхание будет лёгким, а осанка выпрямится! И пусть ту рыбку Вам не переплунуть, но Ваша жизнь преобразится! И всё это Скэнар-терапия, которая осуществляется аппаратом СКЭНАР. Гениальное изобретение для здоровья!

РАБОТАЕТ В ТРИ СМЕНЫ

Аппарат справится не только с сердечно-сосудистыми расстройствами. Давайте посмотрим, при каких проблемах он Вам поможет:

- заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, ишемия, сердечная недостаточность, стенокардия, аритмия);
- неврологические заболевания (болезнь Паркинсона и Альцгеймера, эпилепсия, рассеянный склероз);
- нарушения двигательной активности (парезы, паралич, хорея, нервные тики);
- общемозговые и вегетативные проявления, заболевания опорно-двигательного аппарата (артрит, артроз, мигрени, головокружения, тахикардия);

ПРЯМО В СЕРДЦЕ! МЕТОДИКА ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

Это поразительно! У маленькой рыбки из Южной Азии «уникальное сердце». Рыбка Данио обладает удивительным свойством! Её сердце способно восстанавливаться после повреждений. Для чего природа наградила её такими возможностями? И почему пожалела их для человека? Мы с вами, увы, не узнаем. Но к счастью, мы можем сберечь своё сердце дружим доступным нам способом!



- расстройства желудочно-кишечного тракта (язвы, гепатит, холецистит, панкреатит, геморрой);
- заболевания почек и мочевыводящих путей (мочекаменная болезнь, пиелонефрит, цистит, недержание);
- нарушения в работе органов дыхания (бронхит, пневмония, астма);
- заболевания ЛОР-органов (синусит, гайморит, отит, фарингит, тонзиллит);
- болезни зубов и полости рта (пульпит, периодонтит, флюс, кисты).

«ЖМЁТЕ КНОПКУ, А СИГНАЛА НЕТ»

Все органы в нашем теле связаны. Выпадает одно звено — рушится вся цепочка. Поэтому лечить один орган, не затрагивая остальное, — это как лить воду, не заткнув пробойну. Неэффективно и рискованно! Уникальный СКЭНАР способствует излечению нескольких заболеваний одновременно. Причём без риска несовместимости, как это бывает с таблетками! Как ему это удаётся?

Аппарат говорит с Вами на языке Вашего тела. Он воздействует на нервные волокна электроимпульсами, которые близки к Вашим нервным импульсам. Организм воспринимает их как свои собственные и стимулирует выброс эндорфинов и энкефалинов — естественных болеутоляющих. Причём делает это как на уровне спинного мозга, так и на уровне головного мозга. Представляете, какой умный аппарат! Вы почувствуете, как уйдёт спазм мышц и сосудов. Потихоньку сойдёт отёк и воспаление, нервные окончания освободятся и боль пройдёт. И кажется всё довольно просто. Но почему тогда организм не справляется сам? Почему Вам необходим СКЭНАР?

Потому что больные клетки посылают сигнал в мозг, но они слишком слабые. Это как сломанный звонок — жмёте кнопку, а сигнала нет. А аппарат создаёт полноценные нейросигналы, которые доходят до мозга и привлекают его внимание к больному участку. И тогда запускаются процессы самовосстановления, попутно пробуждая остальные функции организма. Откуда аппарат знает, какие импульсы у Вашего тела? Потому что он работает с биологической обратной связью и подстраивает импульсы под Вас.

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Бесплатная доставка. *Акция действует с 19.03.2025 г. по 19.04.2025 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. "ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Реклама.

ТЕЛО ПОДСКАЖЕТ

Что значит обратная связь? Боль является своего рода обратной связью. Вот, например, если споткнуться об порог — обратную связь Вы получите ментально! Учтёте, что это больно, и в следующий раз перешагнёте его. Также действует СКЭНАР. Он посылает организму импульсы, Ваш организм отвечает ему и аппарат меняет импульсы так, чтобы они стали эффективнее. И процесс оздоровления идёт гораздо быстрее!

Аппарат не просто действует на приложенной площади — он обнаруживает слабые зоны рядом. И те тоже получают лечебное воздействие. Всё это та же биологическая обратная связь. СКЭНАР — интеллектуальный аппарат нового поколения! Потому уникальный!

Выздороветь максимально быстро Вам помогут выносные электроды аппарата. Это как правильное снаряжение для спортсмена. С ним победа достаётся легче. Например, универсальный электрод удобно накладывать на грудь, спину, живот и бедра — зоны большой площади. Электрод «очки» — на глаза, а «лицевой» использовать для зоны лица и шеи. И есть ещё много других!

ЖИЗНЬ БЕЗ ТАБЛЕТОК — НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

А теперь представьте, что вместо таблетки Вы берёте в руки миниатюрный аппарат. Прикладываете электрод к сердцу и спокойно смотрите телевизор. И спустя уже 10 минут боль стала меньше, а по окончании сеанса совсем прошла. Без боли Вам стало легче дышать? Конечно, кроме боли ещё и уменьшились воспалительные процессы в сердце. Всего один два сеанса в день между делом, и Ваше сердце подарит Вам ещё не один десяток счастливых лет! А что таблетки? Они не могут справиться с этой задачей не «наследив» по пути. И даже если избавят Вас от боли, отнимут годы Вашей жизни, отравляя организм. От неправильного лечения сосуды часто становятся хрупкими, в желудке и кишечнике появляются язвы, Вас мучают головокружение и сильная головная боль. Кроме того, обостряется бронхиальная астма и одышка не даёт пройти два шага.

Вы можете потерять смысл жизни из-за посетившей Вас депрессии. А мужчин вообще ждёт удар ниже пояса — нарушается потенция. Представляете, потенция! И наконец, некоторые лекарства при неправильном приёме способны даже вызвать остановку сердца... А что же делать, если всё-таки без лекарств в Вашем случае уже не обойтись? Ведь бывает так, что Вы их уже принимаете, а отменять резко нельзя? Тогда применяйте СКЭНАР совместно с назначенным лечением, он усилит эффект и ускорит выздоровление (не забудьте прежде проконсультироваться с врачом). И позже возможно Вы и вовсе сможете отказаться от препаратов.

СКЭНАР надёжен, он прошёл множество клинических испытаний и является медицинским аппаратом. Сертифицирован и используется в 36 странах! А изобрели и производят его только в России! Этот аппарат — гордость отечественной медицины! Поэтому у Вас сейчас самая выгодная возможность!

ХРАНИТЕЛЬ СЕМЕЙНОГО ЗДОРОВЬЯ

Вы можете заказать СКЭНАР — аппарат мирового уровня — по сниженной цене.

Для россиян в поддержку здоровья по специальной программе он сейчас со скидкой!

Пользоваться аппаратом просто и удобно! Это не компьютер, у него всего 4 кнопки. Вы сможете взять его с собой куда угодно, потому что он компактный и работает от батареек. То есть розетка под рукой не нужна.

Представьте себя обладателем СКЭНАР! Теперь у Вас ничего не болит, Вы запросто можете съездить в гости или на дачу. Вы больше не боитесь оказаться прикованным к постели и спокойно занимаетесь своими делами. Вы здоровы и счастливы! Вот она жизнь! Такую Вы и заслужили!

И даже больше, потому что Вашим родным аппарат СКЭНАР тоже поможет, Вы станете настоящим хранителем семейного здоровья. Дети и внуки будут приходить к Вам, чтобы подлечиться. Сбережёте и их здоровье. Здорово, правда? Забудьте про беспомощную старость, операции и больницы. Звоните прямо сейчас, и Вы ещё успеете получить свой аппарат со скидкой. Не упустите этот шанс вернуть своё крепкое здоровье!



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 777-36-98

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА!

БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА

ТОРОПИТЕСЬ ОФОРМИТЬ ЗАКАЗ!*
ОГРАНИЧЕННАЯ ПАРТИЯ СО СКИДКОЙ ОТ ЗАВОДА-ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!

[WWW.PRODEX.RU!](http://WWW.PRODEX.RU)

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК!

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	9 АПРЕЛЯ
Магазин ДЕАЛМЕД, Мучной переулок, д. 3	9.00-15.00
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	10 АПРЕЛЯ
Магазин ДЕАЛМЕД, Мучной переулок, д. 3	9.00-13.00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Мы говорим «Русская песня» и подразумеваем «Надежда Бабкина». И наоборот, иначе никак.

Эта удивительная женщина со своей бешеной энергетикой, безграничным трудолюбием и харизмой 19 марта отмечает очередной юбилей, но мы, пообщавшись с ней, с уверенностью утверждаем: время над ней не властно!

Требовательность – в отца

– Надежда Георгиевна, как вы относитесь к датам? Какие эмоции припроблужении дня рождения?

– А какие могут быть эмоции, если друзья, глядя на меня, говорят: Надя, у тебя в паспорте ошибка, ты, наверное, себе лишнее приписала. Я бы хотела, конечно, в обратку отписать, но так уж случилось, что живу честно, никого не обманываю – как паспорт выдали, так я его и не меняла. И, конечно, не грущу. Для грусти нет поводов. А для веселья полно – друзья поздравят с праздником, семья, коллеги, полный театр народу соберется. Ну круто же!

– Ваш бойцовский характер – от кого из родителей?

– Конечно, от отца. Он в работе был очень требовательный. Уж если за что-то брался, можно было быть спокойным: он выполнял все на самом высоком уровне. Я тоже в работе очень требовательна и строга. Все, кто работает со мной, видят, что с меня самой сто потов сойдет на репетиции, пока я добьюсь нужного результата и песня зазвучит. Выдержать мой темп способен не каждый. Люди валяются с ног, а я держусь.

Правильная закуска

– Расскажите, чем деревня так замечательна, что вы до сих пор не рвёте своих корней и подпитываетесь за счёт них?

– У нас, деревенских, с нашей непосредственностью, есть такая отличительная черта: тебе от ворот поворот, а ты все равно опять в ворота. До тех пор, пока не получишь на свой вопрос точный ответ, с ме-

Надежда БАБКИНА:

Русская песня – это навсегда

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Жизнь очень коротка. Лучше сделать больше радостного и позитивного, чем печалиться и сокрушаться о несбывшемся. Этого всем и желаю.



Роль председательши Надежде Георгиевне очень подходит!



В образе Солохи можно увидеть и комизм, и философию, и народные мотивы, и черты сегодняшнего дня.

Подробности

Фольклор не имеет возраста

– Как вы считаете, русская песня всегда будет востребована, необходима?

– Мой муж и отец моего единственного сына, замечательный джазовый музыкант, еще в начале моей творческой карьеры сказал: «Надя, народный жанр – это навсегда. Фольклор не имеет возраста. И если правильно ощущать время, то на фольклорном материале можно сделать все что угодно». Я приняла его совет и осталась работать в народном жанре. Но позволяю себе всякие вольности, и, думаю, как раз это привлекает молодежь к театру «Русская песня». В нашей сфере нет трафарета – от сих до сих и дальше ни-ни. Я могу придумать любое творческое решение, при этом оставляя неизменными идею и содержание песни.

ста не сдвинешь. Эта закуска очень правильная. Упорство не дало мне рассыпаться, растеряться, раскиснуть в таком большом городе, как Москва.

– Много страдали от привычки говорить правду в глаза?

– Когда приехала в Москву, в цивилизованном обществе, конечно, приходилось и на язык себе наступать. Лишнее слово не сказать – а я же привыкла правду-матку в глаза лупить, а это далеко не всем нравится. Когда человек переставал со мной разговаривать и вообще дела какие-то вести, я понимала, что что-то сделала не так, потому что, прежде чем кого-либо винить, надо к себе обратиться.

Каждый – профессионал

– Вы однажды сказали, что ваше спасение – в коллективе, которым руководите. Где и как подбираете исполнителей?

– Конечно, главное условие – профессионализм. Все мои музыканты и певцы имеют высшее образование, они умеют импровизировать, а сочинить свои ноты – это высший пилотаж

в нашем искусстве. Другие критерии для отбора будущих артистов – это наличие горящих глаз и беспокойных сердец. Мои артисты – это мои единомышленники. В ансамбле «Русская песня» представлены многие регионы России, и каждый артист привносит своеобразие своей области, поэтому у нас такой безграничный творческий диапазон. Мы также собираем вокруг себя самодеятельность, которая на местах что-то пытается творить.

Песня как основа постановки

– Расскажите, пожалуйста, о спектаклях, в которых играете, которые ставятся на сцене вашего театра.

– Театр наш называется «Русская песня», отсюда главная сложность. Постановщикам приходится это учитывать. Не важно, за комедию мы беремся или за драму – в основе любой постановки должна лежать русская песня. В разные годы в театре осуществляли постановки известные режиссеры: Нина Чусова, Роман Самгин, Любовь Гречишникова, Дмитрий Петрунь и Павел Сафонов.

КСТАТИ

Путь на Дальний Восток

– В вашем творческом графике есть ещё фестивали. Хотелось бы об этом тоже поговорить.

– На протяжении вот уже 19 лет я выезжаю в регионы со Всероссийским фестивалем-марафоном «Песни России». В этом году планируем марш-бросок на Дальний Восток. Путь предстоит неблизкий, особенно если учесть, что мы своим ходом везем свою сцену, собственное звуковое и световое оборудование, да еще 150 человек участников и организаторов. Но мы должны это сделать, чтобы дать возможность людям, живущим на другом конце страны, прикоснуться к нашим многовековым традициям.

– Возвращаясь снова к юбилею, скажите, оглядываясь назад, что важного вы поняли про жизнь?

– Поняла, что нельзя оглядываться и оставившись, мне уж точно. Я должна катить дальше – что-то делать, что-то созидать.

Практически в каждом спектакле, которые мы играем на Основной сцене, принимаю участие и я. Кстати сказать, не всегда играю главные роли. Многие думают: «Бабкина хуцрук, все спектакли на нее ставятся». Ничего подобного. В той же «Калине красной» у меня совсем небольшая, но очень колоритная роль тещи Лизаветы Марковны. В «Тихом Доне» я, как вы понимаете, тоже не Аксинью играю. Моя героиня – атаманша разбойничьей казачьей банды – паскуда редкостная, но она не случайно в спектакле появилась. А любимая моя постановка – «Ночь перед Рождеством». В ней я играю две роли – Солохи и Императрицы.

– Слышала, что после спектаклей вы обязательно обращаетесь к зрителям. О чём говорите?

– Да благодарю просто за то, что нашли время и пришли именно в наш театр. Говорю про наши национальные скрепы, про корни и традиции. Рассказываю, кто нам в наследство оставил чувство победоносности, гордости за свою страну. Если тебя любит народ, ты народный артист, будь любезен отрабатывать.

Наталья АНОХИНА

Люстра – это не просто источник света. Это центр комнаты, символ уюта, роскоши и чистоты.

Ее сияние создает атмосферу, влияет на настроение и даже визуально меняет пространство. Когда люстра чистая, ее свет мягкий и ровный, а когда покрывается пылью и налетом – тускнеет и теряет свое очарование. Мыть люстру – дело хлопотное, но регулярный уход продлевает ее жизнь и сохраняет красоту. Если делать это правильно, можно легко вернуть люстре первозданное сияние.



МЫТЬЕ ЛЮСТРЫ:

блестящий результат без лишних усилий

Средства зависят от материала

ХРУСТАЛЬНАЯ ЛЮСТРА

- Специальный спрей. Побрызгайте на подвески и дайте жидкости стечь – пыль и грязь растворяются сами.
- Мыльный раствор (вода + немного жидкого мыла). Обмакните тряпочку, аккуратно протрите каждый элемент.
- Уксусный раствор (на 1 л воды – 2 ст. л. уксуса). Уксус добавляет блеск и устраняет жир.
- Нашатырный спирт (1:3 с водой) – идеально для возвращения хрустальному стеклу прозрачности.

ВАЖНО: не замачивайте хрусталь в воде! От этого могут появиться мутные пятна.

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ЛЮСТРЫ

Если есть налет или ржавчина:

- Раствор лимонной кислоты (1 ч. л. на стакан воды) удаляет пятна.
- Смесь соды и воды мягко очищает без повреждений.

После обработки металл нужно насухо вытереть. ЛЮСТРА С ПЛАСТИКОВЫМИ ЭЛЕМЕНТАМИ

Пластик не любит агрессивной химии. Подойдут:

- Вода с каплей шампуня или мыла.
- Мягкая ткань или губка. Обязательно вытереть насухо, чтобы не осталось разводов.

ТКАНЕВЫЕ АБАЖУРЫ

Ткань собирает пыль, поэтому раз в неделю лучше проходить по абажуру мягкой щеткой или пылесосом с насадкой.

Для влажной чистки:

- Протереть мыльным раствором с мягкой тряпкой, не сильно, чтобы не повредить ткань.
- Просушить феном на слабом режиме.

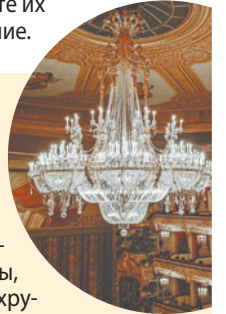
Дополнительные советы

- Не используйте агрессивные чистящие средства – они могут повредить покрытие.
- Работайте в перчатках – это предотвратит появление разводов и защитит кожу.
- Начинайте чистку сверху вниз – так грязь не будет попадать на уже вымытые части.
- Не забывайте про лампочки – протрите их влажной тряпкой, но не мочите основание.

Кстати

Как моют люстру в Большом театре?

Одна из самых известных люстр России – это грандиозная люстра Большого театра в Москве. Она весит 2,2 тонны, имеет 600 лампочек и украшена 4000 хрустальными подвесками. Мыть такую гигантскую конструкцию – настоящее искусство, требующее предельной осторожности. Как это делают? Люстру опускают вниз на специальном механизме, который позволяет плавно переместить ее на уровень сцены. **Очистка вручную.** Каждую подвеску аккуратно протирают мягкой тканью, смоченной в растворе нашатырного спирта, который возвращает хрусталу блеск. **Замена лампочек.** Специалисты проверяют каждую из сотен лампочек и меняют перегоревшие. **Проверка конструкции.** Помимо чистки, проводят осмотр на предмет повреждений. **Подъем обратно.** После чистки люстра медленно поднимается на свое место под куполом зрительного зала.



Светлана СИДОРЧУК

Как часто устраивать чистку?

Частота чистки зависит от материала люстры и условий в доме:

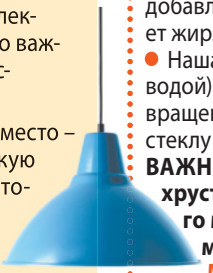
- Раз в неделю – легкая сухая уборка (протереть от пыли).
- Раз в 3-6 месяцев – влажная чистка.
- Раз в год – генеральная мойка с разборкой деталей.
- Если в квартире курят, часто готовят или есть домашние животные, чистить люстру нужно чаще.

Подготовка к процедуре

- Отключите электричество – это важно для безопасности.

- Подготовьте место – постелите мягкую ткань на пол, чтобы избежать повреждения деталей.

- Используйте устойчивую лестницу, не берите шаткие стулья.



Леса да воды – краса природы

Леса занимают около трети площади всей суши Земли. Около 20 % всех лесов планеты приходится на территорию нашей страны. 21 марта отмечается Международный день лесов.

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

1 Нужность контролируемая вырубки деревьев, пригодных для кораблестроения, Пётр I закрепил созданием Лесного управления. Как писали в энциклопедическом словаре Брокгауза и Ефрона, оно было устроено у нас в России в первый раз при Петре Великом изданной 19 июля 1722 года «Инструкцией обер-вальдмейстеру». Как раньше называли в России лесных стражников – выпускников егерских училищ?

- а) Обьездчики.
- б) Лесные кондукторы.
- в) Лесные ревизоры.

2 Вспомним знаменитый фильм Юрия Чулюкина, вышедший на экраны страны 63 года назад. Одни из героев фильма – сильные и отважные строители и лесорубы, передовики производства. По сюжету в сибирский посёлок приезжает выпускница кулинарного училища. Она селится в общежитие и работает в местной столовой. И однажды вечером в местном клубе она встречает передовика производства, поселковую знаменитость – Илью Ковригина... О каком фильме идёт речь?

- а) «Хозяин тайги». б) «Девчата». в) «В белом плену».

3 В России много деревьев-долгожителей: в Хакасии в Орджоникидзевском лесничестве растёт 756-летняя сосна, в Псково-Печёрском монастыре есть 602-летний дуб. На острове Ольхон на Байкале растёт лиственница, которой больше 780 лет, у неё есть даже своё название. Как называют старейшую известную лиственницу?

- а) Страж Ольхона. б) Пик Ольхона. в) Хранитель Ольхона.



ОТВЕТЫ

1-б) Лесные кондукторы (получены в 1845 году). 2-б) «Девчата». 3-в) Хранитель Ольхона.

КАК ПОМОЧЬ СУСТАВАМ



ДВИГАЕМСЯ БЕЗ БОЛИ

Проблемы с суставами, мышцами, спиной ограничивают активность, мешают заниматься любимыми делами. Иногда приёма обезболивающих не достаточно. Частой причиной болей в суставах являются остеоартроз и так называемые кристаллические артриты. Это обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в ткани суставов, сухожилиях, образующие острые шипы – остеофиты, вызывающие боль. Кристаллы солей буквально разрывают ткани суставов, способствуя разрушению хряща.

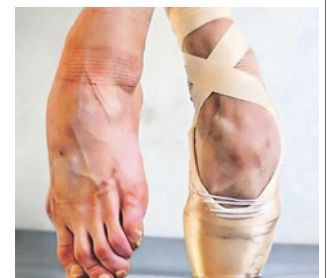
Источниками избыточного кальция являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.). Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др. Нарушение питания в течение многих лет приводит к «отложению солей». Если боли в суставах явля-

ются проявлением нарушенных обменных процессов, то для восстановления их **не обойтись без соблюдения диеты.** Следует исключить из рациона концентрированные молочные продукты (жирный творог, сыр, сметана, сливочное масло, сливки), сахар и сладости. Ограничить употребление красного мяса, мучных продуктов. Предпочтительно употребление овощей, морской рыбы, растительного масла, яблок, цитрусовых, круп. Соблюдение диеты может помочь нормализовать обмен веществ, снизить уровень холестерина в крови, повысить эффективность применения не только обезболивающих средств, но и улучшить течение болезней сердца и сосудов.

Спровоцировать обострение проблем с суставами, поясницей может резкая нагрузка на неподготовленный сустав. Травмируется нежная хрящевая ткань. Отвыкшие от нагрузок мышцы ног и спины не могут надежно фиксировать сустав в правильном положении, что приводит к его травме. от этого боль, ограничение подвижности, «прострелы» в пояснице.



От 180 руб.



Как предотвратить проблему? **1.** Перед началом движения проведите **разминку для суставов:** помассируйте мышцы, область суставов и поясницу, используя **крем для массажа**, **2.** Ограничьте вес сумок, ходьбу на большие расстояния. **3.** Используйте наколенник и пояс для разгрузки поясницы. **4.** Надевайте обувь с невысоким каблуком, с толстой, мягкой подошвой. **5.** Держите суставы и поясницу в тепле. **6.** Во время работы держите спину прямой, не сгибайте колени полностью (**пользуйтесь низкой скамейкой**). **7.** Если дискомфорт или боль в суставе и спине появилась – прекратите нагрузку, **используйте согревающие или обезболивающие кремы.** Их нужно запастись заранее, проконсультировавшись с врачом.

«ЦИТРАЛГИН», «БИШОФИТ-ГЕЛЬ»: ПОМОЩЬ СУСТАВАМ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

СПРАШИВАЙТЕ ВО ВСЕХ АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ

Бесплатная консультация специалиста: 8 (800) 201-81-91 WWW.INPHARMA2000.RU

Косметические средства. ООО «Инфарма 2000». ОГРН: 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. РЕКЛАМА

Французы говорят, что настоящая женщина из ничего умеет делать три вещи: шляпку, салат и скандал. Про шляпки мы рассказываем в другой рубрике, скандалы – опустим и поговорим сегодня о салатах. Причём о не совсем обычных салатах.

Салаты – неотъемлемая часть нашего ежедневного меню. Салаты могут быть простыми и сложными, легкими и сытными, классическими и необычными. Место салата в меню может варьироваться от закуски, с которой начинается трапеза, до десерта, которым она заканчивается. Сытный мясной салат может выступать даже в качестве основного блюда. Сегодня мы представляем вашему вниманию рецепты оригинальных салатов, которые настоятельно рекомендуем попробовать.

«Чизбургер»

Американская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 303 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г говяжьего фарша
- 2 белые булочки
- 8 маринованных огурчиков
- 1 стакан тертого сыра чеддер
- 4 помидора
- 1 луковица
- 1 салат айсберг
- 80 г сливочного масла
- 1/3 стакана кетчупа
- 2 ст. л. соуса барбекю
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- 1 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. горчицы
- специи
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Помидоры, огурцы и булочки нарезать кубиками, лук – кольцами.
- 2 Фарш обжарить на растительном масле до готовности, в процессе посолить и добавить специи.
- 3 Фарш переложить в миску, добавить горчицу, кетчуп, соус барбекю, перемешать.
- 4 На другой сковороде на сливочном масле пожарить гренки до золотистого цвета.
- 5 Порционные салатники выложить листьями айсберга, на них выложить фарш, посыпать тертым сыром, сверху разложить помидоры, огурцы и колечки лука, посыпать салат гренками и немедленно подавать.

Жена – мужу:
– В субботу идём в гости к моему шефу. Постарайся там не ударить лицом в оливье.



Оригинальные САЛАТЫ



«Министерский»

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 168 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г отварной говядины
- 2 маринованных огурчика
- 2 яйца
- 1 луковица
- растительное масло
- майонез
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать полукольцами, обжарить на растительном масле до прозрачности, дать остыть.
- 2 Яйца слегка взбить (до однородности), вылить на сковороду среднего размера, пожарить тонкий блинчик, дать остыть, свернуть рулетом, нарезать поперек (чтобы получились тонкие полоски).
- 3 Говядину и огурцы нарезать тонкой соломкой.
- 4 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом.



«Панцанелла»

Итальянская кухня. На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 166 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 8 кусков ржаного хлеба
- 4 помидора
- 2 сладких перца
- 1 огурец
- 1 красная луковица
- 1 зубчик чеснока
- 2 ст. л. оливкового масла
- 2 ч. л. бальзамического (или красного винного) уксуса
- 3-4 веточки базилика
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Хлеб нарезать кубиками 1x1 см, подсушить в разогретой до 200 градусов духовке (4-5 минут).
- 2 Помидоры, огурцы и перец нарезать небольшими кубиками, лук – очень тонкими полосками, чеснок измельчить.
- 3 Смешать все ингредиенты, посолить, поперчить, заправить оливковым маслом, убрать в холодильник на 15-30 минут.
- 4 Перед подачей сбрызнуть салат бальзамическим уксусом.

С чипсами

Европейская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 147 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г готового куриного мяса (отварного, жареного, копченого)
- 0,5 кочана пекинской капусты
- 200 г сыра
- 70 г чипсов
- майонез
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Капусту нашинковать, курицу и сыр нарезать соломкой.
- 2 Выложить в одну миску курицу, капусту и сыр, заправить майонезом, перемешать, добавить чипсы, перемешать еще раз.

– Вчера была у вас и купила замечательную, прекрасную шубу! А что вы можете предложить мне сегодня?
– Не менее прекрасный оливье.



■ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ ■ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ ■ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ ■ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ ■

Салат из перца с апельсинами

Марокканская кухня. На 4-6 персон. Калорийность (на 100 г): 78 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 сладких перца
- 3 красных апельсина
- 200 г маслин б/к
- 1 красная луковица
- 1 лимон
- 0,5 ч. л. паприки
- 0,5 ч. л. молотой зиры
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Перец запечь в разогретой до 220 градусов духовке (или на гриле) до готовности, поместить в пакет на 5-10 минут, снять кожицу, мякоть нарезать соломкой.
- 2 Лук нарезать тонкими перьями, маслины – колечками.
- 3 С апельсинов снять цедру на мелкой терке, срезать кожуру (захватывая белую часть), тонким ножом вырезать филе.
- 4 Сделать заправку: выжать сок из половины лимона, добавить оливковое масло, зиру и паприку, взбить до однородности.
- 5 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, полить заправкой, перемешать и немедленно подавать.

О правилах питания в пост с 19 по 25 марта по строгому уставу.

- 19 марта, ср. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).
- 20 марта, чт. – горячая пища.
- 21 марта, пт. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).
- 22 марта, сб. – горячая пища с растительным маслом.
- 23 марта, вс. – горячая пища с растительным маслом.
- 24 марта, пн. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).
- 25 марта, вт. – горячая пища без масла.

ВАЖНО! Нет нормы единого поста для монаха и мирянина. Поэтому в Православной церкви в правилах поста указаны лишь наиболее строгие нормы.

Светлана ИВАНОВА

Воротник – настолько привычная деталь одежды, что кажется, он был всегда. И на самом деле у воротника богатая и интересная история.

Сегодня можно встретить воротники любой конфигурации: высокие, низкие, отложные, накладные, поло и т.д. Однако были времена, когда все поголовно носили воротники только одной формы, и в разные века форма эта была разной. Но обо всем по порядку.

И снова впереди мужчины

Прототипами современных накладных воротников принято считать накладки на плечи, которые носили в Древнем Египте преимущественно мужчины. Эти детали одеяния украшались вышивкой и бусинами из стекла или, если финансы позволяли, драгоценных камней. Помимо украшения, декор такого «воротника» мог также быть признаком определенного сословия – военные, например, обязаны были иметь красную полосу на одном плече.

В Древней Греции и Риме были свои «зачатки» воротника – шейные платки. Носили их, в основном, легионеры и в чисто утилитарных целях – в качестве прокладки между кожей и доспехами, для защиты шеи от холода, а также для впитывания пота.

Раф, стюарт, поло и другие...

Раф для состоятельных

Самый необычный воротник вошел в моду в XVI веке – круглый плоеный раф (или «мельничный жернов»). Поначалу раф был довольно скромных размеров, но очень скоро стал таким пышным, что на время трапезы приходилось привлекать слуг, которые поддерживали воротник и следили, чтобы он не испачкался. На его изготовление уходило до 20 метров тончайшей белой ткани, которую, накрахмалив, укладывали особым образом с помощью плойки – один раф мог содержать до 600 складок! Стоили эти «жернова» баснословно дорого, и позволить себе такую роскошь могли только очень состоятельные граждане.



Воротник-стойка

Со временем шейный платок преобразовался в простую полосу ткани, которая довольно продолжительное время выполняла те же функции. Изменения начались только в XIII веке, когда в моду вошел воротник-стойка, который очень понравился испанским и французским аристократам. Стойка могла быть как частью костюма, так и самостоятельной деталью, которую надевали с разной одеждой.

Золотой век воротника

КСТАТИ

В XVIII веке в Англии появился стояче-отложной воротник – как деталь фрака. Со временем фрак трансформировался, но такой воротник продержался достаточно долго. Позже стояче-отложной воротник стал деталью мужской рубашки, которой и остается по сей день.

Эпоха Ренессанса стала золотым веком воротника. Роскошные накладные воротники были в большой моде в Италии – шили их из бархата и меха. Позволить себе такой воротник могли только очень богатые люди. А вот испанская аристократия предпочитала более тонкий вариант – высокий воротник, который в историю моды вошел как воротник стюарт (по имени королевы Марии Стюарт, которая обожала такую модель) из белоснежного тюля или гипюра. Эти воротники нередко обшивались кружевом и рюшами.



Отложной воротник

В начале XVII века самыми актуальными стали отложные воротники. Что интересно – законодателем мод внезапно стал шведский королевский двор. Тем не менее, очень скоро именно на такие воротники перешла вся Европа. А все потому, что в моду вошли пышные парики с ниспадающими на плечи волосами, с которыми именно отложной воротник выглядел максимально элегантно.

– Представляешь, приехал вчера домой, а воротник рубашки в помиде!
– Да-а-а... Теперь от жены покоя нет, наверное?
– Не то слово! Всё время кричит: «Хочу такую же! Хочу такую же!» 😄

И про съёмный воротник

Однажды домохозяйка из Америки Хана Монтегю, уставшая постоянно стирать рубашки мужа, обратила внимание, что самой загрязненной их частью всегда становится воротник. Тогда Ханна просто отрезала грязный воротник и пришила чистый. Считается, что так был изобретен съёмный воротник, и случилось это в 1827 году.

В истории воротника еще много интересного, а также случайного и удивительного. Сегодня мы лишь слегка ее коснулись.

Светлана ИВАНОВА

ГАСТРОГУТТАЛ® БЫСТРЕЕ ТАБЛЕТКИ!*

ГАСТРОГУТТАЛ® – комбинированный препарат растительного происхождения от боли в животе. Благодаря входящим в состав капель четырем настойкам (валерианы, полыни, мяты, красавки)

ГАСТРОГУТТАЛ® оказывает выраженное спазмолитическое действие на гладкую мускулатуру ЖКТ. Быстрее таблеток снимает боль и дискомфорт в животе. Настойка полыни положительно влияет на пищеварение, снимая неприятные ощущения после переизбытка.

А седативный эффект препарата снимает эмоциональное напряжение при частых болях в ЖКТ, в том числе при синдроме раздраженного кишечника.

ГАСТРОГУТТАЛ® показан при:

- болях, вызванных спазмами ЖКТ
- гипо- и анацидном гастрите
- колите и холецистите
- дискинезии желчевыводящих путей.

Держите в домашней аптечке!

ПОМОЩЬ ПРИ:

- ТЯЖЕСТИ
- СПАЗМАХ
- ВЗДУТИИ
- ТОШНОТЕ

РЕКЛАМА



P. N003532/01



ВАЛЕРЬЯНА



ПОЛЫНЬ



МЯТА



КРАСАВКА



GASTROGUTTAL.RU

* Карабинцева, Н. О. Биофармация: учеб.-метод. пособие / Н.О. Карабинцева, С.Ю. Клепикова. – Новосибирск: Сибмедиздат НГМУ, 2011. – 164 с.



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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Мне кажется, я всегда была невезучей.

Сколько себя помню, жизнь постоянно подкидывала испытания, которые, казалось, были предназначены только для меня. Будь то неудачные попытки сдать экзамены в школе, провальные свидания или просто банальные мелочи – все шло не так.

Жизнь новая, фабричная

Когда устроилась на фабрику, надеялась, что наконец-то смогу начать новую жизнь. Но даже здесь невезение не покидало меня. В первый же рабочий день опрокинула кофе на начальника, а позже перепутала детали на станке и чуть не запорол продукция. Но коллектив на предприятии был замечательный, коллеги по-доброму подтрунивали надо мной.

Утро на фабрике началось с привычного шума машин, которые неустойчиво гудели, создавая ритм нашей фабричной жизни. В перерыв мы с девчонками собирались в маленьком уголке цеха, обсуждая последние новости и сплетни.

– У меня сногсшибательное известие! – Маша прибежала последней на наши посиделки. – К нам в цех назначен новый мастер, а Иваныч уходит на пенсию.

– Вот как? – заинтересованно повернулась Ирина, по которой вздыхало все малочисленное мужское население нашей фабрики. Она всегда была в центре внимания у мужчин, ее смех раздавался громче всех, а наряды сверкали ярче любого цветка.

– И кто он? Сколько ему лет? Семейное положение?

– Светка из отдела кадров сказала, что молодой и неженатый.

И всегда буду рядом



Любовь – это не только чувство, но и действие, это не только слово, но и поступок. Фёдор Достоевский

Ирина растянулась в улыбке, потянулась на стуле и поправила прическу. Ну, точно пантера перед прыжком.

Кто на новенького

А на следующий день Иваныч представил нам своего преемника Андрея Александровича. Чуть выше среднего роста, темные волосы, серые глаза. Ничего особенного, если не считать его улыбки.

– Можно просто Андрей, – улыбнулся новый мастер.

Я почувствовала, как сердце забило быстрее.

– Андрей, – заворковала Ирина. – У меня станок барахлит, вы могли бы посмотреть?

– Не выдумывай, со станком все в порядке, – осадил ее Иваныч. – Иди работай. И не отвлекай мастера по пустякам.

Ирина словно стрелами метнула глазами и поплыла на рабочее место.

– Увидите, скоро новенький будет бегать за

мною как собачонка, – объявила нам она в обеденный перерыв.

– А как же Коля? – спросила я. – Ведь он любит тебя.

– Ой, надоело его занудство, – рассмеялась Ирина.

Во мне поднялась волна негодования, которую я тут же обрушила на Ирину.

– Ты что, ревнуешь? – она удивленно посмотрела на меня. – Похоже, наша мышка влюбилась. Можешь забирать Николая себе.

– Как тебе не стыдно! Он же не вещь, – вступилась за парня Маша. – И вообще, пора работать, перерыв заканчивается.

Пока я шла на свое рабочее место, думала над словами Ирины. А ведь она права, я действительно влюбилась, только не в Колю, а в Андрея.

Всё пошло не так

Одной из добрых традиций нашего цеха, которые руководство всяче-

ски поддерживало, были коллективные выезды за город: то за грибами, то просто на пикник с купанием в реке и игрой в волейбол. На предстоящую поездку я возлагала большие надежды, мне очень хотелось поближе познакомиться с Андреем.

Но все пошло не так, как я планировала. В разгар веселья Ирина решила устроить соревнование по волейболу. В свою команду она пригласила Андрея, Николай же оказался по другую сторону сетки. Когда игра достигла своего пика, Ирина, смеясь и флиртуя, начала подбадривать Андрея. Тот не стал упускать возможность показать свои спортивные навыки. Я видела, как менялось выражение лица Коли: сначала он пытался за легкой улыбкой скрыть нарастающее раздражение, но затем его губы сжались в тонкую линию. Начался спор из-за правил игры.

– Ты нарушаешь правила! – крикнул Николай после очередного эффектно-

го удара соперника. – Волейбол – это не сцена!

– Это ты не умеешь играть, – парировал Андрей. – А может, кому-то пытаешься доказать, что ты лучший?

Повисла напряженная пауза, все замерли, наблюдая, как мужчины начали приближаться друг к другу.

Если бы в тот момент в ситуацию не вмешался начальник цеха, спор непременно закончился бы дракой.

После того инцидента атмосфера на фабрике изменилась. Между Николаем и Андреем возникло открытое соперничество за внимание Ирины, которая только смеялась над происходящим. Я страдала молча...

В объятиях любви

Шли дни, я с тяжелым сердцем наблюдала за развитием отношений в этом любовном треугольнике. Ирина никак не могла определиться с выбором. Все изменилось в одночасье. На фабрике произошла авария: одна из машин дала сбой, раздался грохот... Андрей кинулся на помощь рабочему, и тут его накрыла тяжелая плита. Наш мастер оказался в больнице с серьезной травмой. Прогнозы на полное восстановление не давал никто. Мы с девочками регулярно навещали Андрея, старались его всячески поддерживать.

– Как там Ирина, почему не приходит вместе с вами? – спросил он меня в очередной визит.

Я не знала, что ответить. Передать ее слова «мне инвалид не нужен» не могла. Врать тоже не хотелось.

– Понятно, – Андрей отвернулся к стене.

Прошло несколько месяцев, Андрей выписался из больницы. Он стал учиться ходить и жить заново. Я поддерживала его, помогала ему как могла.

Однажды мы гуляли в парке, он попросил остановиться, а затем развернулся на своих костылях, посмотрел на меня таким взглядом, от которого пробежали мурашки, и сказал:

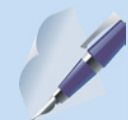
– Я никогда не думал, что могу так сильно полюбить кого-то после всего, что случилось. Ты была рядом в самые трудные моменты и стала для меня больше чем другом... Но просить еще о большем я не имею права.

– Андрей, я очень тебя люблю! И всегда буду рядом, так что даже не пытайся от меня отделаться, – улынулась я со слезами на глазах.

P.S. Реабилитация прошла штатно. Андрей научился и ходить, и танцевать. На нашей свадьбе гулял почти весь цех. Не было лишь Ирины, которая уволилась вскоре после происшествия. Николай познакомился с новой девушкой, а с Андреем они теперь друзья.

ГАЛИНА

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

Лишний вес вреден для здоровья уже потому, что создаёт дополнительную нагрузку на весь организм. От избыточных килограммов страдают и сердечно-сосудистая система, и позвоночник, не рассчитанный на такие нагрузки.

Кроме того, лишний вес может стать причиной возникновения многих болезней, которые снижают качество жизни и просто опасны.

Как посчитать свой ИМТ

Понять, что у вас есть избыточный вес, можно, вычислив индекс массы тела (ИМТ). Для этого нужно свой вес в килограммах разделить на рост в метрах, возведенный в квадрат. То есть, например, при массе тела 80 кг и росте 1,7 м ИМТ будет равен 27,68.

Согласно рекомендациям ВОЗ (Всемирная организация здравоохранения), нормальным ИМТ являются показатели от 18,5 до 24,9. ИМТ от 25 до 29,9 говорит о лишнем весе, свыше 30 – сигналит об ожирении.

Но при этом следует всегда помнить, что результаты расчета ИМТ могут дать лишь общую информацию о здоровье, но не берут во внимание некоторые индивидуальные факторы, например, соотношение жира и мышц. Кроме того, ИМТ не учитывает возраст, пол или строение мускулатуры

Чем опасен ЛИШНИЙ ВЕС

Кстати

Кто придумал ИМТ

Впервые о расчете индекса массы тела (ИМТ) почти два века назад, в 1832 году, сообщил в своем исследовании бельгийский астроном, математик и статист Адольф Кетле. Считается, что именно этот ученый ввел понятие «индекс массы тела». Однако об этой методике широкая публика узнала только после масштабного исследования американского физиолога Анселя Кейса. Метод расчета по-прежнему является самым простым и удобным несмотря на то, что прошло уже 140 лет. Было исследовано 7400 человек из 35 стран для определения лишнего веса. И метод расчета Кетле, по мнению Кейса, был самым верным по сравнению с другими формулами для определения ожирения.

того или иного человека, возможные генетические особенности организма. Конечно, каждый человек индивидуален. Но несмотря на это, ИМТ, согласно рекомендации ВОЗ, является одним из наиболее распространенных и популярных показателей.



Возможные причины

В некоторых случаях избыточный вес может появиться вне зависимости от образа жизни – например, вследствие заболевания, но чаще всего виновник возникновения

лишних кило все-таки сам человек.

Наиболее частые причины появления лишнего веса:

- переизбыток, а также постоянное употребление высококалорийной пищи;
- бессистемные диеты (жесткие ограничения очень часто приводят к срывам, в результате которых быстро набираются лишние килограммы);
- гиподинамия (малоподвижный образ жизни,

отсутствие физической активности);

- постоянные стрессы («заедание» опасности заложено эволюцией в природе человека, поэтому в состоянии стресса контролировать насыщение очень проблематично);
- возрастной фактор;
- гормональный дисбаланс;
- прием некоторых медикаментов.

Кроме того, избыточный вес может быть следствием наследственности.

Что покажет талия

Один из альтернативных методов определить лишний вес – измерение окружности талии. О том, что есть лишнее, говорит у мужчин этот параметр, превышающий 94 см, а у женщин – 80 см. Если в возрасте до 40 лет размер более 100 см (как у мужчин, так и у женщин), а с 40 до 60 лет – более 90 см, то это признак висцерального ожирения (жир накапливается вокруг внутренних органов) и повышенного риска сердечно-сосудистых заболеваний.

Профилактика

Здоровый образ жизни – лучшая профилактика появления избыточного веса. Это, во-первых, правильное питание: исключение из рациона высококалорийной жирной и жареной пищи, быстрых углеводов. Необходимо следить за режимом питания. В ежедневном меню больше внимания уделять свежим овощам и фруктам. Введите в практику обязательный контроль калорийности потребляемых продуктов.

Обязательно подружитесь со спортом. Ежедневная физическая активность, утренняя зарядка, регулярное посещение спортивного зала, прогулки – все это поможет справиться с лишними килограммами. В-третьих, это контроль уровня стресса. Да, жизнь сложная вещь, но надо учиться преодолевать стрессовые ситуации, стараться относиться к ним как к неприятной данности, а не как к «всемирному потопу». Старайтесь избегать конфликтов и пустых споров и с позитивом смотрите в будущее. Словом, все, в том числе и ваш вес, в ваших руках.

Светлана ИВАНОВА

ВЕСЕННЕЕ ВОЗРОЖДЕНИЕ

Весна вступает в свои права. Световой день прибавился, ручки звенят, трава пробивается из очнувшейся от зимней «спячки» земли. Хочется сбросить с плеч лет двадцать и заняться делами! Или поехать на дачу, «припасть» к любимым грядкам... Планов – громадье!..



Вот только организм подводит: ослабили его зимние холода, простуды, вирусы, дефицит солнца. И именно сейчас ему нужны помощь, забота и грамотная поддержка. Как растениям весной нужны определенные удобрения, так и человеческому организму после долгой зимы требуются минералы и витамины.

При их выборе предпочтение следует отдавать натуральным комплексам. Особого внимания заслуживает разработка российских ученых – препараты на основе яичной скорлупы «КальциД» и «КальциД+Магний».

Природа поместила в обыкновенную яичную скорлупу более 20 микроэлементов, необходимых для поддержания оптимального состояния опорно-двигательного аппарата, обмена веществ, здоровья сердечно-сосудистой системы. Ведь помимо кальция скорлупа содержит медь, марганец, фтор, железо, молибден, а также кремний, цинк, фосфор, серу

и другие микроэлементы, которые так необходимы нашему организму весной!

В препарат «КальциД» в основу из яичной скорлупы добавлены витамины С и D3, которые способствуют усвоению кальция. Состав «КальциД+Магний» дополнительно обогащен магнием и витаминами швейцарского производства – С, D3, А, В1, В2, В6, В9, В12, РР. Препараты благотворно влияют на работу сердечно-сосудистой, нервной и иммунной систем, помогают противостоять болезням.

Чтобы обеспечить костям полноценную поддержку, необходимо принимать комбинацию кальция, витамина D3 и аминокислот, стимулирующих образование коллагена. Этот комплекс веществ вы гарантированно найдете в баночках этих препаратов. Их можно принимать длительное время, не опасаясь гиперкальцемии, благодаря оптимальной дозе кальция.

Совокупность всех компонентов оказывает общеукрепляющее воздействие, способствует

активной регенерации костной ткани, помогает поддерживать здоровье суставов, укрепляет иммунитет.



Заказ до ближайшей аптеки на Apteka.ru и Zdravcity.ru

НАЛИЧИЕ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛ.: 8 (812) 383-99-09

Принимайте «Кальцид» и «Кальцид+Магний» и будьте здоровы! Сил Вам и энергии!

ООО «КомфортКомплекс» • «Кальцид» СОГР №РУ.77.99.57.003.Е.006712.08.14 • «Кальцид+магний» СОГР №РУ.77.99.57.003.Е.006711.08.14 • РЕКЛАМА • БАД

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

7 ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 14.00 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ТРИГГЕР»: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Премьера. «Время героев». (16+)
- 01.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.00 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «ОДНАЖДЫ В ЗАЛЕСЬЕ». (16+)
Десять лет майор полиции Василиса Журавлёва пытается разгадать тайну исчезновения своей сестры Ники. В Залесье пропало уже немало девушек, но начальство отказывается искать их и объединять в серию.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 04.29 Перерыв в вещании

НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
- 08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «САМОЗВАНЕЦ». (16+)
- 22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 00.55 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

РОССИЯ К Культура



20.05 «Правила жизни»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.50 «Невский ковчег»
- 08.15 17.55 «Роман в камне»
- 08.45 «СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.35 ХХ век
- 18.00 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА»
- 14.30 «Учитель пения»
- 15.30 «Агора»
- 16.30 «Передвижники»
- 17.15 Великие голоса Большого
- 18.20 «Первые в мире»
- 18.35 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Василий Хитрово»
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.15 «Монолог в 4-х частях»
- 22.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ ЭМБЕРСОНЫ»
- 23.30 «Евгений Онегин»
- 00.15 «Магистр игры»

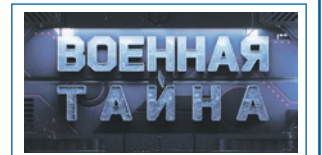
ТВЦ



11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.45 «ГАЛКА И ГАМАЮН». (12+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 04.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.35 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (12+)
- 17.00 «Королевы без королей». (16+)
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.20 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Следствие ведет КГБ». (16+)
- 01.10 «Валентин Гафт. Ядовитый талант». (16+)

РЕН



09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)

- 05.00 18.00 01.20 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (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 02.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «5-Я ВОЛНА». (16+)
- 22.05 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 23.30 «КОД 8». (18+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 11.50 «Порча». (16+)
- 13.05 «Знахарка». (16+)
- 13.40 «Верну любимого». (16+)
- 14.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.50 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «Я УШЛА, А ВЫ ОСТАЛИСЬ...» (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)

ОТР

- 06.00 «МЕНЯЛЫ». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
- 11.00 00.35 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
- 15.15 «Коллеги». (12+)
- 16.00 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 16.15 «За дело! Поговорим». (12+)
- 17.00 «Ректорат с Анатолием Торкуновым». (12+)
- 20.45 03.30 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 22.30 «ЛЮБОВЬ». (16+)
- 00.20 «ПРОВЕРКА». (12+)
- 01.30 «Вспомнить все». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 18.10 «КОРДОН». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 19.15 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
- 01.20 Кадони шоу. (16+)
- 02.15 Итоги с Малькевичем. (16+)

че!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
- 07.15 Улётное видео. (16+)
- 09.30 Дорожные войны. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 13.00 Притворщики. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 20.00 Притворщики. (16+)
- 22.00 Антиматия. (16+)
- 01.50 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.10 Дорожные драмы. (16+)
- 05.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 06.15 10.20 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
- 10.10 «Белорусский стандарт». (12+)
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 14.10 «Дела судебные». (16+)
- 18.50 «Миллион за 5 минут». (16+)
- 19.30 «Игра в кино». (16+)
- 22.25 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
- 00.25 «Наше кино». (16+)
- 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 10.00 14.00 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 Без кутюр. (16+)
- 11.30 01.30 Топ-30. (16+)
- 15.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.20 «10 самых!» (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.35 «Табор уходит к звёздам». (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 23.00 ВК Меломан. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Наше. (16+)

ПОБЕДА

- 05.35 «Путь к Победе». (16+)
- 06.30 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
- 07.40 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)
- 09.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
- 17.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
Фильм рассказывает о формировании команды разведчиков, освещает ее действия на Северном фронте в 1939 году, перед началом белофинской кампании, и об операциях разведчиков непосредственно во время Финской войны.
- 00.00 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)
- 01.50 «КОРОЛЁВ». (16+)
- 03.45 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (16+)

Ю

- 05.30, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 09.00 Шоу Доктора Зубаревой. (16+)
- 09.40 Чадо из ада. (12+)
- 12.20 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.30, 18.00 Беременная в 45. (16+)
Уникальные истории, которые цепляют за душу и которые никого не могут оставить равнодушным.
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Сериал. Турция, 2015-2017 гг.
- 01.55 Измены (субтитры). (16+)
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Освобождение Европы. (12+)
- 00.45 Будьте готовы! (12+)
- 01.45, 05.45, 09.45 Герои подполья. (12+)
- 02.00 Русская история: Борьба за власть правящих династий. (12+)
- 03.05 Георгий - Победоносец. (16+)
- 04.00 Это подкаст. История. (12+)
- 04.55, 09.00, 12.50, 16.55 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)
- 06.00, 10.00, 13.45 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 06.35 Русская история: Московские князья. (12+)
- 07.05, 11.05, 15.05 Без срока давности. (16+)
- 07.55 Боевые знамёна Отечества. (12+)
- 08.15 Освободители. (16+)
- 10.35 Русская история: Смутное время. (12+)
- 12.00 Земля: Пакт. (12+)
- 13.35 Обыкновенная История. (6+)
- 14.15 Русская история: Иван Грозный. (12+)
- 16.00 Северный морской путь. (16+)
- 17.40 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Русская история: Татаро-монгольское иго. (12+)
- 19.25 Петергоф - жемчужина России. (6+)
- 20.00 Самая дорогая награда. (12+)
- 20.50 Сквозь времена. (12+)
- 21.30 Русская история: Древнерусское государство. (12+)
- 23.25 Народный фронт Победы. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+, 6+)
- 07.00, 09.50, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 08.10 «Простоквашино». (0+)
- 08.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
- 09.15 «Чик-Чиркино». (0+)
- 10.45, 17.15, 22.00 «Фиксики». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25, 14.25, 21.05 «Барбоскины». (0+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 17.00 «Хранители Кью». (0+)
- 18.05 «Кот Басик». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.15 «Деревяшки». (0+)
- 20.30 «Геройчики». (0+)
- 21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 22.30 «Смешарики». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Летающие звери», «Мальши и летающие звери», «Бодо Бородо. Путешествия», «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Электронические герои». (0+)
- 09.25 «Беби Борн». (0+)
- 09.35 «Барбоскины». (0+)
- 11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.20 «Хранители Кью». (0+)
- 11.35 «Диностаи». (6+)
- 11.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 13.20 «Отважные дракончики». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Крутой Майк». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис». (0+)
- 17.10 «Супер Ралли. Тайна двух планет». (0+)
- 18.45 «Лунтик». (0+)
- 20.20 «Отец у овец». (0+)
- 20.55 «Макс и Крякс». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Буба». (6+)
- 22.10 «Спинфайтеры». (6+)
- 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.30 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Смешарики». (0+)
- 03.20 «Фиксики». (0+)

ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 00.20 «ОТЯГ СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

13.25 15.05 17.15 03.50 «СМЕРТЕЛЬНАЯ СХВАТКА». (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

20.10 «Скрытые угрозы». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «Сцена на передовой». (16+)

01.25 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)

СТС

06.00 «Три кота». (0+)

07.45 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ». (16+)

09.40 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-2». (16+)

11.25 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-3». (16+)

13.25 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)

15.35 «РЭД». (16+)

17.55 «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ». (16+)

20.00 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)

22.00 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)

23.55 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «ЯСТРЕБ». (16+)

МАТЧ!

07.00 10.00 15.25 Новости

10.55 12.10 14.25 15.30 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Прямая трансляция из Сочи

16.55 Футбол. «Урал» - «Арсенал». МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция

20.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)

22.00 Бильярд. VetBoom. Лига чемпионов. 1/2 финала. Прямая трансляция

02.00 Баскетбол. «Пари Нижний Новгород» - «Самара». Единая лига ВТБ. (6+)

78

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 20.00 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.15 23.00 01.40 02.40 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 05.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «300 лет РАН». (12+)

15.30 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 «Не факт». (12+)

17.15 «Русская Арктика. Великий северный путь». (16+)

19.30 22.30 «Параграф». (16+)

20.45 «СССР. Знак качества». (12+)

23.15 «Легенды советского сыска». (16+)

01.00 «Открытая студия». (12+)

СПБ

19.30 «Такой футбол». (6+)

07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 «Главный врач». (16+)

12.20 «Залог успеха». (12+)

12.40 «Петербургские тайны». (12+)

13.15 «Культурная эволюция». (16+)

14.40 «Пушкин. Наше. Всё». (6+)

15.20 «Объясним ПРО». (12+)

15.45 «ПРИНЦЕССА ЦИРКА». (16+)

19.30 «Такой футбол». (6+)

20.00 «Петербург - город решений». (12+)

21.00 «Легендарные земляки». (16+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 05.30 «Степень защиты». (16+)

22.55 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)

00.50 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (16+)

ЛЕНТВ 24

16.05 «Люди РФ». (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

09.05 «СИНЯЯ РОЗА». (16+)

11.15 01.10 «Без срока давности». (12+)

12.05 13.15 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)

15.35 Магия вкуса. (12+)

16.05 «Люди РФ». (12+)

16.30 «Психология искусства». (16+)

17.15 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: КОГДА МЁРТВЫЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ». (16+)

19.15 «Неспокойные ночи ЛизаАлерт». (16+)

19.40 «ЛЕКТОР». (16+)

20.30 «ЛЕНТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «ВАЛЬС-БОСТОН». (16+)

23.40 «ОРЕЛ И РЕШКА». (16+)

02.40 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (16+)

ТНТ

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

09.00 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)

11.30 «Титаны». (16+)

13.30 «УНИВЕР: МОЛОДЫЕ». (16+)

21.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

22.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)

00.10 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)

02.10 «МАЙОР ГРОМ: ИГРА». (16+)

5

05.00 Известия. (16+)

05.25 «СЛЕД». (16+)

08.05 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)

08.40 Знание - сила. (0+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «СЛЕД». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

22.20 «СВОИ-6». (16+)

23.05 «СВОИ-3». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СВОИ-6». (16+)

01.20 «СВОИ-3». (16+)

02.05 «СВОИ-2». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.30 Пробный переезд. (16+)

06.20 Пятница News. (16+)

07.00 Руссо-экспрессо. (16+)

08.00 Гастротур. (16+)

09.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)

12.10 Адский шеф. (16+)

15.00 Битва шефов. (16+)

21.00 Секретный артист. (16+)

00.10 «СТУДЕНТ». (18+)

01.30 Пятница News. (16+)

02.00 На ножах. (16+)

03.40 Гастротур. (16+)

РОССИЯ 24

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

06.55 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ-2». (16+)

10.20 «ВОЗРАСТ СЧАСТЬЯ». (16+)

13.35 «МАМА ПОНЕВОЛЕ». (16+)

15.40 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (16+)

17.30 «СЕРДЕЧНЫЕ РАНЫ». (16+)

2018 г. В ролях: Юрий Батурич, Яна Шивкова, Ольга Филиппова, Анатолий Гурьев, Руслан Чернецкий

21.00 «ТРИ ДОРОГИ». (16+)

2015 г. В ролях: Мария Куликова, Андрей Егоров, Ольга Арнтгольц, Евгений Пронин, Всеволод Болдин

00.40 «ЗЛАЯ СУДЬБА». (16+)

03.40 «МАМА ПОНЕВОЛЕ». (16+)

05.35 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.05 «ДРУГОЙ МИР». (18+)

03.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

04.35 «ПОСЛЕДНЯЯ ГОНКА». (16+)

06.05 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)

07.45 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)

09.40 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

10.55 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)

12.25 «ТОРНАДО». (16+)

13.55 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ». (16+)

15.45 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

17.15 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)

18.40 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

20.30 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

22.00 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)

23.30 «ТЕРМИНАТОР 2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.40 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

03.15 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (18+)

05.05 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

06.50 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)

08.40 «Я ХУДЕЮ». (16+)

10.35 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИЛОВНИК». (16+)

12.10 «ВАСАБИ». (18+)

13.55 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

15.40 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)

17.50 «ТАКСИ». (16+)

19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

Комедия, Россия, 2018 г.

21.15 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)

Боевик, комедия, Китай, США, 2023 г.

23.10 «АСТЕРИК И ОБЕЛИК ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

ДОМ КИНО

05.45 Веселое утро на канале «Дом Кино». (6+)

07.10 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...» (16+)

09.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

12.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРИЙ». (16+)

14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

21.00 Вечер вместе. «АСТЕРИК НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)

Франция, Германия, Бельгия, Италия, Испания, 2008 г.

22.50 Вечер вместе. «АСТЕРИК И ОБЕЛИК В БРИТАНИИ». (16+)

00.35 «ГУЛЯЯ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)

02.20 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛЬ ПИАНИНО». (6+)

03.45 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)

СУББОТА!

05.00, 08.35, 15.55 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки». «Машинные сказки». «Машинки страшлики». «Маша и Медведь: Анимашки». «Маша и Медведь: Футбольный выпуск». Мультсериалы. (0+)

08.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

15.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00, 19.50 «КЛОН». (16+)

21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)

23.10, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.15 Суббота News. (16+)

01.30, 02.00, 02.20, 02.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

03.00, 03.40 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)

04.20 Мультсериалы. (0+)

СПАС

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

20.25 Николо-Вяжицкий монастырь. (0+)

20.55 Материнское сердце. (16+)

21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.10 День Патриарха. (0+)

00.20 Прямая линия жизни. (16+)

01.15, 02.05 Апокалипсис. Главы 14 и 15. (16+)

02.35 Полковник. (0+)

02.50 Византия. Жизнь после смерти. Миссия к славянам. IX-X века. 13 серия. (0+)

CINEMA

06.45 «СЕРЕНА». (18+)

08.35 «ЧЕРНОЕ ЗОЛОТО». (16+)

10.55 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (18+)

13.15 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (18+)

14.45 «ГОРОД ТАЙН». (18+)

16.45 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)

18.25 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)

20.00 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (18+)

Испания, Франция, 2021 г.

22.00 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)

23.40 «128 УДАРОВ СЕРДЦА В МИНУТУ». (18+)

01.15 «МОРЕ СОБЛАЗНА». (18+)

02.55 «ЛЕКАРЬ: УЧЕНИК АВИЦЕННЫ». (16+)

05.20 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.35 «НОВОГОДНИЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

07.55 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)

09.35 «СОВСЕМ НЕ ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

11.35 «ВПЕРЕД!» (16+)

13.15 «ЭКСКЛЮЗИВ». (16+)

15.05 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

17.00, 18.00, 19.00, 20.00 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)

21.00 «БЕЗДНА». (12+)

Детектив, Россия, 2021 г.

23.05 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

00.35 «ПОДРУЖКИ НЕВЕСТЫ». (16+)

02.10 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ». (16+)

03.40 «СОВСЕМ НЕ ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

05.25 «ВПЕРЕД!» (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.20 Мультфильмы. (0+)

07.30 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)

09.55 «КОГДА НАСТУПАЕТ СЕНТЯБРЬ». (16+)

11.35 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)

12.55 «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

14.45 «ОСЕННИЕ СВАДЬБЫ». (16+)

16.05 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ». (16+)

17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)

19.45 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (18+)

21.30 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)

23.55 Иннокентий Смоктуновский против князя Мышкина. (16+)

00.45 «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ». (16+)

03.25 «ПИЛОТЫ». (18+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-б». (16+)

12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

14.00, 22.00 «ПРИСК». (18+)

15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г.

06.00 «ПРИСК-2». (18+)

Сериал. Детектив, Россия, 2006 г. В ролях: Ярослав Бойко, Сергей Селин, Наталья Ткаченко, Борис Хвошнянский, Кира Крейлис-Петрова

СТС LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)

07.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

09.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

12.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

17.00 «КУХНЯ». (12+)

22.55 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

Полина Овечкина с детства мечтает стать пилотом гражданской авиации. Руководство авиакомпании может дать ей в напарники только одного пилота - Лёшу Кулагина, известного хама и грубияна. Да и того можно заставить летать с женщиной только с помощью шантажа...


01.20 «РАНЕТКИ». (16+)

Завхоз всерьез заинтересовался Дмитрием.

05.10 «Ералаш». (16+)

Православный календарь

24 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 6.
Свт. Софрония,
патриарха Иерусалимского.



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

Постный день.

« Во всем, чем ни хвалится человек, Бог попускает ему изменяться, чтобы он был уничижен и научился смирению. Прп. Исаак Сириянин Ниневийский

ПЕРВЫЙ



10.10 «Жить здорово!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Модный приговор». (0+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
13.30 «АнтиФейк». (16+)
14.00 Информационный канал. (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ТРИГГЕР»: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

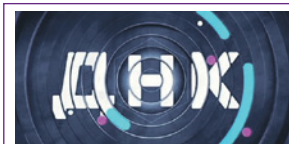
РОССИЯ 1



23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ОДНАЖДЫ В ЗАЛЕСЬЕ». (16+)
В убийстве Татьяны Василиса обвиняет Семёна Крайнова, хозяйина рынка. Дочь Крайнова пропала. Из Москвы Василисе в помощь присылают подполковника Петра Рыкова.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.10 «ЗАЦЕПКА». (12+)
03.00 Вести
03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
04.29 Перерыв в вещании

НТВ



17.50 «ДНК». (16+)

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «САМОЗВАНЕЦ». (16+)
22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
00.55 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

РОССИЯ К



15.45 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 «Пешком...»
07.05 Театральная летопись
07.50 18.10 00.15 «В поисках истины»
08.40 «СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.10 XX век
13.00 Эпизоды
13.40 «Роман в камне»
14.10 «Игра в бисер»
14.55 22.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ ЭМБЕРСОНЫ»
15.45 «Сати. Нескучная классика...»
16.30 «Эрмитаж»
17.15 Великие голоса Большого
19.00 «Жизнь замечательных идей»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
22.15 «Монолог в 4-х частях»
23.30 «Евгений Онегин»
02.10 «Василий Хитрово»

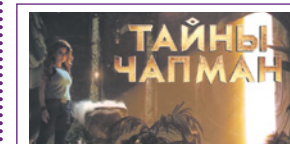
ТВЦ



11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.20 «Доктор И...» (16+)
08.50 «ГАЛКА И ГАМАЮН». (12+)
10.55 «Актёрские судьбы». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 02.30 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (12+)
17.00 «Азиза. Проклятие Игоря Талькова». (16+)
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.20 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ-2». (16+)
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Обиды звёздных дочек». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «90-е. В чём сила, брат?» (16+)
01.10 Прощание. (16+)
01.50 «Дорогие товарищи. Золото партии». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 01.30 04.30 «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» с Игорем Прокопенко. (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 22.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 02.15 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)
23.30 «ДЕТЕКТИВ НАЙТ: МЕРЗАВЕЦ». (18+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.45 23.15 «Понять. Простить». (16+)
11.55 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
19.00 «Я УШЛА, А ВЫ ОСТАЛИСЬ...» (16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)

ОТР

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
11.00 00.35 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
15.15 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
17.00 «Моя история». (16+)
17.40 Специальный репортаж. (12+)
20.45 03.30 «ПОДКИДЫШ». (16+)
22.30 «ЛЮБОВНИК». (16+)
00.10 «ПОЛЁТ». (12+)
01.30 «Вспомнить все». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.30 Новости. (16+)
08.40 «БИМ». (16+)
09.45 Гадалка. (16+)
15.15 «Слепая». (16+)
17.00 «КОРДОН». (16+)
18.00 Новости. (16+)
18.10 «КОРДОН». (16+)
19.15 «ЛЕСНИК». (16+)
23.00 Новости. (16+)
23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
23.30 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (18+)
01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

че!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
07.40 Улётное видео. (16+)
09.30 Дорожные войны. (16+)
11.00 Решала. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
15.00 Охотники. (16+)
18.00 Решала. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Антиматия. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.15 Дорожные драмы. (16+)
05.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 06.35 10.10 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
10.00 13.00 18.30 Новости
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10 «Дела судебные». (16+)
18.50 «Миллион за 5 минут». (16+)
19.30 21.40 «Игра в кино». (16+)
22.25 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (16+)
00.05 «Наше кино». (16+)
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)
01.50 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА». (16+)

МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
09.00 Top15 Like FM. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 14.00 18.55 Весна. (16+)
11.30 18.20 «10 самых!» (16+)
12.00 16.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Прогноз по году. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
17.00 Русский чарт. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.35 «Проклятое наследство». (16+)
22.00 ВК Натальная карта. (16+)
23.40 Муз'итив. (16+)
00.40 Лихие хиты. (18+)
01.30 Лайкер. (16+)

ПОБЕДА

- 05.40 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «РУБЕЖ». (16+)
08.20 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
10.20 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)
14.20 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)
Леонид и Борис - молодые лётчики, только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают...
00.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
01.40 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
03.05 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)

Ю

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
10.35 Чад из ада. (12+)
Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей.
12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.35, 18.00 Ждули. (16+)
Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
01.50 Измены (субтитры). (16+)
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Это подкаст. История: Российская бюрократия и «полицейский социализм» рубежа XIX-XX веков. (12+)
00.55, 05.00, 09.00, 12.55 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)
01.45, 05.45 Герои подполья. (12+)
02.00, 06.00, 09.45, 21.30 Трудные вопросы истории России. (12+)
02.35 Русская история: Московские князья. (12+)
03.05, 07.05, 11.05, 15.05 Без срока давности. (16+)
03.55 Боевые знамена Отечества. (12+)
04.15 Освободители. (16+)
06.35 Русская история: Смутное время. (12+)
08.00 Земля: Пакт. (12+)
08.50 Обыкновенная История. (6+)
10.15 Русская история: Иван Грозный. (12+)
12.00 Северный морской путь. (16+)
13.40 Русская история: Татаро-монгольское иго. (12+)
16.00 Самая дорогая награда. (12+)
16.50, 20.55 Сквозь времена. (12+)
17.30 Семь дней истории. (12+)
17.40 Русская история: Древнерусское государство. (12+)
19.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
20.00 Боги Египта. (16+)
22.00 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
23.25 Народный фронт Победы: Прожектористки. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- 06.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+, 6+)
07.00, 09.50, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
08.10 «Простоквашино». (0+)
08.45 «Сказочный патруль». (0+)
09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
09.15 «Чик-Чириконо». (0+)
10.45, 22.00 «Фиксики». (0+)
11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
13.00 «Тара Дункан». (6+)
13.25, 14.25, 21.05 «Барбоскины». (0+)
14.15 «Отважные дракончики». (6+)
15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Хранители Кью». (0+)
17.15 «Фиксики. Новенькие». (0+)
18.05 «Кот Басик». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
19.30 «Жошечки-собачки». (0+)
19.55 «Маша и Медведь». (0+)
20.15 «Деревяшки». (0+)
20.30 «Геройчики». (0+)
21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 05.00 Ранние пташки. «Летающие звери», «Мальши и летающие звери», «Бодо Боро. Путешествия», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Чик-зарядка». (0+)
07.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
09.10 «Супер Крылья. Электронические герои». (0+)
09.25 «Беби Борн». (0+)
09.35 «Барбоскины». (0+)
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергеронцики». (6+)
11.20 «Хранители Кью». (0+)
11.35 «Динистер». (6+)
11.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.20 «Отважные дракончики». (6+)
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Крутой Майк». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Край Бебис». (0+)
17.10 «Супер Ралли. Тайна двух планет». (0+)
18.45 «Лунтик». (0+)
20.20 «Отец у овец». (0+)
20.55 «Макс и Крякс». (0+)
21.00 «Простоквашино». (0+)
11.30, 22.30 «Царевны». (0+)
13.00, 02.45 «Три кота». (0+)
18.00 «Найт опять опаздывает». (6+)
19.30 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.00 «Крутикс» (с сурдопереводом). (6+)

ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 00.40 «ОТЯГ СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

13.25 15.05 17.15 03.50 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

20.10 «Улика из прошлого». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!». (12+)

01.50 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)

СТС

06.00 «Три кота». (0+)

07.45 «Дозор джунглей: Кругосветка». (6+)

09.35 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР-4». (12+)

11.45 «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР: ВЕЛИКИЙ УРАГАН». (12+)

13.55 «БЕСКОНЕЧНАЯ ИСТОРИЯ: АЛЬБИОН». (12+)

16.05 «ВЫСОТА». (16+)

17.55 «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ». (16+)

20.00 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)

21.55 «ДОРОГА В ОДИН КОНЕЦ!». (16+)

23.55 В темноте. (16+)

02.35 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)

МАТЧ!

07.00 10.00 15.25 Новости

10.25 01.00 «Футбол на все времена». (12+)

10.55 11.55 14.25 15.30 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Прямая трансляция из Сочи

11.35 «Вы это видели». (12+)

16.55 Футзал. «Синара» - «Норильский Никель». Бетсити. Суперлига. Прямая трансляция

19.30 Футбол. BetBoom матч сборной. Россия - Замбия. Прямая трансляция

23.40 «Месси». (12+)

02.00 Бокс. Bare Knuckle FC. (16+)

78

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 20.00 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.15 23.00 01.40 02.35 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «300 лет РАН». (12+)

15.30 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 «Не факт». (12+)

17.15 «Русская Арктика. Великий северный путь». (16+)

19.30 22.30 «Stofoff». (16+)

20.45 «СССР. Знак качества». (12+)

23.15 «Легенды советского сыска». (16+)

01.00 «Открытая студия». (12+)

01.55 «Доказательства вины». (16+)

78 КАНАЛ

22.40 «Степень защиты». (16+)

07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

13.15 «Такой футбол». (6+)

13.50 «Промышленный клуб». (12+)

14.15 «Соль событий». (16+)

14.20 «Зона Особого Внимания». (16+)

15.45 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (16+)

18.25 «Книжные аллеи». (6+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Город и люди». (6+)

21.00 «Забывтый полководец». (16+)

21.40 «Окно в кино». (16+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 05.50 «Степень защиты». (16+)

22.50 «ЗВЕЗДЫ». (16+)

00.45 «ПОРТНОЙ ИЗ ПАНАМЫ». (18+)

02.25 «ПРОЦЕСС». (16+)

ЛЕНТВ 24

06.00 «Новое утро». (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

09.05 «СИНЯЯ РОЗА». (16+)

11.15 «Больше, чем любовь». (12+)

12.00 13.15 «ШТРАФНИК». (16+)

14.15 01.20 «Лучшие самолёты Сухого». (16+)

15.35 Магия вкуса. (12+)

16.05 «Люди РФ». (12+)

16.30 «Психология искусства». (16+)

17.15 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ДРЕВО КОЛДУНА». (16+)

19.15 «Неспокойные ночи ЛизаАлерт». (16+)

19.40 «ЛЕКТОР». (16+)

20.30 «ЛентТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «ОРЁЛ И РЕШКА». (16+)

23.40 «ДРУЗЬЯ». (16+)

02.40 «САВАННА». (16+)

ТНТ

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

19.00 «УНИВЕР: МОЛОДЫЕ». (16+)

21.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

22.00 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)

00.05 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)

02.10 «ГАНМЕН». (18+)

03.55 «Однажды в России». (16+)

06.00 «Утро ТНТ». (16+)

5

05.00 Известия. (16+)

05.25 «СЛЕД». (16+)

08.05 Страна советов. (16+)

08.40 Знание - сила. (0+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «СЛЕД». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

22.20 «СВОИ-6». (16+)

23.05 «СВОИ-3». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СВОИ-6». (16+)

01.20 «СВОИ-3». (16+)

02.05 «СВОИ-2». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.40 Пробный переезд. (16+)

06.20 Пятница News. (16+)

07.00 Запретный Китай. (16+)

08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)

11.00 Адский шеф. (16+)

13.30 Битва шефов. (16+)

22.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)

00.00 «КАЙРАТ». (18+)

01.00 Пятница News. (16+)

01.30 На ножах. (16+)

03.10 Гастротур. (16+)

РОССИЯ 24

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

РОССИЯ 24

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

07.05 «СЕРДЕЧНЫЕ РАНЫ». (16+)

10.35 «ТРИ ДОРОГИ». (16+)

14.10 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА». (16+)

2013 г. В ролях: Ирина Пегова, Андрей Чернышов, Юлия Тахшина

17.35 «ОТ СУДЬБЫ НЕ ЗАРЕКАЙСЯ». (16+)

2017 г. В ролях: Анна Михайловская, Анатолий Руденко, Наталья Ткаченко

21.00 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)

2020 г. В ролях: Шорена Шония, Дмитрий Белякин, Валентин Томусяк, Евгения Мьянская

00.25 «ОТДАЛЕННЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)

02.10 «Я ЕГО СПЕЛИЛА». (16+)

03.50 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.35 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)

03.30 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

04.45 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ». (16+)

06.35 «ЗАМЕРЗАЮЩАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

08.00 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)

09.30 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

11.20 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

2017 г. В ролях: Анна Михайловская, Анатолий Руденко, Наталья Ткаченко

12.50 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)

14.20 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)

15.50 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

17.30 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)

18.55 «ТОРНАДО». (16+)

20.30 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

21.50 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)

23.25 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ». (16+)

TV1000

06.35 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)

09.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)

10.55 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)

13.00, 13.55 «КЛОН». (16+)

14.55 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)

16.55 «ТРАССА 60». (16+)

19.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)

Фантастическая мелодрама, США, Канада, 2015 г.

21.15 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)

Романтическая комедия, Великобритания, США, 1998 г.

23.05 «УБИЙСТВА В...» (16+)

01.05 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

02.30 «МОЙ ЛУЧШИЙ ЛЮБОВНИК». (16+)

04.10 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ ПАРНЕМ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.15 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)

03.25 «ЖЕНИХ». (16+)

05.05 «ЧЕРНАЯ КОШКА, БЕЛЫЙ КОТ». (16+)

07.30 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)

09.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (18+)

11.50 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)

14.00 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)

16.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

17.50 «ТАКСИ 2». (16+)

19.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)

Комедия, Италия, 1980 г.

21.30 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)

23.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)

ДОМ КИНО

05.30 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)

07.10 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...» (16+)

09.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

12.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРИЙ». (16+)

14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

21.00 Вечер вместе. «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)

Россия, 2006 г.

Рота старшего лейтенанта Александра Доронинова, в которой служат молодые солдаты Константин Ветров и Александр Горшков, командирована на Северный Кавказ...

00.50 Вечер вместе. «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)

02.10 «ЛЕДОКОЛ». (16+)

04.10 «ДЫШИТЕ СВОБОДНО». (16+)

СУББОТА!

05.00, 12.05, 18.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки», «Машинные сказки», «Машинки страшлики», «Маша и Медведь: видеоролики (Выпуски о здоровье)». Мультсериалы. (0+)

11.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

17.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)

21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)

23.10, 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.10 Суббота News. (16+)

01.20, 02.10, 02.50, 03.30, 04.10 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)

04.45 «Корги по имени Моко. Новый питомец». Мультсериал. (0+)

СИНЕМА

07.00 «УЦЕЛЕНШАЯ». (18+)

08.35 «БАЗА «КЛЕЙТОН». (18+)

10.15 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)

11.55 «ОСТРОВ ИЛЛЮЗИЙ». (18+)

13.30 «ОВЕРДРАЙВ». (18+)

15.00 «БОЛЬШОЙ КУШ». (18+)

16.55 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (18+)

18.55 «13-Й РАЙОН». (18+)

20.20 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (18+)

22.00 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (18+)

23.30 «РАЗУМНОЕ СОМНЕНИЕ». (18+)

01.00 «ШИКАДА 3301: КВЕСТ ДЛЯ ХАКЕРА». (18+)

02.35 «АМЕЛИ». (16+)

04.25 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (16+)

06.00 «КРИЗИС ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.55 «ТАНЦЫ НА ВЫСОТЕ». (16+)

08.25 «ДЖОКЕР». (16+)

09.30 «ЭКСКЛЮЗИВ». (16+)

11.20 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

13.15, 14.15, 15.15, 16.10 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)

17.10 «БЕЗДНА». (12+)

19.20 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

21.00 «СОВЕСТЬ». (16+)

Мелодрама, Россия, 2021 г.

23.05 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)

00.45 «СОВСЕМ НЕ ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

02.30 «ВПЕРЕД!» (16+)

04.00 «ЭКСКЛЮЗИВ». (16+)

05.40 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)

06.15 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)

07.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)

08.50 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

10.25 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)

12.35 «ТЕКСТ». (16+)

15.00 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)

17.00, 18.05 «НЮХАЧ». (16+)

19.05 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)

20.55 «2 ДНЯ». (16+)

22.40 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)

00.10 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)

01.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)

02.55 «КОЛЛЕКТОР». (16+)

04.10 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.30 Мультфильмы. (0+)

07.00 «Волк и семеро козлят». Мультфильм. (0+)

07.15 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)

09.00 «ЧАЙКА». (16+)

10.45 «НЕПОДСУДЕН». (16+)

12.20 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (16+)

14.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТРОНИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)

15.20 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (16+)

16.35 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)

18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)

19.50 «МИМИНО». (16+)

21.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)

23.00 «ДНИ ТУРБИНЫ». (16+)

02.45 «СОРОК ПЕРВЫЙ». (16+)

04.15 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (16+)

05.50 «Снеговик-почтовик». Мультфильм. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.

10.00, 18.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА». (16+)

11.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА-7». (16+)

12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «ПРИИСК-2». (18+)

15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

Сериал. Драма, исторический фильм, Россия, 2014 г.

В ролях: Алексей Демидов, Карина Андоленко, Полина Уварова, Василиса Немцова, Агрипина Стеклова

СПАС

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)

19.30, 00.20 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)

20.20 Смерти вопреки. (16+)

21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.10 День Патриарха. (0+)

01.15 Апокалипсис. Глава 16. (16+)

02.20 Николо-Вяжицкий монастырь. (0+)

02.50 Византия. Жизнь после смерти. Раскол Церкви: мировая катастрофа. XI век. 14 серия. (0+)

Православный календарь

25 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 6.
Прп. Феофана исп., Сигрианского.



Прав. Финеевса. Свт. Григория Двоеслова, папы Римского. Прп. Симеона Нового Богослова. Св. Александра исп., пресвитера. Сщмчч. Иоанна, Константиана пресвитеров, прмч. Владимира. Сщмч. Сергия пресвитера. Лиддской-нерукотворной (на столпе) иконы Божией Матери.

Постный день.
«Если охотно слушаешь похвалы о себе, то нет в тебе страха Божия». Прп. Авва Исайя (Скитский)

7 ПЕРВЫЙ



11.00 Информационный канал. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 14.00 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ТРИГГЕР»: НОВЫЕ СЕРИИ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)
- 01.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «ОДНАЖДЫ В ЗАЛЕСЬЕ». (16+)
Василиса всё ближе подбирается к разгадке странных событий, происходящих в Залесье. Неожиданно она узнаёт, что Илью похитили. Если Василиса хочет снова увидеть сына живым, ей придется срочно найти для похитителя вертолёт.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)

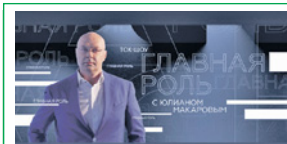
НТВ



13.25 «Чрезвычайное происшествие»

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
- 08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «САМОЗВАНЕЦ». (16+)
- 22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 00.55 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

РОССИЯ К Культура



19.45 Главная роль

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Театральная летопись
- 07.50 18.10 00.15 «В поисках истины»
- 08.40 «СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 01.05 XX век
- 13.00 К 80-летию со дня рождения Андрея Толубеева
- 13.40 «Роман в камне»
- 14.10 Искусственный отбор
- 14.55 22.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ ЭМБЕРСОНЫ»
- 15.45 «Белая студия»
- 16.30 «Библейский сюжет»
- 17.15 Великие голоса Большого
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 22.15 «Монолог в 4-х частях»
- 23.30 «Евгений Онегин»
- 02.00 «Учитель пения»

ТВЦ



11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 «ГАЛКА И ГАМАЮН». (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.35 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 17.00 «Крис Кельми. Рок, секс, алкоголь». (16+)
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.20 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ-3». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Дорогие товарищи. Последняя загадка Брежнева». (16+)
- 01.10 «Знак качества». (16+)
- 01.50 «Сталин против Ленина. Поверженный кумир». (16+)

РЕН



13.00 «Загадки человечества». (16+)

- 05.00 18.00 01.20 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (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 «Легенды и мифы». (16+)
- 17.00 02.05 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «МЕГАН: К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
- 22.00 «Безумные факты». (16+)
- 23.30 «ДЕТЕКТИВ НАЙТ: ИСКУПЛЕНИЕ». (18+)

ДОМАШНИЙ

- 07.10 Давай разведёмся! (16+)
- 08.10 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 00.35 «Порча». (16+)
- 12.40 «Знахарка». (16+)
- 13.15 «Верну любимого». (16+)
- 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.25 Гармоничная женщина. (16+)
- 14.40 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «МУЖ НА ДВОИХ». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)

ОТР

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
- 11.00 00.35 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
- 15.15 «ЛЮБОВНИК». (16+)
- 17.00 «Коллеги». (12+)
- 17.40 «Отчий дом». (12+)
- 20.45 03.30 «САРАНЧА». (16+)
- 22.30 «МОЙ СВОДНЫЙ БРАТ ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
- 00.25 «ИЙЭ». (12+)
- 01.30 «Вспомнить все». (16+)
- 02.50 «Моя история». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 18.10 «КОРДОН». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 19.15 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.30 «ЯДОВИТЫЕ ПЕСКИ». (18+)
- 01.20 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

че!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
- 07.40 Улётное видео. (16+)
- 09.30 Дорожные войны. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 13.00 Притворщики. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 18.00 Решала. (16+)
- 20.00 Притворщики. (16+)
- 22.00 Антиматия. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.10 Дорожные драмы. (16+)
- 05.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 05.25 10.10 «ОСТРОВ НЕ-НУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 14.10 «Дела судебные». (16+)
- 18.50 «Миллион за 5 минут». (16+)
- 19.30 21.40 «Игра в кино». (16+)
- 22.25 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (16+)
- 00.25 «Наше кино». (16+)
- 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 14.00 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 01.30 Топ-30. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 18.20 «10 самых!» (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 «Иванушки». (16+)
- 22.00 ВК Меломан. (16+)
- 23.00 ВК Неигры. (16+)
- 00.20 Наше. (16+)
- 03.15 Караокинг. (16+)

ПОБЕДА

- 04.35 «Путь к Победе». (16+)
- 05.35 «ПРИКАЗ: УНИЧОЖИТЬ». (16+)
- 07.10 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)
- 09.20 «ТАНКИСТ». (16+)
- 12.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей ЯК-3.
- 00.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
- 01.20 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)
- 03.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
- 04.20 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)

Ю

- 05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 10.35 Чад из ада. (12+)
- 12.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.20, 18.00 Мама в 16. (16+)
- Самое честное реалии о взрослении. Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16.
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Сериал. Турция, 2015-2017 гг.
- 01.55 Измены (субтитры). (16+)
- 03.40 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Боевые знамёна Отечества. (12+)
- 00.15 Освободители. (16+)
- 01.00, 04.50, 08.55 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)
- 01.45 Герои подполья. (12+)
- 02.00, 05.35, 16.30, 21.50 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 02.35 Русская история: Смутное время. (12+)
- 03.05, 06.55, 11.05 Без срока давности. (16+)
- 04.00 Земля: Пакт. (12+)
- 06.05 Русская история: Иван Грозный. (12+)
- 07.50, 19.15 Обыкновенная История. (6+)
- 08.00 Северный морской путь. (16+)
- 09.40 Русская история: Татаро-монгольское иго. (12+)
- 12.00 Самая дорогая награда. (12+)
- 12.50, 16.00, 21.10 Сквозь времена. (12+)
- 13.30 Русская история: Древнерусское государство. (12+)
- 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
- 17.00 Петергоф - жемчужина России: Монплеизир двора Петрова. (6+)
- 17.30 Семь дней истории. (12+)
- 17.50 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
- 20.00 Освобождение Европы: Битва в логове зверя. (12+)
- 20.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 22.15 Русская история: Территориальный рост России. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+, 6+)
- 07.00, 09.50, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 08.10 «Простоквашино». (0+)
- 08.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
- 09.15 «Чик-Чиркино». (0+)
- 10.45, 17.15 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25, 14.30, 21.05 «Барбоскины». (0+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 17.00 «Хранители Кью». (0+)
- 18.05 «Кот Басик». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.15 «Деревяшки». (0+)
- 20.30 «Геройчики». (0+)
- 21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 22.00 «Фиксики». (0+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00 «ДиноСити». (0+)
- 08.00 «Бодо Бородо. Букварь». (0+)
- 08.35 «Бодо Бородо. Путешествия». (6+, 0+)
- 10.00, 16.30, 21.00 «Простоквашино». (0+)
- 11.30, 22.30 «Царевны». (0+)
- 13.00 «Три кота». (0+)
- 18.00 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
- 19.30 «Приключения Пети и Волка». (12+, 6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Летающие звери», «Мальши и летающие звери», «Бодо Бородо. Путешествия», «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
- 09.25 «Беби Борн». (0+)
- 09.35 «Барбоскины». (0+)
- 10.45 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)
- 11.15 «Джи-Джи Бонд: Супергерончик». (6+)
- 11.30 «Приключения Мегашенков». (0+)
- 11.50 «ДиноСитер». (6+)
- 12.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 13.20 «Отважные дракончики». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Крутой Майк». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис». (0+)
- 17.10 «Геройчики». (0+)
- 18.45 «Лунтик». (0+)
- 20.20 «Отель у овечек». (0+)
- 20.55 «Макс и Кряк». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Буба». (6+)
- 22.10 «Спинфайтеры». (6+)
- 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.30 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Смешарики». (0+)
- 03.20 «Фиксики». (0+)

ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

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

14.00 15.05 17.15 03.35 «БОЕВАЯ ЕДИНИЦА». (16+)

20.10 «Секретные материалы». (16+)

22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)

23.15 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)

СТС

06.00 «Три кота». (0+)

08.10 «Кунг-фу воин». (6+)

09.50 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)

11.55 «МОЙ ДРУГ РОБОТ». (6+)

14.00 «ИГРЫ С ОГНЁМ». (6+)

16.00 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)

17.55 «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ». (16+)

20.00 «ИСКУССТВО ОГРАБЛЕНИЯ». (16+)

21.55 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)

00.00 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)

01.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)

04.45 «Три кота». (0+)

МАТЧ!

07.00 13.00 15.25 Новости

09.55 Футбол. Аргентина - Бразилия. Чемпионат мира-2026. Отборочный турнир. (6+)

11.55 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Прямая трансляция

13.05 «Вид сверху». (12+)

13.35 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция

19.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция

22.00 Бильярд. BetBoom

01.00 «Футбол на все времена». (12+)

78

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 22.00 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 23.00 01.30 02.25 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 05.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «300 лет РАН». (12+)

15.30 01.00 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 «Не факт». (12+)

17.15 «Русская Арктика. Великий северный путь». (16+)

19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)

19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

23.15 «Легенды советского сыска». (16+)

01.45 «Доказательства вины». (16+)

СПБ

12.10 «Объясним ПРО». (12+)

07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

12.40 13.20 «ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ». (12+)

13.10 15.15 19.20 22.30 Новости спорта. (12+)

15.45 «БЛАГОЧЕСТИВАЯ МАРТА». (12+)

18.45 «Пушкин. Наше. Всё». (6+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Дайджест событий Санкт-Петербурга». (6+)

21.00 «Мужчины/Женщины». (16+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 04.10 «Степень защиты». (16+)

22.50 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)

00.45 «ДОЖИТЬ ДО РАССВЕТА». (16+)

ЛЕНТВ 24

20.30 «ЛенТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

09.05 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)

11.15 «Больше, чем любовь». (12+)

12.00 13.15 «ШТРАФНИК». (16+)

14.15 01.20 «Лучшие самолёты Сухого». (16+)

16.00 «Мир на грани». (16+)

17.15 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ТАЙНА ОГНЕННЫХ РУН». (16+)

19.15 «Неспокойные ночи ЛизаАлерт». (16+)

19.40 «ЛЕКАТОР». (16+)

20.30 «ЛенТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «ЛЮБОВЬ НА ДВА ПОЛЮСА». (16+)

23.40 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)

02.40 «СЛЕДЫ НА ВОДЕ». (16+)

ТНТ

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

19.00 «УНИВЕР: МОЛОДЫЕ». (16+)

21.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

22.00 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (12+)

00.25 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!». (16+)

02.05 «МАЛЕНЬКИЕ ЧУДОВИЩА». (18+)

5

05.00 Известия. (16+)

05.25 «СЛЕД». (16+)

08.25 «Новая». (12+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «СЛЕД». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

22.20 «СВОИ-6». (16+)

23.05 «СВОИ-3». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СВОИ-6». (16+)

01.20 «СВОИ-3». (16+)

02.05 «СВОИ-2». (16+)

ПЯТНИЦА

05.30 Пробный переезд. (16+)

06.10 Пятница News. (16+)

06.50 Руссо-экспрессо. (16+)

08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)

11.00 Адский шеф. (16+)

14.20 Черный список. На кухне. (16+)

19.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)

21.40 Молодые ножи. (16+)

00.10 «КАРДИОГРАММА». (12+)

01.30 Пятница News. (16+)

02.00 На ножах. (16+)

03.30 Гастротур. (16+)

РОССИЯ 24

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

РОССИЯ 24

РОССИЯ 24

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

07.10 «ОТ СУДЬБЫ НЕ ЗАРЕКАЙСЯ». (16+)

10.35 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)

13.55 «ОСТОРОЖНО! ВХОД РАЗРЕШЕН». (16+)

15.45 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)

17.25 «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ». (16+)

2017 г. В ролях: Кирилл Гребенщиков, Антонина Дивина, Ефим Петруни

21.00 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ». (16+)

2013 г. В ролях: Елена Астахова, Иван Стебунов, Михаил Жигалов

00.30 «КРАСОТА НЕБЕСНАЯ». (16+)

04.00 «ОСТОРОЖНО! ВХОД РАЗРЕШЕН». (16+)

05.35 «ОТДАЛЕННЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.15 «МАТЧ ПОИнт». (18+)

03.20 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

05.10 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)

06.40, 23.55 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

08.20 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)

09.45 «ТОРНАДО». (16+)

11.20 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

12.40 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)

14.15 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)

16.15 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

17.30 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

19.00 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)

20.30 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)

22.10 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)

TV1000

05.35 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)

07.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)

09.20 «УБИЙСТВА В...». (16+)

11.15 «РАССА 60». (16+)

13.20, 14.20 «КЛОН». (16+)

15.20 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

17.05 «НЯНЬКИ». (16+)

19.00 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)

Комедийный боевик, США, 2010 г.

20.50 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)

Боевик, Китай, 2020 г.

23.00 «УБИЙСТВА В...». (16+)

00.55 «ПОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)

03.15 «ПОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». (16+)

05.15 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО

05.40 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)

07.10 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». (16+)

09.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

12.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРИ». (16+)

14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

21.00 Вечер вместе. «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКолова!» (16+)

Актер-неудачник Илья получает от судьбы шанс - топовая радиопрограмма готова принять его в свою команду ведущим.

22.50 Вечер вместе. «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» (16+)

00.40 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)

02.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)

03.55 «ТОБОЛ». (16+)

СУББОТА!

05.00, 06.30, 10.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки», «Машинные сказки», «Машинки страшлики», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

06.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

10.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)

21.00, 22.20 Чикили. (16+)

23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.30 Суббота News. (16+)

01.40, 02.30, 03.10, 03.50 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)

04.40 «Корги по имени Моко. Новый питомец», «Корги по имени Моко». Мультсериалы. (0+)

СПАС

20.25 Лики Богородицы: Феодоровская икона Божией Матери. (0+)

05.10 «КУТУЗОВ». (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 Смерти вопреки. (16+)

12.10 День Патриарха. (0+)

12.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.25, 13.55, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (0+)

16.35 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.25 Лики Богородицы: Феодоровская икона Божией Матери. (0+)

20.55 Молчание. (0+)

21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.25 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.20 День Патриарха. (0+)

00.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

01.20 Апокалипсис. Глава 17. (16+)

02.25 Молчание. (0+)

02.50 Византия. Жизнь после смерти. Крестовые походы. XI-XII века. 15 серия. (0+)

СИНЕМА

07.45 «КОЛОМБИАНА». (16+)

09.30 «ОГРАБЛЕНИЕ ВЕКА». (18+)

11.05 «СВЯТЫЕ ИЗ БУНДОКА». (18+)

12.55 «АДРЕНАЛИН: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)

14.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)

16.15 «ГАНМЕН». (18+)

18.10 «АННА». (18+)

Франция, США, 2019 г.

20.05 «МАЛЫШКА НА ДРАЙВЕ». (18+)

Южная Корея, 2022 г.

22.00 «ДЕРЗКОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (18+)

Южная Корея, 2021 г.

23.55 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (18+)

01.50 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)

03.55 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

05.50 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.25 «СУМРАК». (16+)

09.25, 10.20, 11.20, 12.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)

13.20 «БЕЗДНА». (12+)

15.30 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

17.10 «СОВЕСТЬ». (16+)

19.15 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)

21.00 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)

Мелодрама, Россия, 2021 г.

22.50 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

Детектив, военный, Россия, 2017 г.

00.30 «ЭКСПЛУЗИВ». (16+)

Детектив, Россия, 2021 г.

02.10 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

03.50, 04.45, 05.35 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-3 серии. (16+)

TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Три кота», «Простоквашино». Мультсериалы. (6+)

07.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)

08.50 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)

10.40 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)

12.20 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)

13.45, 00.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)

15.20, 02.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)

17.00, 18.00 «НЮХАЧ». (16+)

19.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

20.55 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)

23.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (18+)

03.35 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)

05.15 Мультфильм. (6+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.15 «Мальчик из Неаполя». Мультфильм. (16+)

06.35 «Дюймовочка». «Ох и Ах идут в поход», «Кошкин дом». Мультфильмы. (0+)

07.50 «ТРАКТОРИСТЫ». (16+)

09.25 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (16+)

11.30 «ОТЕЛЛО». (12+)

13.25 «ПРИНЦЕССА ЦИРКА». (16+)

16.05 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (16+)

17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)

19.40 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)

22.15 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (16+)

00.00 Парадоксы Алексея Петренко. (16+)

00.50 «АГОНИЯ». (18+)

03.10 «БЕЗ СОЛНЦА». (18+)

04.55 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)

12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов

13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

Сериал. Авантюрная мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Александр Дьяченко, Виктор Сергачев, Денис Яковлев, Наталья Лукеичева

14.00, 22.00, 06.00 «ПРИИСК-2». (18+)

15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

СТС LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)

07.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

09.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

12.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

В ходе тренинга персонал меняется должностями друг с другом...

16.55 «КУХНЯ». (12+)

Макс ищет гипнотизёра, который расплачивается настоящими деньгами...

23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

Полина узнаёт, что Лёша летает с другой девушкой-пилотом. Жанна сводит татуировки с именами бывших парней, а Толян и Макс оказываются на даче Степанова...

01.25 «РАНЕТИ». (16+)

05.15 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

Православный календарь

26 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 6.
Перенесение мощей свт. Никифора, патриарха Константинопольского.

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

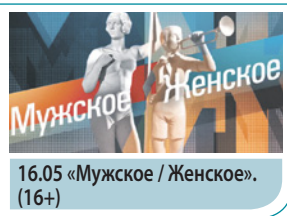
Постный день.

Православный календарь

«...Похвалы возвышают и надмевают душу; когда же душа вознесется, тогда объёмлет ее гордость, которая возводит до небес и низводит до бездн».

Прп. Иоанн Лествичник

7 ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 **«ТРИГГЕР»: НОВЫЕ СЕРИИ**. (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 **«ЗАЦЕПКА»**. (12+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 **«ОДНАЖДЫ В ЗАЛЕСЬЕ»**. (16+)
Ловушка Василисы срабатывает. После её сообщения по телевидению убийца является в больницу, чтобы добить свою жертву, якобы выжившую блондинку с трассы. Но попытка задержать его оборачивается трагедией.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 **«ЗАЦЕПКА»**. (12+)
- 03.00 Вести
- 03.30 **«ЗАЦЕПКА»**. (12+)
- 04.29 Перерыв в вещании

НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.45 **08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ»**. (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 19.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 **«САМОЗВАНЕЦ»**. (16+)
- 22.15 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ»**. (12+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ»**. (12+)
- 00.55 «Поздняков». (16+)
- 01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 02.05 **«ЧУЖОЙ РАЙОН»**. (16+)

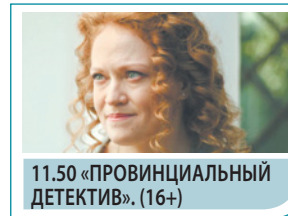
РОССИЯ К Культура



20.05 Открытая книга

- 06.30 Царица Небесная
- 07.05 Театральная летопись
- 07.55 18.10 00.15 «В поисках истины»
- 08.45 **«СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.10 XX век
- 13.00 Линия жизни
- 13.55 «Белое море: вчера, сегодня, завтра»
- 14.10 02.10 «Твербуль, или Пушкинская верста»
- 14.55 **22.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ ЭМБЕРСОНЫ»**
- 15.45 «2 Верник 2»
- 16.30 Моя любовь - Россия!
- 17.15 Великие голоса Большого
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Экипаж». Запас прочности»
- 21.30 «Энигма»
- 22.15 «Монолог в 4-х частях»
- 23.30 «Евгений Онегин»

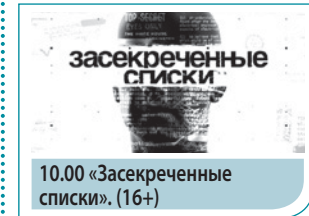
ТВЦ



11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 **«ГАЛКА И ГАМАЮН»**. (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 **«ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ»**. (16+)
- 13.45 04.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 **02.35 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ»**. (16+)
- 16.55 «Ренат Ибрагимов. Усталый многоженец». (16+)
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.20 **«ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ»**. (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы. По своим правилам». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Настоящий детектив. Контрольный выстрел». (16+)

РЕН



10.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 01.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 **«ЗОЛОТОЙ КОНВОЙ»**. (16+)
- 22.30 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 **«ДЕТЕКТИВ НАЙТ: НЕЗАВИСИМОСТЬ»**. (18+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 **«ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ»**. (16+)
- 19.00 **«УКРОЩЕНИЕ УКРОТИТЕЛЬНИЦЫ»**. (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)

ОТР

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
- 08.05 08.35 Пёстрый мир
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
- 11.00 **00.35 «ОДНОЛЮБЫ»**. (16+)
- 15.15 **«ИМПЕРАТОР»**. (16+)
- 17.00 Родительское собрание
- 20.45 **03.30 «САРАНЧА»**. (16+)
- 22.30 **«НАД ТЕМНОЙ ВОДОЙ»**. (16+)
- 00.05 **«НОЧЬ»**. (16+)
- 01.30 «Вспомнить все». (16+)
- 02.50 «Коллеги». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 **«БИМ»**. (16+)
- 09.45 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 **«КОРДОН»**. (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 **«КОРДОН»**. (16+)
- 19.15 **«ЛЕСНИК»**. (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 **«ЛЕСНИК»**. (16+)
- 23.30 **«УЦЕЛЕВАША»**. (16+)
- 01.20 **«ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА»**. (16+)

че!

- 06.00 **«СОЛДАТЫ-14»**. (16+)
- 07.40 Улётное видео. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 13.00 Притворщики. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 18.00 Решала. (16+)
- 20.00 Притворщики. (16+)
- 22.00 Антимагия. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.15 Дорожные драмы. (16+)
- 05.20 **«СОЛДАТЫ-14»**. (16+)

МИР

- 06.15 **10.10 «ОСТРОВ НЕ-НУЖНЫХ ЛЮДЕЙ»**. (16+)
- 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 14.10 «Дела судебные». (16+)
- 18.50 «Миллион за 5 минут». (6+)
- 19.30 21.40 «Игра в кино». (16+)
- 22.25 **«НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН»**. (16+)
- 00.05 «Наше кино». (16+)
- 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 14.00 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 17.00 Короли чартов. (16+)
- 18.20 Хит-сториз. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 «Унесённые временем». (16+)
- 22.00 ВК Неигры. (16+)
- 23.20 ВК Контакты. (16+)
- 00.20 Лихие хиты. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

ПОБЕДА

- 05.40 «Путь к Победе». (16+)
- 06.40 «ТАНКИ». (16+)
- 08.15 «ЛЕТЧИК». (16+)
- 10.00 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+)
- 17.40 «СНАЙПЕР ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (16+)
- 20.45 «СНАЙПЕР ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
- История непримиримого противостояния двух профессиональных снайперов, старшего лейтенанта особого отдела Егорова и лейтенанта Лотера Фон Дибича.
- 00.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 02.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
- 03.30 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

Ю

- 05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 10.35 Чад из ада. (12+)
- 12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.30, 18.00 Беременна по обману. (16+)
- Первое реалити про женщин, которые стали жертвами обмана со стороны женатых мужчин.
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.55 Измены (субтитры). (16+)
- Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну.
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Земля: Пакт. (12+)
- 00.50, 05.00 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)
- 01.35, 13.30, 17.35, 21.30 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 02.05 Русская история: Иван Грозный. (12+)
- 02.55 Без срока давности: Открывая шкаф позора. (16+)
- 03.50 Северный морской путь. (16+)
- 04.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 05.45 Русская история: Татаро-монгольское иго. (12+)
- 07.10 Без срока давности: Эшелоны смерти. (16+)
- 08.00 Самая дорогая награда. (12+)
- 08.50, 12.55, 16.45, 20.55 Сквозь времена. (12+)
- 09.30 Русская история: Древнерусское государство. (12+)
- 11.25, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
- 12.00 Боги Египта. (16+)
- 14.00 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
- 16.00 Освобождение Европы: Битва в логове зверя. (12+)
- 17.25 Семь дней истории. (12+)
- 18.05 Русская история: Территориальный рост России. (12+)
- 19.15 Обыкновенная История: Зонт. История 2. (6+)
- 20.00 Это подкаст. История. (12+)
- 22.00 Русская история: Женщины во власти. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+, 6+)
- 07.00, 09.50, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 08.05 «Простоквашино». (0+)
- 08.40 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.10 «Котенок Кнопка и его друзья». (0+)
- 09.15 «Чик-Чириконо». (0+)
- 10.45, 17.15, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25, 14.25, 21.05 «Барбоскины». (0+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 17.00 «Хранители Кью». (0+)
- 18.05 «Кот Басик». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (6+)
- 19.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.15 «Деревяшки». (0+)
- 20.30 «Геройчики». (0+)
- 21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Летающие звери», «Мальши и летающие звери», «Бодо Бородо. Путешествия», «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.40 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
- 09.25 «Беби Борн». (0+)
- 09.35 «Барбоскины». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- 11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергерончик». (6+)
- 11.20 «Приключения Мегащенков». (0+)
- 11.35 «Диностер». (6+)
- 11.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 13.20 «Отважные дракончики». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Крутой Майк». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис». (0+)
- 17.10 «Геройчики». (0+)
- 18.45 «Лунтик». (0+)
- 20.20 «Отель у овечек». (0+)
- 20.55 «Макс и Кряк». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Буба». (6+)
- 22.10 «Спинфайтеры». (6+)
- 22.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.30 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Смешарики». (0+)
- 03.20 «Фиксики». (0+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуются детям любого возраста (6+) не рекомендуются детям до 6 лет (12+) не рекомендуются детям до 12 лет (16+) не рекомендуются лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуются 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.

ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 00.50 «ОТЯГ СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

13.25 15.05 17.15 03.30 «ЖДИ МЕНЯ». (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

19.55 «По горячим следам». (16+)

20.10 «Код доступа». (12+)

22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)

23.15 «КОНТРАБАНДА». (12+)

СТС

07.55 «Стопроцентный волк». (12+)

09.45 «ВОЛШЕБНОЕ ЗЕРКАЛО». (6+)

11.40 «ДОЛИНА РЫЦАРЕЙ». (12+)

13.40 «РОБИН ГУД И ХРАНИТЕЛИ ЛЕСА». (12+)

15.45 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)

17.55 «ПОЛОЖЕНИЕ ВЕЩЕЙ». (16+)

20.00 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

22.35 «ШУТКИ В СТОРОНУ». (16+)

00.20 «АГЕНТ РАЗВЕДКИ». (18+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

07.00 10.00 15.00 Новости

11.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)

13.00 «Большой хоккей». (12+)

13.30 16.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция

15.10 Боулинг. BetBoom Кубок КЛБ. Про-тур. Прямая трансляция из Ижевска

19.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция

23.10 Евротур. (12+)

00.00 «Роджер Федерер». (12+)

02.00 Бокс. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция

78 78 КАНАЛ

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 20.00 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.15 23.00 01.30 02.25 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «300 лет РАН». (12+)

15.30 01.00 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 «Не факт». (12+)

17.15 «Русская Арктика. Великий северный путь». (16+)

19.30 22.30 «Stofoff». (16+)

20.45 «СССР. Знак качества». (12+)

23.15 «Легенды советского сыска». (16+)

01.45 «Доказательства вины». (16+)

02.40 «Ночное вещание». (16+)

СПБ

12.40 «Морские вести». (12+)

07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

12.40 «Морские вести». (12+)

13.20 «Дайджест событий Санкт-Петербурга». (6+)

13.35 «Город и люди». (6+)

14.20 15.45 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)

17.05 «УСПЕХ». (16+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Ключ к профессии». (12+)

21.00 «Мужчины/Женщины». (16+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 04.20 «Степень защиты». (16+)

22.50 «ДЕВИЧЬЯ ВЕСНА». (16+)

00.45 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (16+)

03.10 «ЗА КУЛИСАМИ». (16+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ24

06.00 «Новое утро». (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

09.05 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

11.15 «Больше, чем любовь». (12+)

12.00 13.15 «ШТРАФНИК». (16+)

14.15 «Лучшие самолёты Сухого». (16+)

15.35 Магия вкуса. (12+)

17.15 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)

19.15 «Неспокойные ночи «ЛизаАлерт». (16+)

19.40 «ЛЕНТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «ДРУЗЬЯ». (16+)

23.40 «АРТИСТ И МАСТЕР ИЗОБРАЖЕНИЯ». (16+)

02.40 «ЛЮБОВЬ НА ДВА ПОЛЮСА». (16+)

ТНТ ТНТ

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

19.00 «УНИВЕР: МОЛОДЫЕ». (16+)

21.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

22.00 «МУШКЕТЁРЫ В 3Д». (12+)

00.05 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)

02.05 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (18+)

03.40 «Однажды в России». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)

05.25 «СЛЕД». (16+)

07.55 Ваше здоровье! (12+)

08.30 День ангела. (0+)

08.55 Знание - сила. (0+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «СЛЕД». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

22.20 «СВОИ-6». (16+)

23.05 «СВОИ-3». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СВОИ-6». (16+)

01.15 «СВОИ-3». (16+)

02.05 «СВОИ-2». (16+)

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

05.50 Пробный переезд. (16+)

06.20 Пятница News. (16+)

07.00 Руссо-экспрессо. (16+)

08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)

11.10 Адский шеф. (16+)

14.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)

19.00 Большие девочки. (16+)

21.30 Умнее всех. (6+)

22.40 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)

01.10 «ПОЭТ». (18+)

02.50 Пятница News. (16+)

03.20 На ножах. (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

07.25 «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ». (12+)

11.00 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ». (16+)

14.30 «СЛУЧАЙНЫЙ ПОПУТЧИК». (16+)

16.10 «УПАКОВАННЫЕ». (16+)

17.45 «СЕРЬЕЗНЫЕ ОТНОШЕНИЯ». (16+)

2013 г. В ролях: Таисия Вилкова, Антон Хабаров, Юлия Майборода

21.00 «ИМЕТЬ КАК ЛЕКАРСТВО». (16+)

2017 г. В ролях: Агата Муцениеце, Татьяна Колганова, Игорь Сивов, Алексей Коряков

00.25 «МАМА ПОНЕВОЛЕ». (16+)

02.25 «БЕЗ МЕНДЕЛЬСОНА». (16+)

04.20 «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.35 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)

03.05 «ТОРНАДО». (16+)

04.35 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)

06.35 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

07.50 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

09.20 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)

10.45 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)

12.30 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)

14.15 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)

15.40 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

17.30 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

18.50 «РАДИОСПЫШКА». (16+)

20.30 «К-19». (16+)

22.35 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.55 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕ-МЫЙ». (12+)

04.25 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)

06.25 «АСТЕРИК И ОБЕЛИК ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

08.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)

10.40 «Я ХУДЕЮ». (16+)

12.35 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

14.25 «ТАКСИ 2». (16+)

16.00 «КИЛЛЕРЫ». (18+)

17.50 «ТАКСИ 4». (16+)

Боевик, Франция, 2007 г.

19.30 «ЗА ПАЛЫЧА!» (12+)

Комедия, военная драма, Россия, 2023 г.

21.15 «ВАСАБИ». (18+)

Боевик, триллер, комедия, драма, Франция, Япония, 2001 г.

23.00 «АСТЕРИК И ОБЕЛИК В БРИТАНИИ». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.35 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)

07.10 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...» (16+)

09.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

12.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРИЙ». (16+)

14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

21.00 Вечер вместе. «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (12+)

22.25 Вечер вместе. «ЗОЛУШКА». (12+)

00.05 «ЕЛКИ ЛОХМАТЫЕ». (16+)

Влюблённая парочка - собаки Пират и Йоко - сбегали из отеля для собак, куда их поместили хозяева на время своего отсутствия.

01.35 «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (16+)

03.50 «ГАРДЕМАРИНЫ III». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 07.25, 17.05 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки», «Машинные сказки», «Машинки страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

07.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

16.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)

21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)

23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.25 Суббота News. (16+)

01.40, 02.30, 03.10, 03.50 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)

04.30 «Корги по имени Моко. Новый питомец», «Корги по имени Моко», «Корги по имени Моко. Домашние животные». Мультсериалы. (0+)

СИНЕМА

07.40 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)

09.20 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (16+)

11.25 «ГРЕНЛАНДИЯ». (18+)

США, Великобритания, 2020 г.

13.30 «ВИРУС». (18+)

Южная Корея, 2013 г.

15.35 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)

США, 2010 г.

18.00 «СКАНДАЛ». (18+)

США, Канада, 2019 г.

19.50 «ПРИЗРАК». (18+)

Франция, Германия, 2009 г.

22.00 «ОПАСНАЯ ИГРА СЛОУН». (18+)

США, Франция, 2016 г.

00.25 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (18+)

02.15 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)

04.25 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.30 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 4 серия. (16+)

07.25 «ЗАЛИНИЯ». (16+)

09.50 «БЕЗДНА». (12+)

11.55 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

13.35 «СОВЕСТЬ». (16+)

15.40 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)

17.25 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)

19.15 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

21.00 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)

22.55 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)

Комедия, приключения, Россия, 2020 г.

00.25, 01.15, 02.10, 03.00 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)

03.55 «БЕЗДНА». (12+)

05.45 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.05, 06.35, 05.45 Мультфильмы. (0+)

06.20 «Подпись неразборчива». Мультфильм. (16+)

07.55 «МАЛЫШКИ». (16+)

09.35 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)

11.30 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОН». (16+)

13.15 «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ». (16+)

15.40 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (16+)

18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)

19.40 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)

22.00 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (16+)

00.00 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (16+)

00.50 «ДЕТИ СОЛНЦА». (16+)

03.40 «ЗАГАДОЧНЫЙ НАСЛЕДНИК». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко, Татьяна Абрамова, Олег Алмазов, Александр Орав

12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «ПРИСК-2». (18+)

Сериал. Детектив, Россия, 2006 г. В ролях: Ярослав Бойко, Алексей Зубков, Сергей Селин, Наталья Ткаченко, Борис Хвошнянский

15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)

07.00 «Царевич». Мультсериал. (0+)

09.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

11.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

Из-за ремонта в квартире Даша берёт деньги на работу. Юлия своими методами хочет наладить личную жизнь подружки...

16.55 «КУХНЯ». (12+)

Виктор и Максим на спор готовят рыбу фуру.

23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

Лёша из любви к матери изображает любовь с Полиной. Жанна и Костя расстаются из-за постоянных перелётов Жанны. Степанов хочет пригнать Толяна...

01.25 «РАНЕТИ». (16+)

05.15 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ДВА ДРУГА». (0+)

СССР, 1954 г.

06.30 «Божий дар». Мультфильм. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 Лики Богородицы: Феодоровская икона Божией Матери. (0+)

11.35 Царица Небесная: Икона Феодоровской Божией Матери. (0+)

12.10 День Патриарха. (0+)

12.20 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.20, 13.50, 14.15 Монастырская кухня. (0+)

14.45 «ГЕРОИ ШИПКИ». (0+)

17.15 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (6+)

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30, 00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.25, 02.05 Военкоры-3. Он молится на языке Бога. (16+)

21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.25 День Патриарха. (0+)

01.25 Апокалипсис. Глава 18. (16+)

02.55 Византия. Жизнь после смерти. 16 серия. (0+)

Православный календарь

27 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 6.
Прп. Венедикта Нурсийского.



Свт. Евхимона исп., еп. Лампсакийско-о. Блгв. вел. кн. Ростислава-Михаила. Свт. Феогноста, митр. Киевского и всея Руси. Феодоровской иконы Божией Матери.

Постный день.

« Когда чувствуешь, что преисполняешься гордостью, то знай, что это похвалял других тебя надмевают. Прп. Амвросий Оптинский (Гренков) »

ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 «Модный приговор». (0+)
 10.10 «Жить здорово!». (16+)
 11.00 12.15 14.00 Информационный канал. (16+)
 13.30 «АнтиФейк». (16+)
 15.15 «Давай поженимся!». (16+)
 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
 17.00 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
 19.45 «Поле чудес». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)
 23.55 Премьера. «30 лет вместе». «Больше, чем спорт». (12+)
 01.30 Подкаст.Лаб. (16+)

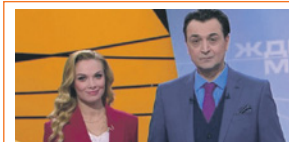
РОССИЯ 1



17.00 Прямой эфир. (16+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.30 Местное время
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 Вести. Местное время
 12.00 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
 16.30 Вести
 17.00 Прямой эфир. (16+)
 18.00 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
 21.30 «Один в один». (12+)
 00.50 «АБРИКОЛЬ». (12+)
 У знаменитого бильярдиста Германа, прославившегося благодаря своему фирменному удару «абриколь», во время празднования дня рождения исчезает реликвия. Похищен золотой шар, инкрустированный бриллиантами, который Герман когда-то выиграл у итальянского мафиози.
 04.38 Перерыв в вещании

НТВ



17.55 «Жди меня». (12+)

- 05.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
 08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 16.45 «ДНК». (16+)
 17.55 «Жди меня». (12+)
 19.00 «Сегодня»
 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 20.00 «САМОЗВАНЕЦ». (16+)
 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
 02.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
 02.45 «Инфоцит». (16+)
 03.20 «Квартирный вопрос». (0+)
 04.15 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

РОССИЯ К



14.20 «Роман в камне»

- 06.30 «Пешком...»
 07.05 Театральная летопись
 07.50 17.55 «В поисках истины»
 08.45 «ТИХОНЯ»
 10.15 Шедевры старого кино
 12.00 Открытая книга
 12.45 19.45 Линия жизни
 13.40 «Экипаж». Запас прочности»
 14.20 «Роман в камне»
 14.55 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ ЭМБЕРСОНЫ»
 15.45 «Энигма»
 16.30 Письма из провинции
 17.15 Великие голоса Большого
 18.45 «Царская ложа»
 20.45 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...»
 22.25 «2 Верник 2»
 23.30 «А. Пушкин. «Евгений Онегин»
 00.15 «ОНИ ШЛИ ЗА СОЛДАТАМИ»
 02.10 «Искатели»
 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

- 06.00 «Настроение»
 08.20 11.50 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА». (12+)
 11.30 События
 12.35 15.05 «ТАЛИСМАН ЧЕМПИОНКИ». (16+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 17.00 «Актёрские драмы. Трудные дети». (16+)
 17.50 События
 18.05 «Петровка, 38». (16+)
 18.20 «ВСТРЕЧА НА ВСТРЕЧКЕ». (16+)
 20.05 «С НОВЫМ СЧАСТЬЕМ!» (16+)
 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
 23.05 «Приют комедиантов». (12+)
 00.30 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (12+)
 02.10 «Михаил Евдокимов. Кроме шуток». (16+)
 02.50 «Рыцари советского кино». (16+)
 03.30 «Москва резиновая». (16+)
 03.50 «ОТЕЛЬ «СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА». (16+)

РЕН



17.00 «Главные тайны мира». (16+)

- 05.00 18.00 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
 10.00 15.00 «Засекреченные списки». (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+)
 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
 20.00 «ПОБЕГ ИЗ ПРЕТОРИИ». (16+)
 22.00 «ПЛАН ПОБЕГА-2». (16+)
 23.55 «ПЛАН ПОБЕГА-3». (18+)
 01.35 «ВЗАПЕРТИ». (18+)

ДОМАШНИЙ

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
 08.30 Тест на отцовство. (16+)
 10.45 23.45 «Понять. Простить». (16+)
 11.55 00.55 «Порча». (16+)
 13.00 01.55 «Знахарка». (16+)
 13.35 «Верну любимого». (16+)
 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
 14.45 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
 19.00 «ЭХО ПРОШЛОГО». (16+)
 23.30 Гармоничная женщина. (16+)

ОТР

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
 11.00 «Человек и судьба». (12+)
 11.25 «Почитаем!» (12+)
 11.45 «Нескучное дело». (12+)
 15.15 «КУЛЬТ ПОХОД В ТЕАТР». (12+)
 16.45 «Тайны в искусстве». (16+)
 20.45 «ПОДМОСКОВНЫЕ ВЕЧЕРА». (16+)
 22.25 «ВЕЛИКИЙ». (16+)
 00.10 «АНГЕЛЫ РЕВОЛЮЦИИ». (18+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 08.30 15.00 Новости. (16+)
 08.40 10.45 «Порча». (16+)
 10.15 Новый день. (16+)
 14.00 15.10 Вернувшиеся. (16+)
 16.20 18.10 «Слепая». (16+)
 18.00 23.00 Новости. (16+)
 19.15 «ОККУПАЦИЯ». (16+)
 21.45 23.10 «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА». (16+)
 00.00 «ЛОЖНАЯ ПАМЯТЬ». (18+)
 02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

че!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
 Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.
 07.00 «+100500». (16+)
 14.00 Улётное видео. (16+)
 19.00 Притворщики. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 02.40 Дорожные войны. (16+)
 05.20 Тревел-блог Че! (16+)

МИР

- 06.15 10.10 «ОСТРОВ НЕ-НУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
 14.10 «Дела судебные». (16+)
 18.50 «Игра в кино». (16+)
 19.40 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
 21.40 «ЗНАХАРЬ». (16+)
 00.25 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (16+)
 02.00 «Наше кино. История большой любви». (16+)

МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
 08.10 Teen чарт. (16+)
 09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
 10.00 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
 11.00 Лига свежих клипов. (16+)
 11.30 Без кутюр. (16+)
 12.00 Top15 Like FM. (16+)
 13.00 Хиты по-русски. (16+)
 15.20 В десятку! (16+)
 16.00 Самый лучший день. (16+)
 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
 18.20 Муз-ТВ-2022. (16+)
 22.20 Народное диско. (16+)
 23.00 Dance чарт. (16+)
 00.00 Танцпол. (16+)

ПОБЕДА

- 05.05 «Путь к Победе». (16+)
 06.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+)
 08.30 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)
 Небольшой поселок на Урале. Там живет ничем непримечательная семья Морозовых, в которой воспитываются четверо детей: два брата и две сестры. Всех их пропустит через мясорубку Великая Отечественная война, всем им предстоит узнать, что такое сметающая все преграды любовь, безутешное горе и настоящее счастье.
 00.00 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
 01.20 «СМЕРШ». (16+)
 03.30 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)

Ю

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
 10.00 Жизнь после шоу. (16+)
 12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
 16.30, 17.40 Статус: Неравный брак. (16+)
 Это истории влюбленных пар, которые столкнулись с непониманием родственников и знакомых из-за большой разницы в возрасте.
 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
 01.55 Измены (субтитры). (16+)
 03.40 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Северный морской путь. (16+)
 00.55 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)
 01.40, 05.30 Русская история. (12+)
 03.05 Без срока давности. (16+)
 04.00 Самая дорогая награда. (12+)
 04.50, 08.55, 13.10, 16.55 Сквозь времена. (12+)
 07.25, 11.25, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
 08.00 Боги Египта. (16+)
 09.30, 13.50, 21.45 Трудные вопросы истории России. (12+)
 10.00 Русская история: Войны домперского периода. (12+)
 12.00 Освобождение Европы. (12+)
 12.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
 14.15 Русская история: Территориальный рост России. (12+)
 16.00 Это подкаст. История. (12+)
 17.30 Семь дней истории. (12+)
 17.45 Русская история: Женщины во власти. (12+)
 19.15 Обыкновенная История. (6+)
 20.00 Боевые знамёна Отечества. (12+)
 20.15 Освободители. (16+)
 21.00 Малоизвестные морские бои. (12+)
 22.10 Русская история: Правление Александра Первого. (12+)
 22.55 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ МУЛЬТ КАРУСЕЛЬ КАРУСЕЛЬ
 06.00, 12.00, 16.00 Время малышей. (0+, 6+)
 07.00, 09.50, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 07.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
 08.05 «Простоквашино». (0+)
 08.40 «Сказочный патруль». (0+)
 09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
 09.15 «Чик-Чиркино». (0+)
 10.45, 17.15, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
 13.00 «Тара Дункан». (6+)
 13.25, 14.25, 21.05 «Барбоскины». (0+)
 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
 17.00 «Хранители Кью». (0+)
 18.05 «Кот Басик». (0+)
 18.25 «Лунтик». (0+)
 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
 19.55 «Маша и Медведь». (0+)
 20.15 «Деревяшки». (0+)
 20.30 «Геройчики». (0+)
 21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 МУЛЬТИЛАНДИЯ
 06.00 «Диносити». (0+)
 08.00 «Умка». (0+)
 09.00 «Луддвилль». (0+)
 10.00, 16.30, 21.00 «Простоквашино». (0+)
 11.30 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
 12.30 «Три кота». (0+)
 18.00 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
 19.30 «Приключения Пети и Волка». (12+, 6+)
 22.00 «Крутики». (6+, 0+)
 23.00 Мультфильмы. (0+, 6+)
 05.00 Ранние пташки. «Летающие звери», «Мальши и летающие звери», «Бордо Бородо. Путешествия», «Лунтик». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.35 «Чик-зарядка». (0+)
 07.40 «Царевны». (0+)
 10.10 «Царевны и Тайнственная гостья». (0+)
 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
 11.15 «Чик-Чиркино». (0+)
 13.20 «Отважные дракончики». (6+)
 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
 14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
 Победитель Международного детского конкурса народных исполнителей «Мир - Музыка и Развитие!» Обладатель гранта мэра Москвы в сфере культуры и искусства! Лауреат Международного конкурса «Виват, баян» сразу в трёх номинациях! В гостях у Саши и Ани - Карим Гайнуллин!
 14.40 «Крутой Майк». (6+)
 16.05 Час «Союзмультфильма». (0+)
 17.00 «Барбоскины». (0+)
 19.30 «Снежная Королева-3: Огонь и лёд». (6+)
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 22.35 «Дикие скричеры!» (6+)
 23.05 «Ералаш». (6+)
 00.40 «Барбоскины». (0+)
 02.40 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

ЗВЕЗДА

- 07.05 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 10.05 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
- 12.00 13.25 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
- 14.30 15.05 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (12+)
- 16.35 17.15 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!». (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.50 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)

ТНТ

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
Новости, тренды, юмор, эксклюзивные интервью и советы от экспертов помогут вам настроиться на продуктивный день.
- 08.00 «Однажды в России». (16+)
- 19.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Стендап рулетка». (18+)
- 00.00 «Женский стендап». (18+)
- 01.55 «ОТКРЫВАЙ, ПОЛИЦИЯ!». (16+)
- 04.10 «Однажды в России». (16+)

СТС

- 06.00 «Три кота». (0+)
- 08.00 Богатырские игры. (16+)
- 10.25 Уральские пельмени. (16+)
- 12.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 19.30 Премьера. Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 23.55 Кто тут жулик? (16+)
- 01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 02.00 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (0+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «СЛЕД». (16+)
- 08.30 Ваше здоровье! (12+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «СЛЕД». (16+)
- 12.55 Знание - сила. (0+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 Светская хроника. (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)

МАТЧ!

- 07.00 10.00 15.25 Новости
- 10.05 Небесная грация. (6+)
- 10.25 «Футбол на все времена». (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 14.35 Евротур. (12+)
- 15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция
- 19.25 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 22.20 Футбол. «Байер» - «Бохум». Прямая трансляция
- 01.30 «Формула-1». (12+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пробный переезд. (16+)
- 06.30 Пятница News. (16+)
- 07.00 Руссо-экспрессо. (16+)
- 08.00 Большие девочки. (16+)
- 11.10 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
- 16.30 Большие девочки. (16+)
- 19.30 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
- 01.40 Пятница News. (16+)
- 02.00 На ножах. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

78 КАНАЛ

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 22.00 00.00 «Известия 78». (12+)
- 07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 23.00 01.30 02.25 «Происшествия». (16+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 18.45 «300 лет РАН». (12+)
- 15.30 «Тайны нашего кино». (16+)
- 16.30 «Не факт». (12+)
- 17.15 23.15 04.45 «Легенды советского сыска». (16+)
- 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
- 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
- 01.00 «Тайны нашего кино». (16+)
- 01.45 02.40 «Доказательства вины». (16+)
- РОССИЯ 24 РОССИЯ 24
- Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

СПБ

- 21.25 «Зона Особого Внимания». (16+)
- 07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)
- 11.15 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)
- 12.40 «Малые родины». (6+)
- 13.20 «Легенды русского балета». (12+)
- 13.50 15.45 «ДЯДЯ ВАНЯ». (16+)
- 16.40 «ИСПОЛНЕНИЕ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 18.40 «Залог успеха». (12+)
- 19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.25 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
- 21.25 «Зона Особого Внимания». (16+)
- 22.00 «Пuls города». (12+)
- 23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
- 00.10 «Культурная эволюция». (16+)
- 01.10 «Окно в кино». (16+)
- 01.25 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)

ЛЕНТВ 24

- 23.40 «Emin - Дуэтный концерт». (16+)
- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 09.05 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 11.15 «Больше, чем любовь». (12+)
- 12.00 13.15 «ШТРАФНИК». (16+)
- 14.15 «Лучшие самолёты Сухого». (16+)
- 15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.35 Магия вкуса. (12+)
- 16.05 «Красивая старость». (16+)
- 17.15 02.40 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)
- 19.15 «Неспокойные ночи «ЛизаАлерт». (16+)
- 19.40 «ЛЕКТОР». (16+)
- 20.30 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
- 21.10 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)
- 23.40 «Emin - Дуэтный концерт». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 07.35 «УБИЙСТВА ПО ПЯТИЦАМ-2». (16+)
- 10.55 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (16+)
- 14.00 «ПРОПАСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 17.45 «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!». (12+)
- 19.15 «НЕ В ПАРНЯХ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 2014 г. В ролях: Любовь Буханкова, Марина Могилевская, Кирилл Плетнев
- 21.00 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (16+)
- 2023 г. В ролях: Мариэтта Цигаль-Полищук, Станислав Бондаренко, Андрей Бутин, Валерия Мисанова
- 00.25 «ТРОЕ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)
- 02.15 «СОЛНЦЕВОРОТ». (16+)
- 04.00 «ВОЗРАСТ СЧАСТЬЯ». (16+)

- 00.40 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)
- 02.10 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
- 03.35 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
- 05.05, 23.15 «НА ГРЕБНЕ ВОЛН». (16+)
- 06.55 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 08.15 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)
- 09.50 «К-19». (16+)
- 12.00 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 14.05 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
- 15.30 «ТОРНАДО». (16+)
- 17.05 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)
- 18.45 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
- 20.30 «ВЕЧНОСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 21.55 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)

- 05.30 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (16+)
- 07.25 «УБИЙСТВА В...». (16+)
- 09.20 «ЖАННА Д'АРК». (16+)
- 12.30, 13.30 «КЛОН». (16+)
- 14.35 «ДОСПЕХИ БОГА 3: МИСИЯ ЗОДИАК». (16+)
- 17.00 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
- 19.00 «БАЛЛИСТИКА: ЭКС ПРОТИВ СИВЕР». (16+)
- 20.45 «УЦЕЛЕНШАЯ». (16+)
- 22.40 «УБИЙСТВА В...». (16+)
- 00.30 «ПРОМОБОЙ». (12+)
- 02.10 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 02.25 «ДОСПЕХИ БОГА 3: МИСИЯ ЗОДИАК». (16+)
- 04.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)

- 05.35 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 07.10 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». (16+)
- 09.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 12.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРИЙ». (16+)
- 14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 Вечер вместе. «ЭЖИПАЖ». (16+)
- Россия, 2016 г.
- За невыполнение абсурдного приказа его выгоняют из военной авиации, и только чудом он получает шанс летать на гражданских самолетах. Гушчин начинает свою летную жизнь сначала.
- 23.05 Вечер вместе. «К-19». (16+)
- 01.35 «КОНЕЦ СЕЗОНА». (16+)
- 03.00 «ПИРАММИДА». (16+)

- 05.00, 09.55, 13.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки», «Машинные сказки», «Машинки страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)
- 09.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 13.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.30, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.25 Суббота News. (16+)
- 01.40, 02.30, 03.10, 03.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.30 «Корги по имени Мокко». «Корги по имени Мокко. Домашние животные». Мультсериалы. (0+)

- 16.40 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
- СССР, 1971 г. В ролях: Геннадий Юхтин, Олег Эскола
- 05.10 «ВЕСНА В МОСКВЕ». (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Рахманинов. Колокольный звон русской души. (0+)
- Фильм о жизни и творчестве великого русского композитора.
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Следы империи. (12+)
- 22.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 23.00, 23.30, 00.00, 00.30 Поле битвы. (16+)
- 01.00, 01.50, 02.20, 03.25 Апокалипсис. Главы 14, 15, 17, 18. (16+)
- 04.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

СИНЕМА

- 06.35 «ВОЛНА». (18+)
- 08.20 «РАЗЛОМ». (18+)
- 10.10 «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОНГОНГ». (18+)
- 12.25 «ПРИЗРАК». (18+)
- 14.35 «ОПАСНАЯ ИГРА СЛОУН». (18+)
- США, Франция, 2016 г.
- 16.55 «ВЫМОГАТЕЛЬСТВО». (18+)
- США, 2017 г.
- 18.50 «ПРОПАВШАЯ». (18+)
- США, 2022 г.
- 20.25 «ПОХИЩЕНИЕ». (18+)
- США, 2017 г.
- 22.00 «ИСЧЕЗНУВШИЙ». (18+)
- Великобритания, Франция, 2021 г.
- 23.45 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- США, 2023 г.
- 01.20 «ПРОПАВШАЯ». (18+)
- 02.50 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 04.25 «КОЛОМБИАНА». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 07.15 «СЕСТРЕНКА». (16+)
- 08.50 «БАТЯ». (16+)
- 10.10 «СОВЕСТЬ». (16+)
- 12.15 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)
- 14.00 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 15.50 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 17.35 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)
- 19.30 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)
- 21.00 «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)
- 22.50 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
- 00.45 «САМОГОНЩИЦЫ». (16+)
- Комедия, Россия, 2021 г.
- 02.30 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)
- 04.00 «СОВЕСТЬ». (16+)
- 05.55 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.10 Мультфильмы. (16+, 6+, 0+)
- 06.40 «БЕЗ СТРАХА И УПРЕКА». (16+)
- 08.15 «ТОЧКА, ТОЧКА, ЗАПЯТАЯ». (16+)
- 09.40 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (16+)
- 11.05 «МОСКВА, ЛЮБОВЬ МОЯ!». (16+)
- 12.45 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 14.05 «ЧАЙКОВСКИЙ». (16+)
- 16.55 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (16+)
- 18.50 «В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА». (16+)
- 20.30 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+)
- 22.20 «МАТЬ». (18+)
- 01.45 «ДЯДЯ ВАНЯ». (16+)
- 03.25 «УБИЙСТВО НА УЛИЦЕ ДАНТЕ». (18+)
- 05.00 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 12.00, 20.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПРИСК-2». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЕЩЕ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Светлана Смирнова-Марцинкевич, Андрей Фролов, Родион Галюченко, Евгения Туркова, Роман Индык, Юлия Шиферштейн

СТС LOVE

- 06.00 «Ералаш». (16+)
- 07.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 09.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 12.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Айнура устраивает племянника в «Элеон», София хочет возобновить отношения с управляющим, а Павел пытается помириться с Дашей...
- 16.55 «КУХНЯ». (12+)
- Элеонора пьет и увольняет сотрудников, повалившись ей на глаза...
- 23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Долгожданная свадьба Полины и Антона превращается в арену боевых действий...
- 01.25 «РАНЕТКИ». (16+)
- 05.20 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ВЕСНА В МОСКВЕ». (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Рахманинов. Колокольный звон русской души. (0+)
- Фильм о жизни и творчестве великого русского композитора.
- 11.55 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.00, 13.30, 13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)
- 14.50 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- По одноименной повести Василия Быкова.
- 16.40 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
- СССР, 1971 г. В ролях: Геннадий Юхтин, Олег Эскола
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Следы империи. (12+)
- 22.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 23.00, 23.30, 00.00, 00.30 Поле битвы. (16+)
- 01.00, 01.50, 02.20, 03.25 Апокалипсис. Главы 14, 15, 17, 18. (16+)
- 04.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

28 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 6.
Мч. Агапия и с ним семи мучеников:
Пуплия, Тимолая, Ромила,
двух Александров и двух Дионисиев.



Сщмч. Александра, иерея в Сиде. Мч. Никандра. Сщмчч. Алексия пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

«Много больше душ погибло от мирской славы и похвал, чем от поруганий и презрения».
Свт. Николай Сербский

ПЕРВЫЙ



16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 18.00 Новости (с субтитрами)
10.25 «MONEYпуляторы». (16+)
11.00 «Играем свадьбу!» (12+)
12.15 Поехали! (12+)
13.20 Премьера. «Они выбрали - Родину». (16+)
14.00 К 100-летию со дня рождения Иннокентия Смоктуновского. (12+)
15.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.25 Праздничный концерт ко Дню войск национальной гвардии. (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)
23.55 «БРАТ И СЕСТРА». (18+)
01.50 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



10.10 Сто к одному

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 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 14.00 17.00 20.00 Вести (12+)
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.35 Большой юбилейный вечер «Вокруг Альтова за 80 лет». (16+)
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.50 Вести. Местное время
21.00 «ПИСЬМО В БУДУЩЕЕ». (16+) Супруги Мария и Михаил устраивают вечеринку, чтобы в кругу друзей объявить пол своего будущего долгожданного ребёнка. Но их счастью не суждено сбыться.
00.35 «ШТАМП В ПАСПОРТЕ». (12+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

- 05.00 «НАШИХ БЬЮТ». (16+)
06.25 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 Основано на реальных событиях. (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Секрет на миллион». (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.10 «Суперстар!» (16+)
23.45 «Ты не поверишь!» (16+)
00.50 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+)
01.25 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.50 «Дачный ответ». (0+)
03.40 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

РОССИЯ К Культура



09.50 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 Мультфильмы
08.30 «СЦЕНЫ ИЗ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ»
09.50 «Мы - грамотеи!»
10.35 «ОН, ОНА И ДЕТИ»
11.50 «Эрмитаж»
12.20 Черные дыры. Белые пятна
13.00 «Монеты Востока»
13.30 01.45 «Акулы - признаки в любви»
14.20 «Рассказы из русской истории»
15.10 «Женский взгляд на войну». К 80-летию Победы
15.55 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ»
19.30 Новости культуры
19.45 К 100-летию со дня рождения Иннокентия Смоктуновского
20.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ»
22.00 «Агора»
23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
00.15 «РЕЦЕПТ ЕЕ МОЛОДОСТИ»

ТВЦ



21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым

- 06.45 «Православная энциклопедия». (6+)
07.15 «ВСТРЕЧА НА ВСТРЕЧКЕ». (16+)
09.00 «Здоровый смысл». (16+)
09.35 «Смех, дрожь и видео». (16+)
10.05 Мифы о еде. (16+)
10.55 «Просто & вкусно». (6+)
11.30 14.30 23.30 События
11.45 «Смешите меня семоро». (16+)
12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
13.05 14.45 «КОММУНАЛКА». (12+)
17.20 «ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ». (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.15 «Право знать!» (16+)
23.45 «Тайная комната. Крысиные тропы фашистов». (16+)
00.30 «Степан Бандера. Теория зла». (16+)
01.10 Специальный репортаж. (16+)
01.35 «Хватит слухов!» (16+)

РЕН



19.00 «Добровзфоре». (16+)

- 05.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровзфоре». (16+)
20.00 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+) Во всех СМИ твердят о приближающейся к Земле комете, а инженера-строителя Джона Гэррити больше волнует, как сохранить разваливающийся брак.
22.25 «ОХОТА НА ВОРОВ». (16+)
01.00 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (18+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «ЦЕНА ОШИБКИ». (16+)
10.15 «Я ЖИВУ ДЛЯ ТЕБЯ». (16+) Одинокая Вера работает администратором в небольшой гостинице. Однажды она знакомится с Андреем, новым технологом на местной фабрике.
14.40 «ИВАН ДА МАДИНА». (16+)
19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)
23.00 Метод Рогова. (16+)
23.30 Красивая и счастливая. (16+)
23.45 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (16+)

ОТР

- 06.25 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
10.40 «АГИТБРИГАДА БЕЙ ВРАГА!» (12+)
12.55 «Закулисье». (12+)
15.05 «Преодоление». (12+)
17.10 «ДЕЛА ДАВНО МИНУВШИХ ДНЕЙ...» (12+)
18.45 «Почитаем!» (12+)
19.15 «Очень личное». (12+)
20.35 «ТЭСС». (16+)
23.20 «БОЛЬШАЯ ПОЭЗИЯ». (18+)
01.15 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
10.00 «ВЕЗУНЧИК». (12+)
12.00 «СВОРА». (16+)
14.00 «СВУХА» (16+)
16.15 18.10 «ОККУПАЦИЯ». (16+)
19.00 «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ». (16+)
21.30 «ЧУЖАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
00.00 «БРЕШЬ». (18+)
01.45 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

Че!

- 06.00 Большой кэш. (16+)
06.50 Улётное видео. (16+)
12.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+) Приключения двух друзей продолжаются. Вновь их ждет дальняя дорога, новые встречи и знакомства. Напарники не всегда ладят друг с другом, между ними бывают и ссоры, но всегда их примиряет дорога.
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 «БАЙКЕРЫ-3». (16+)
03.00 iТопчик-2. (16+)
05.20 Тревел-блог Че! (16+)

МИР

- 05.00 06.10 08.55 «Мультфильмы». (6+)
05.45 «Все как у людей». (6+)
06.45 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
08.20 «Исторический детектив». (16+)
09.15 «Мультфильмы». (16+)
10.10 «ЗНАХАРЬ». (16+)
13.00 16.15 «ДРУЖИНА». (16+)
21.05 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
00.25 «АДВОКАТ АРДАШЕВЪ: ТАЙНА ПЕРСИДСКОГО ОБОЗА». (16+)

МУЗ

- 06.50 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
07.40 Звёзды о звёздах. (16+)
08.40 Pro-новости. (16+)
09.00 У-Дачный чарт. (16+)
11.00 Чарт Европы плюс. (16+)
12.30 Топ-30. (16+)
15.00 Приехали! (16+)
15.30 Хит-сториз. (16+)
16.00 «Судьбы гёрлз-бэндов». (16+)
17.00 Битва поколений. (16+)
18.20 Муз-ТВ Fest на Новой Волне-2024. (16+)
20.40 Народное диско. (16+)
21.40 23.30 Танцпол. (16+)
22.30 Dance чарт. (16+)
01.00 Наше. (16+)

ПОБЕДА

- 05.30 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
07.10 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+)
08.50 «ТУМАН». (16+)
12.00 «ТУМАН-2». (16+)
14.50 «ШТРАФБАТ». (16+) Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей... Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мировосприятии, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага.
00.00 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
01.35 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (16+)
03.45 «НА ОСТРИЕ». (16+)

Ю

- 05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
10.20 Шоу Доктора Зубаревой. (16+) 12 героев с проблемами со здоровьем, 3 месяца на тотальные изменения образа жизни.
11.00 Статус: Неравный брак. (16+)
13.40 Беременна в 45. (16+)
16.40 Жизнь после шоу. (16+)
17.45 Мама в 16. (16+) Самое честное реалисти о взрослении.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (16+)
03.40 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Самая дорогая награда. (12+)
00.50, 04.55, 09.05, 12.55, 20.55 Сквозь времена. (12+)
01.30 Русская история: Древнерусское государство. (12+)
03.25, 07.25, 11.25, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
04.00 Боги Египта. (16+)
05.30, 09.45, 13.30, 17.45, 21.30 Трудные вопросы истории России. (12+)
06.00 Русская история: Войны домперского периода. (12+)
08.00 Освобождение Европы: Битва в логове зверя. (12+)
08.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
10.15 Русская история: Территориальный рост России. (12+)
12.00 Это подкаст. История. (12+)
14.00 Русская история: Женщины во власти. (12+)
16.00 Боевые знамена Отечества: Отечественная война 1812 года. (12+)
16.15 Освободители: Дело эстонских карателей. (16+)
17.00 Малоизвестные морские бои: Защита острова Сухо. (12+)
18.10 Русская история: Правление Александра Первого. (12+)
18.55 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)
20.00 Земля: Союз нерушимый. (12+)
22.00 Русская история: Век Императрицы. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ МУЛЬТ
06.00 «Семь королевств». (0+)
09.10 «Кот Басик». (0+)
10.55 «Умка». (0+)
12.00, 16.00, 20.20, 00.00, 04.00 «Барбоскины». (0+) Веселый семейный мультсериал, который рассказывает о жизни современных детей и подростков с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене, и пятеро детей со своими интересами в жизни. У каждого из них свой уникальный характер, и им приходится совместно решать все проблемы и вопросы, с чем они удачно справляются.
19.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+) Супергерои белочка Муся, енот Чук и волк Станислав никогда не дремлют. Они пристально следят за порядком и придут на помощь.
МУЛЬТИЛАНДИЯ
06.00 «Бодо Бородо. Путешествия». (0+, 6+)
09.00 «ДиноСити». (0+)
09.35 «Соня из Тоствилля». (0+)
10.00, 22.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
11.00 «Простоквашино». (0+)
14.00 «Три кота». (0+)
18.00 «Приключения Пети и Волка». (12+, 6+)
19.30 «Нйт опять опаздывает». (6+, 12+)
23.30 «Царевны». (0+)
КАРУСЕЛЬ КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Фиксики». «Три кота». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Семь королевств». (0+)
10.00 «Съедобное или несъедобное: Владислав Мазуренко и щавелевый суп». (0+) На кухне - повар и тещ Владислав! Что такое шумовка, как научить попугая разговаривать, и похожа ли айва на яблоко? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
10.25 «Лунтик». (0+)
12.00 «Семья на ура!» (0+)
12.30 «Оранжевая корова». (0+)
14.00 «Это супер!» (0+)
14.25 «Барбоскины». (0+)
16.00 «ДЕНИСКИНЫ РАССКАЗЫ». (6+) Приключенческий сериал по рассказам Виктора Драгунского для семейного просмотра.
16.25 «Маша и Медведь». (0+)
18.05 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
19.50 «Два хвоста». (6+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Простоквашино». (0+)
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)
23.05 «Малыш и Карлсон». (0+)
23.25 «Карлсон вернулся». (0+)
23.45 «Обезьянки». (0+)
00.40 «Барбоскины». (0+)
02.40 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

ЗВЕЗДА

- 07.20 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
- 09.15 «Второе мнение». (12+)
- 11.05 «Легенды музыки». (12+)
- 12.30 «Любовь на линии огня». (16+)
- 13.30 «БРАТЯ ПО КРОВИ». (12+)
- 15.10 «АПАЧИ». (12+)
- 17.05 «УЛЬЗАНА». (12+)
- 19.25 «ПИРАТЫ XX ВЕКА». (16+)
- 22.55 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 00.25 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)

ТНТ

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.40 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 15.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
Лучшие экстрасенсы прошлых сезонов возвращаются, чтобы снова сразиться за звание самого сильного.
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (12+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 02.10 «ОТКРЫВАЙ, ПОЛИЦИЯ!». (16+)

СТС

- 06.30 «Гоу, Феликс». (6+)
- 08.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 «Коати. Легенда джунглей». (6+)
- 11.45 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ!». (12+)
- 13.45 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
- 16.10 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
- 18.40 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (12+)
- 23.25 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
- 01.45 «ПОТЕРЯННЫЙ ТАЛИСМАН». (18+)

5

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 09.00 Страна советов. (16+)
Страна советов - цикл передач о товарах народного потребления и услугах, которые жители нашей страны получают ежедневно.
- 09.30 «Новая». (12+)
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 19.55 «РЭМБО». (16+)
- 00.00 Известия. Главное. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

МАТЧ!

- 07.00 14.10 Новости
- 09.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция
- 16.00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 19.15 Футбол. ЦСКА - «Динамо» (Махачкала). МИР Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 22.50 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Леганес». Прямая трансляция
- 02.00 Смешанные единоборства. UFC. Прямая трансляция

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.10 «Простоквашино». (0+)
- 06.50 «Бабушка удава». (12+)
- 07.00 «Вовка в Тридевятом царстве». (0+)
- 07.20 «Двенадцать месяцев». (16+)
- 08.30 Мама Пятницы. (16+)
- 09.00 Умнее всех. (6+)
- 10.00 Битва шефов. (16+)
- 23.00 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (18+)
- 00.30 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ». (18+)
- 02.30 Пятница News. (16+)

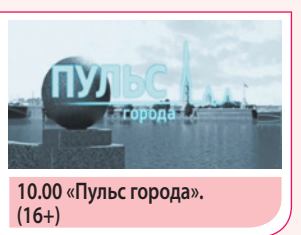
78

- 06.05 04.15 «Перевод с коша-чьего». (12+)
- 06.30 09.00 05.15 «В мире еды». (12+)
- 07.15 «Здоровье». (12+)
- 08.00 15.30 21.30 03.50 Гид 78. (12+)
- 08.30 «Дом советов». (12+)
- 09.50 «Вкусы России». (12+)
- 10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Известия 78». (12+)
- 10.15 «Полезное утро». (12+)
- 12.15 00.25 «Хороший день». (12+)
- 13.15 01.20 «Открытая студия». (12+)
- 14.30 «Другой Петербург». (16+)
- 16.30 22.30 «Тайны нашего кино». (16+)
- 17.30 Государственная грамота. (12+)
- 18.30 19.30 23.00 «Не факт». (12+)
- 20.30 «Автограф». (12+)
- 02.05 «Легенды советского сыска». (16+)
- 03.20 «Отдыхаем дома». (12+)

РОССИЯ 24

- Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

СПБ



10.00 «Пульс города». (16+)

- 06.55 «ЕЩЁ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 08.50 «Не по-детски». (6+)
- 09.05 Дикие выходные. (6+)
- 09.30 «Зона Особого Внимания». (16+)
- 10.00 «Пульс города». (16+)
- 11.30 «Культурная эволюция». (16+)
- 12.30 «Пушкин. Наше. Всё». (6+)
- 13.10 «Объясним ПРО». (12+)
- 13.35 «Петербургский текст». (16+)
- 13.50 15.10 «ДОВОДЫ РАССУДКА». (12+)
- 16.05 18.10 «СИРАНО ДЕ БЕРЖЕРАК». (12+)
- 19.00 «Итоги недели». (16+)
- 19.50 «В ритме Петербурга». (12+)
- 20.55 «Театральная гостиная Рудольфа Фурманова». (16+)
- 22.40 «Окно в кино». (16+)
- 23.00 «Тебе водить». (16+)
- 23.15 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 03.45 «БЕЗДНА». (16+)

ЛЕНТВ 24



06.30 «Крымские дачи». (12+)

- 06.00 «Люди РФ». (12+)
- 06.30 «Крымские дачи». (12+)
- 07.00 08.00 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
- 07.40 08.40 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 09.00 «Мультфильмы советского детства». (6+)
- 10.10 «Тайны кино». (12+)
- 11.00 15.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 11.15 «ЛЮБОВЬ НАПОКАЗ». (16+)
- 12.45 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)
- 14.30 15.15 «Красивая старость». (16+)
- 16.40 «ЛЮБОВЬ». (16+)
- 19.15 02.45 «АКАДЕМИЯ». (16+)
- 21.00 «АРТИСТ И МАСТЕР ИЗОБРАЖЕНИЯ». (16+)
- 23.05 «ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ». (16+)
- 00.50 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

- 07.00 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)
- 10.30 «КАКАЯ ЧУДНАЯ ИГРА». (12+)
- 12.10 «ДВОЕ ПОД ДОЖДЕМ». (16+)
- 13.50 «ДЕЛО СУДЬБЫ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
2016 г. В ролях: Светлана Антонова, Данила Дунаев, Вячеслав Дробинков, Анастасия Савосина
- 17.20 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)
2003 г. В ролях: Алёна Бабенко, Денис Матросов, Виктория Толстоганова, Евдокия Германова, Александр Сигурев
- 00.45 «ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА». (16+)
- 04.10 «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!». (16+)
- 05.45 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 01.00 «КОЛЛЕКТОРЫ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (18+)
- 02.25 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)
- 04.05 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
- 05.35 «ТОРНАДО». (16+)
- 07.05 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)
- 08.45 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
- 10.30 «ВЕЧНОСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 11.55 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)
- 13.15 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)
- 14.50 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
- 16.15 «К-19». (16+)
- 18.25 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 20.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
- 21.55 «ИГРЫ ШПИОНОВ». (16+)
- 23.35 «ТОРНАДО». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.25 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 03.05 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (18+)
- 04.50 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМАЯ». (12+)
- 06.45 «А Я ХУДЕЮ». (16+)
- 08.40 «ВАСАБИ». (18+)
- 10.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (18+)
- 12.50 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
- 14.25 «ТАКСИ». (16+)
- 16.00 «ТАКСИ 2». (16+)
- 17.40 «КИЛЛЕРЫ». (18+)
- 19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 21.15 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 23.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

ДОМ КИНО

- 04.45 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.15 «Садко». Мультфильм. (6+)
- 06.35 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «ХОЛОП». (16+)
- 10.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+)
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.50 «МОШЕННИКИ». (16+)
Развод Сары и Гордона превратился настоящей битвой. Им есть что делить - они основали скотоводческое ранчо, которое приносит огромные доходы.
- 00.35 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (16+)
- 02.05 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ». (12+)
- 03.40 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00, 11.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшлики». «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)
- 10.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.40, 17.20, 18.20, 19.10, 20.00 «ДОКТОР ХАОС». (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.00 Богиня сыска. (16+)
- 23.10, 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20 Света вокруг света. Бузова. (16+)
- 02.20, 03.00, 03.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.30 «Новые приключения Кота Леопольда». Мультсериал. (0+)

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Византия. Жизнь после смерти. Миссия к славянам. IX-X века. 13 серия. (0+)
- 05.55 Византия. Жизнь после смерти. Раскол Церкви: мировая катастрофа. XI век. 14 серия. (0+)
- 06.45 Византия. Жизнь после смерти. Крестовые походы. XI-XII века. 15 серия. (0+)
- 07.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.50 Простые чудеса. (12+)
- 09.50 Дорога. (0+)
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.00 Глобус православия. (12+)
- 13.05, 13.35, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.25 В поисках Бога. (12+)
- 15.00 Профессор Осипов. (0+)
- 15.30, 16.50, 18.10, 19.35 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 1-4 серии. (0+)
- СССР, 1986 г. В ролях: Анатолий Котенёв, Лариса Гузеева, Вячеслав Богатырёв, Валерий Юрченко
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 01.40, 02.05, 02.35, 03.05, 03.30, 04.00, 04.30 Лествица. 17-23 ступени. (6+)

Православный календарь

29 марта
Седмица 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Поминание
усопших. Глас 6. Мч. Савина.



Мч. Папы. Ап. Аристовула, еп. Вританского (Британского). Сщмч. Александра, папы Римского. Мч. Иулиана Аназарвского. Свт. Серапиона, архиеп. Новгородского. Сщмчч. Трофима и Фала, пресвитеров Лаодикийских.

Постный день.

«...Те, которые хвалят нас, умножают в нас надменность, возбуждают гордость, тщеславие, беспечность и делают душу изнеженною и слабою». Свт. Иоанн Златоуст

СИНЕМА

- 06.05 «ИП МАН». (18+)
- 07.55 «ИП МАН-2». (18+)
- 09.45 «МЕХАНИК». (18+)
- 11.20 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (18+)
- 13.00 «ВАСАБИ». (18+)
Франция, Япония, 2001 г.
- 14.30 «ЯМАКАСИ». (16+)
Франция, 2001 г.
- 16.00 «ТАКСИ». (16+)
Франция, 1998 г.
- 17.30 «ТАКСИ-2». (16+)
Франция, 2000 г.
- 19.00 «ТАКСИ-3». (16+)
Франция, 2003 г.
- 20.30 «ТАКСИ-4». (16+)
Франция, 2007 г.
- 22.00 «ЛЕГИОНЕР». (18+)
США, 1998 г.
- 23.45 «ГАНМЕН». (18+)
- 01.35 «ОРЕЛ ДЕВЯТОГО ЛЕГИОНА». (12+)
- 03.20 «ДЬЯВОЛИК». (16+)
- 05.35 «13-Й РАЙОН». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 07.30 «Я НА ПЕРМОТКЕ!». (16+)
- 08.55 «БАБКИ». (16+)
- 10.05 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 11.50 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 13.35 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)
- 15.35 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)
- 17.05 «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)
- 18.55 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
- 21.00 «НА МОРЕ». (16+)
- 22.50 «В СУББОТУ». (16+)
Драма, Россия, 2011 г.
- 00.25 «СОВЕСТЬ». (16+)
- 02.20 «ВРЕМЯ ПАТРИОТОВ». (16+)
- 03.55 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 05.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.40 Мультфильмы. (0+, 16+)
- 07.40 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (16+)
- 09.00 «ЧИПОЛЛИНО». (16+)
- 10.30 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (16+)
- 18.35 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (16+)
- 21.20 Мосфильм. Золотой век. Мосфильм Смоктуновского. (16+)
- 21.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
- 23.05 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (16+)
- 00.45 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (18+)
- 02.35 «БРЫЗГИ ШАМПАНСКОГО». (16+)
- 04.10 «МАТРОС С «КОМЕТАМИ». (18+)
- 05.40 «Сказка о попе и работнике его Балде». Мультфильм. (0+)

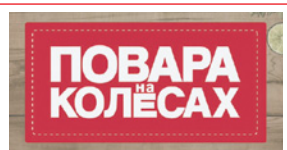
ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЕЩЕ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2022-2023 гг. В ролях: Евгения Лоза, Павел Харланчук, Ирина Барина, Андрей Иванов, Макс Клима, Иван Ивашов, Александр Кульков
- 12.00, 20.00, 04.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- 13.00, 21.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПРИИСК-2». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «КОНТРАКТ НА ЧАСТЬЕ». (16+)
- 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
Для хоккейной команды «Медведи» из небольшого провинциального города наступила чёрная полоса: очередная игра закончилась поражением и тренер, окончательно разочаровавшийся в своих подопечных, бросает команду прямо посреди сезона. Но на одной из тренировок ребят ждёт большой сюрприз - новый тренер Сергей Макеев. Он молод и амбициозен, к тому же имеет игровой опыт в НХЛ...
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- 02.45 «МАРГОША». (16+)
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПЕРВЫЙ



11.05 «Повара на колесах». (12+)

- 06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 06.55 «Часовой». (12+)
- 07.25 «Здоровье». (16+)
- 08.30 «Непутевые заметки». (12+)
- 08.50 «Ураза-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
- 09.30 «Мечталлион». (12+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Жизнь других». (12+)
- 11.05 «Повара на колесах». (12+)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 13.30 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА».** (12+)
- 16.30 Премьера. «30 лет вместе». «История специальных проектов». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)
- 21.00 «Время»
- 23.00 «Что? Где? Когда?» Весенняя серия. (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

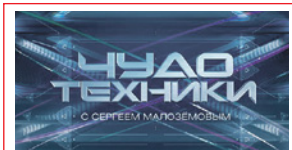
РОССИЯ 1



17.50 «Песни от всей души». (12+)

- 05.30 01.35 «МАМА, Я ЖЕНЮСЬ».** (12+)
- 07.20 «В кругу друзей»
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской соборной мечети
- 09.55 Сто к одному
- 11.00 14.00 Вести
- 11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 14.30 Вести. Местное время
- 15.00 «Парад юмора». (16+)
- 17.50 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.30 Москва. Кремль. Путин
- 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 03.16 Перерыв в вещании

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 05.05 «ДВОЕ».** (16+)
- 06.50 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 16.00 «Сегодня»
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 12.00 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.00 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели»
- 20.20 «Маска». (12+)
- 23.50 «Звезды сошлись». (16+)
- 01.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 03.15 «ЧУЖОЙ РАЙОН».** (16+)

РОССИЯ К



09.00 Диалоги о животных

- 06.30 Мультфильмы
- 07.05 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ»**
- 08.35 Тайны старого чердака
- 09.00 00.55 Диалоги о животных
- 09.45 Спектакль «Безобразная Эльза»
- 11.20 Театральная летопись
- 12.00 «Метод Сократа»
- 12.40 «Элементы»
- 13.10 Неизвестные маршруты Беларуси
- 13.50 «Невский ковчег»
- 14.20 «Петербургские встречи»
- 15.00 «РЕЦЕПТ ЕЕ МОЛОДОСТИ»**
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 «Романтика ромansa»
- 18.40 «Малая земля. Герои без ретуши». К 80-летию Победы
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «ДВАДЦАТЬ ДНЕЙ БЕЗ ВОЙНЫ»**
- 22.05 «ПИКОВАЯ ДАМА»**
- 01.40 «Искатели»

ТВЦ



00.50 «Петровка, 38». (16+)

- 05.35 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ: ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ ИСТОРИЯ».** (16+)
- 07.05 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?»** (12+)
- 09.05 «С НОВЫМ СЧАСТЬЕМ!»** (16+)
- 10.55 Полезная программа. (6+)
- 11.30 00.35 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ».** (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Водочный бунт». (16+)
- 15.50 «Настоящий детектив». (16+)
- 16.40 «90-е. Кремлёвские жёны». (16+)
- 17.35 «ЗА ДЕНЬ ДО...»** (16+)
- 21.15 «ТЕНЬ САЛАМАНДРЫ».** (16+)
- 00.50 «Петровка, 38». (16+)
- 01.00 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА».** (12+)
- 03.55 «Роковой курс. Триумф и гибель». (16+)

РЕН



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим 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 «Легенды и мифы». (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «Неизвестная история». (16+)
- 14.00 «Купи-продай». (16+)
- 15.00 «ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЁК».** (16+)
- 17.00 «ПОСТУПЬ ХАОСА».** (16+)
- 19.00 «ГЕМИНИ».** (16+)
- 21.05 «ДИТЯ ОСИРИСА».** (16+)
- 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
- 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (16+)

- 09.15 Метод Рогова. (16+)
- 09.45 Пять ужинов. (16+)
- 10.00 «ГОРЬКИЙ НЕКТАР».** (16+)
- Ирина попадает в аварию, в которой гибнет Ада - водитель второй машины. После происшествия женщина снится Ире.
- 14.30 «Я ТЕБЕ НЕРОВНЯ».** (16+)
- 19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ».** (16+)
- 00.00 «ЦЕНА ОШИБКИ».** (16+)
- 03.35 «Чудотворица». (16+)

ОТР

06.15 «ДНИ И НОЧИ». (12+)

- 09.30 Всё по-взрослому
- 11.25 12.05 Кино на все времена. (12+)
- 15.05 «Моя история». (16+)
- 16.30 «Свет и тени». (16+)
- 17.25 «ИНСПЕКТОР ГАИ».** (12+)
- 18.45 Специальный репортаж. (12+)
- 20.15 «ДЯДЯ ВАНЯ».** (12+)
- 22.00 «ЗВЁЗДЫ И СОЛДАТЫ».** (12+)
- 23.30 «Экспозиция войны». (16+)
- 00.25 «Я, ДЭНИЕЛ БЛЭЙК».** (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)

- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 18.10 «Порча». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 19.10 «РАСКЛАД НА УБИЙСТВО».** (16+)
- 23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 00.00 «МОЙ ПАПА - САНТА КЛАУС».** (16+)
- 01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА».** (16+)

че!

06.00 Тревел-блог Че! (16+)

- 06.10 Улётное видео. (16+)
- 12.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ».** (16+)
- 20.40 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.40 Большой кэш. (16+)
- Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность. Телезрителю ждет гремучая смесь азарта, страха и неожиданностей.
- 02.30 «СОЛДАТЫ-14».** (16+)

МИР

05.00 «АДВОКАТ АРДАШЕВЪ: КРОВЬ НА ПАЛУБЕ». (16+)

- 05.35 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТOK».** (6+)
- 08.20 «Диктор делает». (16+)
- 09.30 «ФазендаЛайф». (6+)
- 10.00 16.00 Новости
- 10.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ».** (16+)
- 12.05 16.15 19.30 01.00 «АПОСТОЛ».** (16+)
- 18.30 00.00 «Вместе». (16+)
- 02.35 «Разгром немецких войск под Москвой». (18+)
- 03.45 «Мультфильмы». (6+)

МУЗ

07.30 У-Дачный чарт. (16+)

- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 12.35 Весна. (16+)
- 09.30 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 10.30 Без кутюр. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 14.00 Короли чартов. (16+)
- 15.00 «10 самых!» (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 «Судьбы гёрлз-бэндов». (16+)
- 18.00 Лихие хиты. (16+)
- 19.00 Топ-30. (16+)
- 21.00 Муз'итив. (16+)
- 22.00 Наше. (16+)
- 23.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 01.20 Лайкер. (16+)

ПОБЕДА

05.35 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)

- 07.40 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ».** (16+)
- 10.00 «КРЕПОСТЬ БАДАБЕР». (16+)
- 13.40 «РОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
- Рота старшего лейтенанта Александра Доронины, в которой служат молодые солдаты Константин Ветров и Александр Горшков, командирована на Северный Кавказ. Командир полка поручает Доронину оборону перевала «Грозовые ворота».
- 17.20 «СПЕЦНАЗ».** (16+)
- 00.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН».** (16+)
- 01.35 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА».** (12+)
- 03.05 «СЕСТРЁНКА».** (12+)

Ю

05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

- 10.50 Беременная по обману. (16+)
- 13.50 Жизнь после шоу. (16+)
- 14.55 Мама в 16. (16+)
- Самое честное реалисти о взрослении.
- 18.00 Ждули.** (16+)
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь.** (16+)
- Признания и скандалы, ревность и интриги. На что только не идут ребята, чтобы обрести долгожданное счастье с любимым человеком.
- 00.05 Измены (субтитры).** (16+)
- 03.45 Моя свекровь - монстр.** (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Боги Египта. (16+)

- 00.55, 05.05, 08.55, 16.55, 21.00** Сквозь времена. (12+)
- 01.30, 05.45, 09.30, 13.45, 17.30, 21.35** Трудные вопросы истории России. (12+)
- 02.00** Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
- 03.25, 07.25, 11.25, 15.25, 19.25, 23.25** Народный фронт Победы. (12+)
- 04.00** Освобождение Европы. (12+)
- 04.45** Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 06.15** Русская история: Территориальный рост России. (12+)
- 08.00** Это подкаст. История. (12+)
- 10.00** Русская история: Женщины во власти. (12+)
- 12.00** Боевые знамёна Отечества. (12+)
- 12.15** Освободители. (16+)
- 13.00** Малоизвестные морские бои: Защита острова Сухо. (12+)
- 14.05** Русская история: Правление Александра Первого. (12+)
- 14.50** Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)
- 16.00** Земля: Союз нерушимый. (12+)
- 18.00** Русская история: Век Императрицы. (12+)
- 20.00** Северный морской путь. (16+)
- 22.10** Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)
- 22.50** Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

- Мультсериал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для нее одной.
- 10.55 «Умка».** (0+)
- Белый медвежонок Умка со своей мамой Медведицей живёт в суровой и прекрасной Арктике. У него есть замечательные друзья - озорная волчица Ильяма, милая нерпа Кора и смешная розовая чайка Пычик. А самый главный друг Умки - это чукотский мальчик Тайкэ. Мальчик и зверята вместе исследуют удивительный мир Севера и учатся уважать природу и друг друга.

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Бодо Бородо». (6+, 0+)

- 08.30 «Цветняшки».** (0+)
- 09.00 «ДиноСити».** (0+)
- 09.30 «Соня из Тоствилля».** (0+)
- 10.00, 22.30** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 11.00** «Простоквашино». (0+)
- 14.00** «Три кота». (0+)
- 18.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 19.30** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
- 23.30** «Царевны». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Три кота», «Фиксики». (0+)

- 07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35** «Лео и Тиг». (0+)
- 10.00** «Еда как в сказке». (0+)
- 10.25** «Команда Флоры». (0+)
- 12.00** «Студия красоты». (0+)
- 12.20** «Кошечки-собачки». (0+)
- 14.00** «У меня лапки». (0+)
- «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
- 14.30** «Барбоскины». (0+)
- 16.00** «ДЕНИСКИНЫ РАССКАЗЫ». (6+)
- 16.25** «Ум и Хрум». (0+)
- 18.50** «Сказочный патруль». (0+)
- Невероятные приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки.
- 21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20** «Турбозавры». (0+)
- Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!
- 22.35** «Дикие скричеры!» (6+)
- Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.
- 23.05** «Ералаш». (6+)
- 00.40** «Барбоскины». (0+)
- 02.10** «Тайны нелетающих гигантов». (6+)
- 03.05** «Фиксики. Дай пять!» (0+)

ЗВЕЗДА

- 06.00 «КОНТРАБАНДА». (12+)
- 07.25 «ПИРАТЫ XX ВЕКА». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 14.00 «Улика из прошлого». (16+)
- 17.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

СТС

- 06.50 «Ганзель, Гретель и Агентство Магии». (6+)
- 08.40 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)
- 10.35 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ». (6+)
- 14.35 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
- 17.00 Богатырские игры. (16+)
- 19.30 В темноте. (16+)
- 21.50 Кто тут жулик? (16+)
- 22.55 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 01.00 «АГЕНТ РАЗВЕДКИ». (18+)
- 02.30 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 04.50 «Три кота». (0+)

МАТЧ!

- 07.00 13.10 Новости
- 09.30 11.50 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция
- 13.55 Баскетбол. «Зенит» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 15.55 Волейбол. Чемпионат России. Прямая трансляция
- 19.00 Футбол. «Зенит» - «Рубин». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.40 Футбол. «Наполи» - «Милан». Прямая трансляция
- 23.45 «После футбола»

78

- 06.05 «Перевод с кошачьего». (12+)
- 06.30 «Отдыхаем дома». (12+)
- 07.00 «Другой Петербург». (16+)
- 07.30 14.30 21.30 04.35 Гид 78. (12+)
- 08.30 «Автограф». (12+)
- 09.00 «В мире еды». (12+)
- 09.50 «Вкусы России». (12+)
- 10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 «Известия 78». (12+)
- 10.15 «Полезное утро». (12+)
- 12.15 23.30 «Хороший день». (12+)
- 13.15 00.30 «Открытая студия». (12+)
- 15.30 16.15 21.00 Государственная грамота. (12+)
- 16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)
- 17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
- 19.30 01.15 «Неделя в Петербурге». (12+)
- 20.15 «Здоровье». (12+)
- 22.00 «СССР. Знак качества». (12+)
- 01.55 «Русская Арктика». (16+)

СПБ

- 21.30 Футбол. «Зенит» - «Рубин». (0+)
- 09.00 «Итоги недели». (16+)
- 09.50 «Главный врач». (16+)
- 10.25 Дикае выходные. (6+)
- 11.15 «Петербургские тайны». (12+)
- 12.00 Ключ к профессии. (12+)
- 12.15 «Легенды русского балета». (12+)
- 12.40 13.10 «Мастер движения». (16+)
- 14.00 15.10 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)
- 16.00 «Триумф джаза», петербургский гала-концерт юбилейного XXV Международного фестиваля Игоря Бутмана. (6+)
- 18.10 «Тебе водить». (16+)
- 18.30 «Мужчины/Женщины». (16+)
- 19.25 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)
- 21.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Рубин» (Казань). (0+)
- 23.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 03.45 «ЭЛЛИ». (16+)

ЛЕНТВ 24

- 19.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 06.00 «Люди РФ». (12+)
- 06.30 «Крымские дачи». (12+)
- 07.00 12.45 «Больше, чем любовь». (12+)
- 07.45 «Герои Эввелла». (6+)
- 09.00 «ВОЛШЕБНИК ИЗУМРУДНОГО ГОРОДА». (6+)
- 10.10 02.05 «Тайны кино». (12+)
- 11.00 15.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 11.15 03.00 «ЛЮБОВЬ НА ПОКАЗ». (16+)
- 13.30 15.15 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
- 19.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 19.15 «АКАДЕМИЯ». (16+)
- 21.00 «ГЛУБОКОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)
- 22.35 «ЛЮБОВЬ». (16+)
- 00.50 «Дисотека СССР». (16+)

ТНТ

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.30 «Время завтрака». (16+)
- 10.00 «Однажды в России». (16+)
- 10.35 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 18.30 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)
- 21.00 «Титаны». (16+)
- 23.00 «Шоу Воли». (16+)
- 00.00 «Музыкальная интуиция». (12+)
- 02.15 «Женский стендап». (16+)

5

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.15 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 09.00 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 09.30 «НА РУБЕЖЕ: ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- Капитан-пограничник Тимофей Смолин во время службы был ранен, а после лечения получил назначение в «спокойный» регион.
- 12.55 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
- 20.15 «ДЖУЛЬБАРС». (16+)
- 03.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ПЯТНИЦА

- 07.00 «Привет Мартышке». (12+)
- 07.10 «Как Львенок и Черепаха песню пели». (0+)
- 07.20 «Тайна третьей планеты». (0+)
- 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
- 09.00 Гастротур. (16+)
- 10.00 Прекрасное далёко. (16+)
- 11.20 Погнали! (16+)
- 22.00 «Мир без правил». (16+)
- 23.20 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
- 02.10 «ПРЕСТУПНИК». (18+)
- 03.50 Пятница News. (16+)

РОССИЯ 24

- Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

КИНО И СЕРИАЛЫ

РУССКИЙ РОМАН

- 07.45 «ЛИШНИЙ». (16+)
- 11.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
- 15.00 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 16.35 «РИТА». (16+)
- 18.20 «НА КРЫЛЬЯХ». (16+)
- 2013 г. В ролях: Евгения Хохрина, Петр Харченко, Юрий Стоянов, Николай Добринин, Нелли Попова, Анна Васильева-Абрамович, Николай Балобан
- 22.55 «СКОЛБКО ЖИВЕТ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 2019 г. В ролях: Вячеслав Чепурченко, Ольга Павловец, Алексей Федькин, Мария Шманина, Наталья Бурмистрова
- 02.25 «СЛУЧАЙНЫЙ ПОПУТЧИК». (16+)
- 03.55 «ЯБЛОЧКО ОТ ЯБЛОНЬКИ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 01.05 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)
- 02.45 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
- 04.30 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)
- 06.00 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
- 07.30 «К-19». (16+)
- 09.35 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 11.40 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
- 13.05 «ИГРЫ ШПИОНОВ». (16+)
- 14.45 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 16.05 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)
- 17.45 «ВЕЧНОСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 19.10 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)
- 20.30 «САМЫЙ БЫСТРЫЙ INDIAN». (16+)
- 22.25 «ОЧАРОВАВАЯ МУЖСКИЕ СЕРДЦА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 03.55 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 06.05 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
- 08.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 10.10 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
- 12.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)
- 14.25 «ТАКСИ 3». (16+)
- 16.00 «ТАКСИ 4». (16+)
- Боевик, Франция, 2007 г.
- 17.40 «ЗА ПАЛЫЧА!» (12+)
- 19.30 «ОЩУЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
- Комедия, Италия, 1980 г.
- 21.30 «МОШЕННИКИ». (16+)
- Комедия, Германия, США, 2002 г.
- 23.20 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)

ДОМ КИНО

- 05.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.20 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
- 06.25 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 07.50 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
- 10.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+)
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- Приключения во времени по одноименному роману Дмитрия Поляева.
- 00.55 «МЕТРО». (16+)
- Фильм-катастрофа по мотивам одноименного романа Дмитрия Сафонова.
- 03.00 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
- 04.15 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00, 05.10, 07.30, 16.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)
- 05.05, 04.40 «Новые приключения Кота Леопольда». Мультсериал. (0+)
- 07.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 15.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 21.00 Богиня сыска. (16+)
- 22.20 Богиня шопинга. (16+)
- 23.30, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.30 Света вокруг света. (16+)
- 02.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 03.30 «Белка и стрелка. Карибская тайна». Мультфильм. (6+)

СПАС

- 05.00, 05.35, 06.05, 06.45, 07.20, 07.55, 08.30 Лестница. 24-30 ступени. (6+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. (12+)
- 14.10 День ангела: Преподобный Алексей. Человек Божий. (0+)
- 14.45 Русский мир. (12+)
- 15.50 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (6+)
- СССР, 1954 г. Фильм о морских офицерах, о настоящей мужской дружбе и испытаниях воинской службы.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
- СССР, 1971 г.
- 21.30, 03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.30 День Патриарха. (0+)
- 22.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.55 Спас-стрим. (16+)
- 01.15 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 02.40 Щипков. (12+)
- 02.50 Николо-Вязицкий монастырь. (0+)
- 04.05 Глобус православия. (12+)

СИНЕМА

- 06.55 «13-й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (18+)
- 08.30 «13-й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (18+)
- 10.05 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)
- 12.25 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)
- 14.50 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (18+)
- 16.50 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
- 18.45 «КОДЕКС ВОРА». (18+)
- США, Германия, 2008 г.
- 20.25 «22 МИЛИ». (18+)
- США, Китай, 2018 г.
- 22.00 «КИКБОКСЕР». (16+)
- США, 1989 г.
- 23.40 «ОПАСНАЯ ИГРА СЛОУН». (18+)
- 02.00 «МАЛАВИТА». (16+)
- 03.45 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
- 05.30 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 07.05 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)
- 08.35 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (16+)
- 10.05 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)
- 12.05 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)
- 13.35 «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)
- 15.20 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
- 17.25 «НА МОРЕ». (16+)
- 19.20 «В СУББОТУ». (16+)
- 21.00 «СЫГРАЙ МОЕГО МУЖА». (12+)
- Комедия, Россия, 2021 г.
- 23.00 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА». (16+)
- 00.50 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 02.25 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 04.00 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)
- 05.45 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.05, 05.20 Мультфильмы. (0+, 16+)
- 07.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИНА». (16+)
- 11.00 «НЕОКОНЧЕННЫЙ УРОК». (16+)
- 13.20 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (16+)
- 18.15 «ОПЕРАЦИЯ «Ъ» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
- 19.55 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
- 21.20 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (16+)
- 23.00 О спорт, ты - мир! (16+)
- 01.35 «ЧУДО С КОСИЧКАМИ». (16+)
- 01.15 «ЯНА+ЯНКО». (16+)
- 02.45 «НАПАРНИК». (16+)
- 04.15 «Приключения Буратино». «Кто сказал мяу?» Мультфильмы. (6+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2021 г. В ролях: Евгения Розанова, Вероника Норина, Александр Арсентьев, Анастасия Сорокина
- 12.00, 20.00, 04.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПРИИСК-2». (18+)
- 15.00, 23.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Желание Бакина исполняется, но не совсем так, как он хотел. Макеев просит Антипова оказать ему ответную услугу. У Егора появляется новый повод для ссоры с братом.
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.
- 02.50 «МАРГОША». (16+)
- Для обложки журнала срочно требуется модель. Калугин предлагает сняться Марго. (0+)
- 05.50 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00, 05.35, 06.05, 06.45, 07.20, 07.55, 08.30 Лестница. 24-30 ступени. (6+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. (12+)
- 14.10 День ангела: Преподобный Алексей. Человек Божий. (0+)
- 14.45 Русский мир. (12+)
- 15.50 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (6+)
- СССР, 1954 г. Фильм о морских офицерах, о настоящей мужской дружбе и испытаниях воинской службы.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
- СССР, 1971 г.
- 21.30, 03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.30 День Патриарха. (0+)
- 22.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.55 Спас-стрим. (16+)
- 01.15 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 02.40 Щипков. (12+)
- 02.50 Николо-Вязицкий монастырь. (0+)
- 04.05 Глобус православия. (12+)

Православный календарь

30 марта
Неделя 4-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 7.
Прп. Иоанна Лествичника.



Прп. Алексия, человека Божия. Прп. Макария, игумена Калязинского, чудотворца. Мч. Марины. Свт. Патрикия, просветителя Ирландии. Прп. Парфения Киевского. Сщмч. Александра пресвитера Виктора пресвитера.

Постный день.

«Человек, который хвалит ближнего в его отсутствие, то же, что и собирающий доброе в свою сокровищницу».

Прп. Ефрем Сирин



- 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 ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...верую, Господи! помоги моему неверию»



Один из народа сказал в ответ: Учитель! я привел к Тебе сына моего, одержимого духом немым: где ни схватывает его, повергает его на землю, и он выпускает пену, и скрежещет зубами своими, и цепенеет. Говорил я ученикам Твоим, чтобы изгнали его, и они не могли. Отвечая ему, Иисус сказал: о, род неверный! доколе буду с вами? доколе буду терпеть вас? Приведите его ко Мне. И привели его к Нему. Как скоро бесноватый увидел Его,

Если по плоти поживешь, то душу и плоть погубишь, а если по Божьему, то обоих спасешь.

Серафим Саровский

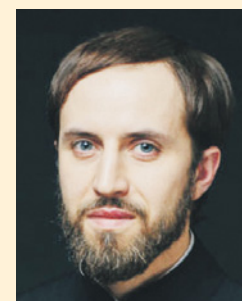
дух сотряс его; он упал на землю и валялся, испуская пену. И спросил Иисус отца его: как давно это сделалось с ним? Он сказал: с детства; и многократно дух бросал его и в огонь и в воду, чтобы погубить его; но, если что можешь, сжался над нами и помоги нам. Иисус сказал ему: если сколько-нибудь можешь веровать, все возможно верующему. И тотчас отец отрока воскликнул со слезами: верую, Господи! помоги моему неверию. Иисус, видя, что сбегается народ, запретил духу нечистому, сказав ему: дух немой и глухой! Я повелеваю тебе, выйди из него и впредь не входи в него. И, вскрикнув и сильно сотряси его, вышел; и он сделался, как мертвый, так что многие говорили, что он умер. Но Иисус, взяв его за руку, поднял его; и он встал. И как вошел Иисус в дом, ученики Его спрашивали Его наедине: почему мы не могли изгнать его? И сказал им: сей род не может выйти иначе, как от молитвы и поста. Выйдя оттуда, проходили через Галилею; и Он не хотел, чтобы кто узнал. Ибо учил Своих учеников и говорил им, что Сын Человеческий предан будет в руки человеческие и убьют Его, и, по убиении, в третий день воскреснет. (Мк, 9:17-31)

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 30 марта, в воскресенье.

Приходя в храм, люди нередко ждут от священника проявления особенных способностей: мудрости, когда спрашивают совета, молитвенного заступничества, когда просят молиться. С подобным отношением ученики Христовы, как понятно из услышанного текста, сталкивались с самого начала. Причем нельзя сказать, что у этого не было никаких оснований, ведь возвращаясь после проповеди в окрестных городах, ученики рассказывали Спасителю, что им повинуются бесы. И хотя Он посоветовал им радоваться другому, сам по себе факт повиновения им лукавых духов в контексте сегодняшней истории очень примечателен. Видимо, потому и пришел к ученикам отец ребенка, что они могли отвечать на такие просьбы. Но в этот раз все иначе, и апостолы оказываются бессильны. Одну из

причин Христос озвучивает публично – это неверие. Обычно отцы Церкви говорили, что речь идет о неверии отца ребенка. Судя по всему, это действительно так, ведь именно с отцом Спаситель потом говорит о вере и именно отец сам признается, что вера его слаба и буквально стала неверием. Как же так? Разве не он привел сына к апостолам? Разве не он ждал от них чуда исцеления? Он. Верил и в то же время не верил. Потому так парадоксально звучат его слова.

На что же он рассчитывал, придя к ученикам Христа? На их силы. Думал ли он, что от него тоже что-то требуется? Как кажется, нет. Он просто привел сына, а апостолы должны были изгнать беса. Однако что-то пошло не так. И теперь уже он обращается ко Христу. И снова «если что можешь... сжался, помоги...». Ему жалко



Комментирует священник Стефан Домусчи

своего сына, и по-человечески его можно понять. И Господь, конечно, готов помочь, но перед этим Он открывает ему одну важную истину: от него, как от отца, требуется вера.

Мы привыкаем рассчитывать на силу, свою или чужую, но порой для нас оказывается важен опыт бессилия. Он был важен для апостолов, важен для отца ребенка, он бывает очень важен для нас. Потому что нередко именно из глубины бессилия мы по-настоящему обращаемся ко Христу.

Фото предоставлено радио «Вера»

КРОССВОРД

Разгадав головоломку, вы прочитаете афоризм Михаила Булгакова (53 буквы).

Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении. Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):

- 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
- 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
- 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядах;
- 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
- 5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.



Ответ на задание в № 11: афоризм Уильяма Шекспира: «Если посмотреть правильно, то можно увидеть, что весь мир – это сад».

ХРОНОЛОГИКА

Порой мы не худеем только по одной простой причине: мы не разрешаем себе худеть.

Именно так при всем кажущемся желанием иметь заветную стройность. Поэтому давайте разберемся с препятствиями, которые мы сами себе можем создавать.

Ставьте правильную цель

Правильная цель чувствуется на уровне тела, в ощущениях. Разница между «я хочу» и «мне надо» ощутимая. Если вы хотите похудеть, чтобы больше нравиться мужчине, мозг подкинет много вариантов полных и счастливых женщин, но за ваше похудение он не возьмется. А вот если, скажем, обычные привычные вещи (наклониться, подняться по лестнице и т.д.) становятся для вас трудно выполнимыми и хочется как раньше взлететь по лестнице без проблем – это может стать отличным стимулом к действию.

Разрешите себе худеть



Больше конкретики

Не нужно смотреть на стройных девушек на обложке журнала или героинь фильмов и думать, что хотите так же. Гораздо продуктивнее будет позволять себе простые и ощутимые вещи. Например, похудеть, чтобы влезть в любимое платье или чтобы юбка сидела свободнее. Стройные девушки с обложки – это эфемерное, а личные достижения гораздо ощутимее. Можно и сантиметровой лентой талию и бедра замерять и сравнивать. Цифры вниз бегут? Здорово же!

Детали Чего больше – плюсов или минусов?

Сядьте и запишите все плюсы и минусы, которые вы получите, не худея, и получите после потери лишних килограммов. Для весомости можете даже прописать баллы или проценты к каждому пункту. Например, можно есть все что хочется – 50 %, легкость в движениях – 80 %. Чувствуете, что перевешивает?

Худеть в радость

Какие у вас эмоции возникают при мысли о похудении? Что придется себя ущемлять, ограничивать? А теперь попробуйте подумать, что это повод пойти на массаж (заняться танцами, плаванием, ходить на экскурсии, больше гулять в парке или что вам еще нравится). А может, это возможность купить классную спортивную одежду для занятий? Или открыть для себя новые вкусы в еде? Или растрять по утрам свое тело щеткой – чувствуете, как добавилось бодрости? Можно найти много положительных вещей, которые расширяют возможности, дают, а не ограничивают при похудении.

Мнение специалиста Боремся со страхами сами и с поддержкой

Разобраться в эмоциональных тонкостях похудения нам поможет психолог Марина Даренкова.



– Марина, почему женщины подсознательно запрещают себе худеть?

– На это может влиять множество факторов. Среди них:

1 Социальные стандарты красоты. В современном обществе существует множество противоречивых стандартов. Женщины могут чувствовать давление, но в то же время испытывать страх перед изменениями.

2 Страх потери идентичности. Например, если женщина привыкла быть полной, изменение внешности может вызвать внутренний конфликт.

3 Эмоциональное питание. Многие женщины используют еду как способ справиться с эмоциями. Похудение может означать отказ от этого привычного механизма, что вызывает страх и сопротивление.

– Можно ли самостоятельно разобраться в причинах такого поведения?

– Да, вам могут помочь самонаблюдение (записывайте, когда и почему вы едите, а также свои чувства в эти моменты) и обсуждение с близкими (порой разговор с другом или членом семьи может помочь увидеть ситуацию с другой стороны и получить поддержку). Третий фактор – профессиональная помощь. Консультации с психологом или диетологом помогут разобраться в ваших чувствах и поведении.

Татьяна МИХАЛЁВА

ВЫЖИГАНИЕ ПАПИЛЛОМ НЕ ПОМОЖЕТ, ЭТО ЖЕ ВИРУС! БОРОТЬСЯ С НИМ НУЖНО ДЕЙСТВУЯ ИЗНУТРИ! СИРОП «ПАПИКЛИН С ЗЕЛЕНЫМ ГРЕЦКИМ ОРЕХОМ»

Знаете, почему после удаления одной папилломы может появиться несколько других? Все дело в том, что папилломы – это проявление вирусной инфекции, которая живет внутри организма. «Только избавившись от вируса, вы получите шанс на красивое, здоровое тело», – утверждает эксперт по здоровью кожи.

– Почему Вы не рекомендуете выжигать папилломы?

– Выжигание или иссечение электроножом – это своего рода микрооперация. А любое вмешательство снижает иммунитет, на фоне этого вирус прогрессирует и на теле появляется еще больше наростов.

– Что же Вы предлагаете?

– Действовать на вирус изнутри. Есть специальные препараты, которые способствуют деактивации вируса папилломы и очищению кожи от папиллом. Их прием полезен еще и потому, что может помочь избавиться от папиллом внутри организма.

– Скажите, а если игнорировать папилломы, что будет?

– Количество наростов бу-



игнорировать папилломы я не советую.

– Какие средства могут помочь деактивировать вирус?

– Можно обратить внимание на сироп «Папиклин с зеленым грецким орехом». Это полностью натуральный продукт, в котором содержится большое количество юглона – компонента зеленого грецкого ореха, а также других природных веществ, усиливающих его действие и способствующих улучшению состояния кожи. Юглона обладает удивительной способностью – он может обнаруживать вирус папилломы внутри организма и деактивировать его. Спустя несколько недель приема сиропа «Папиклин с зеленым грецким орехом» папиллом на теле может начать становиться меньше. Сначала могут засыхать и отваливаться мелкие папилломы, а чуть позже и большие. Благодаря этому со временем кожа становится здоровой, без этих отвратительных и опасных наростов. Также не забывайте, что сироп может помочь избавиться от папиллом внутри организма. А это значит, что после его использования обычно улучша-



ется не только внешний вид, но и здоровье.

– А следы на коже остаются, как после выжигания?

– Нет, что вы? Поскольку механически кожа никак не травмируется, то и следов никаких не остается – ни шрамов, ни белых пятен – ничего подобного. Посмотрите на мою шею! Раньше на ней была куча папиллом, а сейчас она абсолютно чистая! У моих клиентов то же самое. Более того, многие сообщают,

что их кожа стала выглядеть на 10-15 лет моложе. А еще продукт способствует усилению иммунитета, что защищает от появления наростов в будущем. Поэтому никакое выжигание не сравнится с сиропом «Папиклин с зеленым грецким орехом»! Если вы хотите дать папилломам решительный отпор и иметь чистую кожу, я советую обратить внимание на сироп «Папиклин с зеленым грецким орехом».

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 19 марта по 19 мая 2025 г. *С информацией об организаторе мероприятия, правилах его проведения, количестве подарков, сроке, месте и порядке их получения можно ознакомиться по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»
В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему

ПОДАРОК! «ПАПИКЛИН»

Для этого сделайте 3 простых шага:

- 1. ПОЗВОНТЕ по телефону : 8-800-302-30-30 (звонки бесплатные)**
- 2. НАЗОВИТЕ промокод акции 2286**
- 3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК* – «Папиклин»**

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 19 марта по 19 мая 2025 г.

Доставка за счет производителя!

ОВЕН (21.03 – 20.04)
 Овны будут переполнены идеями и задумками. Вашего азарта, жизненной энергии хватит на то, чтобы убедить окружающих в своей правоте. Заводите новые знакомства, укрепляйте свой авторитет, у вас многое получится. В выходные отдохните с семьей, проявляйте заботу.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
 Неделя у Львов будет богата на эмоции. Но будет много суеты, которая отнимет у вас уйму времени. Из-за этого вы будете раздражительны. На работе постарайтесь воздержаться от принятия важных решений. Подумайте, может быть, вы переоцениваете себя.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
 Окружающие стараются не спорить со Стрельцами, поскольку понимают, что это бессмысленно. Но в тех вопросах, где вы не эксперт, могут возникнуть разногласия, постарайтесь избежать конфликтов. Не обостряйте ситуацию настойчивостью. Будьте сдержанны.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
 У Водолеев успешный период, чем бы вы ни занимались, будь то профессиональная деятельность или любовные дела. Везде вас ждет успех. При принятии решений будьте внимательны и осторожны. Избегайте конфликтов. Больше позитива в отношениях.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
 Звезды советуют Тельцам не перенапрягаться. Вам нужен отдых и положительные эмоции. Выбирайте занятия себе по душе. Это поможет вам зарядиться энергией для новых свершений. Не пренебрегайте советами старшего поколения. Больше внимания и уважения к близким.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
 Успех ждет Дев, которые готовы прислушиваться к чужому мнению и не стремятся подчиняться каждому. На работе проявите уважение к коллегам, но не творите себе кумиров. Будьте внимательны к творческим порывам ваших родных и друзей.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
 Эта неделя принесет Близнецам уверенность в своих силах и расставит ближайшие приоритеты. Вы сможете определиться, чего на самом деле желаете, а от чего вам давно следует отказаться. Но необходимо собраться с силами и заставить себя хорошо поработать.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
 Трудолюбивые Весы получат множество бонусов. Они смогут открыть новые двери в карьере. Не упустите эту возможность сделать свою жизнь ярче и интереснее. Это будет поистине удачный период для тех, кто готов бороться за свое счастье и работать над перспективами.

РАК (22.06 – 22.07)
 Звезды предупреждают Раков о нестабильности в делах любовных. Не давайте партнеру оснований считать, что вы пренебрегаете отношениями или относитесь к ним легкомысленно, цените чувства и уважайте его мнение, ведь именно на этом строятся прочные союзы.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
 Скорпионам стоит посмотреть на свои проблемы с другой стороны. Возможно, они окажутся менее значительными, чем вы думаете. Для отдыха предпочтительны спокойствие и расслабление, лучше всего вдали от городской суеты. По возможности возьмите с собой близких.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
 Козероги могут подолгу поминать обиды. Настало время перешагнуть через отрицательные впечатления. Вместе с тем, храните полезные уроки, которые удалось извлечь из жизненной ситуации. Это сделает вас значительно сильнее, успешнее и добрее.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
 Звезды предостерегают Рыб. Не берите на себя больше, чем положено. Если ноша непосильна, вы не получите ожидаемого результата. Кроме того, можете столкнуться с рядом препятствий. Что касается свободного времени, его лучше провести в компании единомышленников.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- На кого учился Родион Раскольников?
- В Новой Зеландии – туссоки, в Колумбии – льянос, а как такая равнина называется в России?
- Столица на обоих берегах Влтавы.
- Богом забытый медвежий угол.
- У Мурзилки на голове берет, а что у Незнайки?
- Итальянский город знаменитых сыра и ветчины.
- Режиссер, снявший сериал «Граница. Таежный роман».
- Плотная тонкая глянцевая ткань плотняного переплетения из туго скрученных нитей.
- Французский скульптор XVIII-XIX веков Анна Мария ..., прославившаяся скульптурами из воска.
- «А пройдут пионеры – ... Мальчишу!» (Аркадий Гайдар).

Ответы: 1. Юрист. 2. Стеньга. 3. Прага. 4. Глущ. 5. Шьяна. 6. Парма. 7. Митта. 8. Тафта. 9. Туссо. 10. Саянт.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

24 марта	Восход: 6 ч. 45 м. Заход: 19 ч. 24 м. Долгота дня: 12 ч. 39 мин.
Убывающая Луна в знаке Водолея	
25 марта	Восход: 6 ч. 42 м. Заход: 19 ч. 27 м. Долгота дня: 12 ч. 45 мин.
Убывающая Луна в знаке Водолея	
26 марта	Восход: 6 ч. 39 м. Заход: 19 ч. 29 м. Долгота дня: 12 ч. 50 мин.
Убывающая Луна в знаке Рыб	
27 марта	Восход: 6 ч. 35 м. Заход: 19 ч. 32 м. Долгота дня: 12 ч. 57 мин.
Убывающая Луна в знаке Рыб	
28 марта	Восход: 6 ч. 32 м. Заход: 19 ч. 34 м. Долгота дня: 13 ч. 02 мин.
Убывающая Луна в знаке Овна	
29 марта	Восход: 6 ч. 29 м. Заход: 19 ч. 36 м. Долгота дня: 13 ч. 07 мин.
Новолуние, Луна в знаке Овна	
30 марта	Восход: 6 ч. 26 м. Заход: 19 ч. 39 м. Долгота дня: 13 ч. 13 мин.
Растущая Луна в знаке Тельца	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ПО 30 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

24 МАРТА
 В 1802 году Ричард Тревитик получил первый патент на паровоз.
 В 1882 году Роберт Кох выделит бактерию, вызывающую туберкулез.
25 МАРТА
 В 2002 году найден ген эпидемии.
26 МАРТА
 В 1845 году был запатентован медицинский пластырь.
 В 1851 году в Костроме состоялось торжественное открытие памятника Ивану Сусанину.
 В 2003 году на Марсе было найдено замерзшее море.
27 МАРТА
 В 1841 году была опробована первая паровая пожарная машина.

28 МАРТА
 В 1776 году в Москве основан Государственный Академический Большой театр.
 В 1797 году в США запатентована первая стиральная машина.
 В 1857 году в Санкт-Петербурге открылась первая женская гимназия в России.
29 МАРТА
 В 1891 году в России издан указ о начале строительства железной дороги «Великий Сибирский Путь» (Транссибирская магистраль).
 В 1911 году в Санкт-Петербурге основан Олимпийский комитет России.
30 МАРТА
 1613 года считается Днем подвига Ивана Сусанина.

ИМЕНИННИКИ
НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

24 МАРТА. Василий.
25 МАРТА. Владимир, Григорий, Константин, Сергей.
26 МАРТА. Никифор, Николай, Христина.
27 МАРТА. Венедикт, Михаил, Ростислав.
28 МАРТА. Александр, Алексей, Михаил.
29 МАРТА. Иулиан, Трофим.
30 МАРТА. Алексей, Виктор, Иоанн, Макарий.

ПРАЗДНИКИ
НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

24 МАРТА ■ День штурманской службы ВВС России
 ■ День мастера маникюра
25 МАРТА ■ День работника культуры России
 ■ День рождения российской почтовой открытки
26 МАРТА ■ День отправки весточки весне
27 МАРТА ■ День войск национальной гвардии России
 ■ Всемирный день театра
28 МАРТА ■ Всемирный день историка
 ■ День машиниста в России
29 МАРТА ■ День специалиста юридической службы в ВС РФ
 ■ День фортепиано
 ■ Международный день русалки
 ■ День шампиньонов
30 МАРТА ■ День войск ракетно-космической обороны (РКО) РФ
 ■ День ремесленника

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Саввина сани покинь, а телегу подвинь

24 марта считалось Ефимовым днем. В этот день следили за воронами: птицы стаями на земле сидят – к холодам, облепили средние ветки деревьев – жди скорых дождей.
 Если в Феофанов день, **25 марта**, снег в лесу начал таять с южной стороны муравейника, то лето будет коротким и холодным.
 В Никифоров день, **26 марта**, наблюдали за поведением птиц: если первым зяблик прилетел – к стуже, а вот если жаворонок – к теплу.
 Про **27 марта** в народе говорили: «Венедиктов мороз еще семь дней зимы принес» – намекая на то, что если в этот день случаются заморозки, то они продлятся еще неделю.
 Если **28 марта**, в Александров день, весь день пасмурно, то ждали скорого ненастья и похолодания.
29 марта – Саввин, или Тележный день. Говорили: «На Саввина сани покинь, а телегу подвинь», это означало, что тепло пришло надолго.
 В день Алексея Тёплого, **30 марта**, было принято наблюдать за ручьями: если они были большие, то и половежье будет большим.

– Ты внимательно слушаешь мужа?
 – В некоторых случаях даже очень.
 – Когда?
 – Когда он разговаривает по телефону, а я не знаю с кем.

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издаётся с апреля 2018 года.

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
 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
 Отдел подписки: 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

№ 12 (364). Дата подписания в печать: 23.00 час. 17.03.2025 г. Дата производства: 18.03.2025 г. Дата выхода в свет: 18.03.2025 г. Тираж 70 440 экз. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 190020, Санкт-Петербург, Вн. тер. г. МО Екатеринбургский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть. Заказ ДБ-78/12. Выходит во всех областях СЗФО. Тираж этого номера 850 120 экз. Розничная цена свободная. Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM» Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л. Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено

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

21 марта отмечается Всемирный день поэзии. Наша викторина – о поэтах, поэзии и, конечно, о любви.

ЛЮБВИ все возрасты покорны



1 Все мы помним классическое у Александра Пушкина: «Я вас любил: любовь ещё, быть может, / В душе моей угасла не совсем; / Но пусть она вас больше не тревожит; / Я не хочу печалить вас ничем». А кто написал строки, ставшие знаменитым романсом в аранжировке и исполнении Ивана Козловского: «Я встретил вас – и всё былое / В отжившем сердце ожило...»?

- а) Михаил Лермонтов. б) Аполлон Майков. в) Фёдор Тютчев.

2 Лирические стихотворения гения поэзии Александра Сергеевича Пушкина неоднократно перекладывались на музыку. С одним из них связана любопытная история. Это стихотворение поэт посвятил Анне Керн, с которой познакомился в Петербурге в 1819 году, где девушка гостила у своей тётки. А в июне 1825 года он посвятил ей стихотворение, которое положил на музыку Михаил Глинка. Интересно, что Глинка посвятил своё творение тоже Керн, только Екатерине, дочери Анны Петровны. О каком романсе речь?

- а) «На заре ты меня не буди».
б) «Я помню чудное мгновенье».
в) «Не пой, красавица, при мне».

3 Франческо Петрарка, итальянский поэт эпохи Возрождения, известен всему миру своими сонетами, в которых воспевал свою возлюбленную. Несмотря на исследование творчества и жизни Петрарки, так и не удалось выяснить, кем именно была эта дама сердца. При этом великий Петрарка создавал в её честь сонеты на протяжении 21 года. Как звали музу Петрарки?

- а) Лаура. б) Джульетта. в) Беатриче.

4 Эта романтическая история тронула сердца многих женщин. Во время парижского турне этот поэт знакомится с русской эмигранткой Татьяной Яковлевой. И заказывает необычный подарок на день рождения девушки – цветы в этот день и пожизненно. Кроме необычного подарка было также написано стихотворение «Письмо Татьяне Яковлевой», в котором подробно описаны пламенные чувства поэта. Назовите его имя.

- а) Игорь Северянин.
б) Велимир Хлебников.
в) Владимир Маяковский.

5 Одна из муз Александра Блока – актриса Наталья Волохова. Через год после встречи с Натальей, в 1907 году, Блок напишет: «Посвящаю эти стихи тебе, высокая женщина в чёрном, с глазами крылатыми и влюблёнными в огни и мглу моего снежного города». Кстати, поэт посвятил этой своей музе сборник стихотворений «Снежная маска». Где встретила Блоку «Снежная девушка»?

- а) В Москве. б) В Санкт-Петербурге.
в) В Тифлисе.

6 А этого поэта знает весь мир. Его цикл сонетов составляет 154 стихотворения. С 1-го по 126-й сонет посвящены молодому человеку, который сегодня обозначен «Прекрасным юношей», остальные известны как цикл «Тёмная леда». 116-й сонет известен наиболее широко. В переводе Самуила Маршака часть строк звучит так: «Любовь – над бурей поднятый маяк, / Не меркнущий во мраке и тумане. / Любовь – звезда, которую моряк / Определяет место в океане». Кто дал такое определение идеальной любви?

- а) Уильям Шекспир. б) Данте Алигьери.
в) Джордж Гордон Байрон.

7 О любви мечтают, рассказывают, пишут. И в памяти остаются строчки, созвучные нашему состоянию. Вот как писал Расул Гамзатов: «Я звезду засвечу тебе в угоду, / Уйму холодный ветер и пургу, / Очаг нагрею к твоему приходу, / От холода тебя оберегу». Вот строки Роберта Рождественского: «Современная женщина, современная женщина, / Суеюта замотана, но, как прежде, божественна». А кто написал эти знаменитые строки о любви: «Хочу нестись к тебе, лететь, / Как волны по равнине водной, / Поцеловать гранит холодный, / Поцеловать – и умереть!»?

- а) Афанасий Фет.
б) Фёдор Тютчев.
в) Николай Некрасов.



ОТВЕТЫ

1-в. Фёдор Тютчев. 2-б. «Я помню чудное мгновенье...». 3-а. Лаура. 4-в. Владимир Маяковский. 5-б. В Санкт-Петербурге. 6-а. Уильям Шекспир. 7-а. Афанасий Фет.

ТУРАМИН

Выбор фармацевтического сообщества*

КОМПЛЕКСНАЯ ПОДДЕРЖКА
ЗДОРОВЬЯ В БИДОСТУПНЫХ ФОРМАХ



КОГДА НУЖНЫ МИНЕРАЛЫ И АМИНОКИСЛОТЫ

«БРЕНД ГОДА» В НОМИНАЦИИ
«БАД - МОНОНУТРИЕНТ ЦЕЛЕВОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
ПРЕМИИ «ЗЕЛЕНЫЙ КРЕСТ»



РЕКЛАМА 18+

СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ!

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8 800 333 10 33

ООО «ВИС» ОГРН 1127847601881 Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ozon • wildberries • visherb.ru • apteka.ru • zdravcity

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

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.

Тили-тили-тесто, жених и невеста



Вывоз поступил из особняка, расположенного в небольшом поселке на окраине города. Еще совсем недавно на этом месте был огромный пустырь, где майор Петрович, еще будучи лейтенантом, частенько бывал по служебной надобности. На пустыре собирался разного рода сброд, совершались сомнительные сделки, а иногда даже происходили громкие разборки. Теперь пустырь превратился в аккуратный чопорный поселок, огороженный со всех сторон высоким забором. Шлагбаум на въезде и строгая охрана не оставляли воришкам никаких шансов.

– Какой может быть грабеж в этом сейфе под открытым небом? – удивился Петрович по прибытии.

Тем не менее, оказалось, что ограбление действительно произошло. Во всяком случае, в этом был уверен владелец особняка, распахнувший перед ними кованые ворота.

– Вчера я взял у ювелира несколько украшений: бриллиантовое кольцо, пару браслетов с изумрудами и сапфирами, три кольца с редкими камнями и еще кое-что по мелочи. Я хотел, чтобы моя невеста, Анюта, выбрала себе подарок – у нее на днях день рождения.

– Понятно, – кивнул Петрович. – Вы привезли драгоценности домой, что было дальше? Выбрала ваша невеста себе подарок?

– Дальше я уехал на важную встречу, и Анюта осталась дома одна. Я деловой человек, мне некогда рассиживаться дома. Дальше я перескажу вам ее рассказ.

– Я бы лучше внимательно послушал саму девушку, – сказал Петрович.

– Нет! – его собеседник был категоричен. – Анюта очень плохо себя чувствует, она испугана и ужасно расстроена. Я сам вам все расскажу.

– Ну ладно, – смирился Петрович. – Рассказывайте. Но потом я все равно поговорю с ней, это моя обязанность.

Хорошо, но пусть это будет позже. А пока вот вам ее рассказ. Она сидела за столом в своей комнате, когда погас свет. Это редко, но бывает, подстанция в поселке старая. Тогда Анюта зажгла свечи и стала рассматривать украшения. Внезапно ее ударили по голове, и она отключилась. Очнувшись через некоторое время, Анюта обнаружила, что драгоценности исчезли. Также исчезла ее сумочка с банковскими картами и телефоном. Тогда она позвонила по домашнему телефону мне, я вызвал скорую и полицию, и конечно, сам примчался. Вот, собственно, и все.

– Где расположен ваш домашний телефон? – спросил Петрович.

– Везде. Трубки валяются по всему дому, база стоит в коридоре. У Анюты всегда одна из трубок под рукой: ее мама

очень любит болтать по телефону, но мобильную связь не признает.

– Хорошо, – задумчиво сказал Петрович. – Могу я все-таки поговорить с вашей невестой? Кстати, как давно вы знакомы?

– Уже два месяца! – гордо вскинул голову мужчина. – Мы познакомились в Турции, когда я ездил туда по делу. Я увидел Анюту в холле гостиницы и...

– Так могу я с ней поговорить? – не дал ему закончить Петрович.

– Если она не будет против.

– А если будет, – парировал майор, – я вызову ее повесткой. Не думаю, что вашей не-

весте понравится у нас в отделе.

– Ну ладно, поговорите, – раздраженно буркнул жених. – Только недолго! Анюта такая впечатлительная!..

Он позвал невесту, и она присоединилась к их беседе.

– Скажите, гражданочка, когда включился свет в этом доме? – обратился к ней Петрович.

Могли бы и у меня спросить, – вмешался жених. – Свет включился, когда приехал я. Оказалось, что не подстанция виновата, а какое-то замыкание. Мой водитель в моем присутствии устранил неполадку буквально за пару минут.

Девушка энергично закивала, подтверждая его слова.

– Ну что ж, в таком случае я задерживаю вас, гражданка, за кражу драгоценностей, – констатировал Петрович. – Надеюсь, имя своего подельника вы назовете мне добровольно.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович заподозрил невесту в краже драгоценностей?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 11: за минуту настоящий грабитель не успел бы очистить сейф, открыть все замки на двери потерпевшей и убежать. А вот знакомому человеку – свидетелю – женщина открыла бы дверь сама.

Рис. Ирина Светлова

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Кукол. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 8 (911) 929-92-55, Александр.

■ 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68

■ 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68

КУПЛЮ

■ 8 (999) 715-35-60 Куплю вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

■ 984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

Городская служба вывоза и утилизации №1
Избавим от мебели и ненужных вещей за 10–15 мин в день обращения!
• Диваны • Кровати
• Шкафы • Пианино
• Мебель с насекомыми
• Освободим балкон от хлама
• Уничтожение клопов
ВЫВОЗИМ ВСЁ!

РЕМОНТ КВАРТИР
Подача машины в удобное время

Тел.: 903-50-73

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Мы предлагаем:

- ✓ Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- ✓ Стабильный оклад **40 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
- ✓ Выдача заработной платы **БЕЗ ЗАДЕРЖЕК**;
- ✓ Подходящий вам график работы: 2/2 и 6/1;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ Вакансия подходит для **КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**

Телефоны для связи:
8 (965) 065-73-80, 8 (925) 507-46-48

Прием рекламы в рубрику «ВСЁ ОБО ВСЁМ» производится по адресам:

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК» 8 (962) 724-29-44	РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ» 8 (812) 424-32-11
РА «ПАЛЛАДА» 8 (921) 899-98-75	РА «ФРИИ МЕДИА» 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (962) 724-29-44
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от 500 рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

- Через «Робокассу»: 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 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

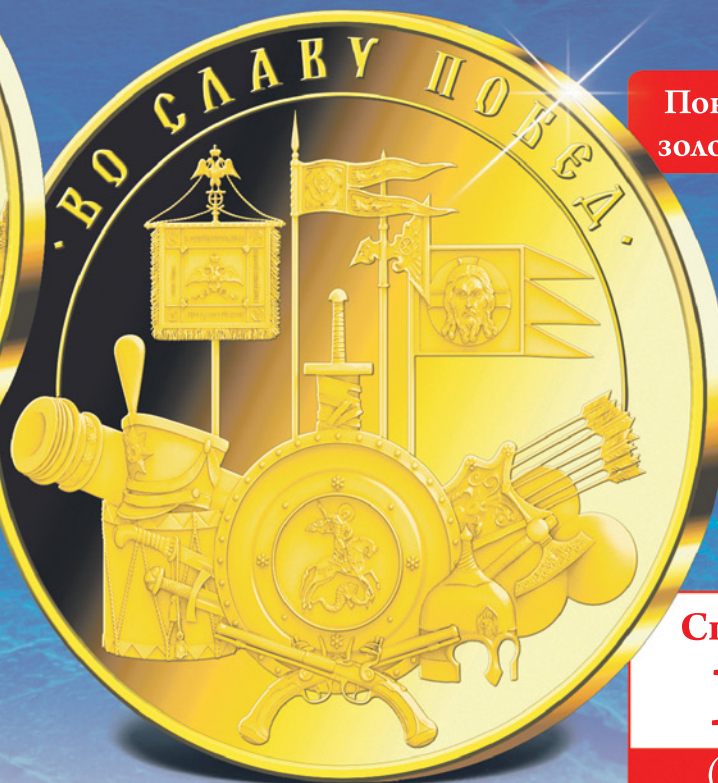
Скидки уточняйте у менеджера



«ЛЕДОВОЕ ПОБОИЩЕ»

Первая памятная медаль из коллекции, посвященной победам русского народа в великих сражениях!

Хит продаж
2025 года



Покрытие чистым
золотом 999 пробы

Во славу побед. Важнейшие битвы

Императорский Монетный Двор с гордостью представляет ценную коллекцию памятных медалей «Во славу побед», посвященную важнейшим битвам в истории России. Каждое великое сражение в истории нашей страны — пример мужества и патриотизма. Эти битвы определяли судьбу государства на протяжении веков и были свидетельством того, как наш великий народ, объединившись, преодолевал самые суровые испытания и защищал свою землю.

Открывает коллекцию медаль, посвященная Ледовому побоищу. На медали представлен решающий момент битвы на Чудском озере. В центре динамичной композиции на аверсе медали — Александр Невский и разгромленные враги, которые под ногами его бесстрашного коня проваливаются под лед. На реверсе отчеканена композиция из исторического русского оружия.

Уникальность коллекции — в сочетании двух техник: инновационной 3D-печати и объемного рельефа. Покрытие чистым золотом 999 пробы, большой диаметр — 45 мм, качество «пруф-лайк» повышают ценность коллекции.

Специальная цена:

1495 руб.

(вместо 2 990 руб.)

Вместе с коллекцией

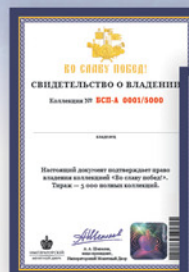
Вы получите

ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ

АКСЕССУАРЫ

и ПОДАРКИ*

- ✓ Элегантный футляр для демонстрации и хранения Вашей коллекции*
- ✓ Сертификат к каждой медали, подтверждающий ее подлинность. Кроме этого, Сертификат содержит важные исторические факты.
- ✓ Именное Свидетельство о владении коллекцией с индивидуальным номером.



Сделать заказ просто!

Код для заказа: **13041703**

По телефону:
8 (800) 250-21-72
звонок бесплатный (с 8:00 до 21:00)

На сайте:
www.imdvor.ru/icebattle

Быстрый
переход
на страницу
резервирования



УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА О ДОСТАВКЕ МЕДАЛИ В ПУНКТ ВЫДАЧИ!

*Футляр отправляется подписчику в посылке № 2 по цене 1 руб. (стоимость медали в этой посылке уменьшается на 1 руб.). Футляр отправляется без содержимого, медали — отдельно по подписке.

Условия отправки и цена следующих медалей в коллекции «Во славу побед», отправляемых по подписке, могут быть изменены Продавцом в одностороннем порядке по причине роста стоимости металлов и/или других сопутствующих расходов Продавца. Подробности по телефону 8 (495) 974-29-47 или на сайте imdvor.ru. Акция, проводимая Организатором, не попадает под определение какого-либо вида лотереи, как это понимается согласно Федеральному закону от 11.11.2003 № 138-ФЗ «О лотереях», а также не является иной, основанной на риске игрой. Сроки проведения акции: с 16.10.2024 по 31.12.2024. В соответствии с подп. 1 п. 4 ст. 9 и ст. 15 ФЗ РФ «О персональных данных» № 152-ФЗ я предоставляю свои персональные данные, указанные мной в бланке заказа, и даю согласие на их обработку в маркетинговых целях, связанных с дистанционной торговлей, включая хранение, использование, распространение, уточнение ООО «Императорский монетный двор» (ОГРН 1127746433462; адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 19), ООО «БЕТА групп» (ОГРН 5077746982209; адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, пом. 26, каб. 1403А), АО «Почта России» (ОГРН 1197746000000) и их контрагентам. Данное согласие действительно в течение 5 лет. По истечении указанного срока согласие считается продленным на каждые последующие 5 лет при отсутствии моего заявления о его отзыве заказным письмом с уведомлением по адресу: 111116, г. Москва, а/я 62. Продавец: ООО «Императорский монетный двор»; ОГРН 1127746433462; адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 19. Предложение ограничено наличием товара по указанной цене. Страна производства: КНР. Материал: медный сплав с покрытием из золота 999 пробы, цветная печать, диаметр медали 45 мм. При отправке футляра взимается сбор 100 руб. за пересылку. При получении посылки на почте взимается комиссия «Почты России» за перечисление наложенного платежа, составляющая 2% от суммы заказа, но не менее 50 руб. Подробнее с правилами и условиями заказа товара можно ознакомиться в «Соглашении об условиях заказа товара», размещенном на сайте www.imdvor.ru/rules. РЕКЛАМА