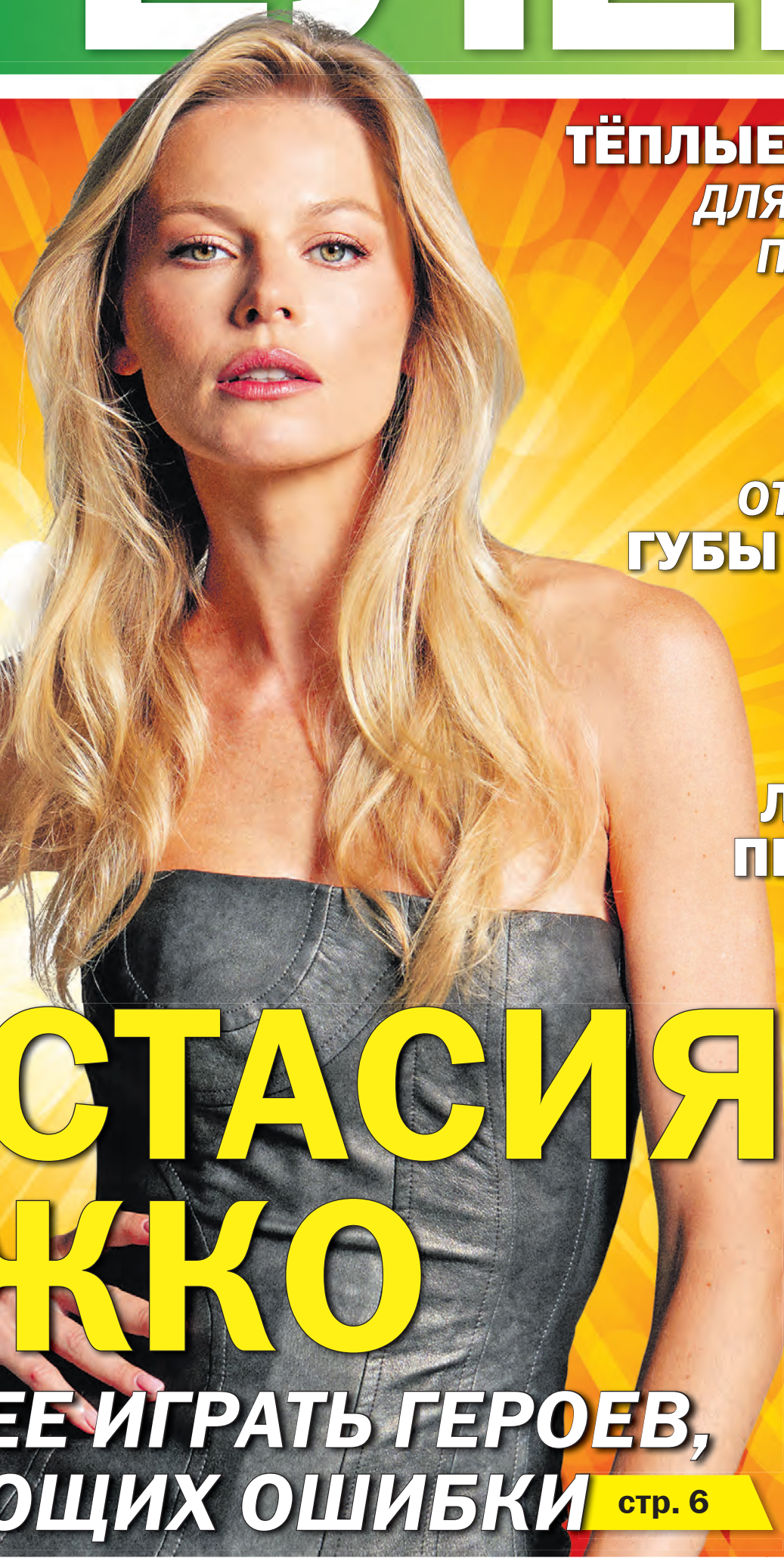
№06
(731)

ТВ-программа с 9 по 15 февраля 2026 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52 КАНАЛА ТВ



ТЁПЛЫЕ БРЮКИ ДЛЯ ЗИМНЕЙ ПРОГУЛКИ

стр. 29

ЭВОЛЮЦИЯ ШВАБРЫ: КАКУЮ ВЫБРАТЬ?

стр. 13

СПАСИТЕ ОТ МОРОЗА ГУБЫ И КОЖУ

стр. 12

ВАРИМ ИДЕАЛЬНЫЙ ХОЛОДЕЦ

стр. 10

А ВДРУГ ЛЮБОВЬ ПРОШЛА?

стр. 4

АНАСТАСИЯ СТЕЖКО

ИНТЕРЕСНЕЕ ИГРАТЬ ГЕРОЕВ, СОВЕРШАЮЩИХ ОШИБКИ

стр. 6

Фото из личного архива Анастасии Стежко
Фотограф: Екатерина Бланк

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2226-6380

Реклама (6+)

LEOMAX

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

Скидки на ТВ-ХИТЫ до 60%

Костюм «Астрид»

до 56 размера

- Свободная посадка
- Не скатывается, сохраняет форму и цвет

Фактурный узор

Материал: 95% ПЭ, 5% спандекс.
Размер: 44-46, 48-50, 50-52, 54-56.
Цвет: черный, синий, белый.

Синий / Белый / Черный

лот 314677
~~4999~~ р. 3999 р.

Годовой запас средств «Просто блеск»

1. Супер порошок 100 в 1, 2 уп. по 500 г
2. Спрей для удаления жира, 750 мл
3. Спрей для чистки стекол, 750 мл

2 шт.

500 г / 750 мл / 750 мл

лот 106030-03
~~2499~~ р. 1499 р.

Набором дешевле!

Складная стиральная машина «Лотос»

1,2 кг Вес

3 программы стирки + отжим

Не требует подключения к водопроводу

СТИРКА за 10 мин!

7,5 л

Зеленый / Бежевый

Размер: 29×29×30 см

лот 104006
~~3999~~ р. 2999 р.

Стул «Титан» для купания в ванной и душе

до 100 кг

Отверстия для слива воды

Нескользящие ножки регулируются по высоте 39-52 см)

Размер: 51×31×52 см

В ПОДАРОК: Самоклеящаяся накладка

лот 106136-01
~~3499~~ р. 2999 р.

Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

- Герметик
- Резина
- Клей

Цвет на выбор: Белый, Прозрачный, Черный

Для разных поверхностей

3 шт. по 450 мл

лот 102640
~~1299~~ р. 999 р.

Мини-печь «Чудо-жар»

9 л

лот 203839
~~5999~~ р. 4999 р.

Размер, см: 27,5×37×20,5

Режим работы, Т: 100–250°С

Электрический измельчитель «Молния»

3 в 1
1. Мясорубка
2. Блендер
3. Миксер

Работает от сети 220 В

1,8 л Объем чаши

лот 22634
~~2499~~ р. 1699 р.

Вакуумный упаковщик

- Для мяса, рыбы, овощей, фруктов, ягод, сыра и др.

Защита от запаха

Защита от микробов

Увеличение срока хранения продуктов

Размер: 36×6×4 см

90 Вт

лот 203385-01
~~2499~~ р. 1999 р.

Дверная штора «Уютный дом»

Размер: 90×200 см

Сохраняет тепло внутри дома

Установка за 5 мин

Магнитные замки

Серый

Коричневый

лот 103716
~~4999~~ р. 2999 р.

Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»

до 200 м² Зона влияния

Работает от сети

Грызуны Насекомые

лот 10034-01
~~1999~~ р. 999 р.

Шапка с фонарем «Теплый свет»

Универсальный размер

3 режима яркости

Материал: 35% акрил, 65% ПЭ.

Черный / Серый

лот 104807
~~1499~~ р. 999 р.

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер» + Лосьон в ПОДАРОК!

1. Бритва
2. Триммер для бороды
3. Триммер для носа

60 мин работы

В ПОДАРОК: Лосьон после бритья

5 Вт

лот 402968-03
~~1999~~ р. 1499 р.

Прибор для чистки ушей «Чистые ушки», 3 шт.

Безопасная и эффективная чистка ушей

8 сменных силиконовых насадок

Питание от 2 батареек АА (в комплект не входят)

3 шт.

лот 41984-02
~~1399~~ р. 999 р.

Усилитель звука «Чуткий слух»

Может усиливать звуки до 30 дБ, на расстоянии до 10 м

Регулятор громкости

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

лот 404616
~~1499~~ р. 999 р.

Топ «Ажур Бра»

Дышащий материал

Комфортная посадка

Белый / Беж. / Черн. / Серо-голубой

Состав: 90% нейлон, 10% спандекс.
Размер: 44-46, 48-50, 52-54, 56-58.

лот 313589
~~1299~~ р. 999 р.

Термобелье «Аляска» от Leomax

до -20°С

Выводит влагу

Сохраняет тепло

Универсальный размер:
(**Ж.** 44-56, рост 155-170 см
М. 48-58, рост 170-185 см)

лот 45536-01 муж.
лот 45536-02 жен.
~~1999~~ р. 1299 р.

Термоноски «Аляска»

2 пары

Согреют ваши ноги в любую погоду!

Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.).

70% хлопок

лот 45368
~~999~~ р. 699 р.

Массажный матрас «Блаженство»

9 в 1

Вибромассаж Термотерапия

Работает от сети

Размер: 49×135 см

4 массажные зоны

Материал: велюр, пластик, металл
В комплекте: матрас, блок питания, пульт управления

лот 403912-01
~~7999~~ р. 4999 р.

Складные очки «Фокус Плюс»

2 шт.

160% Увеличение

- Небьющиеся линзы
- Футляр в комплекте

лот 43063-01
~~1999~~ р. 999 р.

Диск здоровья от Leomax + ПОДАРОК!

- Укрепляет мышцы рук, ног, ягодиц, спины и живота

до 120 кг

27 см

Уменьшает объем талии

Массаж стоп

Зеленый / Фиолетовый

В ПОДАРОК: Чудо-мазь «МауЛи» согревающая

лот 404737
~~1999~~ р. 1299 р.

Умный браслет «Здоровье»

Тонометр Пульсометр

Шагомер

Счетчик калорий

Время и дата

Зарядка через USB-провод (в комплекте)

24 см Длина окружности

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

лот 402115-02
~~2999~~ р. 1999 р.

Домашний тренажер «Кардио» +

Укрепляет сердце и сосуды

- Уровень нагрузки регулируется
- Для тренировки рук и ног
- Для реабилитации

Размер: 40×53,5×25,5 см

лот 401808-01
~~3999~~ р. 2999 р.

ВАШ ПОДАРОК*

при заказе от 2999 р.:
Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При единовременном заказе на сумму от 2999 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно с 01.02.26 по 30.04.26 г. Продавец: ООО «ШОП ТВ» ОГРН 5117746036128,115432, г. Москва, ул. Трофимова, дом 2А. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по телефону (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ): 8(800) 500-18-45

Рок-опера «Орфей и Эвридика» прозвучит в Кремлёвском дворце

12 февраля в Кремлёвском дворце состоится грандиозная премьера, стирающая границы между разными жанрами искусства. Петербургский театр «Рок-опера плюс» представит московской публике новую версию культовой рок-оперы Александра Журбина «Орфей и Эвридика».

Это не просто новая интерпретация знаменитой постановки 1975 года, а смелый художественный эксперимент. Древнегреческий миф о всепобеждающей любви и роковой потере зазвучит на языке современного рока. Особой энергетикой шоу станет участие музыкантов панк-рок группы NAGART. Их фирменный звук и хиты, знакомые слушателям «Нашего Радио», органично вплетутся в канву спектакля. Это уникальное предложение для искушенных театралов, ценителей классических сюжетов и всех поклонников качественной живой музыки.

Фото Елены Фуфаевой

У «Праздников» будет продолжение

Семейную комедию «Праздники» ждёт новый, уже четвёртый сезон. Сюжетно он продолжится сразу после финала третьего: в семье Пыжовых снова прибавление, и это событие собирает всех вместе. Теперь привычные роли внутри семьи начинают смещаться. Старшие учатся жить в новом статусе, младшие – справляться с ответственностью.

В проекте к главным ролям вернутся Виталий Хаев, Мария Аронова, Яна Енжаева, Никита Павленко, Анастасия Калашникова и другие актеры. Режиссером снова станет Борис Дергачёв. Производством сериала по заказу телеканала ТНТ занимаются продюсерская компания Russian Code и кинокомпания 1-2-3 Production.

– Каждый сезон дает возможность копнуть глубже, потому что сама тема семьи не заканчивается никогда, – рассказывает Борис Дергачёв. – Она меняется, взрослеет, обрастает новыми обстоятельствами – и нам по-прежнему интересно за этим наблюдать и это фиксировать.

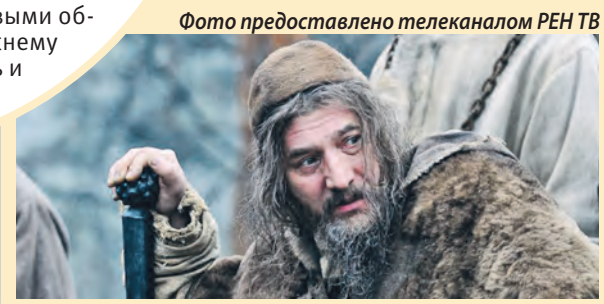
О Молодинской битве снимается фильм

Начались съёмки исторической драмы «Молодинская битва». Режиссер фильма – Константин Буслов, автор сценария – Сергей Юдаков. Роль воеводы Воротынского в киноленте исполнит Михаил Пореченков, князя Хворостинина сыграет Пётр Рыков, а Александр Устюгов воплотит образ Ивана Грозного. Также в фильме снимаются Никита Кологривый (Васька Шатун), Владимир Любимцев (Хованский), Фёдор Малышев (Скороход) и другие. Производством фильма занимаются РБ Продакшн в партнерстве с РЕН ТВ и Art Pictures Distribution

1572 год. Спустя год после сожжения Москвы войском Крымского ханства враг снова на подходе. Теперь цель хана – полный захват власти в Московском государстве. Русская армия завязла в сражениях на западном фронте. Москву обороняет немногочисленная рать. Для противостояния захватчикам отряды опричников объединяются с регулярным войском. Хитростью оттянув вражеское войско от Москвы, дружина под предводительством воевод Воротынского и Хворостинина принимает удар на себя.

Премьера фильма состоится на телеканале РЕН ТВ.

Фото предоставлено телеканалом РЕН ТВ



Никита Панфилов рассказал о новом «Акушере»

Продолжается работа над третьим сезоном медицинского детектива «Акушер» с Никитой Панфиловым в главной роли, производство «Всемирные русские студии» по заказу телекомпании НТВ.

После событий второго сезона проходит полгода. У Каверина (Никита Панфилов) и его коллег все хорошо: противостояние с Брагиным позади, он вернулся к обязанностям главы перинатального центра, Елагина (Елена Лотова) занята заботами о ребенке, а у Марины (Виктория Романенко) и Агеева (Денис Денисов) подрастает дочь. Но Глеба мучает обещание, данное им Лизавете Громовой (Яна Волкова), которая по ложному обвинению находится под арестом. Глеб пытается добиться ее освобождения, но безрезультатно...

– В новом сезоне Каверина выдернут из привычной ему среды перинатального центра, – рассказывает исполнитель главной роли Никита Панфилов. – И конечно, ему предстоит противостоять сильным и подлым врагам.

Фото PR НТВ

Подготовлено по материалам пресс-служб телеканалов, киностудий, онлайн-кинотеатров, театров, концертных площадок

ЖИЗНЬ БЕЗ СКОВАННОСТИ. ВЕРНИТЕ СУСТАВАМ ЗДОРОВЬЕ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!
ЛЕЧЕНИЕ 30 ЗАБОЛЕВАНИЙ
АППАРАТ ВЫСОКОТОНОВОЙ ТЕРАПИИ
НАДЕЖДА
ЛЕЧИТ СУСТАВЫ И ОСТЕОХОНДРОЗ
УЛУЧШЕНИЕ ОБЩЕГО СОСТОЯНИЯ
Prodex КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:* ЗАБОТА
+ Приходите на бесплатный тест-драйв легендарного аппарата «Надежда»!*
УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:
м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18 | м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
м. «Лермонтовский просп.», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1
(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)
ГРАФИК РАБОТЫ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (499) 110-43-58
ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 04.02.2026 по 04.03.2026. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

БЫТЬ ЗДОРОВЫМ? ЛЕГЕНДАРНЫЙ «БАЛЬЗАМ БОЛОТОВА»!
«Я работающий пенсионер. Немолодой возраст, нагрузки на работе, да еще и еда с химикатами, плохая экология... Здоровье ощутимо ухудшилось. Идти в больницу не хочется, а платно – ой как накладно. На работе пожаловался коллеге на постоянную усталость, повышенный сахар, давление, боли в печени и желудке, больные суставы... Друг послушал с пониманием – и посоветовал мне Бальзам ученого Бориса Васильевича Болотова. Я подумал: "Хуже точно не будет, да и цена доступная". Уже после двухнедельного приема Бальзама прошла изжога, желудок заработал как часы, выносливость выросла в разы. После всего двухмесячного курса нормализовались давление и сахар. Хочу поблагодарить Бориса Васильевича Болотова за такую полезную разработку!»
«Свой Бальзам Болотов Б.В. рекомендовал принимать для:
• нормализации работы всего желудочно-кишечного тракта, ликвидации запоров, избавления от изжоги;
• сбалансирования содержания сахара в крови, очищения сосудов от солей жирных кислот;
• расщепления старых больных клеток, а также клеток болезнетворных организмов;
• повышения иммунитета;
• предотвращения инсульта, инфаркта, аритмии, атеросклероза кровеносных сосудов, способствует расщеплению бляшек в сосудах.
475 ml 2350 руб
Тел.: +7 (499) 350-44-74, +7 (969) 777-06-28
ИП Годованюк И.В., 127273, г. Москва, Берёзовая аллея, д 7Б, офис 206, 1 этаж. ОГРН 317502700010807, СоГРП №.RU. 77.99.88.003.R.004745.12.19 БАД. Реклама
СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи!
Разбирать речь по телевизору – это просто !
Скидка от 20 до 50%!
Гарантия качества
Пенсионерам скидки
Выезд специалиста на дом
Пробное ношение слухового аппарата
Узнайте, как получить компенсацию за слуховой аппарат!
Ремонт слуховых аппаратов
8 (495) 411-90-16
mirsluha.ru
МИР СЛУХА
М «Боровицкая», ул. Знаменка, д. 13, стр. 1, под. 2
М «Третьяковская», ул. Пятницкая, д. 28
М «Сухаревская», пр-т Мира, д. 5, корп. 1
М «Белорусская», ул. Лесная, д. 8А
Реклама. 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «Мир слуха Пятницкая», ОГРН 1157746542953
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

5 способов использовать ИИ в работе

Искусственный интеллект – это не просто способ «оживить» картинки для соцсетей, а рабочий инструмент, который уже сегодня кардинально меняет офисные процессы. Вот пять конкретных способов его применения.

1. УМНЫЙ ПОМОЩНИК ДЛЯ ВСТРЕЧ
Забудьте о конспектировании. Современные ИИ-сервисы записывают, транскрибируют и суммируют ключевые тезисы совещаний, автоматически распределяя задачи по исполнителям. Вы получаете готовый протокол и план действий через минуту после окончания планерки.

2. МГНОВЕННАЯ РАБОТА С ДОКУМЕНТАМИ
ИИ умеет не только проверять орфографию. Он может анализировать длинные отчеты, выделять суть, предлагать правки по стилю, генерировать черновики писем, договоров и даже презентаций по вашим ключевым тезисам, экономя часы рутинной работы.

3. АНАЛИЗ ДАННЫХ
Вместо того чтобы вручную сводить таблицы, поручите это ИИ. Он способен обрабатывать огромные массивы информации, находить скрытые закономерности, строить прогнозы и визуализировать результаты в понятные наглядные доски для принятия решений.

4. ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ОРГАНИЗАТОР
ИИ-планировщик анализирует ваши привычки, календарь и приоритеты. Он может оптимально распределять задачи, напоминать о дедлайнах, рекомендовать время для глубокой работы и даже составлять планы на день или неделю.

5. КРЕАТИВНЫЙ СОАВТОР
Застряли на идеях для поста, названия проекта или слогана? ИИ-генераторы текста и изображений предложат десятки вариантов за секунды, выступая в роли партнера для мозгового штурма, который помогает преодолеть творческий кризис.

А вдруг любовь прошла?..

Любовь врывается с фанфарами, принося головокружение и сладкий привкус поцелуев на губах!

А уходит на цыпочках, прикрывая за собой дверь так тихо, что мы месяцами делаем вид, будто не слышали, как щелкнул замок. И лишь когда в доме души становится слишком тихо, мы осмеливаемся задать вопрос: «Это просто зима, после которой обязательно потеплеет, или уже вечная мерзлота?» И что делать, когда сердце, похоже, уже вынесло свой неутешительный вердикт?

Признаки того, что чувства погасли

Эмоциональная стерильность
Вы замечаете, что больше не «заражаетесь» эмоциями партнера. Его радость не делает вас светлее, его грусть не вызывает желания обнять. Вы наблюдаете за его внутренней жизнью как через толстое стекло: все видно, но ничего не слышно, и не чувствуется тепло. Исчез резонанс – та самая магия, когда две струны звучат в унисон.

Единственный актив – воспоминания
Когда в настоящем не осталось точек соединения, вы начинаете жить архивом. «Помнишь, как мы тогда...» – становится любимым началом фразы. Это попытка согреться у костра, который уже давно погас. Если прошлое стало уютнее настоящего – это тревожный диагноз для отношений.

Будущее стало солью на ранах
Раньше мечты о совместном будущем были как сладкий десерт – вы смаковали их, строили планы. Теперь мысль о том, чтобы купить билеты в отпуск через полгода или затеять ремонт, вызывает тяжесть, скуку или даже тревогу. Будущее с этим человеком перестало манить, оно стало обязательной программой, а не желанным приключением.

Война мелочей
Раздражает все: как он шмыгает носом, как она кладет телефон на стол, его привычка перебивать, ее смех. Это не временное нервное напряжение, а системное отторжение. Любовь – это слепота к недостаткам, которая проистекает из обожания достоинств. Когда достоинства перестают перевешивать, на первый план выходит каждодневная мелкая война.

Одиночество желаннее встречи
Мысль о том, что вечером вас ждет партнер, не согревает, а означает, что придется «работать» – поддерживать беседу, делиться, быть включенным. Вы ловите себя на мечтах о том, как хорошо было бы провести выходные в одиночестве. Это не здоровый баланс личного пространства, а бегство от источника стресса.

Один или даже два признака могут быть сигналом кризиса, а не конца. Задайте себе честные вопросы: «Это усталость от отношений или от себя?», «Что я привнес(ла) в этот холод?» Иногда любовь не уходит, а просто засыпает под грузом быта, обид и невысказанного.

Инициируем «отношенческий аудит»

Вспомните, что вас сближало в начале: совместные завтраки, прогулки, просмотр сериалов. Верните хотя бы один маленький ритуал.

Не помогло? Тогда поговорите начистоту. Не о быте, а о страхах и ожиданиях. Если ваши сомнения найдут отклик, можно дать отношениям еще один шанс.

Создайте новые впечатления взамен утерянных, сделайте то, что никогда не делали вместе: прыгните с тарзанки, запишитесь на гончарный мастер-класс, отправьтесь в спонтанную поездку. Новая эмоция может встряхнуть чувства.

Возможность финала

Ничего не помогло? Тогда наступает самое трудное – признать, что любовь прошла. Но в этом признании есть огромная сила и начало новой свободы. Расставание – не поражение, а конец одной важной главы.

Оно означает, что вы достаточно честны с собой, чтобы не соглашаться на полумеру в главном вопросе жизни. Если же необходимость начинать жизнь заново слишком болезненна, есть резон обратиться за помощью. Психолог или консультант по отношениям может стать тем самым «зеркалом», которое поможет увидеть ситуацию объективно, без истерик и иллюзий.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Из покоев царицы – в каждый дом: из истории утюга

Утюги XXI века разительно отличаются от своих предшественников, помогавших людям проглаживать одежду свыше ста лет тому назад.

1 Впервые утюги на Руси появились в эпоху Смутного времени (1598-1613 гг.). Это были плоские куски металла клиновидной формы с припаянной ручкой. Чтобы погладить таким утюгом, его предварительно следовало раскалить, поместив в горячую печь или на раскалённые угли. Первое упоминание о таком утюге на Руси относится к 10 февраля 1636 года. Тогда в книге расходов царского двора Михаила Фёдоровича Романова было записано: «Кузнецу Ивашке Трофимову выдано 5 алтын, а он за те деньги устроил в царицыной палате утюг железный». О палате какой именно царицы идёт речь?

а) Евдокия. б) Пелагея. в) Мария.

2 С течением времени конструкция утюга усложнилась. Утюг изготавливался полым внутри, куда помещали раскалённые угли (лучшими углями для такого утюга были берёзовые). Дно в таких утюгах было двойным: для удобства чистки от золы. Также, для усиления эстетической привлекательности утюгов, на рубеже XIX-XX веков их стали украшать витиеватым литьём. Например, фигурной ковкой, различными инкрустациями и орнаментами, барельефами. Одним из оригинальных украшений для заслонки поддувала такого утюга был отлитый накладной портрет-барельеф русского писателя. Кого именно?

а) А.С. Грибоедова. б) Л.Н. Толстого. в) А.С. Пушкина.

3 Теперь обратимся к авторам-составителям словарей. С.И. Ожегов определяет утюг как нагревающийся металлический прибор для глаженья. Д.Н. Ушаков – как хозяйственную принадлежность, приспособление для глаженья белья и платья. Но наиболее интересное определение утюгу даёт В.И. Даль: «… для глаженья белья и одёжи». Какое слово пропущено в определении В.И. Даля?

а) Инструмент. б) Утварь. в) Снаряд.

ОТВЕТЫ

1-а. Евдокия. 2-б. Л.Н. Толстого. 3-в. Снаряд.

Забытое открытие в лечении катаракты и глаукомы:

как наследие российских ученых помогает сегодня

Старость придёт ко всем. И возрастные болезни глаз, к сожалению, тоже. Можно ли их вылечить? Не всегда... Но, остановить — да! Первые неприятности со зрением, увы, начинаются уже в 45–50 лет. В один прекрасный день Вы просто замечаете, что изображение кажется размытым. Буквы пляшут, сливаясь в одну строчку. И чтобы прочесть любимую газету, руку приходится отодвигать всё дальше и дальше от глаз. Такие жалобы можно часто услышать от людей в возрасте. И это неудивительно. Ведь «подлыми спутниками» пенсионеров нередко становятся катаракта и глаукома.

СЕМЬ РАЗ ОТМЕРЬ И... НЕ РЕЖЬ

По статистике катаракта наблюдается у 98% пожилых пациентов,[2] глаукома — у 95%. Но спасибо нашему государству. Операцию давно можно сделать по ОМС, квоты на это выделяются. Но что делать, если операция не поможет? Или даже после неё станет только хуже? И здесь совсем нет вины врачей. «Палки в колёса» часто вставляют хронические болезни. Диабет, гипертония, сердечно-сосудистые заболевания... Да просто неспособность пациента сотрудничать во время операции. При многих из этих болезней нельзя делать операцию. А иногда даже опасно. Паника. Чувство безысходности и страха за будущее. Что делать в таком случае? Как тут не опустить руки? Любой медик знает: хирургическое вмешательство оправдано в том случае, когда другие методы оказались бессильны. К счастью, современная медицина научилась бороться с развитием катаракты и глаукомы. На помощь людям пришёл лазер!

СОВЕТСКОЕ НАСЛЕДИЕ: КАК ЛАЗЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СТАЛИ ДОСТУПНЫ КАЖДОМУ

В 1964 году советский учёный Александр Михайлович Прохоров получил Нобелевскую премию по физике за изобретение лазерных технологий. Это было по-настоящему гениальное открытие! Прорыв! Ещё недавно лазеротерапия была доступна лишь в специализированных клиниках. Развитие медицинских технологий и нехватка специалистов на местах изменили эту ситуацию. Государство наконец-то обратило внимание на потребности людей. И решение проблемы было найдено! Российские учёные взяли за основу советский опыт, дополнили инновационными технологиями и создали домашний аппарат для лечения заболеваний глаз на основе лазеротерапии — «Глазник». Так качественная физиотерапия стала доступной каждому!

Возраст – это не преграда для ярких впечатлений! С «Глазником» вы сможете разглядеть каждую деталь счастья!

ПЕРВЫЙ «СПЕЦИАЛИСТ НА ДОМУ»

В основе работы аппарата «Глазник» лежит воздействие на глаза низкоинтенсивным монохроматическим лазерным излучением. На сегодняшний день это самое безопасное воздействие на глаза, которое может помочь, казалось бы, даже в самых безнадёжных ситуациях. Как это работает? Прежде всего, лазер улучшает кровоток. Это позволяет быстрее справиться с диабетическими сгустками в глазных капиллярах, истощением глазных тканей и дистрофией. «Глазник» также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые ещё не атрофированы. В результате диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, улучшается отток жидкости и происходит невероятное — функция нерва начинает восстанавливаться! Вы можете себе представить такое?! Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фантастика! При этом многим пользователям требуется всего один курс сеансов! А эффект от процедур держится длительное время.

Показания к применению: кому аппарат «Глазник» может помочь?

У этого аппарата очень широкий спектр применения. Вот только некоторые заболевания, с которыми он справляется ну просто, на «ура»:

- глаукома,
- катаракта,
- дистрофия и другие поражения сетчатки,
- частичная атрофия зрительного нерва,
- диабетическая ретинопатия,
- частичная атрофия зрительного нерва,
- неврит зрительного нерва,
- блефарит,
- конъюнктивит различной этиологии,
- абсцесс и флегмона века,
- герпес век.

ПРИШЛО ВРЕМЯ ВЗГЛЯНУТЬ НА МИР ПО-НОВОМУ!

Представьте, как утром открываете глаза. А за окном такие сочные зелёные листья. И кажется они так близко, что хочется их потрогать. Именно так видят мир люди с хорошим зрением. И с аппаратом «Глазник» это может стать реальностью. Его феноменальным результатам поражались даже заядлые скептики. Ведь как показали исследования, положительные изменения наблюдались в 89 % случаев![3] И это не просто цифры. За каждой из них стоят человеческие жизни! Ведь это значит, что у 9 из 10 пациентов улучшилось зрение! Каждый из этих девяти человек смог более чётко видеть цвета, очертания предметов и даже лица родных людей. Кому-то больше не нужно просить вдеть нитку в иголку или подсказать цену в магазине. Казалось бы, это сущие мелочи. Но поверьте, для людей, зрение которых оставляло желать лучшего — это большой прогресс! Многие о таком даже не мечтали!

ЗАЧЕМ ИЗОБРЕТАТЬ ВЕЛОСИПЕД?

Когда-то СССР был самой читающей страной в мире. Потому что здоровью граждан, особенно зрению, уделяли пристальное внимание. И пользовались проверенными средствами. Зачем же изобретать велосипед, если эти средства уже доказали свою эффективность?
Не дайте своему зрению угаснуть! Звоните прямо сейчас. Ведь время — важный фактор в лечении катаракты и глаукомы. Чем раньше начнёте лечить заболевание, тем проще. Воспользуйтесь опытом, который когда-то делал нашу страну самой читающей в мире. Позвольте себе жить без ограничений. Ваши глаза заслуживают лучшего!

10 режимов воздействия.
89% доказанная эффективность[3]
Остерегайтесь подделок!

ОДОБРЕНО И ЗАРЕГИСТРИРОВАНО Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения

Уважаемые жители и гости города Москвы, приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!

Удобное расположение. Работаем по адресам:
м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, 18.
м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
м. «Лермонтовский пр-т.»,
Лермонтовский пр-т., д. 8, корп. 1

(Вход со стороны мед.анализов КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10%* ПО ПРОМОКОДУ: ТЕЛЕК

РЕКОМЕНДУЕМ ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА ВИЖН БИОНОРМУЛА

Узнайте у оператора, как получить средство для здоровья Ваших глаз в ПОДАРОК!*

СОТР RU.77.99.11.003.R.002153.07.22

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ПОСЛЕДНЯЯ ПАРТИЯ ПО ЦЕНАМ 2025 ГОДА!*
ПОТОРОПИТЕСЬ! ВСЕГО 250 АППАРАТОВ НА СКЛАДЕ.
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС 8-800-333-17-38
БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ И БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА!
WWW.PRODEX.RU[1]

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

11.02.26	Санкт-Петербург	Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3	9.00-15.00
12.02.26	Санкт-Петербург	Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3	9.00-13.00

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Результаты могут отличаться. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. *Акция действует с 04.02.2026 г. по 04.03.2026 г. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призовили выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. [1]ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. 2https://artoksclinic.ru/articles/profilaktika-katarakty-i-glaukomy/3Протокол кл. исп. от 16.12.2011 г. РЕКЛАМА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

На телеканале «Россия» стартовала премьера нового сериала «Омут».

Анастасия СТЕЖКО:

«Интереснее играть героев, совершающих ошибки»

В центре сюжета – молодая женщина Алёна, врач скорой помощи, но ее жизнь в одночасье меняется после исчезновения жениха. Вместо долгожданного счастья она сталкивается с долгами и вынуждена искать выход из сложной ситуации. Чтобы справиться с финансовыми трудностями, Алёна устраивается сиделкой в дом влиятельной семьи Ветровых. Ее обязанности – ухаживать за главой семейства Виктором, который недавно перенес инсульт. Однако появление новой помощницы вызывает в доме волну недовольства, ведь в нее влюбляется сын хозяина дома Павел. Среди тех, кто не скрывает своего негатива и плетет интриги против Алёны, – Оксана (Анастасия Стежко), сестра погибшей жены Павла...

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Каждый новый год мы ставим себе цели – нередко масштабные, а то и революционные. А я предлагаю начать новый год с заботы о себе, с понимания того, что вам нужно на самом деле. Не ставьте себе какие-то заоблачные цели, а стремитесь к тому, что действительно нужно.

ДЕТАЛИ

О психологии и шахматах

– Люди стали часто обращаться к психологам. Но вы пошли дальше – решили ещё получить диплом психолога. Для чего?

– Я люблю учиться, к тому же считаю, что бывают в жизни моменты, когда психолог необходим. Мне хотелось понять, что представляет из себя эта сфера, насколько глубоко здесь можно «копнуть». Ну и конечно, чтобы лучше понимать себя и других людей.

– Что вас лучше всего переключает с работы на отдых?

– В прошлом году увлеклась шахматами, играю. Для меня сегодня это самый сильный способ переключения.

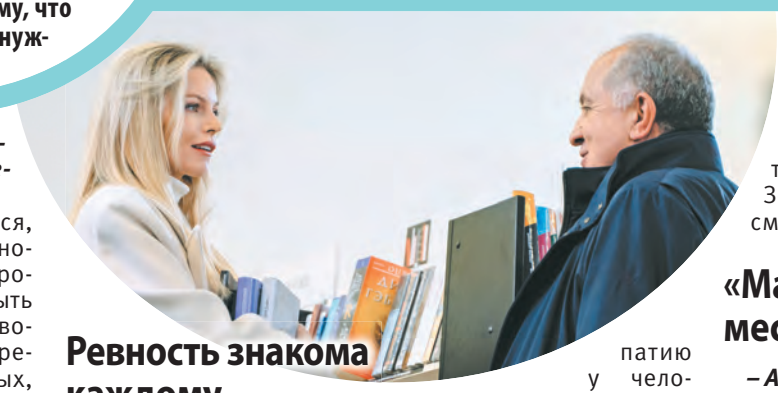
Артист – адвокат своей роли

– Анастасия, понятно, что пересказывать сюжет – занятие неблагодарное. Но поделиться своими впечатлениями о фильме вы можете...

– История меня заинтересовала тем, что моей героине Оксане сценаристы дали возможность быть разной и проявить всю гамму эмоций на протяжении фильма. Сначала она совершает страшные, разрушающие поступки и, конечно, воспринимается как отрицательный персонаж. Ревность затмевает ей глаза, и она ненавидит Алёну, которая, как кажется Оксане, забирает ее любимого человека – Павла. Но в какой-то момент к Оксане приходит раскаяние, она хочет изменить свою жизнь и себя. Ее взросление и внутренние перемены очень интересно играть.

– Заметила, что вы нередко в разных проектах оправдываете своих героинь. Почему?

– Мне кажется, это вообще основа актерской профессии – быть адвокатом своей роли и среди сложных, противоречивых поступков героинь стремиться искать причины. Согласитесь, что смотреть на «сладкого», во всех отношениях правильного и милого героя/героиню, во-первых, скучно, во-вторых, это не соответствует действительности. Потому что люди на самом деле сложные и способны на разные поступки. Поэтому и в отрицательных персонажах нужно искать их привлекательность и то, чем они могут быть близки и понятны нам всем.



Ревность знакома каждому

– Ваша героиня ревнует главного героя. А вам знакомо это чувство?

– Думаю, как и всем. Когда была моложе (смеется), я проживала это чувство, но оно не было таким обостренным, как у моей героини. У нее это кардинальная ревность, болезненная, слепая, затмевающая разум. Моей Оксане пришлось очень сильно поработать над собой, чтобы признаться себе, что Павел не испытывает к ней никаких чувств, что нет смысла цепляться за то, чего нет. Это очень тяжело. Если бы такая история происходила в жизни, я бы очень сопереживала своей героине. Нет хуже ситуации для женщины, чем пытаться вызвать симпатию у человека, который любит другую.

– Этот фильм уже вышел на экраны, но на подходе уже новые картины с вашим участием. Какие?

– У меня действительно сейчас несколько проектов в завершающей стадии, о которых говорить пока рано. Но вот о полнометражной картине «Аэропорт», которую мы отсняли еще позапрошлым летом, могу сказать, что ждем ее на экранах с нетерпением. Этот остросюжетный детектив-триллер наверняка вызовет интерес у зрителей. Также в последних числах января в широкий прокат вышла комедия «Комментируй это», над которой мы работали прошедшим летом с Сашей Петровым, Юлей Хлыниной, Серёжей Буруновым и целой командой потрясающих артистов. Зову всех в кинотеатры смотреть этот фильм.

«Малая родина – место любви»

– Анастасия, когда я узнаю, что человек родом из Калининграда, сердце замирает. Настолько люблю этот регион, что кажется – и люди там какие-то особенные...

– Спасибо большое. Я тоже испытываю невероятную любовь к своему краю. Стараюсь по возможности чаще выбираться домой, последний раз была на Рождество, у бабушки на дне рождения. Это такая приятная традиция – совместить два события вместе и навестить близких.

– В фильме «Вампиры средней полосы» вы снимались с ещё одним калининградцем – Артёмом Ткаченко. Вспоминали малую родину?

– Конечно. У нас много общего. Мы ведь не только из одного города, но и из одной школы – 49-й. Только я училась в юридическом классе, а Артём и Таня с Олей Арнтгольц – в театральном. Кстати, буквально этой осенью на футбольном матче «Балтика – ЦСКА» пересеклись и познакомились с Таней Арнтгольц. Мы с ней следим за успехами калининградской «Балтики». Чудеса творит команда в этом сезоне!

Мария СУХАНОВА

ПОДРОБНОСТИ

Заниматься спортом надо в удовольствие

– Вы любите не только смотреть спортивные мероприятия, но и сами занимаетесь спортом...

– Фитнес, регулярные физические нагрузки в спортзале – это не только для здоровья, для внешнего вида, но и для хорошего настроения. А нынешней зимой я впервые встала на горные лыжи с помощью инструктора. Не ожидала, что мне так понравится и что у меня получится. Прочувствовала во всей полноте, что ощущаю удовольствие от езды, от свежего воздуха, от гор. В общем, полюбила я это дело и уверена, что буду заниматься им дальше. Были у меня попытки освоить сноуборд, но с этим делом не получилось. Все время было ощущение какого-то преодоления. А я считаю, что занятия спортом должны приносить удовольствие.

Фото телеканала «Россия» и из личного архива Анастасии Стежко (фотограф Екатерина Бланк)

Илья ЛЫКОВ:

«Люблю, когда в доме много народу

«Современник» сделал из меня артиста, а Галина Борисовна Волчек была первым человеком, который меня поддержал».

Девять человек в трёхкомнатной квартире? Для жизни это слишком, а для комедийного сериала – лучше не придумаешь!

Представьте: начало нулевых, три семьи под одной крышей и необходимость как-то уживаться всем вместе. И все это – в сериале «Трёшка» (производство компании Russian Code), который стартовал на СТС. Одного из жильцов этой умопомрачительной квартиры сыграл наш сегодняшний гость, актер Илья Лыков.

Илья Лыков и Алла Михеева сыграли супругов, живущих в одной из комнат трёшки.

Вечный изобретатель

– Илья, чем вам особенно запомнились съёмки в «Трёшке»?

– Честно говоря, у нас была настолько хорошая компашка и нам было так классно вместе, что не хотелось расставаться. Никаких конфликтов не случилось, что удивительно для такого тесного пространства.

– Ваш герой в «Трёшке» – такой забавный чудик. Каким он вам показался?

– Я люблю персонажей со странностями. Например, как-то он додумался устроить зоопарк в квартире и продавать билеты. У Серёги очень развито воображение, он вечный изобретатель.

– Вам в своё время приходилось тоже искать необычные способы, чтобы подзаработать?

– Помню, как на премьере «Дневного дозора» работал в костюме рыцаря. Я тогда еще весил сто двадцать килограммов, и этот костюм мне очень жал, было безумно жарко. Но я тогда стойко проходил всю ночь рядом с Хабенским и Бекмамбетовым.

Детали

«Трёшка» в лицах

По сюжету трешку в Воронеже делят: сотрудница химзавода Даша (Юлия Александрова), ее дочь Таня (Людмила Юлова), начальник Даши Рома (Дмитрий Лысенков), который хочет на ней жениться, ее сестра Лена (Алла Михеева) с мужем Серёгой (Илья Лыков) и детьми, а также родители Лены и Даши (Олеся Железняк, Михаил Трухин). Проблем добавляет отец Тани (Николай Наумов), который решает вернуться в семью. Итого – девять человек и ноль личного пространства. Им приходится учиться жить бок о бок, несмотря на разные характеры, мечты и амбиции.

Уютно, как у бабушки

– В сериале СТС действие происходит в трёхкомнатной квартире. Что отметили для себя, впервые побывав в декорациях?

– Наверное, домашний телефон, который был как у моей бабушки, тоже красный с наклейками. Прям вспомнил, как лично наклеил на телефон с черной трубкой наклейку и как бабушка на меня кричала, а потом долго не могла оттереть. На самом деле очень круто сделали художники, возникло ощущение, что я вернулся в прошлое. Планировка тоже напомнила бабушкину квартиру, будто оказался в родном доме, где очень тепло и уютно.

– А в вашей жизни был такой опыт проживания с многочисленными родственниками?

– Да, каждое лето уезжал к родственникам на море, и это всегда было очень весело. Я в целом люблю, когда в доме много народу.

– В нулевые вы были студентом. Каким вспоминаете это время?

– Веселым, разбитным. Помню, как мы прятались от охраны, чтобы остаться ночью в институте и придумать этюды на завтра. Ездили на дачи друг к другу, встречали вместе Новый год. Это были первые знакомства и большой коллектив студентов, который жил только театром, искусством и не видел ничего, кроме этого.

Отец на работе и дома

– Ваш герой в сериале – отец двоих детей. Как вам работалось с кинодетьми, ведь обычно это непростой опыт?

– Замечательные дети. Вообще я должен сказать про них много хорошего. Например, я впервые видел такого ребенка, совсем маленькую девочку, которая каждый раз улыбалась и почти не плакала. Я, взрослый дядя, мог уже задолбаться и устать, а этот удивительный ребенок всегда радовался. Ну и киносын у меня тоже очень смешной и классный. Я, кстати, приводил на съемки и своего Семёна, они подружились.

– С таким графиком успеваете что-то читать или смотреть дома вместе с детьми?

– Вот старший Семён прочел первые три части про Гарри Поттера. Еще он любит Незнайку, французский комикс «Ариоль», а любимая его книга – «Зверский детектив» Анны Старобинец. Недавно с большим удовольствием посмотрели «Джуманджи» с Робином Уильямсом. Этот фильм у меня ассоциируется с детством. Классное кино для семейного просмотра и в целом для понимания, что такое семья. Из нового нам очень понравился мультфильм Константина Бронзита «На выброс» и уморительный мультсериал от Союзмультфильма «Приключения Пети и Волка».

«Современник» сделал из меня артиста»

– Вы служите в «Современнике» почти двадцать лет. Что позволяет вам столько времени оставаться верным этому театру?

– Все мое актерское становление случилось там. «Современник» сделал из меня артиста, а Галина Борисовна Волчек была первым человеком, который меня поддержал, особенно когда я похудел и из смешного кругляша превратился в худого и с плохим настроением, потому что мало ел. Многие говорили, что с ушедшим весом я потерял индивидуальность, но Галина Борисовна стала предлагать меня молодым режиссерам на главные роли, хотя до этого мне их никто не давал. Она помогла мне нащупать какие-то новые грани в себе, за что я очень благодарен. Сейчас один из моих любимых спектаклей – «Чагин». Я получаю неимоверное удовольствие от импровизации и чувствую, что зритель тоже. Знаете, когда весь второй акт – просто как мой стендап. Такие спектакли редко случаются, но благодаря режиссеру Серёже Тонышеву и очень крутому материалу, роману Евгения Водолазкина, впервые сложилось как надо. Возможно, в моей жизни и не случится больше такого, поэтому как уходить из театра, когда там есть «Чагин»? И я уверен, что Галина Борисовна была бы счастлива, посмотрев его.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото пресс-службы телеканала СТС

НОВОСТИ ТЕАТРА, КИНО И ТВ

Антон Хабаров вернулся к роли Казановы

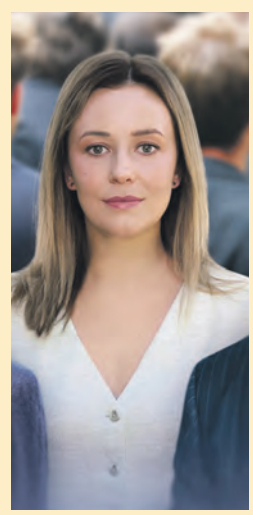
Завершились съёмки ретро-сериала «Казанова 3». Режиссером-постановщиком третьей части стал Сергей Комаров. Автором сценария вновь выступил Дмитрий Новосёлов. Роли в фильме исполнили Антон Хабаров, Светлана Ходченкова, Сергей Угрюмов, Марина Ворожищева, Елена Лядова, Анна Котова, Анастасия Имамова, Элизабет Дамскер и другие. Производством сериала занималась кинокомпания «Амедиа Продакшн» при участии Киноателье Пате.

По сюжету, отработав три года на Севере и накопив деньги, Игорь Апрельцев (Антон Хабаров) намерен отдать их Полине и дочери, начать новую жизнь и окончательно оставить свое прошлое. Но едва герой выходит из аэровокзала, как становится жертвой другой, более молодой и смелой аферистки – Леры (Марина Ворожищева). Ее дерзкая кража не только лишает Казанову всех средств, но и пробуждает в нем забытый азарт.

Премьера сериала планируется на Первом канале.

Фото «Амедиа Продакшн», предоставлены пресс-службой Первого канала

Светлана Смирнова-Марцинкевич откроет новый сезон на Домашнем



Телеканал Домашний 9 февраля в 19.00 открывает линейку премьер «Я тебя никому не отдам. Сто историй о любви». Первым сериалом в ней станет мелодрама «Жертва» со Светланой Смирновой-Марцинкевич в главной роли. По сюжету Ольга Дементьева живет с тремя детьми и мужем Ярославом. После тяжелой смены ее находят без сознания в лесопарке. Дело о нападении на нее поручают следователю Андрею Говорову. Он и представить не мог, что пострадавшая – его первая любовь.

– Моя героиня Ольга – человек с внутренним стержнем, – рассказала Светлана Смирнова-Марцинкевич. – Она привыкла взваливать на себя не только свои проблемы, но и сложности всей семьи. При этом Ольга – добрая женщина, которая верит в любовь. Наше кино – про реальность. Такие истории, к сожалению, часто случаются. И если благодаря этой работе кто-то поверит в себя, в близких и в любовь, значит, мы все сделали не зря.

Фото телеканала Домашний

Михаил СТОГНИЕНКО:

«Находите время для простых радостей

Комик, актёр и участник шоу «Однажды в России» Михаил Стогниенко попробовал себя в новом формате – в гастро-тревел-проекте «Особенности национальной кухни», который выходит 7 февраля в 8.30 на ТВ-3.

Вместе с итальянским шеф-поваром Пьером Карбонарой Михаил путешествует по зимней России, пробует местную еду и смотрит на города без пафоса и «открыточных» фильтров. В интервью «Телеку» Михаил рассказал, каково снимать проект в родном Красноярске и за что он по-настоящему ценит простые вещи – в еде и жизни.

Расширение формата

– Михаил, честно скажу: неожиданно было узнать о том, что вы сменили формат комика на формат телеведущего, да ещё и тревел-шоу! Поделитесь своими ощущениями.

– Для меня это не столько смена формата, сколько расширение. Я никуда не уходил из юмора, просто появился проект, в котором мне интересно быть ведущим именно как человеку, а не как образу. Когда поступило предложение, я сразу понял, что это не классическое тревел-шоу и не кулинарная программа в привычном смысле. Здесь важно наблюдать, разговаривать, реагировать – а это мне близко.

На съемках ощущение было такое же: я не изображаю эксперта, а просто живу внутри процесса. Где-то удивляюсь вместе с Пьером, где-то спорю, где-то смеюсь. В итоге получилось очень органичное состояние – без необходимости «включать ведущего», я просто был собой.

– Вы сибиряк, родом из Красноярска. В своём городе тоже сняли выпуск?

– Да, конечно. Красноярск стал первым городом проекта. Снимать в родном городе – это всегда повышенная ответственность: ты хочешь показать его честно и с любовью. Мы побывали в знаковых и даже необычных местах, много гуляли, пробовали местную еду, общались с жителями. И, что особенно примечательно, мне, человеку, который бывает в Красноярске регулярно, проект позволил посмотреть на родной город свежим взглядом.

Еда даёт ощущение дома

– Где удалось отведать самое вкусное блюдо?

Детали

«Из юмора уходить не собираюсь»

– Надеюсь, от юмористических проектов не отказались? Где мы вас увидим в ближайшее время?

– Конечно, нет. Юмор – это моя основная профессия, от нее я никуда не уходил и уходить не собираюсь. Зрители по-прежнему увидят меня в «Однажды в России», будут гастроли, выступления, новые проекты. Мне важно сохранять баланс: чтобы была и сцена, и телевидение, проекты, которые действительно интересны.

– Если говорить про вкус, то самые сильные впечатления оставляли не ресторанные блюда, а именно местная еда – та, что греет и дает ощущение дома. В ней всегда больше честности, чем в самых сложных конструкциях высокой кухни.

– Скажите честно – за кого болели во время съёмок: за шеф-повара или за местных жителей, которые угощали привычными блюдами?

Пожелание читателям «Телека»:

Старайтесь находить время для простых радостей: для дома, близких и хорошего разговора. И не забывайте иногда смеяться – это действительно помогает пережить многое.

– Я, конечно, чаще болел за местных. Не потому, что Пьер мне не близок, а потому, что я сам вырос на этой еде и хорошо понимаю логику регионов. Когда ты живешь в холоде, тебе важно наесться и согреться. При этом я с большим интересом наблюдал, как шеф меняется по ходу проекта. В какой-то момент он начинает отходить от ресторанной логики и смотреть на еду глазами людей конкретного города. И вот тогда возникает баланс, когда выигрывают все – и шеф, и местные, и зритель.

Разговор требует продолжения

– Вас в промо к проекту представили как знатока Сибири. Какие города были вам более знакомы, а какие пришлось изучать поподробнее?

– Во всех городах, где снимали проект, я бывал огромное количество раз в силу своей профессии. Мы выступали везде, но только благодаря этому проекту я побывал в таких местах, о которых даже не знал. В Иркутске были на Байкале, причем нас довольно далеко увезли, прямо на середину озера. А еще в гротах ледяных, я этого никогда вживую не видел. В Улан-Удэ – в буддийском храме, дацане. В каждом городе я увидел новые места, которые раньше мне не открывались.

– Захотелось в какое-то место вернуться отдельно – в отпуске, с семьёй, с друзьями?

– Да, такие мысли возникали. Проект оставляет ощущение, что в каждом из городов ты начал разговор, и еще остались темы для обсуждения. Кстати, если говорить о том, где мы могли бы еще побывать с гастро-проектом ТВ-3, я бы с удовольствием показал нашему иностранному другу Пьеру Дальний Восток. Думаю, он будет впечатлен.

Из дома ни ногой!

– Как предпочитаете отдыхать? Обязательно в ярких путешествиях или, наоборот, предпочитаете побыть в тихом месте, наедине с собой?

– Мне важнее не количество впечатлений, а возможность выдохнуть. Дом, тишина, близкие рядом – для меня это идеальный формат. После плотных графиков, съемок и гастролей иногда лучший отдых – просто никуда не ехать и дать себе паузу. Мы с женой домоседы, я недавно достроил загородный дом, и мы туда переехали. Сейчас у меня закончатся съемки, будет пара недель выходных, я из дома ни ногой!

– Если бы нужно было описать Михаила Стогниенко тремя словами, какие это были бы слова?

– Спокойный, надежный, ироничный.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото пресс-службы телеканала ТВ-3

ДЕТАЛИ

Отношения – это умение быть командой

– Кстати, а вас самого можно застать на кухне за приготовлением кулинарного шедевра? Может быть, даже есть фирменный рецепт?

– Слово «шедевр» – это точно не про меня. Я в готовке довольно простой и приземленный. Если уж совсем честно, мой фирменный рецепт – это курица с картошкой в духовке. Все максимально понятно: приправил, поставил и ждешь результат. Проект, конечно, подкинул идей – я начал записывать интересные сочетания, рецепты, но реализуются они уже, наверное, вместе с женой.

– Жена вас во всём поддерживает, даже участвовала вместе с вами в нескольких шоу. В Сибирь тоже ездила?

– Жена меня всегда поддерживает, но в Сибирь на съемки «Особенностей национальной кухни» не ездила. Она была рядом по-другому: мы постоянно созванивались, я делился впечатлениями, открытиями, иногда даже кулинарными идеями. А потом уже дома все это обсуждали. Для меня такая поддержка не менее важна, чем физическое присутствие рядом.

– Вы вместе уже больше двенадцати лет. Какой самый главный вывод об отношениях вы делаете, оглядываясь на этот опыт?

– Наверное, самый главный вывод – отношения держатся не на эмоциях, а на уважении и умении быть командой. Чувства со временем меняются, становятся спокойнее, но если вы умеете слышать друг друга, принимать и поддерживать – это и есть основа. Ну и юмор, конечно. Если вы можете посмеяться вместе – значит, вы точно в порядке.

Заслуженная артистка России Татьяна Буланова не любит привлекать к себе излишнего внимания, эпатировать публику и тратить время на хайп.

Татьяна БУЛАНОВА: «Жизнь есть самое настоящее чудо»

Тем не менее, совершает поступки, которые волей-неволей привлекают к ней внимание и вызывают вопросы.

Век живи – век учись

– Татьяна, в прошлом году вы поступили снова учиться, в 56 лет стали студенткой Минского института современных знаний. Что это вдруг?

– У меня есть добрый знакомый, руководитель петербургской Мастерской шоу-программ, пародии и юмора «Пластилиновая ворона», художник, который получал второе высшее образование в этом институте. Я послушала его увлеченные рассказы о дисциплинах, которые там преподают, о талантливых педагогах и тоже загорелась желанием там учиться. В результате в прошлом году снова стала студенткой. Буду получать новые знания по индивидуальной программе на заочном отделении.

– Возможно, вопрос покажется странным, но зачем это нужно при вашей плотной занятости на работе?

– Дело в том, что в этом институте интересно преподают психологию, к которой у меня давний неутоленный интерес, плюс историю искусств, историю живописи. Новые знания – это всегда хорошо. Так что за учебу взялась с большим энтузиазмом (*смеется*). Учиться никогда не поздно.

Концертов больше, чем дней в году

– Я не просто так вспомнил про ваш рабочий график. Слышал, что гастрольная деятельность в нынешнем году побила все прежние ваши рекорды...

– Да, мы не просто вернулись к насыщенному гастрольному графику 90-х годов, но и превзошли его. Если тогда мы гастролировали по две-три недели кряду, то в этом году будем давать по 35 концертов в месяц. Честно скажу: меня это только радует. Очень люблю свою работу, свой коллектив и возможность общаться со зрителем посредством песни.

– Ваша песня «Один день», которую вы исполнили на Новогодней ночи Первого канала, была записана десять лет назад, а сейчас вдруг получила вторую жизнь, под неё «зажигает» вся страна...

– Это было удивительно даже для нас. Ролик с этим танцевальным номером разлетелся по многим пабликам, после чего позиции песни стали расти на стриминговых сервисах. Сейчас эта работа входит в топ-6 самых прослушиваемых моих треков, песня стала хитом.

– А как насчёт новых песен?

– Сразу после праздников взялась за запись нового альбома. Начала с одной песни, но за ней потянулась другая, и так по цепочке, надеюсь, дойдет до 8-9 песен. По-другому я не умею. Если взялась писать песню, жди нового альбома (*улыбается*).

– И только?

– Еще у меня ожидается несколько новых интересных дуэтов. Имена пока раскрывать не буду, чтобы не сглазить, но все три артиста очень интересные.

– Решили подкрепить свою репутацию? Думаю, не все знают, что в прошедшем году вас внесли в Книгу рекордов России за наибольшее количество дуэтов – их в вашей карьере насчитывается 114.

– Надо же! Сама такими подсчетами не занимаюсь, но слышать это приятно. Приятно вдвойне, что меня снова пригласили сниматься в кино. Съемки будут проходить в Петербурге, предположительно в апреле, когда у меня как раз ожидается свободная неделя. Все остальное время – гастроли и выступления. Например, меня не будет в Петербурге весь февраль и почти весь май. Мой график уже расписан до октября 2027 года.

«Проверено на себе»

– Татьяна, вы невероятно позитивный человек, несмотря на все трудности жизни. Как вам удаётся сохранять себя в этом сложном мире, диктующем свои правила?

– Все очень просто – я на все смотрю со знаком плюс. И своим детям стараюсь привить такое же отношение к жизни, чтобы они все воспринимали осознанно и позитивно. А уж если что-то случается, из всего нужно извлекать уроки, помнить, что жизнь – сама по себе настоящее чудо, а каждый ее урок – благо. Если у тебя что-то пошло наперекосяк, нужно проанализировать, что именно ты делаешь не так, для чего тебе это посылается. И когда человек это поймет и примет, все изменится к лучшему. Проверено на себе.

Александр АНОХИН

Фото https://www.personastars.com

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– В первую очередь всем желаю здоровья. Будет здоровье – будет всё остальное. Оставайтесь всегда оптимистами, и Вселенная будет вам отзеркаливать. Как вы относитесь к жизни, к себе, так она будет относиться к вам. Никогда не злитесь, не завидуйте, не зацикливайтесь на негативных моментах. Помните о том, что всё, что ни делается, происходит к лучшему. Это действительно так.

ДЕТАЛИ

«Родилась на берегу Невы»

– Легко уезжаете из дома?

– Очень тяжело. Так было всегда, и 20, и 30 лет назад. До сих пор помню свои ощущения, как не хотелось уезжать из дома, я просто себя переламывала. И сейчас не люблю оставлять свой Петербург, свой дом, всегда с удовольствием возвращаюсь. Москва для меня чересчур активная, а я, в принципе, никогда не любила активных действий. Когда возвращаюсь в Петербург, у меня сразу поднимается настроение.

– Наверняка есть любимые места в городе...

– Я родилась на Свердловской набережной, в роддоме на берегу Невы. Недалеко от дома со львами, где снимался фильм «Невероятные приключения итальянцев в России». Наверное, с тех пор у меня такая любовь к набережным, к воде. Нева невероятно величавая, широкая, в ней чувствуется мощное внутреннее движение, жизнь. Это такое всепоглощающее водное пространство. Когда идешь в сторону залива, красота неописуемая.

НОВОСТИ ТЕАТРА, КИНО И ТВ

«Мой район. Место встречи» приглашает на новые маршруты

Ольга Кабо и Дмитрий Харатьян снова ждут зрителей телеканала «Москва. Доверие» на своём утреннем шоу «Мой район. Место встречи» по будням в 10.30, чтобы вместе заново открывать столицу. В этом году маршрут будет особенно ярким! В первых выпусках зрителей ожидают встречи с интересными гостями: Александром Яцко, Михаилом Грушевским, Евгением Дятловым, Вячеславом Фетисовым. Они будут исследовать необычные уголки города, раскрывать исторические секреты районов, обсуждать самые важные и волнующие темы для москвичей.

– Для меня это по-настоящему теплый проект – программа о Москве, о нашем любимом городе, о людях, которые живут в разных районах столицы и каждый день делают ее особенной, – поделилась Ольга Кабо. – За первые полгода эфиров программа очень полюбилась зрителям, и я искренне рада, что в этом году мы снова будем вместе.

Фото предоставлено телеканалом Москва 24 (фотограф Михаил Голденков)

«Время Счастливых» готовится к премьере

«Время Счастливых» – сериальная драма о жизни одной семьи. Режиссер проекта – Илья Силаев. Роли в фильме исполнили Тихон Жизневский, Ольга Лерман, Анна Завтур, Вадим Соснин, Софья Аржаных, Евгений Харитонов, Виктория Заболотная, Евгения Леонова и другие артисты.

80-е годы прошлого века. В семье Марины и Ивана Счастливых рождается тройня, и начинается жизнь в отдельной – наконец-то своей – квартире. Но 80-е годы сменяются 90-ми, многое меняется в семье Счастливых. Некогда самый молодой и перспективный кандидат наук, Иван вынужден стать репетитором и домохозяином, а Марина зарабатывает на рынке... Время идет, дети растут. Как начать новую жизнь, построить карьеру и, самое главное, как вернуть чувства, замутненные бытовыми проблемами, недомолвками и старыми обидами? Смогут ли Счастливые снова стать счастливыми?

Варим идеальный ХОЛОДЕЦ

Холодец – традиционное блюдо русской зимы. Вкусное и очень сытное, оно способно украсить и праздничный стол, и повседневное меню.

Варят холодец из самых недорогих, но богатых соединительной тканью частей туши – голяшек, копыт и т.п. Делают это вовсе не из экономии. Дело в том, что именно соединительные ткани – хрящи, сухожилия – при разваривании обеспечивают желируемость бульона. Для того чтобы желирующие вещества выделились максимально, а жесткое мясо голяшек стало мягким, бульон необходимо варить очень долго, не менее 4-8 часов.

Секреты насыщенного вкуса

Холодец будет намного вкуснее, если до варки мясные отрубы и овощи запечь в духовке или обжечь на сухой сковороде до легких подпалин.

Варить холодец можно из любого вида мяса, включая птицу. Главное, чтобы в бульоне в конечном итоге оказалось как можно больше желирующего вещества. Поэтому чем больше костей, хрящей, сухожилий и т. п., тем лучше.

Бульон следует солить в самом конце, причем, немного с избытком.

Воды в кастрюлю нужно наливать столько, чтобы она полностью покрывала содержимое.

Варить холодец необходимо на самом слабом огне под крышкой, чтобы вода не выкипала.

Доливать воду в бульон не следует – свежая вода разбавляет желирующие вещества, и бульон может не застыть.

Муж пришёл с работы. Жена спрашивает:
– Холодец будешь?
– Нет, я ж вчера его ел!
– А суп?
– Суп буду.
– Хорошо. Тогда ставь тарелку с холодцом в микроволновку.

Из мясного ассорти

На 10 персон. Калорийность (на 100 г): 112 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
- 1 кг говядины на кости (голяшка)
- 2 свиные ножки (копыта)
- 0,5 тушки курицы
- 1 морковь
- 1 луковица
- 2-3 зубчика чеснока
- 8-10 горошин чёрного перца
- 2-3 лавровых листа
- соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Голяшку и ножки тщательно вымыть, почистить, курицу разрезать на несколько частей.

2 Сложить все мясные ингредиенты в кастрюлю, залить 3-4 л холодной воды, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне 3 часа.

3 Морковь и лук очистить, чеснок раздавить плоской стороной ножа, добавить в бульон вместе с перцем горошком, варить еще 2 часа; за 10 минут до конца варки добавить лавровый лист и посолить.

4 Готовый бульон процедить.

5 Снять с костей мясо, разобрать на волокна (или нарезать), выложить в форму для холодца, залить бульоном, дать полностью остыть, убрать в холодильник до застывания.

Из индейки и свиных ушей

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 93 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
- 4 свиных уха
- 2 голени индейки
- 1 луковица
- 1 морковь
- 2-3 зубчика чеснока
- 6-8 горошин чёрного перца
- 1-2 веточки петрушки
- соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Уши залить холодной водой, оставить на 30-40 минут, после чего тщательно вымыть.

2 В большую кастрюлю сложить уши и голени, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить 3 часа на слабом огне.

3 Добавить в кастрюлю очищенную морковь и тщательно вымытый (но не очищенный) лук, перец горошком; варить еще 1-2 часа; за 15-20 минут до конца варки посолить.

4 Готовый бульон процедить.

5 Отделить мясо голеней от костей, нарезать мелкими кубиками, разложить по порционным формочкам.

6 Чеснок очистить, пропустить через пресс.

7 Вареную морковь нарезать тонкими кружочками.

8 Выложить морковь, листики петрушки и чеснок на мясо, залить бульоном, дать полностью остыть, убрать в холодильник до застывания.

Из гуся с брусникой

На 10 персон. Калорийность (на 100 г): 151 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
- 1 тушка гуся
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 1 пучок петрушки
- 6-8 бутонов гвоздики
- 6-8 горошин душистого перца
- 4-6 зубчиков чеснока
- ягоды брусники для украшения
- соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Тушку разрубить на несколько частей, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне 2 часа.

2 Лук и морковь очистить, в луковицы воткнуть бутоны гвоздики; добавить в кастрюлю вместе с перцем горошком и связанной в пучок петрушкой (оставить 1-2 веточки для украшения); варить еще 2-3 часа, незадолго до конца варки посолить.

3 Готовому бульону дать постоять 1-1,5 часа, снять с поверхности жир, бульон процедить.

4 Отделить мясо от костей, разобрать на волокна, выложить в форму.

5 Чеснок натереть на мелкой терке, выложить поверх мяса.

6 Украсить поверхность брусникой и листиками петрушки, залить бульоном, дать полностью остыть, убрать в холодильник до застывания.

Из говяжьего хвоста

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 103 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
- 1 бычий хвост
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1 корень петрушки
- 1-2 зубчика чеснока
- 1 ст. л. белого винного уксуса
- 8-10 горошин чёрного перца
- 4 перепелиных яйца
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Хвост разрубить на сегменты по 10-15 см, вымыть, обсушить, выложить на противень.

2 Морковь, корень петрушки и лук тщательно вымыть, разрезать пополам, выложить на тот же противень.

3 Запекать в разогретой максимально духовке (или под грилем) до уверенной румяности.

4 Содержимое противня выложить в кастрюлю (вместе с выделившейся жидкостью), залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне под крышкой 4-5 часов.

5 Добавить в кастрюлю перец горошком, посолить, варить еще 1 час.

6 Готовый бульон процедить, влить уксус, довести до кипения.

7 Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать пополам, выложить в форму.

8 Снять мясо с костей, мелко нарезать, выложить в форму. Чеснок пропустить через пресс, выложить поверх мяса.

9 Залить содержимое формы бульоном, дать полностью остыть, убрать в холодильник до застывания.

Светлана ИВАНОВА

СТАЛИ ХУЖЕ ВИДЕТЬ?

ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫЕ НАНОКАПЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ! ОНИ СЛОВНО ПРИРОДНАЯ ЛАЗЕРНАЯ ШЛИФОВКА ГЛАЗ!

Известный специалист в области глазных проблем недавно приехал из Израиля, и наш корреспондент встретился с ним, чтобы узнать о современных нехирургических способах борьбы с расстройствами зрения, которые практикуются в этой стране.

- Какие современные способы борьбы с глазными заболеваниями предлагают израильские ученые?

- Людям, страдающим глазными заболеваниями, они рекомендуют специальные нанокапли. Они работают по схожему принципу, что и лазерная шлифовка глаз. Подобные капли уже давно с успехом применяют в Израиле. И только недавно в нашей стране появилось похожее средство.

- При каких заболеваниях могут помочь нанокапли?

- Они прекрасно себя показали при катаракте, глаукоме, дистрофии сетчатки, возрастном снижении зрения, дальнозоркости, близорукости и других расстройствах зрения. Преимущество этих капель в том, что они полностью безопасны! Если например при лазерном воздействии можно случайно допустить неосторожное движение, которое способно привести к неприятным и даже опасным последствиям, то при использовании нанокапель такая ситуация исключена. Они содержат только натуральные компоненты, которые безопасны для глаз и могут помочь улучшить зрение.

- Как именно они могут помочь это сделать?

- При попадании на роговицу содержащиеся в каплях наночастицы распределяются по ней, образуя тонкий слой, который способствует очищению хрусталика, расчищению каналов для оттока внутриглазной жидкости и восстановлению поврежденных структур глаза. Такое комплексное действие содействует восстановлению правильной работы всех отделов органов зрения.

- Что за частицы содержатся в нанокаплях?

- Это частицы экстрактов жимолости тибетской, базилика священного, арники, ареспола, серебра коллоидного, витамина В12 и таурина. Совместное их действие способствует нормализации слезоотделения, устранению застоя внутриглазной жидкости, стимуляции работы глазных нервов, оказанию антибактериального эффекта.

- Как называются эти нанокапли?

- Это нанокапли«Офтон». Они полностью натуральные и способствуют возвращению четкого зрения. Чистый хрусталик, здоровая сетчатка, нужный отток внутриглазной жидкости, нормальное внутриглазное давление, правильная фокусировка зрения - возможны. Все это позволяет видеть хорошо, как вблизи, так и вдаль, без хлопот, связанных с очками или контактными линзами.

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ*

«Каждому пенсионеру – хорошее зрение»

Страдаете от плохого зрения или глазных заболеваний? Тогда вы имеете право на программу по приобретению капель для глаз «Офтон».

Скидка действует только с 4 февраля до 4 марта 2026 г.

Чтобы воспользоваться скидкой:

1. Позвоните по телефону **8-800-303-05-55**
2. Продиктуйте код **8695** получите капли «Офтон» ВСЕГО ЗА 7 РУБЛЕЙ!

Звонок и доставка бесплатные.

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. *Сроки акции с 4 февраля по 4 марта 2026 г. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков можно узнать по телефону: 8-800-303-05-55 (звонки по РФ бесплатные). Доставка за счет ИП Добрынин Д.А. Реклама.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Если у человека есть папилломы, значит, его заживо едят паразиты!

К специалисту по здоровью кожи Антону Яковлевичу обращаются тысячи женщин и мужчин, и многим он помогает. Сегодня мы решили узнать у него, что он думает по поводу папиллом..

- По Вашему мнению, что провоцирует возникновение папиллом?

- Если на коже человека есть папилломы, значит, в его организме поселилась целая колония паразитов. Они поедают человека изнутри и своими токсическими продуктами жизнедеятельности отравляют его организм. Первой об интоксикации организма «кричит» наша кожа. Как следствие на ней появляются папилломы. И чем больше усугубляется паразитарная инвазия, тем больше появляется папиллом.Эти наросты могут появляться на шее, в области подмышек, в паховой области и других частях тела. Однако не все знают, что эти папилломы могут возникать и внутри организма, например, в горле или мочевом пузыре. Это может вызывать не только неприятные симптомы, но и опасные последствия. Поэтому, если папилломы есть, от них важно избавляться!

- Выжигание или иссечение папиллом может помочь?

- Выжигание или иссечение никаким образом не повлияет на поселившихся внутри организма паразитов.

- Что же может помочь избавиться от папиллом?

- Я рекомендую использовать натуральный сироп «Папиклин». Он содержит множество полезных компонентов, подобранных в помощь человеку, желающему очистить кожу от папиллом, а организм – от паразитов. В состав «Папиклина» входят экстракты лесных ягод, андрографиса, грейпфрутовых косточек, родиолы, лимонника китайского, женьшеня, грибов агарика и рейши. Такая продуманная формула способствует уничтожению папиллом, паразитов и их яиц, обладает очищающим действием, содействует детоксикации организма и оздоровлению кожи.

- Если в организме не будет паразитов, то и папиллом на коже не станет?

- Совершенно верно! Сироп «Папиклин» может помочь не просто избавиться от папиллом, но и улучшить общее самочувствие, благодаря очищению организма от паразитов. В таком случае может появиться больше энергии, у человека будет возможность выглядеть моложе и свежее. Более того, я искренне уверен, что, освободившись от паразитов, папиллом и очистив организм, можно прожить на 15-20 лет дольше.Организм,свободный от паразитов и папиллом, это не только залог красивой и гладкой кожи, но и крепкое здоровье. Это просто замечательно, когда организм менее подвержен болезням и работает в разы продуктивнее. Сироп «Папиклин» – это не только свобода от папиллом, но и здоровье для всего тела!

До и после применения «Папиклина»

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ*

«Каждому пенсионеру – здоровую кожу»

Страдаете от папиллом? Тогда вы имеете право на программу по приобретению сиропа «Папиклин». Скидка действует только с 4 февраля до 4 марта 2026 г.

Чтобы воспользоваться скидкой:

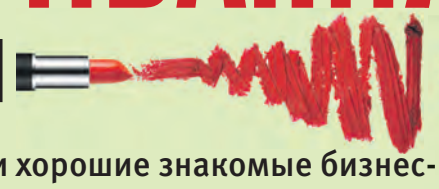
1. Позвоните по телефону **8-800-303-05-55**
2. Продиктуйте код **2118** получите сироп «Папиклин» всего за 7 рублей!

Звонок и доставка бесплатные.

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. *Сроки акции с 4 февраля по 4 марта 2026 г. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков можно узнать по телефону: 8-800-303-05-55 (звонки по РФ бесплатные). Доставка за счет ИП Добрынин Д.А. Реклама.

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ

Как зимой защитить ОТ ОБВЕТРИВАНИЯ кожу и губы



Первый раз в наступившем году наши хорошие знакомые бизнес-вумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька собрались за чашечкой чая. Темой для их беседы стали обветренные кожа и губы.

1

– Девочки, у одной моей подруги случилась неприятность – обветрилось лицо. Она буквально на полчасика вышла в магазин, но на улице был сильный мороз с пронизывающим ветром и вот результат: второй день сидит дома с обветренной кожей и потрескавшимися губами. Теперь она очень переживает и просит совета, как поскорее все исправить. Давайте ей поможем.

2

– Ситуация понятна, сочувствую твоей подруге. Но начать хочу с того, что зимой выходить на улицу с незащищенной кожей – это большая вероятность столкнуться в итоге с зудом, покраснением, чувством стянутости и даже шелушением. Обветренные губы могут и вовсе покрыться трещинами, ведь кожа на губах тонкая и под воздействием неблагоприятных внешних факторов может лопнуть. Причем защитить кожу на губах очень легко – в большинстве случаев достаточно перед выходом на улицу нанести на нее гигиеническую помаду.

– Для обветренных губ есть даже специальное название – метеорологический хейлит. Хейлит характеризуется раздражением кожи губ, особенно заметным по краю. Он может возникнуть по ряду причин, но самая распространенная – это воздействие неблагоприятных погодных условий. К тому же низкие температуры иссушают кожу губ, и у многих возникает желание их облизнуть, что только ускоряет воспалительный процесс. Поэтому губы, конечно, необходимо защищать. И лучше, если это будет не просто гигиеническая помада, а увлажняющий бальзам с УФ-фильтрами. Ведь ультрафиолет тоже иссушает кожу и воздействует на нее круглый год, проникая даже через сильную облачность, – об этом не следует забывать.

3

– Если губы уже обветрены, можно сделать медовую маску: нанести на губы теплый мед и оставить на 15-20 минут. Мед обладает противовоспалительным и ранозаживляющим действиями, а также хорошо увлажняет кожу. Наносить медовую маску можно несколько раз в день до полного заживления.

Если мед по каким-то причинам не подходит (например, на него аллергия), можно точно так же делать масляные маски. Для этого подойдет любое растительное масло, но я, если была бы возможность, выбрала бы оливковое или облепиховое, кокосовое или жожоба.

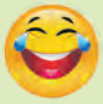
4

– Да можно просто любой жирный крем использовать – питательный или универсальный. Только, девчонки, не нужно мазать губы сметаной, жирным творогом или другими кисломолочными продуктами. Все они богаты белком, а значит, являются хорошей питательной средой для развития болезнетворных бактерий, которые только усугубят проблемы, попав на поврежденную кожу.

Коллега – коллеге:
– Какой у тебя блеск для губ классный!
– Да это я блины ела...

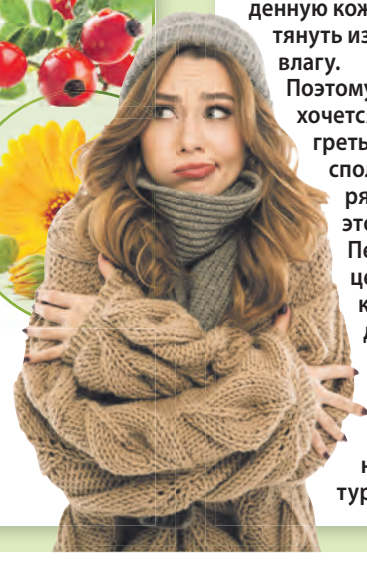
***

Муж внимательно смотрит на зеркальный стол жены. Берет пузырек:
– Дорогая, скажи мне, как вы, женщины, этим губы мажете?
– Вообще-то, дорогой, это лак для ногтей.



5

– Восстанавливать обветренную кожу лица несколько сложнее. Сначала ее нужно успокоить, для чего лучше всего использовать уходовую косметику с успокаивающими ингредиентами, в идеале натуральными. Это могут быть экстракты календулы, шиповника, ромашки, шалфея. Для восстановления кожи косметологи рекомендуют средства с пантенолом, вытяжкой алоэ вера, медовыми компонентами. Это, конечно, в первую очередь регулярные маски, а также питательные и увлажняющие кремы.



6

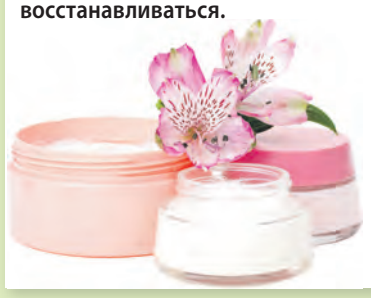
– Мне кажется, очень важно сказать о том, как правильно согревать кожу, вернувшись с мороза. Чаще всего люди стараются согреться с помощью отопительных приборов или горячей воды. Это большая ошибка! Резкий перепад температур способен дополнительно травмировать и без того поврежденную кожу, а также вытянуть из нее последнюю влагу.

Поэтому, даже если очень хочется поскорее согреться у камина или сполоснуть лицо горячей водой, делать этого не следует. Перед любыми процедурами – демакияжем, горячим душем и т. д. – необходимо дать коже согреться естественным путем при комнатной температуре.

7

– Не только хорошая защита, но и систематический уход поможет предотвратить такую неприятность, как обветривание. Хорошие кремы, регулярные маски, тщательное очищение – все это даст нашей коже возможность сопротивляться холоду и ветру.

И конечно, нельзя забывать о базовых принципах здоровья: нужно правильно и сбалансированно питаться, ежедневно высыпаться, не забывать о физической активности, избегать стрессов. Только здоровый организм в целом и его кожа в частности способны быстро и эффективно восстанавливаться.



Разговор подслушала
Светлана ИВАНОВА

Авитаминоз vs похудение – ВЫБИРАЕМ НУЖНУЮ СТОРОНУ

Если в предыдущем номере «Телека» мы рассказывали о том, какие блюда стоит включить в свой рацион, чтобы успешно победить грядущий весенний авитаминоз, то в этом поговорим о его роли в похудении.

Все-таки худеющий организм особенно нуждается в витаминах. В каких именно и как они работают?

Восстановить мышцы

Витамин Е (токоферол) улучшает обмен жиров и углеводов, ускоряет восстановление мышц после физических нагрузок, поэтому худеющим так важно поддерживать его в организме на достаточном уровне.

Содержится в растительных маслах, миндале, семенах подсолнечника, арахисовой пасте, авокадо, красной рыбе.

Поддержать кожу

Тянет на что-то жирненькое и калорийное? Возможно, это недостаток витамина С или аскорбиновой кислоты. Стоит его восполнить, и чувство голода отступит, а при физических нагрузках удастся активнее сжигать и выводить жиры. Но самый главный вклад витамина С в похудение в том, что он поддерживает кожу в упругом состоянии и повышает иммунитет.

Восполнить недостаток можно употреблением всех видов цитрусовых, шиповника и черной смородины, киви, болгарского перца.

Улучшить настроение

Короткий световой день и недостаток солнечного света часто становятся причиной нехватки витамина D. Этот витамин важен для углеводного и жирового обмена, а также для усвоения кальция. При его недостатке жировая ткань формируется гораздо легче. Кроме того, витамин D влияет на выработку дофамина и серотонина, которые в свою очередь снижают чувство голода и улучшают настроение.

Пока с солнечными деньками туговато, витамин D можно получить из печени трески, жирных сортов рыбы (лосось, сардина, скумбрия), молочных продуктов, яичного желтка.

Расстаться с излишками

Недостаток витаминов группы В может увеличивать тягу к сладкому, повышать аппетит и способствовать накоплению лишнего жира. Согласитесь, для мечтающей похудеть дамы это катастрофа. Даже при дефиците калорий организм будет с трудом расставаться с жировой тканью. Кроме того, витамины группы В участвуют в передаче импульсов нейронов головного мозга, и при их недостатке возникает слабость и сонливость.

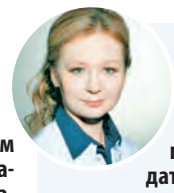
Восполнить дефицит можно употреблением свинины, рыбы, круп, орехов, бобовых, зеленых овощей, сыра, грибов.

ДЕТАЛИ

При недосыпе организм хуже усваивает витамины, появляется усталость. Поэтому стоит пересмотреть свой режим дня и обязательно проветривать комнату вечером. Это поможет быстрее заснуть и лучше отдохнуть.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

САМОДЕЯТЕЛЬНОСТИ – НЕТ, ЗОЖу – ДА!



Победить авитаминоз и вернуть желаемые формы нам поможет кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ Склифосовского Дарья Русакова.

– Поможет ли разнообразное питание избежать авитаминоза в конце зимы?

– Разнообразное питание, включающее сезонные овощи, фрукты и другие полезные продукты, помогает снизить риск авитаминоза, но не всегда способно полностью обеспечить организм витаминами.

– То есть нужно дополнительно пить витамины? Есть безопасные варианты (например, аскорбинка), которые можно принимать самостоятельно, без контроля врача?

– Решение о необходимости приема витаминных препаратов все-таки должен принимать врач, так как переизбыток витаминов так же опасен, как и их недостаток. Важно добавить, что для профилактики авитаминоза важно не только правильно питаться, но и вести здоровый образ жизни.

Татьяна МИХАЛЁВА

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

СТРАНА СОВЕТОВ

Современная швабра: ЭВОЛЮЦИЯ ПРИВЫЧНОГО ПРЕДМЕТА

За последнее десятилетие этот простой гаджет для уборки претерпел значительные изменения, превратившись из базового инвентаря в технологичное устройство, отвечающее разнообразным потребностям современных пользователей.

Типы и назначение

ШВАБРЫ С МИКРОФИБРОЙ

Современные модели оснащаются съемными насадками из микрофибры, которая эффективно задерживает пыль, грязь и бактерии без использования химических средств. Такие швабры идеальны для ежедневной уборки, особенно для семей с детьми и аллергиков.

** Подходят для мытья любых видов напольных покрытий.*

ПАРОВЫЕ ШВАБРЫ

Эти многофункциональные устройства сочетают в себе возможности швабры и пароочистителя. Они эффективно удаляют сложные загрязнения, дезинфицируют поверхности без химии и экономят время. Назначение – глубокая очистка плитки, ламината, линолеума, а также чистка ковров и мягкой мебели.

** Максимально эффективны на плитке и керамограните, а также линолеуме. На ламинате и паркете нужно использовать осторожно и только если они обработаны водостойким составом. Зато паровой шваброй со специальной насадкой можно отмыть кухонный фартук и даже мягкую мебель.*

ШВАБРЫ С СИСТЕМОЙ ОТЖИМА

Современные механические и центробежные системы отжима позволяют идеально регулировать уровень влажности тряпки. Это предотвращает образование разводов и излишней влаги на полу. Особенно полезны для уборки в помещениях с чувствительными к воде покрытиями.

** Подходят для мытья ламината и паркета. С сильными загрязнениями на каменном или керамическом полу могут не справиться из-за мягкости волокон.*

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ ШВАБРЫ

Инновационные устройства, работающие от сети или от аккумулятора. Оснащаются резервуарами для воды и чистящих средств, а также системой самоочистки. Для маленькой квартиры подойдет агрегат с резервуаром на 200-250 мл, для большой квартиры – от 350 мл, для профессиональной уборки больших помещений – 500 мл. Тканевые насадки и тканевые ролики легко стираются, в том числе в стиральной машине.

** Подходят для любого напольного покрытия.*

Экологический аспект

Современные швабры становятся экологичнее: многие модели минимизируют использование воды и моющих средств, а съемные микрофибровые насадки служат годами, уменьшая количество отходов. Экономия времени и ресурсов делает их выгодными в перспективе.

Эргономика имеет значение

Теперь поговорим об эргономике. Молодые люди ориентируются исключительно на свои потребности и возможности кошелька. Мы же хотим остановиться на выборе швабры в подарок пожилому человеку. Идеальный вариант – это легкая механическая швабра с системой центробежного отжима в виде круглой корзины и съемными насадками из микрофибры. Такой тип максимально исключает неудобные наклоны и контакт с водой: человеку не нужно нагибаться к ведру, чтобы отжать тряпку – достаточно поместить швабру в специальный барабан, снять блокировку и несколько раз нажать на ручку. Это безопасно для спины, гигиенично (руки остаются сухими) и понятно на интуитивном уровне. Важно, чтобы ручка была телескопической и регулировалась по росту, а сам механизм был надежным, без хлипких пластиковых деталей.

Пожилым людям подойдут также модели с насадками из микрофибры и ведром с вертикальной системой отжима.

Сложные технологичные модели могут вызвать у пожилого человека стресс из-за необходимости разбираться с приложениями, зарядными базами или боязнью испортить устройство.

Подготовила Светлана СИДОРЧУК

БОБЫ – для тех, кто знает толк в овощах

Согласитесь, бобовые частенько выступают в роли падчерицы на огороде. Дачники максимум внимания уделяют томатам и капусте, ягодам и плодовым деревьям.

А бобовые растут по остаточному принципу. И это крайне несправедливо! Достаточно учесть их весьма скромные запросы – и они ответят богатым и крайне полезным урожаем.

Подходящая почва и удобрения

Бобовые культуры хорошо растут и развиваются в рыхлых воздухопроницаемых питательных почвах с нейтральным уровнем pH. Они особо чувствительно относятся к содержанию калия. При его недостатке рост бобовых угнетается. Для улучшения качества почвы рекомендуется добавлять перед посадкой бобовых древесную золу.

А вот в тяжелых кислых глинистых почвах бобовые будут чувствовать себя совсем неважно. Это самый неблагоприятный вариант для их посадки.

Бобовые благосклонны к органическим удобрениям. Можно с осени предусмотреть внесение под будущую посадку 6-8 кг органики на 1 м². Если осенью внесения органики не проводилось, то можно заменить ее на сбалансированный минеральный состав (из расчета на 1 м²): 7 г аммиачной селитры + 30 г простого суперфосфата и 8 г хлорида калия. Либо при посеве на каждые 2 м ряда добавлять 1 ч. л. нитроаммофоски, а под перекопку внести 5-7 г нитрофоски на 1 м².

Рассада или семена?

Рассадный способ выращивания подходит для северных районов или в случаях с затяжной весной. Семена высевают в апреле в отдельные емкости. До середины мая рассада выращивается дома, а затем высаживается в открытый грунт.

Посев в грунт. Самым лучшим временем для посадки в центральных областях является последняя декада мая. В разных регионах сроки посадки будут несколько различаться, но ориентироваться можно на температурный режим почвы. Для посева бобовых достаточными считаются 4-5 градусов.

ВАЖНО!

Бобы не рекомендуется высаживать вместе с картофелем. Более мощные бобы не только будут лишать молодой картофель света, но и максимально заберут калий из почвы. Дефицит калия отрицательно сказывается на росте и развитии картофеля.

НА ЗАМЕТКУ

Два в одном

Если вы решите посадить на своём участке бобовые растения, то получите не только отличный натуральный продукт, но и насытите почву азотом. Другими словами – сидерат, который ещё и урожай даёт!

Посадочный материал

Перед посадкой следует внимательно осмотреть и перебрать семена. Больные и поврежденные точильщиком семена подлежат обязательной утилизации. Узнать больные семена можно по наличию небольшого отверстия в бобе. Если такой боб разломить, то можно увидеть личинку жука.

Сеять семена можно как сухие, так и предварительно замоченные. Последние быстрее прорастают, а значит, можно будет досадить новые растения на места не проклюнувшихся. Замачивать семена нужно не более чем на 15 часов, лучше в талой воде комнатной температуры. После замачивания семена нужно прогреть в горячей воде (около 50 градусов) в течение пяти минут. Затем сразу опустить в холодную воду. После этого семена можно высевать.

От семян до всходов

При посадке семена заделывают на 4-5 см. Если заделать их глубже, то в холодной почве они могут загнить, а также увеличивается срок всхожести. После того как грядка посеяна, ее нужно полить, присыпать землей и уплотнить.

Сроки появления всходов – 7-10 дней при посеве набухших семян или 15-20 дней – сухих. Уход за культурой заключается в своевременном поливе, прополке, рыхлении и защите от болезней и вредителей.

Молодым растениям в первое время после посева нужно организовать прополку. Когда всходы немного подрастут, они сами начнут угнетать рост сорных трав. Когда бобы достигнут в высоту 50 см, их нужно окучивать. В течение сезона бобовые нужно будет 2-3 раза рыхлить и подокучить. Одновременное рыхление и окучивание помогает противостоять ветрам и способствует устойчивости растений.

– Как сделать любое блюдо с фасолью вкуснее и ароматнее? – Добавить в него мясо.

От цветов до стручков

Поливать бобы до начала цветения необходимо только в периоды засухи. Но как только цветение начинается, полив нужно организовать регулярный. При этом нельзя сильно переувлажнять почву. Это может способствовать активному росту зеленой массы в ущерб развитию цветков и плодов.

Во время начала массового цветения бобовые нужно прищипнуть. Это защитит растения от тли и будет способствовать равномерному созреванию плодов.

Бобовые растения имеют стебель в высоту от 20 до 180 см. Для высокорослых сортов нужно сделать опору. Для каждого растения ставить опору не рационально. Проще по краям грядки воткнуть метровые колышки, протянуть между ними веревку и через каждые 20-30 см подвязывать к ней растения.

Урожайность бобов можно увеличить, если собирать плоды в несколько этапов по достижении ими стадии молочной спелости.

Сбор урожая и после

Для хранения семена фасоли, гороха и бобов собирают тогда, когда стручки желтеют, а плодоножка полностью высыхает. При сборе семян бараньего гороха их нужно просушить. После того как вы собрали семена, их следует поместить на бумажное полотенце и оставить под солнцем до полного высыхания.

После того как собран весь урожай бобов, рекомендуется срезать стебли над поверхностью почвы, а не вырывать растение с корнем. Азотофиксирующие клубеньковые бактерии, которые остаются с корнями в земле, будут обогащать почву азотом и перегноем.

Валерия ПАШЕЧКИНА

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Я б в уфологи пошёл!

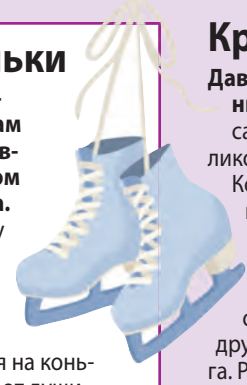
В нашей стране, как и в большинстве стран мира, уфология не признана как наука, потому что её сторонники обладают лишь теоретическими познаниями. Однако если кто-то всерьез увлечен поисками контактов с внеземными цивилизациями и хочет получить образование, ему стоит отправиться в Чили. В университете Сантьяго вот уже больше 20 лет существует соответствующее направление. А вдруг однажды летающая тарелка все-таки прилетит?

Кто живёт в Лаосе?

Эта довольно небольшая страна в сердце Индокитая славится тем, что не имеет выхода к морю, зато богато застроена древними храмами. Население Лаоса довольно скромное – всего около 7 млн человек (вдвое меньше, чем в Москве). Но гораздо больше, чем людей, в стране... слонов. По некоторым данным, до 5 штук на каждого жителя. Недаром раньше Лаос носил название Лан Санг Хом Кхао – буквально «страна миллиона слонов». Сохранись оно до наших дней, пришлось бы переименовать его в «страну 35 миллионов слонов».

Пушкин и коньки

Великий русский писатель, по свидетельствам современников, был увлечённым поклонником конькобежного спорта. Любовь к этому зимнему развлечению появилась еще во время учебы в Царскосельском лицее. Вместе с товарищами юный Александр катался на коньках, при этом веселился от души и любил посильнее разогнаться и промчаться мимо друзей. Не оставил он свое увлечение и во время жизни в Петербурге: охотно катался по замерзшей Неве.



Красота по-павлиньи

Давайте поговорим про павлинье оперение. Яркая переливающаяся окраска перьев у самцов – заслуга микроскопических кристаллов, которые по-разному преломляют свет. Кстати, в течение полугода птенцы павлинов выглядят одинаково, и по внешнему виду определить, кто мальчик, а кто девочка, невозможно. Но и после этого юные птицы не слишком отличаются друг от друга. Роскошное оперение, особенно на хвосте, начинает отрастать у самцов только после трех лет.

Светлана СИДОРЧУК

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

ФИЛИАЛЫ В КАЖДОМ ОКРУГЕ СТОЛИЦЫ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба – 5 100 р. за 1 г. 750-я проба – 6 900 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.

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.

Чем скупка «Аурум» отличается от других?
Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. 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.

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.

ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА 8 (800) 551-84-34 ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!

- 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

Компания «АУРУМ» – Ваш надежный партнер вот уже 2 года!
За это время услугами компании воспользовались более 1 470 читателей газеты!

Выездная скупка, насколько это удобно? Спросили у читателей их историю и мнение об услуге.

Татьяна Филипповна, 67 лет
— Стоит только подумать: «Как же все хорошо складывается!» – и сразу проблемы... У нас с мужем дачный сезон в этом году выдался просто на удивление: ягод было огромное количество, овощей заготовили на всю зиму себе и детям, яблок – просто куча, даже продать удалось и немного заработать. И тут, так сказать, под занавес, когда уже основные работы закончились, и мы засобирались домой, как гром среди ясного неба – прорвало водопровод... Он у нас под землей проложен, так что пришлось нанимать рабочих и перекапывать получастка, чтобы найти и отремонтировать поломку. Конечно, незапланированные траты вышли далеко за пределы нашего скромного пенсионного бюджета… Хорошо, что вовремя вспомнили о золотых украшениях, которые нам обоим остались по наследству от родственников. Вернулись в город, обратились в «Аурум», вызвали специалиста – и уже через пару дней нужная сумма была на руках! Благодаря этому ремонт успели завершить до наступления морозов. Представляете, что было бы, если бы пришлось искать деньги еще неделю? Пришлось бы весь водопровод менять, не меньше! Так что спасибо «Ауруму» за оперативность и хорошую цену на золото, а погоде – что подождала с холодами!

Елена, 32 года
— Моя дочь занимается фигурным катанием. Вид спорта очень красивый и популярный! Дочь тренируется с удовольствием, а мы с мужем рады, что ребенок развивается физически и характер формирует сильный, спортивный. Единственное «но» – дорогая экипировка. Ботинки, лезвия, чехлы, костюмы для соревнований – и это не считая дополнительных тренировок и мастер-классов. Мы с радостью поддерживаем дочь, но бывает, что купить что-то нужно срочно, а до зарплаты еще неделя. Микрозаймы – не наш вариант. Друзей беспокоить тоже не хочется, у них тоже дети и свои заботы. Зато есть золотые украшения, которые бабушка подарила мне несколько лет назад. Я про них как раз подумала, когда ждала дочь с тренировки и читала газету – а там реклама компании «Аурум». Сразу позвонила, договорились о встрече. Пока ждала специалиста, сходила в ближайший ломбард, чтобы было с чем сравнивать, узнала цены. Вернулась домой, и вскоре пришел человек из «Аурума». Просто и доступно разъяснил мне все детали, быстро оценил золото и предложил цену выше, чем в ломбарде. Конечно, я согласилась. Оформили все бумаги, я получила наличные и этим же вечером оплатила мастер-класс, о котором дочь мечтала.

Сергей, 48 лет
— Хочу сказать спасибо компании «Аурум» за помощь в трудной ситуации! Пришло время платить налоги, и оказалось, что не хватает денег заплатить за один из объектов. Сумма небольшая, но в моменте ее не было. Пришлось расстаться с золотыми часами. Изучил предложения на рынке, отзывы, поговорил с друзьями и остановился на «Ауруме». Я сам бизнесмен и ценю, когда люди работают четко и не тянут резину. Звонок – специалист приезжает со всем необходимым оборудованием, грамотно отвечает на вопросы, сразу называет сумму, за которую готов выкупить вещь. Перевод на карту – и моя проблема решена. Всем рекомендую! Налоги уплачены вовремя, а часы я себе новые куплю!

Весь февраль
+10 000 руб.*

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • **м. «Трубная»**, ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • **м. «Аэропорт»,** Ленинградский пр-т, 62 • **м. «ВДНХ»,** пр-т Мира, 146 • **м. «Проспект Мира»,** пр-т Мира, 38 • **м. «Улица 1905 года»,** ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • **м. «Бауманская»,** ул. Бауманская, 33/2с1 • **м. «Братиславская»,** ул. Братиславская, 12, стр. 1 • **м. «Кузьминки»,** ул. Маршала Чуйкова, 4 • **м. «Ломоносовский проспект»,** Мичуринский пр-т, 3 • **м. «Кантемировская»,** Пролетарский пр-т, 23А • **м. «Проспект Вернадского»,** пр-т Вернадского, 39 • **м. «Варшавская»,** Варшавское ш., 87 • **м. «Преображенская площадь»,** Большая Черкизовская ул., 3, корп. 1 • **м. «Курская»,** ул. Земляной Вал, 27, стр. 2 • **м. «Отрадное»,** ул. Декабристов, 21Г • **м. «Таганская»,** ул. Нижняя Радищевская, 5 стр. 2 • **м. «Домодедовская»,** Каширское шоссе, 106 • **м. «Медведково»,** ул. Широкая, 14, корп. 1 • **м. «Строгино»,** Строгинский бул., 21 • **м. «Арбатская»,** ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • **м. «Селигерская»,** Коровинское ш., 1А • **м. «Водный стадион»,** Головинское ш., 4 • **м. «Перово»,** Зеленый пр-т, 27, корп. 1 • **г. Одинцово,** ул. Верхне-Пролетарская, 1Б • **м. «Пражская»,** ул. Красного Маяка, 2

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

*10 000 руб. выплачиваются при сумме оценки от 100 000 руб. **Действует при сумме оценки от 20 000 руб. Предложение действует с 01.02.2026 г. по 20.02.2026 г. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2. ЛО23-00119-77/00389972 от 22 декабря 2021 г. РЕКЛАМА.

ПЕРВЫЙ

16.05 «Мужское / Женское». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
«Большая игра» - общественно-политическое аналитическое ток-шоу, выходит на Первом канале с 3 сентября 2018 года. В центре дискуссий экспертов и политологов - вопросы мировой политики.
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «БЕРЛИНСКАЯ ЖАРА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.05 «Время героев». (16+)
01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ

18.00 «60 минут». (12+)

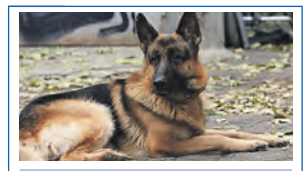
05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)
На задворках ночного клуба убита модель Марианна Волкова. Установлено, что была драка.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ПОЛЮБИ МЕНЯ СНОВА». (16+)
Людмила Куприянова с мужем Павлом ждут первенца. Но когда Павел уезжает в командировку, Люда становится жертвой грабителей и теряет ребёнка. Следователь Алексей Беглов начинает поиски преступников. Чтобы справиться с трагедией, Людмила и Павел принимают решение усыновить малыша из детдома. Однако мать Павла, Раиса Максимовна, против чужих детей в семье. Она намерена продолжить старинный дворянский род.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.10 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ТВЦ

11.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
08.45 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН». (12+)
10.45 «Петровка, 38». (16+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
В доме безобидной пенсионерки Ольги Колосовой находят труп неизвестной женщины.
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ПИАНИСТКА». (12+)
16.55 «Трагедии сказочных принцев». (16+)
17.50 События
18.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-2». (16+)
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Дело союзного значения. Банда фантомасов». (16+)
01.30 «Короли фейков». (16+)
02.10 «Следствие ведёт КГБ. Красная помада». (16+)
04.20 «Леонид Гайдай. Человек, который не смеялся». (16+)
05.00 «Мой герой». (12+)
05.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)

НТВ



10.35 «ПЁС». (16+)

04.50 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Человек в бинтах, наделённый неимоверной силой, убивает профессора биологии Германа Щеглова. Девушка, утверждающая, что она дочь профессора, навязывает свою помощь оперативникам.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Судебные приставы-оборотни Репников и Найденов выбивают из должников деньги, затем убивают их, а деньги забирают себе. Их коллеги, Демьян и Мороз, уезжают на остров, чтобы убить сослуживца, собирающегося их сдать.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+)
01.05 «ВОКАЛЬНО-КРИМИНАЛЬНЫЙ АНСАМБЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

21.35 Сати. Нескучная классика...

06.30 Диалоги о животных
07.15 «Первые в мире»
07.35 Черные дыры. Белые пятна
08.20 «Невский ковчег. Теория невозможного»
08.45 «В ГОРАХ МОЕ СЕРДЦЕ»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.05 «XX век»
11.45 «Свинарка и пастух». Друга я никогда не забуду»
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 Линия жизни
13.55 «ДНИ И ГОДЫ НИКОЛАЯ БАТЫГИНА»
15.25 Агора
16.30 «Передвижники»
17.15 Мастер-классы. Щелкунчик-2025
18.15 Рассказы из русской истории
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Меж двух кулис. Юбилей Марины Брусникиной
21.35 Сати. Нескучная классика...
22.15 «МЕГРЭ»
00.10 «Фараоны двух земель»
01.35 «Александра Коллонтай. Вихри века»
02.30 «Жизнь замечательных идей»

СТС

06.00 «Три кота». (0+)

06.00 «Три кота». (0+)
06.30 «Маша и медведь». (0+)
09.05 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
14.20 «ТРЁШКА». (16+)
35-летняя Даша живёт в трёхкомнатной квартире с дочерью и родителями. Когда у неё начинают складываться отношения с начальником Романом на работе, в её жизни появляется бывший муж Дима. Даша знакомится с бандитом. Гриша обнаруживает, что на свалку около его дачи вывозят отходы с завода. Люба пытается вывести Гришу из запоя.
20.30 «ТАКСИ-4». (16+)
Франция, 2007 г. Комедийный боевик. В ролях: Сэми Насери, Фредерик Дифенталь, Бернар Фарси. Преступника №1 транспортируют из Бельгии в Конго... через Марсель. Всего несколько часов самый опасный человек в мире, надёжно упакованный в скафандр и железную клетку, должен пробыть в полицейском участке комиссара Жибера.
22.20 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
01.10 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)
03.05 «ОХОТА НА КОРОЛЯ». (16+)
04.25 «ДИКОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
05.50 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.05 Фирменный рецепт. (12+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
09.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 02.00 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.10 «СВОИ-4». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «СВОИ-5». (16+)
01.15 «СВОИ-7». (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 «ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.20 13.25 01.10 «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА». (12+)
14.00 15.05 17.15 03.45 «СЛЕПОЙ». (16+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «КРАСНЫЕ ДИПКУРЬЕРЫ». (12+)
02.50 «Шедевры военных музеев». (12+)

ОТР

06.10 «НЕ БОЛИТ ГОЛОВА У ДЯТЛА». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 00.35 «БРИЖИТ БАРДО: ИСКУССТВО ЖИТЬ». (16+)
15.15 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)
16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
17.00 «Ректорат». (12+)
17.40 04.20 «Конструкторы будущего». (12+)
20.45 «НЕЖНОСТЬ». (16+)
21.45 «ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА». (16+)
23.10 «Дневник писателя» Ф.М. Достоевского». (16+)
23.40 «Моя история». (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 15.50 19.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 17.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
17.40 03.30 «Доктор 24». (12+)
18.25 «Вопрос спорный». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
08.00 14.45 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
08.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России»
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
12.50 «Диванная экономика»
13.15 «За МКАДром». (12+)
14.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 21.45 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 22.30 «Открытие Китая». (16+)
19.00 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Полиция в городе». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
23.30 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

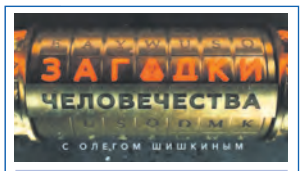
05.10 «Город без окраин»
05.35 03.55 «Москва на все времена». (16+)
06.00 08.05 11.55 17.20 00.35 «Новости дня». (16+)
06.05 «Юмор на все времена». (16+)
06.55 11.25 16.05 Звёзды советского экрана. (16+)
07.20 15.15 22.15 «Тайны кино». (16+)
08.10 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
12.00 23.00 «КАПКАН». (16+)
16.35 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
17.25 «СВИДЕТЕЛЬСТВО О БЕДНОСТИ». (16+)
18.40 «ДОЛГАЯ СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
20.00 21.05 «ЗНАХАРЬ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН



13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)

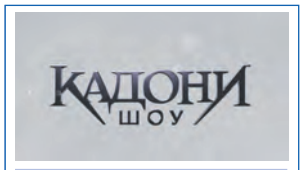
05.00 18.00 00.05 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 01.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 **«ПО СЛЕДУ ТЕНИ».** (16+)
21.55 23.25 **«ПРОФЕССОР И ПРИЗРАЧНЫЙ УБИЙЦА».** (16+)

ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
09.00 «Выжить в Стамбуле». (16+)
12.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
16.05 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
20.00 **«ГОСЗАЩИТА».** (16+)
Бизнесмен Роман Соколов и его партнёр попадают в руки правоохранительных органов по подозрению в мошенничестве в особо крупном размере. Однако Роман заранее заключил сделку со следствием: в результате его сообщника отправляют в СИЗО, а его самого вместе с дочерью Алисой по программе защиты свидетелей перевозят в Благовещенск.
21.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
23.00 **«ВАСЯ НЕ В СЕБЕ».** (16+)
01.00 **«ШАНХАЙСКИЙ ПЕРЕВОЗЧИК».** (16+)
02.25 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

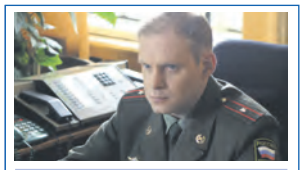
ТВ-3



01.15 Кадони шоу. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 **«ГЛУХАРЬ».** (16+)
На стол Глухарёву ложится заявление от молодого бизнесмена Валерия, который был жестоко избит бандой подростков. Побои - лишь часть нанесенного урона: пропал мобильный телефон пострадавшего. Обещая солидное вознаграждение, Валерий просит поймать случайного свидетеля нападения - нищего инвалида Сашу, который, по его мнению, и забрал себе аппарат.
20.00 **«ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
23.15 **«СМЕРТЬ ЕДИНОРОГА».** (18+)
01.15 Кадони шоу. (16+)
02.00 Экстра такси. (16+)
02.30 Знаки судьбы. (16+)

ЧЕ



03.40 «СОЛДАТЫ-6». (16+)

06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.10 Улётное видео. (16+)
14.15 Решала. (16+)
17.00 Охотники. (16+)
Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников через подозрительные объявления, рекламу и форумы с пострадавшими. Они выслеживают мошенников и внедряются в преступные группировки, чтобы рассекретить их схемы, заснять аферы и передать преступников в руки полиции.
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Найди по ID. (16+)
00.00 Заступницы. (16+)
02.10 Опасные связи. (18+)
03.40 **«СОЛДАТЫ-6».** (16+)

МАТЧ ТВ

12.35 Специальный репортаж. (12+)

06.00, 14.55 «Непобедимый». (12+)
06.30 «Вы это видели». (12+)
07.00, 09.05, 12.55, 15.25, 03.55 Новости
07.05, 11.35, 21.20, 01.00 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 Лица страны. (12+)
09.30 «Лучшие из лучших». (12+)
10.30 Спортивный дайджест. (16+)
12.35 Спецрепортаж. (12+)
13.00 Есть тема! Пр.тр.
14.25 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
15.30 Громко. Пр.тр.
16.55 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
18.25 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура. (6+)
19.25 Футзал. КПРФ - «Газпром-Югра». Бетсити. Суперлига. Пр.тр.
22.50 Футбол. «Вильярреал» - «Эспаньол». Пр.тр.
02.00 Баскетбол. (6+)
04.00 Дзюдо. (12+)

ДОМАШНИЙ

11.45 «Порча». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.15 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 **«РОКОВАЯ ПОДМЕНА».** (16+)
19.00 **«ЖЕРТВА».** (16+)
23.15 «Понять. Простить». (16+)
01.10 «Знахарка». (16+)
01.35 «Верну любимого». (16+)
02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.30 Тест на отцовство. (16+)
04.10 «6 кадров». (16+)
04.45 Давай разведёмся! (16+)

ПЕНСИОНЕРАМ!

ДОГОВОР РЕНТЫ С «ЖИЛСОЦГАРАНТИЕЙ»

Надежность, подтвержденная 30-летним стажем

- Забота, помощь по дому, честные выплаты
- До 7 млн. рублей сразу, до 50 тысяч ежемесячно

являемся непосредственным плательщиком ренты*

Звоните:
(495) 626 45 55

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

Реклама

***

– Ты куда?
– Гулять!
– Что значит «гулять»?
– Гулять – значит, отталкиваться ногами от земли и рассекать лицом воздух!

***

– Всё, мы расстаёмся! Я ухожу.
– Ты мне тоже надоела! Я тоже ухожу!
– Пошли вместе?
– Пошли.

***

– А ты ориентируйся по звёздам.
– Это как?
– Очень просто. Где звёзды, там и небо.

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР

НИКИТА

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

РЕКЛАМА

РАБОТАЮ ЕЖЕДНЕВНО С 9.00 ДО 22.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

- Удаление вирусов
- Установка Windows
- Ремонт ноутбуков и ПК
- Настройка сети Wi-Fi
- Консультации, обучение
- Модернизация ПК
- Настройка телевизоров
- Smart TV, ТВ-приставок

8 (964) 510-69-46

Чистый натуральный звук обеспечит комфорт и полноценное общение!

Швейцарское качество!

В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА Вы сможете приобрести ЦИФРОВОЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ

Ст. м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, д. 8.
Первый вагон из центра, после турникетов направо, при выходе на улицу – налево, 100 метров от метро.

8 (495) 517-10-71
8 (499) 769-51-29
8 (925) 477-20-47

Возможна оплата по электронным сертификатам

РУ РЗН № РЗН 2020/11896 от 09.09.2020 ООО «АЭРОН» Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ЗАБУДЬ ПРО ЗАПОРЫ!

Запор – мучительный недуг, нарушение в работе кишечника, которое приводит к отравлению всего организма своими же токсинами и ядами. Эта проблема ухудшает состояние всего организма (иммунитет, нервная система, сердечно-сосудистая система и т. д.), становится причиной стресса и заметно сказывается на качестве жизни – в разы снижается работоспособность. Длительные запоры приводят к развитию геморроя, трещины прямой кишки и другим опасным осложнениям. Люди старше 60 лет испытывают запор в 5 раз чаще.

Гастро комплекс поможет отрегулировать процесс пищеварения.

Средство помогает мягкому выведению содержимого кишечника без дискомфорта. Каловые массы размягчаются и опорожнение кишечника проходит безболезненно.

Способствует восстановлению нормальной работы желудочно-кишечного тракта, убирая тяжесть, вздутие, спазмы. Активно регулирует основные пищеварительные функции желудка и кишечника.

Обладает антиоксидантной активностью и помогает улучшить общее самочувствие.

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56** *Звонок по России бесплатный* • **8 (495) 136-59-66** *г. Москва*

БАД • РЕКЛАМА

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕНЫМ СРЕДСТВОМ

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

1. Как еще можно назвать долю от чего-нибудь? **2.** Хитрый сурикат в мультфильмах Уолта Диснея. **3.** Посевы, ушедшие под снег. **4.** Золотоордынский военачальник, войска которого были разгромлены Дмитрием Донским на Куликовом поле в 1380 г. **5.** Герой кельтского, а после европейского эпоса, повествовавшего о рыцарях Круглого стола. **6.** В каких единицах измеряется вес боксерских перчаток? **7.** Состояние бабочки, когда она уже может делать крылышками «бяк-бяк-бяк-бяк». **8.** Чьим голосом говорил Конферансье в кукольном «Необыкновенном концерте»? **9.** В греческой мифологии искусный зодчий, изобретатель столярных инструментов и мастерства, отец Икара. **10.** Южный плод, напоминающий сливу, ткемали.

Ответы: 1. Часть. 2. Тимон. 3. Озимь. 4. Мамай. 5. Артур. 6. Унция. 7. Имаго. 8. Гедат. 9. Дедал. 10. Алыча.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.10 «ТАЙНА ВЕЧНОЙ НОЧИ». (16+)
07.30 Мультфильмы. (0+)
08.20 «Конек-Горбунок». Мультфильм. (0+)
09.45 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ». (16+)
11.15 «ОСТРОВ КОЛДУН». (12+)
12.25 «КО МНЕ, МУХТАР!» (16+)
13.55 «НЕ ГОРЮЙ!» (16+)
15.35 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)
18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)
19.45 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+)
21.30 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
00.05 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
01.25 «ПОД КРЫШАМИ МОНМАРТРА». (16+)
03.40 «УБИТЬ ДРАКОНА». (16+)
05.40 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)

VIJU TV1000

05.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
07.45 «РИДДИК». (16+)
09.55, 10.55, 11.45, 12.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.40 «МЕХАНИК». (16+)
15.10 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
17.00, 17.50 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.35 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
Франция, Китай, 2017 г.
21.00 «МАКС СТИЛ». (16+)
Великобритания, США, 2016 г.
22.40, 23.35, 00.25, 01.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.05 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)
03.50 «ДАЛЬНИЙ КОСМОС». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Маша и Медведь (клипы)», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.15 «Смешарики. Начало». Мультфильм. (16+)
09.55 «ВОЛШЕБНИКИ». (12+)
11.25 «ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
13.25 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
15.10 «ОГНИВО». (12+)
17.05 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
19.00 «ФАНТОМ». (16+)
20.35 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
22.05 «ПАРАГРАФ 78. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
23.40 «МИРА». (16+)
01.40 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)

VIJU TV1000 ACTION

05.40 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОВОМ ПОЛЕ». (16+)
07.10 «ВОРОН». (16+)
08.55 «СОЛОМОН КЕЙН». (16+)
10.35 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
12.05 «АПАЧИ-ДЖАНКШЕН». (16+)
13.40 «БРАТЬЯ СИСТЕРС». (16+)
15.40 «ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
17.25 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
19.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
20.55 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
23.00 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
01.05 «ОГРАБЛЕНИЕ: КОД 211». (16+)
02.30 «РЕЗИДЕНТ». (18+)
04.00 «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.05 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
01.45 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
03.30 «ШАГ ВПЕРЁД: ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
05.15 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
06.40 «ДЖОЙКА». (16+)
08.25 «СПЕНСЕР». (16+)
10.15 «МИДУЭЙ». (16+)
12.20 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
13.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
15.40 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)
17.20 «ПАПА». (16+)
18.50 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
20.30 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
22.35 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
Триллер, детектив, Франция, 2022 г.

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.15 «МИНИМАКС». (16+)
08.35 «ТЭЛИ И ТОЛИ». (16+)
10.00 «ПОЕЗДКА К МАТЕРИ». (16+)
11.35 «НЕБО». (16+)
13.55 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
15.35 «МИЛЛИАРД». (16+)
17.20 «ФЛЭШМОБ». (16+)
19.15 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
Драма, Россия, 2023 г.
21.00 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
Драма, спорт, Россия, 2022 г.
22.40 «ПРИЗРАК». (16+)
Комедия, драма, семейное, фантастика, Россия, 2015 г.
00.35 «ДОМ». (18+)
02.40 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
Драма, Россия, 2020 г.
04.55 «ПОЕЗДКА К МАТЕРИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.40 «МЭР ПОНЕВОЛЕ». (16+)
02.15 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
03.50 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)
05.25 «ЖМОТ». (16+)
07.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
08.50 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
10.45 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
12.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
14.15 «ВСЁ МОГУ». (16+)
15.50 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
17.35 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
19.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
21.15 «БЕЗУМНАЯ СВАДЬБА». (18+)
23.10 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)

ДОМ КИНО

05.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.00 «Суворов: Великое путешествие». Мультфильм. (6+)
07.30 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
08.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ЁЛКИ-5». (16+)
Россия, 2016 г. В ролях: Сергей Светлаков, Гоша Куценко, Катерина Шпица
00.05 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.45 «ЁЛКИ 1914». (16+)
Россия, 2014 г.
03.15 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (16+)
Россия, 1995 г.

РУССКИЙ РОМАН

07.50 «ПОДМЕНА В ОДИН МИГ». (16+)
11.00 «СУХАРЬ». (16+)
14.25 «УСЛЫШЬ МОЕ СЕРДЦЕ». (16+)
16.00 «ДУЭЛЬ». (16+)
2011 г. В ролях: Анатолий Руденко, Лянка Грыу, Антон Сорокин
17.45 «ВЕРА». (16+)
2017 г. В ролях: Людмила Свитова, Александр Давыдов, Руслан Чернецкий, Любовь Германова
21.00 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (16+)
2021 г. В ролях: Елена Север, Дмитрий Ульянов, Ярослав Бойко, Олег Фомин, Ирина Паутова
00.15 «ВСЕ ВЕРНЕТСЯ». (16+)
03.10 «ОТЕЦ ПОНЕВОЛЕ». (16+)
04.45 «СУХАРЬ». (16+)

CINEMA

07.10 «МАСТЕР». (18+)
09.40 «ТЕМНЫЕ ВОДЫ». (18+)
11.50 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (18+)
США, 2014 г.
13.45 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (18+)
США, Великобритания, 2013 г.
16.00 «САМЫЙ ПЬЯНЫЙ ОКРУГ В МИРЕ». (18+)
США, 2013 г.
18.00 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)
США, 2019 г.
20.15 «ПОБЕГ ИЗ ПРЕТОРИИ». (18+)
Великобритания, Австралия, 2020 г.
22.00 «ЗОЛОТО». (18+)
США, 2016 г.
00.00 «ЗАЩИТНИК». (18+)
01.30 «ХАРДКОР». (18+)
02.55 «ПАРАНОЙЯ». (16+)
04.35 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.05 «ЛИНИЯ СМЕРТИ». (16+)
02.20, 03.10 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)
04.05 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)
06.25 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)
08.15, 09.15, 10.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.05 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ». (16+)
12.25 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
14.15 «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» (12+)
16.10, 17.05, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
20.50 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (16+)
22.35, 23.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

РЕТРО

06.50 «ВЕРТИКАЛЬ». (16+)
08.05 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (16+)
09.50, 22.00 «ЧУДАК-ЧЕЛОВЕК». (16+)
11.05, 23.10 «ДЕРЗОСТЬ». (16+)
12.55, 04.05 «СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
14.25, 05.25 «СЕЗОН ЧУДЕС». (16+)
16.00, 00.55 «ГАРАНТИРУЮ ЖИЗНЬ». (16+)
Драма, СССР, 1977 г.
17.40, 02.45 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (16+)
19.00 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (16+)
Драма, СССР, 1978 г.
20.35 «ЖАЖДА». (16+)
Драма, военный, СССР, 1959 г.
02.20 «Остров ошибок». Мультфильм. (6+)

СУББОТА!

05.00, 07.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
06.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)
23.10, 23.40 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.15 Суббота News 2026. (16+)
00.30, 01.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
02.55 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2005 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-4». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко, Татьяна Абрамова, Евгений Филичкин, Полина Степанова

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
Аня рассказывает Белуте о его отце. Наденька придумывает способ, как отомстить Лебедевой и Зеленовой за оскорбления. «Ранетки» разыскивают Нюту. Они обращаются за помощью к дяде Пете, но оказывается, что охранник ничего про нее не знает. . .
15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
20.35 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.20 «МАРГОША». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ21

07.00 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (18+)
08.40 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (16+)
10.25 «Я ХУДЕЮ». (16+)
12.20 «ТАКСИ». (16+)
13.55 «ТАКСИ-2». (16+)
15.30 «ТАКСИ-3». (16+)
17.00 «ТАКСИ-4». (16+)
18.35 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+)
Италия, 2013 г.
20.55 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (18+)
США, 2014 г.
23.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
США, 2007 г.
00.45 «КРУТЫЕ МЕРЫ». (18+)
02.10 «БЛОНДИНКА ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
03.40 «АФЕРА ВЕКА». (16+)
05.25 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15 Наше кино. История большой любви. (16+)
06.55, 10.20, 13.15 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
14.10 Мировое соглашение. (16+)
15.05, 16.15, 18.20, 18.35 Дела судебные. (16+)
18.00 Вместе каждый день
20.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
21.20 Понять. Простить. (16+)
22.15 Миллион за 5 минут. (16+)
23.00, 23.40 Игра в кино. (16+)
00.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
01.35 «УЧИТЕЛЬ ТАНЦЕВ». (16+)
03.50 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «ВЫСОТА 89». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
На территории Польши, оккупированной немцами, действует разведшкола, готовящая диверсантов. У каждого из них свои жизненные обстоятельства, заставившие служить врагам. Группу из шести человек отправляют в советский тыл, чтобы уничтожить важный стратегический мост в районе Житомира. Через этот мост в направление фронта идет основной поток военной техники и боеприпасов Советской Армии.
18.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
21.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
01.25 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)
02.45 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Готовит Марк Бартон. (16+)
05.10 Пятница News. (16+)
05.40 На ножах. Санкт-Петербург. Тризет. (16+)
06.40 На ножах. Оренбург. Башня. (16+)
07.50 Молодые ножи. Французская кухня. (16+)
09.20 Адский шеф. (16+)
12.30 Битва шефов. (16+)
Для кулинарной битвы Ренат Агзамов и Константин Ивлев подготовили новые задания.
14.30 Битва шефов. Звезды. (16+)
16.40, 19.00, 21.00 Битва шефов. (16+)
23.00 Секретный артист. (16+)
00.20 Вундеркинды. Анита Цой и Анатолий Цой. (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.00 На ножах. Казань. Наше место. (16+)
03.00 На ножах. Казань. Barduck. (16+)
03.50 Секреты на кухне. Тыква. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
06.05 Званый ужин. (16+)
08.00 Муж напрокат. (16+)
10.05 Супермама. (16+)
12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.25 Беременна в 45. (16+)
Уникальные истории, которые цепляют за душу и которые никого не могут оставить равнодушным. Слёзы, преодоление, боль, разочарование, смех, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидит зритель телеканала «Ю» в драматичном реалити о женщинах, которые решились стать мамами после 45.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну.
02.00 Неотложка. (16+)
03.40 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Боги Египта. (16+)
00.50, 09.05, 21.00 Забытые войны России. (12+)
01.45, 10.50, 21.55 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
02.05, 10.00, 19.05 Без срока давности. (16+)
02.55 Семь дней истории. (12+)
03.00 Операция «Украина». Американский след. (16+)
04.00 Это подкаст. История (12+)
05.00, 13.40, 16.45 Русская история. (12+)
05.40, 14.15 Великие битвы России. (12+)
06.45 Обыкновенная История. (6+)
06.55 Пётр I Великий. (12+)
08.00 Революция LIVE: #романовдолженуйти! (12+)
11.10, 15.10 Монологи императоров. (16+)
12.00 Искусство победы. Маршал Баграмян. (12+)
12.55 Ледоколы войны. (12+)
16.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)
18.40 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
20.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
22.15 Восточный фронт: Маньчжурская операция. (12+)
23.05 Моя Россия: музыкальное путешествие: Москва. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Нюрнберг. Кровавые деньги. Суд над промышленниками. (16+)
06.45 Церковь Святой Богородицы Катогике, Армения. (12+)
07.10, 08.05 Джек Лондон, американское приключение. (12+)
09.05 Тутанхамон: проклятое сокровище. (16+)
10.00 Леди Сапиенс. (16+)
11.00, 11.55 Проклятые сокровища. (16+)
12.45 История авиации: Летать! (16+)
13.45 Следы цивилизации. (16+)
14.40, 15.25 Загадки планеты Земля. (16+)
16.10 Сокровища Европы. (12+)
17.10 Венеция: красота на болоте. (12+)
18.05 Наачтун: затерянный город майя. (12+)
19.05 Затерянная пирамида Египта. (12+)
20.00, 21.00 Судьбы. (16+)
21.50, 22.45 Великие битвы: Сталинград. (16+)
23.40, 00.25 Загадки планеты Земля. (16+)
01.00 Тутанхамон: проклятое сокровище. (16+)
01.55 Леди Сапиенс. (16+)
02.50, 03.35 Проклятые сокровища. (16+)
04.25 Чанди Врингин Лаванг, Индонезия. (12+)
05.05 Судьбы. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 06.45, 14.40, 15.30, 00.40, 01.25 Настоящая война престолов. (12+)
07.35, 02.10 Самурай в Ватикане. (12+)
08.35, 03.05 Вымысел исключён. Век разведчика. (12+)
09.20 Открытие Версаля. Исчезнувший дворец Короля-Солнце. (12+)
10.15 Салют-7. История одного подвига. (12+)
11.05 Наачтун. Последний город Майя. (12+)
12.05 Правила самой обаятельной. Ирина Муравьёва. (12+)
12.55 Глубинные механизмы истории. Эпоха великих географических открытий. (12+)
13.50, 05.15 Гибель адмиралов. Тайна одной авиакатастрофы. (12+)
16.20, 16.35 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
16.50 СССР. Империя наоборот. (12+)
17.40 Крестоносцы. Оплоты веры. (12+)
18.40, 03.45 Вторая мировая война. Сталинград. (16+)
19.30 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. (12+)
20.25 Непобедимый. Две войны Кирилла Орловского. (12+)
21.15 Венеция. Красота на болоте. (12+)
22.10, 04.30 Людмила Савельева. После бала. (12+)
23.00, 23.50 Тайна горы мертвецов. Перевал Дятлова. (16+)

УСАДЬБА

06.00, 09.20, 09.50, 10.55, 11.25, 20.00, 02.35, 03.25 Дачные радости. (12+)
06.30, 03.50, 04.05 Дачные хитрости. (12+)
06.40, 04.45 Прогулка по саду. (12+)
07.10, 05.10 Гордость России. (6+)
07.35, 14.00 Сад в радость. (12+)
08.00 Дачные радости. Спецвыпуск. (12+)
08.20, 05.35 Как поживаете? (12+)
08.50 Цветик-семицветик. (12+)
09.05 Зимние работы с Мариной Рыкалиной. (12+)
10.20, 10.35 Арт-букет. (12+)
11.55, 12.15, 16.00, 17.05, 19.00, 19.15 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
12.30, 23.30 заСАДа. (12+)
12.55, 21.00 История одной культуры. (12+)
13.25, 21.35 Декоративный огород. (12+)
14.30 Высокая кухня с Касымычем. (12+)
15.00, 22.05 Один день из жизни фермера. (12+)
15.30, 22.30 Правила фермера. (12+)
17.25, 23.55 Сельские профессии. (12+)
18.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
18.30, 18.40 Ваш агроном. (12+)
19.35 Сад своими руками. (12+)
20.35, 03.00 Частный сектор. (12+)
23.00, 23.15 Лучки&Пучки. (12+)
00.25, 00.35 Дачная кухня. (12+)
00.50 Идеальный сад. (12+)
01.15, 01.25 Офисное садоводство. (12+)
01.40 Сельский туризм. (12+)
02.05 Агротуризм. (12+)
04.15 Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 02.50 От первого лица. (12+)
06.35, 16.30, 03.20 Утиные истории. (16+)
07.00, 03.50 Охота в Приволжье. (16+)
07.25, 04.15 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
07.55, 04.40 Рыболовный дневник. (16+)
08.30, 09.20, 14.20, 17.00 К сезону готов. (16+)
08.35, 05.10 Первый лед - последний лед. (12+)
08.50, 09.05, 21.40, 21.55 Давай зарубимся! (12+)
09.25 Рыбалка сегодня XL. (16+)
09.55 Водоёмы Прибалтики. (12+)
10.25 Рыбалка с тренером. (16+)
11.25 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
12.00, 18.35, 19.05 Родные просторы. (16+)
12.35, 19.40 Двое против рыбы. (16+)
13.35, 01.55 Территория льда. (16+)
14.05 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
14.25, 14.55 Охота на хищника. (16+)
15.30 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
16.00 Егерский кордон. (16+)
17.05 Научи меня рыбачить. (12+)
17.35 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
18.05, 02.25 Рыбалка в России. (16+)
20.40 Фишермания. (16+)
21.10 Сто вопросов про рыбалку. (16+)
22.10, 23.10 Пути-дороги. (16+)
00.25 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
00.50 Лесная сторожка. (6+)
01.15 Рецепты старого Тифлиса. (16+)
01.30 Рыбалка на Черемшане. (6+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - УНИКС (Казань). (6+)
07.50, 16.25 «Будьте здоровы». Специальный репортаж. (12+)
08.10 «Страна спортивная». (12+)
08.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
10.15, 01.40 «Небесная грация». (6+)
10.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
11.00, 13.15, 16.20 Новости. (0+)
11.05 Лёгкая атлетика. Матчевая встреча трёх стран. Трансляция из Москвы. (6+)
13.20 Борьба. Международный турнир. Трансляция из Хорватии. (12+)
15.00 «Вы это видели». (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - УНИКС (Казань). (6+)
18.30 «Магия большого спорта. Прыжки в воду». (12+)
18.55 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Кубань» (Краснодар). Прямая трансляция
20.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
21.10 Громко. (12+)
22.20 Специальный репортаж. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)
01.55 Борьба. Международный турнир. (12+)
03.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
03.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Уралочка-НТМК» (Свердловская область). (6+)
05.40 «Страна спортивная». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Короли чартов. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.25 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.30 Топ-30. Народный хит. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
15.30 Лига свежих клипов. (16+)
16.00 Звёзды с приветом. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых! (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 От стиляг до квадроберов. Эволюция субкультур. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
00.30 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
07.00, 13.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15, 13.10 «Маша и Медведь». (0+)
08.25, 21.30, 01.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.25, 22.15 «Фиксики». (0+)
10.50 «Геройчики». (0+)
11.45 «Бумажки». (0+)
14.05 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
17.10 «Ми-Ми-Мишки. Лисичка рулит». (0+)
18.00 «Мини-мишки». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Маша и Медведь. Сказка о потерянном времени». (0+)
20.50 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
23.15 «Буба». (6+)
00.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
01.25 «Ми-ми-мишки». (0+)

О!

05.00 «Малышарики. Умные песенки». (0+)
Развивающие песенки для самых маленьких.
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Макс и Крякс». (0+)
09.35 «Лунтик». (0+)
Приключения Лунтика - маленького пришельца с далекой Луны.
11.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
16.40 «Барбоскины». (0+)
18.00 «Ум и Хрум». (0+)
19.00 «Мультипелки. Шоу». (0+)
19.05 «Три кота». (0+)
21.30 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Детский сад для зверят». (6+)
23.30 «Царевны». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Царевны». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
07.35 «Беби Борн». (0+)
Встречайте малышку Эмму и её плюшевого медвежонка Тедди! Вместе с друзьями они каждый день превращают обычные игры в невероятные приключения с помощью своей фантазии. Друзья летают на облачных велосипедах, пекут вкуснейшие кексы, учатся заботиться о питомцах и устраивают походы с ночными сказками.
07.40 «Мини-Мишки». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.20 «Супер Крылья. Мир динозавров». (0+)
Супер Крылья продолжают помогать детям, доставляя посылки по всему миру. В новом сезоне их ждут интересные и иногда очень сложные задания. Но отважной команде всё по плечу!
09.30 «Смешарики». (0+)
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
11.15 «Диностер». (6+)
11.45 «Чемпионы». (6+)
13.05 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.45 «Три кота». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрпрайз. Дорожное путешествие». (6+)
16.50 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
16.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Геройчики». (0+)
22.10 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.25 «Дикие скричеры!» (6+)
22.40 «Фьюжн Макс». (6+)
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.55 «Смешарики». (0+)
02.55 «Лунтик». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Команда МАТЧ». (0+)
06.25, 09.45, 12.25, 16.30, 18.25, 21.45 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Корги по имени Моко». (6+)
08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45 «Тобот Атлон». (6+)
09.20, 16.05, 21.20 «Колобанга». (6+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Блупис». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
Котя и Катя - два маленьких котенка, брат и сестра. Котя - умный и рассудительный, а маленькая Катя - милая непоседа.
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

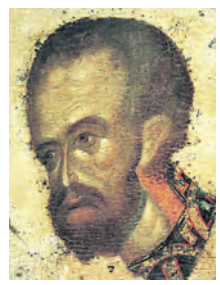
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Кузбасская голгофа. (12+)
12.10 День Патриарха. (0+)
12.20 Монастырская кухня. (0+)
12.50 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+)
СССР, 1961 г.
15.00 «Я СДЕЛАЛ ВСЕ, ЧТО МОГ». (12+)
СССР, 1986 г.
16.35 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 5 серия. (16+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.25, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
21.25 Цареубийство. Следствие длиною в век. 1 серия. (12+)
22.30 Поле битвы. (16+)
23.00 Прямая линия жизни. (16+)
23.55 День Патриарха. (0+)
00.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.55 Паломница. (12+)
02.00 Иоанн Каподистрия. Русская судьба. (0+)
02.45 Поле битвы. (16+)
03.15 В поисках Бога. (12+)
03.40 Профессор Осипов. (0+)

Православный календарь

9 февраля
Седмица мясопустная.
Глас 2.
Перенесение мощей
свт. Иоанна Златоуста.



Поста нет.

«...Ничто не придает душе столько силы, как свобода от забот, и ничто столько не делает ее слабою, как бремя забот».

Свт. Иоанн Златоуст

ПОДПИСКА
на 2026 год

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2026 года на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru»

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс
П2939

Газета выходит
1 раз в неделю

Стоимость подписки на 1-е полугодие 2026 года*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
408,22 ₽	816,44 ₽	1 224,66 ₽	1 632,88 ₽	2 041,10 ₽	2 449,32 ₽

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету * (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

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

П2939

«ТЕЛЕК Pressa.ru»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

ПЕРВЫЙ

00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

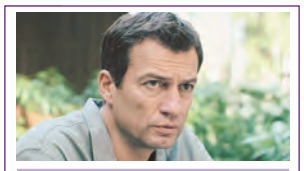
05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
Выбор, который делают женихи и невесты в студии, - это не игра. Участвовать в программе приглашают только тех, кто на самом деле жаждет обрести свою вторую половинку. Это взрослые, состоявшиеся люди, готовые к принятию самого ответственного в жизни решения.
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «БЕРЛИНСКАЯ ЖАРА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ

09.55 О самом главном. (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 «РАЙСКИЙ». (16+)
На подземной парковке торгового центра в одной из машин обнаруживают труп Алексея Фадеева, начальника планово-финансового отдела корпорации и примерного семьянина.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ПОЛЮБИ МЕНЯ СНОВА». (16+)
Прошло семь лет. Люда снова беременна - на этот раз у них с Павлом будет девочка. Павел старается быть заботливым отцом, но между ним и приёмным сыном будто невидимая стена. С появлением внучки Ксюши Раиса Максимовна ещё сильнее ополчилась против Феди. Она уверена, что мальчишка из ревности навредит Ксюше.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.10 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ТВЦ



11.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН». (12+)
10.40 «Актёрские драмы. Зимняя вишня - ягода горькая». (16+)
11.30 События
11.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «ПИАНИСТКА». (12+)
16.55 «Анатолий Папанов. Клятва на крови». (16+)
17.50 События
18.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-3». (16+)
22.00 События
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Война за совместно нажитое». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Русские тайны. Даллес против СССР». (16+)
01.30 «90-е. Из князи в грязи». (16+)
02.10 «Следствие ведет КГБ. Похищение «Святого Луки». (16+)
02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
04.20 «Актёрские драмы. Зимняя вишня - ягода горькая». (16+)
05.00 «Мой герой». (12+)
05.35 «10 самых...» (16+)

НТВ

08.00 «Сегодня»

04.30 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
В галерее современного искусства убит ее владелец Горецкий, а также украдена картина. Кому выгодна его смерть? И кому нужна картина неизвестного художника?
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Брагину поручают расследовать пропажу московской журналистки. Ее поиски приводят к дому, в парадной которого двадцать лет назад бандиты расстреляли опергруппу - Шибанов был в ней стажером. Житель дома уверенно по фото опознает пропавшую журналистку.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.05 «ВОКАЛЬНО-КРИМИНАЛЬНЫЙ АНСАМБЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

10.15 Наблюдатель

06.30 Диалоги о животных
07.15 Кристальные истории
07.35 «ПОЭТ И ЦАРЬ» День памяти Александра Пушкина
09.05 «Котильонный принц»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.05 «XX век» «Московские монументы»
12.00 01.55 «Роман в камне»
12.45 Новости. Подробно. Книги
13.00 «Фараоны двух земель»
13.55 «ДНИ И ГОДЫ НИКОЛАЯ БАТЫГИНА»
Николай Батыгин - талантливый мастер-стеклодув. За его жизнь ему пришлось столкнуться со множеством трудностей. Он участвовал и в революции, и в Великой Отечественной войне...
15.15 «Без границ»
15.45 «За науку отвечает Келдыш!»
16.30 Эрмитаж
17.15 Мастер-классы. Щелкунчик-2025
18.10 «Александра Коллонтай. Вихри века»
19.00 02.30 «Жизнь замечательных идей»
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Искусственный отбор
21.30 Белая студия
22.15 «МЕГРЭ»
00.10 «Затерянный мир Ангкор-Вата»

СТС

06.30 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 «Три кота». (0+)
06.30 «Маша и медведь». (0+)
08.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
12.35 «МОЯ СУПЕРБЫВШАЯ». (16+)
США, 2006 г. Фантастическая комедия. В ролях: Ума Турман, Люк Уилсон, Анна Фэрис.
Встретив красавицу Дженни, Мэтт думает, что наконец-то нашёл женщину своей мечты. Но, узнав о том, что Дженни наделена сверхспособностями, Мэтт решает с ней расстаться.
14.20 «ТРЁШКА». (16+)
20.30 «ТАКСИ-5». (16+)
Франция, 2018 г. Комедийный боевик. В ролях: Франк Гастамбид, Малик Бенталха, Бернар Фарси. Инспектор парижской полиции Сильвен Маро считается одним из лучших полицейских французской столицы, способным разговорить своей ездой любого преступника. Он мечтает служить в спецназе, но его замечают вместе с женой парижского префекта... Начальство решает избавиться от Маро и переводит его...
22.40 «ИНСУРГЕНТ». (16+)
00.55 «КРОВЬ В ОБМЕН НА ПЫЛЬ». (18+)
02.30 «КУШ СОБАЧИЙ». (16+)
03.45 «ЖИРАФ РАФ». (6+)
04.55 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 «Ну, погоди!» (0+)
05.50 Они потрясли мир. (16+)
08.05 Страна советов. (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.10 «СВОИ-4». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «СВОИ-5». (16+)
01.20 «СВОИ-7». (16+)
04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)

ЗВЕЗДА

05.25 14.00 15.05 17.15 03.50 «СЛЕПОЙ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 19.55 «По горячим следам». (16+)
11.25 13.25 01.05 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (12+)
18.50 «Специальный репортаж». (16+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (12+)
02.40 «Шедевры военных музеев». (12+)

ОТР

06.00 01.25 «На приёме у главного врача». (12+)
06.50 «Преодоление». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 00.35 «БРИЖИТ БАРДО: ИСКУССТВО ЖИТЬ». (16+)
15.15 «ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА». (16+)
16.30 «Маршрут построен». (12+)
17.00 «Очевидно. Вероятно». (12+)
17.40 Спецрепортаж. (12+)
20.45 «НЕЖНОСТЬ». (16+)
21.45 «ПИКОВАЯ ДАМА». (16+)
23.10 «Дневник писателя» Ф.М. Достоевского». (16+)
23.40 «Очень личное». (12+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 «Деньги 24». (12+)
11.50 15.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 17.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
13.50 19.50 «Техно». (12+)
14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
17.40 03.30 «Доктор 24». (12+)
18.25 «Вопрос спорный». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
08.00 14.45 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
08.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России»
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
13.15 «За МКАДром». (12+)
14.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 21.45 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.35 22.30 «Открытие Китая»
19.00 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Полиция в городе». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
23.30 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

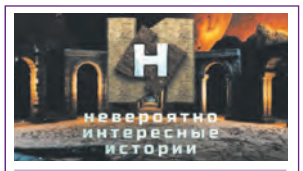
05.00 06.00 08.05 11.55 17.50 00.30 «Новости дня»
05.10 «Город без окраин». (12+)
05.35 03.50 «Москва на все времена». (12+)
06.05 «Юмор на все времена». (16+)
06.55 11.25 16.10 Звёзды советского экрана. (16+)
07.20 15.20 «Тайны кино». (16+)
08.10 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
12.00 23.00 «КАПКАН». (16+)
16.40 «В КВАДРАТЕ 45». (16+)
17.55 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (16+)
20.00 «2 БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (16+)
21.40 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

05.00 18.00 00.15 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+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
17.00 01.10 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 **«21 МОСТ».** (16+)
21.55 23.25 **«НОЧЬ В ОСАДЕ».** (16+)

ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
16.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
19.00 **«ГОСЗАЩИТА».** (16+)
Света считает, что их соседи считают Хомяковых ненастоящей семьей. Гриша спасает маленькую Ксюшу, которая теперь считает Гришу своим парнем. Алиса ругается с Викой...
21.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
Все собираются на день рождения отца семейства. Выясняется, что он раньше времени нашел свой подарок - умную колонку и нашел с ней общий язык. Теперь искусственный интеллект может стать причиной разлада в семье.
23.00 **«КАК Я ВСТРЕТИЛ ЕЕ МАМУ».** (16+)
00.45 **«ВАСЯ НЕ В СЕБЕ».** (16+)
02.25 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

ТВ-3

18.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 **«ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
Антошин вместе с группой оперативников следит за Шутовым, подозреваемым в наркоторговле. Однако таксист, привезший Шутова к дому, сигналом предупреждает его о слежке, и подозреваемому удается уйти. Карпов передает дело Шутова Глухареву.
23.00 **«УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ».** (18+)
Группа студентов отправляется за город, чтобы вовсю оторваться на выходных. Но уже в первый день они сталкиваются с неотесанными фермерами Такером и Дэйлом.
00.45 **«БЕЗ ПРАВИЛ».** (16+)
02.30 Знаки судьбы. (16+)

ЧЕ

04.30 «СОЛДАТЫ-6». (16+)

06.40 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.30 Улётное видео. (16+)
14.15 Решала. (16+)
17.00 Охотники. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
Что скрывается за маской идеальной семьи? В новом сезоне «Притворщиков» Влад Чижов и его команда берутся за самые сложные дела - когда предательство готовят за спиной близкие люди. Каждый выпуск - это напряженное противостояние, в котором опытный «сыщик» шаг за шагом приближается к разгадке, а финал оказывается непредсказуемым даже для самих участников. Когда тайное становится явным, жертве останется решить: закрыть глаза на обман или разрушить отношения навсегда.
22.00 Найди по ID. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
03.00 Улётное видео. (16+)
04.30 **«СОЛДАТЫ-6».** (16+)

МАТЧ ТВ

13.00 Есть тема!

06.00, 14.55 «Непобедимый». (12+)
06.30 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
07.00, 09.05, 12.55, 15.25, 03.55 Новости
07.05, 12.15, 18.15, 22.00, 01.00 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 Спецрепортаж. (12+)
09.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - ЦСКА. Winline Зимний кубок РПЛ. Пр.тр.
13.00 Есть тема! Пр.тр.
14.25 География спорта. (12+)
15.30 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Краснодар». Winline Зимний кубок РПЛ. Пр.тр.
19.00 Хоккей. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.
22.50 Футбол. Пр.тр.
02.00 Лёгкая атлетика. Мировой тур. (6+)
04.00 Дзюдо. (12+)

ДОМАШНИЙ

10.40 «Понять. Простить». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 **«ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕРЫ».** (16+)
19.00 **«ТВОЁ СЕРДЦЕ В НАДЁЖНЫХ РУКАХ».** (16+)
23.00 «Понять. Простить». (16+)
00.00 «Порча». (16+)
01.00 «Знахарка». (16+)
01.25 «Верну любимого». (16+)
01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.20 Тест на отцовство. (16+)

ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА
Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства о государственной регистрации 024.266

Гарантируем организацию достойного прощания за указанную цену. Возможны как более бережливые, так и более премиальные варианты. Выбор за Вами.

ЗАХОРОНЕНИЕ
150 000 ₽

30 ЛЕТ МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ

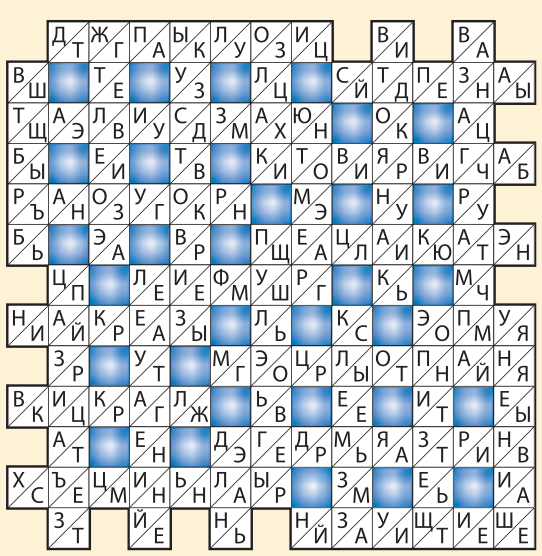
8 495 103 18 95
RITUAL.RU

ООО «Ритуал.ру» ОГРН 5167746491237 / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru.
Информацию о партнерах и составе товаров и услуг Вы можете получить на сайте Ritual.ru

ДУАЛЬ

Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

По горизонтали: Джакузи. Стена. Талисман. Коврига. Разгон. Пеликан. Лемур. Наказ. Эму. Горлопан. Вираж. Дерматин. Семинар. Наитие.
По вертикали: Железа. Кусторез. Злак. Вторник. Анаграмма. Штырь. Номер. Пуловер. Паритет. Латание. Клемма. Эпитет. Уныние. Дан.



СОЦИАЛЬНАЯ РЕНТА

Пенсионерам!
Социальная рента
является плательщиком ренты

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ
СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД НА ВСЮ ЖИЗНЬ:
• до 10 млн. руб. – сразу!
• до 60 тыс. руб. – ежемесячно.
Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству.
Пожизненное проживание в своей квартире.
8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54
ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11
Сайт: patronazn.ru
ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.50 Мультфильмы. (0+)
08.55 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (16+)
11.35 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+)
13.05 «МЕТЕЛЬ». (16+)
14.30 «КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА». (16+)
16.25 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (16+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)
20.00 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (16+)
21.40 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
23.25 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (16+)
01.10 «ТРИДЦАТЬ ПЕРВОЕ ИЮНЯ». (16+)
03.20 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (16+)
04.50 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)

VIJU TV1000

05.50 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)
07.40 «МАКС СТИЛ». (16+)
09.20, 10.15, 11.10, 12.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.00 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (16+)
15.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
17.00, 17.55 «БИБЛИОТЕКАРИ: СЛЕДУЮЩАЯ ГЛАВА». (16+)
18.45 «КРАСОТКИ». (16+)
Франция, 1998 г.
20.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
США, 2000 г.
22.40, 23.35, 00.25, 01.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.05 «НЕВЕРНАЯ». (16+)
04.05 «ВЕК АДАЛИН». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Маша и Медведь (клипы)», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.15 «ОНЕГИН». (12+)
10.45 «ЛЁД». (16+)
12.40 «ЛЁД-2». (16+)
14.55 «ЛЁД-3». (12+)
17.15 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
19.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
20.35 «ДРАКУЛОВ». (16+)
22.05 «ЖМУРКИ». (16+)
00.05 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
01.45 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
03.15 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД-2». (16+)
04.40 «Аленький цветочек». Мультфильм. (6+)
05.15 «Пони бегает по кругу». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

06.20 «ПАТРУЛЬ». (16+)
08.10 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)
10.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
11.55 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
14.05 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
15.35 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
17.30 «13-Й РАЙОН». (16+)
19.00 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)
Боевик, Франция, 2009 г.
20.30 «ЛЕОН». (16+)
22.45 «ЯМАКАСИ: СВОБОДА В ДВИЖЕНИИ». (16+)
00.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)
02.00 «НА ГРАНИ». (16+)
03.35 «АРЕС». (16+)
04.40 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.00 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
01.20 «МАМА МАФИЯ». (18+)
02.55 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
04.45 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)
06.25 «ПАПА». (16+)
07.55 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
09.35 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
11.40 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
13.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
15.10 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
16.55 «МИДУЭЙ». (16+)
19.00 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
20.30 «РАВНЫЕ». (16+)
Мелодрама, фантастика, США, 2015 г.
22.10 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.25 «НЕБО». (16+)
08.35 «ВСТРЕЧА». (16+)
10.15 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
11.55 «МИЛЛИАРД». (16+)
13.40 «ФЛЭШМОБ». (16+)
15.35 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
17.20 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
19.05 «ПРИЗРАК». (16+)
21.00 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
Драма, мелодрама, Россия, 2007 г.
22.55 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)
00.25 «ФРАНЦУЗСКИЙ МАСТЕР». (18+)
02.00 «ПОЕЗДКА К МАТЕРИ». (16+)
03.30 «НЕБО». (16+)
05.40 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «БЕЗУМНАЯ СВАДЬБА». (18+)
03.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)
05.05 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
07.10 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
08.40 «ТАЙНА ЗАТЕРЯННЫХ СОКРОВИЩ». (16+)
10.30 «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА». (16+)
12.20 «Я БОГИНЯ». (16+)
14.10 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
15.55 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
17.45 «БАНДИТКИ». (16+)
19.30 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
21.05 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
23.05 «НЯНЬКА НА РОЖДЕСТВО». (16+)

ДОМ КИНО

05.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
05.50 «Побег из курятника». Мультфильм. (12+)
07.20 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
08.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
Россия, 2000 г. В ролях: Алексей Булдаков, Виктор Бычков, Семён Стругачёв
00.00 «Падал прошлогодний снег». Мультфильм. (6+)
00.20 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.55 «НА ОСТРИЕ». (16+)
03.40 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07.50 «ВЕРА». (16+)
11.10 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (16+)
14.25 «ВДОВЕЦ». (16+)
17.40 «СЛАБАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
2014 г. В ролях: Глафира Тарханова, Павел Новиков, Кирилл Гребенщиков, Елена Коренева, Андрей Ташков
21.00 «ПТИЧКА ПЕВЧАЯ». (16+)
2017 г. В ролях: Алла Юганова, Анна Васильева-Абрамович, Дмитрий Богданов, Влад Никитюк, Анжелика Вольская, Александр Феклистов
00.25 «СЧАСТЛИВЫЙ ШАНС». (16+)
03.10 «ПОЛЦАРСТВА ЗА ЛЮБОВЬ». (16+)
04.40 «ВДОВЕЦ». (16+)

CINEMA

06.15 «ЗАЩИТА ОТ ДУРАКА». (18+)
07.50 «ГРЕНЛАНДИЯ». (18+)
09.50 «ЯМАКАСИ». (16+)
11.20 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
13.40 «ПОВЕЛИТЕЛЬ БУРИ». (18+)
15.50 «ВАЛЬДО». (16+)
США, 2021 г.
17.45 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РИМА». (18+)
Испания, Колумбия, 2022 г.
19.50 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (18+)
Франция, Италия, 2005 г.
22.00 «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (18+)
Франция, 2000 г.
23.50 «АДРЕНАЛИН: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)
США, 2009 г.
01.15 «КТО Я». (18+)
02.55 «ВАЛЬДО». (16+)
04.40 «БЕЛЫЙ ШКВАЛ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.30, 01.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.25, 03.20 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)
04.15 «ОПЕРАЦИЯ «ТУШЕНКА». (16+)
06.20 «БУХТА СМЕРТИ». (16+)
08.30, 09.25, 10.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.15 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ». (16+)
12.40 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)
14.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
16.20, 17.10, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (6+)
21.05 «КОНТРАБАНДА». (16+)
22.40, 23.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

РЕТРО

06.50 «ГАРАНТИРУЮ ЖИЗНЬ». (16+)
08.20 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (16+)
09.45, 22.05 «СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
11.20, 23.35 «СЕЗОН ЧУДЕС». (16+)
12.55, 03.45 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (16+)
14.30, 05.35 «ЖАЖДА». (16+)
15.50, 01.05 «ЧУДАК-ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10, 02.10 «ДЕРЗОСТЬ». (16+)
19.00 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
Комедия, военный, СССР, 1980 г.
20.20 «КТО СМЕЕТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
Драма, СССР, 1954 г.
05.10 «Стёпа-моряк». Мультфильм. (16+)

СУББОТА!

05.00, 15.35 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
15.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
21.00, 22.20 Богиня сыска. (16+)
23.40, 00.10 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.35 Суббота News 2026. (16+)
00.50, 01.40 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.10 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
03.40 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
10.00, 18.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-4». (16+)
11.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
14.00, 22.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Алексей Фатеев, Юлия Шиферштейн, Андрей Фролов, Евгений Миллер, Ольга Дибцева

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
15.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Женя просит сестёр прислать ей комплект матрёшек. В семье Васнецовых начинается спор, какие сувениры покупать - с изображением футболистов или российских политиков?
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
У Данилы и Ивана выпускной, и все Ивановы идут на праздник…
20.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.15 «МАРГОША». (16+)
03.45 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ21

07.00 «ЖАННА Д'АРК». (16+)
09.50 «БАНДИТКИ». (18+)
11.30 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (18+)
Россия, 2011 г.
13.55 «ОСЬМИНОГ». (18+)
Россия, 2023 г.
15.35 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
США, Канада, 2015 г.
17.35 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
США, Чехия, 2006 г.
19.35 «ХИТМЕН. ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО». (18+)
США, 2023 г.
21.35 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (18+)
Франция, США, 2001 г.
23.20 «АНОРА». (18+)
США, 2024 г.
01.40 «ИЗВЕРЖЕНИЕ». (16+)
Южная Корея, 2019 г.
03.40 «ЖИЗНЬ КОРОЛЯ». (16+)
05.20 «ПОХИЩЕННЫЙ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15 Наше кино. История большой любви. (16+)
07.25, 10.10, 13.15 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
14.10 Мировое соглашение. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.35 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
20.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
21.20 Понять. Простить. (16+)
22.15 Миллион за 5 минут. (16+)
23.00, 23.40 Игра в кино. (16+)
00.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
01.45 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (18+)

ПОБЕДА

04.10 «Путь к Победе». (16+)
05.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
06.25 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «ПО ТУ СТОРОНУ ВОЛКОВ». (16+)
Фильм снят по одноименному роману Алексея Биргера.
17.45 «ПО ЛЕЗВИЮ БРИТВЫ». (16+)
1943-1944 годы. В оккупированном немцами Ровно действует советский разведчик Гуснецов, разрабатывающий невероятные операции, которые включают в себя как разведывательную деятельность, так и физическое устранение высокопоставленных немецких генералов. Фильм основан на фактах из биографии советского разведчика Николая Кузнецова.
01.20 «ЕДИНИЧКА». (16+)
03.05 «СУДЬБА ДИВЕРСАНТА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.20 Пятница News. (16+)
05.50 Гастротур. Санкт-Петербург. (16+)
06.30, 07.40 На ножах. (16+)
08.40 Молодые ножи. Европейская кухня. (16+)
10.00 Адский шеф. (16+)
12.50, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40 Чёрный список. На кухне. (16+)
19.00 Что я наделала?! Ринопластика: синдром пустого носа. (16+)
20.00 Что я наделала?! Порванный имплант. (16+)
21.10 Чёрный список. Жена на час. (16+)
22.10 Чёрный список. Барберы на дому. (16+)
23.10 Секретный артист. (16+)
00.30 Вундеркинды. Татьяна Морозова и Светлана Пермякова. (16+)
01.50 Пятница News. (16+)
02.20, 03.00 На ножах. (16+)
03.50 Секреты на кухне. Готовит Валентина Рубцова. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.05 Званый ужин. (16+)
08.00 Муж напрокат. (16+)
10.05 Супермама. (16+)
Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей!
12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Чадо из ада. (12+)
Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей. По просьбе родителей мажор без кредиток, наличных и смартфона на три дня отправляется жить в многодетную семью со скромным достатком. Поможет ли подростку эксперимент и осознает ли он, что счастье не в деньгах, а в человеческих отношениях?
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (18+)
02.00 Неотложка. (16+)
03.35 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Это подкаст. История. (12+)
00.55, 09.40, 12.45 Русская история. (12+)
01.35, 10.15, 21.40 Великие битвы России. (12+)
02.40 Обыкновенная История. (6+)
02.50 Пётр I Великий. (12+)
04.00 Революция LIVE: #романовдолженуйти! (12+)
05.05, 17.00 Забытые войны России. (12+)
06.00, 15.05 Без срока давности. (16+)
06.50, 17.55 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
07.10, 11.10 Монологи императоров. (16+)
08.00 Искусство победы. Маршал Баграмян. (12+)
08.55 Ледоколы войны: «Иосиф Сталин». Мировой рекорд. (12+)
12.00 Шахматные партии холодной войны: Спасский против Фишера. (16+)
14.40, 22.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
16.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
18.15 Восточный фронт: Маньчжурская операция. (12+)
19.05 Моя Россия: музыкальное путешествие: Москва. (12+)
20.00, 20.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
23.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)

VIJU HISTORY

06.00 Великие битвы: Сталинград. (16+)
06.50 Несвижский замок. (12+)
07.25 Сокровища Европы. (12+)
08.20 Венеция: красота на болоте. (12+)
09.20 Наачтун: затерянный город майя. (12+)
10.20 Затерянная пирамида Египта. (12+)
11.10, 12.10 Судьбы. (16+)
13.05 История авиации. (16+)
14.00 Следы цивилизации. (16+)
14.55, 15.40 Загадки планеты Земля. (16+)
16.25 Сокровища Европы. (12+)
17.25 Великолепные памятники Франции: Бордо. (12+)
18.20, 19.10 Викинги: правдивая история. (12+)
20.00 Судьбы: Мария-Антуанетта. (16+)
20.55 Судьбы: Лоренцо Великолепный. Хозяин Флоренции. (16+)
21.50 Великие битвы: Курск: Курский выступ. «Цитадель». (16+)
22.45 Великие битвы: Курск: Огненная дуга. (16+)
23.35, 00.25 Загадки планеты Земля. (16+)
01.10 Наачтун: затерянный город майя. (12+)
02.05 Затерянная пирамида Египта. (12+)
02.50, 03.45 Судьбы. (16+)
04.35 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
05.10 Судьбы: Мария-Антуанетта. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 00.55 Открытие Версаля. Исчезнувший дворец Короля-Солнце. (12+)
06.55, 01.50 Салют-7. История одного подвига. (12+)
07.45, 02.50 Наачтун. Последний город Майя. (12+)
08.45, 03.45 Правила самой обаятельной. Ирина Муравьёва. (12+)
09.35 Глубинные механизмы истории. (12+)
10.30 Гибель адмиралов. Тайна одной авиакатастрофы. (12+)
11.20, 12.15, 21.25, 22.15 Настоящая война престолов. (12+)
13.05, 13.20, 02.35 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
13.35 СССР. Империя наоборот. (12+)
14.25 Крестоносцы. Оплоты веры. (12+)
15.20 Вторая мировая война. Сталинград. (16+)
16.10 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. (12+)
17.10 Непобедимый. Две войны Кирилла Орловского. (12+)
18.00 Венеция. Красота на болоте. (12+)
19.00 Людмила Савельева. После бала. (12+)
19.50, 20.40, 04.30, 05.15 Тайна горы мертвецов. Перевал Дятлова. (16+)
23.10 Самурай в Ватикане. (12+)
00.10 Вымысел исключён. Век разведчика. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 06.25, 08.20, 08.50, 17.00, 18.00, 00.05, 00.55, 03.25, 03.50, 18.30, 18.45, 01.25 Дачные хитрости. (12+)
06.50, 07.05, 16.00, 16.15, 19.00, 19.55 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
07.25, 07.35, 05.10, 05.20 Арт-букет. (12+)
07.50, 08.00, 05.35, 05.50 Цветик-семицветик. (12+)
09.15 заСАДа. (12+)
09.50 История одной культуры. (12+)
10.20 Декоративный огород. (12+)
10.50 Здоровый сад. (12+)
11.00 Зимние работы с Мариной Рыкалиной. (12+)
11.20, 04.15 Сад в радость. (12+)
11.50, 04.40 Высокая кухня с Касымычем. (12+)
12.20 Один день из жизни фермера. (12+)
12.55, 21.05 Правила фермера. (12+)
13.25 Сельские профессии. (12+)
13.55, 01.35 Фитоаптека. (12+)
14.25 Сокровища усадеб. (16+)
15.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
15.30, 15.40 Ваш агроном. (12+)
16.30 Сад своими руками. (12+)
17.30, 00.30 Частный сектор. (12+)
20.10, 02.30 Гордость России. (6+)
20.40, 02.55 Как поживаете? (12+)
21.40, 21.55 Лучки&Пучки. (12+)
22.05 Идеальный сад. (12+)
22.40, 22.50 Офисное садоводство. (12+)
23.10 Сельский туризм. (12+)
23.35 Агротуризм. (12+)
02.05 Прогулка по саду. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 03.05 Рыбалка с тренером. (16+)
06.55, 15.30, 04.10 Двое против рыбы. (16+)
07.50, 05.10 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
08.20, 22.00, 05.35 Территория льда. (16+)
08.50, 09.20 Охота на хищника. (16+)
09.50, 10.55, 17.45, 01.35 К сезону готов. (16+)
09.55 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
10.25 Егерский кордон. (16+)
11.00, 23.35 Утиные истории. (16+)
11.35 Научи меня рыбачить. (12+)
12.00, 17.50, 19.10 Пути-дороги. (16+)
13.25 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
13.55, 22.30 Рыбалка в России. (16+)
14.25, 15.00 Родные просторы. (16+)
16.30 Фишермания. (16+)
17.00 Сто вопросов про рыбалку. (16+)
17.30, 01.40, 01.55 Давай зарубимся! (16+, 12+)
20.30 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
21.00 Лесная сторожка. (6+)
21.30 Рыбалка на Черемшане. (6+)
23.00 От первого лица. (12+)
00.00 Охота в Приволжье. (16+)
00.30 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
00.55 Рыболовный дневник. (16+)
01.25 Первый лед - последний лед. (12+)
02.10 Рыбалка сегодня XL. (16+)
02.35 Водоёмы Прибалтики. (12+)
04.00 На природе вкуснее. (16+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Кубань» (Краснодар). (6+)
07.25 Громко. (12+)
08.30, 23.55 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)
10.15, 05.40 «Страна спортивная». (12+)
10.30 «Человек из футбола». (12+)
11.00, 13.15, 16.20, 19.25 Новости. (0+)
11.05 Лёгкая атлетика. Русская зима. Трансляция из Москвы. (6+)
13.20, 04.05 Смешанные единоборства. ACA. Магомедрасул Гасанов против Альберта Туменова. Трансляция из Москвы. (16+)
15.00 «Взойди на свой Олимп». (12+)
15.35, 19.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.40 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Кубань» (Краснодар). (6+)
16.25, 22.00 «Мастер спорта». Специальный репортаж. (12+)
18.05 «География спорта. Путешествие в Гороховец». (12+)
18.35 «Такие люди должны жить!» Алексей Прокуроров» Документальный фильм. (12+)
19.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) - «Протон» (Саратов). Прямая трансляция
22.20 Специальный репортаж. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
01.40 «Будьте здоровы». Специальный репортаж. (12+)
01.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА-МАИ (Москва) - «Енисей» (Красноярск). (6+)
03.40 «Исчезнувшие. «Амкар». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
07.00 Звёзды на утро. (16+)
08.00 Муззнерго. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Топ-15 Like FM. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.30 10 самых! (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+) Самые любимые русские хиты в одном плейлисте.
13.00 Прогноз по году. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Моя волна. (16+)
17.00 Русский чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых! (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Оборотни в гламуре. Кто и как кидал звёзд? (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Короли чартов. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Наше. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
07.00, 13.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15, 19.50 «Маша и Медведь». (0+)
08.25, 21.30, 01.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.25, 22.15 «Фиксики». (0+)
10.50 «Геройчики». (0+)
11.45 «Бумажки». (0+)
13.10 «Маша и Медведь. Сказка о потерянном времени». (0+)
14.05 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
17.10 «Мини-Мишки. Любимая игрушка». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.45 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Сказочный патруль». (0+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
23.20 «Буба». (6+)
00.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
01.25 «Ми-ми-мишки». (0+)
02.30 «Ася и Вася». (0+)

О!

05.00 «Малышарики. Умные песенки». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Макс и Крякс». (0+) Макс - человечек, а его друг Крякс - уточка, оба они сделаны из бумажных стаканчиков, скрепок и карандашей - и приглашают всех в мир творчества!
09.35 «Лунтик». (0+)
11.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
16.40 «Барбоскины». (0+)
18.00 «Ум и Хрум». (0+)
19.00 «Мультипелки. Шоу». (0+)
19.05 «Три кота». (0+)
21.30 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Детский сад для зверят». (6+)
23.30 «Царевны». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Простоквашино». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
07.40 «Мини-Мишки». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.20 «Супер Крылья. Мир динозавров». (0+)
09.30 «Смешарики». (0+)
10.45 «Парк Турум-Бурум». (0+)
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
11.15 «Диностер». (6+)
11.45 «Чемпионы». (6+) Готовы вновь кричать «Шайбу! Шайбу!»? А может быть, «Гол»? Легендарное противостояние красных «Метеоров» и синих «Вымпелов» теперь не только на льду, но и на футбольном поле!
13.05 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+) Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт, услышите советы и интересные истории от знаменитых гостей и многое другое!
14.45 «Три кота». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрпрайз. Дорожное путешествие». (6+)
16.50 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
16.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Геройчики». (0+)
22.10 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.25 «Дикие скричеры!» (6+)
22.40 «Фьюжн Макс». (6+)
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.55 «Смешарики». (0+)
02.55 «Лунтик». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Команда МАТЧ». (0+)
06.25, 09.45, 12.25, 16.30, 18.25, 21.45 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45 «Тобот Атлон». (6+)
09.20, 16.05, 21.20 «Колобанга». (6+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Блупис». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+) Чебурашка и Гена спешат на помощь жителям уютного городка. Новые захватывающие приключения любимых героев.
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Созижду Церковь мою. Ангинская слобода. (0+)
11.35 День Патриарха. (0+)
11.45, 12.15 Монастырская кухня. (0+)
12.45 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (6+) СССР, 1981 г.
14.40 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ». (6+)
16.35 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 6 серия. (16+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.25, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
21.25 Цареубийство. Следствие длиною в век. 2 серия. (12+)
22.30, 23.05 Поле битвы. (16+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.35 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 3 серия. (6+)
01.40 20 лет спустя. (0+)
02.00 Византия. Жизнь после смерти. 2 серия. (0+)
02.45 Поле битвы. (16+)
03.15 Русский мир. (12+)

Православный календарь

10 февраля
Седмица мясопустная. Глас 2.
Прп. Ефрема Сирина.

Прп. Феодосия Тотемского. Прп. Палладия пустынника. Прп. Исаака Сирина, еп. Ниневийского. Прп. Ефрема Новоторжского. Прп. Ефрема Печерского, еп. Переяславского. Св. Феодора исп., пресвитера. Сщмч. Игнатия, еп. Скопинского. Сщмч. Владимира пресвитера и прмч. Варфоломея. Мц. Ольги. Прп. Леонтия исп. Суморинской-Тотемской иконы Божией Матери.

Поста нет.

«...Как тело не может жить, если не вкусит хлеба, так и душа мертва, если не приобщится духовной мудрости».
Прп. Ефрем Сирин

ГАРДЕРОБ

Тёплые брюки:
маст-хэв для зимней прогулки

Прогуляться по хрустящему снегу, подышать свежим воздухом в парке – особенное зимнее удовольствие. Вы тоже не в состоянии от него отказаться? Тогда вам необходимо уделить особое внимание экипировке.

К верхней одежде вопросов нет: пуховик, шапка, теплые сапоги. Остаются ноги, которые тоже нуждаются в защите от холода. Конечно, лучшее спасение от мороза в этом случае – теплые брюки. Причем при выборе важно учесть несколько факторов, главные из которых – продолжительность прогулки и вид занятия на улице. Ведь неспешная ходьба и бег на лыжах – очень разные вещи.

Для самых сильных морозов

Брюки на гагачьем или гусином пуху – самые теплые, но и самые дорогие.
Такие брюки можно надевать в самые сильные морозы и не бояться замерзнуть, именно поэтому их носят полярники в Арктике и Антарктике.
Сегодня есть хорошая альтернатива натуральному птичьему пуху – экопух. Это синтетический утеплитель, который изготавливают на основе натурального сырья – кукурузного крахмала.
По своим утепляющим свойствам экопух очень близок к натуральному, а стоимость его значительно ниже.

Для сильных морозов

Брюки на синтепоне прекрасно сохраняют тепло, очень легкие и, как правило, шьются из водоотталкивающей или непромокаемой ткани. Такие брюки предпочитают всем прочим любители зимних видов спорта, особенно лыжники.
Брюки на синтепоне – практически идеальный вариант для длительной зимней прогулки. Недостаток у них лишь один: это достаточно объемная, совсем не комплиментарная для фигуры одежда.

Для небольших морозов

Лучший вариант для прогулки на небольшом морозе или занятий активным спортом – брюки на флисе. Этот материал неплохо держит тепло, приятен к телу, а главное – быстро впитывает влагу. К тому же флис очень непритязателен: не требует особого ухода, не скатывается и не мнется.

Муж собирается на работу и спрашивает жену:
– Ты мой пиджак почистила?
– Да, любимый.
– А брюки?
– Разумеется, дорогой.
– А ботинки?
– А у тебя и там карманы есть?

Для недолгих прогулок

Если в планах не долгая прогулка, а, например, поход по магазинам в формате «от дверей до дверей», особенно утепляться не имеет смысла. Тем не менее, переохлаждаться тоже очень нежелательно. Лучший выбор для таких прогулок – утепленные джинсы или брюки из натуральной шерсти на подкладке.
Утепленные джинсы хороши тем, что прекрасно впишутся в любой гардероб и станут прекрасным выбором для похода по магазинам. Вариантов утепления джинсов достаточно много, самый приятный из них – конечно, флис.
Приверженцы классики наверняка предпочтут шерстяные брюки. Разумеется, они больше подойдут для офиса, особенно со строгим дресс-кодом, но и погулять в них тоже неплохо.
И также нужно обращать особое внимание на материал, шерсть должна быть очень качественной: ангора, меринос, альпака, овца, верблюд. При этом чистую шерсть выбирать не нужно: она не будет долго держать форму. Чтобы этого не происходило, к шерстяной нити добавляют синтетическую. Если процент синтетики не превышает 10 %, такой материал считается чистошерстяным.
Выбирайте теплые брюки, учитывая все нюансы, и ваши зимние прогулки принесут вам только радость.

Светлана ИВАНОВА

ПЕРВЫЙ

10.15 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
Один из самых острых проектов на Первом по накалу обсуждения в студии. Не просто поговорить и выслушать, а помочь - такова задача проекта и его ведущих - Александра Гордона и Юлии Барановской. В студию приходят люди, попавшие в затруднительную ситуацию.
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «БЕРЛИНСКАЯ ЖАРА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

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 «РАЙСКИЙ». (16+)
На ступенях подземного перехода обнаруживают тело Павла Крутымова - молодого человека, на руке которого нарисован меч и ручкой сделана надпись «рыцарь». Выясняется, что в его телефоне только два контакта - «Дракон» и «Король».
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ПОЛЮБИ МЕНЯ СНОВА». (16+)
Люда старается пережить трагедию и продолжает поиски Феди. Но Раиса объявляет невестке войну, она угрожает забрать Ксюшу. Свекровь твёрдо намерена лишить Люду родительских прав и воспитать внучку достойной наследницей рода Куприяновых. Тем временем Люда знакомится с Аллой, её сын Серёжа пропал.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.10 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ТВЦ

11.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)
10.40 «Актёрские драмы. Высокие, высокие отношения!» (16+)
11.30 События
11.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
В дорогой загородной клинике, в палате, запертой изнутри, находят труп.
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «ПИАНИСТКА-2». (16+)
16.55 «Королевы без королей». (16+)
17.50 События
18.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-4». (16+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Дорогие товарищи. Опасная лотерея». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)
02.10 Мифы о еде. (16+)
02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
04.20 «Актёрские драмы. Высокие, высокие отношения!» (16+)
05.00 «Мой герой». (12+)
05.35 «Москва резиновая». (16+)

НТВ

08.00 «Сегодня»

04.30 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
В квартире хирурга Горлова через дверной глазок убит известный пластический хирург Юдин.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Шибанов с Брагиным ищут курьера-наркоторговца по кличке Сава, расстрелявшего двух сотрудников ДПС и исчезнувшего с партией наркотиков. Саву ищет и хозяин груза. Шибанов выясняет, что Сава был связан с питерскими байкерами, внедряется в их группировку и узнает, что того прячут и хотят перевезти на юг.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.35 «ВОКАЛЬНО-КРИМИНАЛЬНЫЙ АНСАМБЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

20.50 Абсолютный слух

06.30 Диалоги о животных
07.15 «Александра Коллонтай. Вихри века»
08.05 «Забытое ремесло»
08.25 22.15 «МЕГРЭ»
Марсель Блан, спортивный журналист, вращавшийся в боксерских кругах, исчез. Его жена Жермен боится, что он влип в какую-нибудь историю, и обращается за советом к Мегрэ.
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.05 «XX век»
«Пир во время чумы». Телеспектакль
11.45 «Любовь и голуби». Что характерно! Любили друг друга!»
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.00 00.10 «Затерянный мир Ангкор-Вата»
13.55 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
15.15 «Без границ»
15.45 Белая студия
16.30 Библейский сюжет
17.15 Мастер-классы. Щелкунчик-2025
18.10 01.40 «Европейский концерт. Бисмарк и Горчаков»
19.00 02.30 «Жизнь замечательных идей»
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Абсолютный слух
21.30 Власть факта

СТС

06.00 «Три кота». (0+)

06.00 «Три кота». (0+)
06.30 «Маша и медведь». (0+)
08.50 «ПОЛИТЕХ». (16+)
13.00 «МАРЛИ И Я». (16+)
США, 2008 г. Комедийная драма. В ролях: Оуэн Уилсон, Дженнифер Энистон. Молодой журналист со своей женой переезжает в другой город на новое место работы. У них грандиозные планы: покупка дома, дети... Но сначала они заводят собаку. Кто бы мог подумать, что именно она станет главным испытанием в их жизни.
15.25 «ТРЁШКА». (16+)
20.30 «ОСОБО ОПАСНА». (16+)
США, 2014 г. Комедийный боевик. В ролях: Хейли Стайнфелд, Софи Тернер. Меган - спецагент международного класса. В свои шестнадцать она владеет каратэ, стреляет без промаха и способна обезвредить взрослого вооруженного мужчину. Но Меган мечтает о жизни простого тинейджера...
22.30 «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ». (16+)
00.55 «ПАРНИ С ТАТУ. ПРЯМО В СЕРДЦЕ». (18+)
02.20 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
03.10 «Мирай из будущего». (6+)
04.40 «БУЛЬ И БИЛЛ». (6+)
05.50 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
09.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 02.00 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.10 «СВОИ-4». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «СВОИ-5». (16+)
01.15 «СВОИ-7». (16+)
04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)

ЗВЕЗДА

05.25 «СЛЕПОЙ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «Освобождение Европы. О чем не помнит мир спасенный...» (16+)
11.50 13.25 00.35 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ». (12+)
14.10 15.05 17.15 04.00 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!». (12+)

ОТР

06.00 01.25 «На приёме у главного врача». (12+)
06.50 «Очень личное». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 00.35 «БРИЖИТ БАРДО: ИСКУССТВО ЖИТЬ». (16+)
15.15 «ПИКОВАЯ ДАМА». (16+)
17.00 00.20 «Отчий дом». (12+)
17.15 «Человек и судьба». (16+)
17.40 «Почитаем!». (16+)
20.45 «НЕЖНОСТЬ». (16+)
21.50 «ПОВЕСТЬ НЕПОГАШЕННОЙ ЛУНЫ». (16+)
23.10 «Дневник писателя» Ф.М. Достоевского». (16+)
23.40 «Преодоление». (12+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 15.50 19.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 17.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
17.40 03.30 «Доктор 24». (12+)
18.25 «Вопрос спорный». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
08.00 20.30 «Диванная экономика». (12+)
08.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
13.15 «За МКАДром». (12+)
14.20 «Гостеприимство». (12+)
14.45 16.50 17.45 04.35 «Город с историей». (12+)
16.05 21.45 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.35 22.30 «Открытие Китая»
19.00 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
23.30 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

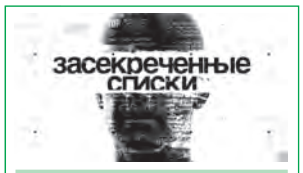
05.05 «Город без окраин»
05.30 «Москва на все времена»
06.00 08.45 11.55 17.30 00.40 «Новости дня». (16+)
06.05 Энциклопедия. (16+)
06.15 «Моя Москва». (12+)
06.25 «Юмор на все времена». (16+)
07.10 15.20 «Тайны кино». (16+)
07.55 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
08.50 «2 БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
11.25 Звёзды советского экрана. (16+)
12.00 23.05 «КАПКАН». (16+)
16.05 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (16+)
17.35 «ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ПРИБЫВАЕТ НА ВТОРОЙ ПУТЬ». (16+)
20.00 «КРУГ». (16+)
21.30 «НЕПРИДУМАННАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН



10.00 «Засекреченные списки». (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 «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 с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Момент в истории». (16+)
17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 **«БЕГЛЕЦ».** (16+)
22.20 23.25 **«ПРОКЛЯТИЕ «ЗОВ МОГИЛЫ».** (16+)

ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
16.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
19.00 **«ГОСЗАЩИТА».** (16+)
Рома узнает, что мама одноклассницы Алисы работает на таможне, и это можно использовать, чтобы сбежать в Китай. Алиса, чтобы проучить Гришу, меняет свой контакт в его телефоне на контакт Марины.
21.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
Вовик и Юля сделали УЗИ. Юля учла ошибки прошлого и решила сообщить семье пол ребенка с помощью торта с начинкой определенного цвета. Но Тесть, по своим каналам, узнает пол ребенка чуть раньше.
23.00 **«РОДНЫЕ».** (16+)
00.40 **«ВЫПУСТИ МЕНЯ».** (16+)
03.00 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

ТВ-3

09.00 «Слепая». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 **«ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
Антошин, опасаясь за свою карьеру, вынужден отпустить Карпова, которого застал за сбытом драгоценных камней. К Глухарёву тем временем приходит Галина Цибляева с заявлением о квартирной краже и угоне автомобиля.
23.00 **«ИГРА В ПРЯТКИ».** (18+)
Джо находит таинственный нож. Подростки интересуются предметом, а затем начинают произносить символы, которые обнаружили на этом артефакте.
00.45 **«БЕЗ ПРАВИЛ».** (16+)
02.15 Знаки судьбы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-6». (16+)

06.00 **«СОЛДАТЫ-6».** (16+)
06.45 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.30 Улётное видео. (16+)
сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.
14.15 Решала. (16+)
Культовый проект. Ведущий - Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман, найти тех, кто за ним стоит, и вернуть украденные средства. Каждый выпуск помогает зрителям учиться на чужих ошибках и показывает, что делать, если ты столкнулся с обманщиком в реальной жизни.
17.00 Охотники. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Найди по ID. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
03.00 Улётное видео. (16+)
04.30 **«СОЛДАТЫ-6».** (16+)

МАТЧ ТВ

15.25 Новости

06.00 «Непобедимый». (12+)
06.30 География спорта. (12+)
07.00, 09.05, 15.25, 03.55 Новости
07.05, 12.30, 15.30, 22.00, 01.00 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 Спецрепортаж. (12+)
09.30 «Лучшие из лучших». (12+)
10.30, 13.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.
14.55 «Вид сверху». (12+)
16.55 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
18.55 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура. (6+)
19.55 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Россия) - «Мега» (Сербия). Winline Basket Cup. Пр.тр.
22.50 Футбол. Пр.тр.
02.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
04.00 Волейбол. (6+)

ДОМАШНИЙ

07.25 Давай разведёмся! (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 **«ПОДАРИ МНЕ НАДЕЖДУ».** (16+)
19.00 **«КРУТЫЕ ПОВОРОТЫ».** (16+)
23.05 «Понять. Простить». (16+)
00.05 «Порча». (16+)
01.05 «Знахарка». (16+)
01.30 «Верну любимого». (16+)
02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.25 Тест на отцовство. (16+)
04.05 «6 кадров». (16+)

На сайте WWW. FLOTRUSICH. RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9 / 2, стр. 1.
Тел.: 8 (800) 551-69-14

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

22.04.2026 – 29.04.2026 «ИДЕМ ПО МУРОМУ К ПЕШЕЛАНСКИМ СВОДАМ» от 70 599 р.
Автотур вкл.: Москва – Муром – Пешелань – Круиз: Казань – Чебоксары – Н. Новгород – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Углич – Тверь – Москва

15.05.2026 – 17.05.2026 «ТАМ, ГДЕ ПОЕТ ДУША» от 18 399 р.
Москва – Углич (Кремль) – Москва

17.05.2026 – 24.05.2026 «В ГОЛОВЕ МОЕЙ ВЕСНА» от 32 399 р.
Москва – Дубна – Мышкин – Весьегонск – Череповец (Белозерск) – Горицы – Углич – Калязин – Москва

18.05.2026 – 21.05.2026 «ВЕСНА СМЕЕТСЯ: "Я ПРИШЛА!"» от 27 299 р.
Москва – Тверь – Углич – Мышкин (Мышиное царство) – Москва

01.06.2026 – 11.06.2026 «АЙ, ДА! КАЗАНОЧКА» от 55 999 р.
Москва – Углич – Ярославль – Н. Новгород – Макарьев (страусиная ферма) – Козьмодемьянск – Казань – Свияжск – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Городец – Чкаловск – Кострома (лосеферма) – Москва

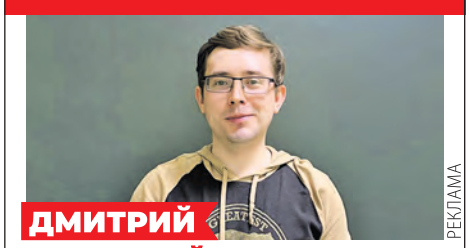
25.06.2026 – 09.07.2026 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ» от 84 199 р.
Москва – Углич – Кострома – Плес – Городец – Н. Новгород – Пермь (Ильинский) – Березники (Соликамск/Чердынь) – Казань – Козьмодемьянск – Макарьево – Тутаев – Москва

14.08.2026 – 21.08.2026 «АСТРАХАНСКИЕ ПРОСТОРЫ» от 83 199 р.
Москва – Кострома – Городец – Н. Новгород – Казань – Тольятти – Самара – Саратов – Астрахань – Никольское – Волгоград – Винновка – Тетюши – Болгар – Чебоксары – Ярославль – Москва

04.10.2026 – 15.10.2026 «СОЛНЦЕ КРАСНОДАРА И СКАЗОЧНАЯ ЭЛИСТА» от 98 699 р.
Москва – Автотур вкл.: Краснодар – Ставрополь – Элиста – Круиз: Волгоград – Саратов – Казань – Н. Новгород – Кострома – Калязин – Москва #NEW

СО СКИДКОЙ ДО 17 %, ТЕЛ.: 8 (800) 551-69-14
Действительно при наличии мест. Реклама

ТЕЛЕМАСТЕР



РЕКЛАМА

НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ

НАСТРОЙКА СМАРТ ТВ
НАСТРОЙКА ЦИФРОВОЙ ТВ-ПРИСТАВКИ
ПРОШИВКА ТЕЛЕВИЗОРА
РЯБИТ
ПЛОХО ПОКАЗЫВАЕТ
ТИХИЙ ЗВУК
ПРОКЛАДКА АНТЕННОГО КАБЕЛЯ
ПОДКЛЮЧЕНИЕ И НАСТРОЙКА ТВ
НЕТ СИГНАЛА
ПЛОХО РАБОТАЕТ ПУЛЬТ

☎ 8 (906) 055-44-48

Слышно даже тишину
BERNAFON

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

- Продажа слуховых аппаратов
- Индивидуальные ушные вкладыши
- Консультации по вопросам слухопротезирования

АКЦИЯ!!!*
с 1 февраля по 1 марта 2026 г.
СКИДКИ НА НОВИНКИ –15 %
серия Zerena и серия Viron
Батарейки в подарок!

Москва, ул. Сергия Радонежского, д. 29/31 (рядом со ст. м. «Площадь Ильича»)

Тел.: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58, 8 (926) 006-18-36

*Сроки проведения акции с 01.02 по 01.03.2026 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефонам: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58. ООО «ИНТЕРАУДИОФАРМСЕРВИС», ОГРН 1037739248755. 127473, г. Москва, ул. Достоевского д. 2, стр. 1 РЕКЛАМА

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ. ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

СТОП ОЖИРЕНИЮ И САХАРУ В КРОВИ!

Реклама

Диабет – сложная эндокринная патология, которая вопреки распространенному стереотипу может возникнуть не только у сладкоежек. Причин его развития множество, начиная от наследственности, и заканчивая нездоровым образом жизни. При проблемах с сахаром страдает весь организм: поджелудочная железа перестает нормально функционировать, поражаются сердце, почки, сосуды, зрение, возрастает риск инсульта, может наступить преждевременное старение.

Натуральный препарат **Exitus premium (ЭКСИТУС ПРЕМИУМ)** направлен на регуляцию функций поджелудочной железы и уровня сахара в крови. Способствует восстановлению чувствительности пептидов клеток к инсулиновому гормону, предотвращает гибель клеток поджелудочной железы при лекарственном, токсическом, инфекционном, наследственном факторах. Помогает отрегулировать обменные процессы и липидный обмен, способствует растворению жировых отложений на органах.

Биогенная формула препарата оказывает многофункциональное дополнительное регулирующее действие на проблемы организма, возникающие на фоне недостаточности проинсулина и превышения содержания глюкозы в крови: предупреждает нарушения функций сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, прочности и проницаемости кровеносных сосудов и капилляров;

- регулирует артериальное давление;
- уменьшает воспалительные процессы;
- избавляет от хронической усталости;
- способствует нормализации массы тела, снимает отечность;
- нормализует окислительные процессы и останавливает преждевременное старение.

При длительном применении эффект действия не снижается. Возможно принимать постоянно в качестве профилактического продукта.

КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 777-87-14 (Звонок по России бесплатный) • 8 (495) 989-60-45 (Москва)

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.55 Мультфильмы. (16+, 0+)
09.20 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)
10.55 «ВЫСОТА». (16+)
12.30 «СТРЯПУХА». (16+)
13.50 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (16+)
15.20 «ПЕНА». (16+)
16.50 «РОДНЯ». (16+)
18.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)
20.20 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+)
22.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
23.50 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
02.20 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
03.50 «СТАКАН ВОДЫ». (12+)
06.00 «ПЫШКА». (16+)

VIJU TV1000

06.05 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
08.20 «ЖЕСТОКИЕ ИГРЫ». (16+)
10.05, 10.55, 11.45, 12.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.35 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
15.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
17.00, 17.50 «БИБЛИОТЕКАРИ: СЛЕДУЮЩАЯ ГЛАВА». (16+)
18.35 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)
20.55 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (16+)
22.55, 23.50, 00.45, 01.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.20 «ЭЛЬДОРАДО: В ПОИСКАХ ХРАМА СОЛНЦА». (16+)
03.55 «ЭЛЬДОРАДО: ДОРОГА К ЗОЛОТОМУ ГОРОДУ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Маша и Медведь (клипы)», «Три кота». Мультсериалы. (6+)
08.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
09.10 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
10.40 «ТЁЩА». (16+)
12.25 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+)
14.05 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
15.40 «ДРАКУЛОВ». (16+)
17.10 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
19.00 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
20.40 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
22.30 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
00.10 «ФАНТОМ». (16+)
01.40 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
03.25 «ЖМУРКИ». (16+)
05.10 «Гадкий утёнок». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

06.30 «ЯМАКАСИ: СВОБОДА В ДВИЖЕНИИ». (16+)
08.00 «13-Й РАЙОН». (16+)
09.20 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)
10.55 «ЛЕОН». (16+)
13.10 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)
15.10 «ХЕЛЛБОЙ: ПРОКЛЯТИЕ ГОРБУНА». (16+)
16.45 «ЧЁРНЫЙ ЯЩИК». (16+)
19.00 «КРУШЕНИЕ». (16+)
20.45 «ВЫЖИТЬ В КАЛАХАРИ». (16+)
Триллер, США, 2024 г.
22.15 «ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)
Фильм ужасов, Франция, 2024 г.
23.40 «ВОЗДУШНЫЙ БОЙ». (16+)
01.05 «ВОССТАНИЕ». (16+)
02.25 «АТЛАНТИДА». (16+)
04.00 «ДЖИУ-ДЖИТСУ: БИТВА ЗА ЗЕМЛЮ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.20 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
02.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
04.10 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
05.55 «МИДУЭЙ». (16+)
08.05 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
09.30 «РАВНЫЕ». (16+)
11.15 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
13.20 «ДЖОЙКА». (16+)
15.10 «СПЕНСЕР». (16+)
16.55 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
19.00 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
20.30 «ХИЖИНА». (16+)
Драма, фэнтези, США, Канада, Гонконг, 2017 г.
22.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
Комедия, триллер, криминал, США, 2003 г.
23.55 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.10 «ФЛЭШМОБ». (16+)
09.00, 10.00 «ФАНТАЗИЯ БЕЛЫХ НОЧЕЙ». 1-2 серии. (16+)
10.55 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
12.40 «ВЕЧНАЯ ЗИМА». (16+)
13.55 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
15.35 «ПРИЗРАК». (16+)
17.30 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
19.30 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)
21.00 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
22.50 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
00.40 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
02.10 «МИЛЛИАРД». (16+)
03.50 «ФЛЭШМОБ». (16+)
05.35 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.55 «СВИДЕТЕЛИ». (18+)
02.55 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)
04.30 «ВСЁ МОГУ». (16+)
06.05 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)
08.15 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
10.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
12.15 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
14.05 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
15.55 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
17.35 «7 ДНЕЙ, 7 НОЧЕЙ». (12+)
19.30 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (18+)
21.10 «ТАЙНА ЗАТЕРЯННЫХ СОКРОВИЩ». (16+)
23.00 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
Комедия, Россия, 2022 г.

ДОМ КИНО

05.45 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.25 «Три богатыря. Ни дня без подвига». Мультфильм. (6+)
07.20 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
08.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
Россия, 2017 г. В ролях: Антонио Бандерас, Милош Бикович, Любовь Аксёнова
00.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.05 «ГОСТИ». (16+)
Россия, 2019 г. В ролях: Юрий Чурсин, Ангелина Стречина
03.30 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

07.45 «СЛАБАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
11.05 «ПТИЧКА ПЕВЧАЯ». (16+)
14.25 «КАЛЕЙДОСКОП СУДЬБЫ». (16+)
2017 г. В ролях: Ирина Таранник, Алексей Фатеев, Александр Клюквин
17.45 «МАЧЕХА». (16+)
2016 г. В ролях: Дарья Калмыкова, Дмитрий Ульянов
21.00 «МНЕ С ВАМИ ПО ПУТИ». (16+)
2017 г. В ролях: Елена Полянская, Илья Ермолов, Аделина Шарипова, Олег Гарбуз, Евгений Казакевич
00.20 «ПЕЧЕНЬЕ С ПРЕДСКАЗАНИЕМ». (16+)
03.30 «ЛЮБОВЬ НА ЧЕТЫРЕХ КОЛЕСАХ». (16+)
05.05 «КАЛЕЙДОСКОП СУДЬБЫ». (16+)

CINEMA

06.45 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
08.35 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)
10.50 «АННА». (18+)
12.45 «АФЕРА». (18+)
14.20 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (18+)
Франция, Германия, 2021 г.
16.15 «ПАТРУЛЬ». (18+)
США, Великобритания, 2012 г.
17.55 «БЕЗЖАЛОСТНЫЙ». (18+)
Южная Корея, 2017 г.
20.00 «ПАРКЕР». (16+)
США, 2013 г.
22.00 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (18+)
Канада, 2023 г.
23.45 «ЗОЛОТО». (18+)
США, 2016 г.
01.45 «ПОМПЕИ». (16+)
03.20 «КОЛОМБИАНА». (16+)
04.55 «ПАРКЕР». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.20 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)
04.35 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
06.30 «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» (12+)
08.20, 09.20, 10.15 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.10 «ЛИНИЯ СМЕРТИ». (16+)
13.05 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ». (16+)
14.20 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
16.15, 17.10, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «КЛАССИК». (16+)
20.55 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
22.40, 23.35 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

РЕТРО

06.50 «ЧУДАК-ЧЕЛОВЕК». (16+)
07.55 «ДЕРЗОСТЬ». (16+)
09.45, 22.00 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (16+)
11.20, 23.35 «ЖАЖДА». (16+)
12.45, 03.40 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
14.05, 05.10 «КТО СМЕЕТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
Драма, СССР, 1954 г.
15.50, 00.50 «СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
17.25, 02.10 «СЕЗОН ЧУДЕС». (16+)
19.00 «ДВА ФЕДОРА». (16+)
Драма, СССР, 1958 г.
20.30 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (16+)
Боевик, приключения, СССР, 1959 г.
04.50 «Валидуб». Мультфильм. (6+)

СУББОТА!

05.00, 10.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
09.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
21.00, 22.00 Богиня свиданий. (16+)
23.10, 23.40 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.10 Суббота News 2026. (16+)
00.20, 01.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
02.55 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
03.30 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2005 г. В ролях: Ярослав Бойко, Светлана Крючкова, Даниил Спиваковский
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
Сериал. Комедия, детектив, приключения, Россия, 2000-2001 гг. В ролях: Игорь Ботвин, Тарас Бибич, Наталья Бурмистрова, Олег Леваков, Сергей Уманов

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.05 «РАНЕТКИ». (16+)
15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
20.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
Ребята пытаются найти в школе комнату, на которую им указала девочка-призрак. Алиса и Юра Веревкин берутся устроить личную жизнь Галины. Анна проникает в кабинет Морозова и узнает правду о своей беременности. К Александру Авдееву начинает возвращаться память…
02.15 «МАРГОША». (16+)
03.45 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ21

07.00 «ДЖУЛЬЕТТА». (16+)
08.40 «ГАМБИТ». (16+)
10.20 «БАРМЕН». (18+)
12.00 «1+1». (18+)
Франция, 2011 г.
14.05 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
Мексика, Австралия, США, 2018 г.
16.00 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)
США, 2013 г.
18.55 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
США, Канада, 2009 г.
20.45 «ЗАЩИТНИК». (16+)
США, 2012 г.
22.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
США, 2000 г.
00.35 «КУПИ МЕНЯ». (18+)
02.15 «КОД КРАСНЫЙ». (16+)
03.45 «ПРИГОВОР». (16+)
05.30 «АКТРИСА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15 «СТРАХ ВЫСОТЫ». (16+)
07.55, 10.10 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
11.50, 13.15 «КУРКУЛЬ». (16+)
14.10 Мировое соглашение. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.35 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
20.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
21.20 Понять. Простить. (16+)
22.15 Миллион за 5 минут. (16+)
23.00, 23.40 Игра в кино. (16+)
00.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
02.00 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)

ПОБЕДА

05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)
Осенью 1941 года немецкие части, стоявшие возле Волоколамска, отделяло от Москвы каких-нибудь два часа по шоссе. Однако на этом шоссе стояла 316-я стрелковая дивизия под командованием генерала И. В. Панфилова.
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «БАТАЛЬОН». (16+)
18.05 «НЕОКОНЧЕННЫЙ БОЙ». (16+)
Победный 1945-й. Бывший командир пехотной роты, ветеран и инвалид Великой Отечественной войны Антонина Федоровна Иваньшина возвращается с фронта. Привыкшая к суровым боевым будням, к смерти и лишениям, она пытается найти свое место уже в мирной жизни…
01.25 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
02.30 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Готовит Саша Стоун. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. Тверская область. (16+)
07.00, 08.00 На ножах. (16+)
09.10 Молодые ножи. Блюда из классической русской литературы. (16+)
10.30 Адский шеф. (16+)
13.50 На ножах. Ставрополь. ГироБум. (16+)
14.50 На ножах. Домодедово. Синий лось. (16+)
16.00 На ножах. Михайловск. Big Russian Burger. (16+)
17.00 На ножах. Красногорск. Парма. (16+)
18.10 На ножах. Санкт-Петербург. Как раньше. (16+)
19.00 Молодые ножи. Посуда народов мира. (16+)
20.00, 22.30 Последний шеф. (16+)
00.40 Вундеркинды. Любовь Успенская и Анет Сай. (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30, 03.20 На ножах. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.05 Званый ужин. (16+)
08.00 Муж напрокат. (16+)
10.05 Супермама. (16+)
12.20 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.25 Беременна по обману. (16+)
Первое реалити про женщин, которые стали жертвами обмана со стороны женатых мужчин. Они надеялись на крепкие и долгие отношения, их возлюбленные обещали им надежную семью. И вот, забеременев от своего любимого человека, они узнают правду - их мужчина женат и ведет двойную жизнь.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну.
02.00 Неотложка. (16+)
03.40 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Революция LIVE: #романовдолженуйти! (12+)
01.00, 13.00, 21.05 Забытые войны России. (12+)
01.55 Семь дней истории. (12+)
02.05, 11.05 Без срока давности. (16+)
02.55, 13.55, 22.10 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
03.15, 07.15 Монологи императоров. (16+)
04.00 Искусство победы. Маршал Баграмян. (12+)
05.00 Ледоколы войны: «Иосиф Сталин». Мировой рекорд. (12+)
05.45, 08.45 Русская история. (12+)
06.20, 17.40 Великие битвы России. (12+)
08.00 Шахматные партии холодной войны: Спасский против Фишера. (16+)
10.40, 18.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
12.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
14.15, 22.25 Восточный фронт. (12+)
15.05 Моя Россия: музыкальное путешествие: Москва. (12+)
16.00, 16.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
19.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)
20.00 Секреты египетских иероглифов. (12+)
23.15 Освобождение Европы: От Буга до Одера. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Великие битвы. (16+)
06.55 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
07.25 Сокровища Европы. (12+)
08.25 Великолепные памятники Франции: Бордо. (12+)
09.20, 10.10 Викинги: правдивая история. (12+)
11.00, 11.55 Судьбы. (16+)
12.50 История авиации: Атлантика. (16+)
13.45 Следы цивилизации. (16+)
14.40, 15.25 Загадки планеты Земля. (16+)
16.05 Сокровища Европы: Хорватия. (12+)
17.05 Великолепные памятники Франции: Лилль. (12+)
18.05, 19.00 Жизнь римского солдата. (16+)
20.00, 20.50 Убийство на железной дороге. (16+)
21.40, 22.25 Освободители. (16+)
23.05, 23.50 Загадки планеты Земля. (16+)
00.40, 01.25 Викинги: правдивая история. (12+)
02.10, 03.00 Судьбы. (16+)
03.50 Великолепные памятники Франции: Бордо. (12+)
04.40 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
05.15 Убийство на железной дороге. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 00.55 Глубинные механизмы истории. (12+)
06.50, 01.45 Гибель адмиралов. Тайна одной авиакатастрофы. (12+)
07.40, 08.35, 17.45, 18.35, 02.30, 03.20 Настоящая война престолов. (12+)
09.25, 09.35, 04.05, 04.20 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
09.55 СССР. Империя наоборот. (12+)
10.45 Крестоносцы. Оплоты веры. (12+)
11.45 Вторая мировая война. Сталинград. (16+)
12.35 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. (12+)
13.30 Непобедимый. Две войны Кирилла Орловского. (12+)
14.20 Венеция. Красота на болоте. (12+)
15.20 Людмила Савельева. После бала. (12+)
16.10, 16.55 Тайна горы мертвецов. Перевал Дятлова. (16+)
19.25 Самурай в Ватикане. (12+)
20.25, 05.20 Вымысел исключён. Век разведчика. (12+)
21.15 Открытие Версаля. Исчезнувший дворец Короля-Солнце. (12+)
22.10, 04.35 Салют-7. История одного подвига. (12+)
23.00 Наачтун. Последний город Майя. (12+)
00.00 Правила самой обаятельной. Ирина Муравьёва. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 06.25, 12.30, 15.05, 18.00, 18.30, 22.00, 00.50, 01.15, 03.25, 03.50 Дачные радости. (12+)
06.50, 04.40 заСАДа. (12+)
07.15, 05.10 История одной культуры. (12+)
07.45, 05.35 Декоративный огород. (12+)
08.10, 01.40 Сад в радость. (12+)
08.40 Один день из жизни фермера. (12+)
09.10 Правила фермера. (12+)
09.40 Сельские профессии. (12+)
10.10, 10.25 Здоровый сад. (12+)
10.40 Идеальный сад. (12+)
11.15, 11.25 Ваш агроном. (12+)
11.45 Лучки&Пучки. (12+)
12.00, 12.15, 15.55, 16.50, 19.00, 19.15 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
13.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
13.30 Частный сектор. (12+)
14.00, 21.35 Сельский туризм. (12+)
14.35 Агротуризм. (12+)
15.40, 22.35, 22.50 Дачные хитрости. (12+)
17.05, 00.00 Гордость России. (6+)
17.35, 00.25 Как поживаете? (12+)
19.35 Ландшафтные эксперименты. (12+)
20.05, 20.15, 02.35, 02.45 Арт-букет. (12+)
20.30, 20.45 Садовый доктор. (12+)
21.00, 21.15 Офисное садоводство. (12+)
23.00, 04.15 Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
23.30 Прогулка по саду. (12+)
02.05 Высокая кухня с Касымычем. (12+)
03.00, 03.10 Цветик-семицветик. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 06.30 Охота на хищника. (16+)
06.55, 11.10, 19.00, 21.35, 02.50 К сезону готов. (16+)
07.00 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
07.30, 12.00, 18.30, 19.05 Утиные истории. (16+)
08.00 Научи меня рыбачить. (12+)
08.30, 17.25 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
09.05, 17.55 Рыбалка в России. (16+)
09.35, 10.05 Родные просторы. (16+)
10.35 Фишермания. (16+)
11.15 Сто вопросов про рыбалку. (16+)
11.45, 16.40, 21.40, 21.55 Давай зарубимся! (16+, 12+)
12.30, 00.20 Двое против рыбы. (16+)
13.35, 14.55 Пути-дороги. (16+)
16.10 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
17.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
19.35 Охота в Приволжье. (16+)
20.05 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
20.35 Шары Нижнепечорья. (16+)
21.05 Первый лед - последний лед. (12+)
21.20, 02.40 Кто? Куда? Зачем? (16+)
22.10 Рыбалка сегодня XL. (16+)
22.40 Водоёмы Прибалтики. (12+)
23.10 Рыбалка с тренером. (16+)
00.10 На природе вкуснее. (16+)
01.15 Рецепты старого Тифлиса. (16+)
01.30 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
01.55 Территория льда. (16+)
02.25 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
07.50 «Взойди на свой Олимп». (12+)
08.30 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)
10.15, 16.25, 23.55, 05.40 «Страна спортивная». (12+)
10.30, 04.10 «6хб». Волейбольное обозрение. (12+)
11.00, 13.15, 16.20, 18.50 Новости. (0+)
11.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА-МАИ (Москва) - «Енисей» (Красноярск). (6+)
12.55, 02.05 «Гимнаст с рождения». Специальный репортаж. (12+)
13.20 Профессиональный бокс. Бетсити. IBA.PRO 13. Мурат Гассиев против Кубрата Пулева. Трансляция из ОАЭ. (16+)
15.35, 21.25 «Вид сверху». (12+)
16.00, 21.50 Специальный репортаж. (12+)
16.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. (6+)
18.35 «Небесная грация». (6+)
18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Факел Ямал» (Новый Уренгой). Прямая трансляция
20.55 «География спорта. Путешествие в Гороховец». (12+)
22.10 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
00.15 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Локомотив» (Новосибирск) - «Динамо» (Москва). (6+)
02.20 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
04.35 «Меткость - как награда». Специальный репортаж. (12+)
04.50 «Такие люди должны жить!» Алексей Прокуроров» Документальный фильм. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 У-Дачный чарт. (16+)
07.00 Муззнерго. (16+)
08.10 Teen чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звёздах всё!
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
13.00 Лихие хиты. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон. (16+)
17.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых! (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 От плёнки до нейронки: мутация клипов. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
00.00 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
07.00, 13.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15 «Маша и Медведь. Сказка о потерянном времени». (0+)
08.25, 21.30, 01.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.25, 22.15 «Фиксики». (0+)
10.50 «Геройчики». (0+)
11.45 «Бумажки». (0+)
13.10, 19.50 «Маша и Медведь». (0+)
14.05 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
17.10 «Ми-ми-мишки». (0+)
18.00 «Мини-мишки». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.50 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
23.20 «Буба». (6+)
00.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

О!

05.00 «Малышарики. Умные песенки». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Макс и Крякс». (0+)
09.35 «Лунтик». (0+)
11.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «О!ткрытия». (0+)
15.45 «Приключения Ам Няма». (0+)
16.40 «Барбоскины». (0+)
18.00 «Ум и Хрум». (0+)
19.00 «Мультипелки. Шоу». (0+)
19.05 «Три кота». (0+)
21.30 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Детский сад для зверят». (6+)
Это самый настоящий детский сад - но для зверей, живущих в зоопарках и заповедниках!
23.30 «Царевны». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Команда МАТЧ». (0+)
06.25, 09.45, 12.25, 16.30, 18.25, 21.45 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45 «Тобот Атлон». (6+)
09.20, 16.05, 21.20 «Колобанга». (6+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Блупис». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
Наивка находит говорящий носок, уверяющий, что он - мастер кунг-фу.
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
02.35 «Приключения Пети и Волка». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Мини-Мишки». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.20 «Супер Крылья. Мир динозавров». (0+)
09.30 «Смешарики». (0+)
10.45 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)
Хотите знать обо всём на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах. Ведущий программы - невероятно веселый и зажигательный профессор Ипкис! Он прочёл миллион книг, посмотрел сто тысяч фильмов, избороздил весь Интернет и теперь знает всё и с радостью готов делиться своими открытиями с маленькими зрителями.
11.15 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
11.25 «Супер МЯУ». (0+)
13.05 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо»!
14.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
Продолжение приключений невероятных Тоботов!
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.45 «Три кота». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрпрайз. Дорожное путешествие». (6+)
16.50 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
16.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.00 «Царевны». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Геройчики». (0+)
22.10 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.25 «Дикие скричеры!» (6+)
22.40 «Фьюжн Макс». (6+)
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.55 «Смешарики». (0+)
02.55 «Лунтик». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Елизавета. (0+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
13.15 «РОСА». (0+)
15.05 «ДВА КАПИТАНА». 4 серия. (0+)
16.35 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 7 серия. (16+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.40 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
21.40 День Ангела: Святители Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст. (0+)
22.30, 23.05 Поле битвы. (16+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.35 Абхазия. Страна души. (0+)
01.35 Византия. Жизнь после смерти. 6 серия. (0+)
02.20 Сердце Диксона. (0+)
02.50 Поле битвы. (16+)
03.20 Простые чудеса. (12+)
04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

Православный календарь

11 февраля
Седмица мясопустная. Глас 2.
Перенесение мощей
сщмч. Игнатия Богоносца.

Мчч. Романа, Иакова, Филофея, Иперихия, Авива, Иулиана и Паригория. Мчч. Сильвана епископа, Луки диакона и Мокия чтеца. Свт. Лаврентия, затворника Печерского, еп. Туровского. Свтт. Герасима, Питирима и Ионы, епископов Великопермских, Устьвымских. Собор Коми святых. Собор Екатеринбургских святых. Сщмчч. Иоанна и Леонтия пресвитеров, Константина диакона и с ними 5 мучеников.

Постный день. Разрешается рыба.

« Кто вредит душе, тот содействует и помогает демонам, а кто приносит ей пользу, тот помогает святым Ангелам».
Прп. Авва Дорофей

Славянка
ТУРЫ ПО РОССИИ
32 года на рынке российского туризма

07.02	ИСТРА: ВЫСТАВКА А. САВРАСОВА + ЛАКОВЫЕ МИНИАТЮРЫ (ФЕДОСКИНО, МСТЕРА, ХОЛУЙ, ПАЛЕХ)
10.02	САНДУНОВСКИЕ БАНИ
14-15.02	ОХОТИНО К. КОРОВИНА – ТРАКТИР «ШАЛЯПИНСКАЯ ВЕРСТА» – ПЕРЕСЛАВЛЬ-ЗАЛЕССКИЙ
15.02	ВЫСТАВКА ИМПРЕССИОНИСТОВ В СЕРПУХОВЕ
21-23.02	СЕРАФИМО-ДИВЕЕВСКИЙ МОНАСТЫРЬ – МУРОМ – ДВОРЕЦ БАТАШЕВЫХ
21.02	ФЕДОСКИНО (МУЗЕЙ + ФАБРИКА)
22.02	МАСЛЕНИЦА В КОЛОМНЕ
27.02-01.03	КОСТРОМА – РОСТОВ ВЕЛИКИЙ
28.02	САВВИНСКОЕ ПОДВОРЬЕ В МОСКВЕ
01.03	УСАДЬБА «АРХАНГЕЛЬСКОЕ» + ВЫСТАВКА ИМПЕРАТОРСКОГО ФАРФОРОВОГО ЗАВОДА
06-08.03	ВЕСЕННИЙ ПЕТЕРБУРГ: ЦВЕТУЩАЯ СИРЕНЬ, ЧАРУЮЩАЯ МУЗЫКА, РОСКОШНЫЕ ОСОБНЯКИ
08.03	УСАДЬБА СЕРЕДНИКОВО М. ЛЕРМОНТОВА
12-14.03	ПСКОВ – ПЕЧОРЫ – ИЗБОРСКАЯ КРЕПОСТЬ – ПУШКИНСКИЙ ЗАПОВЕДНИК
14-15.03	УГЛИЧ – МЫШКИН
20-22.03	ВЯТКА – РЯБОВО БРАТЬЕВ ВАСНЕЦОВЫХ – СЛОБОДСКОЙ АЛЕКСАНДРА ГРИНА
21-23.03	С.-ПЕТЕРБУРГ АЛЕКСАНДРА III: ВЫСТАВКА В РУССКОМ МУЗЕЕ – ХРАМЫ И ДВОРЦЫ – МУЗЕЙ АЛЕКСАНДРИНСКОГО ТЕАТРА
27-29.03	«В УСАДЬБУ БРИЛЛИАНТОВОГО КНЯЗЯ»: СТЕПАНОВСКОЕ-ВОЛОСОВО – ТВЕРЬ

Наш адрес в интернете: www.slavianka.ru. 8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68
Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039
Реклама

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
Общественно-политическое ток-шоу о том, что волнует всех и каждого. В режиме прямого эфира эксперты обсуждают вопросы геополитики, мирового баланса сил и внутренней политики. Только острые углы и столкновение полярных мнений.
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «БЕРЛИНСКАЯ ЖАРА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ

20.00 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 «РАЙСКИЙ». (16+)
На строительной площадке происходит ЧП: в тот момент, когда один из рабочих, Фёдор, привозит стройматериалы, из окна выпадает его коллега - Андрей Синцов. Самого падения Фёдор не видит. Но Райского удивляет, что Фёдор не слышал крика Синцова.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ПОЛЮБИ МЕНЯ СНОВА». (16+)
Раиса Максимовна делает анализ ДНК, подтверждающий, что парень в больнице - самозванец. В это время Федя приходит в себя, но ясности это не приносит. Он ничего не помнит о своей жизни за последние одиннадцать лет. Люда решает найти биологическую мать Феди.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.10 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ТВЦ

22.35 «10 самых...» (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.35 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)
10.35 «Актёрские драмы. Дерусь, потому что дерусь». (16+)
11.30 События
11.50 02.55 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «ПИАНИСТКА-2». (16+)
16.55 «Правда и ложь о тёте Вале». (16+)
17.50 События
18.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-5». (16+)
Россия, 2026 г. Мелодрама.
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Легенды эстрады. Спеть по-русски». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Госизменники». (16+)
01.30 «Настоящий детектив. Три мертвеца и бутылка рома». (16+)
02.15 «Тайная комната. Золото Третьего рейха». (16+)
04.25 «Виктор Мережко. Здравствуй и прощай». (16+)
05.05 «Мой герой». (12+)
05.40 «Москва резиновая». (16+)

НТВ

17.50 «ДНК». (16+)

04.45 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Бизнесмен Борис Баринов найден мертвым в своей ванной. Утопленник обмотан цепями, как при исполнении трюка Гудини. Какая связь между бизнесменом и фокусами - предстоит узнать следователям.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Шибанов требует у Боброва объяснений по поводу Литвиновой. Брагин выезжает в область, где взорвали машину ДПС с сотрудниками, но полковник Гаспаров из областного СК прогоняет его с места преступления, найдя формальный повод. Оказывается, Гаспаров претендовал на его должность.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Поздняков». (16+)
00.45 «ВОКАЛЬНО-КРИМИНАЛЬНЫЙ АНСАМБЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

20.05 Открытая книга

06.30 Диалоги о животных
07.15 «Европейский концерт. Бисмарк и Горчаков»
08.00 «Роман в камне»
08.30 22.15 «МЕГРЭ»
Мегрэ расследует убийство Пьера Буайе, шефа процветающей компании, убитого выстрелом в грудь в своем офисе накануне дня выплаты жалованья.
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.05 «XX век» «Хирург Вишневский»
11.45 «Земля Санникова». Есть только миг...»
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.00 «Затерянный мир Ангкор-Вата»
13.55 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
15.15 «Без границ»
15.45 «2 Верник 2»
16.30 Моя любовь - Россия!
17.15 Мастер-классы. Щелкунчик-2025
18.10 01.40 «Парадокс Грибоедова»
19.00 02.30 «Жизнь замечательных идей»
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 «Синдром Мюнхгаузена»
21.30 Энигма
00.10 «Отён: забытая сестра Рима»

СТС

06.30 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 «Три кота». (0+)
06.30 «Маша и медведь». (0+)
09.05 «ПОЛИТЕХ». (16+)
12.55 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)
США, 2009 г. Комедия. В ролях: Кейт Хадсон, Энн Хэтэуэй, Брайан Гринберг. Эмма и Оливия всю жизнь были лучшими подругами, и каждая из них мечтала отпраздновать свою свадьбу в июне. Так случилось, что торжественные церемонии бракосочетания были назначены на один и тот же день, и перенести дату уже невозможно.
14.40 «МАРМАДЮК». (12+)
16.25 «ТРЁШКА». (16+)
20.30 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (16+)
Великобритания - США, 2024 г. Комедийный боевик. В ролях: Кристоф Вальц, Купер Хоффман, Люси Лью. Наёмный убийца Дэнни Долински любит свою работу и готов продолжать ею заниматься всю оставшуюся жизнь, но артрит нарушает его планы. Дэнни по-прежнему считает себя непревзойденным мастером своего дела...
22.30 «МОСТ В ОГНЕ». (16+)
00.20 «ДОЛЖНОЕ ПРАВОСУДИЕ». (18+)
02.05 «ПАРИЖ. ВСЁ ВКЛЮЧЕНО». (18+)
03.45 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
05.25 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.25 Ваше здоровье! (12+) Познавательная программа о здоровье.
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.10 «СВОИ-4». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 День ангела. (6+)
00.55 «СВОИ-4». (16+)
01.40 «СВОИ-7». (16+)
02.30 «СЛЕД». (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 14.10 15.05 17.15 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «Освобождение Европы. О чем не помнит мир спасенный...» (16+)
11.50 13.25 01.15 «С ТОБОЙ И БЕЗ ТЕБЯ». (12+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Код доступа». (12+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «ГЕНЕРАЛ». (12+)
02.40 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!». (12+)
03.45 «Великий Северный путь». (16+)

ОТР

06.00 01.25 «На приёме у главного врача». (12+)
06.50 23.40 «Очевидно. Вероятно». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 00.35 «БРИЖИТ БАРДО: ИСКУССТВО ЖИТЬ». (16+)
15.20 «ПОВЕСТЬ НЕПОГАШЕННОЙ ЛУНЫ». (16+)
16.45 «Нескучное дело». (12+)
17.00 Родительское собрание
20.45 «НЕЖНОСТЬ». (16+)
21.25 «НЕЖНОСТЬ-2». (16+)
21.55 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (16+)
23.10 «Дневник писателя» Ф.М. Достоевского». (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 «Деньги 24». (12+)
11.50 15.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 17.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
13.50 19.50 «Техно». (12+)
14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
17.40 03.30 «Доктор 24». (12+)
18.25 «Вопрос спорный». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
08.00 14.45 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
08.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
13.15 «За МКАДром». (12+)
14.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 21.45 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.35 22.30 «Открытие Китая»
19.00 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Я взломан». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
23.30 «Джентльмены предпочитают». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.05 «Город без окраин»
05.30 04.15 «Москва на все времена». (12+)
05.55 08.50 11.55 16.55 01.15 «Новости дня». (16+)
06.00 Энциклопедия. (16+)
06.20 «Моя Москва». (12+)
06.30 «Юмор на все времена». (16+)
07.15 16.05 «Тайны кино». (16+)
08.05 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
08.55 «КРУГ». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
11.25 15.40 23.05 Звёзды советского экрана. (16+)
12.00 23.30 «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА». (16+)
17.00 «НЕПРИДУМАННАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
18.35 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (16+)
20.00 «МЕНЯ ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ». (16+)
21.35 «НЕПОДСУДЕН». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

05.00 18.00 00.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 «ОХОТА НА ВОРОВ-2: ПАНТЕРА». (16+)
22.30 23.25 «ГЕЙМЕР». (16+)
23.00 «Новости». (16+)
04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
19.00 «ГОСЗАЩИТА». (16+)
Хомяковы находят в гараже бесхозное авто, Света хочет найти его владельца, у Ромы на машину свои планы. Параллельно Света пытается вычислить подъездного преступника, который оставляет свой мусор под их дверью.
21.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
На 23-е февраля женщины приготовили мужчинам особенные подарки, чему мужчины совсем не рады. Вовик и Юля выясняют судьбу своих обручальных колец.
23.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (18+)
01.00 «ЧОКНУТЫЕ». (18+)
02.40 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

ТВ-3

18.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 15.30 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
На стол к Глухарёву ложится заявление от бабушки Клавы и молодого неудачника Гарика. Жалуются они на своего соседа Сашу Барабанщикова. Антошин, выехавший на задержание, сразу заметил, что с подозреваемым что-то не так.
23.00 «БУГИМЕН: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (18+)
После смерти отца трое братьев вместе с мамой переезжают в новый дом в небольшом городке. А затем узнают, что за последние два месяца при странных обстоятельствах тут пропало уже пять детей.
01.00 «БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)
02.30 Знаки судьбы. (16+)

ЧЕ

06.00 «СОЛДАТЫ-6». (16+)

06.00 «СОЛДАТЫ-6». (16+)
06.40 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.30 Улётное видео. (16+)
14.15 Решала. (16+)
17.00 Охотники. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Найди по ID. (16+)
«Найди по ID» помогает людям узнать правду о своих виртуальных знакомых. В новом сезоне жертвами мошенников становятся даже те, кто уверен в своей цифровой грамотности. Можно ли влюбиться в нейросеть? Что делать если столкнулся с буллингом в интернете? Как противостоять соблазнительным обещаниям липового онлайн-инвестора? Ведущий Николай Лейбов снимает маски с тех, кто скрывается по ту сторону экрана. Смотри кибербезопасное реалити только на «ЧЕ!».
00.00 Опасные связи. (18+)
03.00 Улётное видео. (16+)
04.40 «СОЛДАТЫ-6». (16+)

МАТЧ ТВ

22.00 Все на Матч!

06.00 «Непобедимый». (12+)
06.30 «Вид сверху». (12+)
07.00, 09.05, 15.25, 03.55 Новости
07.05, 12.05, 15.30, 22.00 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 Спецрепортаж. (12+)
09.30 «Лучшие из лучших». (12+)
10.30, 12.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Пр.тр.
14.00 Есть тема! Пр.тр.
16.55 «Як-15». (12+)
17.55 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+)
19.00 Хоккей. «Спартак» - ЦСКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.
23.30 Профессиональный бокс. С. Ковалёв - А. Манн. Winline. IBA. (16+)
01.00 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
01.30 «Формула 01. Гаснут огни». (12+)

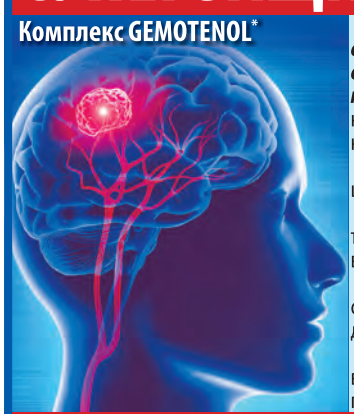
ДОМАШНИЙ

12.45 «Знахарка». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.15 Давай разведёмся! (16+)
08.15 Тест на отцовство. (16+)
10.30 «Понять. Простить». (16+)
11.35 00.05 «Порча». (16+)
12.45 «Знахарка». (16+)
13.20 «Верну любимого». (16+)
13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.30 «НЕВИНОВНАЯ». (16+)
19.00 «ЗАМУЖ ПО РАСЧЁТУ». (16+)
23.00 «Понять. Простить». (16+)
01.05 «Знахарка». (16+)
01.30 «Верну любимого». (16+)
02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.25 Тест на отцовство. (16+)
04.05 «6 кадров». (16+)
04.45 Давай разведёмся! (16+)

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

Комплекс GEMOTENOL*



Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга. Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс *Гемотенол. Он оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ.

Гемотенол помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу.

Этот специально разработанный комплекс состоит из двух элементов – растительной капсулы с действующими веществами и особой бустерной средой, в которой эта капсула хранится.

Бустерная среда является активатором, то есть механизмом, который запускает действие главных элементов капсулы под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке.

Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ (звонки по России бесплатно)
8 (800) 600-57-56
8 (495) 136-59-66

РЕКЛАМА

Московская меховая фабрика Мех-экспо

Продажа высококачественной меховой продукции от производителя

ЖЕНСКИЕ ШУБЫ ИЗ МЕХА НОРКИ, МУТОНА, КАРАКУЛЯ, КРОЛИКА
ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

АКЦИЯ!

УСПЕЙТЕ СДАТЬ СТАРУЮ ШУБУ И ПОЛУЧИТЕ СКИДКУ НА ПОКУПКУ НОВОЙ ШУБЫ

ШУБЫ ИЗ МУТОНА ОТ 9 900 ₽

8 (495) 971-55-55, 8 (926) 843-95-55

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 28 ФЕВРАЛЯ

Время работы: пн. – сб. с 11:00 до 17:00, вых. – вс.
Москва, ул. Семеновская площадь, д. 7
БЦ «Вэронд», этаж 3, офис 3. 08,
1 минута от м. «Семеновская».
www.shop.mech-expo.ru

Предъявителю купона скидка на шубы 3000 рублей

Полную информацию об условиях и организаторе акции, порядке ее проведения, количестве подарков, порядках, сроках и месте их получения узнавайте по телефону. Акция действительна с 01.02.26 по 28.02.26 г. Реклама

Реклама

СУСТАВЫ ПОД ЗАЩИТОЙ

С годами суставы подвергаются износу и если не давать хондроцитам своевременного необходимого питания и не насыщать хрящевую ткань нужными аминокислотами, то уже в раннем возрасте человек может столкнуться с такими неприятными последствиями как артрит и артроз. Нужно беречь свою подвижность и восполнять все дефициты организма!

«АКТИАР» – сбалансированный премикс для поддержания подвижности и эластичности суставов, защищает весь опорно-двигательного аппарат. Это новый современный продукт содержащий **пептид рыбного коллагена**, включающий в себя более **19 аминокислот**, среди которых есть ***ПРОЛИН*** и ряд других незаменимых для организма человека микро- и макроэлементов. Состав продукта сбалансирован таким образом, чтобы нести пользу не только суставам, но и всему организму: сосудистой системе, эндокринной системе, ЦНС.

В составе **«АКТИАР»** содержится 6 экстрактов лекарственных трав, гиалуроновая кислота и комплекс витаминов. Пептиды рыбного коллагена в совокупности с растительными экстрактами в составе **«АКТИАР»** быстро дают питание суставом, связкам и костям, способствуют улучшению подвижности.

Защитите свои суставы сейчас!

ПОЛНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТЕ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 333-47-79, 8 (495) 966-20-67

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.05 Мультфильмы. (0+, 16+)
09.10 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)
10.25 «АФОНЯ». (16+)
12.05 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (16+)
13.40 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+)
15.25 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)
20.00 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ!» (16+)
23.30 Несмешная жизнь смешного человека. Готлиб Ронинсон. (18+)
00.20 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
01.55 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
04.35 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
05.45 «СТО ГРАММ» ДЛЯ ХРАБРОСТИ…» (16+)

VIJU TV1000

05.30, 07.05 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
08.40, 09.30, 10.30, 11.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
12.15 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
14.35 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
Франция, Китай, 2017 г.
17.00, 17.50 «БИБЛИОТЕКАРИ: СЛЕДУЮЩАЯ ГЛАВА». (16+)
18.35 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)
США, 2024 г.
20.10 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
США, 2020 г.
22.20, 23.15, 00.10, 01.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.55 «ТРЕТИЙ АКТ». (16+)
03.40 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ЛИЦА». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Маша и Медведь (клипы)», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.20 «МИРА». (16+)
10.20 «ФАНТОМ». (16+)
11.50 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
13.45 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
15.20 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
17.10 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
19.00 «ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
21.05 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
22.45 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
00.25 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
01.50 «ПАРАГРАФ 78. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)

VIJU TV1000 ACTION

05.35 «АРЕС». (16+)
06.40 «СКВОЗЬ СНЕГ». (16+)
08.35 «КРУШЕНИЕ». (16+)
10.20 «ЧЁРНЫЙ ЯЩИК». (16+)
12.30 «ДЖУНГЛИ». (16+)
14.25 «ВЫЖИТЬ В КАЛАХАРИ». (16+)
Триллер, США, 2024 г.
15.50 «ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)
17.20 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
19.05 «КОСТОЛОМ». (16+)
Боевик, США, 2023 г.
20.40 «КАРАЮЩАЯ ДЛАНЬ». (16+)
Боевик, США, 2024 г.
22.30 «ЗАЛОЖНИЦА-2». (16+)
Боевик, Франция, 2012 г.
00.05 «ТИТАН». (16+)
01.40 «ГЕЙМЕР». (16+)
02.55 «ПУШКИ АКИМБО». (16+)
04.20 «АДРЕНАЛИН-2: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «STARПЕРЦЫ». (18+)
03.00 «ДЖОЙКА». (16+)
04.45 «СПЕНСЕР». (16+)
06.30 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
08.35 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
10.05 «ХИЖИНА». (16+)
12.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
13.30 «ПАПА». (16+)
15.00 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
16.40 «РАВНЫЕ». (16+)
18.20 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
Детектив, мелодрама, боевик, фантастика, США, 2014 г.
20.30 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (16+)
Комедия, мелодрама, спорт, США, 2000 г.
22.05 «СЕМЬЯНИН». (16+)
Комедия, драма, мелодрама, фэнтези, США, 2000 г.

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.10 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
08.50 «ДЖОКЕР». (16+)
10.00, 10.55 «ФАНТАЗИЯ БЕЛЫХ НОЧЕЙ». 3-4 серии. (16+)
11.55 «ПРИЗРАК». (16+)
13.50 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
15.50 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)
17.20 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
19.10 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
21.00 «КЛЯТВА». (16+)
23.10 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
00.25 «В ДАЛЕКОМ СОРОК ПЯТОМ…ВСТРЕЧА НА ЭЛЬБЕ». (18+)
02.05 «ФЛЭШМОБ». (16+)
03.50 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
05.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.15 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)
03.30 «БЕЗУМНАЯ СВАДЬБА». (18+)
05.20 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
07.15 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
08.50 «Я БОГИНЯ». (16+)
10.40 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
12.25 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
14.15 «БАНДИТКИ». (16+)
16.00 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (18+)
17.40 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
19.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
Комедия, США, 2007 г.
21.25 «ВСЁ МОГУ». (16+)
23.00 «НЕПОСЛУШНИК 2». (12+)
Комедия, Россия, 2023 г.

ДОМ КИНО

05.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.20 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». Мультфильм. (6+)
07.30 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
08.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ЁЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (16+)
Россия, 2018 г. В ролях: Елена Яковлева, Юлия Александрова, Сергей Светлаков
00.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.45 «ЧУДО». (16+)
Россия, 2008 г. В ролях: Сергей Маковецкий, Константин Хабенский
03.35 «КОРОЛЁВ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

08.15 «МАЧЕХА». (16+)
11.25 «МНЕ С ВАМИ ПО ПУТИ». (16+)
14.45 «ПОД ЗНАКОМ ЛУНЫ». (16+)
18.00 «МОИ ДОРОГИЕ». (16+)
2017 г. В ролях: Александр Соколовский, Дарья Пармененкова, Борис Хвошнянский, Татьяна Яковенко
21.00 «КРИТИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ». (16+)
2019 г. В ролях: Наталья Селиверстова, Алёна Козырева, Наталья Щукина, Максим Битюков, Антонина Комиссарова
00.30 «ПОМОЩНИЦА». (16+)
02.25 «КАКТУС И ЕЛЕНА». (16+)
04.00 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ, ЛЮБОВЬ». (16+)
05.35 «ОТЕЦ ПОНЕВОЛЕ». (16+)

CINEMA

06.45 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ. ЗАРАЖЕНИЕ». (18+)
08.15 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (18+)
09.45 «НАЕМНИК». (18+)
11.30 «ЗВЕРЬ». (18+)
13.40 «Я, АЛЕКС КРОСС». (18+)
15.20 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)
16.55 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
18.30 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (18+)
20.25 «ОСТРОВ ИЛЛЮЗИЙ». (18+)
22.00 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (18+)
США, 2009 г.
23.35 «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (18+)
01.25 «ПАТРУЛЬ». (18+)
03.00 «МОШЕННИКИ». (16+)
04.35 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.35, 01.30 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.25 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)
04.15 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ». (16+)
05.40 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
07.30, 08.25, 09.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
10.15 «КУРЬЕР НА ВОСТОК». (16+)
12.05 «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» (12+)
14.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (6+)
16.05, 17.00, 18.00, 22.50, 23.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)
21.05 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 2». (16+)

РЕТРО

06.50 «СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
08.15 «СЕЗОН ЧУДЕС». (16+)
09.50, 22.05 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
11.15, 23.25 «КТО СМЕЕТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
13.00, 04.05 «ДВА ФЕДОРА». (16+)
14.35, 05.30 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (16+)
16.00, 01.05 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (16+)
17.35, 02.50 «ЖАЖДА». (16+)
19.00 «ВНИМАНИЕ, ЦУНАМИ». (16+)
Драма, приключения, СССР, 1969 г.
20.25 «ПОВЕСТЬ О ЧЕКИСТЕ». (16+)
Драма, военный, история, СССР, 1969 г.
02.30 «Цветик-семицветик». Мультфильм. (16+)

СУББОТА!

05.00, 13.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
12.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
23.10, 23.40 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.10 Суббота News 2026. (16+)
00.20, 01.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
02.55 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
03.30 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко, Татьяна Абрамова
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2023 г. В ролях: Марина Митрофанова, Владимир Курцеба, Алина Воскресенская, Илья Денискин, Игорь Скрипко
14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
15.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
Всплывает правда о том, что Лёша продал Антону половину дома. Яна ревнует Ивана ко всем его девушкам…
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.15 «МАРГОША». (16+)
Неожиданно для всех Каролина устраивает пресс-конференцию. Сотрудники «МЖ» в шоке от новостей, услышанных на этом мероприятии…
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ21

07.00 «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЕНОМ РЫЦАРЕ». (18+)
09.20 «МИСТЕР БЛЕЙК К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
11.25 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
13.15 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (18+)
15.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (18+)
16.50 «К-19». (16+)
19.15 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
Великобритания, США, Австралия, 2008 г.
21.10 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
США, Китай, 2018 г.
23.35 «ДРАЙВ». (18+)
01.20 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (16+)
03.05 «ВИРУС». (18+)
05.05 «ЛЮБОВЬ МЕЖДУ СТРОК». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15, 10.10, 13.15, 18.35 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
07.50, 11.00, 20.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
14.10 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)
16.30, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
21.20 Понять. Простить. (16+)
22.15 Миллион за 5 минут
23.00, 23.40 Игра в кино. (16+)
00.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
01.40 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)

ПОБЕДА

04.05 «Путь к Победе». (16+)
05.05 «СОЛДАТИК». (12+)
06.30 «ТАНКИ». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «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: своенравный Леонид должен был прикрывать штурмовиков, но проявил излишнюю инициативу, бросился в атаку и в результате дело обернулось трагедией. Виновников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять. Но за Леонида и Бориса вступается командир штурмового отряда…
00.00 «ЕГЕРЬ». (16+)
01.50 «ВЕСУРИ». (16+)
03.15 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Готовит Юлианна Караулова. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. Кострома. (16+)
07.00 На ножах. Зеленоград. Батчер`с. (16+)
08.00 На ножах. Москва. Гнездо. (16+)
09.10 Молодые ножи. Комфорт фуд. (16+)
10.30 Адский шеф. (16+)
13.20, 14.20, 15.20, 16.10, 17.00 Чёрный список. На кухне. (16+)
18.00 Что я наделала?! Ринопластика: синдром пустого носа. (16+)
19.00, 21.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
23.10 Секретный артист. (16+)
00.30 Вундеркинды. Владимир Винокур и Люся Чеботина. (16+)
01.50 Пятница News. (16+)
02.20, 03.10 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. Индейка. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
Реалити-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток, поборются за звание «Лучшая хозяйка».
06.10 Званый ужин. (16+)
08.00 Муж напрокат. (16+)
10.05 Супермама. (16+)
12.15 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.40 Ждули. (16+)
Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы. Вы увидите судьбы женщин, которые решили связать свою жизнь с заключенными и ждут их возвращения из тюрьмы.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
02.00 Неотложка. (16+)
03.35 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
04.30 Моя-твоя еда. (0+)
04.55 Муж напрокат. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Искусство победы. Маршал Баграмян. (12+)
00.55 Ледоколы войны. (12+)
01.40, 04.45, 20.55 Русская история. (12+)
02.15, 13.40, 21.50 Великие битвы России. (12+)
03.10 Монологи императоров. (16+)
04.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)
06.40, 14.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
07.05 Без срока давности. (16+)
08.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
09.00, 17.05 Забытые войны России. (12+)
09.55, 18.10 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
10.15, 18.25 Восточный фронт. (12+)
11.05 Моя Россия: музыкальное путешествие. (12+)
12.00, 12.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
15.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)
16.00 Секреты египетских иероглифов. (12+)
19.15, 23.10 Освобождение Европы. (12+)
20.00 Это подкаст. История: История шифровального дела в России с древности до XIX века. (12+)
22.40 Сквозь времена. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Освободители. (16+)
06.40 Мирский замок, Беларусь. (12+)
07.25 Сокровища Европы. (12+)
08.20 Великолепные памятники Франции: Лилль. (12+)
09.20, 10.20 Жизнь римского солдата. (16+)
11.15, 12.05 Убийство на железной дороге. (16+)
12.55 Гагарин. Второй виток вокруг Земли. (12+)
13.40 История королевских скандалов: Богатство и роскошь. (16+)
14.45, 15.35 Загадки планеты Земля. (16+)
16.15 Сокровища Европы: Греция. (12+)
17.15 Великолепные памятники Франции: Лион. (12+)
18.10, 19.05 Затерянные библейские города. (16+)
20.00, 20.50 Убийство на железной дороге. (16+)
21.40, 22.25 Освободители. (16+)
23.05, 23.50 Загадки планеты Земля. (16+)
00.35, 01.25 Жизнь римского солдата. (16+)
02.20, 03.05 Убийство на железной дороге. (16+)
03.50 Великолепные памятники Франции: Лилль. (12+)
04.45 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+)
05.15 Убийство на железной дороге. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 00.55 СССР. Империя наоборот. (12+)
06.45, 01.40 Крестоносцы. Оплоты веры. (12+)
07.45, 02.35 Вторая мировая война. Сталинград. (16+)
08.35, 03.25 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. (12+)
09.35, 04.20 Непобедимый. Две войны Кирилла Орловского. (12+)
10.20 Венеция. Красота на болоте. (12+)
11.20 Людмила Савельева. После бала. (12+)
12.10, 12.55 Тайна горы мертвецов. Перевал Дятлова. (16+)
13.50, 14.40, 22.40, 23.35 Настоящая война престолов. (12+)
15.30 Самурай в Ватикане. (12+)
16.25 Вымысел исключён. Век разведчика. (12+)
17.15 Открытие Версаля. Исчезнувший дворец Короля-Солнце. (12+)
18.15 Салют-7. История одного подвига. (12+)
19.05, 05.05 Наачтун. Последний город Майя. (12+)
20.05 Правила самой обаятельной. Ирина Муравьёва. (12+)
20.55 Глубинные механизмы истории. (12+)
21.50 Гибель адмиралов. Тайна одной авиакатастрофы. (12+)
00.25, 00.35 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 03.25 Один день из жизни фермера. (12+)
06.25, 03.50 Правила фермера. (12+)
06.50, 07.05, 16.00, 16.15, 19.00, 19.50 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
07.25, 05.10 Сельские профессии. (12+)
07.50, 08.05, 05.35, 05.50 Здоровый сад. (12+)
08.20 Сад своими руками. (12+)
08.55 Идеальный сад. (12+)
09.25, 09.40 Ваш агроном. (12+)
09.55, 11.55, 15.00, 15.30, 18.00, 18.30, 22.05, 22.35, 00.50, 01.15 Дачные радости. (12+)
10.25 Частный сектор. (12+)
11.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
11.30 Агротуризм. (12+)
12.30, 12.45, 21.05, 21.20 Дачные хитрости. (12+)
13.00 Гордость России. (6+)
13.30 Как поживаете? (12+)
14.00, 21.35, 01.40 Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
14.30 Сокровища усадеб. (16+)
16.30 Ландшафтные эксперименты. (12+)
17.00, 17.15, 23.55, 00.10 Арт-букет. (12+)
17.30, 17.45 Садовый доктор. (12+)
20.05, 02.30 История одной культуры. (12+)
20.35, 03.00 Декоративный огород. (12+)
23.00, 04.15 Сад в радость. (12+)
23.30, 04.40 Высокая кухня с Касымычем. (12+)
00.25, 00.35 Цветик-семицветик. (12+)
02.05 заСАДа. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 06.30, 02.40, 03.15 Родные просторы. (16+)
06.55, 20.25, 03.40 Двое против рыбы. (16+)
07.50, 05.00 Сто вопросов про рыбалку. (16+)
08.20, 11.50, 15.40, 17.25, 17.40, 05.30, 05.40 Давай зарубимся! (16+, 12+)
08.35, 09.55 Пути-дороги. (16+)
11.15 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
12.00, 17.55, 19.00 Рыбалка с тренером. (16+)
13.00, 20.00, 22.55 К сезону готов. (16+)
13.10 Рыбалка на Черемшане. (6+)
13.40, 01.45 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
14.10, 02.15 Рыбалка в России. (16+)
14.40, 15.10, 00.55 Утиные истории. (16+)
16.00 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
16.30 Шары Нижнепечорья. (16+)
17.00, 21.20, 03.10 О главном. (16+)
17.05, 22.25 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
20.10 На природе вкуснее. (16+)
21.25 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
22.00 Территория льда. (16+)
22.45 Кто? Куда? Зачем? (16+)
23.00, 23.35 Охота на хищника. (16+)
00.00 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
00.30 Егерский кордон. (16+)
01.20 Научи меня рыбачить. (12+)
04.30 Фишермания. (16+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Сочи. (6+)
07.20 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
08.40, 00.15 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Факел Ямал» (Новый Уренгой). (6+)
10.30 «Вид сверху». (12+)
11.00, 13.15, 16.20, 18.55 Новости. (0+)
11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Локомотив» (Новосибирск) - «Динамо» (Москва). (6+)
12.55 «Меткость - как награда». Специальный репортаж. (12+)
13.20 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Локомотив-Кубань» (Россия) - «Мега» (Сербия). (6+)
15.10 «Человек из футбола». (12+)
15.45 «Страна спортивная». (12+)
16.00, 23.55 Специальный репортаж. (12+)
16.25 «6х6». Волейбольное обозрение. (12+)
16.55 Баскетбол. Фонбет Чемпионат России - Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Уфа) - ЦСКА-2. Прямая трансляция
19.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Сочи. (6+)
19.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Уралмаш» (Екатеринбург). Прямая трансляция
21.55 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
22.40 Есть тема! (16+)
02.05 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)
03.50 Лёгкая атлетика. Матчевая встреча трёх стран. Трансляция из Москвы. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Ждите ответа. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Love Radio чат. (16+)
17.00 Короли чартов. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Хит-Сториз. Ольга Бузова - «Привыкаю». (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 От Цоя до Осборна. Почему звёзды предчувствуют свой уход? (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)
Величайшие хиты 90-х и 00-х годов высшей пробы!

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
07.00, 13.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15, 13.10, 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
08.25, 21.30, 01.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.25, 22.15 «Фиксики». (0+)
10.50 «Геройчики». (0+)
11.45 «Бумажки». (0+)
14.10 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
17.10 «Ми-ми-мишки». (0+)
18.00 «Мини-мишки». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.50 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
23.20 «Буба». (6+)
00.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
01.25 «Мини-Мишки. Любимая игрушка». (0+)

О!

05.00 «Малышарики. Умные песенки». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Макс и Крякс». (0+)
09.35 «Лунтик». (0+)
11.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Парк Турум-Бурум». (0+)
15.45 «Приключения Ам Няма». (0+)
16.40 «Барбоскины». (0+)
18.00 «Ум и Хрум». (0+)
Вкусные приключения монстриков.
19.00 «Мультипелки. Шоу». (0+)
Музыкальные клипы на любимые детские песни.
19.05 «Три кота». (0+)
21.30 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Детский сад для зверят». (6+)
23.30 «Царевны». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Фиксики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Мини-Мишки». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
Робокар Поли научит маленьких зрителей основным правилам безопасности на дорогах и в городской среде.
09.20 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.30 «Смешарики». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Тарелка». (0+)
Кинотеатральный сезон в разгаре! Криворучка приступает к съёмкам фильма! И ей срочно нужна тарелка, чтобы по традиции разбить её в первый съёмочный день! Но тарелка не простая, а с секретом! Мастер Оля подскажет, как её сделать! Смотрите новый выпуск программы «Мастерская «Умелые ручки»!
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
11.15 «Супер МЯУ». (0+)
13.05 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.45 «Три кота». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрпрайз. Дорожное путешествие». (6+)
16.50 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
16.55 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
Маленькие истории о больших делах.
19.00 «Царевны». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Геройчики». (0+)
22.10 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.25 «Дикие скричеры!» (6+)
«Дикие скричеры» приглашают зрителей в мир головокружительных баттлов, смелых героев и невероятных превращений!
22.40 «Фьюжн Макс». (6+)
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.55 «Смешарики». (0+)
02.55 «Лунтик». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Команда МАТЧ». (0+)
06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45 «Тобот Атлон». (6+)
09.20, 16.05, 21.20 «Колобанга». (6+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Блупис». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
Бодо Бородо - горе-учитель, который не умеет читать и писать, не знает географию, но сам учит детей.
02.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 День Ангела: Святители Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст. (0+)
11.50 День Патриарха. (0+)
12.00, 12.30, 13.00 Монастырская кухня. (0+)
13.30, 15.00 «ДВА КАПИТАНА». 4-5 серии. (0+)
16.35 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 8 серия. (16+)
Сериал. Россия, 2010 г.
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.25, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
21.25 Священная война. (12+)
22.30, 23.05 Поле битвы. (16+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.35 Священная война. (12+)
01.30 Большая тройка. Лидеры Второй мировой. (16+)
02.30 Тропами Алании: Нузальский храм. (0+)
02.50 Поле битвы. (16+)
03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

12 февраля
Седмица мясопустная. Глас 2. Собор Вселенских учителей и святителей Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоустого.

Сщмч. Ипполита, папы Римского, и с ним мчч. Кенсорина, Савина, Хрисии девы и прочих 20 мучеников. Блж. Пелагии Дивеевской. Прп. Зинона, ученика свт. Василия Великого. Мч. Феофила Нового. Блгв. Петра, царя Болгарского. Прп. Зинона, постника Печерского. Сщмч. Владимира пресвитера. Мч. Стефана.

Поста нет.

« Самая большая и неисцелимая болезнь души и гибель – богозабвение и тщеславие».
Прп. Антоний Великий

СУДОКУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3х3 цифры не повторялись.

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

Ответы

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

ПЕРВЫЙ

19.45 «Поле чудес». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
Одна из самых востребованных и актуальных общественно-политических программ на отечественном телевидении. Основное правило программы старо как мир: информация из первых рук и только проверенные факты.
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)
23.30 ПРЕМЬЕРА: «ЧУЖАЯ». (18+)
01.20 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ

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 «РАЙСКИЙ». (16+)
Дочь Ольги Огарёвой Яна договаривается со своей подругой и однокурсницей Владой Аксёновой вместе готовиться к пересдаче экзамена. Но придя утром в общежитие, Яна обнаруживает подругу мёртвой. Девушка задушена подушкой.
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир. (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «Дуэты». (12+)
Искренние эмоции и хиты в исполнении непредсказуемых дуэтов - в четвёртом сезоне гранд-шоу «Дуэты»! Участники не догадываются, с кем в паре они выступают, так как в их наушниках слышны искажённые голоса! Никаких совместных репетиций, только живая импровизация и интрига: кто же за зеркальной стеной?!
00.40 «Истории Большой Страны». (12+)
01.40 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ». (12+)

ТВЦ

22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

06.00 «Настроение»
08.10 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ». (12+)
11.30 События
11.50 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ». (12+)
12.30 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ: НОВАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ: НОВАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Танцевать, тёща!» (16+)
17.50 События
18.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-6». (16+)
Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Владимир Колганов, Станислав Беляев.
Эпидемия не утихает. Врачи заболевают один за другим.
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.05 «Тайная комната. Династия лжи». (16+)
00.00 «Следствие ведёт КГБ. Уравнение с тремя неизвестными». (16+)
00.40 «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)
02.15 «Петровка, 38». (16+)
02.30 «Закон и порядок». (16+)
03.00 «ЗМЕИ И ЛЕСТНИЦЫ». (12+)
06.05 «Актёрские драмы. Дерусь, потому что дерусь». (16+)

НТВ

17.55 «Жди меня». (12+)

04.25 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
На прицел к сыщикам попадает крупная фармацевтическая компания, которая испытывала новое лекарство на добровольце.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Вера с Брагиным едут в деревню оформлять наследство, оставленное ей недавно умершей тетей. Возле конторы нотариуса Вера сталкивается со Скатом, который смотрит на нее, как на давнюю знакомую. В Петербурге парень-мажор устраивает ДТП, погибает шесть человек.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)
02.05 «Квартирный вопрос». (0+)
03.00 «БЕГЛЕЦ». (16+)

РОССИЯ К Культура

08.05 «Роман в камне»

06.30 Диалоги о животных
07.15 «Парадокс Грибоедова»
08.05 «Роман в камне»
08.30 «МЕГРЭ»
Под Аустерлицким мостом в Париже двум речникам удается вытащить из воды тяжело раненного бродягу...
10.00 12.30 17.00 19.30 23.20 Новости культуры
10.20 Шедевры старого кино
12.00 Открытая книга
13.00 «Отён: забытая сестра Рима»
13.55 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
15.15 «Без границ»
15.45 Энигма
16.30 Письма из провинции
17.15 Доминанты. Опера Назиба Жиганова «Джалиль» в постановке Татарского академического государственного театра оперы и балета
18.00 Царская ложа
18.45 «Забытое ремесло»
19.00 «Жизнь замечательных идей»
19.45 01.05 «Искатели»
20.30 Линия жизни
21.25 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ»
22.35 «2 Верник 2»
23.35 «ОТЕЦ (ИСТОРИЯ ОДНОЙ ВЕРЫ)»
01.50 «Первые в мире»
02.05 «Мультфильмы для взрослых»

СТС

13.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

06.00 «Три кота». (0+)
История о повседневной жизни, отношениях и приключениях трех маленьких любознательных котят Коржика, Компота и Карамельки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте!
06.35 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
13.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
Юмористическое телешоу, создаваемое одноименным творческим коллективом. Выходит с 18 октября 2009 года на телеканале СТС, где имеет высокие рейтинги телесмотрения на протяжении долгих лет. Шоу включает в себя: эстрадные миниатюры на бытовые и социальные темы, музыкальные номера, пародии на известных личностей и телепередачи, интерактивы с гостями в зале и импровизации. Сценарии юмористических номеров пишут как сами актёры, так и сценаристы. Музыкальным оформлением шоу занимаются композитор Сергей Калугин и группа Liver Band.
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
04.00 Уральские пельмени. (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
08.30 Ваше здоровье! (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
23.10 Светская хроника. (16+)
Еженедельная информационно-развлекательная еженедельная программа для тех, кто хочет самым первым узнавать новости.
00.10 Они потрясли мир. (16+)
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.20 «Ищу своих». (12+)
10.05 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
10.20 «По горячим следам». (16+)
10.40 «Освобождение Европы. О чем не помнит мир спасенный...» (16+)
11.30 13.25 15.05 «АЛЫЕ ПОГОНЫ». (12+)
16.50 17.15 «ФЕЙЕРВЕРК». (12+)
19.40 «Загадки века». (12+)
20.30 «Война миров». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 Музыка+. (12+)
00.50 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВИНИТЬ КЛАВУ К». (12+)

ОТР

06.00 17.00 «На приёме у главного врача». (12+)
06.50 «Моя история». (16+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 «Человек и судьба». (16+)
11.25 «Почитаем!». (16+)
11.45 «Нескучное дело». (12+)
15.15 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (16+)
16.30 «Вспомнить всё». (16+)
20.45 «Корифеи и пациенты». (12+)
21.25 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
23.00 «ТАНЦУЮЩАЯ В ТЕМНОТЕ». (18+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 15.50 19.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 17.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
17.40 03.30 «Доктор 24». (12+)
18.25 «Вопрос спорный». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
08.00 14.45 04.35 «Город с историей». (12+)
08.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
13.15 «За МКАДром». (12+)
14.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 17.05 «Невероятная наука». (16+)
17.40 «На пути к катастрофе»
18.15 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.35 22.35 «Открытие Китая»
19.00 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Я взломан». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
21.45 «Как стать шаманом»
23.30 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.05 04.50 «Город без окраин». (12+)
05.30 «Москва на все времена». (16+)
05.55 08.45 11.55 16.35 01.15 «Новости дня». (16+)
06.00 «Моя Москва». (12+)
06.10 Энциклопедия. (16+)
06.30 «Юмор на все времена». (16+)
07.15 08.05 15.50 «Тайны кино». (16+)
08.50 «МЕНЯ ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ». (16+)
10.30 Мой район. Место встречи. (12+)
11.25 Звёзды советского экрана. (16+)
12.00 23.30 «НЕСЛУЧАЙНАЯ ВСТРЕЧА». (16+)
16.40 «НЕПОДСУДЕН». (16+)
18.10 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
20.00 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

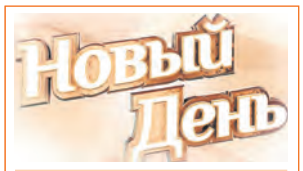
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Главные тайны мира». (16+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «ОТЗВУКИ ПРОШЛОГО». (16+)
21.50 «ЖЕЛЕЗНЫЙ РЫЦАРЬ». (16+)
00.10 «ЖЕЛЕЗНЫЙ РЫЦАРЬ-2». (18+)
02.10 «Главные тайны мира». (16+)

ТНТ

23.00 «Stand up». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «Комеди Клаб». (16+)
Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шутки, точные попадания в актуальные темы и разнос звёзд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.
23.00 «Stand up». (16+)
Новый сезон культового шоу, в котором комики делятся своими мыслями, и делают это невероятно смешно. Зрителей ждёт куча сюрпризов: новые лица со свежими шутками и возвращение культовых героев жанра, которых многие зрители ждали уже давно. И всё это, конечно, под изящный и стильный конферанс Евгения Чебаткова.
00.00 «Женский стендап». (16+)
03.00 «Однажды в России». (16+)

ТВ-3



09.00 Новый день. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 Новый день. (16+)
09.30 «Порча». (16+)
15.15 «Слепая». (16+)
19.00 «ТИТАН». (16+)
Перенаселение и войны убивают Землю. Однако есть выход, а именно переселиться на планету Титан. Обычный человек не сможет выжить в условиях этой планеты, поэтому военный Рик принимает участие в эксперименте ученых по созданию сверхлюдей.
21.00 «НЕЧТО». (16+)
23.00 «ДРУГИЕ: ПРОКЛЯТИЕ КУКУШКИ». (18+)
Анна и Марк ждут ребенка. Когда до родов остается несколько недель, они решают поехать на отдых в новое место - поменяться домами с приятными пожилыми людьми из интернета.
01.15 «БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)
02.30 Знаки судьбы. (16+)

ЧЕ

02.00 «+100500». (18+)

06.00 Дорожные войны. (16+)
08.30 Улётное видео. (16+)
13.30 Улетные животные. (16+)
17.10 Притворщики. (16+)
20.00 Влад решает. (16+)
Новое реалити-расследование, в котором Влад Чижов вместе с командой единомышленников - проницательным «Техно» Яном, бесстрашным «Корейцем», обаятельной ассистенткой и невидимым «Кодером» - поднимает расследования на новый уровень. Теперь зрители увидят, как «сыщики» цепляются за улики и с помощью передовых технологий собирают паззл в понятную мошенническую схему. Вместе они вступят в ожесточенную схватку с преступниками и не дадут им ни единого шанса скрыться.
23.50 Опасные связи. (18+)
02.00 «+100500». (18+)

МАТЧ ТВ

09.30 «Лучшие из лучших». (12+)

06.00, 14.55 «Непобедимый». (12+)
06.30 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Франции. (6+)
07.00, 09.05, 12.55, 15.25, 03.55 Новости
07.05, 11.35, 20.40, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 «Небесная грация». (6+)
09.30 «Лучшие из лучших». (12+)
10.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
12.35 Лица страны. (12+)
13.00 Есть тема! Пр.тр.
14.25 «Формула 01. Гаснут огни». (12+)
15.30, 05.00 Смешанные единоборства. One FC. Пр.тр.
19.30 «Сильнейшее карате». (12+)
21.45 Евротур. (12+)
22.35 Футбол. «Пиза» - «Милан». Пр.тр.
02.00 Баскетбол. (6+)
04.00 «В поисках самой сложной трассы». (12+)

ДОМАШНИЙ

23.05 Уютное утро. (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ВТОРАЯ СТОРОНА ПРАВДЫ». (16+)
19.00 «Я НАЙДУ ТЕБЯ ЧЕРЕЗ ГОДА». (16+)
23.05 Уютное утро. (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
00.30 «Порча». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 ФЕВРАЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)

Вероятно, Овнам придется принять на какое-то время чужие правила игры. Это может быть довольно трудно. Однако если у вас получится достойно выйти из этой ситуации, вы получите очень важный опыт, который обязательно поможет вам в реализации собственных планов.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Неделя у Тельцов будет хорошей для дел, которые давно надо было завершить. Настал тот момент, когда некоторая систематизация привьет вам полезные привычки. Смело идите вперед. Ничто не сможет испортить ваше настроение, хотя желающих это сделать будет достаточно.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецам предстоит сумбурная неделя с двоякими ситуациями. Происходящее, на первый взгляд, может казаться довольно простым и безобидным. Не доверяйте первым ощущениям. Не позволяйте себя одурачить. Займитесь своим здоровьем, посвятите время себе.

РАК (22.06 – 22.07)

Ракам захочется, чтобы их обняли, посочувствовали и пожалели. За этим смело идите к друзьям и родным, они искренне смогут вас поддержать. Берегите сердце, постарайтесь не давать ему лишнюю нагрузку. Не беритесь за новые серьезные дела. Внимание к себе и больше позитива.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львам не стоит позволять грусти захватывать их разум, это отвлечет от действительно важных дел. Вам стоит больше времени уделить вопросам настоящего. Не пилите опилки. Активно включайте свои лучшие качества и смело идите вперед.

ДЕВА (23.08 – 23.09)

Девы, уделите время своим близким. Не ссорьтесь по пустякам. Вам следует быть миролюбивыми, чтобы восстановить душевное равновесие. Помните, что самый надежный фундамент для построения гармоничных и счастливых отношений – полное доверие и взаимопонимание.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Неделя для Весов будет отмечена положительными моментами, вы будете в центре внимания. Используйте эту ситуацию в свою пользу. Избегайте конфликтов, в любой ситуации сохраняйте спокойствие. Проявите свои лучшие качества, идите вперед.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Звезды рекомендуют Скорпионам смело ставить амбициозные цели, у вас будет достаточно мотивации для их воплощения. Ищите способ наполниться новыми знаниями, знакомьтесь с интересными людьми и проводите больше времени с единомышленниками.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Не исключено, что на этой неделе родным, друзьям или просто малознакомым людям понадобятся ваши поддержка и искреннее участие. Постарайтесь найти время и не отказывать им в этом. Ваша искренность и добрые дела сполна зачтутся вам.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Звезды предостерегают Козерогов от излишней эмоциональности. Вас попытаются втянуть в пустые споры и разговоры – сторонитесь сплетен, не тоните в суете. Сохраняйте внутреннюю гармонию и позитивный настрой. Выходные проведите в компании родных и близких людей.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Водолеев будет переполнять созидательная энергия. Посвятите как можно больше времени личному творчеству: можно попробовать писать стихи, лепить посуду из глины, рисовать. Хорошее время для личной творческой реализации, планирования и начала новых дел.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Рыбы смогут достичь больших успехов, если при движении к личным целям учтут не только свои интересы, но и интересы попутчиков. Прислушайтесь к этому совету, и результат не заставит себя долго ждать. Приложите усилия, чтобы избежать конфликтных ситуаций.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

скидка –30% до 15.02.2026

Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей. Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье.

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- **недержание мочи;**
- **аденома предстательной железы;**
- **простатит, цистит, уретрит;**
- **мочекаменная болезнь;**
- **слабость мышц стенок мочевого пузыря.**

Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

Реклама

МАЛЕУС (Malleus) — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

МАЛЕУС – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам 8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 ФЕВРАЛЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.00 Мультфильмы. (0+, 16+)
07.55 «Необыкновенный матч». Мультфильм. (0+)
08.15 «Матч-реванш». Мультфильм. (16+)
08.40 «Шайбу! Шайбу!» Мультфильм. (0+)
09.00 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)
12.05 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (16+)
15.10 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (16+)
18.00 «ЭКИПАЖ». (16+)
20.35 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
22.05 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (16+)
00.30 «ВИЙ». (16+)
01.45 «БЕГСТВО МИСТЕРА МАК-КИНЛИ». (16+)
04.15 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (16+)

VIJU TV1000

05.40 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)
08.00 «КРАСОТКИ». (16+)
09.40, 10.30, 11.20, 12.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.05 «РИДДИК». (16+)
15.15 «БОРДЕРЛЕНДС». (16+)
17.00, 17.50 «БИБЛИОТЕКАРИ: СЛЕДУЮЩАЯ ГЛАВА». (16+)
18.35 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
20.45 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)
22.55, 23.50, 00.45, 01.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
03.50 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.40 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
10.15 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
12.00 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
13.40 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
15.20 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
16.55 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (12+)
19.00 «ОГНИВО». (12+)
20.55 «БИТВА ПАП». (12+)
22.20 «ЗЯТЬ». (16+)
23.40 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (12+)
01.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
02.55 «ВОЛШЕБНИКИ». (12+)
04.25 «Двенадцать месяцев». Мультфильм. (6+)
05.20 «Федорино горе». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

05.40 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (16+)
07.15 «КОСТОЛОМ». (16+)
08.55 «ЗАЛОЖНИЦА-2». (16+)
10.25 «КАРАЮЩАЯ ДЛАНЬ». (16+)
Боевик, США, 2024 г.
12.15 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
14.00 «ВОРОН». (16+)
15.45 «СОЛОМОН КЕЙН». (16+)
17.25 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
19.00 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
20.45 «ЛАРГО ВИНЧ-2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
22.50 «АНТИГАНГ». (16+)
00.20 «АНТИГАНГ: СМЕНА». (16+)
01.55 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
03.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.00 «МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА». (12+)
01.35 «ДОСЬЕ «ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (18+)
03.05 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
04.30 «ПАПА». (16+)
06.05 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
07.45 «РАВНЫЕ». (16+)
09.25 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
11.30 «СЕМЬЯНИН». (16+)
13.25 «МИДУЭЙ». (16+)
15.35 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
17.00 «ХИЖИНА». (16+)
19.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
20.30 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
21.55 «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
23.30 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.50 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
08.25 «ПРИЗРАК». (16+)
10.20 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
12.20 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)
13.50 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
15.40 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
17.30 «КЛЯТВА». (16+)
19.40 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
21.00 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)
Драма, Россия, 2016 г.
22.50 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)
00.30 «ПО-МУЖСКИ». (18+)
02.10 «ИСКУССТВО СМЕРТИ». (18+)
03.30 «ВЕЧНАЯ ЗИМА». (16+)
04.35 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «НЯНЬКА НА РОЖДЕСТВО». (16+)
02.55 «ТАЙНА ЗАТЕРЯННЫХ СОКРОВИЩ». (16+)
04.50 «Я ХУДЕЮ». (16+)
06.45 «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА». (16+)
08.30 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
10.20 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
12.10 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
13.50 «7 ДНЕЙ, 7 НОЧЕЙ». (12+)
15.40 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
17.35 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
19.30 «СЕМЕЙНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (6+)
21.15 «Я БОГИНЯ». (16+)
23.05 «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)

ДОМ КИНО

05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.00 «Кощей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
07.20 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
08.05 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «БЛИЗНЕЦ». (16+)
Сериал. Россия, 2020 г. В ролях: Александр Устюгов, Ирина Пегова, Сергей Сосновский
02.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
Россия, 2011 г. В ролях: Денис Никифоров, Андрей Панин
04.15 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

07.15 «ЛИДИЯ». (16+)
09.10 «КРУЖЕВА». (16+)
11.00 «СЛУЧАЙНЫЙ ПОПУТЧИК». (16+)
12.35 «ОШИБКИ ЛЮБВИ». (16+)
14.20 «ИЩУ МУЖЧИНУ». (16+)
17.45 «КАССИРШИ». (16+)
2019 г. В ролях: Светлана Колпакова, Елена Захарова, Максим Битюков, Эдуард Чекмазов
21.00 «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА». (16+)
2021 г. В ролях: Елена Лотова, Владимир Колганов, Светлана Смирнова-Кацагаджиева, Валерий Чеботаев, Линда Лазарева
00.20 «НЕ ПРИХОДИ КО МНЕ ВО СНЕ». (16+)
03.20 «РИТА». (16+)
04.50 «ЯБЛОЧКО ОТ ЯБЛОНЬКИ». (16+)

CINEMA

06.10 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
07.45 «ОСТРОВ ИЛЛЮЗИЙ». (18+)
09.20 «МАЛЫШКА НА ДРАЙВЕ». (18+)
11.10 «ОПАСНАЯ ИГРА СЛОУН». (18+)
13.25 «ДОСЬЕ «ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (18+)
15.20 «АФЕРИСТКА». (18+)
17.15 «ПОБЕЖДАЯ ВРЕМЯ». (18+)
18.50 «КИЛЛЕР-ХРАНИТЕЛЬ». (18+)
20.25 «ИСЧЕЗНУВШИЙ». (18+)
22.00 «КОДЕКС КИЛЛЕРА». (18+)
23.45 «КОЛОМБИАНА». (16+)
01.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (18+)
03.00 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (16+)
04.40 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
01.55 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ». (16+)
03.15 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ». (16+)
04.35 «ЛИНИЯ СМЕРТИ». (16+)
06.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
08.20, 09.15, 10.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.05 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (16+)
12.50 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
14.40 «КЛАССИК». (16+)
16.40 «ВОЙНА». (16+)
19.00 «ЖМУРКИ». (16+)
21.05 «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 3». (16+)
22.55, 23.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

РЕТРО

06.50 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (16+)
08.20 «ЖАЖДА». (16+)
09.40, 21.45 «ДВА ФЕДОРА». (16+)
11.20, 23.20 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (16+)
12.50, 03.30 «ВНИМАНИЕ, ЦУНАМИ». (16+)
14.15, 05.30 «ПОВЕСТЬ О ЧЕКИСТЕ». (16+)
15.50, 00.40 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
17.15, 01.50 «КТО СМЕЕТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
19.00 «ДОЖДИ ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ». (16+)
20.15 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
Комедия, мюзикл, СССР, 1988 г.
04.45 «Заколдованный мальчик». Мультфильм. (16+)

СУББОТА!

05.00, 08.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
07.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
21.00, 22.20 Богиня свиданий. (16+)
Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху.
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.30, 01.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
02.55 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
00.00, 01.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
02.00, 03.00 «СУДЬБА НАПРОКАТ». (16+)
05.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2023 г. В ролях: Юлия Франц, Станислав Бондаренко, Прохор Дубравин

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
Директор детдома сообщает Борзовой и Шинскому о том, что вопрос об удочерении Нюты решен положительно. «Ранетки» радуются за подругу. Степнов, решив круто изменить свою жизнь, начинает активно действовать в этом направлении.
15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
20.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.20 «МАРГОША». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ21

07.00 «ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ УБЕЖАЛА». (16+)
08.25 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
10.25 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
12.05 «ГОНКА». (16+)
14.10 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» (18+)
16.00 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!» (18+)
17.45 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
19.40 «САМОВОЛКА». (18+)
США, 1990 г.
21.35 «ВАСАБИ». (16+)
Франция, Япония, 2001 г.
23.10 «СЕЛФИ». (16+)
Россия, 2018 г.
01.15 «В ЛЕСАХ СИБИРИ». (16+)
02.50 «ГЕРОЙ». (16+)
04.55 «МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ КОМПАНИИ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15, 10.10, 13.15, 18.35 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
07.50, 11.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
14.10 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)
16.30, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
19.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
Драма, мелодрама, экранизация, СССР, 1984 г.
22.20 «ЗНАХАРЬ». (16+)
Драма, Польша, 1981 г.
00.45 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)
02.20 Наше кино. История большой любви. (16+)
03.30 «СТРАХ ВЫСОТЫ». (16+)

ПОБЕДА

04.55 «Путь к Победе». (16+)
05.55 «МЕТРО». (16+)
Фильм-катастрофа по мотивам одноименного романа Дмитрия Сафонова.
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБАТ». (16+)
21.10 «ГЛАЗ ПУСТЫНИ». (16+)
Сериал. Россия, 2024 г.
Легенда разведки майор Максим Шеховцов прибывает в Сирию, чтобы найти погибшего наводчика Александра. Прихватив с собой молодого снайпера из сил специального назначения, он отправляется вглубь территории противника. В опасном пути им предстоит столкнуться не только с засадами террористов и жестокими боями, но и с личными непримиримыми разногласиями.
01.45 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
Военная драма по мотивам одноименной повести Вениамина Каверина.
03.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Готовит Артур Далалоян. (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.00 Гастротур. Алтайский край. (16+)
06.50 На ножах. Сочи. Ганс. (16+)
07.50 На ножах. Красногорск. Leto. (16+)
09.00 Молодые ножи. Кавказская кухня. (16+)
10.20 Адский шеф. (16+)
13.00 Битва шефов. (16+)
15.00 Битва шефов. Звезды. (16+)
17.00 Битва шефов. (16+)
19.00 Выживалити. (16+)
21.40 Последний шеф. (16+)
00.10 Погнали. Doc. Мексика. Хуарес. (16+)
01.10 Погнали. Doc. Якудза. (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 На ножах. Ульяновск. Deku. (16+)
03.20 На ножах. Зеленоград. Креветка. (16+)
04.10 Секреты на кухне. Красные продукты. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Муж напрокат. (16+)
08.55 Дорогая, я забил. (12+)
Папе, который уже давно забил, скинув детей и быт на супругу, предоставляется возможность перезагрузить семейные отношения.
12.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Мама в 16. (16+)
Самое честное реалити о взрослении. Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16. На пути к материнству они столкнутся с предательством близких, пройдут через осуждение общества, научатся самостоятельно решать финансовые вопросы и брать ответственность за себя и за ребенка.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (18+)
02.00 Неотложка. (16+)
03.40 За кадром. Дорогая, я забил. (12+)
04.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)
00.45, 16.55, 22.00 Русская история. (12+)
02.40, 10.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
03.05 Без срока давности. (16+)
04.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
05.00, 13.00, 21.05 Забытые войны России. (12+)
05.55, 14.10 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
06.15, 14.25 Восточный фронт. (12+)
07.05 Моя Россия: музыкальное путешествие. (12+)
08.00, 08.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
09.40, 17.50 Великие битвы России. (12+)
11.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)
12.00 Секреты египетских иероглифов. (12+)
15.15, 19.10 Освобождение Европы. (12+)
16.00 Это подкаст. История: История шифровального дела в России с древности до XIX века. (12+)
18.40, 22.45 Сквозь времена. (12+)
20.00 Революция LIVE: #безцарявголове. (12+)
23.20 Монологи императоров: Чжу Ютан. (16+)

VIJU HISTORY

06.00 Освободители. (16+)
06.55 Ереруйк, Армения. (12+)
07.20 Сокровища Европы: Греция. (12+)
08.20 Великолепные памятники Франции: Лион. (12+)
09.15, 10.10 Затерянные библейские города. (16+)
11.05, 11.55 Убийство на железной дороге. (16+)
12.40 Час, который изменил мир: высадка на Луне. (16+)
13.35 История королевских скандалов: Измены. (16+)
14.40, 15.25 Загадки планеты Земля. (16+)
16.05 Сокровища Европы. (12+)
17.05 Великолепные памятники Франции: Марсель. (12+)
18.05 Кухня неолита. (12+)
19.00 Пещера Шове: древнейший шедевр человечества. (12+)
20.00, 20.50 Убийство на железной дороге. (16+)
21.40, 22.20 Освободители. (16+)
23.00, 23.45 Загадки планеты Земля. (16+)
00.30, 01.20 Затерянные библейские города. (16+)
02.10, 02.55, 05.15 Убийство на железной дороге. (16+)
03.40 Великолепные памятники Франции: Лион. (12+)
04.35 Аграсен Ки Баоли, Индия. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 00.50 Венеция. Красота на болоте. (12+)
06.55, 01.45 Людмила Савельева. После бала. (12+)
07.45, 08.35, 02.30, 03.15 Тайна горы мертвецов. Перевал Дятлова. (16+)
09.20, 10.10, 19.05, 19.55, 04.00, 04.45 Настоящая война престолов. (12+)
11.00 Самурай в Ватикане. (12+)
12.00 Вымысел исключён. Век разведчика. (12+)
12.45 Открытие Версаля. Исчезнувший дворец Короля-Солнце. (12+)
13.45 Салют-7. История одного подвига. (12+)
14.35 Наачтун. Последний город Майя. (12+)
15.35 Правила самой обаятельной. Ирина Муравьёва. (12+)
16.30 Спасённые шедевры России. (12+)
17.20 Глубинные механизмы истории. (12+)
18.15 Гибель адмиралов. Тайна одной авиакатастрофы. (12+)
20.45, 21.00, 05.35, 05.45 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
21.15 Крестоносцы. Оплоты веры. (12+)
22.15 Вторая мировая война. (16+)
23.05 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. (12+)
00.05 Непобедимый. Две войны Кирилла Орловского. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 03.25 Идеальный сад. (12+)
06.30, 06.40, 03.50, 04.05 Ваш агроном. (12+)
06.55, 08.15, 10.55, 11.25, 15.00, 15.25, 21.05, 22.05, 22.30, 05.10 Дачные радости. (12+)
07.20, 05.35 Частный сектор. (12+)
07.50 Сельский туризм. (12+)
08.50, 09.30 Дачные хитрости. (12+)
09.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
09.50 Гордость России. (6+)
10.20 Как поживаете? (12+)
11.55, 12.15, 16.00, 16.50, 19.00, 19.15 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
12.30 Ландшафтные эксперименты. (12+)
12.55, 13.10 Арт-букет. (12+)
13.25, 13.45 Садовый доктор. (12+)
14.00, 21.35, 01.40 Сад в радость. (12+)
14.30, 02.05 Высокая кухня с Касымычем. (12+)
17.10 Красивая Россия. (12+)
17.25, 00.20 Декоративный огород. (12+)
18.00 Дом с нуля. (12+)
18.30, 01.15 Правила фермера. (12+)
19.35, 23.25 заСАДа. (12+)
20.05, 02.30 Сельские профессии. (12+)
20.35 Праздник в дом. (12+)
23.00, 04.15 Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
23.55 История одной культуры. (12+)
00.50 Один день из жизни фермера. (12+)
02.55, 03.10 Здоровый сад. (12+)
04.45 Сад своими руками. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 07.15, 01.50, 02.55 Пути-дороги. (16+)
07.10, 10.45, 15.40, 18.00, 23.05, 04.05 О главном. (16+)
08.30, 04.10 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
09.00, 17.30, 21.35, 05.35 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
09.30, 13.00, 13.15, 01.30 Давай зарубимся! (12+)
09.45, 10.15, 20.30 Утиные истории. (16+)
10.50 Охота в Приволжье. (16+)
11.25 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
11.55, 18.25, 18.55 Охота на хищника. (16+)
12.25 Шары Нижнепечорья. (16+)
13.30, 14.35 Рыбалка с тренером. (16+)
14.30, 21.00 К сезону готов. (16+)
15.45 На природе вкуснее. (16+)
16.00, 23.40 Двое против рыбы. (16+)
17.00 Рыболовная школа для взрослых. (16+)
18.05 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
19.25 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
20.00 Егерский кордон. (16+)
21.05 Научи меня рыбачить. (12+)
22.05 Рыбалка в России. (16+)
22.35, 23.10 Родные просторы. (16+)
00.35 Фишермания. (16+)
01.00 Сто вопросов про рыбалку. (16+)
04.35 Лесная сторожка. (6+)
05.05 Рыбалка на Черемшане. (6+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Сочи. (6+)
06.45 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
07.35 «Такие люди должны жить!» Алексей Прокуроров» Документальный фильм. (12+)
08.25 «Страна спортивная». (12+)
08.40, 16.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Уралмаш» (Екатеринбург). (6+)
10.30 «География спорта. Путешествие в Гороховец». (12+)
11.00, 13.15, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
11.05, 00.15 Баскетбол. Фонбет Чемпионат России - Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Уфа) - ЦСКА-2. (6+)
12.55 «Регбийная Слава». Специальный репортаж. (12+)
13.20 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Факел Ямал» (Новый Уренгой). (6+)
15.10 «Магия большого спорта. Прыжки в воду». (12+)
15.35 Страна смотрит спорт. (12+)
16.00, 23.55 «Небесная грация». (6+)
16.25 «Вид сверху». (12+)
18.45 «Человек из футбола». (12+)
19.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. ЦСКА - «Чеховские медведи» (Московская область). Прямая трансляция
21.10 Страна смотрит спорт. (12+)
21.40 «Сильнейшее карате». Документальный фильм. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
02.05 Футзал. Бетсити Суперлига. КПРФ (Москва) - «Газпром-Югра» (Югорск). (6+)
03.50 Лёгкая атлетика. Русская зима. Трансляция из Москвы. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Русский чарт. (16+)
07.00 Муззнерго. (16+)
08.10 Teen чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Love Radio чат. (16+)
10.00 Народный микрофон. (16+)
Телезрители задают вопросы звёздам МУЗ-ТВ прямо на улицах столицы. Только честные ответы звёзд и лучшие клипы любимых артистов!
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
13.00 Хиты по-русски. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Самый лучший день. (16+)
17.00 Новое Радио чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Жара Music Awards-2025. (16+)
21.20 Народное диско. (16+)
22.00 Танцпол. (16+)
23.00 Dance чарт. (16+)
00.00 Танцпол. (16+)
02.00 Лайкер. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
07.00, 13.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15, 13.10, 19.50 «Маша и Медведь». (0+)
08.25, 21.30, 01.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)
10.50 «Геройчики». (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
14.05 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
17.10, 01.25 «Ми-ми-мишки». (0+)
18.00 «Мини-мишки». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.45 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Сказочный патруль. Дорога домой. Волшебные помощницы». (0+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.15 «Фиксики». (0+)
23.20 «Буба». (6+)
00.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
02.30 «Ася и Вася». (0+)

О!

05.00 «Малышарики. Умные песенки». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
Весёлые музыкальные приключения совёнка.
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Макс и Крякс». (0+)
09.35 «Лунтик». (0+)
11.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
16.40 «Барбоскины». (0+)
Весёлые истории про многодетное семейство собак.
18.00 «Ум и Хрум». (0+)
19.00 «Мультипелки. Шоу». (0+)
19.05 «Три кота». (0+)
21.30 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Детский сад для зверят». (6+)
23.30 «Царевны». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Маша и Медведь». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
Каляка-Маляка и его подружка Тася приглашают детей в удивительную студию рисования!
11.10 «Команда Флоры». (0+)
13.05 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Лауреат Международного молодёжного фестиваля эстрадной и джазовой песни «Dolce Cantare»! Солистка Международной детской филармонии! В гостях у Славы и Ани - Мария Разуваева!
14.45 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
16.35 «Барбоскины». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Семь королевств». (0+)
В Семи королевствах правят маленькие волшебники - принцы и принцессы! У каждого из них есть особый друг-питомец - фантастический дракончик. Эти волшебные создания всегда готовы помочь своим хозяевам, а также доставить их в место назначения. На них можно ездить верхом, лететь по воздуху и даже перемещаться под водой! Все волшебники владеют тремя уникальными способностями, а справиться с магическими миссиями им помогает наставница - мудрая фея Звёздочка.
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
На бескрайних просторах космоса существовала удивительная планета Машина, населённая механическими созданиями - Метал Кард Ботами. Но однажды эта планета исчезла, а потерявшие дом Метал Кард Боты отправились скитаться во времени и пространстве, пока не оказались на Земле.
23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.35 «Смешарики. Пин-код». (6+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Команда МАТЧ». (0+)
06.15, 12.15, 18.15 «Шушумагия». (0+)
06.20, 09.45, 11.40, 12.20, 15.10, 16.30, 18.20, 21.45, 23.40 «Цветняшки». (0+)
06.40, 09.55, 12.40, 16.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
08.25, 14.25, 20.25 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45 «Тобот Атлон». (6+)
09.20, 16.05, 21.20 «Колобанга». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есении». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Блупис». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Царевны». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
23.00 «Винни-Пух». (0+)
Мультфильм снят по сказке Алана Милна.
23.15 «Винни-Пух идет в гости». (0+)
23.25 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

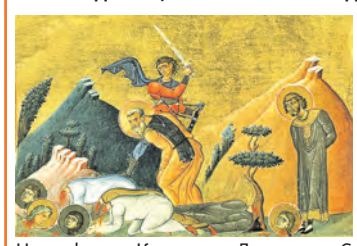
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Паломница. (12+)
12.15 День Патриарха. (0+)
12.25, 12.55, 13.20 Монастырская кухня. (0+)
13.50, 15.25 «ДВА КАПИТАНА». 5-6 серии. (0+)
16.45 «РОСА». (0+)
СССР, 1975 г.
Фильм рассказывает о деревенских школьниках-следопытах, занявшихся восстановлением памяти о героическом прошлом своих односельчан в годы Великой Отечественной войны.
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 Блаженная Варвара, Скворчихинская чудотворица. (0+)
20.30 Следы империи. (12+)
22.10 Русский ковчег с Яном Таксюром. (12+)
23.10, 23.40, 00.10, 00.40 Поле битвы. (16+)
01.10 День Патриарха. (0+)
01.20 Свидетели Христа. Мученики первых веков. (6+)
02.35 День Ангела: Святители Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст. (0+)
03.20 Блаженная Варвара, Скворчихинская чудотворица. (0+)
04.10 Русский ковчег с Яном Таксюром. (12+)

Православный календарь

13 февраля
Седмица мясопустная. Глас 2.
Бессребреников мчч. Кира и Иоанна и с ними мцц. Афанасии и дщерей ее Феодотии, Феоктисты и Евдоксии.



Свт. Никиты, затворника Печерского, еп. Новгородского. Мчч. Викторина, Виктора, Никифора, Клавдия, Диодора, Серапиона и Папия. Мц. Трифены Кизической.

Постный день. Разрешается рыба.

« Как глаза телесные видят солнце, так и озаренные Божиим светом видят образ души; но не многие христиане достигают сего видения».
Прп. Макарий Великий

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

О ломовиках, коробейниках и жгонах

Много профессий, которые казались незаменимыми, исчезли. Некоторые ушли в прошлое из-за изменений в технологиях. Сегодня наша викторина об исчезнувших профессиях, которые некогда были популярны, а часть из них – очень престижна.

1 Ещё несколько десятков лет назад на улицах городов можно было встретить чистильщиков обуви. В Европе профессия обрела популярность в середине XVIII века. До начала промышленного выпуска обувных кремов средства для чистки обуви мастера делали самостоятельно. В рецепт могли добавлять и разные компоненты для лучшего эффекта, но держали их в тайне от конкурентов. А каким был основной состав тогдашнего гуталина?

а) Угольная пыль, растопленный жир и аммиак.
б) Жженая кость, льняное масло, сода и вода.
в) Сажа, куриное яйцо и уксус.

2 В списке исчезнувших профессий – коробейники. Так называли торговцев мелкими товарами народного обихода. В ассортимент часто входили гребни, нитки, иголки, пуговицы, мыло, бижутерия и другое. У коробейника был короб (лоток с товаром), который весь день носился на широком ремне через плечо, на спине и даже на голове. Для привлечения покупателей коробейники часто использовали шутки и прибаутки, наделяя каждый товар собственным «голосом». А как ещё называли коробейника?

а) Офеня. **б)** Мурсмяцка. **в)** Купор.

3 А эта профессия относилась к сфере обслуживания и была распространена в городах, где рабочие заводов и фабрик начинали свою смену рано утром. Популярными услуги этих специалистов были в бедных районах, где люди не могли себе позволить купить часы. Основными требованиями к этим профи были – настойчивость и пунктуальность. Для работы представители этой профессии использовали дубинки, палки, а также могли применять духовую трубку и горох. Что это за профессия?

а) Фонарщик. **б)** Золотарь. **в)** Будильщик.

4 Для путешествия в другой город раньше пользовались услугами ямщиков. Также они занимались почтовыми и товарными перевозками. Внутри же самих городов прибегали к услугам извозчиков, которые делились на несколько категорий. К примеру, ваньки, предоставлявшие услуги за скромную плату эконом-класса. Ваньки, как правило, были выходцами из деревень и арендовали лошадей и коляски. Тяжелые грузы перевозили ломовики на лошадях тяжеловозах. А как называли дорогих извозчиков, имевших красивых лошадей и удобные коляски для пассажиров?

а) Голубчики. **б)** Лихачи. **в)** Резвые.

5 Эта, распространенная на рубеже XIX-XX веков, профессия пришлась бы по душе любителям кинематографа. Её представители занимались тем, что играли на пианино, создавая звуковое сопровождение для немых фильмов. При этом они должны были не только исполнять музыкальное произведение, но и подбирать соответствующий музыкальный фрагмент к происходящему на экране. Однако представители этой профессии играли не только для кино, но и для танцев. В 1900-м году А.И. Куприн написал рассказ, озаглавив его названием этой профессии. Это рассказ…

а) Тапер. **б)** Суламифь. **в)** Бонза.

6 Пользовались уважением на Руси мастера по валянию валенок. Профи в этом деле ходили из деревни в деревню и валяли валенки на заказ. Назывались эти мастера жгоны. Были у них и свои секреты. Например, чтобы посторонние не узнавали секретов ремесла, жгоны изобрели свой язык. Фраза: «Упаки сошили, сары скосали, ухлили» означала: «Валенки сваляли плохо, надо брать деньги и делать ноги». А что означало слово «шошилы»?

а) Недоделанные валенки. **б)** Брак (бракоделы). **в)** Деревня, куда шли на заработок.

ОТВЕТЫ

1-в. Сажа, куриное яйцо и уксус. **2-а.** Офеня. **3-в.** Будильщик. **4-б.** Лихачи. **5-а.** Тапёр. **6-б.** Брак (бракоделы).

ПЕРВЫЙ

09.00 «Умницы и умники». (12+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Тень святого Валентина». (12+)
11.10 «Вспомнить всё». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «АННА ГЕРМАН». (12+)
17.05 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Премьера. «Ледниковый период». (12+)
Ледовое шоу, в котором олимпийские чемпионы и спортсмены мирового уровня покажут публике все, на что способны. Захватывающие номера, сценические эффекты, яркие костюмы и потрясающая музыка - все это ждет зрителей в каждом выпуске. Уникальность этого сезона заключается в том, что почти весь цвет российского одиночного женского катания соберется вместе.
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.35 «Прогулки с Бродским». Памяти поэта». (16+)
01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ

09.00 «Формула еды». (12+)

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». (12+)
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Альфред Розенберг. Несостоявшийся колонизатор Востока». (16+)
13.00 Большие перемены
Дом супругов Сергея и Марины Курмеша стоит на солнечной стороне улицы небольшого города.
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 «СЧАСТЬЕ С ДОСТАВКОЙ». (16+)
Россия, 2025 г. Мелодрама. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Александр Макогон.
Семейная жизнь преподавателя колледжа Екатерины рушится, когда в город возвращается её школьная подруга Зоя.
00.40 «ДОЧЕНЬКИ». (12+)

ТВЦ

10.55 «Просто & вкусно». (6+)

06.45 «Православная энциклопедия». (6+)
07.10 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-5». (16+)
10.55 «Просто & вкусно». (6+)
11.30 События
11.45 «Смешите меня семеро». (16+)
12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
13.10 «ВТОРОЙ БРАК». (12+)
14.30 События
14.45 «ВТОРОЙ БРАК». (12+)
17.10 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (12+)
Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: Н.Земцова, А.Осипов.
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.10 «Право знать!» (16+)
23.35 События
23.45 «Суд истории. Наркомы страха». (16+)
00.25 «90-е. «Ножки Буша». (16+)
01.10 «10 самых...» (16+)
01.35 «Хватит слухов!» (16+)
02.05 «Трагедии сказочных принцев». (16+)
02.45 «Анатолий Папанов. Клятва на крови». (16+)
03.20 «Королевы без королей». (16+)
04.05 «Правда и ложь о тёте Вале». (16+)
04.45 «Актёрские драмы. Танцевать, тёща!» (16+)
05.25 «Петровка, 38». (16+)

НТВ

19.00 «Центральное телевидение»

04.40 03.20 «ЛЮБОВЬ ПОД ГРИФОМ «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО». (16+)
06.20 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Неограниченные возможности». (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога». (16+)
Проверяй, но не доверяй! Вся диагностика машины у вас в кармане! В новом выпуске «Главной дороги» Андрей Федорцов и Денис Юченков проверят, помогут ли сэкономить на ремонте авто диагностические сканеры.
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Сатья». (16+)
14.00 «Поедем, поедим!» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Суперстар!» Битва сезонов. (16+)
01.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.25 «Дачный ответ». (0+)

РОССИЯ К Культура

16.20 Больше, чем любовь

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
07.45 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ»
08.50 Мы - грамотеи!
09.35 Старейшие музыкальные коллективы России
10.05 «Синдром Мюнхгаузена»
10.45 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН»
13.00 «Ностальгия по Олегу»
13.40 Эрмитаж
14.10 00.25 «Водный мир острова Комодо»
15.00 Рассказы из русской истории
16.20 Больше, чем любовь
О связи барона Дандре и балерины Павловой знал весь Петербург. Это был явный мезальянс: дочь прачки и потомок старинного французского рода, великосветский ловелас и умница, член Государственной думы. Однако он давно чувствовал себя ее пленником.
17.00 «АННА ПАВЛОВА»
19.30 Новости культуры
19.45 «Первые в мире»
20.00 «ШЕЛ ГОД БЛАГОДАРЕНИЯ 1870»
22.00 Агора
23.00 Спектакль Театра им. Евг. Вахтангова «Медея». Постановка Михаила Цитриняка
01.15 «Искатели»
02.00 «Мультфильмы для взрослых»

СТС

09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)

06.00 «Три кота». (0+)
07.00 ПроСТО кухня. (12+)
07.30 «Кунг-фу тигр». (6+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «100 мест, где поесть». (16+)
12.00 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ ПЛАЩ». (12+)
13.50 «ВИНСКИ И ПОРОШОК-НЕВИДИМКА». (12+)
15.35 «БИБЛИОТЕКАРИ. ТАЙНА КОРОЛЯ ОЛАФА». (12+)
17.05 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ЛЕГЕНДА СЕМЬИ ФОКС». (12+)
18.40 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
20.35 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (12+)
Россия, 2024 г. Комедия. В ролях: Алексей Чадов, Яна Гладких, Юрий Стоянов.
Виктор Летаев - молодой пермский чиновник, которого волнуют только деньги, успех и перспективы. В профессиональных вопросах по строительству и реновации он вполне компетентен, а вот уровень его культурного развития оставляет желать лучшего.
22.30 «УКРАДИ МОЮ МЕЧТУ». (16+)
00.35 «Я БОГИНЯ». (16+)
02.15 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
03.50 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
05.05 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
09.00 Страна советов. (16+)
09.30 «Стройнадзор». (16+)
Собственное жилье - это не только радость, но и сотни вопросов, проблем и рисков.
10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
В квартире Мишель находят тело её парня Славика. Подозрение падает на бывшего возлюбленного девушки, Толика, и людей Ворона. Также есть версия, что его убили случайно.
00.00 Известия. Главное. (16+)
01.05 Светская хроника. (16+)
02.10 «ФИЛИН-3». (16+)
03.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.15 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» (6+)
07.35 «Я - ХОРТИЦА». (12+)
09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 «Второе мнение». (12+)
09.45 «СССР. Знак качества». (12+)
10.35 «Не факт!» (12+)
11.05 «Легенды музыки». (12+)
11.35 «Легенды искусства». (12+)
12.05 «Москва - фронту». (16+)
12.30 «Любовь на линии огня». (16+)
13.20 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
16.25 19.25 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
19.55 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
22.00 «ЧАСОВЩИК». (16+)
00.00 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)
01.45 «КРУГ». (12+)

ОТР

06.00 «Это сделано в России»
06.10 «ОЛИВЕР ТВИСТ». (16+)
08.00 Пёстрый мир. (12+)
09.00 15.50 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
10.30 «ОПЕКУН». (16+)
11.55 15.00 17.00 19.00 Новости
12.00 «БЕЗОТВЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
13.25 «Преодоление». (16+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 Спецрепортаж. (12+)
15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)
15.35 «Отчий дом». (12+)
16.15 «Очевидно. Вероятно». (12+)
17.10 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (16+)
19.15 «Очень личное». (12+)
19.55 «Вспомнить всё». (16+)
20.20 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
22.20 «РАБОТА БЕЗ АВТОРСТВА». (16+)

МОСКВА 24

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.20 11.00 11.30 12.00 12.15 13.00 13.20 14.00 15.00 15.15 16.00 16.20 17.00 17.15 18.00 18.15 19.00 19.20 20.00 20.30 21.00 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 «Новости». (16+)
06.35 13.35 16.35 «Куки внуки». (12+)
10.25 18.25 «Москва сегодня». (16+)
11.35 14.35 15.35 19.35 20.35 23.35 01.35 03.35 04.35 05.35 «Спецреп». (12+)
12.30 22.30 02.30 «Спецпроект. Наука». (12+)
17.30 «Доктор 24». (12+)
17.50 «Это Москва». (12+)
21.35 «Сделано в Москве». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Поездка со вкусом»
05.30 «Прогулка». (12+)
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
07.00 «Сделано в России»
07.30 «Простая медицина»
08.00 «Будни». (16+)
09.00 «Погода 360». (6+)
09.10 «Внимание, еда!» (12+)
10.10 «Семейный маршрут»
11.10 «Гостеприимство». (12+)
12.00 20.00 «Новости 360»
12.30 «Зима в Подмосковье»
12.55 «За МКАДром». (12+)
14.00 «СССР. Знак качества»
14.40 «Русские. XXI век». (12+)
15.35 «Открытие Китая». (16+)
18.00 «Ламповый вечер на 360». (16+)
19.00 «Росгвардия». (16+)
19.10 «Проверка боем». (16+)
19.45 «ЧП 360». (16+)
20.30 «Это Китай!» (16+)
23.20 «Криминальный оберег»
23.35 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.15 08.45 12.50 23.00 01.30 «Новости дня». (16+)
05.25 Энциклопедия. (16+)
06.20 01.45 «Улицы московские». (12+)
06.45 02.20 «Москва на все времена». (12+)
07.10 «Тайны кино». (16+)
07.55 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
08.55 «ПРО КОТА...» (16+)
10.00 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС». (16+)
11.30 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (16+)
13.00 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА». (16+)
16.05 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ». (16+)
20.40 «ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ПРИБЫВАЕТ НА ВТОРОЙ ПУТЬ». (16+)
23.10 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН

09.00 «Минтранс». (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «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+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
16.55 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровэфире». (16+)
19.30 «Новости». (16+)
19.55 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
22.00 «РЕЙС НАВЫЛЕТ». (16+)
00.00 «КОЗЫРНЫЕ ТУЗЫ». (18+)
02.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ТНТ

00.40 «Конфетка». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
10.00 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
Экстрасенсы возвращаются в новом сезоне культового шоу, чтобы устроить масштабное соревнование между собой, а заодно помочь людям, которые действительно нуждаются во вмешательстве извне для решения самых разных проблем.
21.00 «Конфетка». (16+)
Новый сезон музыкального шоу, где звёзды перепевают песни из интернета. Никому не известные авторы песен получают возможность не только рассказать о своем творчестве на большом экране.
23.40 «Женский стендап». (16+)
00.40 «Конфетка». (16+)
02.45 «Женский стендап». (16+)
05.00 «Однажды в России». (16+)

ТВ-3

01.45 Знаки судьбы. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 Особенности национальной кухни. (16+)
09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
10.00 «Панда из космоса». (12+)
13.00 «ДЕРЕВЕНСКИЕ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
Эверли и ее парень Джимми узнают о беременности. Вдобавок к этой неожиданной новости парочка понимает, что их город начали атаковать инопланетяне. Эверли и Джимми пытаются спасти весь мир.
15.00 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
17.00 «ТИТАН». (16+)
19.00 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
21.45 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
23.30 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
01.45 Знаки судьбы. (16+)

ЧЕ

10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

06.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
07.10 Улетные животные. (16+)
10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Россия, 2011 г. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев, Мария Аронова, Леонид Громов.
Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок, а ключи от квартиры спокойно оставляли под ковриком.
18.40 «+100500». (16+)
22.00 Офисные фениксы. (16+)
22.05 «+100500». (16+)
00.45 Большой кэш. (16+)
02.15 Утилизатор. (16+)

МАТЧ ТВ

08.30 Новости

06.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.
08.30, 03.55 Новости
08.35, 12.10, 16.00, 19.00, 22.00, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.
09.30 «Рафаэль Надаль». (12+)
10.30, 12.35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Пр.тр.
14.15 Лыжные гонки. Гонка Легкова. Пр.тр.
16.50 Футбол. «Комо» - «Фиорентина». Чемпионат Италии. Пр.тр.
19.50 Футбол. «Лацио» - «Аталанта». Чемпионат Италии. Пр.тр.
22.35 Футбол. «Интер» - «Ювентус». Чемпионат Италии. Пр.тр.
02.00 Гандбол. ЦСКА - «Чеховские медведи». Чемпионат России. Суперлига. (6+)
03.30 «Формула 01. Гаснут огни». (12+)

ДОМАШНИЙ

12.45 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)

06.30 «ИЩИТЕ МАМУ». (16+)
07.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-1». (16+)
Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Елена Великанова, Кирилл Сафонов.
Маша Павлова готовится к свадьбе. Её жених Виктор - человек работящий, непьющий и очень надежный. И жизнь с ним обещает быть спокойной и размеренной.
12.45 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)
19.00 «ВЫБОР СЕРДЦА». (16+)
Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Вайс, Виктор Михайлов.
Катя Соколова - реаниматолог в больнице. Впереди у нее долгожданная свадьба и рождение ребёнка.
23.00 «МЫ ЭХО ДРУГ ДРУГА». (16+)
02.35 «ИЩИТЕ МАМУ». (16+)
04.05 «6 кадров». (16+)
04.35 «Я ЗАБЕРУ ТВОЮ ЛЮБОВЬ». (16+)

О НЕУДАЧАХ В ПОСТЕЛИ МОЖНО ЗАБЫТЬ!

Знаете, почему мужчины больше всего на свете боятся «осечек»? Нет не потому, что это удар по самолюбию. И не потому, что это проблема, о которой стыдно поговорить даже с друзьями. Самое страшное – это перспектива оказаться ненужным. Мужчине настолько необходимо чувствовать себя сексуально востребованным – прежде всего любимой женщиной – что это распространяется на все остальные стороны жизни. Когда все в порядке в постели – и на работе дела спорятся, и спортом хочется заниматься, и настроение прекрасное!

Но в жизни – сплошные проблемы и стрессы. Ну как тут без «осечек»? Очень просто: нужно впустить в свою жизнь **«MARAFFON» (МАРАФОН)».** Средство, которое поддержит потенцию на должном уровне! Оно всего за одно-два применения поможет вспомнить, каково это – быть неутомимым в постели, видеть восхищенные глаза любимой женщины и чувствовать себя молодым!

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 600-57-56 *Звонок по России бесплатный* **• 8 (495) 136-59-66** *г. Москва*

РЕКЛАМА

***

– А пойдём в кино после школы?
– Я не могу. Я после школы в университет поступлю, а потом на работу устроюсь.

***

– Почему нельзя? Ты же сам сказал, что твои двери для меня всегда открыты!
– Это в том случае, если ты уже находишься внутри.

***

– Что приготовить вкусненького к твоему приезду?
– Не заморачивайся с готовкой…
– А поточнее?
– С варениками не заморачивайся!

ПРАВОСЛАВНЫЕ!

Ты хочешь милости, добра?
Будь сам его источником на свете.
Построим храм – пусть добрые дела
Помогут всем: и нам, и нашим детям!

Подворье Лужецкого Богородицерождественского Ферапонтова мужского монастыря, расположенного в деревне Новопокров Можайского района Московской области после пожара, происшедшего 28 феврале 2014 года оказалось в бедственном положении. Сгорел братский корпус и домик настоятеля.

На сегодняшний день с Божьей помощью и благодаря вашим пожертвованиям многое удалось сделать.
Но на окончательное завершение работ нет средств.

Будем признательны всем неравнодушным людям за любую посильную помощь. Храни вас Господь!

Реквизиты Подворья для перевода денег через банк:
ИНН 5028997962
КПП 502801001
Религиозная организация
«Подворье Лужецкого монастыря»
Р/с 40703810740000002238
Банк: ПАО СБЕРБАНК
БИК 044525225
К/с 30101810400000000225
Адрес: 143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров

Адрес для перевода денег по почте:
143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров, Почтовое отделение «Поречье», Храм Покрова Пресвятой Богородицы Настоятелю подворья монастыря иеромонаху Димитрию (Леонову Анатолию Сергеевичу)

8-915-216-76-77

Телефон для справок:
8-965-391-33-91, р.Б. Фотинья

Социальная реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

08.05 «ОСТРОВ КОЛДУН». (12+)
09.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (16+)
13.00 «ЛЮБОВЬ В СССР». (18+)
14.40 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
16.25 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)
18.00 «ДЕВЧАТА». (16+)
19.45 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+)
СССР, 1983 г.
21.20 Мосфильм. Золотой век: Мосфильм Мистический. (16+)
21.30 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (16+)
Сериал. СССР, 1987 г.
02.35 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (16+)
04.05 «ШКОЛА ЗЛОСЛОВИЯ». (16+)

VIJU TV1000

05.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
07.05 «БУМ». (16+)
09.05 «БУМ-2». (16+)
11.05, 12.00, 13.05, 14.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
15.00 «ДНЕВНИК БРИДЖИТ ДЖОНС». (16+)
16.45 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)
18.40 «БРИДЖИТ ДЖОНС-3». (16+)
США, Великобритания, 2016 г.
20.50 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)
США, 2009 г.
22.25 «МАРЛИ И Я». (12+)
США, 2008 г.
00.35 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
02.10 «БОРДЕРЛЕНДС». (16+)
03.50 «ВАВИЛОН Н. Э.» (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Три кота», «Простоквашино», «Маша и Медведь (клипы)», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
10.00, 10.55, 11.50, 12.50 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
13.45 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
15.25 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?» (16+)
17.15 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
19.10 «ЁЛКИ-11». (6+)
20.50 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
22.40 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
00.15 «ДЖУНГЛИ». (16+)
01.40 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
03.20 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
04.50 «Мойдодыр». Мультфильм. (6+)
05.10 «Чудесный колокольчик». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

05.35 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
07.10 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
09.10 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
10.55 «ЛАРГО ВИНЧ-2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
13.00 «13-Й РАЙОН». (16+)
14.20 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)
Боевик, Франция, 2009 г.
15.55 «КРУТЫЕ МЕРЫ». (16+)
17.25 «22 МИЛИ». (16+)
19.00 «ПАЦАН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.45 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК-2». (16+)
22.15 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
23.50 «ЯМАКАСИ: СВОБОДА В ДВИЖЕНИИ». (16+)
01.25 «ЛЕОН». (16+)
03.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.35 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
03.45 «МИДУЭЙ». (16+)
05.55 «ХИЖИНА». (16+)
08.00 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
09.25 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
10.50 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
12.20 «РАВНЫЕ». (16+)
14.05 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
15.15 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
17.10 «ЛЮБОВНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (16+)
18.35 «СЕМЬЯНИН». (16+)
20.30 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
22.10 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
Комедия, мелодрама, Германия, США, 2001 г.
23.50 «ХИЖИНА». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.10 «ПРИЗРАК». (16+)
08.00 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
10.00 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
11.55 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
13.45 «КЛЯТВА». (16+)
16.05 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
17.25 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)
19.20 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)
21.00 «АДАМ И ЕВА». (16+)
22.40 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.
00.35 «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
02.20 «ПОДЛЕЦ». (18+)
03.50 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
05.25 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.10 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)
03.45 «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА». (16+)
05.30 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
07.00 «ВСЁ МОГУ». (16+)
08.35 «БАНДИТКИ». (16+)
10.15 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
12.05 «ТАЙНА ЗАТЕРЯННЫХ СОКРОВИЩ». (16+)
14.00 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
15.55 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
Комедия, Россия, 2020 г.
17.45 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (18+)
19.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
21.15 «Я ХУДЕЮ». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
23.15 «НЯНЬКА НА РОЖДЕСТВО». (16+)

ДОМ КИНО

05.55 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
06.45 «Князь Владимир». Мультфильм. (12+)
08.15 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
09.55 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». Мультфильм. (6+)
11.10 «КЛАССИК». (16+)
13.10 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
15.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-2». (16+)
Сериал. Россия, Украина, 2018 г. В ролях: Екатерина Климова, Максим Дрозд, Александр Панкратов-Черный
23.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (16+)
01.30 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
03.05 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

07.35 «СВЯТАЯ ЛОЖЬ». (16+)
10.55 «СТАРШАЯ ЖЕНА». (16+)
14.15 «СЕРДЕЧНЫХ ДЕЛ МАСТЕРА». (16+)
16.00 «ЖЕНСКИЕ СЛЕЗЫ». (16+)
17.40 «ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
19.20 «ШЕСТЬ СОТОК СЧАСТЬЯ». (16+)
2014 г. В ролях: Екатерина Семенова, Дмитрий Ячевский
21.00 «САМАЯ ЛЮБИМАЯ». (16+)
2018 г. В ролях: Валерия Бурдужа, Юрий Батурин
22.55 «НЕЛЕГКОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
00.35 «КТО Я». (16+)
03.15 «ВСЕ МОГУТ КОРОЛИ». (16+)
04.55 «ЧУЖИЕ ДЕТИ». (16+)

CINEMA

06.10 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (18+)
07.45 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
09.45 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
11.20 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)
13.00 «ФЛАЙ: ТАНЕЦ СВОБОДЫ». (18+)
14.50 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
16.40 «ТА ЕЩЁ ПАРОЧКА». (18+)
18.40 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (18+)
20.05 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)
22.00 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)
00.10 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
01.50 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
03.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
05.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
02.15 «КУРЬЕР НА ВОСТОК». (16+)
04.05 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)
06.20 «ЗОЛОТОЕ ДНО». (12+)
08.10 «КОНТРАБАНДА». (16+)
09.50 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)
11.40 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
13.30, 14.25, 15.25, 16.20, 17.10, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «КЛАССИК». (16+)
21.00 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)
Драма, мелодрама, Россия, 1995 г.
23.05 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (16+)
Боевик, военный, СССР, 1990 г.

РЕТРО

06.55 «Лесной концерт». Мультфильм. (16+)
07.10 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
08.25 «КТО СМЕЕТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
10.10, 21.45 «ВНИМАНИЕ, ЦУНАМИ». (16+)
11.35, 23.15 «ПОВЕСТЬ О ЧЕКИСТЕ». (16+)
13.15, 04.10 «ДОЖДИ ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ». (16+)
14.25, 05.20 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
15.55, 00.45 «ДВА ФЕДОРА». (16+)
17.30, 02.50 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (16+)
19.00 «АЛЕША ПТИЦЫН ВЫРАБАТЫВАЕТ ХАРАКТЕР». (16+)
20.20 «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ…» (16+)
02.10 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (16+)

СУББОТА!

05.00, 06.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
05.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
14.00 «Свинка Пеппа». Мультсериал. (0+)
16.00, 16.50, 17.50, 18.40, 19.20, 20.00 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
21.00, 22.20 Богиня сыска. (16+)
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.30, 01.30 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.10 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Евгения Дмитриева, Виктор Раков, Константин Желдин, Елена Морозова, Ёла Санько
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «СУДЬБА НАПРОКАТ». (16+)
Комедия, мелодрама, Россия, Украина, 2016 г. В ролях: Юлия Кокрятская, Александр Пашков, Любовь Зайцева, Нина Касторф
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)

CTC LOVE

06.00 6 кадров. (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.15 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Пономарёв рассказывает Алине про свой конфликт с Анной Сергеевной. Отец Бакина сбегает из дома. Костров просит маму о помощи. Макеева ждёт не совсем приятная встреча с прошлым…
22.30 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.
01.40 КликКлак шоу. (16+)
03.35 6 кадров. (16+)

ТВ21

07.00 «МАМЫ». (16+)
08.55 «ИГРУШКА». (16+)
10.40 «ВОСХИТИТЕЛЬНО!» (16+)
12.40 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
14.35 «СВИНГЕРЫ». (18+)
16.20 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
18.30 «ТАКСИ». (16+)
Франция, 1998 г.
20.05 «ТАКСИ-2». (16+)
Франция, 2000 г.
21.40 «ТАКСИ-3». (16+)
Франция, 2003 г.
23.10 «ТАКСИ-4». (16+)
Франция, 2007 г.
00.50 «ТАКСИ-5». (16+)
Франция, 2018 г.
02.25 «КАНИКУЛЫ МЕЧТЫ». (16+)
03.55 «Я - ЗЛАТАН». (16+)
05.35 «МАХНЕМСЯ ТЕЛАМИ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 06.10, 07.45, 04.45 Мультфильмы. (12+)
05.45 Всё, как у людей. (6+)
06.45 Наше кино. Неувядающие. К 90-летию А. Герман. (16+)
07.15 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)
08.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)
09.00, 10.20 «ЗНАХАРЬ». (16+)
10.00, 13.00 Новости
10.10 Предварительный диагноз. (12+)
12.00, 13.15, 18.50 «АННА ГЕРМАН». К 90-летию А. Герман. (16+)
Сериал. Драма, биография, Россия, Украина, Польша, 2012 г.
18.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
23.50 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО…» (18+)
01.30 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.20 «ВРАТАРЬ». (16+)
03.30 «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА». (16+)

ПОБЕДА

05.00 «СЛУГА ГОСУДАРЕВ». (16+)
1709 год. Русско-шведская война. Король Франции Луи XIV высылает из страны двух дуэлянтов, преследуя две выгодных цели: убрать забияк от двора и завести осведомителей в воюющих державах. Один из изгнанников отправился к Карлу IX, а другой - к Петру Первому.
07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (16+)
Рассказ об одном из самых загадочных и скандальных персонажей русской истории - Григории Распутине.
14.00 «ВЕЛИКАЯ». (16+)
Российская империя, XVIII век… Дворцовые интриги, полубезумный наследник престола, угасающая власть Елизаветы Петровны и юная прусская принцесса, которой предстоит стать Великой.
01.15 «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (16+)
03.30 «ГАРДЕМАРИНЫ-III». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Секреты на кухне. (16+)
07.00 Умнее всех (12+)
08.30 Запретная Индия. Гоа. (16+)
09.40, 10.50, 12.10, 13.00, 14.00, 15.40 Как люди живут. (16+)
16.40 Погнали! в Мексику. Пугающая жизнь картелей. (16+)
18.30 Погнали! в Марокко. Назад в прошлое. (16+)
20.10 Погнали! в США. Майами. Рай или ад? (16+)
21.20 Погнали! в Китай. Горы Аватара и самая острая еда. (16+)
23.00 Мир без правил. Бразилия: изнанка карнавала. (16+)
00.00 Погнали. Doc. ЮАР. Золотоискатели. (16+)
00.50 Погнали. Doc. ЮАР. Йоханнесбург. (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30, 03.20 На ножах. (16+)
04.10 Секреты на кухне. Завтраки. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.35 Супермама. (16+)
08.40 Мама в 16. (16+)
Самое честное реалити о взрослении. Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16.
10.15 Чадо из ада. (12+)
Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей.
13.30 Беременна в 45. (16+)
16.05 Мама в 16. (16+)
19.30 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 Измены (субтитры). (18+)
Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну.
02.00 За кадром. Дорогая, я забил. (12+)
02.20 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Посмертие Альберта Бенуа. (16+)
01.00, 09.00, 17.05 Забытые войны России. (12+)
01.55, 10.05, 23.00 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
02.15, 10.25 Восточный фронт. (12+)
03.05 Моя Россия: музыкальное путешествие. (12+)
04.00, 04.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
05.40, 13.55, 22.15 Великие битвы России. (12+)
06.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
07.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)
08.00 Секреты египетских иероглифов. (12+)
11.10 Обыкновенная История. (6+)
11.20, 15.15 Освобождение Европы. (12+)
12.05 Это подкаст. История. (12+)
13.05, 18.00, 21.35 Русская история. (12+)
14.45, 18.45 Сквозь времена. (12+)
16.00 Революция LIVE: #безцарявголове. (12+)
19.20, 23.20 Монологи императоров. (16+)
20.00 Инженер Победы. Маршал Аганов. (6+)
20.50 Ледоколы войны: «Анастас Микоян». Огненный рейс. (12+)

VIJU HISTORY

06.10 Поверить в Сказку. (12+)
06.45, 07.30, 08.15, 09.00, 09.45 Загадки планеты Земля. (16+)
10.35, 11.20 Викинги: правдивая история. (12+)
12.10 Пещера Шове: древнейший шедевр человечества. (12+)
13.10 Венеция: красота на болоте. (12+)
14.10 Наачтун: затерянный город майя. (12+)
15.10 Затерянная пирамида Египта. (12+)
16.00 Кухня неолита. (12+)
17.00 Секреты королевских садов: Дворцы. (12+)
17.55 Секреты королевских садов: Парки. (12+)
18.50 Викторианская эпоха на пленке. (16+)
20.05 История авиации: Дорога в небо. (16+)
21.00 История авиации: От одной войны к другой. (16+)
22.00, 22.55 Великие битвы: Сталинград. (16+)
23.50 Великие битвы: Курск: Курский выступ. «Цитадель». (16+)
00.45 Великие битвы: Курск: Огненная дуга. (16+)
01.35 Освободители: Конец Великой Румынии. (16+)
02.15, 03.10, 04.00, 04.55 Сокровища Европы. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 15.15, 00.35 Неандерталец против сапиенса. Два вида. (12+)
06.55, 16.15, 01.30 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)
07.45, 17.05, 02.15 Замок Геделон. Назад в Средневековье. (12+)
08.45, 18.05, 03.10 Неспетая песня Анны Герман. (12+)
09.35, 18.50 Последние часы Помпей. Новые открытия. (12+)
10.25, 19.50 Бомба для певца. Владимир Мигуля. (12+)
11.15, 20.40, 04.40 Глубинные механизмы истории. Промышленная революция и войны Нового времени. (16+)
Промышленная революция уходит корнями вглубь веков - в естественный процесс обогащения почвы. Как доисторические леса связаны с развитием паровых машин и всей современной промышленности?
12.15, 21.35, 03.55 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)
13.05, 22.25 Настоящая война престолов. Игра королев. (12+)
13.55, 23.15 Настоящая война престолов. Во имя Господа. (12+)
14.45, 00.05, 05.30 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. XX съезд КПСС. (12+)
15.00, 00.20, 05.45 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. Хрущёв. Реформы. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 06.25, 08.20, 09.20, 17.00, 18.25, 21.55, 22.25, 23.50, 00.40 Дачные радости. (12+)
06.50, 07.05, 16.00, 16.15, 19.00, 19.50 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
07.25, 07.35, 13.20, 13.35, 21.25, 21.40, 02.55, 03.10 Арт-букет. (12+)
07.50, 23.20 Ландшафтные эксперименты. (12+)
Ландшафтный дизайнер Оксана Пискарёва предлагает оригинальные новаторские решения для организации вашего приусадебного участка.
08.50, 09.00, 14.55, 15.10, 22.55, 23.05, 04.15, 04.30 Садовый доктор. (12+)
09.45, 01.05 История одной культуры. (12+)
10.15, 10.30, 17.30, 17.40, 00.15, 00.30, 05.35, 05.50 Ваш агроном. (12+)
10.50, 02.00 Декоративный огород. (12+)
11.20, 02.30 Дом с нуля. (12+)
11.50, 12.05, 20.05, 01.35, 01.45 Дачные хитрости. (12+)
12.20, 03.25 Правила фермера. (12+)
12.50, 03.50 заСАДа. (12+)
13.55, 04.45 Сельские профессии. (12+)
14.25, 05.10 Праздник в дом. (12+)
15.25 Идеальный сад. (12+)
16.30 Сад своими руками. (12+)
17.55 Частный сектор. (12+)
20.25 Гордость России. (6+)
20.55 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 06.30, 10.40, 11.10, 13.55, 14.25, 22.55, 23.25 Безграничная рыбалка. (16+)
06.55, 14.55, 15.10, 22.20, 22.35, 00.00, 00.10 Первый лед - последний лед. (12+)
07.10, 07.35, 15.25, 16.10, 16.40, 17.10, 19.40, 20.20, 00.25, 00.50 Охотник-одиночка. (16+)
08.00, 12.00, 16.05, 20.10, 23.55, 03.00 О главном. (16+)
«О главном» - еженедельная новостная программа. Это новости, обзоры соревнований, отчёты о мероприятиях и встречи с интересными людьми.
08.05, 08.20, 09.40, 09.55, 17.40, 17.55, 19.10, 19.25, 20.50, 21.05, 01.20, 01.35, 02.45, 03.05 Рыбалка сегодня. (16+)
08.40, 09.10, 10.10, 18.10, 18.40, 21.20, 21.50, 01.50, 02.20, 03.15 Лёша, подсекай! (16+)
Ведущий программы - мастер спорта, чемпион России по рыболовному спорту Алексей Ромашин ловит рыбу на разных водоемах, применяя широкий спектр доступных всем рыболовам снастей.
11.40, 12.05, 13.25, 13.40, 04.35, 04.50 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
12.20, 12.50, 05.05, 05.35 Сам себе охотник. (16+)
16.00, 22.50 К сезону готов. (16+)
03.45, 04.10 Универсальный рыболов. (16+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaУтро. (12+)
07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)
08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)
09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.45, 17.45 Core-тренировка. (12+)
11.00, 20.00 Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
11.45 Фитнес с резинками. (12+)
12.00, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
12.30 Тай-бо. (12+)
13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
13.30 Shuffle Dance. (12+)
14.00 Умный фитнес. (12+)
14.30, 19.00 HIIT. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Кроссфит 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00 «Ужины» с Еленой Чазовой. (6+)
17.15 Мистер Драйв. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Уралмаш» (Екатеринбург). (6+)
07.50, 19.10 «Олимпийский патриарх». Специальный репортаж. (12+)
08.05 «Магия большого спорта. Прыжки в воду». (12+)
08.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. ЦСКА - «Чеховские медведи» (Московская область). (6+)
09.55 «Сильнейшее карате». Документальный фильм. (12+)
11.00, 13.15, 16.20, 19.25 Новости. (0+)
11.05 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. (16+)
12.45, 19.30, 01.30 Страна смотрит спорт. (12+)
13.20 «Человек из футбола». (12+)
13.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Луч» (Москва). Прямая трансляция
15.35, 18.55 «Страна спортивная». (12+)
15.50, 01.00 Сюрпляс. (12+)
16.25 «Это футзал!» (12+)
16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Тулица» (Тульская область) - «Ленинградка» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
19.55 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Сочи. (6+)
21.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
23.10 Лыжные гонки. Гонка Легкова. Трансляция из Москвы. (6+)
01.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Тулица» (Тульская область) - «Ленинградка» (Санкт-Петербург). (6+)
03.45 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Трансляция из Грозного. (16+)
05.25 «Взойди на свой Олимп». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.30 PRO-новости. (16+)
06.50 Плейлист | Зима. (16+)
07.40 Звёзды о звёздах. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Звёзды на утро. (16+)
10.00 У-Дачный чарт. (16+)
11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
12.30 10 самых! (16+)
13.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
15.30 Хит-Сториз. (16+)
16.00 Султаны нашего сердца: как турецкие звёзды покорили русских женщин? (16+)
17.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
19.00 Праздник для всех влюбленных. МУЗ-ТВ в Кремле. Прямая трансляция. (16+)
22.15 Караоке хит. (16+)
23.10 Dance чарт. (16+)
00.10 Танцпол. (16+)
02.00 Народное диско. (16+)
03.00 Хиты по-русски. (16+)
04.30 Плейлист | Зима. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Тима и Тома». (0+)
08.00 «Ми-ми-мишки». (0+)
11.00 «Умка». (0+)
11.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
Девочка Катя путешествует по разным местам с воображаемым другом Эфом.
12.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Во весь голос». (0+)
12.05, 16.10 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - 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.
15.00 «Горошек и компания». (6+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Маша и Медведь. Два поросёнка», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Во весь голос». (0+)
19.15, 23.00, 03.00 «Простоквашино». (0+)

О!

05.00 «Три кота». (0+)
11.00 «О!ткрытия». (0+)
11.15 «Царевны». (0+)
Отправляйся в волшебное путешествие вместе с Царевнами!
12.30 «Барбоскины». (0+)
14.35 «Зоомания». (0+)
«Зоомания» - это познавательный сериал для всей семьи, настоящая видео-энциклопедия удивительных животных нашей планеты.
15.00 О! Кино! «Три кота и море приключений». (0+)
16.05 «Ум и Хрум». (0+)
18.00 «Мой музей». (0+)
Искусство глазами ребёнка - в проекте «Мой музей».
18.05 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Снежная Королева: Зазеркалье». (6+)
Обладатели магических способностей заточены в Зазеркалье. Герда отправляется на помощь!
22.50 «Соня и Лёня». (6+)
00.00 «Смешарики». (0+)
03.00 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
07.40 «Простоквашино». (0+)
09.15 «Бумажки». (0+)
10.00 «Съедобное или несъедобное: Агния Сурганова и овсяное печенье с грецким орехом». (0+)
На кухне - повар и футболистка Агния! Что такое пенальти, почему людям нравится путешествовать и какое насекомое самое милое? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!
10.20 «Лунтик». (0+)
12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)
12.15 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
14.50 «Горошек и компания». (6+)
Тая, Филя и Горошек живут в небольшом провинциальном городе. Тая и Филя - совершенно не похожие друг на друга двойняшки-первоклассники. Горошек - их младший четырехлетний брат, который своим трогательным и наивным видом умиляет всех вокруг. Они любят играть с друзьями Даней и Варей во дворе, заботиться о своем хомяке Пухле, а ещё они помогаются их воспитанием, когда родители на работе.
16.00 «Большое Шоу». (6+)
16.30 «Три кота». (0+)
19.35 «Букашки 2». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Отель у овечек». (0+)
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Шайбу! Шайбу!» (0+)
23.20 «Матч-реванш». (0+)
23.40 «Метеор на ринге». (0+)
00.00 «В гостях у лета». (0+)
00.20 «Футбольные звёзды». (0+)
00.40 «Приходи на каток». (0+)
00.50 «Винтик и Шпунтик. Весёлые мастера». (0+)
01.05 «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+)
01.15 «Кентервильское привидение». (0+)
01.35 «Грузовичок Лёва». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 14.00, 22.00 «Команда Флоры». (6+)
Каждый день Команда Флоры предотвращает экологические бедствия, переживает захватывающие приключения и узнает что-то новое об окружающем мире. Чем опасен простой пластиковый пакет, выброшенный в море? Как правильно разделять мусор и утилизировать батарейки? На эти и многие другие вопросы ответит Флора и ее удивительные друзья со сверхспособностями. Применяя силу растений и удивительную технику, изобретенную Флорой, команда спешит туда, где раздался сигнал «Зеленой тревоги».
08.35, 16.35, 00.35 «BFF. Пушистые друзья». (6+)
10.20, 18.20, 02.20 «Ум и Хрум». (0+)
11.35, 19.35, 03.35 «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
08.30 «Чебурашка». (0+)
09.00 «Три кота». (0+)
В маленьком уютном домике живёт кошачья семья - мама, папа и три котёнка. Старший котёнок Компот умный и рассудительный, средний - Коржик - весельчак, а младшая Карамелька самая сообразительная. Коржик, Карамелька и Компот очень любознательные котята и каждый день учатся чему-то новому. При помощи смекалки, фантазии и советов родителей они не только находят выход из любой ситуации, но и приобретают новые знания.
15.00 «Чебурашка». (0+)
15.45 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. Жизнь Христа. (6+)
06.00 Чукотская история. (0+)
Документальный фильм расскажет об истории православия на Чукотке и познакомит с теми, кто переводил Евангелие на язык чукчей.
06.30 Моя большая семья. (6+)
07.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.50 Простые чудеса. (12+)
09.50, 10.25 Пилигрим. По местам Царственных страстотерпцев. (6+)
10.55 Святыни России. (6+)
12.00 Глобус православия. (12+)
13.00 В поисках Бога. (12+)
13.35 Профессор Осипов. (0+)
14.05, 15.30 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». 1-2 серии. (12+)
17.00 Всенощное бдение. Прямая трансляция. (0+)
19.30 Завет. Сретение Господне. (6+)
20.00 Паломница. (12+)
21.25 Простые чудеса. (12+)
22.25 Русский мир. (12+)
23.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.40 Спас-стрим. (0+)
02.45 Афганистан. За други своя. (0+)
03.35 Неизвестная Европа: Брюгге и Святая кровь Господа. (0+)
04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

14 февраля
Седмица мясопустная. Вселенская родительская суббота. Глас 2. Предпразднство Сретения Господня. Мч. Трифона.

Мц. Перпетуи, мчч. Сатира, Ревоката, Саторнила, Секунда и мц. Филицитаты. Прп. Петра Галатийского. Прп. Вендимиана, пустынника Вифинийского. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера.

Поста нет.

« Как отделение души от тела есть смерть тела, так отделение Бога от души есть смерть души».
Свт. Григорий Палама

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

9 февраля	Восход: 8 ч. 05 м. Заход: 17 ч. 22 м. Долгота дня: 9 ч. 17 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
10 февраля	Восход: 8 ч. 02 м. Заход: 17 ч. 24 м. Долгота дня: 9 ч. 22 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
11 февраля	Восход: 8 ч. 00 м. Заход: 17 ч. 26 м. Долгота дня: 9 ч. 26 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
12 февраля	Восход: 7 ч. 58 м. Заход: 17 ч. 28 м. Долгота дня: 9 ч. 30 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
13 февраля	Восход: 7 ч. 56 м. Заход: 17 ч. 31 м. Долгота дня: 9 ч. 35 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
14 февраля	Восход: 7 ч. 54 м. Заход: 17 ч. 33 м. Долгота дня: 9 ч. 39 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
15 февраля	Восход: 7 ч. 51 м. Заход: 17 ч. 35 м. Долгота дня: 9 ч. 44 мин.	Убывающая Луна в знаке Водолея

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 9 ПО 15 ФЕВРАЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

9 ФЕВРАЛЯ
В 1897 году стартовала первая полная перепись населения Российской Империи.
В 1904 году началась Русско-японская война.

10 ФЕВРАЛЯ
В 1636 году случилось первое документальное упоминание утюга (День рождения утюга).

11 ФЕВРАЛЯ
В 1838 году между Санкт-Петербургом и Царским Селом началось движение поездов на конной тяге.

12 ФЕВРАЛЯ
В 1864 году был открыт Московский зоопарк.
В 1908 году стартовали первые автогонки вокруг земного шара.
В 1961 году состоялся запуск первой в мире межпланетной станции «Венера-1».

13 ФЕВРАЛЯ
В 1842 году Николай I подписал указ о строительстве железной дороги Санкт-Петербург – Москва.
В 1895 году братья Луи и Огюст Люмьер запатентовали аппарат для получения движущегося изображения.

14 ФЕВРАЛЯ
В 1706 году в Москве основан Аптекарский огород для выращивания лекарственных растений.
В 1918 году в России введен григорианский календарь (новый стиль).

15 ФЕВРАЛЯ
В 1717 году в России вышел учебник «Юности честное зерцало».
В 1994 году был введен Штандарт Президента РФ – символ президентской власти в России.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

9 ФЕВРАЛЯ. Иоанн.
10 ФЕВРАЛЯ. Владимир, Ольга, Феодор.
11 ФЕВРАЛЯ. Константин, Роман.
12 ФЕВРАЛЯ. Василий, Григорий, Иоанн, Ипполит, Пелагия, Стефан.
13 ФЕВРАЛЯ. Виктор, Кир, Клавдий, Никита.
14 ФЕВРАЛЯ. Николай, Пётр.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

9 ФЕВРАЛЯ ■ День работника гражданской авиации России ■ Международный день стоматолога
10 ФЕВРАЛЯ ■ День дипломатического работника в России ■ День памяти Александра Сергеевича Пушкина
11 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день женщин и девочек в науке ■ Всемирный день больного
12 ФЕВРАЛЯ ■ День науки и гуманизма
13 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день радио ■ День подруг
14 ФЕВРАЛЯ ■ День программиста
15 ФЕВРАЛЯ ■ День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества ■ Международный день операционной медсестры

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Сретенье зима с летом встретились

9 февраля считалось днем Златоустьева огня. В этот день было принято наблюдать за Луной: ослепительно белая Луна предвещала холода, красноватая – сильные ветра. А вот ветреная погода **10 февраля**, в день Ефрема – сверчкового заступника, предвещала прохладное, дождливое начало лета. В Лаврентьев день, **11 февраля**, прогноз будущей погоды делали, наблюдая за печной топкой. Если в печи дрова плохо разгораются и сильно дымят – это к оттепели. На Васильев день, **12 февраля**, было множество предсказывающих погоду примет: иней на деревьях, следы мышей на лесной подстилке, прилегшая на землю лошадь – сулили потепление.

13 февраля, в день Никиты-пожарника, было принято наблюдать за огнем в печи: белый – к оттепели, красный – к морозу.
14 февраля, на Трифона-мышегона, по приметам определяли весеннюю погоду: снегопад сулил дождливую весну, мороз – позднюю и холодную.
15 февраля отмечали Сретенье. Про этот день в народе говорили: «На Сретенье зима с летом встретились». Если в этот день на закатном небе не было облаков, то морозы должны скоро отступить.

Разговор двух подруг:
– Ну, как твой муж?
– Ой, я так счастлива!
С тех пор как мы поженились, ещё ни разу не поссорились. Хоть бы и второй день прошёл так же!

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 77734 от 29.01.2020 г.
Издается с февраля 2012 года

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

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

№ 6 (731). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 03.02.2026 г., фактическое: 01.00 час. 03.02.2026 г. Дата изготовления: 03.02.2026 г.
Срок годности не ограничен. Дата выхода в свет 04.02.2026 г. Тираж 710 540.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 290.
Выходит во всех областях ЦФО.
Общий тираж 825 690. Сайт газеты **telek.kardos.media**
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объём 5 п.л.
Розничная цена свободная.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

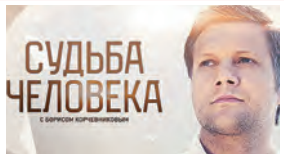
Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж

ПЕРВЫЙ

13.20 «Видели видео?» (0+)

06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Будем жить!» (16+)
«Будем жить!» - это первая программа об адаптации к мирной жизни ветеранов СВО. В основе программы - рассказы героев и их близких: о подвигах на полях сражений и трудностях, с которыми столкнулись ветераны, вернувшись домой: сгоревший дом, реабилитация после ранения, трудоустройство в новой мирной жизни.
13.20 «Видели видео?» (0+)
14.55 «Империя: Анна Иоанновна. Елизавета Петровна». (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». (16+)
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

РОССИЯ



13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

05.30 «КИТАЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
В их репортажах - фронтовая жизнь, судьбы и события, которые непременно войдут в историю.
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои.
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.35 «Альфред Розенберг. Несостоявшийся колонизатор Востока». (16+)
02.25 «КИТАЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)

ТВЦ

11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)

05.40 «ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ». (12+)
07.15 «ЗОВИТЕ ЕРМОЛОВА!-6». (16+)
10.55 Полезная программа. (6+)
11.30 События
11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
12.35 «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи. Миллионер из хрущоб». (16+)
15.55 «Настоящий детектив. Контрольный выстрел». (16+)
16.40 «Дело союзного значения. Сарматское золото». (16+)
17.35 «ТАЙНА СПЯЩЕЙ ДАМЫ». (12+)
Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Дмитрий Исаев, Ксения Савицкая. Реставратор Глаша любит книги, мечтает о любви и знает всё о старинных вещах.
21.20 «СЛАДКАЯ МЕСТЬ». (12+)
00.05 События
00.20 «СЛАДКАЯ МЕСТЬ». (12+)
01.05 «Петровка, 38». (16+)
01.15 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (12+)
04.10 «Брежнев против Косыгина. Ненужный премьер». (16+)
04.50 «Список Андропова». (16+)
05.30 «Большое кино». (16+)

НТВ

20.20 «Маска». (12+)

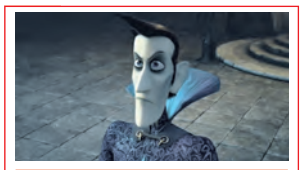
04.50 «ЛЮБОВЬ ПОД ГРИФОМ «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО»-3». (16+)
06.40 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
Искусные технологии! Как рентген помог реставраторам разгадать тайну «Чёрного квадрата» Малевича и зачем учёные делают МРТ мумиям - расскажут в новом выпуске «Чуда техники».
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели с Владимиром Чернышевым»
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
00.20 «Звезды сошлись». (16+)
01.55 «Основано на реальных событиях». (16+)
04.15 ЧП. Расследование. (16+)

РОССИЯ К Культура

13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

06.30 Лето Господне
07.05 «Мультфильмы»
07.40 23.40 «КОГДА СТАНОВЯТСЯ ВЗРОСЛЫМИ»
08.45 Тайны старого чердака
09.15 00.45 Диалоги о животных
09.55 Эпизоды
10.35 «ДОБРОЕ УТРО»
12.05 Дом ученых
12.35 Неизвестные маршруты России
13.15 «Невский ковчег. Теория невозможного»
13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.30 «Элементы» с Ириной Седовой»
15.00 «ОТЕЦ (ИСТОРИЯ ОДНОЙ ВЕРЫ)»
16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком
17.15 «Первые в мире»
17.30 Пешком...
18.00 «Родной голос». К 100-летию со дня рождения Ольги Воронец
18.45 «Три дня рождения космонавта Сереброва»
19.30 Новости культуры
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.25 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН»
22.40 Борис Эйфман. «Идиот». Фильм-балет
01.25 «Искатели»
02.10 «Мультфильмы для взрослых»

СТС



14.00 «Кощей. Похититель невест». (6+)

06.00 «Три кота». (0+)
06.45 «Чинк. Хвостатый детектив». (6+)
08.20 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)
10.05 «Большое путешествие. Вокруг света». (6+)
12.00 «Яга и книга заклинаний». (6+)
14.00 «Кощей. Похититель невест». (6+)
15.35 «ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
18.00 Премьера! Тайный миллионер. (16+)
20.30 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (12+)
США, 2010 г. Комедийный боевик. В ролях: Том Круз, Кэмерон Диаз, Питер Сарсгаард.
Джун летит на свадьбу к младшей сестре, хотя сама ещё ни разу не была замужем. В самолёте она знакомится с обаятельным мужчиной по имени Рой и решает немедленно воспользоваться шансом наладить личную жизнь. Не подозревая о том, что Рой - секретный агент на задании, Джун внезапно попадает в опасный, но полный адреналина мир.
22.55 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)
00.55 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
02.40 «НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА». (16+)
04.05 «ПРИ ЧЁМ ТУТ ЛЮБОВЬ?» (16+)
05.45 «Три кота». (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «НАШ СПЕЦНАЗ». (16+)
09.00 Фирменный рецепт. (12+)
Самая аппетитная и пикантная программа о еде.
09.30 «НАШ СПЕЦНАЗ». (16+)
10.05 «НАШ СПЕЦНАЗ-4». (16+)
На трассе ведется ремонт. Рабочие советуют водителю грузовика поехать в объезд. Но, когда мужчина сворачивает, то попадает в засаду лжесотрудников ДПС. Водителя убивают, а груз похищают. В кузове машины СОБРовцы находят странные знаки, которые видно только в ультрафиолетовом свете.
22.45 «ЗАСТАВА». (16+)
03.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.45 «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». (12+)
07.05 «ФЕЙЕРВЕРК». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.40 «Легенды армии». (12+)
11.30 «Легенды госбезопасности». (16+)
12.20 «Война миров». (16+)
13.10 «Код доступа». (12+)
14.00 «Улика из прошлого». (16+)
14.50 «Скрытые угрозы». (16+)
15.40 «Секретные материалы». (16+)
16.30 «Загадки века». (12+)
17.20 «Спецрепортаж». (16+)
18.00 «Главное с Ольгой Беловой». (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.55 «АЛЫЕ ПОГОНЫ». (12+)

ОТР

06.15 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
07.40 «От прав к возможностям». (12+)
08.00 17.10 Пёстрый мир. (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
10.30 «На приёме у главного врача». (12+)
11.25 12.05 «ШЕРБУРСКИЕ ЗОНТИКИ». (16+)
13.05 «Город с историей». (12+)
13.35 «Почитаем!» (16+)
13.50 «Конструкторы будущего». (12+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 «Моя история». (16+)
16.30 «Свет и тени». (16+)
17.25 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
19.15 «Клуб главных редакторов». (16+)
20.15 «РУССКИЙ БУНТ». (16+)
22.20 «КИНОЛЮБИТЕЛЬ». (16+)
00.05 «ОЛИВЕР ТВИСТ». (16+)

МОСКВА 24

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 12.00 12.15 13.00 13.10 14.00 14.25 15.00 15.20 16.00 16.20 17.00 18.00 19.00 19.20 20.00 21.00 21.20 22.00 22.25 23.00 23.20 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 «Новости». (16+)
06.35 16.35 «Куки внуки». (12+)
11.35 13.25 17.35 19.35 20.30 23.35 01.35 03.30 04.35 05.35 «Спецреп». (12+)
12.30 22.30 02.30 «Спецпроект. Наука». (12+)
13.50 20.50 03.50 «Это Москва». (12+)
14.35 «Доктор 24». (12+)
15.25 21.25 «Москва сегодня». (16+)
18.30 «Сделано в Москве». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 00.50 «Будни». (16+)
06.00 «Всё просто!» (12+)
06.30 «ИнДизайн». (12+)
07.00 «Сделано в России»
07.30 «Простая медицина»
08.00 «Погода на любой вкус»
08.30 «Суперферма 360». (12+)
09.00 «Внимание, еда!» (12+)
10.10 «Семейный маршрут»
11.10 «Гостеприимство». (12+)
12.00 «Новости 360». (16+)
12.30 «Зима в Подмосковье»
12.55 «За МКАДром». (12+)
14.00 «СССР. Знак качества»
14.40 «Русские. XXI век». (12+)
15.35 «Открытие Китая». (16+)
18.00 «Главное за неделю». (16+)
19.00 «Невероятная наука». (16+)
22.05 «Проект NICA сделано в России». (16+)
22.30 «Как я стал космонавтом». (16+)
23.50 «Шестое чувство». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.10 08.50 12.50 22.55 01.30 «Новости дня». (16+)
05.20 Энциклопедия. (16+)
06.25 «Улицы московские»
06.50 «Москва на все времена»
07.15 «Тайны кино». (16+)
08.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
09.00 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ». (0+)
11.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
13.00 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА». (16+)
16.05 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». (16+)
19.35 «ОПАСНЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
23.05 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РЕН

12.55 «Неизвестная история». (16+)

05.00 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
08.55 «Самая народная программа». (16+)
09.55 «Знаете ли вы, что?» (16+)
11.00 «Наука и техника». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
12.55 «Неизвестная история». (16+)
13.55 «Легенды и мифы». (16+)
14.55 «Безумные факты». (16+)
16.55 **«ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА».** (16+)
18.45 **«КУРЬЕР».** (16+)
20.40 **«ОПЕРАЦИЯ «НАПОЛЕОН».** (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)

ТНТ

02.15 «Женский стендап». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
10.20 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+)
Пятый сезон экстремального реалити, где комфорт сталкивается с выживанием. За приз в 10 млн рублей сражаются две команды: звёзды шоу-бизнеса и обычные люди, впервые оказавшиеся за границей. Еженедельные испытания на силу, ловкость и интеллект решают всё: победителей ждёт роскошная вилла, проигравших - лагерь в турецкой глуши. По итогам испытаний один участник покидает проект.
21.00 «Титаны». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.20 «Титаны». (16+)
02.15 «Женский стендап». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

ТВ-3

08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любовное настроение. (16+)
09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
12.00 **«БИБЛИОТЕКАРИ: СЛЕДУЮЩАЯ ГЛАВА».** (16+)
Действие происходит в 1847 году в Белграде. Библиотекарь возвращает к жизни закрытую магическую библиотеку и случайно воскрешает опасного духа Дрекавака. Библиотекарь вместе с быстро собранной командой должны остановить этого злого духа.
23.00 **«НА КРАЮ ЗЕМЛИ».** (18+)
В британское поселение Эпворт приезжает священник, который невольно становится свидетелем конфликта между племенами Новой Зеландии.
01.15 Знаки судьбы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ЧЕ

10.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

06.15 Утилизатор. (16+)
07.50 Автоблог Че! (16+)
Добро пожаловать в лабораторию нестандартных впечатлений. Здесь не будет скучных технических характеристик и нудных обзоров. Только безумные эксперименты, сумасшедшие изобретения, роскошные тачки и увлекательные путешествия. Мы не просто показываем машины - мы выворачиваем наизнанку автопромышленность.
10.00 **«ДАЛЬНОБОЙЩИКИ».** (16+)
Бывалый шофер большегрузного трейлера Федор Иваныч никак не может поладить со своим новым напарником, легкомысленным и смешливым Сашком.
19.00 «+100500». (16+)
00.30 Большой кэш. (16+)
02.10 **«СОЛДАТЫ-6».** (16+)
04.30 **«СОЛДАТЫ-7».** (16+)
05.50 Улётное видео. Топ-35. (16+)

МАТЧ ТВ

22.35 Футбол.

06.00 Смешанные единоборства. One FC. (16+)
07.00, 03.55 Новости
07.05, 16.00, 19.30, 22.00, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.
09.30 «Энди Маррей». (12+)
10.30, 12.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Мужчины. Пр.тр.
11.50 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
14.25 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Черноморочка». Чемпионат России. Суперлига. Пр.тр.
16.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Матч Всех Звёзд. Пр.тр.
19.50 Футбол. «Торино» - «Болонья». Чемпионат Италии. Пр.тр.
22.35 Футбол. «Наполи» - «Рома». Чемпионат Италии. Пр.тр.
02.00 Гандбол. (6+)
03.30 Фрирайд. (6+)

ДОМАШНИЙ

02.40 «6 кадров». (16+)

06.30 **«Я ЗАБЕРУ ТВОЮ ЛЮБОВЬ».** (16+)
08.05 Уютное утро. (16+)
08.30 **«УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА».** (16+)
В южном городке, где жила Вика, все девушки мечтали об одном - встретить успешного мужчину и выйти за него замуж... И Вика его встретила. Красивый роман, роскошная свадьба, переезд...
19.00 **«ЛЮБОВЬ НА КРАЮ СВЕТА».** (16+)
23.05 **«ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ».** (16+)
Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Валентина Ельшанская, Игорь Неведров.
Вита Денисова возвращается в родной город на похороны. Эта поездка, по планам Виты, не должна была продлиться и трёх дней, а затянулась на несколько лет.
02.40 «6 кадров». (16+)
03.25 «Настоящая Ванга». (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

О ломбарде, обрезе и зимней рыбалке

Майор Петрович прибыл на место преступления через каких-то пять минут после того, как поступил вызов. Такая оперативность объяснялась очень просто: ограбленный ломбард находился буквально в двух шагах, на соседней улице. Водитель служебной машины, вокруг которой топталась на морозе группа, окликнул его:

– Ты куда, Петрович? Сейчас я двигатель прогрею и поедем – пять минут!

– Ты пока греться будешь, я уже преступление по горячим следам раскрою, – отмахнулся майор и бодро зашагал в сторону ломбарда.

И действительно, пришел он намного раньше, чем приехала группа. Встретил Петровича местный участковый, до того тщетно пытавшийся успокоить молоденькую продавщицу, рыдавшую возле прилавка.

Внутри ломбарда особого беспорядка не наблюдалось, лишь одна из стеклянных витрин была разбита.

– Много взяли? – спросил Петрович, осматривая пустую витрину.

– Все бриллианты, – отчаянно шмыгая носом, ответила продавщица. – Вот, одно колечко осталось, – она показала маленькое золотое кольцо, посверкивающее крошечным камушком. – Оно упало на пол, и он не стал поднимать.

– Он? Грабитель был один? – уточнил Петрович.

Один, да, – ответила продавщица. – Так быстро все случилось. Мы и опомниться не успели.

– Очень быстро, ага, – подал голос стоявший возле дверей рыхлый пожилой мужчина в форме охранника.

– А вы куда смотрели? – обернулся к нему Петрович. – Он что, угрожал вам оружием?

– Да, – кивнул охранник. – Обрез двустволки.

Получив у продавщицы и охранника описание злодея и порывшись в памяти, Петрович вспомнил всех своих подопечных, промышлявших похожими грабежами. Один из них, Витёк по кличке Ювелир, должен был то ли вот-вот освободиться из мест не столь отдаленных, то ли уже гулять на свободе. И кличку свою Витёк получил потому, что предпочитал грабить места, в которых можно было поживиться именно ювелиркой.

– Скажи-ка, – спросил он вполголоса у участкового. – А Витька-Ювелир еще зону топчет или уже домой вернулся?

– Недели две как вернулся, – отчитался участковый. – Думаете, его рук дело? По описанию-то похож...

– То-то и оно, что похож, – нахмурился Петрович. – И почерк-то прям его. Неужто опять за старое взялся?.. Давай-ка его навестим, тут пока и без нас обойдутся.

Дверь им открыла Витькина жена Татьяна – женщина бойкая и жизнерадостная. Она безоглядно верила в светлое будущее с Витьком. Даже когда муж получил второй срок, Татьяна его не бросила: регулярно отправляла ему посылки, ездила на свидания. Она была уверена, что муж, отсидев положенное, исправится, и жизнь их наладится.

Тем не менее, открыв Петровичу дверь, Татьяна насторожилась.

Какими судьбами, Николай Петрович? Или опять мой что натворил?

– Да вот, решил проведать по старой памяти, – уклончиво ответил майор. – Дома ли твой-то?

– Дома, отмывается после рыбалки. Таких карпов принес – загляденье! Щас! – она выбежала из коридора, но быстро вернулась с огромным тазом в руках; в тазу лениво шевелили плавниками два огромных зеркальных карпа. – Николай Петрович, ты бы помог Витьку с работой. Сам знаешь, не берут никуда с судимостью, а у моего аж две... Может, поможешь по старой памяти, а? Он за ум взялся, на рыбалку вот даже сходил...

– Может, и помогу, – ответил Петрович. – Только сначала мне с ним поговорить нужно. Долго еще он отмываться будет?

Словно в ответ на его вопрос дверь ванной распахнулась, и к ним вышел Витёк в накинутом на голову полотенце.

– Чего надо, начальники? – буркнул он.

– Да вот интересуемся, где такая красота ловится? – кивнул Петрович в сторону таза с карпами.

– В речке, – ответил с вызовом Витек. – В обычной речке. Только за городом, два часа ехать.

– Угу, – удовлетворенно хмыкнул Петрович. – Ну, в речке, так в речке. Собирайся, поедешь с нами, маршрут расскажешь. А заодно и то место, где взял обрез, с которым грабил ломбард.

Виктория АНДРЕЕВА

Почему Петрович не поверил Витьку-Ювелиру?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 5: идеальная чистота гостиной, из которой якобы был украден браслет, говорит о том, что ограбления не было – вряд ли пришедшие с грязной улицы грабители стали бы надевать бахилы, прежде чем туда войти.

Рис. Ирины Светловой

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.35 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)
08.15 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (16+)
09.55 «АВТОМОБИЛЬ, СКРИПКА И СОБАКА КЛЯКСА». (16+)
11.45 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (16+)
13.05 «НА ГРАФСКИХ РАЗВАЛИНАХ». (16+)
14.20 «ЗА СПИЧКАМИ». (16+)
16.05 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ». (16+)
Сериал. СССР, 1979 г.
23.00 «АССА». (18+)
01.40 «ЧЕРНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ПЕЧАЛИ, КРАСНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ЛЮБВИ». (16+)
03.50 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (18+)
05.25 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ». (16+)

VIJU TV1000

05.40 «МАЛЕНЬКАЯ ИТАЛИЯ». (16+)
07.35 «ШЕФ». (16+)
09.10 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (16+)
10.55, 11.50, 12.50, 13.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
14.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (16+)
16.45 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
США, 2016 г.
19.00 «КРЕДО УБИЙЦЫ». (16+)
Великобритания, Франция, 2016 г.
20.55 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)
Франция, 2024 г.
00.05 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
02.25 «МАКС СТИЛ». (16+)
03.55 «ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЁК». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Смешарики», «Маша и Медведь (клипы)», «Простоквашино», «Три кота», «Царевны». Мультсериалы. (6+)
10.00, 10.55, 11.50, 12.45 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
13.40 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
15.10 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
16.55 «ДОМОВЁНОК КУЗЯ». (6+)
18.30 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (12+)
20.00 «МОЁ ЛЮБИМОЕ ПРИВИДЕНИЕ». (12+)
21.40 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
23.00 «ЗА СЛОВА ОТВЕЧАЮ». (16+)
00.50 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
02.20 «ОНЕГИН». (12+)
04.35 Мультфильмы. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

05.25 «22 МИЛИ». (16+)
07.00 «НИКИТА». (16+)
09.00 «НОКАУТ». (16+)
10.30 «ПАЦАН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
12.15 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ-3». (16+)
13.40 «ГОРЕЦ». (16+)
15.40 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
17.15 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
19.00 «В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ». (16+)
20.35 «РИДДИК». (16+)
Фантастический боевик, США, Великобритания, Канада, 2013 г.
22.35 «НАПРОЛОМ». (16+)
Фантастический боевик, Франция, 2012 г.
00.15 «ЧЁРНЫЙ ЯЩИК». (16+)
02.25 «КРУШЕНИЕ». (16+)
04.05 «СОЛНЦЕСТОЯНИЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
03.15 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
05.25 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
06.50 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (16+)
08.25 «СЕМЬЯНИН». (16+)
10.25 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
12.05 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
13.40 «РАВНЫЕ». (16+)
15.25 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
17.30 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
18.55 «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
20.30 «РУКИ ПРОЧЬ!» (16+)
Комедия, США, 2021 г.
22.25 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
23.40 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.45 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
08.30 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
10.25 «КЛЯТВА». (16+)
12.40 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
14.00 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)
15.40 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)
17.25 «АДАМ И ЕВА». (16+)
19.05 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
21.00 «НЕ ОБМАНИ». (16+)
22.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
Драма, триллер, приключения, Россия, 2016 г.
01.00 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (18+)
02.25 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
04.05 «ПРИЗРАК». (16+)
05.55 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.00 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
03.55 «НЕПОСЛУШНИК 2». (12+)
05.55 «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)
08.00 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
10.10 «Я БОГИНЯ». (16+)
12.00 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
13.50 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
15.40 «7 ДНЕЙ, 7 НОЧЕЙ». (12+)
17.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
Комедия, США, 2007 г.
19.30 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
21.05 «СЕМЕЙНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (6+)
22.50 «БАНДИТКИ». (16+)
Комедия, боевик, вестерн, Мексика, США, 2006 г.

ДОМ КИНО

05.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
05.50 «Смешарики. Дежавю». Мультфильм. (6+)
07.05 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
08.30 «БАТЯ». (16+)
10.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-2». (16+)
18.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
20.05 «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
Россия, 2021 г. В ролях: Павел Воля, Настасья Самбурская, Надежда Сысоева
21.25 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (12+)
23.35 «ТАРИФ НОВОГОДНИЙ». (16+)
01.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
02.35 «РОБО». (12+)
04.00 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА-2». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

06.25 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (16+)
09.40 «ТЕТЯ ТАНЯ». (16+)
11.20 «КРАСОТА НЕБЕСНАЯ». (16+)
15.00 «ВЕРНИ МЕНЯ». (16+)
18.15 «ПЕРЕКАТЫ СУДЬБЫ». (16+)
2017 г. В ролях: Евгения Нохрина, Александр Дуда, Марина Зайцева, Виктория Рунцова, Александр Бобров, Ирина Шеянова
21.25 «ОСЕННЯЯ МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+)
2013 г. В ролях: Ирина Сенотова, Сергей Юшкевич, Полина Филоненко, Андрей Егоров
00.45 «НЕВЕСТА МОЕГО ДРУГА». (16+)
02.25 «СОЛНЦЕВОРОТ». (16+)
04.10 «ПОД ЗНАКОМ ЛУНЫ». (16+)

CINEMA

07.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
09.25 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (18+)
12.00 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
13.35 «ПРЕСТУПНИК». (18+)
15.25 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (18+)
16.55 «СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ». (18+)
18.35 «ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ». (18+)
20.15 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (18+)
22.00 «НЕЗАКОННОЕ ВТОРЖЕНИЕ». (18+)
23.55 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (18+)
01.20 «ИСЧЕЗНУВШИЙ». (18+)
02.50 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
04.40 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.50 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ». (16+)
02.15 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
03.55 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 2». (16+)
05.40 «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 3». (16+)
07.35 «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» (12+)
09.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
11.15 «ЖМУРКИ». (16+)
13.20, 14.15, 15.10, 16.05, 17.00, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
20.50 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (6+)
22.55 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)

РЕТРО

06.35 «Ночь перед Рождеством». Мультфильм. (16+)
07.25 «ДВА ФЕДОРА». (16+)
08.55 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (16+)
10.20, 21.50 «ДОЖДИ ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ». (16+)
11.40, 23.05 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
13.05, 03.55 «АЛЕША ПТИЦЫН ВЫРАБАТЫВАЕТ ХАРАКТЕР». (16+)
14.25, 05.45 «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ…» (16+)
15.55, 01.10 «ВНИМАНИЕ, ЦУНАМИ». (16+)
17.25, 02.25 «ПОВЕСТЬ О ЧЕКИСТЕ». (16+)
19.00 «СВИДЕТЕЛЬСТВО О БЕДНОСТИ». (16+)
20.15 «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)
00.30 «Аленький цветочек», «Заколдованный мальчик». Мультфильмы. (16+)

СУББОТА!

05.00, 10.40 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
10.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
14.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30, 19.20, 20.10 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
21.00 Богиня свиданий. (16+)
22.10 Богиня сыска. (16+)
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.30, 01.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Елена Аросьева, Игорь Теплов, Артём Осипов, Всеволод Володин, Елизавета Яшкина, Елизавета Нилова, Алёна Митрошина
12.00, 20.00, 04.00 «АКТЕР». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
00.00, 01.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
07.00 «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)

CTC LOVE

06.00 6 кадров. (16+)
08.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.15 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Жилин «налаживает» отношения с новым игроком своими методами. Даше тоже удаётся завязать отношения с Васильевым, правда, ненадолго. ВасГен обращается к Юле за помощью. Отец Яны проявляет принципиальность и неподкупность, в результате чего у него начинаются проблемы.
22.30 Сердца за любовь. (16+)
01.40 КликКлак шоу. (16+)
Создатели шоу придумали множество разнообразных конкурсов.
04.05 6 кадров. (16+)

ТВ21

07.00 «МАТЧ ПОИНТ». (18+)
09.15 «ПРИЗРАК». (16+)
11.20 «ЛЕВ». (16+)
13.25 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
15.30 «1+1». (18+)
Франция, 2011 г.
17.35 «ВАСАБИ». (16+)
Франция, Япония, 2001 г.
19.05 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (18+)
США, Китай, 2018 г.
21.05 «МОРЕ СОБЛАЗНА». (18+)
США, Великобритания, 2019 г.
22.55 «13». (18+)
США, 2009 г.
00.40 «МЕМЕНТО». (18+)
02.25 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
04.10 «ТРОЕ СТАРЫХ ДРУЗЕЙ». (16+)
05.40 «УЛЕЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Мультфильмы. (12+)
06.35 «МОЛОЧНАЯ ДЕВОЧКА». (16+)
08.25 Диктор делает. (16+)
08.55 ФазендаЛайф. (6+)
09.30, 10.10 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Новости
11.30, 13.15 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
14.35 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (16+)
16.20, 18.15 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
Драма, мелодрама, Россия, 1995 г.
18.20 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 2». (16+)
20.15 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 3. ГУБЕРНАТОР». (16+)
22.15 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)
00.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
00.50 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО…» (18+)
02.25 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (16+)
03.50 «ШУМИ ГОРОДОК». (16+)

ПОБЕДА

05.20 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
06.55 «ВЫКРУТАСЫ». (16+)
08.40 «КАЛАЧИ». (16+)
10.15 «НАПАРНИК». (16+)
11.50 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
14.00 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (16+)
22.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
Россия, 2021 г. В ролях: Владимир Сычёв, Светлана Камынина, Кристина Вайнас Леонид Иванович - Крестный отец. В этом мире он любит лишь две вещи: быть Крестным отцом и свою дочь Миру. Чтобы не разгневать босса, Миру все обходят стороной. Кроме Саши, который ничего не знал про семью, и просто влюбился с первого взгляда. Теперь у него непростая задача - не лишиться руки и сердца до свадьбы.
00.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
01.30 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
02.45 «ПАПА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.10 Секреты на кухне. Суперфуд. (16+)
07.00 Умнее всех (12+)
08.30 Русская мечта с Дэни-американкой. Великий Новгород. (16+)
09.30, 10.30, 11.50, 13.20, 14.10 Как люди живут. (16+)
15.40 Погнали! в Южную Корею. Путь нелегала. (16+)
17.40 Погнали! в Испанию. Барселона. Столица уличных краж. (16+)
19.10 Погнали! в Японию. Города-призраки. (16+)
21.10 Погнали! в Узбекистан. Закрытые общины. (16+)
23.00 Мир без правил. Боливийские жертвоприношения. (16+)
00.00 Погнали. Doc. Лас-Вегас. (16+)
01.00 Погнали. Doc. Долина Смерти. (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.20, 03.20 На ножах. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.40 Супермама. (16+)
08.40 Мама в 16. (16+)
Самое честное реалити о взрослении.
11.50 Беременна в 45. (16+)
14.40 Мама в 16. (16+)
18.00 Беременна по обману. (16+)
19.25 Ждули. (16+)
Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы.
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. 14 новых участников пришли в периметр, чтобы найти любовь и стать родителями.
00.05 Измены (субтитры). (18+)
02.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00, 00.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
01.40, 09.55, 18.15 Великие битвы России. (12+)
02.35 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
03.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+)
04.00 Секреты египетских иероглифов. (12+)
05.00, 13.05 Забытые войны России. (12+)
06.05, 19.00 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
06.25 Восточный фронт. (12+)
07.10 Обыкновенная История. (6+)
07.20, 11.15 Освобождение Европы. (12+)
08.05 Это подкаст. История. (12+)
09.05, 14.00, 17.35, 20.40 Русская история. (12+)
10.45, 14.45, 21.55 Сквозь времена. (12+)
12.00 Революция LIVE: #безцарявголове. (12+)
15.20, 19.20 Монологи императоров. (16+)
16.00 Инженер Победы. Маршал Аганов. (6+)
16.50 Ледоколы войны. (12+)
20.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)
22.25, 23.10 Карибский кризис. Оцифрованная история. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 История вещей. (16+)
06.20, 07.00, 07.40, 08.25, 09.10 Загадки планеты Земля. (16+)
09.50, 10.50, 11.40, 12.40 Судьбы. (16+)
13.30, 14.30 Жизнь римского солдата. (16+)
15.30 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+)
16.20 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
17.15 Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)
18.15 Загадка Шаляпина. (16+)
19.05 Правдивая история графа Монте-Кристо. (16+)
20.00 История королевских скандалов: Подозрительные смерти. (16+)
21.05 История королевских скандалов: Скандальные браки. (16+)
22.00 Освободители: Гетто. От первого до последнего. (16+)
22.45 Освободители: Польша. В сердцевине ада. (16+)
23.30 Освободители: Германия накануне. (16+)
00.10 Освободители: Брянск. Они не пропали без вести. (16+)
00.55 Освободители: Гатчина. На подступах к Ленинграду. (16+)
01.30, 02.25, 03.15, 04.10 Великолепные памятники Франции. (12+)
05.05 Фаберже, сотворение легенды. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 15.15, 00.30 Последние часы Помпей. Новые открытия. (12+)
06.50, 16.10, 01.25 Бомба для певца. Владимир Мигуля. (12+)
07.40, 18.45, 04.30 Настоящая война престолов. Игра королев. (12+)
08.30, 19.35 Настоящая война престолов. Во имя Господа. (12+)
09.20, 17.00, 02.55 Глубинные механизмы истории. Промышленная революция и войны Нового времени. (16+)
10.15, 17.55, 02.10 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)
В архивах специальных служб похожего личного дела просто не существует: успешный руководитель контрразведки, автор уникальных разведывательных операций, начальник Разведупра РККА Страны Советов…
11.05, 20.25 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. XX съезд КПСС. (12+)
11.20, 20.40 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. Хрущёв. Реформы. (12+)
11.35, 20.55 Неандерталец против сапиенса. Два вида. (12+)
12.35, 21.50, 03.45 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)
13.25, 22.40 Замок Геделон. Назад в Средневековье. (12+)
14.25, 23.40, 05.15 Неспетая песня Анны Герман. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 22.30 Сад своими руками. (12+)
06.25, 06.40, 11.15, 23.25, 04.30 Дачные хитрости. (12+)
06.55, 08.45, 10.45, 11.30, 13.00, 13.55, 22.55, 00.10, 02.20, 02.45, 04.05, 04.45 Дачные радости. (12+)
07.20, 23.40 Частный сектор. (12+)
07.45, 08.25, 17.05, 17.20, 22.00, 22.15, 01.55, 02.10 Садовый доктор. (12+)
Ученый-агроном, кандидат сельскохозяйственных наук Александр Петров знает, как вылечить сад и обеспечить его здоровьем на долгие годы.
08.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
09.15, 01.00 Гордость России. (6+)
09.45, 10.00, 14.55, 15.10, 20.25, 20.40, 00.35, 00.45, 05.35, 05.50 Арт-букет. (12+)
10.15, 01.30 Как поживаете? (12+)
12.00, 12.15, 16.00, 16.50, 18.55 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
12.30, 03.35 Ландшафтные эксперименты. (12+)
13.25, 13.40, 18.45, 03.10, 03.25 Ваш агроном. (12+)
14.25, 05.05 История одной культуры. (12+)
15.25 Декоративный огород. (12+)
17.40 заСАДа. (12+)
18.10 Сельские профессии. (12+)
19.25 Дом с нуля. (12+)
19.55 Правила фермера. (12+)
20.55 Праздник в дом. (12+)
21.30 Идеальный сад. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 09.55, 14.05, 18.05, 22.00 О главном. (16+)
06.05, 06.20, 07.25, 07.40, 08.55, 09.10, 13.35, 13.50, 15.20, 15.35, 16.20, 16.35, 17.50, 18.10, 19.30, 19.45, 21.00, 21.15, 23.05, 23.20, 00.35, 00.50, 01.55, 02.10 Рыбалка сегодня. (16+)
06.35, 07.00, 09.25, 10.00, 14.20, 14.50, 15.50, 16.55, 17.20, 20.00, 20.30, 23.40, 00.10, 02.25, 02.50 Лёша, подсекай! (16+)
07.55, 08.25, 12.35, 13.05, 18.30, 19.00, 22.05, 22.35, 01.00, 01.30 Охотник-одиночка. (16+)
10.30, 10.50, 12.05, 12.20 Первый лед - последний лед. (12+)
11.00, 11.35, 03.15, 03.45 Безграничная рыбалка. (16+)
В рамках проекта «Безграничная рыбалка» мы побываем на разных водоемах, лежащих за пределами Российской Федерации (Испания, Германия, Беларусь, Грузия, Дания и т.д.), чтобы познакомить зрителей с особенностями ловли рыбы на новых акваториях и наглядно показать, что у рыбалки нет границ, когда начинаешь путешествовать по различным уголкам земного шара.
14.15, 23.35 К сезону готов. (16+)
21.30 Охота как она есть. (16+)
04.10, 04.25, 05.35, 05.50 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
04.40, 05.05 Сам себе охотник. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 20.00 Танцуй Twerk. (16+)
01.00, 17.00, 22.00 «Йога Reflex» с Ириной Нельсон. (12+)
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00 Здоровые и знаменитые: Русская версия. (12+)
04.00, 07.00, 10.00 Боди-балет. (12+)
04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
Любимая всеми аэробика, родоначальница современных фитнес направлений. Это не просто тренировка, это возвращение в прошлое. Опытный инструктор в антураже 80-х проведет эффективные тренировки, позволив молодым зрителям погрузиться в ретро атмосферу, а более взрослым вспомнить всеми любимую фитнес дисциплину.
05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Пилатес Intensive. (12+)
13.00 «Фитнес и мотивация» с Сергеем Глушко. (12+)
13.30 Табата-хард. (12+)
14.00 Фитнес-мама. (12+)
14.30 «Делай тело» с Русланом Байрамовым. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Латинский квартал. (12+)
19.00 Ароматный мир. (6+)
19.30 POPSUGAR. Классная тренировка. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Мужчины. (6+)
06.55 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. (6+)
07.50, 10.10, 15.35, 05.40 «Страна спортивная». (12+)
08.05 Страна смотрит спорт. (12+)
08.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Луч» (Москва). (6+)
09.55 «Небесная грация». (6+)
10.30 Сюрпляс. (12+)
11.00, 16.20 Новости. (0+)
11.05 «Олимпийский патриарх». Специальный репортаж. (12+)
11.25, 19.55 «Это футзал!» (12+)
11.55 Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) - КПРФ (Москва). Прямая трансляция
13.45, 03.40 Лыжные гонки. Гонка Легкова. Трансляция из Москвы. (6+)
15.50 «География спорта. Путешествие в Гороховец». (12+)
16.25 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Трансляция из Грозного. (16+)
17.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
20.20, 03.15 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
20.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Мужчины. Трансляция из Сочи. (6+)
22.10 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
22.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Женщины. Трансляция из Сочи. (6+)
00.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Матч Всех Звёзд. (6+)
05.25 «Александр Овечкин. Сделано в России». Специальный репортаж. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Плейлист | Зима. (16+)
05.30 Караокинг. (16+)
07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
07.30 У-Дачный чарт. (16+)
08.30 Teen чарт. (16+)
09.00 Звёзды с приветом. (16+)
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.00 Юмор FM чарт. (16+)
12.00 Лига свежих клипов. (16+)
12.30 Хит-Сториз. (16+)
13.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
14.00 Моя волна. (16+)
15.00 10 самых! (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.00 Султаны нашего сердца: как турецкие звёзды покорили русских женщин? (16+)
18.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
20.00 Лихие хиты. (16+)
21.00 Муз'итив. (16+)
22.00 Наше. (16+)
23.00 Золотая лихорадка. (16+)
01.20 Лайкер. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 04.00 «Приключения Бубы». (6+)
09.00, 11.30, 16.00, 20.00, 00.00 «Буба». (6+)
Мультсериал о добром домовёнке по имени Буба, который из-за своего любопытства постоянно оказывается в самых неверотяные ситуациях…
Откуда появился Буба? Никто не знает. Этот герой проживает каждый день так, чтобы запомнить его. Он постоянно открывает для себя что-то новое, чем несомненно смешит зрителей всех возрастов, а особенно тех, кто помладше.
11.00 «Умка». (0+)
Белый медвежонок Умка со своей мамой Медведицей живёт в суровой и прекрасной Арктике. У него есть замечательные друзья - озорная волчица Ильма, 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.

О!

05.00 «Три кота». (0+)
09.30 «Парк Турум-Бурум». (0+)
09.45 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ум и Хрум». (0+)
12.30 «Три кота». (0+)
15.00 О! Кино! «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)
С тех пор, как медведь Мик-Мик и заяц Оскар побывали в Китае, чтобы вернуть малыша панду настоящим родителям, их жизнь была спокойной: мишка занимался пчеловодством, его сосед заяц устроил в лесу парк аттракционов. Но в один прекрасный день на берегу реки снова оказывается корзина с подкидышем: теперь это медвежонок гризли.
16.25 «Соня и Лёня». (6+)
18.00 «Мой музей». (0+)
18.05 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Смешарики. Дежавю». (6+)
Смешарики путешествуют по странам и эпохам.
22.50 «Зоомания». (0+)
23.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Ум и Хрум». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
07.40 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
Музыкальный мультсериал про весёлые приключения зверят на тропическом острове.
08.25 «Лунтик». (0+)
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
10.20 «Буба». (6+)
12.00 «Студия красоты». (0+)
12.15 «Царевны». (0+)
14.00 «У меня лапки». (0+)
«У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках. Юный, но очень перспективный биолог Гоша Котский с радостью расскажет всё на свете о наших любимых питомцах, а помогут ему в этом два волнистых попугая - Кузя и Люся. Мы сможем пообщаться с ними благодаря уникальному переводчику с птичьего языка на человеческий.
14.30 «Барбоскины». (0+)
16.00 «Это супер!» (0+)
16.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.35 «Мини-Мишки». (0+)
18.40 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Умка». (0+)
Сериал повествует о сказках шамана, который рассказывает о тех временах, когда он был тем самым маленьким мальчиком и дружил с белым медвежонком Умкой. К их веселым приключениям присоединяются новые друзья - милая нерпа Кора, озорная волчица Ильма и смешная розовая чайка Пычик. Сказки шамана пропитаны духом Арктики и ее легендами - добрыми, поучительными и мудрыми. Мальчик и зверята вместе исследуют удивительный мир севера и учатся уважать природу и друг друга.
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
01.35 «Машинки Мокас». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 14.00, 22.00 «Команда Флоры». (6+)
08.35, 16.35, 00.35 «BFF. Пушистые друзья». (6+)
10.15, 18.15, 02.15 «Ум и Хрум». (0+)
О вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков. Они обитают на удивительной планете, где всё вокруг состоит из еды. Но Хрум совершенно не знает меры и все время объедается разными вкусняшками, после чего моментально превращается в то, что съел. И теперь уже его умнейшему лучшему другу Уму предстоит выпутываться из разных неприятностей.
11.30, 19.30, 03.30 «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)
Куклы-подружки и их малышки-сестрички должны научиться не только веселиться, но и вместе преодолевать трудности.

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00, 12.00, 18.00 «Иван Царевич и Серый Волк 3». (6+)
07.20, 13.20 «Иван Царевич и Серый Волк 4». (6+)
09.00, 15.00 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
10.20, 16.20 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
Как всегда, конь Юлий вляпался в историю. А заодно и Князю удружил - они случайно поменялись телами, конечно, не без помощи старой знакомой - Бабы Яги и небольшого колдовства. Теперь Юлий заседает во дворце и благоустраивает Киев, а Князь пашет поле. Вот такие игры престолов.
19.25, 20.45 «Три кота». (0+)
20.00 «Чебурашка». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. (6+)
06.15 «В. ДАВЫДОВ И ГОЛИАФ». (0+)
06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.35 Простые чудеса. (12+)
08.35 Паломница. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.45 Лето Господне. Сретение Господне. (6+)
14.25 Лётчик. Бард. Герой. Монах. Четыре судьбы Валерия Буркова. 12+)
15.20 Русский мир. (12+)
16.25 «О ТЕХ, КОГО ПОМНЮ И ЛЮБЛЮ». (6+)
СССР, 1973 г.
18.00, 00.15 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.30 Щипков. (12+)
19.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.55, 04.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
21.55 «21». Мультфильм. (16+)
22.05 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (0+)
00.05 День Патриарха. (0+)
01.35 Щипков. (12+)
01.45 Банзай, Николай! Русский апостол Японии. (6+)
02.45 Помощники командира. Капелланы Северного Флота. (0+)
03.25 Курск. Двадцать лет спустя. (16+)

Православный календарь

15 февраля
Неделя мясопустная, о Страшнем суде.
Глас 3.
Сретение Господа Нашего Иисуса Христа.

Собор святых Пермской митрополии.

Поста нет. Заговенье на мясо.

« Цель Пришествия Христа на землю состояла в том, чтобы освободить человеческие души от обладавшего ими греха и восстановить в нас Божественный образ».
Свт. Игнатий Брянчанинов

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

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
12+
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 15 февраля, в воскресенье.

«…и благодать Божия была на Нем»

А когда исполнились дни очищения их по закону Моисееву, принесли Его в Иерусалим, чтобы представить пред Господа, как предписано в законе Господнем, чтобы всякий младенец мужеского пола, разверзающий ложесна, был посвящен Господу, и чтобы принести в жертву, по реченному в законе Господнем, две горлицы или двух птенцов голубиных. Тогда был в Иерусалиме человек, именем Симеон. Он был муж праведный и благочестивый, чающий утешения Израилева; и Дух Святый был на нем. Ему было предсказано Духом Святым, что он не увидит смерти, доколе не увидит Христа Господня. И пришел он по вдохновению в храм. И, когда родители принесли Младенца Иисуса, чтобы совершить над Ним законный обряд, он взял Его на руки, благословил Бога и сказал: Ныне отпускаешь раба Твоего, Владыко, по слову Твоему, с миром, ибо видели очи мои спасение Твое, которое Ты уготовал пред лицем всех народов, свет к просвещению язычников и славу народа Твоего Израиля. Иосиф же и Матерь Его дивились сказанному о Нем. И благословил их Симеон и сказал Марии, Матери Его: се, лежит Сей на падение и на восстание многих в Израиле и в предмет пререканий, – и Тебе Самой оружие пройдет душу, – да откроются помышления многих сердец. Тут была также Анна пророчица, дочь Фануилова, от колена Асирова, достигшая глубокой старости, прожив с мужем от девства своего семь лет, вдова лет восьмидесяти четырех, которая не отходила от храма, постом и молитвою служа Богу день и ночь. И она в то время, подойдя, славила Господа и говорила о Нем всем, ожидавшим избавления в Иерусалиме. И когда они совершили все по закону Господню, возвратились в Галилею, в город свой Назарет. Младенец же возрастал и укреплялся духом, исполняясь премудрости, и благодать Божия была на Нем. (Лк, 2:22-40)

У данного повествования сразу несколько основных героев. Это, конечно же, Богомладенец Иисус, Его Пречистая Матерь и старец Симеон. Согласно преданию, Симеон входил в число переводчиков, которым было поручено переложить еврейский текст Ветхого Завета на греческий язык. Молодому на тот момент Симеону досталась книга пророка Исайи, где говорится, что Дева зачнет без мужского участия Спасителя и родит Его, оставшись чистой. Переводчик не поверил словам Писания и решил заменить слово «Дева» на выражение «молодая женщина», но был остановлен ангелом, сказавшим, что Симеон своими глазами увидит, как сбудется пророчество. Симеон прожил долгую жизнь. И вот, наконец, старец под действием Духа Божия приходит в Иерусалимский храм и встречает там Деву Марию с Богомладенцем на руках. Происходит Сретение, то есть встреча, Симеона и Христа, а в их лицах и двух эпох. Ветхого и Нового заветов.

И что же мы видим? Исключительно взаимное доверие и огромную благодарность. В Спасителе старец находит также светлую надежду на то, что в этот мир возвращается благодать Божия. Этот мир будет наконец-то освящен и исцелен. Младенец Христос с доверием принимает объятия и благословение Симеона. Спаситель не отвергает Ветхий Завет, но как будто наполняет его жизнью, в лице Симеона благодарит за все дары и подвиги ветхозаветных праведников.

И в данном отношении мы можем делать не только богословские, но и нравственные выводы. Например, по поводу того, как должны выглядеть отношения между поколениями. Господь призывает нас к взаимному уважению и доверию. Старшее поколение, несомненно обладающее опытом жизни, должно им делиться, но его не навязывать. От молодого поколения Господь ждет уважения, вдохновения, нового видения и благодарности, но никак не презрения. Пусть же в день Сретения Господь даст нам почувствовать настоящую мудрость, которая благословляет жизнь и не боится смерти.

Комментирует священник Антоний Борисов

Фото предоставлено радио «Вера» и www.shutterstock.ru

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОД ОКНА ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, Al, дерево
Ремонт окон, балконов, жалюзи
пенсионерам – скидка до 35%
СЕЗОННЫЕ СКИДКИ
• ОТДЕЛКА • УТЕПЛЕНИЕ • КРЫШИ • ШКАФЫ
8 (495) 740-76-09
8 (495) 941-96-29

ДВЕРИ

ДВЕРИ ЗАВОДСКИЕ «АМПИР»
ВХОДНЫЕ, МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ
Шкафы, шкафы-купе, антресоли, кухни стандартных и нестандартных размеров
◆ Обивка дверей
◆ Замена, врезка замков
◆ Замер, установка
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО
МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ от 19 000 ₽
СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 8 (499) 408-40-71
МЕЖКОМНАТНЫЕ от 3 000 ₽

ЗНАКОМСТВА

■ 8 (926) 138-24-00 ЗНАКОМСТВА! НАДЁЖНЫЕ! Для общения, встреч, совместной жизни! Москва и ближайшее Подмосковье. Звоните! Тел.: 8 (926) 138-24-00

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (965) 386-47-09 **Московская СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ клопов, тараканов, грызунов, плесени, запахов и последствий затопления. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – договор. Работаем 24/7. СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ. Москва, область. Тел.: 8 (965) 386-47-09**

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч.: вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

■ 8 (985) 210-25-63 Адвокаты. Уголовные, гражданские дела. Арбитраж. Банкротство. Споры по наследству, недвижимости, земле. Раздел имущества супругов. Расторжение и признание недействительными договоров. Выписка из квартир. Возврат квартир. Защита по любым уголовным делам на следствии и в суде. Тел.: 8 (985) 210-25-63

МЕБЕЛЬ

■ 8 (495) 771-28-64 ОБИВКА, РЕСТАВРАЦИЯ МЕБЕЛИ В ЦЕХУ и ДОМА. ВЫБОР ТКАНИ, КОЖЗАМ, КОЖА. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8 (495) 771-28-64

■ 8 (916) 526-99-32, 8 (925) 421-92-32 Перетяжка мягкой мебели. Ремонт любой мягкой мебели с гарантией. Большой выбор обивочной ткани. Замена наполнителя, механизмов. Оценка по фото. Тел.: 8 (916) 526-99-32, 8 (925) 421-92-32.

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

■ 8 (925) 504-54-71 Абсолютно любой ремонт мягкой и корпусной мебели. Тел.: 8 (925) 504-54-71

АВТО

■ 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00 **АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДЕРЖАННЫЕ автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с учёта. ЭВАКУАЦИЯ – Москва, МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЁТ НА МЕСТЕ. ВЫКУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ. Тел.: 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00**

■ 8 (926) 032-69-99 АВТОВЫКУП ОЧЕНЬ ДОРОГО!!! В любом состоянии, все марки: битые, целые, горелые, кредитные, залоговые купим очень дорого!!! Порядочность 100%. Снимаем с учёта, деньги сразу. Тел.: 8 (926) 032-69-99

■ 8 (926) 888-54-66 КУПЛЮ: «Волга» любой модели, «Жигули» любой модели в любом состоянии, «Москвич», «Ока», «Газель», иностраные любые. Куплю в день обращения, порядочность гарантирую. Валерий Иванович. Тел.: 8 (926) 888-54-66

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП www.n-help.ru
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ
ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА
Доезд врача в течение часа
Москва и Подмосковье
Мотивируем на лечение
8-925-008-97-53 Анонимно, 24/7
ООО «Первый шаг». ИНН 5040190043 Лиц. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКУПКА
КУПИМ ДОРОГО
✓Награды, знаки, медали, монеты, часы, шкатулки.
✓ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР.
✓БУДДУ, сервизы, бронзу, картины, книги, открытки.
✓АВТОГРАФЫ, янтарь, фото,
✓архив и др. ✓ВЫЕЗД 24ч
8(903) 666-33-55

ДОРОГО КУПИМ
• ИКОНЫ. ФАРФОР.
• СТАТУЭТКИ (можно с дефектами).
• КАРТИНЫ И РАМЫ ОТ НИХ
• ПАТЕФОНЫ. ПЛАСТИНКИ
• СЕРЕБРО. ЗОЛОТО (изделия, лом)
• Портсигары. Подстаканники
• Часы. Знаки. Архивы и др.
Выезд 24 ч, оплата сразу!
8 (903) 964-67-77

НАДЁЖНО. ДОРОГО. КУПЛЮ
Сервизы (остатки), вазы. Статуэтки (с дефектом) из фарфора, чугуна, кости. Иконы. Подсвечники. Часы. Подстаканники. Значки. Награды. Марки. Пластинки. Янтарь. Предметы интерьера из Китая.
Выезд. Оплата сразу.
8 (916) 359-05-00

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО
• Награды • Значки
• Наградные знаки • Монеты
• Банкноты • Подстаканники
• Статуэтки • Иконы • Игрушки СССР
• Кортики • Сабли • Интересные антикварные старинные предметы, или коллекции
ВЫЕЗД и ОПЛАТА СРАЗУ
8 (985) 179-79-30
ВЛАДИМИР

КУПЛЮ ДОРОГО
ВЫЕЗД
Книги, ёлочные игрушки, бижутерию, фарфор. сервизы, статуэтки, ЗОЛОТО до 10 000 руб./г, СЕРЕБРО до 500 руб./г, иконы, мельхиор, значки, монеты, открытки, фото, часы, хрусталь, марки, Китай, банкноты и другой винтаж.
8 (905) 796-72-32

■ 8 (906) 025-95-00 **Бижутерию, значки, часы, монеты, серебро, подстаканники, портсигары, мельхиор, фотоаппараты, книги, открытки, фото, статуэтки, сервизы, фарфор, коронки, янтарь, самовары, ёл. игрушки, пластинки, кассеты, хрусталь, духи, золото, марки, автографы, юб. рубли, иконы, грамоты и мн. др. дорого. Тел.: 8 (906) 025-95-00**

■ 8 (916) 993-36-64 Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, коньяк СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластинки и статуэтки из бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

■ 8 (985) 938-08-26 **Грампластинки, аудиотехнику, проигрыватель грампластинок, фирменные аудиодиски CD различных стилей и направлений музыки, куплю. Тел.: 8 (985) 938-08-26**

■ 8 (916) 993-36-64 Времён СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, прейскуранты, акции времён приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, боны и купюры, векселя, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93, **СПАСИБО ЗА ЗВОНОК. КУПЛЮ: открытки, фото, плакаты, афиши, картины, графику, документы, архивы, автографы, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора, стекла, металла. А также ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Книги, журналы до 1945 г. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93**

■ 8 (903) 544-38-10 **Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будд, нагруд. знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей**

■ 8 (916) 809-01-04 **Военную форму, форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, трофеи ВОВ. Старые знаки, награды, монеты. Архивы. Иконы, самовары, картины, чугунное и бронзовое литьё, ел. игрушки, портсигары, бюсты, антиквариат. Тел.: 8 (916) 809-01-04.**

■ 8 (905) 777-77-53 Ковры. Мебель. КНИГИ. ЧАСЫ. МАСКИ. Посуду. СТАТУЭТКИ, Гжель. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. РОГА. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУВЕНИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8 (905) 777-77-53

■ 8 (925) 626-97-59 ДУХИ, открытки, статуэтки, чайную посуду, фотоаппараты, магнитофоны, аудиокассеты, ГРАМПЛАСТИНКИ, патефоны, часы, знаки, медали, ВАЗЫ, подстаканники, самовары, детские и ёлочные игрушки, хрусталь, монеты, картины, ИКОНЫ, статуэтки, ювел. изделия. Оплата сразу. Тел.: 8 (925) 626-97-59, Геннадий

8 (495) 643-72-12 Куплю книги, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1945 г., бижутерию, генеральскую форму, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. **Тел.: 8 (495) 643-72-12**

■ 8 (964) 585-40-04 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели автомобилей, ёлочные игрушки, иудаику и любой антиквариат. Тел.: 8 (964) 585-40-04

■ 8 (495) 508-53-59 Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

■ 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. Инструмент, метчики, плашки, тиски, станки, др. Тел.: 8 (916) 774-00-05, Дмитрий

■ 8 (968) 525-34-12 Куплю в Москве и Московской области: книги букинистические и антикварные, фотографии, открытки, карты географические, рисунки, литографии, гравюры, живопись, архивы, плакаты, советский и русский фарфор и другой антиквариат. Тел.: 8 (968) 525-34-12, Олег

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. **Тел.: 8 (495) 721-41-46**

■ 8 (925) 403-68-83 Куплю пластинки. Тел.: 8 (925) 403-68-83

■ 8 (925) 514-36-14 Самовары. Фарфор, ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. Гжель. «Мадонну». Хрусталь. Богемию. Серебро, мельхиор. Вазы. СТАТУЭТКИ. Ножи. Пив. кружки. Подстаканники. Керос. лампы. Портсигары. Сигареты. МАГНИТОФОНЫ, CD, кассеты, пластинки. МУЗ. ЦЕНТРЫ, приёмники, плееры. Муз. инструменты, АККОРДЕОН. ПАТЕФОНЫ. Фотоаппараты, ОБЪЕКТИВЫ. БИНОКЛИ. Видеокамеры. ЧАСЫ. СТАРЫЕ: ФОТО, ОТКРЫТКИ. Диафильмы. Печат., швей. машин. Иконы. Картины. ЗНАЧКИ. ЮБИЛЕЙ. РУБ. ПЕРЬЕВ. РУЧКИ. Готовальни. БИЖУТЕРИЮ, БРОШИ. ДУХИ. Шкатулки. Ковры. Моб. телефоны. Kinder. КУКЛЫ. Мод. машин, желез. дороги. ЁЛОЧН. ИГРУШ. Дет. книги и др. Тел.: 8 (925) 514-36-14

■ 8 (903) 678-15-44 Мебель. Ковры. ЧАСЫ. КНИГИ. МАСКИ. РОГА. Посуду. СТАТУЭТКИ, Гжель. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУВЕНИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8 (903) 678-15-44

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ
РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
8 (495) 177-45-76
8 (901) 519-52-48
Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ
• Ремонт любой сложности
• Ремонт подсветки
• Настройка каналов
• Настройка приставок
• РЕМОНТ АНТЕННЫ
• Замена штекера
• Замена разветвителя для антенны
• Протяжка телевизионного кабеля
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. ГАРАНТИЯ
8 (977) 575-85-64

РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ
Пенсионерам СКИДКА до 50% Бесплатный ВЫЕЗД
☎ 8 (495) 106-25-69

■ 8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28 РЕМОНТ НА ДОМУ холодильников, бытовых, промышленных. Ремонт стиральных, посудомоечных машин. Ремонт газовых плит, варочных панелей. Ремонт электрических плит, духовых шкафов. Ремонт телевизоров, антенн. Ремонт швейных машин, оверлоков. Гарантия. Скидки. Тел.: 8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28

■ 8 (499) 703-41-94 **Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94**

■ 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ стиральных машин любой сложности
Вызов и диагностика БЕСПЛАТНО
Скидки пенсионерам!
8-495-545-15-79

■ 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48 **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48**

■ 8 (499) 394-06-57 **Ремонт, установка, настройка: компьютеров, ноутбуков, Apple, планшетов, смартфонов, телевизоров, стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электро- и газовых плит, СВЧ. Услуги сантехника, электрика, муж на час, ремонт квартир. Гарантия, качественно, пенсионерам скидка 30%! Тел.: 8 (499) 394-06-57**

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ
В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!
8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

БЕЛОРУССКАЯ БРИГАДА
Строительство домов, снос старых домов, вывоз мусора, подъём домов, сайдинг, замена кровли, лаг, полов, крыш, установка фундамента, монтаж забора, хозблоков и пристроек.
РЕМОНТ КВАРТИР: сантехник, электрика, плитка, штукатурка, обои евроремонт и ремонт под ключ
8 (920) 009-00-86, Николай
8 (963) 676-41-92, Дмитрий
Пенсионерам и инвалидам скидка 15%

ЗАМКИ
ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ
(495) 740-21-51
круглосуточно

ЭМАЛИРОВКА ВАНН
☑ Любой цвет
☑ Любое состояние
8 (985) 764-82-32
8 (495) 502-43-61

Ключ-Сервис
ЗАМКИ
Обивка дверей
8(495)997-91-37

■ **8 (495) 978-03-44** РЕМОНТ КОМНАТЫ ИЛИ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО И ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

■ **8 (965) 161-74-85** Ремонт комнат, кухни, коридоры, поклейка обои, укладка ламината, линолеума, натяжные потолки, покраска стен и потолков. Доставка материалов. Тел.: 8 (965) 161-74-85

■ **8 (985) 723-87-03** Домашний мастер. Тел.: 8 (985) 723-87-03

■ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Без предоплаты! Поклейка обоев любых видов за 1 день. Малярка, покраска, ламинат, натяжные потолки, потолки под покраску, ванна под ключ, электрика. Пенсионерам скидки! Во время ремонтных работ соблюдаем чистоту и порядок. Тел.: 8 (966) 099-99-53, 8 (495) 902-77-12, АЛЕКСАНДР И ЛАРИСА

РЕМОНТ КВАРТИР. Со своим материалом или материалом заказчика. Замена полов, ламинат, паркет. Циклёвка. Штукатурные работы. Поклейка обоев. Замена дверей. Санузлы. И РЕМОНТ НА ДАЧАХ. РЕСТАВРАЦИЯ ДОМОВ. СКИДКИ пенсионерам и участникам СВО. **Тел.: 8 (977) 999-87-35, Валерий**

■ **8 (916) 291-42-15** Мастер на все. Тел.: 8 (916) 291-42-15

■ **8 (977) 354-98-39** Ремонт квартир, демонтаж, штукатурка стен и потолков, стяжка, электрика, шпатлёвка, поклейка обоев, укладка ламината, натяжные потолки. Качественно и в срок. Пенсионерам скидки. Доставка материалов. Тел.: 8 (977) 354-98-39, Владимир

■ **8 (916) 471-14-83** Ремонт квартир под ключ. Все виды отделочных работ любой сложности. Качественно и недорого! Штукатурка, стяжка, шпатлёвка, покраска, электрика, сантехника, плитка, ламинат. Ванна под ключ. Гарантия и качество, разметка бесплатно. Пенсионерам хорошие скидки. Буду рад вам помочь. Тел.: 8 (916) 471-14-83, Павел

■ **8 (905) 557-77-37** Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ
СМЕНА: ОТ 1540 РУБЛЕЙ + % ОТ ТОВАРООБОРОТА
☑ Ежедневный аванс: ДО 750 РУБЛЕЙ
☑ Бесплатное общежитие, заселение в день обращения
☑ Место работы: киоски в разных районах Москвы
☑ Приветствуем кандидатов «серебряного возраста»!

ЖДЕМ ВАС С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ С 10.00 ДО 18.00
МЕТРО «МАРЬИНА РОЩА», УЛ. ПОЛКОВАЯ, Д. 3, СТР. 2, ПОДЪЕЗД 1
Телефоны для связи: 8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

ПРИГЛАШАЕМ:
ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

З/п от 150 000 – 170 000 руб.
График: 4 дня в неделю (Москва и МО)
- Получение печатной продукции на складе в Москве, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Знание Москвы и МО, наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09 Антон Юрьевич

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ
Мы предлагаем:
☑ **Работу в крупной и развивающейся компании!**
☑ **Стабильный оклад 35 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
☑ **Выдача заработной платы два раза в месяц, БЕЗ ЗАДЕРЖЕК;**
☑ **НАДБАВКУ ЗА СТАЖ работы в кампании;**
☑ **Подходящий вам график работы:** 6/1 и 2/2;
☑ **Удобное местоположение киоска** (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
☑ **Вакансия подходит ДЛЯ КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**

ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ И ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!
Телефоны для связи:
8 (967) 292-04-91, 8 (925) 507-46-48

■ **8 (964) 921-51-67** Необходим помощник женщине-предпринимателю. Рассматриваем кандидатов пенсионного возраста с активной жизненной позицией. Неполный рабочий день. Тел.: 8 (964) 921-51-67, Ирина

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТРИТУАЛ
СРОЧНЫЙ ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч.
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ.
КРЕМАЦИЯ.
Тел.: 8 (916) 797-29-40,
8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. **Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72**

КУПЛЮ

■ **8 (999) 715-35-60** КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны, йены, шекели, канадские доллары старого образца и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, часы. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

■ **8 (495) 723-19-05** Куплю механические часы. Любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Тел.: 8 (495) 723-19-05

■ **8 (915) 033-00-01** Куплю измерительные приборы времён СССР: осциллографы, частотомеры, генераторы, вольтметры, анализаторы и т. д. Приборы КИПиА. Радиодетали. Радиостанции. Состояние любое. Дорого. Тел.: 8 (915) 033-00-01

■ **8 (903) 103-15-93** Куплю РАДИОДЕТАЛИ любые б/у и новые. Платы от любой радиотехники. Реле, разъёмы, пускатели, эл. автоматы, провода б/у в изоляции, трансформаторы б/у. Посуда мельхиор (МНЦ) б/у, часы наручные (СССР) в жёлтом корпусе, подстаканники. Тел.: 8 (903) 103-15-93

СООБЩЕНИЯ

■ Аттестат, выданный Профильной математической школой № 21 Севастопольского района г. Москвы на имя Меньшиковой Анны Алексеевны, в связи с утерей считать недействительным.

НЕДВИЖИМОСТЬ

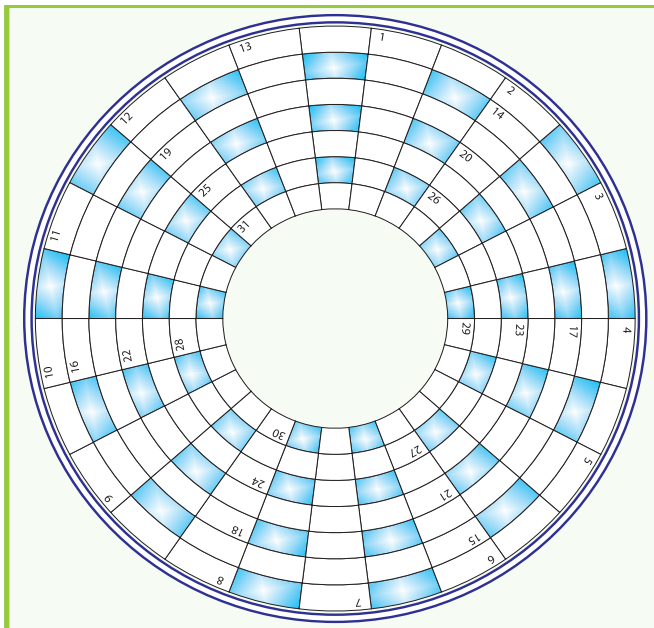
■ **8 (903) 515-85-33** Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина.

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ **8(495) 589-00-78** Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:
8 (495) 792-47-73

КРУГОВОЙ



По кольцам: 4. «Отец родной» крепостным. **8.** «Будто ... проглотил» (неестественно прямой). **12.** Подмостки поп-звезд и юмористов. **14.** «Рукав» железнодорожного пути. **15.** Крутой киногерой Чака Норриса. **16.** Выкручивание мокрого белья. **17.** Засасывающий песок или трясина. **18.** Бискайская часть Атлантического океана. **19.** Дон Кихот как отпрыск дворян испанских кровей. **20.** Героиня Лайзы Миннелли в фильме «Кабаре». **21.** Национальная ... характера. **22.** Боковая поверхность насыпи. **23.** «Аппликация», искусно нашитая на дыру. **24.** «Убыточный» математический знак. **25.** Геометрическая сущность пружины. **26.** «Бутылочки» боулинга. **27.** Ласковое наименование кошки. **28.** Человек, откликающийся на зов вместе с вами. **29.** Богаты витаминами. **30.** «Закаленный сплав» Павки Корчагина. **31.** Пояснение автора произведения к тексту (обычно в скобках).

От внешнего кольца к внутреннему: 1. Вместе с Вегой и Денебом эта звезда образует так называемый большой летний треугольник. **2.** Брат-близнец Небоськи из Цветочного города. **3.** Советский пижон 50-60 годов. **4.** «Слепой» кот из сказки про золотой ключик. **5.** В нем жили Спартак из Рима и дядя Том из хижины. **6.** «Драчливые палочки» ниндзя. **7.** Выпускница театрального вуза. **8.** Горький описал этот райцентр в повести «Городок Окуров». **9.** Небольшая мелко сидящая баржа. **10.** Впервые услышанная информация. **11.** Бурлящая горячая ванна. **12.** Тайный посланник. **13.** Доведенный до крайности драматизм.

Ответы. По кольцам: 4. Барин. 8. Аршин. 12. Эстрада. 14. Ветка. 15. Уокер. 16. Отжим. 17. Зыбун. 18. Заиф. 19. Мдамбро. 20. Санчо. 21. Нефта. 22. Откос. 23. Латка. 24. Минус. 25. Спирали. 26. Кегли. 27. Киска. 28. Тезка. 29. Овощи. 30. Сталь. 31. Ремарка. **От внешнего кольца к внутреннему:** 1. Альтаир. 2. Авоська. 3. Гингра. 4. Базилио. 5. Рабство. 6. Нунчаки. 7. Актриса. 8. Арзамас. 9. Шаланда. 10. Новость. 11. Джакузи. 12. Эмиссар. 13. Тарзим.

Любовь за шахматной доской

Чтобы найти главное, нельзя отвлекаться на второстепенное.

Это правило засело в моей голове с детства, когда я увлеклась шахматами. Вернее, шахматистом Сашей, мальчиком из нашего двора. Собственно, из-за него я и стала тем, кем стала.

Играю белыми

Мне было лет шесть, когда папа решил познакомить меня с шахматами.

– Это один из самых полезных видов спорта, – рассуждал он. – Игра сильных, целеустремленных и ответственных людей.

Но особого интереса к шахматной игре я тогда не проявила, хотя основам игры все же научилась. А потом случилась история, изменившая мое отношение к шахматам.

У мамы была приятельница, которая жила с сыном в нашем дворе. Когда мама шла в гости к подруге, то часто брала и меня. Взрослые уединялись на кухне, чтобы вести свои бесконечные разговоры про жизнь, а нас с Сашкой усаживали за журнальный столик, где и была шахматная доска с расставленными фигурами. Саша был старше меня на несколько лет, занимался в кружке, участвовал в турнирах и каждый раз вежливо спрашивал:

– Какими будешь играть – белыми или черными?

– Мне все равно, – смущалась я.

– Значит, белыми, – с легкой снисходительной улыбкой Сашка отдавал мне право первого хода, зная, что на исход игры это никак не повлияет.

Мы играли в полной тишине. До сих пор помню запах тех шахмат, его красивые руки и смесь восторга и ужаса, которые я испытывала, случайно встретившись с ним взглядом. Это была первая любовь. А он не обращал внимания на маленькую девочку. И тогда я решила доказать, что тоже смогу добиться успеха в шахматах.

Играю чёрными

Сама не заметила, как шахматы захватили меня. Через год я уже неплохо выстраивала изящные комбинации и успешно ставила противнику мат. С Сашей мы виделись все реже и реже.

А потом вообще его семья уехала в другой район. Мама с подругой теперь общалась больше по телефону.

Шло время, я играла в шахматы и не забывала о своей первой любви. И вот однажды мы встретились с ним на шахматном турнире. Когда я увидела его среди участников, сердце заколотилось.

– Привет! Ты тоже здесь? – удивился он.

– Здравствуй, решила попробовать свои силы, – засмущалась я.

– Помню, как мы играли в детстве и ты никогда не хотела проигрывать, держалась до последнего. Буду болеть за тебя, – улыбнулся Саша и направился к своей команде.

Я села за стол, сделала первый ход и вдруг почувствовала на себе его взгляд. Повернула голову и увидела его глаза – те самые, которые когда-то заставили меня затаить дыхание. Он улыбнулся и ободряюще кивнул. В этот момент поняла, что не просто хочу выиграть, а хочу показать ему, что я выросла и стала ему достойным соперником.

Игра шла напряженно. Наконец я сделала решающий ход.

– Мат! – произнесла я с гордостью и повернулась к Саше.

По выражению его лица поняла, что мне удалось произвести на него впечатление.

А потом мы поменялись местами, и уже я переживала за Сашку.

После игры мы нашли время для общения. Саша интересовался моей жизнью и увлечениями, а мне было интересно все, что касалось его. Он разговаривал со мной на равных, и я чувствовала себя на седьмом небе от счастья.

– Не хочешь сыграть со мной? – вдруг предложил он. – Вспомним детство.

– Хочу, – согласилась я после секундного замешательства. – Только теперь ты будешь играть белыми.

Мы сели за дальний столик и расставили фигуры.

– Мне нравилось тогда играть с тобой, ты была такая упертая, – сказал Саша и разыграл дебют.

– Ты был первым, кто заставил меня полюбить шахматы, – ответила я и сделала ход.

Саша улыбнулся. В этот момент к нашему столику подошла симпатичная девушка с длинным хвостом и, приобняв Сашу, спросила:

– Ты скоро? Мы ж в кино опаздываем.

Он виновато посмотрел на меня и за два хода поставил шах и мат.

– Прости, мне надо идти. До встречи на турнирах.

Я кивнула и отвернулась, чтобы скрыть слезы.

Ход белой королевы

С тех пор прошло много лет. Жизнь раскидала нас по городам и весям. Мы потеряли связь. Я продолжала играть в шахматы, но на соревнованиях мы больше не пересекались. И вот однажды на турнире судьба свела нас вновь. Я неотрывно смотрела на Сашу. Он мало изменился, разве что другая прическа, все такой же обаятельный и интеллигентный. В тот день я не решилась подойти к нему. Мы столкнулись с ним нос к носу на следующий день в холле выставочного центра, где проходил турнир.

– Неужели это ты? – с неподдельной радостью бросился ко мне Саша. – Невероятно. Встреча с тобой – это особенное событие.

И словно не было тех лет разлуки, мы радовались каждой минуте общения, не могли наговориться и не хотели расставаться.

– Белыми или черными? – заговорщически спросил меня Саша вечером за ужином и достал из сумки шахматную доску.

– Мне все равно, – рассмеялась я.

– Значит, белыми.

Я старалась сосредоточиться, но мысли не позволяли полностью отдаться игре.

– Ты всегда обыгрывал меня, – призналась я. – Но сегодня я настроена решительно.

– Принимаю вызов с огромным удовольствием, – улыбнулся Саша.

Это была не столько игра, сколько способ восстановить утраченные отношения.

– Ты – достойный соперник, – кивнул мне Саша и сделал неожиданный ход.

Шахматы научили меня главному: сначала думать, а потом ходить. Я попыталась взглянуть на расстановку фигур как бы со стороны. Королева. Вдруг в памяти всплыли слова отца из далекого детства: «Как ходит королева? Она ходит, как хочет. По настроению, по велению души». А что, если?..

Саша присвистнул и посмотрел на меня с удивленным восхищением:

– Предлагаю ничью.

– Согласна!

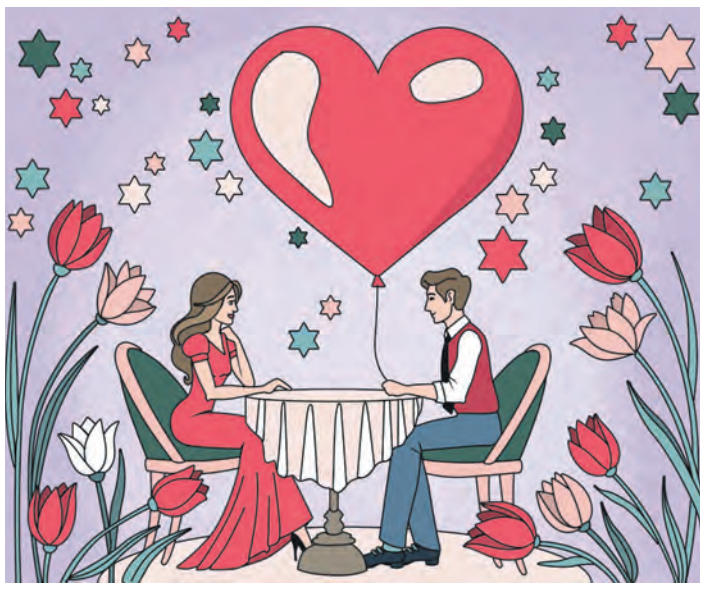
Так завершилась та шахматная партия. Ну а наша личная партия с Сашей с той встречи длится до сегодняшнего дня...

ГАЛИНА

> **Всё, что неожиданно изменяет нашу жизнь, – не случайность. Оно – в нас самих и ждёт лишь внешнего повода для выражения действий».**
>
> **Александр Грин**

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

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Романтическое свидание

Даже в самую холодную зиму согреет сердце романтическое свидание.

Ответы: цветок слева, лист у верхнего цветка слева, низ платья, цвет скатерти, жилетка, блики на шаре, звездочки рядом с ним слева, звездочка справа вверху, размер верхнего цветка справа, цвет нижнего цветка справа.

М24 >>>> ТЕЛЕКАНАЛ М24 >>>> М24

ТЕЛЕКАНАЛ М24 >>> М24 >>> ТЕЛЕКАНАЛ М24

УТРО В МОСКВЕ

МОСКВА24

18+
Реклама

Свидетельство о регистрации СМИ телеканал «Москва 24» ЭЛ № ФС 77 - 89951, выданное 15.08.2025 Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

ТЕЛЕКАНАЛ М24 >>> М24 >>> ТЕЛЕКАНАЛ М24

М24 >>>> ТЕЛЕКАНАЛ М24 >>>> М24

Дышать, чтобы жить:

аппарат Фролова спасает сердце и сосуды

Мне 65, а чувствую себя, как корабль, потрепанный десятком штормов: был инфаркт, давление скачет, одышка. Таблетки глотаю горстями. Кардиолог говорит, что «изношены сосуды». А я вот слышал, что есть какой-то аппарат, в который если дышать, латает сосуды и сердце. Если правда, расскажите, что за чудо-трубочка такая, которая сильнее лекарственной химии?

Николай Семёнович, Волгоград

Владимир Фролов

Состояние, которое описал наш уважаемый читатель, – увы – знакомо миллионам людей по всей Земле. Сердце «барахлит», сосуды «засоряются», каждый подъем по лестнице – подвиг. Врачи при таких симптомах обычно стараются «подлатать» там, где вот-вот порвется: таблетка от давления, разжижитель крови, ингалятор от одышки. Но, как доказал российский учёный-биофизик Владимир Фролов, можно забыть о болезнях, устранив корень проблемы.

Его идея проста и гениальна: чтобы исцелить организм, нужно не забрасывать в него что-то извне, а разбудить собственные внутренние резервы. Он считал, что ключ к здоровью – особый режим дыхания, тренирующий сосуды и насыщающий кровь кислородом. Так в 1993 году появилась революционная теория эндогенного дыхания.

Кстати, в 2019 году принцип работы Фролова – адаптация клеток к нехватке кислорода (гипоксии) – был подтвержден Нобелевским комитетом. Правда, премию получил не он, хотя к тому времени уже без малого два десятилетия больные-сердечники в России избавлялись от своего недуга с помощью дыхательного тренажера Фролова.

На сегодняшний день дыхательный тренажер Фролова – зарегистрированное медицинское изделие, рекомендованное к применению Приказом Минздрава РФ.

Его эффективность подтверждена патентами, клиническими испытаниями в ведущих институтах России и многолетней практикой.

Что такое эндогенное дыхание и почему оно лечит?

Образно говоря, эндогенное дыхание запускает внутреннюю аптеку организма.

Тренажер Фролова создает небольшое сопротивление вдоху и выдоху, а его конструкция – воздушную смесь с повышенным содержанием углекислого газа и пониженным – кислорода.

При такой «управляемой гипоксии» легкий дефицит кислорода активирует выработку собственных стволовых клеток, укрепляет стенки сосудов, повышает их эластичность. Результат: нормализация давления, снижение риска атеросклероза, инфаркта и инсульта. А все потому, что кровь становится менее вязкой, улучшается микроциркуляция, эритроциты не слипаются – тромбы не образуются, кровь лучше переносит кислород, а значит, клетки получают больше питания и энергии.

К слову, дыхательный тренажер Фролова лечит не только сердце, но и астму, хронический бронхит, ХОБЛ, потому что тренирует дыхательную мускулатуру, увеличивая жизненную емкость легких, снимает бронхоспазмы.

Терапия, встроенная в привычную жизнь.

Для того, чтобы запустить исцеление изнутри, не надо ни лежать в стационаре, ни ходить на процедуры в поликлинику. Достаточно просто дышать через тренажер Фролова 15-20 минут в день.

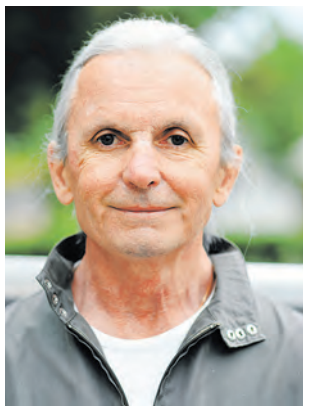
Чтобы каждый россиянин мог использовать для оздоровления дыхательный тренажер Фролова, Производитель запустил социальную программу, в рамках которой можно заказать прибор по льготной цене. Ее участниками могут стать все, кто устал от бесконечных таблеток, опасается повторного инфаркта или инсульта, хочет избавиться от одышки и вернуть себе бодрость.

Узнать больше о дыхательном тренажёре Фролова и оформить заказ можно, позвонив по бесплатному телефону горячей линии: 8-800-300-77-70. Назвав оператору кодовую фразу «ДЫХАНИЕ ЖИЗНИ №1623», можно получить прибор по льготной спеццене с 4 февраля до 4 марта 2026 г*.

НА ЗАМЕТКУ: Эндогенное дыхание с тренажером Фролова также показало высокие результаты при лечении суставов, щитовидной железы, желудочно-кишечного тракта, нервной системы, для улучшения памяти. Если вы слышали про системы Бутейко и Стрельниковой, то они действуют по тому же принципу, что и тренажер Фролова. Но с тренажером никаких упражнений вам делать не потребуется!

Алла Борисовна, г. Краснодар

Бронхитами болела давно, а со временем они переросли в астму. Вечно сидела на таблетках и ингаляторах, без них боялась день прожить. Но печень с возрастом тоже не молодеет. Вот и решила попробовать применять тренажер Фролова. Это мое спасение! После его использования легкие, как новенькие: никакого клокотания в них. Дышу на полную грудь. Силы вернулись, по ночам нормально сплю, разве это не радость?!



Антон Валерьевич, г. Калуга

– Антон, Вы сказали, что инфаркт стал для Вас неожиданностью?

– Представьте себе, я здоровым как бык был, в поликлинике не появлялся, пока меня не шарахнуло! Я превратился в задыхающегося старика, то и дело хватающегося за грудь!

– Одышка появилась?

– И она, родимая. И аритмия, и стенокардия со сдавливанием в груди. Поэтому я стал применять тренажер Фролова. И теперь вновь чувствую себя здоровым человеком: сердце работает как часы, из груди больше не выпрыгивает, болей нет!

Дарья Валентиновна, г. Астрахань

– Вы использовали тренажер Фролова или ваши близкие?

– Брала для мамы. Из-за высокого давления она перенесла инсульт, после него левая сторона тела была частично парализована. Также постоянно случались гипертонические кризы.

– И как состояние мамы сейчас?

– Тренажер Фролова помог очистить сосуды от атеросклеротических бляшек, наладить кровообращение в мозгу. Давление теперь не скачет и угрозы повторного инсульта нет. Соображает мама хорошо, все помнит, нормально разговаривает и спит. Левая сторона тела у нее восстановилась. Может самостоятельно ходить.

ИП Елисеев Максим Анатолиевич. ИНН: 026000669525. ОГРНИП: 325028000136386. 452320, Республика Башкортостан, г. Дюртюли, ул. Садовая 3/69. Регистрационное удостоверение на медицинское изделие № ФСР 2010/0819. *Сроки акции: с 4 февраля по 4 марта 2026 г. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков можно узнать по телефону: 8-800-300-77-70 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ