

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№30
(351)**

ТВ-программа с 1 по 7 августа 2022 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36
КАНАЛОВ
ТВ

**ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
НА АВГУСТ**

стр. 29

**ВСЯ ПАЛИТРА
ОВОЩНОГО
РАГУ**

стр. 16

**КО ДНЮ ВМФ:
АДМИРАЛЫ
ФЛОТА
РОССИЙСКОГО**

стр. 7

**КАК ПОЛУЧИТЬ
ДВА УРОЖАЯ
С ГРЯДКИ?**

стр. 17

**ХУДЕЙТЕ
С ПОДХОДЯЩЕЙ
НАГРУЗКОЙ**

стр. 9

АНГЕЛИНА СТРЕЧИНА

**ДЛЯ МЕНЯ ДЕТСТВО –
СИНОНИМ СЛОВА «СЧАСТЬЕ»** **стр. 2**

12+

Фотограф: Екатерина Гончарова
Визажист: Карина Травина

ISSN 2313-4933



91723134937701 2030

Кажется, что молодую, но уже популярную актрису Ангелину Стречину («Сёстры», «Триггер», «Пищеблок», «Екатерина. Самозванцы») ведёт судьба.

И сама она признается, что многое в ее жизни происходит словно само собой. Она лишь делает шаги, которые продолжают этот путь. На деле все гораздо сложнее: актриса прилагает немало усилий, чтобы состояться в профессии, которая со студенческих лет выдает ей авансы...

Подарок судьбы

– Ангелина, снова подарок судьбы – вас приняли в труппу Московского театра сатиры. Поздравляем!

– Спасибо! Сбылась мечта – служить в театре. случилось это неожиданно. Пришла на премьеру спектакля «Маскарад» в Театр сатиры и познакомилась с худруком Сергеем Газаровым. Результатом этого общения стало предложение вступить в премьерный спектакль «Дядя Жорж» и присоединиться к труппе театра. До сих пор не могу поверить. Хотя поначалу было сложно, поскольку раньше с Сергеем Ишхановичем не были знакомы, и процесс притирки, узнавания друг друга совпал со временем выпуска спектакля.

– Кого-то из артистов, занятых в спектакле «Дядя Жорж», знали раньше?

– Со всеми работаю впервые, но мы все очень быстро нашли общий язык. Вообще, очень хорошая команда у нас! Когда вы вместе находитесь каждый день на протяжении 12 часов, это очень важно.

Первые кинопробы завалила

– На сторонний взгляд, ваша творческая биография складывается весьма удачно. Вы начали сниматься

Ангелина СТРЕЧИНА:

// Для меня детство – синоним слова «счастье»



Кстати

«В минуты усталости рисую и читаю»

– У вас намечаются съёмки сразу в нескольких картинах. Как думаете успевают?

– Да, скоро запускается второй сезон сериала «Пищеблок». Ожидаются съёмки полного метра «Триггера» и еще одной картины, о которой не могу пока говорить. И у нас целая команда людей, кто соединил в единый график на эти полгода и все картины, и еще спектакли в театре. Ведь я пообещала Сергею Газарову, что театр будет в приоритете.

– Случается, что усталость берёт верх над желанием всё успеть?

– Если чувствую, что устала, переключаюсь на другое занятие. Это может быть рисование, плавание, музыка – что угодно. Еще очень помогают книги. Но, конечно, бывает и такое физическое состояние, что я понимаю: «нет, сегодня надо отдохнуть». У киношников есть шутка – «отдохнуть на будущее».



Пожелание читателей «ТЕЛЕКА»

– Лето в полном разгаре. Успейте максимально насладиться теплыми днями. Не теряйте время: катайтесь на велосипедах, роликах, больше плавайте, ходите в походы и устраивайте пикники. Я мечтаю с друзьями устроить пикник настольных игр, собрать много ковриков, игр и выйти на улицу.

маться в кино, будучи студенткой театрального училища. Наверняка многие завидовали...

– Завидовать было странно. Когда меня пригласили на первые кинопробы, если честно, я их попросту завалила. Я совсем не понимала, чего от меня хотят. А в своей первой картине, помню, уходя с площадки, плакала, боялась всех подвести, ведь в кино сумасшедший темп работы, а еще и много особенностей, о которых я тогда совершенно не знала.

– Когда почувствовали себя на площадке уверенно? Помните?

– В картине Дмитрия Иосифова «Екатерина. Самозванцы». Дмитрий Владимирович вместе с артистами много пробует, ищет, обсуждает. Сериал снимался полгода, и было очень сложно. Режиссер не отпускал с площадки, даже если «улетали» из графика. Он работал с нами столько дублей, сколько было нужно для результата. Лишь полгода спустя Дмитрий Владимирович сказал мне: «Ты очень выросла за это время». Для меня это – высшая похвала. До сих пор, е-

ли сложная роль, звоню ему, спрашиваю совета.

Еще одна безусловная ступенька вверх – работа над картиной Павла Григорьевича Чухрая «Воробьиное поле», которая еще не вышла в прокат. Павел Григорьевич работал с нами очень внимательно, «точечно» и на одном дыхании.

Маленькая страна

– А в детство возвращаетесь? Режиссёр, художник-мультипликатор Юрий Норштейн говорил, что надо чаще туда заглядывать...

– Для меня детство – синоним слова «счастье». Последнее время часто думаю о том, что когда у меня будут дети, сделаю все, чтобы они были счастливыми. Потому что детство – это фундамент для будущей жизни. Почему-то часто вспоминаю урок музыки в первом классе. Мы сидим на маленьких стульчиках, комната залита ярким солнцем, и разучиваем песню «Маленькая страна». Я была уверена, что эта песня про нас, про нашу маленькую страну детства, которая укрывает от большого непонятного мира. Это было такое счастье, а прошло уже 20 лет.

– И всё это время, знаю, родители вас под-

держивают. Это тоже счастье...

– Всегда чувствую их опору и огромную любовь. Мало того, они действительно меня поддерживают. Помню, когда был срочный ввод в спектакль «Дачники» в театре Ермоловой, у меня была всего неделя, чтобы выучить текст для трехчасового спектакля, где у меня большие монологи. И я решила, что не успею, откажусь. Но мама убедила, что все получится. Каждый день по несколько часов мы вместе репетировали – мама читала мне текст за всех персонажей. И потом на протяжении полугодия перед каждым спектаклем мама приезжала ко мне с ночевкой, и мы заново проходили пьесу. Когда была премьера, мне кажется, мама испытала стресс больший, чем я, все время переживала, что я забуду текст. Мои родители – люди творческие, преподают спортивно-бальные танцы. Так что творческие волнения для них – дело хоть и привычное, но нервное.

ПОДРОБНОСТИ

«Война семей»: жара в кадре и за кадром

– Ангелина, на телеканале ТНТ начинается показ второго сезона сериала «Война семей» с вашим участием. Съёмки пришлись на сложный 2020 год. Какими они вам запомнились? Как ограничения повлияли (или не повлияли) на работу?

– Весь карантин я провела дома с моей любимой семьей. И так привыкла быть с ними все время рядом, как в детстве, что было поначалу непросто уезжать на съемки второго сезона «Войны семей».

– Ваша героиня вступает в отношения с мужчиной гораздо старше себя, отцом подруги. Как вы считаете, может ли такая пара – с разным культурным кодом, взглядами на жизнь – быть счастливой?

– На мой взгляд, если оба человека находят гармонию во взаимоотношениях, стремятся понять друг друга, поддерживать, то почему бы им не быть счастливыми?

– Наверняка во время съёмок комедии за кадром осталось много смешного,

трогательного. Есть какой-то эпизод, о котором хотелось бы рассказать зрителям?

– Помню, что снимали как-то в сильную жару, а на территории съемочной площадки как раз был уличный бассейн, но в нем почему-то нельзя было купаться. И в один из таких дней нам выпал «счастливый билет», мы с Александром Робаком по сценарию должны были плавать в кадре... Какой же это был кайф!



Наталья АНОХИНА

Егор Бероев стал пилотом

В Москве стартовали съёмки фильма о подвиге Дамира Юсупова – пилота «Уральских авиалиний», который в августе 2019 года после отказа двух двигателей посадил самолёт на кукурузное поле неподалёку от аэропорта Жуковский и спас жизни 233 пассажиров. Картина получила название «На солнце вдоль рядов кукурузы».



Сюжет захватывающего фильма-катастрофы не ограничивается лишь событиями во время того самого рейса, когда самолет при взлете столкнулся со стаей чаек. Зрители узнают подробности судьбы пилота: о первом посещении аэродрома вместе с отцом-пилотом, отказе приемной комиссии авиационного вуза принимать будущего героя по медицинским показаниям – и тем не менее, осуществлении им своей мечты летать. Героями ленты станут также пассажиры рейса, пережившие аварийную посадку самолета. Им после спасения предстоит переосмыслить свою жизнь, научиться ценить близких и не терять веры в чудо.

Создатели фильма при написании сценария активно сотрудничали и советовались с главным героем происшествия – Дамиром Юсуповым. Пилота-героя играет Егор Бероев, кандидатуру которого на эту роль одобрил сам летчик.

Фото пресс-службы фильма

Глафира Тарханова и Алексей Фаддеев сыграли вместе

На канале «Домашний» готовится к эфиру остросюжетная мелодрама «Иду за тобой». В главных ролях здесь заняты Глафира Тарханова и Алексей Фаддеев.

Глафире досталась роль следователя Елены Савиной, которая берется за расследование сложного преступления.

– Одним из самых запоминающихся событий проекта для меня лично будет то, что я снялась вместе с мужем спустя 17 лет после нашего знакомства на съемочной площадке, – рассказала о своей работе над этим фильмом Глафира Тарханова. – Для Алексея всегда было важно разделять семью и карьеру. Наверное, сейчас мы уже доросли до совместной работы: нам комфортно вместе находиться в кадре – там мы не муж и жена, а коллеги.

Фото телеканала «Домашний»



«Морские дьяволы» столкнутся с прошлым

На днях в Санкт-Петербурге по заказу НТВ начались съёмки нового сезона сериала о легендарном контртеррористическом отряде – «Морские дьяволы. Вектор атаки». Как стало известно, новые 24 серии станут сюрпризом для давних поклонников проекта, так как в него вернутся некоторые любимые герои из прошлых сезонов. По сюжету отважные бойцы элитного подразделения Батя (Олег Чернов), Багира (Дарья Юргенс) и Бизон (Иван Паршин), выполняющая очередную задачу по спасению



Родины, вновь столкнутся с опаснейшим врагом – шпионкой Гекатой (Елена Купрашевич), которой каким-то чудом удалось выжить. Чтобы обезвредить Гекату и стоящие за ее спиной западные спецслужбы, нашим героям придется вернуться в прошлое и создать новую команду из выбывших бойцов. Кроме того, теперь Батя и Багира не будут отсиживаться в укрытии, раздавая приказы, – они сами выйдут на передовую, чтобы лицом к лицу встретиться с врагом.

Фото PR НТВ

Звёзд заменят цифровыми двойниками

Напомним, телеканал НТВ планирует в новом сезоне запустить проект под названием «Аватар-шоу».

Выглядеть это будет так: участник, одетый в спецкостюм с датчиками, исполняет песню в тайной комнате. А в это же время на сцене, полностью копируя движения и даже эмоции засекреченного артиста, выступает его двойник – сказочный или мультяшный персонаж.

Отгадывать и судить участников будут Тимур Батрутдинов, Сергей Лазарев, Марк Тишман, Ида Галич. Имя пятого члена жюри пока держится в секрете. Вести «Аватар-шоу», как мы уже сообщали, будет бессменный ведущий «Маски» Вячеслав Макаров, который, кстати, уже успел примерить костюм с датчиками и научился управлять своей виртуальной копией.

Фото PR НТВ

Мария Горбань расскажет, где отдыхать в России

Телеканал СТС готовит премьеру новой передачи о путешествиях – «ИНТУРИСТЫ». От многих других похожих друг на друга проектов она будет отличаться тем, что все поездки проходят на территории России.

Ведущими стали актриса Мария Горбань и юморист Алексей Кривеня. Они побывали на Кольском полуострове, в Дагестане, Костроме, а также Якутии, где были поражены, увидев уникальный природный объект – ледник Булуус. А интересен он тем, что не тает даже в самую жаркую погоду. Летом местные жители устремляются к нему, чтобы насладиться прохладой.

Фото телеканала СТС



Юру Борисова отправили в Якутию

В Якутии начались съёмки фильма «Кончится лето» с Юрой Борисовым и Макаром Хлебниковым в главных ролях.

В центре сюжета – главный герой Кеша (Юра Борисов). Парню 27 лет, он после долгого отсутствия возвращается в поселок. У него за плечами – срок, который он получил, взяв на себя вину младшего брата. Кеша хочет просто жить – найти какую-нибудь работу, а потом решить, как быть дальше. Но не все складывается так, как он мечтает...

Режиссерами проекта выступили Максим Арбугаев и Владимир Мункуев.

– Съёмки фильма полностью проходят в Якутии, некоторые сцены мы хотим снимать на Крайнем Севере – на берегу океана, – рассказал нам продюсер проекта Валерий Федорович. – Это большая экспедиция. Большинство российских сериалов и фильмов снимаются в Москве или вокруг МКАДа – редко, когда кинематографисты идут другими дорогами. А у нас в числе главных героев фильма – дикая и очень красивая природа...

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

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



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Источник коллагена Геленк Нарунг

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Поддерживает здоровье кожи, волос и ногтей.
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия)

Спрашивайте в аптеках вашего города.

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

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

НЕ ВЫБИРАЙТЕ СЛЕКАРСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Что оставить за рамками резюме

Вы решили поменять работу и приступили к активному поиску нового места? Тогда первое, что вам стоит сделать, – это правильно составить резюме. А вот о чём лучше тактично в нём умолчать, давайте и поговорим.



ПРИЧИНЫ УВОЛЬНЕНИЯ

Рекрутеру, безусловно, будут интересны причины ухода с последнего места работы, поэтому будьте готовы к этому вопросу. Но отвечать на него лучше на собеседовании, а не в резюме.

ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА И УВЛЕЧЕНИЯ

...не относящиеся к работе. Будь вы хоть душой компании, хоть молчаливым интровертом, писать об этом не стоит, если это не имеет прямого отношения к рабочему процессу.

ОПЫТ РАБОТЫ, НЕ ОТНОСЯЩИЙСЯ К ВАКАНСИИ

Как правило, рекрутеру интереснее узнать о вашей рабочей деятельности за последние три года. Дела «давно минувших лет» уже не так актуальны, поэтому лучше о них рассказать только тогда, когда об этом попросят.

ОТСУТСТВИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Если вы не имеете вредных привычек, это, безусловно, будет огромным плюсом для вашего здоровья! Для работодателя же расписывать ваши спортивные достижения абсолютно ни к чему, особенно если они никак не относятся к открытой вакансии.

СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Для резюме вполне достаточно будет указание вашего социального статуса (замужем/женат или нет) и количество детей, если таковые имеются, с указанием их возраста. Более полная информация о взаимоотношениях в семье вряд ли сможет наклинуть вам дополнительные баллы при устройстве на работу. Не усложняйте задачу рекрутеру.

Как же это приятно – получать подарки!


Но, к сожалению, не всем и не всегда, даже если подарок действительно пришелся по душе. А виной всему возникающее чувство, что становишься мужчине чем-то обязанной. Как избавиться от этого чувства и получать только положительные эмоции от подарка?

Если впереди только дружба

Чаще всего неловкость возникает, когда мужчина дарит подарок неожиданно. При этом вы точно знаете, что кроме дружбы ничего предложить ему больше не можете. Как же себя повести, чтобы и мужчину не обидеть отказом от подарка, и принять этот подарок без излишних церемоний? (У вас ведь есть такой опыт, когда вы сначала пытались отказаться от подарка, а чуть позже его все-таки принимали?)

Чтобы не попадать в эмоциональную зависимость, нужно сделать «ответный ход». Вы можете возразить, что подарок получен неожиданно, а подготовиться к ответному презенту не было возможности. Хотим вас успокоить: ответный подарок не должен быть аналогичен по стоимости или значимости. Достаточно присмотреться к содержимому своей дамской сумочки (какая-нибудь мелочь обязательно в ней найдется). Подарите свой «скромный подарок» сразу после того, как мужчина преподнес вам свой, сопроводив его словами о настоящей дружбе, искренностью чувств и наилучшими пожеланиями. В этот момент важно донести до мужчины мысль о том, что дальнейшее развитие отношений невозможно, но вы очень благодарны ему за внимание и хорошее отношение к вам.

Учимся принимать подарки от мужчины

Муж жене:
– Надеюсь, что подарок, который я тебе собираюсь купить, будет прекрасно смотреться у тебя на пальце.
– Спасибо, милый. Только не покупай слишком дорогой!
– Да ты что! Где ты видела дорогой напёрсток?! 



Если в отношениях романтика

В случае, если вы хотите развивать дальнейшие отношения, ответного подарка, как в первом случае, не потребуется. В качестве ответной благодарности вы можете предложить свое внимание, готовность разделить вечер, посильную помощь в решении вопросов. При этом важно понимать, что, принимая его подарок, вы не делаете себя обязанной, а просто даете возможность мужчине испытать радость за то, что он делает вам приятно. Он же может себе позволить не только подарить вам подарок, но и угостить ужином, например. Если бы он не мог этого сделать, не стал бы и предлагать. Только подумайте, зачем вам мужчина, который не в состоянии сделать вам подарок? Он вам точно нужен?

Бесценная ценность

Если задуматься, то женщина является для мужчины огромным ресурсом. Она умеет и быт обустроить, и вовремя найти нужное слово, чтобы поддержать любимого. Женщина вдохновляет и верит в мужчину. Она даже может родить ему ребенка, а это ни за какие деньги не купишь. Получается, она не замечает своей ценности для мужчины? Напрасно.

Слабость – это плюс

Женщина, в отличие от мужчины, может позволить себе быть слабой (или такой казаться). Просто попробуйте для эксперимента разрешить себе что-то такое, в чем всегда отказывали, например, позвольте платить за вас. Быть может, мир не рухнет? А может, вам даже понравится?

Пусть мужчина думает, что без него вы не справитесь. Многие женщины в начале отношений делают ошибку, за которую потом расплачиваются очень долго. Ошибка состоит в том, что, однажды дав мужчине понять, что сами можете спра-

виться со всеми проблемами, вы отбиваете у него желание вас баловать. А если он почувствовал, что вы готовы справляться и с его трудностями тоже (лишь бы не ушел), то пиши пропало. Со временем он с радостью сядет вам на шею.



Конечно, и у мужчин случаются трудные времена. В такие моменты обязательно нужна поддержка. Зато потом он однозначно найдет выход из сложной ситуации, да еще и вам сделает приятный сюрприз.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Женщины, спите больше!

Оказывается, женщинам нужно спать дольше, чем мужчинам. И это не пустые слова, а вполне научный факт. Ученые доказали, что женскому организму требуется больше времени на восстановление, чем мужскому, потому что женщины многозадачны. В течение дня они решают гораздо больше вопросов и выполняют больше дел параллельно. Ученые утверждают, что при недосыпе в 1 час показатели мозговой активности у женщин снижаются на 15%. Это недопустимо, так что, милые женщины, спите больше!



Библиотека на замке

Вплоть до XVIII века в Европе книги в общественных библиотеках были буквально прикованы к полкам цепями. Можно было взять экземпляр и почитать, не сходя с места. Да, для читателей это создавало определенные неудобства. Зато фонд оставался в целостности и сохранности. Книги, особенно в Средние века, были очень ценным предметом, поэтому выносить их за пределы читальни воспрещалось. Впрочем, судя по наличию цепей, попытки все-таки предпринимались...



Открытия продолжают

Антарктида до сих пор открывает нам свои тайны. Так, исследователи из 67-й Российской антарктической экспедиции в районе станции Русская нашли 18 новых озер. Несмотря на то что большая часть водоемов полностью промерзла, исследователям удалось обнаружить в некоторых из них незамерзшую воду под толстым слоем льда. А самое удивительное то, что в пробах со дна были найдены следы живых существ. Совсем скоро эти водные объекты получат наименования и будут нанесены на карту.



Плодовитые великаны

Недавно зоологи из Флориды, США, поймали одного из самых крупных питонов. Его вес составил 97 килограммов, а длина – 5,4 метра. Самку удалось поймать при помощи змеи-самца с вшитым GPS-оборудованием. Ученые обнаружили парочку греющейся на солнышке. Гигантского питона необходимо было поймать и удалить из экосистемы, потому что такие животные производят слишком много потомства.

Светлана СИДОРЧУК

Кажется, что Артемий и Марина Каташинские – трёхкратные чемпионы мира, восьмикратные чемпионы России по спортивным танцам – успевают всё.

Их можно увидеть в программе «Доброе утро» на Первом канале, они регулярно ведут тренировки, участвуют в танцевальных состязаниях и популярных телепроектах, а еще готовятся представить свой первый сольный трек и мечтают сняться в кино. Как успеть все? Спросим у них самих. А заодно узнаем, как танцы помогают людям стать здоровее и счастливее.

Начните с расписания

– Артемий и Марина, вам как никому другому известно, что быть здоровым человеком без достаточной двигательной активности невозможно. Но вы профессиональные танцоры. А как быть обычным людям – с сидячим образом жизни, с лишним весом – с чего начинать путь к здоровью? Лето очень к этому располагает.

Артемий: Первое, что нужно сделать, – продумать свое расписание. Когда вы точно будете понимать, что вам нужно сделать в течение дня, будет проще выделить время на спорт. Важен рацион питания и режим – если у вас будут силы, энергия, то вписать в свою жизнь спорт будет намного проще. И, конечно, постарайтесь держать свою психику в нормальном состоянии, это тоже немаловажно.

Марина: Говоря о борьбе с лишним весом, если вы наладили все процес-

Артемий и Марина КАТАШИНСКИЕ:

Танцевать может каждый

Кстати

Страшно? Тогда иди и делай!

– Совсем скоро у вас выходит первый трек. Расскажите, пожалуйста, как пришла идея попробовать себя в чём-то новом?

Марина: В этом треке мы делимся историей о себе и своих желаниях, отбросив все страхи и сомнения. Мы считаем: «Если ты боялся сделать что-то, то сделай это! Если ты боялся петь – попробуй, возможно, ты новая Леди Гага или Джастин Бибер!»

Артемий: Однажды Маша, автор трека, решила помочь нам преодолеть главный страх – петь. Благодаря генам и спортивному образованию нам было легче выразить себя в спорте, чем освоить вокал. Но мы решили закрыть этот гештальт: побороть свой страх и показать себя такими, какие мы есть!



Артемий: Наш топ-3 универсальных упражнений для разминки: отжимания, пресс из упора присед и пробежка – 3 км каждый день. Заряд бодрости и хорошего настроения гарантируем!

– Какие танцевальные направления порекомендуете начинающим танцорам, если они захотели заниматься уже во взрослом возрасте? Наверняка есть какие-то ограничения.

Марина: Начинающим танцорам рекомендуем попробовать свои силы в спортивно-бальных танцах. Это настоящее погружение в мир прекрасного. Кроме того, новичкам понравится джаз-фанк, contemporary и классическая хореография. Все зависит от вашего темперамен-

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»

– Заботьтесь о себе каждый день. Живите здесь и сейчас. Ничего никогда не бойтесь и радуйтесь каждой прожитой минуте. Мы вас всех очень любим и всегда ждем на наших занятиях.

сы, питаетесь правильно, ходите на спорт, но показатели на весах не меняются, нужно идти к эндокринологу и работать с гормонами. Врач поможет понять, в чем проблема, возможно, это системная ошибка. Важно выявить первичную и вторичную причину проблемы и исходить уже из этого.

Возраст занятиям не помеха

– Танцы – отличный способ развить координацию, подтянуть мышцы. Но не у всех есть возможность заниматься ими под руководством тренера. Можно начать

с чего-то дома? Посоветуйте разминку, какие-то базовые упражнения.

Марина: Как раз для таких случаев, когда вы хотите заниматься танцами, но у вас нет возможности посещать тренировки, существуют занятия в онлайн-формате. У нас такой курс тоже есть.

та и ваших целей: хотите больше двигаться, позволить себе эксперименты в танце или поработать над техникой. Идеально – посетить занятия по разным направлениям и выбрать то, что откликается вам.

– Кстати, вы как преподаватели с каким максимальным возрастом танцоров сталкивались?

Артемий: Моим самым старшим – по 78 лет, Андрей и Валентина, они всю жизнь мечтали танцевать.

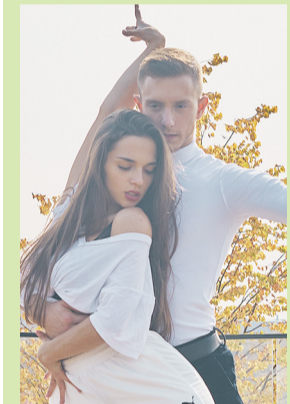
Красивые движения для всех

– Танцы в последнее время начали активно пропагандироваться в СМИ – проводятся зрелищные конкурсы, создаются шоу. А что, по-вашему, ещё нужно, чтобы сделать танцы доступными и интересными всем – от детей до пенсионеров?

Дословно В чём магия танца?

– Танец – это ещё и способ общения. Расскажите, встречались ли в вашей практике вдохновляющие примеры, когда любительские занятия меняли жизнь человека к лучшему?

Артемий: У меня есть танцевальная группа, с которой мы встречаемся дважды в неделю. Все ее участники объединились в кланы друзей, они вместе ходят на прогулки, бывают в кафе, во всем друг друга поддерживают. Это удивительно, как люди могут найти единомышленников, занимаясь любимым делом.



Марина: Многие, кто начинают заниматься танцами, замечают, как налаживается их жизнь. Они находят свою любовь, получают повышение на работе, решаются на то, что раньше казалось невероятным. Все это магия танца: улучшается настроение и работоспособность, вырабатываются «гормоны счастья» и появляется мотивация.

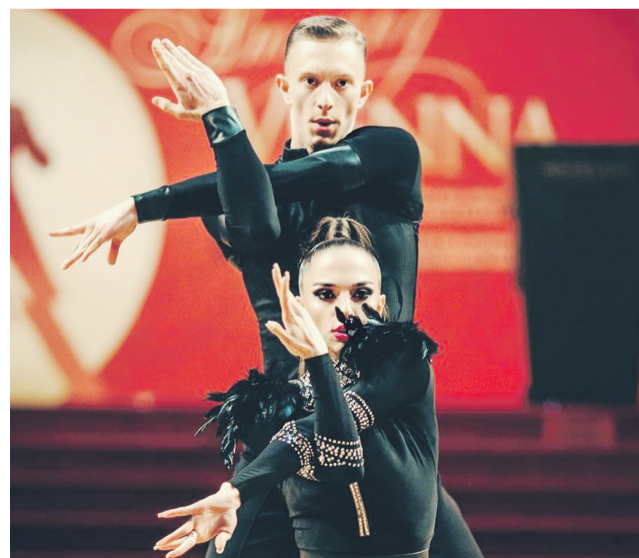
– Возвращаясь к движению как к аспекту здорового образа жизни, хочу спросить: с какой периодичностью стоит заниматься (на любительском уровне), чтобы был заметен прогресс, но при этом не было чрезмерной нагрузки?

Артемий: Любителям достаточно 2-3 тренировок в неделю по 1,5 часа.

Артемий: Главное – люди должны понимать, что танцевать просто, это действительно может каждый.

Марина: Именно поэтому в своих социальных сетях и в танцевальных рубриках мы показываем базовые шаги и движения, объясняем, что красиво двигаться может каждый. Мы уверены, когда это узнают все, танцы получат мощный импульс развития.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ



Роман Юнусов – российский юморист и актёр, резидент Comedy Club, создатель и участник дуэта «Сёстры Зайцевы», участник шоу «Звёзды в Африке», ведущий передачи «Битва пикников».

Роман рассказал о том, какие пикники он сам устраивает у себя на даче, а также поделился интересными подробностями об одном из своих увлечений – подводной рыбалке.

Рецепты из шоу – в жизнь

– Роман, расскажите, как вы оказались в шоу «Битва пикников»?

– Меня позвали в кулинарную программу «Бузова на кухне» в качестве гостя, где я познакомился с продюсерами «Битвы пикников». Вместе с авторами мы поменяли кое-какие шутки – что-то добавили, что-то убрали – и, как мне кажется, в итоге получился очень достойный проект. Хорошие просмотры говорят о том, что зрителям шоу пришлось по душе. Люди смотрят, запоминают наши рецепты и лайфхаки, а потом превращают их в жизнь. И это здорово!

– Вы-то сами – любитель пикников?

– Да, я большой любитель устраивать пикники. Правда, выезжать куда-то на природу получается не так часто, поэтому у нас с семьёй пикник обычно дачный! (Смеется.)

– Пробуете ли повторить те блюда, которые были приготовлены в шоу?

– На съёмках меня больше всего впечатлил салат с фенхелем, красным лу-

Роман ЮНУСОВ:

// У меня есть гриль, на котором запекаю всё

ком, фисташками, грушей, запеченной на гриле, белым бальзамическим уксусом, трюфельным и оливковым маслом. Я пробовал приготовить его на собственной даче, получилось очень прикольно и вкусно, гости были в восторге! Чуть-чуть не получилась груша, потому что я взял не конференц, а другой сорт, и немного ее недопек, поэтому она была жестковата. Но все равно вкус был потрясающий.

За маринад спасибо тётям

– Чем ещё угощаете своих близких?

– У нас всегда собирается много родственников и друзей, поэтому мы стараемся сделать блюда разнообразными, чтобы каждый смог выбрать еду по вкусу. Классический шашлык на шампурах я давно не готовлю. У меня есть гриль, на котором запекаю все что можно. Готовим курочку, мясо, рыбку в прекрасном маринаде на азиатский манер с соусом терияки, который делает моя супруга. А еще – овощи гриль, в том числе картофель и кукурузу. И обязательно ставим на стол бабушкины компоты!

– По какому рецепту вы жарите мясо?

– Для мяса я готовлю фирменный маринад, рецепт которого держу в строжайшем секрете! (Смеется.) А если серьезно, у меня есть замечательные родные тетки из Дагестана – Таисия и Лариса, и как-то они привезли мне большой мешок вкусных дагестанских специй. Что там за специи, мы не знаем, – в этом и весь секрет! (Смеется.) Но мясо получается очень вкусным – большое спасибо моим теткам!

Детали

«Люблю посидеть и покушать»

– Кто из вас с супругой главенствует на кухне?

– Застать на кухне меня практически невозможно – там верховодит моя супруга Вика. А я люблю просто посидеть и покушать то, что она готовит.

– Какие блюда любят ваши дети?

– Моя супруга готовит изумительный борщ, который обожают и дети, и я. Из моих блюд они любят курочку и индейку с теми специями, которых мы не знаем, но получается прикольно! (Смеется.)

семьям наших друзей.

– Какие ещё кулинарные традиции существуют в вашей семье?

– Летом мы всей семьёй готовим окрошку. Садимся и строгаем большой тазик овощей. По поводу самой заправки мнения в семье расходятся. Тут мы делимся на два лагеря, как лыжники и сноубордисты: одни любят окрошку на квасе, другие – на кефире или татаре. Так что, когда таз с овощами готов, каждый потом заправляет тем, что любит.

Тазик окрошки на всех

– Какие блюда вы помните из своего детства?

– О, моя бабушка жарила картошку так, как не жарил никто! Это была бомба! Мы ели ее с молоком, с консервированными помидорами... Кстати, уникальный рецепт помидоров бабушка передала моей маме, а мама – моей супруге. А теперь этот рецепт разошелся и по

Халва мечты

– Роман, что стало для вас самым трудным с гастрономической точки зрения на шоу «Звёзды в Африке»?

– Голод, понятное дело... Когда только приехал, то сначала не понял, почему ребята так накинулись на сырники, которые я им принес. Но после трех дней

на бобах и маисе (имеется в виду кукурузная мука. – Прим. авт.) стало тяжело. Сначала ты воспринимаешь так: о, бобы, маис – прикольно! На второй день – уже не прикольно, но нормально. А на третий день это все начинает бетонироваться в желудке и уже в тебя не лезет. Когда вышел из проекта и приехал в гостиницу, тут же заказал себе стейк с пивом. Это было так вкусно!

– Вы много где побывали. Можете вспомнить своё главное кулинарное открытие?

– Однажды на фестивале «Comedy Club» в Турции мы отправились в один из местных ресторанчиков, где нам предложили попробовать горячую халву. Я чуть с ума не сошел от восторга: она была невероятно вкусной, сладкой, горячей и тягучей. До сих пор, где бы я ни был, спрашиваю про горячую халву, но все только руками разводятся... Возможно, это был авторский рецепт ресторана. И я бы многое отдал, чтобы отвесть эту сладость еще раз!

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Романа Юнусова

ДОМАШНИЙ ПОВАР

№4 / 2022

ПТИЦА И РЫБА



В серии «Домашний повар» вышел новый сборник для любителей готовить – «Птица и рыба».

В ЭТОМ ПОЛЕЗНОМ ЖУРНАЛЕ ВЫ НАЙДЕТЕ РЕЦЕПТЫ:

- различных салатов и закусок из птицы и рыбы;
- горячих блюд;

- первых блюд;
- приправ и их сочетаний для блюд из птицы и рыбы.

ТАКЖЕ ДЛЯ ВАС – советы и тонкости приготовления блюд. А рецепты салатов и закусок из птицы и рыбы непременно заинтересуют тех, кто следит за своей фигурой. Разнообразие горячих блюд,

супов и бульонов, традиционных и оригинальных, может пополнить копилку ваших любимых рецептов.

БУДЕМ РАДЫ НОВОЙ ВСТРЕЧЕ НА СТРАНИЦАХ НАШЕГО СБОРНИКА! ГОТОВЬТЕ С НАМИ, НАСЛАЖДАЙТЕСЬ ПРОЦЕССОМ И РАДУЙТЕСЬ РЕЗУЛЬТАТУ!

ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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

12+ Реклама

День Военно-морского флота России отмечается в этом году 31 июля. Давайте в канун праздника вспомним людей, которыми писалась история российского мореплавания и знаковых побед нашего флота. Слава адмиралов Ушакова, Нахимова и Лазарева живёт в веках и вдохновляет современных военных моряков на служение Отечеству.

Кстати

О Фёдоре Ушакове режиссёр Михаил Ромм снял два фильма: «Адмирал Ушаков» и «Корабли штурмуют бастионы». В роли адмирала снялся Иван Переверзев.

Первооткрыватель Антарктиды

Михаил Петрович Лазарев (1788-1851 гг.)

14 ноября 1788 года во Владимире в семье сенатора Петра Гавриловича Лазарева родился сын Михаил – будущий первооткрыватель Антарктиды и один из основателей Новороссийска. Отец не увидел успехов сына, но предопределил его судьбу,



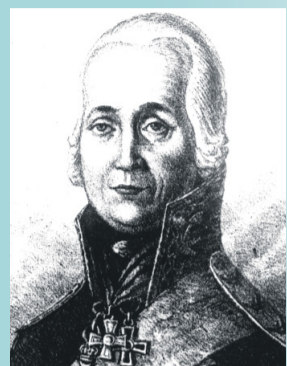
отдав незадолго до своей смерти вместе с двумя братьями в Морской кадетский корпус. Попечение над сиротами взял на себя друг отца – Гавриил Державин.

В 1803 году гардемарин Михаил Лазарев в числе 30 лучших учеников был отправлен на пять лет в Великобританию изучать постановку военно-морского дела в иностранных портах.

Вернувшись на Родину, служил на Балтийском флоте. Совместно с Фаддеем Фаддеевичем Беллинсгаузеном командовал Первой русской антарктической экспедицией 1819-1821 годов, которая впервые в истории человечества подошла к ледникам Антарктиды. Через пять лет его назначили командиром строящегося 74-пушечного корабля «Азов».

В 1827 году, командуя «Азовом», Лазарев принял участие в Наваринском сражении в Средиземном море. Сражаясь сразу с пятью турецкими кораблями, он одержал победу: два больших фрегата и корвет были потоплены, корабль с флагом Тагир-паши сжег, также как и 80-пушечный линейный корабль. Флагманский корабль Мухаррем-бея также был подбит. За участие в сражении Лазарев был возведен сразу в звание контр-адмирала и награжден тремя орденами: греческим, английским и французским. А «Азов», имея 153 пробоины и оставшись без мачт, не покидал поле боя до окончания битвы. За это впервые в русском флоте корабль удостоился высшей награды – кормового Георгиевского флага.

На памятник «1000-летие России» в Великом Новгороде среди 129 фигур самых выдающихся личностей в российской истории (на 1862 год) есть фигура М.П. Лазарева.



Непобедимый флотоводец

Фёдор Фёдорович Ушаков (1745-1818 гг.)

Дорога на флот для мальчика, родившегося 24 февраля 1745 года в селе Бурнаково Ярославской губернии,

была predetermined, хотя моря он в детстве не видел. Зато много слышал о нем от старика-канонира Петровского флота, жившего с ним в одной деревне. Родители мечту поддержали и отправили 16-летнего сына на учебу в Морской корпус в Петербурге. После окончания корпуса в 1766 году Ушаков начал свою карьеру на Балтике.

С 1783 года Фёдор Фёдорович был переведен на Черноморский флот и его главную базу в Севастополе, где формировал и обучал команды кораблей. Его блестящие способности проявились во время войны с Османской империей (1787-1791 гг.). Звание контр-адмирала Ушаков получил за победу над турецкой эскадрой в 1789 году у острова Фидониси. Превосходящие силы врага были разгромлены в Керченском проливе и у мысов Тендра и Калиакрия. В 1799 году за победу над французами на греческом острове Корфу император Павел I присвоил ему адмиральское звание. Талантливый русский флотоводец ушел в отставку, не потеряв ни одного корабля и выиграв все 43 баталии на море. Последние годы жизни он посвятил молитвам и благотворительности. Православной церковью причислен к лику святых.



Защитник Севастополя

Павел Степанович Нахимов (1802-1855 гг.)

Седьмой ребенок из 11 детей небогатого помещика из сельца Городок Смоленской губернии, как и все его четверо братьев, стал моряком. В 13 лет он был принят в Морской кадетский корпус, где во всем старался быть первым. В числе лучших учеников во время учебы отправился в плавание на бриге «Феникс». Закончив учебу в 1818 году, мичман Нахимов служил на Балтике, ходил в кругосветное плавание 1822-1825 гг., где начальником экспедиции был Михаил Лазарев. По мнению очевидцев, он был фанатиком морского дела. Про него говорили: «забыл влюбиться, забыл жениться», зато «служит 24 часа в сутки».

Местом его главных достижений стал Черноморский флот, а самой яркой победой – битва при Синопе. В бухте был уничтожен турецкий флот, погибло более 3 тысяч врагов, а с нашей стороны – 37 человек и ни одного корабля. Император Николай I назвал Синопское сражение «украшением летописи Русского флота». Но Нахимов не любил вспоминать о тех событиях, ведь с этой блистательной победы началась трагическая для России Крымская война 1853-1856 гг.

Павел Степанович связан и с Севастополем. В сентябре 1854 года союзные силы (62-тысячная армия) высадились в районе Евпатории, нанесли поражение русской армии, взяли в осаду Севастополь. Общая численность войск Севастопольского гарнизона составляла 22 тысячи человек. Началась героическая оборона города в 339 дней, которой руководили Владимир Алексеевич Корнилов и Павел Степанович Нахимов. В результате авианалета погиб Корнилов, и вся тяжесть руководства обороной легла на плечи Нахимова. Героя Синопа, любимца матросов и всего населения города 8 апреля 1854 года произвели в адмиралы. В 1855 году, находясь на передовых позициях, Нахимов получил смертельное пулевое ранение. Адмирал был похоронен в склепе собора Святого Владимира в Севастополе.

На корабле «Азов» в Наваринском сражении (1827 г.) участвовал и Нахимов, за сражение получил орден Георгия IV класса. А само судно, которым командовал Михаил Лазарев, изобразил на своей картине Айвазовский.

Подробности

Иван Айвазовский – адмирал живописи

Непревзойденный мастер морского пейзажа Иван Константинович Айвазовский родился 205 лет назад, 29 июля 1817 года в Феодосии. И адмиралом живописи его называют не случайно. Во-первых, признавая его выдающийся талант. А во-вторых, потому что пожалованный Айвазовскому Николаем II чин действительного статского советника в Табели о рангах соответствовал адмиралу. Наконец, Иван Константинович числился живописцем Главного морского штаба.

Вероятно, за его необычайную работоспособность (считается, что кисти Айвазовского принадлежит более 6 тысяч картин), любовь к жизни, желание новых встреч, стремление к новым знаниям и свела его судьба с великими моряками его времени. Иван Константинович был знаком со многими героями морских баталий – Михаилом Лазаревым, Владимиром Корниловым, Павлом Нахимовым.



Светлана ИВАНОВА

А какой у вас тип кожи?

И снова наши старые знакомые – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – собрались за чашечкой чая. Новой темой для их обсуждения стала кожа лица.



Машенька, девушка на выданье

Верочка, домохозяйка

Анна Адамовна, учительница

Галина Сергеевна, бизнесвумен

1 – Девочки, а как определить, какая у тебя кожа лица? Такое ощущение, что уходовая косметика, которой я пользуюсь, мне не подходит. Я слышала, что есть какой-то тест, но, может быть, достаточно посмотреть в зеркало?



2 – Ясно, что в зеркале ты увидишь не все, что требуется для определения типа кожи. Но если постараться и быть к себе непредвзятой, можно и с помощью зеркала определить, конечно. Вот, например, если у тебя кожа гладкая, ровная, без прыщей и жирного блеска, с однородным здоровым цветом – значит, у тебя нормальная кожа.



– Если кожа тонкая, пор на ней практически не видно, прыщей почти не бывает, но часто, особенно после умывания, есть ощущение стянутости, дискомфорта, то это сухая кожа. Как правило, сухая кожа склонна к повышенной чувствительности – может часто раздражаться, шелушиться. Сухая кожа наиболее подвержена образованию морщин.



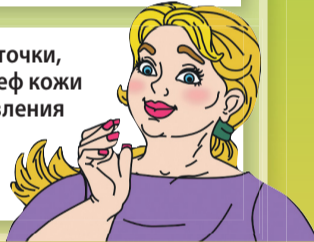
3 – Не уверена, что смогу разглядеть и объективно оценить такие подробности в зеркале. Наверное, мне все-таки нужен какой-нибудь тест, и поточнее. Есть такой?



– Конечно, есть. Чтобы узнать свой тип кожи, в первую очередь необходимо тщательно очистить лицо. Делать это нужно с помощью тех же средств, которые ты используешь всегда. То есть не нужно специально мыть лицо мылом, тереть скрабом или протирать лосьоном на спирту. Просто возьми средства для очищения, которые ты применяешь каждый день, и очисти кожу. Конечно, предварительно нужно снять макияж.



– А если на лице постоянно жирный блеск и черные точки, периодически появляются прыщи, цвет лица и рельеф кожи неравномерные – это жирная кожа. Если же такие явления наблюдаются только в Т-зоне – значит, кожа комбинированная: на отдельных участках нормальная или сухая, а в Т-зоне – жирная.



4 – После очищения лица нужно подождать, сколько хватит терпения – от 30 минут до двух часов. В это время не надо наносить на лицо никакие кремы, маски и т.п.



Смачивать кожу тоже не нужно, она должна оставаться чистой и сухой. За это время сальные железы выработают столько подкожного жира, на сколько они способны.

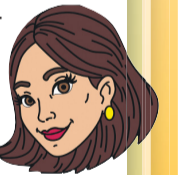


Профессор истории, объясняя студентам, как меняется идеал красоты со временем, привёл следующий пример: – Мисс Америка-1921 была метр шестьдесят ростом и весила 73 килограмма. Как вы думаете, победила бы она сегодня на конкурсе красоты? – Вряд ли, – сказал один из студентов, – слишком уж она старая.

5 – А потом возьми чистую сухую бумажную салфетку, приложи к лицу и промокни его, не растирая, по всей поверхности. Затем аккуратно сними салфетку и внимательно ее изучи. Если на салфетке остались едва заметные жирные следы, у тебя нормальный тип кожи. Если жирные пятна видны только там, где салфетка прикасалась к Т-зоне, значит, кожа комбинированная. Если жирные следы остались повсеместно – кожа жирная. Ну а если на салфетке нет никаких пятен, кожа сухая.



– На протяжении жизни тип кожи не меняется, он заложен генетически, поэтому каждый день определять его бессмысленно. Поведение кожи может немного меняться под воздействием некоторых внешних и внутренних факторов. Например, с возрастом – после менопаузы, нормальная или комбинированная кожа может стать более сухой – это связано с перестройкой гормонального фона. А в пубертатный период, наоборот, нормальная или даже сухая кожа может стать жирной или комбинированной.



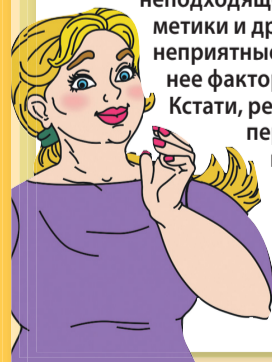
Как выбрать правильное средство ухода

Считается, что деление кожи на четыре типа довольно условно и не учитывает множество важных особенностей, например повышенную чувствительность. И все же выбрать в магазине уходовые средства, ориентируясь на результаты приведенного выше теста, можно. Достаточно воспользоваться нашей табличкой:

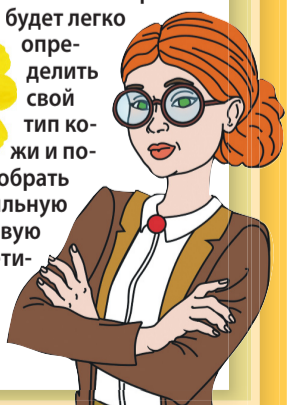
Средство/тип кожи	Жирная	Комбинированная	Сухая	Нормальная
Пудровая основа	+	+	+	+
Водная основа	+	+	-	+
Сыворотка	-	+	-	+
Лосьон	+	+	+	+
Гель	+	+	-	+
Крем	-	-	+	+

Важно! Самый достоверный ответ относительно типа кожи вам даст косметолог после профессиональной консультации.

6 – Также кожа может негативно реагировать на постоянные стрессы, неправильное питание, использование неподходящей косметики и другие неприятные для нее факторы. Кстати, резкая перемена климата тоже может стать причиной изменений.



– Ну спасибо, девочки, вы все очень подробно мне рассказали. Теперь мне будет легко определить свой тип кожи и подобрать правильную уходовую косметику.



Чтобы тренировки были максимально эффективными, важно следить за пульсом и знать свой аэробный порог.

Если заниматься просто так, велик шанс потратить время без ощутимого прогресса, а то и вовсе навредить себе. Как правильно рассчитать аэробный порог и с какой интенсивностью



заниматься? С этими вопросами мы обратились к сертифицированному тренеру, специалисту в области здорового образа жизни и питания Елене Рощупкиной.

заниматься? С этими вопросами мы обратились к сертифицированному тренеру, специалисту в области здорового образа жизни и питания Елене Рощупкиной.

Простая формула

– Елена, скажите, пожалуйста, как правильно рассчитать свой аэробный порог?

– Самая простая формула для расчета аэробного порога выглядит так:

$ЧСС_{max} = 220 - \text{ваш возраст} = n$ ударов в минуту.

В ней ЧСС_{max} – это максимальная частота сердечных сокращений, равная 220.

Для аэробной нагрузки берем 60-70 % от максимума.

Допустим, вам 40 лет. Нижняя граница пульса во время занятий будет такова: $(220 - 40) \times 0,6 = 108$ ударов в минуту. Верхняя граница пуль-

Тренировка на аэробном пороге

Совет

Важные добавки

Чтобы привести себя в форму, не обойтись одними аэробными занятиями. Важно подойти комплексно:

- ✔ Отрегулировать питание. Оно должно быть правильным (с большим количеством белка, со сложными углеводами вместо быстрых, без фастфуда и т.п.). Не голодать, а полноценно и разнообразно питаться.
- ✔ Стараться вести активный образ жизни. Например, заменить домашние посиделки на вечерние прогулки.
- ✔ Полноценно высыпаться (не менее 7-8 часов в сутки).

са: $(220 - 40) \times 0,7 = 126$ ударов в минуту.

Значит, с пульсом в диапазоне от 108 до 126 ударов в минуту и нужно выполнять физическую нагрузку.

Скорость упражнений

– Когда лучше выполнять упражнения с низкой интенсивностью, а когда – с высокой?

– Тренировки низкой интенсивности, которые могут продолжаться длительное время, помогают избавиться от жировых отложений. Кроме того, они помогают укрепить сердечно-сосудистую систему и повысить выносливость организма.

При высокоинтенсивных занятиях, которые

длятся непродолжительное время, мышцы напряжены по максимуму. При этом происходит уплотнение и рост мышечной массы. Организм расходует энергию не только во время тренировки, но и после нее.

– Правда ли, что чередование высокой интенсивности с низкой даёт больший и лучший эффект, чем монотонность?

– Совершенно верно! При таких занятиях активизируется метаболизм, и именно в момент смены интенсивности начинается активно перерабатываться жировая прослойка. И даже после занятий в течение суток сохраняется эффект относительно сжигания жировых отло-

жений, укрепления мышц и увеличения выносливости. Монотонные кардио-тренировки таким продолжительным эффектом не обладают.

Ну и всегда стоит помнить о балансе входящей и исходящей энергии. Если речь идет о жиросжигании, то должен соблюдаться дефицит калорий при их активном расходе, будь то кардио- или другая тренировка.

Татьяна МИХАЛЁВА

Кстати

Выбор огромен

Аэробные тренировки относятся к наиболее естественным видам физической нагрузки. Здесь далеко не всегда нужны тренажеры (разве что велотренажер или беговая дорожка при желании) или строгое соблюдение поз, как при занятиях с тяжелым весом. Аэробные занятия можно проводить где угодно: в домашних условиях, на свежем воздухе, в спортивном зале. К ним относятся: плавание, спортивная ходьба, езда на велосипеде, бег трусцой, лыжи, прыжки со скакалкой, плавание, аэробика, теннис, бадминтон и тому подобные.



Мой рекорд на скакалке – 50 метров.



ПРОБЛЕМЫ С КИШЕЧНИКОМ – ВАШ ОРГАНИЗМ ОТРАВЛЕН! СИВИДАЛ ПОМОЖЕТ ВЕРНУТЬ РЕГУЛЯРНЫЙ СТУЛ И ОЧИСТИТЬ КРОВЬ!

Миллионы людей каждый день мучаются запорами. Но мало кто знает, насколько это опасно для здоровья! Представьте, массы переваренной пищи не могут покинуть кишечник, скапливаются, твердеют и начинают растягивать и повреждать нежную слизистую кишечника. Клетки слизистой не выдерживают и рвутся, появляются «кишечные дыры». В результате накопившиеся в кишечнике гнилостные токсины и шлаки попадают прямо в кровь, стремительно разносятся по всему организму и жизненно важным органам: сердцу, печени, почкам, мозгу. Появляется тревожность, бессонни-

ца, давление, дискомфорт в суставах, тяжесть в голове. Вот к чему может привести отсутствие ежедневного стула! И это только начало.

Для прекращения самоотравления организма необходимо раз и навсегда восстановить регулярность стула, избавиться от «кишечных дыр» и очистить кровь! И это под силу натуральному гелю Сивидал!

Сивидал – это российский продукт из дикой водоросли ламинарии Охотского моря, который создали российские ученые в наукограде Пущино по уникальной запатентован-

ванной технологии кавитации (патент РФ RU 2384342). Живые микромолекулы Сивидала оказывают и местное, и системное действие на клеточном уровне! Благодаря гелевой форме они бережно и мягко проходят по кишечнику, собирая и выводя все скопившиеся шлаки и токсины, выстилают стенки кишечника защитной микропленкой и способствуют заживлению поврежденных. Одновременно с этим микромолекулы Сивидала способствуют очищению крови и сосудов от токсинов, ядов и т.п., помогая предотвратить различные осложнения. Быстро, просто и безопасно!



+ 1 банка Сивидала **БЕСПЛАТНО*** при покупке в течение 7 дней

2 проблемы
1 решение

Звоните по бесплатному номеру!

Код Вашего подарка «СРОЧНАЯ ПОМОЩЬ»

8 (800) 100-55-60

* При покупке 5 банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, помещение I, комната 24. СГР № RU.77.99.19.004.E.004350.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.06.2022 по 31.12.2022 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. Реклама.

ПЕРВЫЙ



21.45 «ОТЧИМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ОТЧИМ». (16+)
- 23.45 «Большая игра». (16+)
- 00.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



23.55 «СОФИЯ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время Соловьёвым. (12+)
- 23.55 «СОФИЯ». (16+)
- Гонец приносит Иоанну весть об измене его братьев. Иоанн решает пойти с ними на примирение: просит у них прощения и уговаривает заключить мир.
- 01.05 «КОРОЛЕВА БАНДИТОВ». (12+)
- 02.50 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)

НТВ



21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)

- 05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕ-САНТ». (16+)
- 21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)
- Найдено тело восемнадцатилетней Светланы Мазур, из которой убийца выкачал всю кровь.
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЁС». (16+)
- 01.50 «БРАТАНЫ». (16+)

СТС



09.55 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЕНИЯМИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Галилео». (12+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 09.00 InТуристы. (16+)
- 09.40 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.55 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДИЕНИЯМИ». (16+)
- 12.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 14.25 «ГРАНД». (16+)
- В «Гранде» новая «сим-пампулька» и по совместительству медсестра.
- 20.00 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)
- США - Великобритания, 2014 г. Фантастический триллер. В ролях: Дилан О'Брайен, Томас Энгстер, Кая Скоделарио. Томас просыпается в каком-то лифте, но ничего не помнит, кроме своего имени.
- 22.15 «КОМАТОЗНИКИ». (16+)
- 00.30 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА-3». (16+)
- 02.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

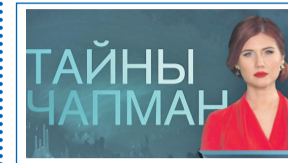
ТНТ



21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод». (6+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- 21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)
- 22.00 «ПАРОЛЬ «РЫБА-МЕЧ». (16+)
- Украсть девять миллионов - задача непростая даже для такого криминального гения, как Гэбриэл Шир. Тут нужна рука матерого хакера Стэнли Джобсона! Тем более что после неприятной истории с ФБР парень отчаялся настолько, что вполне готов сыграть по-крупному...
- 02.10 «НАСТЯ, СОБЕРИСЬ!» (18+)
- 03.15 «Импровизация». (16+)
- 04.00 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 04.50 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.35 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 22.00 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Неизвестная история». (16+)
- 00.30 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.20 Адская кухня. (16+)
- 08.00 «КОМИССАР РЕКС». (18+)
- 09.50 На ножах. (16+)
- 11.50 Адская кухня. (16+)
- 14.00 На ножах. (16+)
- 19.00 Тревел-баттл. (16+)
- 20.00 Черный список. (16+)
- 23.00 Молодые ножи. (16+)
- 00.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
- 02.10 Пятница News. (16+)
- 02.40 «ПРЯТКИ». (16+)
- 04.10 Пятница News. (16+)
- 04.40 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 09.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 15.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- 18.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- Драматичное произведение о любви во всех её проявлениях.
- 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 02.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 04.30 «Папа попал». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 Невероятные истории. (16+)
- 07.00 Идеальный ужин. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+)
- 18.15 Решала. (16+)
- Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, ведь раскрыть их почти невозможно.
- 22.15 Заступницы. (16+)
- 00.15 Опасные связи. (18+)
- 03.00 Улётное видео. (16+)

МИР

- 06.50 «СТРЕЛОК-2». (16+)
- 09.55, 10.10 «СТРЕЛОК-3». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.35 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.30 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.10, 21.05 Слабое звено. (12+)
- 21.55, 22.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 23.25, 23.55 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 00.55 «ВИДОК». (0+)
- 02.50 Культ личности. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (0+)
- 09.00 13.20 Отражение
- 10.10 «ЖАНДАРМ И ИНОПЛАНЕТЯНЕ». (6+)
- 11.40 «Сделано суммом». (12+)
- 12.05 «Большая страна». (12+)
- 15.10 «Календарь». (12+)
- 15.35 «Он нашел нефть». (12+)
- 16.05 «Домашние животные»
- 16.30 «Легенды балета». (12+)
- 17.00 «Формула здоровья»
- 17.30 «Территория успеха»
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Спецрепортаж». (12+)
- 18.30 «Понятная политика»
- 18.45 «Собрание сочинений»
- 19.30 01.05 Отражение-3
- 21.00 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+)
- 22.35 «Ехал Грека». (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе». (16+)
- 06.10 «СОЛДАТИК». (12+)
- 07.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 09.50 «СМЕРШ». (16+)
- 13.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
- 17.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
- 20.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
- 1944 год. Советские войска продолжают наступление по всему фронту. Немецкие диверсанты, действующие в русском тылу, совершают нападение на машину...
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 03.20 «ВЫСОТА 89». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Улица Далматинцев, 101». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.40 «Закон Мерфи». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 18.40 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 19.30 «Атлантида: Затерянный мир». (12+)
- Многие смельчаки грезили мечтой найти легендарный затонувший в пучинах океана остров...
- 21.25 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 02.05 «Новая школа императора». (0+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Тима и Тома». (0+)
- Тима и Тома - верные друзья. Они живут в игрушечном мире, полном чудес и веселых соседей.
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
- 07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 08.30 «Ник-изобретатель». (0+)
- 10.00 «Монсики». (0+)
- 10.30 «Гризли и лемминги». (6+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.50 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 16.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.25 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 23.25 «Союзмультфильм» представляет: «Глаша и Кикимора». (0+)
- 23.35 «Горшочек каши». (0+)
- 23.45 «Хитрая ворона». (0+)
- 23.55 «Оранжевое горлышко». (0+)
- 00.15 «Лесные путешественники». (0+)
- 00.40 «Разные колёса». (0+)
- 00.50 «Трам-пам-пам». (0+)
- 01.15 «Смешарики». (0+)
- 02.10 «Мишки-братишки». В поисках тигра». (6+)
- 03.15 «Зелёный проект». (0+)
- 03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 04.35 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00 Связь времен. (12+)
- 01.25 Монастырские стены. (6+)
- 01.55 Историограф. (12+)
- 02.35 Ступени Победы (12+)
- 03.20 Историада. (12+)
- 04.10 Из истории советского периода. (6+)
- 04.40 Историограф. (12+)
- 05.20 Монастырские стены. (6+)
- 05.50 Россия. Связь времен. (12+)
- 06.15 Историада. (12+)
- 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.35 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 «МАТЧ». (16+)
- 10.00 История одной фотографии. (6+)
- 10.15 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
- 12.00, 12.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 13.50 Обыкновенная история. (6+)
- 14.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 15.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+)
- 16.00 Архивы истории. (12+)
- 16.10 Всемирное наследие. (12+)
- 17.00 Историограф. (12+)
- 17.45 Семь дней истории. (12+)
- 18.05, 19.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 20.00 Флоренция и Галерея Уффици. (12+)
- 21.30 Личность в истории. (12+)
- 22.30 Семь дней истории. (12+)
- 22.40 Тайны соборов. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.20 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.45 Мегасoоружения Древнего Рима: Париж. (12+)
- 07.35 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
- 08.35 Расшифровка тайн: Бигфут. (12+)
- 09.20 Тайны мумий животных. (12+)
- 10.15 Расшифрованные сокровища: Идолы острова Пасхи. (12+)
- 11.05 Мегасoоружения Древнего Рима: Париж. (12+)
- 12.05 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
- 12.55, 13.50, 14.45 Секреты цивилизации. (12+)
- 15.45 Последний персидский шах. (12+)
- 16.40 Расшифровка тайн: Вампиры Нового Орлеана. (12+)
- 17.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 18.15 Место преступления: древность. (16+)
- 19.10, 00.20 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 20.05, 01.15 Большие гонимки. (16+)
- 21.00, 02.05 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 21.55, 22.40, 02.55, 03.40 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
- 23.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 04.25 Тайны мумий животных. (12+)
- 05.15 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.15, 07.05 Сесар Миллан: главный в стае. (16+)
- 07.55, 08.50 Инстинкт выживания. (16+)
- 09.40, 10.35 Авто-SOS. (16+)
- 11.30 Дикий туец. (16+)
- 12.20 Дикий туец: Лучшее. (16+)
- 13.10, 14.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 14.55 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
- 15.45 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
- 16.40 Затерянные сокровища Египта. (16+)
- 17.30 Древний Китай с высоты птичьего полета. (16+)
- 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
- 19.15, 02.00, 02.45 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 20.05 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 21.00, 21.50, 03.30 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
- 22.45 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 23.35 Удивительный аэропорт Нью-Йорка. (16+)
- 00.25 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 01.15 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 04.15 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+)

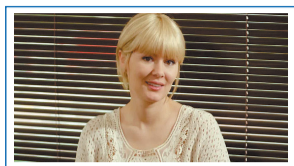
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



06.30
«Пешком...»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 12.20 02.40 «Забывое ремесло»
- 07.15 Черные дыры. Белые пятна
- 08.00 Легенды мирового кино
- 08.25 «МАРИОНЕТКИ»
- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 Красуйся, град Петров!
- 10.45 Academia
- 11.35 Искусственный отбор
- 12.35 21.15 «ПУТЕШЕСТВИЕ»
- 14.30 «Эрмитаж»
- 15.05 «Роман в камне»
- 15.35 23.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.10 23.10 Цвет времени
- 17.25 «Осовец»
- 18.10 И. Брамс. Симфония №4
- 19.00 Письма из провинции
- 19.45 «Монолог в 4-х частях»
- 20.15 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.30 «Монолог балетмейстера»
- 01.30 «Аксаковы»

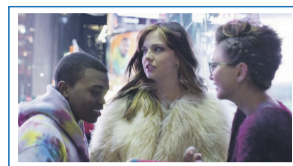
ТВЦ



15.10 «ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ».
(12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.30 «Петровка, 38». (16+)
- 08.40 «ПОСЛЕДНИЙ КОРДОН». (16+)
- 10.40 «Николай Караченцов. Наш Бельмондо». (12+)
- 11.30 События
- 11.55 «ПРАКТИКА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 15.10 Город новостей
- 15.10 «ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.30 «ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 Прощание. (16+)
- 01.25 Хроники московского быта. (12+)
- 02.05 Прощание. (16+)
- 02.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ТВ-3



02.00 «НЕРВ».
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 «Старец». (16+)
- 11.50 «УИДЖИ». (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 13.35 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
- 14.40 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- Следователь-оперативник Дмитрий Ефремов вместе со своей командой разрабатывает поимку крупного бандита, на счету которого 5 заказных убийств. Поимка преступника заканчивается трагедией...
- 20.30 Экстрасенсы. Битва сильнейших. (16+)
- 22.00 «ЧЕРНОБЫЛЬ: ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ. ФИНАЛ. ДРУГАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.15 «ДРЕЙФ». (16+)
- 02.00 «НЕРВ». (16+)
- 03.15 «СНЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

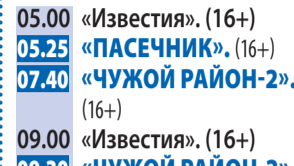
ДОМАШНИЙ



15.05 «Преступления страсти». (16+)

- 06.30 «Преступления страсти». (16+)
- 07.00 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.25 02.50 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «МОЯ ЧУЖАЯ ДОЧКА». (16+)
- 22.45 «Порча». (16+)
- 23.20 «Знахарка». (16+)
- 23.50 «Верну любимого». (16+)
- 00.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 Тест на отцовство. (16+)
- 05.20 «б кадров». (16+)
- 05.45 По делам несовершеннолетних. (16+)

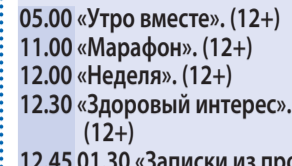
5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 07.40 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.50 «КАДЕТЫ». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.30 01.10 «ПЯТЕРО С НЕБА». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.25 «Сделано в СССР». (12+)
- 13.35 «Легенды армии». (12+)
- 14.30 «БАТЯ». (16+)
- 18.15 «Спецрепортаж». (16+)
- 18.50 «Битва оружейников». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.55 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+)
- 02.40 «МООНЗУНД». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 12.45 01.30 «Записки из провинции». (12+)
- 13.15 «Понятная политика». (12+)
- 13.30 03.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЫ». (16+)
- 16.30 «ЗОЛОТО ГЛОРИИ». (12+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Интервью». (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.30 «Эксперт». (12+)
- 18.45 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 22.15 «#open vrn». (12+)
- 22.45 «ОДНОКЛАСНИЦЫ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 08.55 12.35 14.55 18.00 Новости
- 06.05 23.30 Все на Матч!
- 09.00 12.40 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 «КРЮК». (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.00 15.00 «ПОБЕГ». (16+)
- 15.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 16.45 Синхронное плавание. Международные соревнования «Игры дружбы-2022»
- 18.05 «Громко»
- 19.05 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (0+)
- 19.55 Футбол. «Рубин» (Казань) - «Уфа». МЕЛБЕТ-Первая Лига
- 22.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов»
- 00.15 Тотальный футбол. (12+)
- 00.45 «ВИРУСНЫЙ ФАКТОР». (16+)
- 03.15 Новости. (0+)
- 03.20 Регби. Чемпионат России. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА

- 06.00 06.35 07.10 Автоспорт. G-Drive. (0+)
- 07.50 10.00 13.50 15.55 Новости
- 07.55 VII Международные спортивные игры «Дети Азии»
- 10.05 02.40 «С чего начинается футбол? На восток!» (12+)
- 10.35 03.05 «Веснина с Алексеем Ягудиним». (12+)
- 11.00 03.30 «Сердца чемпионов». (6+)
- 11.25 02.10 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 11.55 16.45 Международные соревнования «Игры дружбы-2022»
- 13.55 Регби. Чемпионат России
- 16.00 18.00 20.25 20.40 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 «Мир бильярда». (12+)
- 18.20 «Дети Азии. (0+)
- 21.00 «Есть тема!» (16+)
- 22.00 Бильярд
- 23.30 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 01.15 «Громко». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Каждое утро. (16+)
- 07.30 Топ чарт. (16+)
- 08.00 «10 самых!» (16+)
- 08.30 15.00 Про-новости (16+)
- 09.00 TikTok чарт. (16+)
- 10.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 12.00 Прогноз по году. (16+)
- 13.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 Топ15 Like FM. (16+)
- 17.00 Ждите ответа. (16+)
- 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
- 18.20 22.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 20.00 Топ 30 - Русский крутяк недели. (16+)
- 23.00 Топ 30 - Крутяк недели. (16+)
- 01.05 Муз'итив. (18+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 06.10, 06.50, 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
- 07.45 «ПУТЕШЕСТВИЕ К ЦЕНТРУ ЗЕМЛИ». (12+)
- 09.35 «ПУТЕШЕСТВИЕ-2: ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (12+)
- 11.10 «МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)
- 13.15 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 15.10 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 19.00 «БЕТХОВЕН». (12+)
- 20.30 «БЕТХОВЕН-2». (12+)
- 22.05 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 23.40 «ДРЯННЫЕ ДЕВЧОНКИ». (12+)
- 01.15 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
- 03.10 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.15 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 10.00 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 12.00 «МАМЫ». (12+)
- 13.50 «МАМЫ-3». (12+)
- 15.30 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМЫ!» (6+)
- 16.55 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
- 17.25, 18.15 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
- 19.05 «ПРОГУЛКА». (12+)
- 20.40 «ОДНАЖДЫ». (16+)
- 22.25 «14+». (16+)
- 00.10 «ОДНОКЛАСНИКИ.RU: НАСЛАСКАЙ УДАЧУ». (12+)
- 01.50 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)
- 03.15 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.00 «Ералаш». (6+)
- 06.30 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
- 08.20 «Иван Царевич и Серый Волк». (6+)
- 09.55 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (6+)
- 11.15 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
- 12.35 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (6+)
- 14.15 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
- 15.35 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 17.10 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ВОЛШЕБНИК». (12+)
- 01.05 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)
- 02.25 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
- 04.10 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (16+)
- 16.00, 16.50, 17.30, 18.20 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
- 19.10, 20.00, 20.40, 21.30, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.05 Суббота news 2022. (16+)
- 23.10, 00.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 01.00, 01.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 02.40 Пазанки. (16+)
- 04.10, 04.20, 04.45 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.15, 04.40, 04.55 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
- 04.25 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 06.30 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
- 08.05 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
- 09.40 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 11.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
- 13.50 «ВАСАБИ». (16+)
- 15.35 «БЕЛЫЕ ЦЫПЛОЧКИ». (12+)
- 17.35 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 19.30 «КОПЫ В ЮБАХ» (16+)
- 21.45 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 23.50 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.20, 07.35 «Веселая карусель». Мультсериал. (0+)
- 07.40 «ХОЖДЕНИЕ ПО МУКАМ». (16+)
- 12.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (16+)
- 13.45 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+)
- 15.30 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
- 20.05 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 21.30 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 23.10 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 01.00 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВЫХОДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
- 13.00, 21.00 «ВЕРБНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ». (16+)
- Сериал. Драма, Россия, 2009 г. В ролях: Дмитрий Дюжев, Светлана Иванова, Екатерина Вилкова
- 14.00, 22.00, 06.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «НА ГЛУБИНЕ». (18+)
- 05.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- Андрей снова выдвигает свою кандидатуру на пост президента. Александр просит Киру сделать правильный выбор. Андрей действует уже проверенным способом: любовь, в обмен на голос Киры. От выбора Киры зависит судьба компании.
- 08.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
- 13.15 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 17.00 «КУХНЯ». (16+)
- 23.05 «МАМОЧКИ». (16+)
- 00.55 «РАНЕЧКИ». (16+)
- 03.15 «Ералаш». (0+)
- 05.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

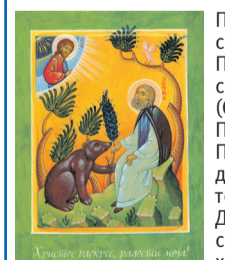
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.00 Великое чудо Серафима Саровского. (0+)
- 13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Сказание о Иоасафе. (0+)
- 16.05 Высокие холмы. (0+)
- 17.00 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (0+)

СПАС

- 18.30 «РАНО УТРОМ». (0+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Тайна Абалакской иконы. Цикл: Искатели. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.15 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.10 День Патриарха. (0+)
- 00.25 Забытая война. (0+)
- Редчайшая кинохроника, найденная в результате многолетнего поиска авторами фильма, заставляет по-новому увидеть I мировую войну.
- 01.30 Завет. (6+)
- 02.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 03.00 Следы империи. (16+)
- 04.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

1 августа
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Обретение мощей прп. Серафима Саровского, чудотворца.



Прп. Макарины, сестры свт. Василия Великого. Прп. Дия. Собор Курских святых. Блгв. кн. Романа (Олеговича) Рязанского. Прав. Стефана Высокого, деспота Сербского, и матери его Миллицы. Свт. Димитрия, митр. Ростовского, Митрофана и Тихона, епп. Воронежских.

Поста нет.

«Надобно всеми мерами стараться, чтобы охранить душевный мир и не возмущаться оскорблениями от других; для сего нужно всячески удерживаться от гнева и посредством внимания оберегать ум от непристойных колебаний».
Прп. Серафим Саровский

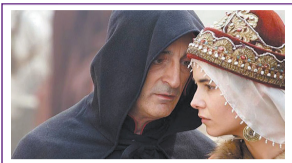
ПЕРВЫЙ



21.45 «ОТЧИМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ОТЧИМ». (16+)
- 23.45 «Большая игра». (16+)
- 00.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



23.55 «СОФИЯ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 23.55 «СОФИЯ». (16+)
- Великий князь надумал женить сына на Елене, дочери молдавского господаря Штефана. Иоанн приглашает их в Москву. Княжич Иоанн соглашается выполнить волю отца.
- 01.05 «КОРОЛЕВА БАНДИТОВ». (12+)
- 02.50 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)

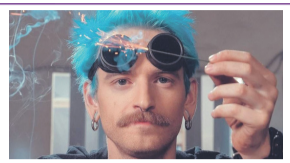
НТВ



21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
- 21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)
- Обнаружено тело Инны Малининой. Дело объединяют с убийством пятилетней давности...
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЁС». (16+)
- 01.55 «БРАТАНЫ». (16+)

СТС



06.10 «Галилео». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Галилео». (12+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 10.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
- 12.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 14.20 «ГРАНД». (16+)
- Ксюша всё ближе к своим мечтам и всё дальше от Юры. Рита привыкает к роли управляющей, и компромиссы в её рабочие обязанности не входят.
- 20.00 «БЕГУЩИЕ В ЛАБИРИНТЕ. ИСПЫТАНИЕ ОГНЁМ». (16+)
- США, 2015 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Кая Скоделарио, Ки Хон Ли. После того как Томасу, Минхо, Ньюту, Терезе и другим глэйдерам удалось выбраться из лабиринта, их отвезли на базу ПОРОКА.
- 22.40 «ЧАС РАСПЛАТЫ». (12+)
- 01.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
- 02.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.45 «6 кадров». (16+)

ТНТ



20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод». (6+)
- 08.30 «Модные игры». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- 21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)
- 22.00 «ХИЩНЫЕ ПТИЦЫ: ПОТРЯСАЮЩАЯ ИСТОРИЯ ХАРЛИ КВИНН». (16+)
- Харли Квинн рассталась с Джокером и через некоторое время сообщила об этом всему Готэму, взорвав тот самый химзавод...
- 00.10 «РАЗРУШИТЕЛЬ». (16+)
- 02.15 «НАСТЯ, СОБЕРИСЬ!». (18+)
- 03.25 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 05.00 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.45 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



22.35 «Водить по-русски». (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!»
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ВОДНЫЙ МИР». (12+)
- 22.35 «Водить по-русски»
- 23.30 «Знаете ли вы, что?»
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Черный список. (16+)
- 06.00 Пятница News. (16+)
- 06.30 Адская кухня. (16+)
- 08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 10.00 На ножах. (16+)
- 12.00 Адская кухня. (16+)
- 13.40 Молодые ножи. (16+)
- 19.00 Кондитер. (16+)
- 21.30 Вундеркинды. (16+)
- 23.00 Молодые ножи. (16+)
- 00.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
- 02.10 Пятница News. (16+)
- 02.40 «ПРЯТКИ». (16+)
- 04.20 Пятница News. (16+)
- 04.50 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 Невероятные истории. (16+)
- 07.00 Идеальный ужин. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+)
- Россия, 2004-2013 гг. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев. Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни.
- 18.15 Решала. (16+)
- 22.15 Заступницы. (16+)
- 00.15 Опасные связи. (18+)
- 03.05 Улётное видео. (16+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (0+)
- 09.00 13.20 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+)
- 11.40 «Сделано сумом». (12+)
- 12.05 «Большая страна». (12+)
- 15.10 «Календарь». (12+)
- 15.35 «Владимир Бессолов»
- 16.05 «Домашние животные»
- 16.30 «Легенды балета». (12+)
- 17.00 «Такие разные». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.35 «Новости дайджест»
- 18.45 «Актуальное интервью»
- 19.30 01.05 ОТражение-3
- 21.00 «ДВА ДНЯ». (16+)
- 22.35 «Ехал Грека». (12+)
- Ю**
- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 09.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 15.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- 18.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Турецкий сериал в жанре остросюжетной драмы.
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 02.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 04.30 «Папа попал». (16+)
- МИР**
- 05.25, 10.10 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (12+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.30 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.10, 21.05 Слабое звено. (12+)
- 21.55, 22.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 23.25, 23.55 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 00.55 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (0+)
- Комедия, СССР, 1936 г.
- ПОБЕДА**
- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
- 06.00 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 07.50 «БАЛЛАДА О БОМБЕ-РЕ». (16+)
- В ролях: Никита Ефремов, Екатерина Астахова, Нина Усатова, Александр Давыдов, Василий Слюсаренко
- 14.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
- В ролях: Екатерина Вилкова, Дмитрий Дюжев, Олег Фомин, Николай Козак, Антон Соколов
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «РЖЕВ». (16+)
- 02.50 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
- 04.20 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Улица Далматинцев, 101». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.40 «Закон Мерфи». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 18.40 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 19.30 «Атлантида-2: Возвращение Майло». (6+)
- Продолжение увлекательного анимационного фильма о команде бесстрашных исследователей Атлантиды.
- 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «Новая школа императора». (0+)
- 02.05 «Семейка Грин в городе». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Три кота». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
- 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
- 07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 08.30 «Деревяшки». (0+)
- 10.00 «Монскики». (0+)
- Про фантастическую планету Монсилэнд и её жителей - монсков Рая, Лолу, Саню, Блюма, а также их питомцев - квака Мулю и Пилю.
- 10.30 «Гризли и лемминги». (6+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.50 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.20 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 16.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.25 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 23.25 «Союзмультфильм» представляет: «Тайна третьей планеты». (0+)
- 00.15 «Крашенный лис». (0+)
- 00.25 «Хвосты». (0+)
- 00.40 «О том, как гном покинул дом и...» (0+)
- 00.50 «Трам-пам-пам». (0+)
- 01.15 «Смешарики». (0+)
- 02.10 «Мишки-братишки. В поисках тигра». (6+)
- 03.15 «Зелёный проект». (0+)
- 03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 04.35 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.50 Россия. Связь времен. (12+)
- 01.30, 05.25 Монастырские стены. (6+)
- 01.55, 04.40, 17.00 Историкограф. (12+)
- 02.40 Ступени Победы. (12+)
- 03.20, 06.20 Историада. (12+)
- 04.15, 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.40 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00, 08.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 09.50 «НАПОЛЕОН». (16+)
- 11.20 «Прорыв». (12+)
- 11.50, 17.45, 21.40 Семь дней истории. (12+)
- 12.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 13.00 Как климат изменил ход истории. (12+)
- 13.55 У войны не женское лицо. (12+)
- 14.15 Сопrotивление. (12+)
- 15.10 Нюрнберг. (12+)
- 16.00 Архивы истории. (12+)
- 16.10 Всемирное наследие. (12+)
- 18.00 Обыкновенная история. (6+)
- 18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 20.00, 20.20 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 20.45 Исторические города Британии. (12+)
- 21.50 Пешком в историю. (12+)
- 22.20 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 23.00, 23.30 Мифы Древней Греции. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.15 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 07.05 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 07.55 Место преступления: древность. (16+)
- 08.50 Расшифровка тайн. (12+)
- 09.35 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 10.25 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 11.15 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 12.10 Тайны мумий животных. (12+)
- 13.10 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 14.05, 14.50 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
- 15.40 Большие гонки. (16+)
- 16.30 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 17.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 18.15 Место преступления: древность: Тайны мертвых. (16+)
- 19.10, 00.30 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 20.05, 01.25 Большие гонки: Гонки колесниц в цирке. (16+)
- 21.00, 02.15 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
- 21.55, 03.05 Разгадка тайны пирамид: Последние тайны Гизы. (12+)
- 22.45, 03.55 Разгадка тайны пирамид. (12+)
- 23.40 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 04.40 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 05.25 Невероятные изобретения. (12+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.15, 07.05 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 08.00, 08.50 Инстинкт выживания. (16+)
- 09.45, 10.40 Авто-SOS. (16+)
- 11.30 Дикий тунец. (16+)
- 12.20 Дикий тунец: Лучшее. (16+)
- 13.10, 14.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 14.50 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 15.45 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 16.35 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
- 17.30 Служба безопасности с высоты птичьего полета. (16+)
- 18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
- 19.15, 01.55, 02.40 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 20.05 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 21.00, 21.50, 03.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
- 22.40 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 23.30 Удивительный аэропорт Нью-Йорка. (16+)
- 00.25 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 01.10 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 04.10 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+)

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

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-Й КАНАЛ

ТВ ГУБЕРНИЯ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ

ОТБОР
Искусственный
отбор

11.35 Искусственный отбор

15.10 «ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ». (12+)

02.15 «ОНА». (16+)

12.30 «Понять. Простить». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «ШЕРЛОК ХОЛМС И ДОКТОР ВАТСОН». (12+)
07.40 «Известия». (16+)
09.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.35 «СЛЕД». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЬ». (16+)
12.00 18.00 «В тени чемпионов». (12+)
12.15 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
12.30 «Точка.ру». (12+)
13.00 16.30 «ЗОЛОТО ГЛОРИИ». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 01.00 04.30 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 00.30 03.00 «От 7 до 17». (12+)
20.30 00.00 03.30 «Футбол губернии». (12+)
22.45 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 «Другие Романовы»
- 07.30 01.15 «Аксаковы»
- 08.10 Легенды мирового кино
- 08.40 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РЕСТОРАНА»
- 09.50 Цвет времени
- 10.00 12.35 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 Красуйся, град Петров!
- 10.45 Academia
- 11.35 20.35 Искусственный отбор
- 12.20 «Забывтое ремесло»
- 12.35 21.15 «ПРЕКРАСНЫЙ НОЯБРЬ»
- 14.15 «Первые в мире»
- 14.30 «Эрмитаж»
- 15.05 «Влюбиться в Арктику»
- 15.35 23.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.05 «Русский театр»
- 18.05 П.И. Чайковский. Симфония №4
- 19.00 Письма из провинции
- 19.45 «Монолог в 4-х частях»
- 20.15 «Спокойной ночи, малыши!»
- 23.00 «Роман в камне»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ПОСЛЕДНИЙ КОРДОН». (16+)
- 10.40 «Лариса Лукина. За всё надо платить...» (12+)
- 11.30 События
- 11.55 «ПРАКТИКА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 «ВЕРЮ НЕ ВЕРЮ». (12+)
- 17.00 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ». (16+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 «Ребёнок или роль?» (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 Прощание. (16+)
- 02.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 «Старец». (16+)
- 11.50 «УИДЖИ». (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 13.35 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
- 14.40 На церемонии помолвки Суреш узнает, что женится на Прагье, а не на Бульбуль.
- 14.40 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- Руководитель Ефремова - Тигран Джанибекович, по прозвищу Джем, приставляет к Дмитрию лейтенанта Киру Меркулову - стажера из Петербурга.
- 20.30 Экстрасенсы. Битва сильнейших. (16+)
- 22.00 «30 ДНЕЙ НОЧИ». (16+)
- 00.15 «ЧЕЛЮСТИ-2». (16+)
- 02.15 «ОНА». (16+)
- 04.15 «СНЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.25 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «МЕНЯ ЗОВУТ САША». (16+)
- 22.45 «Порча». (16+)
- 23.20 «Знахарка». (16+)
- 23.50 «Верну любимого». (16+)
- 00.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 Тест на отцовство. (16+)
- 02.50 Давай разведёмся! (16+)
- 05.20 «б кадров». (16+)
- 05.45 По делам несовершеннолетних. (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 14.30 «БАТЯ». (16+)

09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)

09.20 «Сделано в СССР». (12+)

09.35 00.15 «ГОЛУБЫЕ МОЛНИИ». (12+)

11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)

13.25 18.15 «Специальный репортаж». (16+)

14.05 «Легенды армии». (12+)

18.50 «2 августа - День ВДВ». (16+)

19.40 «Улика из прошлого». (16+)

22.55 «ЧЕРНЫЙ ОКЕАН». (16+)

Спустя год после свадьбы Кати обручальное кольцо спешит примерить Даша, нашедшая свою судьбу в лице банковского работника «короля кредитов» Миши...

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ ТВ
- 06.00 08.55 12.30 14.45 17.50 21.15 Новости
 - 06.05 17.00 22.15 Все на Матч
 - 09.00 12.35 00.50 Специальный репортаж. (12+)
 - 09.20 «КРЮК». (16+)
 - 11.00 Матч! Парад. (16+)
 - 11.30 «Есть тема!»
 - 12.55 14.50 «ПОБЕГ». (16+)
 - 15.45 Синхронное плавание. Международные соревнования «Игры дружбы-2022»
 - 17.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат России
 - 21.20 Смешанные единоборства. (16+)
 - 23.00 «СЛЕД ПИРАНИИ». (16+)
 - 01.10 Футбол. «Насьональ» (Уругвай) - «Атлетико Гоианиенсе» (Бразилия). Южноамериканский Кубок. 1/4 финала. Прямая трансляция
 - 03.15 Новости. (0+)
 - 03.20 «Правила игры». (12+)
 - 03.50 Синхронное плавание. Международные соревнования «Игры дружбы-2022». (0+)

- МАТЧ СТРАНА** МАТЧ СТРАНА
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
 - 07.50 10.00 13.00 15.50 Новости
 - 07.55 «Громко». (12+)
 - 08.55 10.05 12.40 15.30 23.20 01.45 03.05 Спецрепортаж. (12+)
 - 09.10 «Неизвестный спорт». (6+)
 - 10.55 Синхронное плавание. Международные соревнования. «Игры дружбы-2022»
 - 13.05 Бильярд. (0+)
 - 14.40 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (0+)
 - 15.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат России
 - 21.20 Спецобзор. (0+)
 - 22.20 «Есть тема!» (16+)
 - 23.40 00.55 Синхронное плавание. Международные соревнования «Игры дружбы-2022». (0+)
 - 02.00 «Мой дом там, где высоко». (12+)
 - 02.25 Гольф. Открытый чемпионат Московской области. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 06.40 08.40 15.00 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
 - 09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
 - 10.00 18.20 22.20 Плейлист. Лето. (16+)
 - 11.30 «10 самых!» (16+)
 - 12.00 Индекс. Музыка чарт. (16+)
 - 13.00 Top15 Like FM. (16+)
 - 14.00 TikTok чарт. (16+)
 - 15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
 - 16.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
 - 19.00 Русский чарт. (16+)
 - 20.00 02.00 Лайкер. (16+)
 - 23.00 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
 - 01.05 Лайкер. (18+)
 - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
 - 04.10 04.35 Хит-сториз. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- ТВ1000** ТВ1000
- 05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
 - 06.35 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
 - 08.00 «БЕТХОВЕН-2». (12+)
 - 09.30 «БЕТХОВЕН-2». (12+)
 - 11.05 «ПОМНИ МЕНЯ». (16+)
 - 13.00 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
 - 15.10 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)
 - 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
 - 19.00 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
 - 20.45 «КАПИТАН КРЮК». (12+)
 - 23.15 «ТРАНСФОРМЕРЫ». (12+)
 - 01.40 «ТРАНСФОРМЕРЫ: МЕСТЬ ПАДШИХ». (16+)
 - 03.55 «ТРАНСФОРМЕРЫ-3: ТЁМНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)

- ДОМ КИНО** ДОМ КИНО
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
 - 07.20 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
 - 09.00 «14+». (16+)
 - 10.45 «ОДНАЖДЫ». (16+)
 - 12.25 «ПРОГУЛКА». (12+)
 - 14.00 «ОДНОКЛАССНИКИ.RU: НАСЛАСКАЙ УДАЧУ». (12+)
 - 15.45 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)
 - 17.15, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
 - 19.00 «ОН - ДРАКОН». (6+)
 - 20.45 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
 - 22.55 «1812: УЛАНСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
 - 00.35 «ЦОЙ». (16+)
 - 02.00 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
 - 04.05 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)

- СУББОТА!** СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
 - 16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
 - 19.20, 20.00, 20.50, 21.30, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
 - 23.00 Суббота news 2022. (16+)
 - 23.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
 - 00.10 Богиня шопинга. (16+)
 - 01.00, 01.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
 - 02.40 Паданки. (16+)
 - 04.05, 04.30, 04.55 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

- КИНОКОМЕДИЯ** МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 01.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
 - 04.20 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
 - 05.50 «СУТЕНЕР». (16+)
 - 07.30 «ДЮПЛЕКС». (12+)
 - 09.10 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)
 - 11.10 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА». (12+)
 - 13.10 «НЕПОСЛУШНИК» (12+) Комедия, Россия, 2022 г.
 - 15.20 «КОПЫ В ЮБКАХ». (16+)
 - 17.35 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
 - 19.30 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
 - 21.25 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
 - 23.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
 - 07.25, 07.30 «Веселая карусель». Мультсериал. (0+)
 - 07.45 «ХОЖДЕНИЕ ПО МУКАМ». (16+)
 - 10.35 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)
 - 12.20 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (12+)
 - 13.35 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
 - 15.35 «ВОКАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
 - 18.00, 03.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
 - 19.45 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
 - 21.30 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
 - 23.00 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
 - 00.20 «ДОБРЯКИ». (12+)
 - 01.40 «МИМИНО». (12+)
 - 04.45 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (12+)

- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** СТС LOVE СТС LOVE
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
 - 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
 - Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая
 - 12.00, 20.00, 04.00 «ВЫХОДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
 - 13.00, 21.00, 05.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
 - Сериал. Комедия, Россия, 2006 г. В ролях: Алексей Серебряков, Анна Михалкова, Елена Полякова
 - 14.00, 22.00, 06.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
 - 15.00, 23.00, 07.00 «НА ПЛУБИНЕ». (18+)
 - 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
 - 07.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
 - 08.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
 - Зина отказывает от дома Полежаикину, а фиктивный брак Вадима грозит перерасти в настоящий. Бабушка уверяет, что вся ее бытовая техника в ремонте, а Илья находит ее в ломбарде. Веник блокирует у бабушки в компьютере все программы азартными играми.
 - 13.15 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
 - 17.00 «КУХНЯ». (16+)
 - 23.05 «МАМОЧКИ». (16+)
 - 00.50 «РАНЕЧКИ». (16+)
 - 03.10 «Ералаш». (0+)
 - 05.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 Псалтырь. Кафизма 10. (0+)
 - 05.30 Освободители. Воздушный десант. (0+)
 - 06.20 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ». (6+)
 - СССР, 1939 г.
 - 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
 - 10.00 Дорога. (0+)
 - 11.05, 01.45 Украина, которую мы любим. (12+)
 - 11.35 Полковой священник, гвардии капеллан. Десантные батальоны. (0+)
 - 12.25 Двенадцать. (12+)
 - 13.00, 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
 - 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 Тайна Абалакской иконы. Цикл: Искатели. (0+)
 - 15.55 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (0+)
 - 17.25 «КОНТРОЛЬНАЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ». (0+)
 - 18.40 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС». (0+)
 - 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
 - 21.30 Иезекииль. Цикл: Пророки. (0+)
 - 22.55 Служба спасения семьи. (16+)
 - 23.50 День Патриарха. (0+)
 - 00.05 «Апокалипсис». Глава 9. (16+)
 - 00.55 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
 - 02.15 В поисках Бога. (6+)
 - 02.45 Следы империи. (16+)
 - 04.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

2 августа
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Пророка Илии.



Прп. Авраамия Галичского, Чухломского. Обретение мощей прмч. Афанасия Брестского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Александра, Георгия, Кирилла, Иоанна, Сергия и Феодора пресвитеров, прмчч. Тихона, Георгия и мчч. Евфимия и Петра. Сщмч. Алексия пресвитера. Прмч. Феодора. Чухломской, или Галичской, Абалакской («Знамение») и Оршанской икон Божией Матери.

Поста нет.

« Не решаись искушать ум свой непотребными помыслами или зрением вводящих тебя в искушение лиц, даже когда думаешь, что не будешь преодолён сим, потому, что и мудрые таким образом омрачались».

Прп. Исаак Сирий

ПЕРВЫЙ



21.45 «ОТЧИМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ОТЧИМ». (16+)
- 23.45 «Большая игра». (16+)
- 00.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

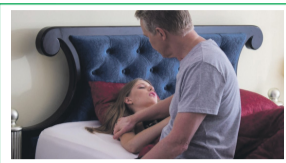
РОССИЯ 1



23.55 «СОФИЯ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 23.55 «СОФИЯ». (16+)
- В Москву приезжают итальянские пушечные мастера. Среди них Пьетро - друг Софии из Рима. Он пытается заговорить с ней, однако она просит его забыть их дружбу...
- 01.05 «КОРОЛЕВА БАНДИТОВ». (12+)
- 02.50 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)

НТВ



21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
- 21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)
- На территории агрокомплекса «Южный» находят тело женщины в железной бочке.
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЁС». (16+)
- 02.05 «БРАТАНЫ». (16+)

СТС



23.00 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.15 «Галилео». (12+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 09.45 «ПРИШЕЛЬЦЫ. КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 12.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 14.20 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Успешного волейбольного тренера Михаила Ковалёва дисквалифицируют...
- 20.00 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ЛЕКАРСТВО ОТ СМЕРТИ». (16+)
- США, 2018 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Ли Ги-хон. Томас возглавляет отряд выживших глейдеров, чтобы выполнить последнюю и самую опасную миссию.
- 23.00 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
- 00.55 «ПРИШЕЛЬЦЫ. КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 03.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

ТНТ



21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод». (6+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- 21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)
- 22.00 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ». (12+)
- Три девушки - Натали Кук, Дилан Сандерс и Алекс Мандэй - поражают не только своей красотой. Они специально подготовлены для решения невыполнимых задач. «Ангелы» творят настоящие чудеса благодаря боевым искусствам...
- 00.00 «ИНТЕРВЬЮ С ВАМПИРОМ». (16+)
- 02.10 «НАСТЯ, СОБЕРИСЬ!». (18+)
- 03.25 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 05.00 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.45 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



22.20 «Смотреть всем!» (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.15 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
- 22.20 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «МОТЕЛЬ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.20 Адская кухня. (16+)
- 08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 09.50 На ножах. (16+)
- 12.00 Адская кухня. (16+)
- 14.00 На ножах. (16+)
- 20.00 Битва шефов. (16+)
- 00.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА: ЧАСТЬ 1». (16+)
- 01.50 Пятница News. (16+)
- 02.20 «ПРЯТКИ». (16+)
- 04.00 Пятница News. (16+)
- 04.20 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 Невероятные истории. (16+)
- 07.00 Идеальный ужин. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+)
- 18.15 Решала. (16+)
- 22.15 Заступницы. (16+)
- Ведущие проекта - журналист Виктория Разницына и адвокат Ольга Митрофанова. К ним можно обратиться с любой проблемой, требующей разрешения.
- 00.15 Опасные связи. (18+)
- 03.00 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (0+)
- 09.00 13.20 Отражение
- 10.00 13.00 19.00 Новости
- 10.10 «ДВА ДНЯ». (16+)
- 11.40 «Сделано суммом». (12+)
- 12.05 «Большая страна». (12+)
- 15.10 «Календарь». (12+)
- 15.35 «Жизнь на стреминге»
- 16.05 «Домашние животные»
- 16.30 «Легенды балета». (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 17.30 «От 7 до 17». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.45 «Здоровый интерес»
- 19.30 01.05 Отражение-3
- 21.00 «ОДИНОЖДЫ ОДИН». (12+)
- 22.35 «Ехал Грека». (12+)
- 23.20 «СТАНИЦА». (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 08.20 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 15.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- Реалити-шоу о семьях, в которых родители не знают, как воспитывать детей.
- 18.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- 20.00 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 02.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 04.30 «Папа попал». (16+)

МИР

- 05.25, 10.10 «БРАТСТВО ДЕСАНТА». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.20 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.30 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.10, 21.05 Слабое звено. (12+)
- 21.55, 22.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 23.25, 23.55 Всемирные игры разума. (12+)
- 00.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 00.55 «АНТОН ИВАНОВИЧ СЕРДИТСЯ». (0+)
- СССР, 1941 г.

ПОБЕДА

- 05.50 «Путь к Победе» (16+)
- 06.40 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
- 08.40 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
- 10.10 «ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ. ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН». (16+)
- 13.20 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны, о дружбе, скрепленной кровью, мужестве и настоящей любви.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
- 02.30 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)
- 04.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Улица Далматинцев, 101». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Финес и Ферб». (6+)
- 15.40 «Закон Мерфи». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 18.40 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 19.30 «Красавица и Чудовище». (0+)
- Эта история, наполненная красивой музыкой, не оставит равнодушными ни детей, ни взрослых.
- 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «Семейка Грин в городе». (12+)
- 02.05 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтики». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
- 07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 08.30 «ДиноСити». (0+)
- Комедийный мультсериал о жизни города динозавров и его обитателей.
- 10.00 «Монски». (0+)
- 10.30 «Барбоскины». (0+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.50 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.20 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- Фиксики живут в каждом доме. Оказываются, они и есть и Кати - подружки ДимДимыча! Кто же они такие?
- 16.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.25 «Царевны». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Лео и Тиг». (0+)
- 23.25 «Союзмультфильм» представляет: «Замок глунов». (0+)
- 23.45 «Про Фому и про Ерёму». (0+)
- 23.55 «Мы с Шерлоком Холмом». (0+)
- 00.05 «Сказка о рыбаке и рыбке». (0+)
- 00.35 «В лесной чаще». (0+)
- 00.50 «Трам-пам-пам». (0+)
- 01.15 «Смешарики». (0+)
- 02.10 «Мишки-братишки». В поисках тигра. (6+)
- 03.15 «Зелёный проект». (0+)
- 03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 04.35 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.50 Россия. Связь времен. (12+)
- 01.30, 05.20 Монастырские стены. (6+)
- 01.55, 04.40, 17.00 Историкограф. (12+)
- 02.40 Ступени Победы. (12+)
- 03.20, 06.15 Историада. (12+)
- 04.10, 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.35 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 09.00 Как климат изменил ход истории. (12+)
- 09.55 У войны не женское лицо. (12+)
- 10.15 Сопровитствие. (12+)
- 11.10 Нюрнберг. (12+)
- 12.00 Флоренция и Галерея Уффици. (12+)
- 13.30 Личность в истории. (12+)
- 14.30 Семь дней истории. (12+)
- 14.40 Тайны соборов. (12+)
- 16.00 Архивы истории (12+)
- 16.10 Опасный фарватер. (12+)
- 17.45 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Обыкновенная история. (6+)
- 18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 20.00 Книжные аллеи. (12+)
- 20.25 Красиво цветёт волчегородник. (12+)
- 20.55 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
- 21.45 Битва оружейников. (12+)
- 22.30 Жил-был Дом. (12+)
- 23.00 Личность в истории. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.50 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 07.40 Место преступления: древность. (16+)
- 08.35 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 09.30 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 10.15 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 11.10 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 12.05 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 12.50 Древние конструкторы. (12+)
- 13.45 Разгадка тайны пирамид: Последние тайны Гизы. (12+)
- 14.40 Разгадка тайны пирамид: Абу Раваш и потерянная пирамида. (12+)
- 15.30 Большие гонки. (16+)
- 16.25 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
- 17.20 Титаник: истории из глубины: Загадка и опасность. (12+)
- 18.05 Место преступления: древность: Загадочное насилие. (16+)
- 19.05, 00.40 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
- 20.05, 01.35 Рыцари: Железные герои. (16+)
- 21.00, 02.30 Планета сокровищ: Африка. (6+)
- 21.55, 03.20 Планета сокровищ: Индия. (6+)
- 22.50, 04.10 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
- 23.45 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 05.00 Титаник: истории из глубины. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.10, 07.00 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 07.50, 08.45 Инстинкт выживания. (16+)
- 09.40, 10.30 Авто-SOS. (16+)
- 11.25, 12.15 Дикий туец. (16+)
- 13.05Ю 14.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 14.50 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 15.45 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 16.35 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
- 17.25 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
- 18.20, 18.45 Фабрика еды. (16+)
- 19.15, 01.55, 02.40 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 20.05 Расследование авиакатастроф. (16+)
- 21.00 Дикий туец. (16+)
- 21.50 Инстинкт выживания. (16+)
- 22.40 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 23.35 Удивительный аэропорт Нью-Йорка. (16+)
- 00.25 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 01.10 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 03.25 Дикий туец. (16+)
- 04.10 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+)

Почему «из ничего»? Потому что овощи редко воспринимают как серьезную еду. В лучшем случае как гарнир. Мы же берёмся вам доказать, что блюда из овощей (в частности, рагу) могут быть очень питательными и вполне себе самостоятельными. Порой они состоят из нескольких ингредиентов, а порой – из 20 и более, включая специи.

Овощное рагу готовится очень быстро, для его приготовления можно использовать любые овощи, которые есть под рукой, а нередко даже ягоды и фрукты.

АЙЛАЗАН

Армянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 53 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 3 небольших баклажана
- 3 картофелины ■ 2 сладких перца ■ 6 помидоров
- 2 луковицы ■ зелень (кинза, петрушка, базилик)
- растительное масло
- молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Баклажаны и помидоры нарезать кружочками, картофель и лук – кубиками, перец – полукольцами, зелень крупно нарубить.
- 2 В казан (или кастрюлю с толстым дном) налить немного масла и выложить слоями: баклажаны, картофель, перец, лук, помидоры, зелень; каждый слой немного посолить и поперчить.
- 3 Добавить 100 мл воды, накрыть содержимое казана перевернутой тарелкой, тушить на небольшом огне 1 час.



БАКЛАЖАНЫ ПО-БОГЕМСКИ

Французская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 119 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 6 баклажанов ■ 4 крупных мясистых помидора ■ 1 луковица ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 3-4 веточки петрушки
- 1-2 веточки тимьяна ■ 100 г тертого сыра
- 2 ст. л. сливочного масла ■ растительное (оливковое) масло ■ перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Баклажаны очистить, нарезать кружками толщиной 1-1,5 см.
- 2 Помидоры надсечь, обдать кипятком, затем ледяной водой, снять шкурку, уда-



лить семена вместе с жидкостью, мякоть нарезать мелкими кубиками.

3 Лук, чеснок, петрушку измельчить, снять листики с тимьяна.

4 В сотейнике в большом количестве растительного масла обжарить кружки баклажанов до уверенной румяности, выложить на бумажные полотенца, посолить, поперчить.

5 Оставить в сотейнике 3 ст. л. масла, обжарить лук до прозрачности, добавить помидоры, чеснок, петрушку, посолить, поперчить; готовить на сильном огне, помешивая, 5-7 минут.

6 Добавить в сотейник баклажаны, перемешать, готовить на среднем огне еще 5-7 минут.

7 Форму для запекания смазать сливочным маслом, выложить содержимое сотейника, посыпать тертым сыром, сверху разложить небольшие кусочки сливочного масла.

8 Запекать под грилем 10-15 минут (сыр должен расплавиться и приобрести золотистую корочку).

ОВОЩНОЕ РАГУ

МНОГО ВКУСА ИЗ НИЧЕГО



Советы хозяйке Широкая палитра ингредиентов

Одно из очевидных достоинств овощного рагу – это свободное обращение с ингредиентами: их можно заменять, добавлять и даже не докладывать. Например, в рецепте указан цукини, а у вас есть только патиссон или даже тыква – замените смело, и вы получите немного другое, но не менее вкусное рагу. Только украсят ваше рагу стручковая фасоль, стебли и корни сельдерея, свекольная ботва, капуста всех видов, яблоки, сливы и другие дары вашего сада. Важно только закладывать овощи (а также фрукты и ягоды) в посуду для приготовления рагу в соответствии со скоростью их приготовления. Так, например, картофель и морковь готовятся дольше, чем кабачки и помидоры, поэтому первые надо закладывать раньше. Очень желательно, чтобы при приготовлении овощи не теряли форму, не разваривались в кашу, а оставались слегка хрустящими, альденте, тогда рагу по-настоящему раскроет свой вкус.

ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

- Всякому овощу своё время.
- Овощи хороши во щи.
- Не вырастишь овощей – не сварить и щей.
- Всякий день с овощами, да не всякий день со щами.
- Картофель – хлебу подспорье.
- Смелому горох хлебать, а несмелому и щей не видать.



ОВОЩНОЕ РАГУ

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 45 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г белокачанной капусты
- 1 небольшой кабачок
- 1 морковь ■ 3 картофелины
- 3 помидора ■ 1 луковица
- 2-3 зубчика чеснока
- растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Картофель, капусту, кабачок и помидоры нарезать кубиками,

лук – перьями или полукольцами, чеснок мелко нарубить, морковь натереть на крупной терке.

2 На дно кастрюли выложить капусту, сверху – морковь и картофель, залить водой так, чтобы она едва покрывала овощи, довести до кипения, тушить 5 минут.

3 Добавить помидоры и кабачки, посолить, поперчить, тушить еще 5 минут.

4 Отдельно поджарить лук до золотистого цвета, добавить к овощам, перемешать, тушить до готовности (10-15 минут).

5 Снять кастрюлю с огня, добавить чеснок, перемешать, накрыть кастрюлю крышкой и дать постоять 4-7 минут.



В супермаркете.
– Почему вы сначала взвешиваете овощи, а лишь потом кладёте их в целлофановый пакетик?
– Извините, но ведь пакетик тоже что-нибудь да весит!

ПЕПЕРОНАТА

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 81 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 крупных спелых помидора ■ по 1 сладкому перцу разных цветов (желтый, красный, оранжевый, зеленый)
- 1 луковица
- 3-4 зубчика чеснока
- пучок базилика
- 2 ч. л. сушеного орегано
- 0,5 ст. л. сахара
- растительное (оливковое) масло
- молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Перцы очистить от семян, нарезать тонкими полосками. Помидоры очистить от шкурки, семян и жидкости, нарезать небольшими кубиками.
- 2 Лук нарезать тонкими полукольцами, чеснок и листья базилика мелко нарубить.
- 3 Обжарить лук на оливковом масле до прозрачности, добавить перец, перемешать, жарить 4-5 минут.
- 4 Добавить помидоры и сахар, жарить еще 4-5 минут. Добавить чеснок и орегано, посолить, жарить, помешивая, еще 2-3 минуты, снять с огня. Добавить базилик, поперчить, перемешать.



Светлана ИВАНОВА

В июле многие культуры уже отдадут свой урожай, и грядки освобождаются.

Можно воспользоваться появлением неосвоенных посадочных площадей, чтобы получить второй урожай с одной грядки! Какие культуры посеять в июле-августе, чтоб они успели отдать урожай до наступления холодов? Какие растения сочетаются на грядке наилучшим образом?

Как получить второй урожай с грядки?

Картофель + редис



ПРЕДШЕСТВЕННИК: ранний картофель.
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: редис, салат.

Высаживать на участке один и тот же вид растений нежелательно. Культура, посаженная повторно, будет нуждаться в тех же веществах, которые уже вытянула из почвы сестра-предшественница. Разные культуры предпочитают разные вещества, поэтому на месте раннего картофеля без внесения дополнительных удобрений отлично будут чувствовать себя редис и салат, не слишком требовательные к плодородию почвы.

Старая земляника + редька



ПРЕДШЕСТВЕННИК: отплодоносившая старая садовая земляника (клубника).
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: репа, редька, дайкон.

Репа, редька и дайкон – растения короткого светового дня, поэтому при посадке в конце июля они не стрелкуются и хорошо наращивают плоды в августе, когда и день сокращается, и уже не жарко. Можно высаживать репу, редьку или дайкон после любых предшественников, но старые посадки клубники, которые вы все равно будете убирать в конце сезона, можно освободить под посадки уже в июле.

Репчатый лук + молодая садовая земляника



ПРЕДШЕСТВЕННИК: репчатый лук.
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: молодая садовая земляника (клубника).

Чтобы получить полноценный урожай садовой земляники на следующий год (если посадки уже старые и урожай снизился), лучше высадить молоденькие кустики в августе на месте отплодоносивших культур (грядка, на которой рос лук, подойдет). При посадке в августе кустики укоренятся и окрепнут, а на следующий год смогут плодоносить.

Ранние томаты + огурцы



ПРЕДШЕСТВЕННИК: ранние томаты.
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: огурцы.

Если вы сажаете на участке ранние детерминантные сорта томатов, то в июле на месте убранной ботвы можно высадить рассаду огурцов. У этих культур разные болезни и вредители, поэтому подобная преемственность вполне возможна.

Рассаду лучше приготовить заранее, а в лунку внести биогумус или компост (огурцы – культура «прожорливая»). Выбирайте холодостойкие и не требовательные к погодным условиям сорта и гибриды огурцов, поскольку в августе ночи уже холодные, и не забудьте предусмотреть возможность укрытия.

Зелень + ранняя капуста



ПРЕДШЕСТВЕННИК: зелень.
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: ранняя капуста.

После зелени не стоит снова сажать зелень – культура уже забрала из почвы необходимые вещества и повторный посев на том же месте не принесет урожая. На месте зеленных культур лучше посадить раннюю капусту, внося в лунку перепревший компост или биогумус. Для посадок в июле-августе важно выбирать скороспелые сорта. Всхожесть семян капусты будет хорошей, если замочить их на сутки в теплой воде. В августе активность вредителей низкая, парник тоже уже не нужен, поэтому главное – обильный полив.

Чеснок + укроп



ПРЕДШЕСТВЕННИК: чеснок.
КУЛЬТУРА ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ВТОРОГО УРОЖАЯ: укроп.

После чеснока хорошо сажать зелень, не требовательную к плодородию почвы: укроп, кинзу, салат, петрушку и прочее. Главный секрет успеха – обильный полив новых посадок. При достаточном количестве влаги зелень взойдет быстро и будет хорошо расти.

- Поехали на дачу?
- Не, что-то голова болит.
- Так мы загорать и шашлыки жарить...
- Когда автобус?
- ...а с обеда начнём копать.
- Провожу и вернусь.



Совет

Перед тем как приступить к вторичной посадке, почву стоит подготовить: удалить сорняки, прорыхлить, внести удобрение (отлично подойдет органика: перегной, компост, биогумус). Свежий навоз использовать не стоит – его лучше вносить осенью под зиму.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА АВГУСТ

1 августа	Обрабатываем от вредителей и болезней грядки и деревья.
2 августа	Мульчируем цветники, сажаем смородину и крыжовник.
3 августа	Черенкуем любые плодово-ягодные культуры, прикапываем отводки.
4 августа	Готовим помещения для хранения урожая зимой.
5 августа	Пересаживаем многолетники при необходимости.
6 августа	Занимаемся заготовкой урожая, кроме варки варенья и компотов.
7 августа	Если погода засушливая, в этот день нужно обязательно провести полив.
8 августа	Мульчируем грядки, обрабатываем от болезней и вредителей.
9 августа	Сажаем смородину, малину, крыжовник.
10 августа	Время раннего сбора картофеля и яблок.
11 августа	Проводим черенкование, пересаживаем крупноммеры.

12 августа	Неблагоприятный день для работы на дачном участке.
13 августа	Ухаживаем за почвой: рыхлим, аэрируем, мульчируем.
14 августа	Собираем, заготавливаем и сушим плоды на зиму.
15 августа	Собираем урожай, занимаемся заготовками.
16 августа	Стрижем газон, приводим в порядок дорожки, обновляем забор.
17 августа	Ухаживаем за цветущими георгинами.
18 августа	Занимаемся сбором овощей, плодов и ягод, заготовками на зиму.
19 августа	Занимаемся делением ирисов и пересадкой на новое место лилий.
20 августа	Любые сегодняшние работы в саду и огороде будут очень удачными.
21 августа	Заготавливаем лекарственные травы.
22 августа	Собираем, сушим и заготавливаем семена цветов для следующего года.

23 августа	Удаляем лишние побеги, пропалываем сорняки, убираем с участка мусор.
24 августа	Осторожнее с химикатами, от работы с ними лучше вообще отказаться.
25 августа	Собираем урожай, занимаемся заготовками.
26 августа	Консервируем, замораживаем, сушим урожай.
27 августа	С растениями лучше не работать. Посвящаем время отдыху.
28 августа	Начинаем влагозарядковые поливы.
29 августа	Проводим прививку и окулировку деревьев.
30 августа	Ухаживаем за растениями на клумбах.
31 августа	Если нужно что-то посадить, сегодняшний день для этого особенно хорош.

Фазы Луны:

С 1 по 11 августа – растущая Луна. 12 августа – полнолуние. С 13 по 26 августа – убывающая Луна. 27 августа – новолуние. С 28 по 31 августа – растущая Луна.

ПЕРВЫЙ



21.45 «ОТЧИМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ОТЧИМ». (16+)
- 23.45 «Большая игра». (16+)
- 00.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

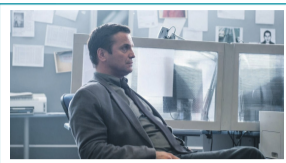
РОССИЯ 1



23.55 «СОФИЯ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?». (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 23.55 «СОФИЯ». (16+)
- Иоанн принимает тяжёлое решение - отправляет Софию в монастырь. На Руси появились проповедники, обещающие конец света. Елена приходит утешить Иоанна, но он ее прогоняет...
- 01.05 «КОРОЛЕВА БАНДИТОВ». (12+)
- 02.50 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (12+)

НТВ



21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕ-САНТ». (16+)
- 21.40 «ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ». (16+)
- У трассы находят мёртвую проститутку. Причина смерти - тупая травма правой части головы.
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЁС». (16+)
- 02.00 «БРАТАНЫ». (16+)

СТС



07.00 «Том и Джерри». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Галилео». (12+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 09.45 «ЧАС РАСПЛАТЫ». (12+)
- 12.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 14.20 «ДЫЛДЫ». (16+)
- У Михаила совсем не осталось вариантов, где жить. Павел становится полноценным спонсором команды.
- 20.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
- США - Великобритания - Венгрия - Канада, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Райан Гослинг, Харрисон Форд. Земля населена людьми и репликантами, созданными выполнять самую тяжёлую работу.
- 23.15 «ТРИ ИКСА. МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)
- 01.15 «КОМАТОЗНИКИ». (16+)
- 03.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.35 «6 кадров». (16+)

ТНТ



20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод-3». (6+)
- 08.30 «Перезагрузка». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- 21.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)
- 22.00 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ-2: ТОЛЬКО ВПЕРЕД». (12+)
- После спасения Маршала США Ангелы Натали Кук, Дилан Сандерс и Алекс Мандэй отправляются на поиск титановых колец, похищенных из Департамента юстиции США, на которые записаны новые имена и адреса людей, попавших под действие программы защиты свидетелей.
- 00.10 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ». (12+)
- 01.50 «НАСТЯ, СОБЕРИСЬ!». (18+)
- 03.00 «Импровизация». (16+)
- 04.35 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.20 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)

- 05.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 06.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «РЭМБО-4». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
 - 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
 - 05.50 Пятница News. (16+)
 - 06.20 Адская кухня. (16+)
 - 08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
 - 09.50 На ножах. (16+)
 - 12.00 Адская кухня. (16+)
 - 13.50 Четыре свадьбы. (16+)
 - 19.00 Рабы любви. (16+)
 - 20.50 Четыре свадьбы. (16+)
 - 00.00 «СТРАШНАЯ ВОЛЯ БОГОВ». (18+)
 - 01.50 Пятница News. (16+)
 - 02.20 «ПРЯТКИ». (16+)
 - 04.00 Пятница News. (16+)
 - 04.30 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- ЧЕ!**
 - 06.00 Улётное видео. (16+)
 - 06.10 Невероятные истории. (16+)
 - Вы увидите подборку сюжетов, в которые невозможно было бы поверить, если бы они не были правдой.
 - 06.30 Невероятные истории. Дайджест. (16+)
 - 07.00 Идеальный ужин. (16+)
 - 09.00 Улётное видео. (16+)
 - 12.00 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (16+)
 - 18.15 Решала. (16+)
 - 22.15 Заступницы. (16+)
 - 00.15 Опасные связи. (18+)
 - 03.05 Улётное видео. (16+)
- ОТР**
 - 06.00 «Утро вместе». (0+)
 - 09.00 13.20 ОТражение
 - 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
 - 10.10 «ОДИНОЖДЫ ОДИН»
 - 11.45 «То, что задело». (12+)
 - 12.05 «Большая страна». (12+)
 - 15.10 «Календарь». (12+)
 - 15.35 «Лунная колея». (12+)
 - 16.05 «Домашние животные»
 - 16.30 «Легенды балета». (12+)
 - 17.00 «Здоровая среда». (12+)
 - 18.00 «Губернские новости»
 - 18.15 «Вечер вместе». (12+)
 - 18.45 «Эксперт». (12+)
 - 19.30 01.05 ОТражение-3
 - 21.00 «7 ДНЕЙ И НОЧЕЙ С МЭРИЛИН». (16+)
 - 22.35 «Ехал Грека». (12+)
 - 23.20 «СТАНИЦА». (16+)
- Ю**
 - 05.00 «Папа попал». (16+)
 - 08.20 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
 - 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
 - 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 - Каждая серия шоу посвящена обеду в доме одной из команд.
 - 15.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
 - 18.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 - 20.00 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
 - 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
 - 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
 - 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
 - 02.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 - 04.30 «Папа попал». (16+)
- МИР**
 - 07.15, 10.10, 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 - 08.05, 11.00, 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.25 Новости
 - 17.05 Мировое соглашение. (16+)
 - 18.50, 19.30 Телеигра «Игра в кино». (12+)
 - 20.10, 21.05 Слабое звено. (12+)
 - 21.55, 22.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
 - 23.25, 23.55 Всемирные игры разума. (12+)
 - 00.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
 - 00.55 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (0+)
- ПОБЕДА**
 - 05.20 «Путь к Победе». (16+)
 - 06.20 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
 - 08.30 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
 - Драма. Россия, Украина, 2015 г.
 - 10.40 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
 - Сериял. Детектив, Россия, 2008 г. В ролях: Борис Щербатов, Максим Заусалин, Александр Суворов
 - 15.00 «КРИК СОВЫ». (16+)
 - В ролях: Сергей Пускепалис, Андрей Мерзликин, Мария Миронова, Евгений Дятлов
 - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 - 01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
 - 02.40 «РИОРИТА». (16+)
 - 04.20 «ГЕРОЙ 115». (16+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
 - 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
 - 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
 - 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
 - 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 - 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 - 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
 - 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
 - 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
 - 07.55 «Улица Далматинцев, 101». (6+)
 - 08.20 «Утиные истории». (6+)
 - 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
 - 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
 - 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
 - 11.30 «Леги Баг и Супер-Кот». (6+)
 - 14.40 «Финес и Ферб». (6+)
 - 15.40 «Закон Мерфи». (12+)
 - 16.30 «Леги Баг и Супер-Кот». (6+)
 - 18.40 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
 - 19.30 «Балерина». (6+)
 - Фелис мечтает стать танцовщицей. Но даже сильного желания недостаточно, чтобы покорить сцену парижского театра.
 - 21.25 «Леги Баг и Супер-Кот». (6+)
 - 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
 - 23.55 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
 - 02.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
 - 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
 - 05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)
 - 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
 - 07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
 - 08.30 «Волшебная кухня». (0+)
 - Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
 - 10.30 «Три кота». (0+)
 - 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
 - 13.50 «Инфинити Надо». (6+)
 - 14.20 «Фееринки». (0+)
 - Удивительные истории про пятерых феечек, которые живут в человеческой квартире, в комнате девочки Кати.
 - 16.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 18.25 «Царевны». (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Лео и Тиг». (0+)
 - 23.25 «Союзмультфильм» представляет: «Муха-Цокотуха». (0+)
 - 23.35 «Дереза». (0+)
 - 23.45 «Петушок - золотой гребешок». (0+)
 - 23.55 «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка». (0+)
 - 00.10 «Сказка о мёртвой царевне и о семи богатырях». (0+)
 - 00.40 «Жёлтики». (0+)
 - 00.50 «Трам-пам-пам». (0+)
 - 01.15 «Смешарики». (0+)
 - 02.10 «Мишки-братишки». В поисках тигра. (6+)
 - 03.15 «Зелёный проект». (0+)
 - 03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 04.35 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
 - 00.00 Час истины. (12+)
 - 01.00, 05.50 Россия. Связь времен. (12+)
 - 01.30, 05.20 Монастырские стены. (6+)
 - 01.55, 04.40, 17.00 Историкограф. (12+)
 - 02.35 Ступени Победы (12+)
 - 03.20, 06.15 Историада. (12+)
 - 04.10, 07.10 Из истории советского периода. (6+)
 - 07.35 Пешком по Москве. (6+)
 - 08.00 Флоренция и Галерея Уффици. (12+)
 - 09.30 Личность в истории. (12+)
 - 10.30 Семь дней истории. (12+)
 - 10.40 Тайны соборов. (12+)
 - 12.00, 12.20 Трудные вопросы истории России. (12+)
 - 14.45 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
 - 15.40 Рыцари. (16+)
 - 16.35 Очень странные экспонаты. (12+)
 - 17.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 18.10 Место преступления: древность. (16+)
 - 19.10, 00.20 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
 - 20.05, 01.15 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
 - 21.00, 02.05 Королевская семья. (16+)
 - 21.55, 02.55 Расшифровка тайн: Розуэлл. (12+)
 - 22.40, 03.35 Убийство на железной дороге. (16+)
 - 23.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
 - 04.20 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 05.05, 05.35 Невероятные изобретения. (12+)
- VIASAT HISTORY**
 - 06.15 Невероятные изобретения. (12+)
 - 06.40 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
 - 07.35 Место преступления: древность. (16+)
 - 08.30 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
 - 09.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 10.15 Расшифрованные сокровища. (12+)
 - 11.05 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
 - 12.05 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 12.55, 13.50 Планета сокровищ. (6+)
 - 14.45 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
 - 15.40 Рыцари. (16+)
 - 16.35 Очень странные экспонаты. (12+)
 - 17.25 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 18.10 Место преступления: древность. (16+)
 - 19.10, 00.20 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
 - 20.05, 01.15 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
 - 21.00, 02.05 Королевская семья. (16+)
 - 21.55, 02.55 Расшифровка тайн: Розуэлл. (12+)
 - 22.40, 03.35 Убийство на железной дороге. (16+)
 - 23.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
 - 04.20 Титаник: истории из глубины. (12+)
 - 05.05, 05.35 Невероятные изобретения. (12+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
 - 06.00 Научные глупости. (16+)
 - 06.10, 07.00 Невероятный доктор Пол. (16+)
 - 07.55, 08.45 Инстинкт выживания. (16+)
 - 09.40, 10.30 Авто-SOS. (16+)
 - 11.25, 12.15 Дикий туец. (16+)
 - 13.10, 14.00 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
 - 14.55 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
 - 15.45 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
 - 16.40 Дикий туец. (16+)
 - 17.30 Индия с высоты птичьего полёта. (16+)
 - 18.20, 18.45 Фабрика еды. (16+)
 - 19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
 - 20.05 21.00 Расследование авиакатастроф. (16+)
 - 22.40, 23.35 Международное расследование авиакатастроф. (16+)
 - 00.25 Служба безопасности аэропорта. (16+)
 - 01.10 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
 - 01.55, 02.40, 03.20 Расследование авиакатастроф. (16+)
 - 04.05 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+)
 - 04.50, 05.15 Игры разума. (16+)
 - 05.40 Научные глупости. (16+)

РОССИЯ К **К** РОССИЯ К
Культура



20.15 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 «Другие Романовы»
- 07.30 «Аксаковы. Семейные хроники»
- 08.10 Легенды мирового кино
- 08.35 «ПРАЗДНИК СЯГО ИОРГЕНА»
- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 Красуйся, град Петров! Academia
- 11.35 20.35 Искусственный отбор
- 12.20 21.15 «СЕМЬЯ»
- 14.30 «Эрмитаж»
- 15.05 02.05 «Влюбиться в Арктику»
- 15.35 23.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.15 «Любовь и больше, чем любовь»
- 18.10 Л. Бетховен. Концерт №5 для фортепиано с оркестром
- 19.00 Письма из провинции
- 19.45 «Монолог в 4-х частях»
- 20.15 «Спокойной ночи, малыши!»

ТВЦ ТВЦ



11.55 «ПРАКТИКА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ПОСЛЕДНИЙ КОРДОН». (16+)
- 10.40 «Клара Новикова. Я не тётя Соня!» (12+)
- 11.30 События
- 11.55 «ПРАКТИКА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 «ЗАЛОЖНИКИ». (12+)
- 17.00 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 Хроники московского быта. (12+)
- 01.25 Прощание. (16+)
- 02.05 Прощание. (16+)
- 02.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ТВ-3 ТВ-3



11.50 «УИДЖИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 «Старец». (16+)
- 11.50 «УИДЖИ». (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 13.35 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
- Абхи дает концерт и говорит со сцены о чистой любви. Прага устраивает скандал...
- 14.40 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- Ефремов узнает о похищении Ларисы. Тем временем, в парке находят труп молодого человека, загрызанного собакой.
- 20.30 Экстрасенсы. Битва сильнейших. (16+)
- 22.00 «ДРУГОЙ МИР: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 00.15 «30 ДНЕЙ НОЧИ». (18+)
- 02.00 Сверхъестественный отбор. (16+)
- 05.15 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.30 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.25 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «МЕНЯ ЗОВУТ САША». (16+)
- 19.00 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
- 22.30 «Порча». (16+)
- 23.00 «Знахарка». (16+)
- 23.35 «Верну любимого». (16+)
- 00.05 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 Тест на отцовство. (16+)
- 02.40 Давай разведёмся! (16+)
- 05.10 «6 кадров». (16+)
- 05.45 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Изнестия». (16+)
- 05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 08.35 «ХОЛОСТЯК». (16+)
- Россия, 2013 г. Криминал. В ролях: Владимир Епифанцев, Михаил Мамаев.
- 09.00 «Изнестия». (16+)
- 09.30 «ХОЛОСТЯК». (16+)
- 13.00 «Изнестия». (16+)
- 13.30 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 17.30 «Изнестия». (16+)
- 18.00 «ПАСЕЧНИК». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.10 14.05 «ЧИСТАЯ ПРОБА». (16+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.25 00.20 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (16+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.25 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.50 «Битва оружейников». (16+)
- 19.40 «Код доступа». (12+)
- 22.55 «НАГРАДИТЬ ПОСМЕРТНО». (12+)
- 01.55 «ПРИЗРАК И ТЬМА»

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЬ». (16+)
- 12.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
- 13.00 16.30 «ЗОЛОТО ГЛОРИИ». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Заметные люди». (12+)
- 18.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.45 00.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 «Современники». (12+)
- 20.30 00.15 04.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 22.30 «#open vrn». (12+)
- 22.45 «С ВЕЩАМИ НАВИЛЕТ!». (16+)
- Хосе Фернандес получает задание экстрадировать в Кабул обычного человека по имени Аким...
- 01.30 «Футбол губернии». (12+)

СПОРТ

- 06.00 08.55 12.35 14.55 20.55 Новости
- 06.05 15.00 18.05 22.15 Все на Матч!
- 09.00 12.40 00.45 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 «СЛЕД ПИРАНИИ». (16+)
- 11.10 Матч! Парал. (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.00 «ПОБЕГ». (16+)
- 15.40 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Адмирал» (Владивосток). «Лига Ставок Sochi Hockey Open». Прямая трансляция из Чебоксар
- 18.20 Лёгкая атлетика. Чемпионат России. Прямая трансляция из Чебоксар
- 21.00 Смешанные единоборства. Дж. Пеня - А. Нуньес. С. Павлович - Д. Люис. UFC. (16+)
- 23.00 «МОЛОДОЙ ИП МАН: КРИЗИСНЫЕ ВРЕМЕНА». (16+)
- 01.05 Плажный футбол. Россия - Белоруссия. Женщины. (0+)
- 02.20 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)
- 06.00 Международные соревнования «Игры дружбы-2022». (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 02.20 Бильярд. (0+)
- 09.30 01.15 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+)
- 10.05 17.25 Лёгкая атлетика. Чемпионат России
- 12.15 «Мой дом там, где высоко». (12+)
- 12.45 15.35 16.00 16.15 21.00 23.20 01.45 02.05 Спецрепортаж. (12+)
- 13.05 Бокс. Матч ТВ Кубок Победы. Суперфинал. (0+)
- 15.15 03.55 «Десятка!» (0+)
- 16.35 «Неизвестный спорт». (6+)
- 21.15 Плажный футбол. Женщины. (0+)
- 22.20 «Есть тема!» (16+)
- 23.40 00.15 Автоспорт. G-Drive (16+)
- 00.50 «Сердца чемпионов». (6+)
- 04.15 Регби. Чемпионат России. (0+)

- 05.15, 05.55, 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
- 06.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ К ЦЕНТРУ ЗЕМЛИ». (12+)
- 08.25 «ПУТЕШЕСТВИЕ-2: ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (12+)
- 10.00 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (6+)
- 11.50 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ЭПОХА ИСТРЕБЛЕНИЯ». (12+)
- 14.40 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 19.00 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ».
- 21.00 «ДОБРОЕ УТРО». (16+)
- 22.55 «СТАЖЕР». (16+)
- 01.00 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ». (16+)
- 02.35 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-2». (16+)
- 04.25 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.10 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.45 «Мифы». (16+)
- 10.20 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 11.40, 13.20 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
- 15.10 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
- 17.15, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «МАТИЛЬДА». (16+)
- Россия, 2017 г. В ролях: Михалина Ольшанская, Ларс Айдингер, Луиза Вольфрам, Данила Козловский, Ингеборга Дапкунайте
- 20.50 «ПАСАЖИРКА». (16+)
- 22.35 «АДМИРАЛЪ». (16+)
- 00.35 «14+». (16+)
- 02.20 «ОДНАЖДЫ». (16+)
- 03.55 «ПРОГУЛКА». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 01.00 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
- 03.40 «СУТЕНЕР». (16+)
- 05.20 «БОБОРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 07.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 09.30 «КОПЫ В ЮБКАХ». (16+)
- 11.45 «БЕЛЫЕ ЦЫПЧОК». (12+)
- 13.40 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
- 15.35 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 17.15 «ВАМ ПИСЬМО». (16+)
- 19.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- Комедия, Россия, 2020 г.
- 21.35 «МАЧО И БОТАН». (16+)
- Боевик, криминал.
- 23.35 «ПИКСЕЛИ». (12+)

- 07.10 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (16+)
- 08.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 09.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
- 11.20 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 12.50 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 14.00 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 15.25 «Три богатыря и Шаманская царица». Мультфильм. (12+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ГОМКА СВЯЗЬ». (16+)
- 01.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
- 02.35 «КОСМОС КАК ПРЕДЧУСТВИЕ». (16+)
- 04.05 «КОРОЛЕВ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВЫХОЖУ ТЕБЯ ИСКАТЬ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2006 г.
- 14.00, 22.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
- Сериал. Остроумный детектив, Россия, 2014 г.
- В ролях: Александр Домогаров, Елизавета Нилова
- 15.00, 23.00, 07.00 «НА ГЛУБИНЕ». (18+)
- 06.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы.
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.20 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
- 19.10, 20.00, 20.40, 21.30, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.00 Суббота news 2022. (16+)
- 23.10, 00.10 Богиня шопинга. (16+)
- 01.00, 01.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 02.40 Пазанки. (16+)
- 04.10, 04.30, 04.55 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.25, 04.50 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. (0+)
- 05.30 Митрополит Антоний Сурожский. Цикл: Проповедники. (0+)
- 06.00 «ДАЛЕКО ОТ МОСКВЫ». (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Знак равенства. (16+)
- 10.15, 01.05 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 10.50, 01.30 Встреча. (12+)
- 11.50 Париж - город влюбленных, или Благовещение Марии Магдалины. (0+)
- 12.25 Двенадцать. (12+)
- 13.00, 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Прикосновение. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 15.55 Маргарита Тучкова. Цикл: Женская душа Москвы. (0+)
- 16.30 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». Фильм 1. (12+)
- СССР, 1974 г.
- 18.30 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАН». Фильм 2. (12+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Федор Ушаков. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 22.55 В поисках Бога. (6+)
- 23.25 День Патриарха. (0+)
- 23.40 Святыни России. (6+)
- 00.35 Профессор Осипов. (0+)
- 02.20 Следы империи. (16+)
- 03.40 Двенадцать. (12+)
- 04.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

4 августа
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Мироносицы равноап. Марии Магдалины.



Перенесение мощей сщмч. Фоки. Прп. Корнилия Переяславского. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Алексия пресвитера.
Поста нет.

«Что твои грехи против милосердия Божия, каковы бы они ни были, лишь бы только искренно ты каляся в них!»
Свт. Иоанн Кронштадтский

МУЗЫКА

- 05.00 07.00 08.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
- 07.30 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Тор 30 - Крутяк недели. (16+)
- 12.00 Золотая дюжина. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Тор Чарт. (16+)
- 15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 16.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 18.20 МузГорДвиж. (16+)
- 18.30 23.15 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 20.00 Лайкер. (16+)
- 22.20 Top 15 Like FM. (16+)
- 01.00 Тор 30 - Русский крутяк недели. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 04.10 04.35 Хит-сториз. (16+)

ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Две звезды. Отцы и дети». Финал. (12+)
- 23.40 «Двое. Рассказ жены Шостаковича». (12+)
- 01.45 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «САЛЮТ-7». (12+)
- 23.30 «КАНДАГАР». (16+)
- 1995 год. Афганистан. Российский грузовой самолёт принудительно посажен на аэродроме терроризма – городе Кандагаре. Пятеро российских лётчиков захвачены в плен фанатиками-талибами...
- 01.25 «ВОИН». (12+)
- 02.55 «МОЛЧУН». (16+)

НТВ



14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕ-САНТ». (16+)
- 21.45 «ЛОВУШКА». (16+)
- Грабители врываются в дом Инги, вице-президента банка...
- 23.25 «Живи спокойно, страна!» Концерт Ларисы Рубальской. (12+)
- 01.10 «Их нравы». (0+)
- 01.25 «БРАТАНЫ». (16+)

СТС



02.40 «ВОРОНИНЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Галилео». (12+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 10.15 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)
- США, 2009 г. Комедия. В ролях: Кейт Хадсон, Энн Хэтэуэй. Эмма и Оливия всю жизнь были лучшими подругами, и каждая из них мечтала отпраздновать свою свадьбу в июне...
- 12.00 Уральские пельмени. (16+)
- 13.20 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «КАК УКРАСТЬ НЕБОСКРЁБ». (12+)
- США, 2011 г. Криминальная комедия. В ролях: Бен Стиллер, Эдди Мерфи. У Джоша Ковакса, управляющего жилым комплексом «Башня», всё идёт хорошо.
- 23.00 «ТЫ ВОДИШЬ!». (18+)
- 01.00 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)
- 02.40 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

ТНТ



23.00 «Прожарка». (18+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод-3». (6+)
- 07.30 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 19.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- Реклама, футбол, удалёнка, начальники и подчиненные, новости, светская жизнь, отношения и другие темы в новом выпуске шоу, где не боятся шутить по любому поводу.
- 22.00 «Импровизация». (16+)
- 23.00 «Прожарка». (18+)
- 00.00 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ-2: ТОЛЬКО ВПЕРЕД». (12+)
- 01.50 «НАСТЯ, СОБЕРИСЬ!». (18+)
- 03.05 «Импровизация». (16+)
- 04.40 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.25 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

- 05.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 «16.00 19.00 Информационная программа 112». (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные спски». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ЗАЛОЖНИК». (16+)
- 21.30 «ПРИСТРЕЛИ ИХ». (16+)
- 23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. Д. Монсон - В. Дацк. (16+)
- 00.15 «РЭМО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (18+)
- 02.00 «БЕЗ ЗЛОГО УМЫСЛА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|--|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.20 Адская кухня. (16+) 08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+) 09.50 На ножах. (16+) 12.00 Адская кухня. (16+) 14.00 Черный список. (16+) 18.10 Битва шефов. (16+) 22.00 «СПЛИТ». (18+) 00.10 «ВЗАПЕРТИ». (16+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.10 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ». (18+) 04.00 Пятница News. (16+) 04.30 «ЛЮБИМЦЫ». (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Улётное видео. (16+) 07.00 Идеальный ужин. (16+) 08.00 Дорога. (16+) 10.00 Дорожные войны. (16+) 12.00 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+) 18.15 Утилизатор. (16+) Теперь команда Юрия Сидоренко будет утилизировать и тюнинговать авто по всей Сибири. 19.00 Утилизатор с Настей Туман. (16+) 21.00 Заступницы. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.55 Улётное видео. (16+) 05.50 Супершеф. (16+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (0+) 09.00 13.20 19.30 ОТРАЖЕНИЕ С МЭРИЛИН». (16+) 11.50 «То, что задело». (12+) 12.05 «Большая страна». (12+) 15.10 «Календарь». (12+) 15.35 «Губернские новости». (12+) 16.05 «Домашние животные» 16.30 «Легенды балета». (12+) 17.00 «Заметьте люди». (12+) 17.30 «#open vip». (12+) 17.45 «Актуальное интервью» 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Вечер вместе». (12+) 18.40 «Современники». (12+) 21.00 «ЮМОРИСТ». (16+) 22.35 «Моя история». (12+) 23.15 «ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ». (18+) |
| <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Папа попал». (16+) 08.20 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+) 15.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) 18.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 23.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+) Супергерои, стоящие на страже нашего здоровья, возвращаются! 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 02.50 «Моя свекровь - монстр». (16+) 04.30 «Папа попал». (16+) | <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00, 02.55 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+) 07.00, 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 08.40, 11.50, 12.40, 15.10, 17.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 18.45 «БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+) 20.25 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+) 22.05 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+) 23.45 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+) 01.35 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+) | <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.20 «Путь к Победе». (16+) 06.20 «ВЫСОТА 89». (16+) 08.00 «ТАЖЕНЫЙ РОМАН». (16+) 10.20 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+) 1988 год, Калининград. Четверо друзей отмечают школьный выпускной и делятся планами на будущее, мечтая связать свою жизнь с янтarem. Но янтарный бизнес превращает бывших юных мечтателей в алчных хладнокровных дельцов... 23.59 «Путь к Победе». (16+) 01.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+) 02.40 «ЗОЯ». (16+) 04.20 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+) |

ДЕТСКИЕ

- | | |
|---|--|
| <p>КАНАЛ DISNEY</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Улица Далматинцев, 101». (6+) 08.20 «Утиные истории». (6+) 08.55 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Атлантида-2: Возвращение Майло». (6+) 12.35 «Гравити Фолз». (12+) 18.00 «Русалочка». (6+) 19.30 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+) 20.55 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+) 22.10 «АКВАМАРИН». (12+) Однажды после шторма две подруги-школьницы обнаруживают в бассейне русалку! Новая знакомая девушка - Акварин - вовсе не собирается возвращаться в океан. У нее есть мечта - встретить парня своей мечты. 00.10 «ИДЕАЛЬНАЯ ИГРУШКА». (6+) 01.45 «ЗАРРЕД. ВОЛШЕБНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ». (12+) 03.15 «Леда Баг и Супер-Кот». (6+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. «Смешарики». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Ответы от кометы». (0+) Ответы на все вопросы о космосе от настоящей кометы! Как устроена Солнечная система и из каких планет состоит? Что наука знает о далеких галактиках? Какая температура на Солнце? Откуда у созвездий такие интересные названия? Как живут и что едят космонавты на космической станции? 07.35 «Лунтик». (0+) 09.35 «Сказочный патруль». (0+) 13.05 «Дикие скричеры!» (6+) 13.50 «Инфинити Надю». (6+) 14.20 «Оранжевая корова». (0+) 17.10 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 18.10 «Кошечки-собачки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Барбоскины». (0+) 23.25 «Золушка». (0+) 23.45 «Капризная принцесса». (0+) 00.05 «Как ослик счастье искал». (0+) 00.15 «Тараканище». (0+) 00.30 «Птичка Тари». (0+) 00.40 «Пятачок». (0+) 00.50 «Трам-пам-пам». (0+) 01.15 «Фиксики». (0+) 02.45 «Букварий». (0+) 02.55 «Доставка Пиквика». (0+) 04.55 «ТриО!» (0+) |
|---|--|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 00.00 Час истины. (12+) 01.00, 05.50 Народовластие. (12+) 01.30, 05.20 Монастырские стены. (6+) 01.55, 04.40, 17.00 Историкограф. (12+) 02.40 Непокорённые. (12+) 03.20, 06.15 Историада. (12+) 04.15, 07.10 Из истории советского периода. (6+) 07.35 Пешком по Москве. (6+) 08.00, 08.20 Трудные вопросы истории России. (12+) 08.45 Исторические города Британии. (12+) 09.40, 17.45 Семь дней истории. (12+) 09.50 Пешком в историю. (12+) 10.20 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+) 11.00, 11.30 Мифы Древней Греции. (12+) 12.00 Книжные аллеи. (12+) 12.25 Красиво цветёт волчеягодник. (12+) 12.55 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+) 13.45 Битва оружейников. (12+) 14.30 Жил-был Дом. (12+) 15.00 Личность в истории. (12+) 16.00 Архивы истории (12+) 16.10 Дмитрий Лавриненко. «А на рассвете в бой...» (12+) 18.00 Обыкновенная история. (6+) 18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+) 20.00 «ЕРМАК». (12+) 22.15 «ИВАН ГРОЗНЫЙ» (12+) 23.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+) | <p>VIASAT HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.15, 07.10 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+) 08.00 Место преступления: древность. (16+) 08.55 Очень странные экспонаты. (12+) 09.45 Титаник: истории из глубины. (12+) 10.35 Расшифрованные сокровища. (16+) 11.25 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+) 12.20 Титаник: истории из глубины. (12+) 13.10 Королевская семья: сохранить корону. (16+) 14.00 Расшифровка тайн: Розуэлл. (12+) 14.45 Убийство на железной дороге. (16+) 15.35 Рыцари. (16+) 16.30 Очень странные экспонаты. (12+) 17.20 Золотое кораблекрушение. (12+) 18.15 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+) 19.15, 00.35 Затерянная пирамида Египта. (6+) 20.05, 01.25 Рыцари. (16+) 21.00, 02.15 Последний поход викингов. (12+) 21.55, 03.05 Жертвы викингов. (16+) 22.50, 03.55 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+) 23.40 Расшифрованные сокровища. (12+) 04.40 Титаник: истории из глубины. (12+) 05.25 Невероятные изобретения. (12+) | <p>NATIONAL GEOGRAPHIC NG</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Научные глупости. (16+) 06.15, 07.05 Невероятный доктор Пол. (16+) 08.00, 08.50 Инстинкт выживания. (16+) 09.45, 10.35 Авто-SOS. (16+) 11.30 Дикий тунец: Север против Юга. (16+) 12.20 Дикий тунец. (16+) 13.10, 14.05 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 14.55 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+) 15.45 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) 16.35 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 17.30 Индия с высоты птичьего полёта. (16+) 18.20, 18.45 Фабрика еды. (16+) 19.15, 02.00, 02.40 Расследование авиакатастроф. (16+) 20.05 Расследование авиакатастроф. (16+) 21.00, 21.50, 03.25 Инстинкт выживания: Побег из Амазонии. (16+) 22.45, 23.35 Международный аэропорт. (16+) 00.30 Служба безопасности аэропорта. (16+) 01.15 Служба безопасности аэропорта. (16+) 04.10 Суперсооружения: чудеса инженерии. (16+) 04.55, 05.20 Игры разума. (16+) 05.40 Научные глупости. (16+) |
|--|---|--|

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



19.45 Линия жизни

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 «Другие Романовы»
- 07.30 «Литераторские мостки», или Человек, заслуживший хорошие похороны»
- 08.10 Легенды мирового кино
- 08.35 «НАСРЕДДИН В БУХАРЕ»
- 10.00 15.00 19.30 23.00 Новости культуры
- 10.15 Красуйся, град Петров!
- 10.45 XX век
- 11.45 Искусственный отбор
- 12.30 23.20 «ЧЕЛОВЕК С ЗОЛОТОЙ РУКОЙ»
- 14.30 «Эрмитаж»
- 15.05 «Влюбиться в Арктику»
- 15.35 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.35 Цвет времени
- 17.50 Шедевры мировой оперы
- 19.45 Линия жизни
- 20.40 «ИНСПЕКТОР ГУЛЛ»
- 01.25 «Искатели»
- 02.10 Мультфильмы

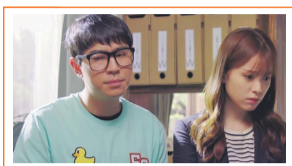
ТВЦ



17.50 События

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Петровка, 38». (16+)
- 08.35 «МОЙ ЛУЧШИЙ ВРАГ». (12+)
- 11.30 События
- 11.55 «МОЙ ЛУЧШИЙ ВРАГ». (12+)
- 12.40 «ДЕВИЧИЙ ЛЕС». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ДЕВИЧИЙ ЛЕС». (12+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Высокие, высокие отношения!» (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.30 «СЕЗОН ПОСАДОК». (12+)
- 20.15 «БЕГЛЕЦ». (16+)
- 22.10 «Закулисные войны в кино». (12+)
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.30 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)
- 02.15 «ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА». (12+)
- 05.05 «Хватит слухов!» (16+)

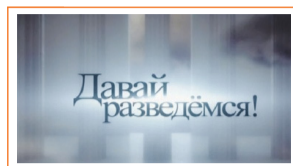
ТВ-3



19.30 «ПАРALLELНЫЕ МИРЫ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 «Старец». (16+)
- 11.50 «УИДЖИ». (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 13.35 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)
- 14.40 Вернувшиеся. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПАРALLELНЫЕ МИРЫ». (16+)
- Во время работы над последней главой комикса W, которую ждут буквально все, художник О Сонму самым таинственным образом исчезает прямо из своего кабинета. Его дочь О Ёнджу находит на месте лишь компьютерную иллюстрацию...
- 22.00 «ПАСТЫРЬ». (16+)
- 23.45 «МАМА». (18+)
- 01.45 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВНОСТИ». (16+)
- 03.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. Молодой ученик. (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

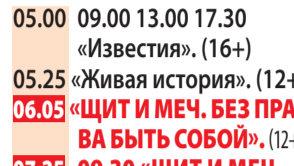
ДОМАШНИЙ



09.25 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.25 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
- 19.00 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)
- 22.45 «Порча». (16+)
- 23.20 «Знахарка». (16+)
- 23.50 «Верну любимого». (16+)
- 00.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 Тест на отцовство. (16+)
- 02.50 Давай разведёмся! (16+)
- 04.30 «б кадров». (16+)
- 04.50 По делам несовершеннолетних. (16+)

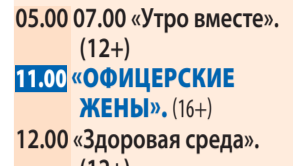
5 5-Й КАНАЛ



09.25 Давай разведёмся! (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 05.25 «Живая история». (12+)
- 06.05 «ЩИТ И МЕЧ. БЕЗ ПРАВА БЫТЬ СОБОЙ». (12+)
- 07.25 09.30 «ЩИТ И МЕЧ. ПРИКАЗАНО ВЫЖИТЬ...» (12+)
- 10.00 «ЩИТ И МЕЧ. ОБЖАЛОВАНИЮ НЕ ПОДЛЕЖИТ». (12+)
- 11.35 «ЩИТ И МЕЧ. ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (12+)
- 13.30 18.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 19.55 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника»
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.35 «ЧИСТАЯ ПРОБА». (16+)
- 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 23.50 «СУДЬБА». (16+)
- 12.30 19.00 «Освобождение». (16+)
- 13.25 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.05 «Сделано в СССР». (12+)
- 14.15 «ВИКИНГ». (16+)
- 18.40 «Время героев». (16+)
- 19.30 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 «Музыка+». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЫ». (16+)
- 12.00 «Здоровая среда». (12+)
- 13.00 16.30 «ЗОЛОТО ГЛОРИИ». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Футбол губернии». (12+)
- 15.30 «Современники». (12+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 02.15 «#open vrn». (12+)
- 18.00 «Актуальное интервью». (12+)
- 18.15 «Up&Down». (12+)
- 18.45 03.00 «Мастера». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.15 «Записки из провинции». (12+)
- 20.30 01.45 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 03.30 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... СНОВА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 08.55 12.35 14.55 20.10 Новости
- 06.05 15.00 20.15 23.30 Все на Матч!
- 09.00 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 «СЛЕД ПИРАНИИ». (16+)
- 11.10 Матч! Парад. (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 12.40 Лица страны. (12+)
- 13.00 «ПОБЕГ». (16+)
- 15.55 Легкая атлетика. Чемпионат России. Прямая трансляция из Чебоксар
- 18.55 Пляжный футбол. Россия - Белоруссия. Женщины. Прямая трансляция
- 20.55 «Рецептура». (0+)
- 21.25 Футбол. «Айнтрахт» - «Бавария». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
- 00.15 «УЛИЧНЫЙ БОЕЦ: КУЛАК УБИЙЦЫ». (16+)
- 02.20 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 03.15 Новости. (0+)
- 03.20 «Всё о главном». (12+)
- 03.50 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА

- 06.00 Синхронное плавание. Международные соревнования. «Игры дружбы-2022». (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 09.10 12.15 13.35 21.00 23.20 Спецрепортаж. (12+)
- 08.45 00.50 «Сердца чемпионов». (6+)
- 09.30 01.15 Человек из футбола. (0+)
- 10.05 13.55 Легкая атлетика. Чемпионат России
- 12.35 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+)
- 13.05 20.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 19.05 Специальный обзор. (0+)
- 20.00 «Мир бильярда». (12+)
- 21.15 Пляжный футбол. Женщины. (0+)
- 22.20 «Есть тема!» (16+)
- 23.40 00.15 Автоспорт. G-Drive
- 01.45 «С чего начинается футбол? На восток!» (12+)
- 02.10 Конный спорт. Беге. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
- 07.00 Teen чарт. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 23.20 МузГорДвиж. (16+)
- 09.00 Золотая дюжина. (16+)
- 10.00 Звезды о звездах (16+)
- 10.55 Про-Клип. (16+)
- 11.00 TikTok чарт. (16+)

- 12.00 Top 15 Like FM. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.20 «10 клипов дня». (16+)
- 16.00 Консервы. (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Big Love Show-2019. (16+)
- 22.20 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000

- 06.00, 06.40 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
- 07.40 «ДОБРОЕ УТРО». (16+)
- 09.35 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)
- 11.35 «СТАЖЁР». (16+)
- 13.45 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ». (16+)
- 15.30 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-2». (16+)
- 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (18+)
- 19.00 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)
- 21.10 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР». (16+)
- 23.25 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (16+)
- 01.00 «МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)
- 03.00 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.45 «ПАССАЖИРКА». (16+)
- 10.25 «14+». (16+)
- 12.15 «ОДНАЖДЫ». (16+)
- 13.55 «ПРОГУЛКА». (12+)
- 15.30 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 17.15, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.00, 19.55, 20.55, 21.45 «ТУРЕЦКИЙ ГАМБИТ». (12+)
- Россия, Болгария, 2006 г. В ролях: Егор Бероев, Ольга Красько, Александр Балуев, Александр Лыков
- 22.45 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- 00.40 «ОН - ДРАКОН». (6+)
- 02.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
- 04.10 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.00 «Ералаш». (6+)
- 06.30 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА!». (12+)
- 08.20 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 09.50 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 11.05 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 12.25 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 14.05 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 15.25 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- Россия, 2018 г.
- 01.15 «БАБКИ». (16+)
- 02.15 «ГЛУБЖЕ!». (16+)
- 04.00 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 05.20 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
- 19.20, 20.00, 20.40, 21.30, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 23.00 Суббота news 2022. (16+)
- 23.10, 00.10 Богиня шопинга. (16+)
- 01.00, 01.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 02.40 Пазанки. (16+)
- 04.05, 04.20, 04.45 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.15, 04.40 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 13. (0+)
- 05.30 Священник Михаил Шик. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 06.00 «СМЕЛЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Пилигрим. (6+)
- 10.30 Простые чудеса. (12+)
- 11.20 В поисках Бога. (6+)
- 11.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

- 15.00 Федор Ушаков. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 15.35 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАНЫ». Фильм 2. (12+)
- 17.35, 19.05 «ДУМА О КОВПАКЕ. КАРПАТЫ, КАРПАТЫ...» Фильм 3. (12+)
- СССР, 1976 г.
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Встреча. (12+)
- 22.25 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
- СССР, 1966 г.
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Старец Иоанн Оленевский. Бог с ними... Цикл: Русские праведники. (0+)
- 00.50 Простые чудеса. (12+)
- 01.30, 01.55 Пилигрим. (6+)
- 02.20 Следы империи. (16+)
- 03.40 Двенадцать. (12+)
- 04.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

5 августа
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Почаевской иконы Божией Матери.



Мчч. Трофима, Феофила и с ними 13 мучеников. Прав. воина Феодора Ушакова. Сщмч. Аполлинария, еп. Равеннского. Сщмч. Михаила пресвитера и мч. Андрея. Иконы Божией Матери, именуемой «Всех скорбящих Радость» (с грошиками).

Постный день.

«Познавший свои прегрешения имеет силу и над языком своим; а многоглаголющий еще не познал себя, как должно».

Прп. Иоанн Лествичник

ПЕРВЫЙ



13.40 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Поехали!» (12+)
- 11.10 «Видели видео?» (0+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 13.40 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ».** (12+)
- 15.35 «ОСВОБОЖДЕНИЕ»: «НАПРАВЛЕНИЕ ГЛАВНОГО УДАРА».** (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «На самом деле». (16+)
- 19.25 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.15 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ».** (12+)
- 01.10 Наедине со всеми (16+)
- 03.00 «Россия от края до края». (12+)

РОССИЯ 1



09.25 «Пятеро на одного»

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.05 «Я ВСЁ ПОМНЮ».** (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ВТОРОЙ ШАНС».** (12+)
- Вика – провинциальная красавица, мечтающая поступить в театральное училище и покорить столицу. В её размеренную жизнь буквально врывается Максим, брутальный мотогощик из Москвы...
- 00.50 «ЛУЧШИЙ ДРУГ СЕМЬИ».** (16+)
- 04.00 «ПОЗДНЯЯ ЛЮБОВЬ».** (12+)

НТВ



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

- 04.35 «ДЕЛЬТА».** (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
- 09.25 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.05 «Однажды...» (16+)
- 14.00 «Своя игра». (0+)
- 15.00 «Следствие вели...» (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.35 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ».** (16+)
- По просьбе Мохова, в город приезжает авторитет Ахмет. Желая посорить Мохова с Ахметом, Борисов инициирует его задержание.
- 22.30 «Маска». (12+)
- 01.30 «БРАТАНЫ».** (16+)

СТС



08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 10.45 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Премьера! Интуристы. (16+)
- 11.05 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ».** (16+)
- 13.25 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ИСПЫТАНИЕ ОГНЁМ».** (16+)
- 16.05 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ЛЕКАРСТВО ОТ СМЕРТИ».** (16+)
- 19.00 «СОНИК В КИНО».** (6+)
- 21.00 «ПОКЕМОН. ДЕТЕКТИВ ПИКАЧУ».** (12+)
- 23.00 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН».** (12+)
- 00.45 «ТРИ ИКСА. МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО».** (16+)
- 02.40 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

СТС



09.00 «Перезагрузка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Перезагрузка». (16+)
- Участницами проекта становятся обычные девушки. Они честно признали, что совершили ошибку, и пришли к экспертам за помощью. У них разные истории, но всех их объединяет одно: девушки уверены, что «Перезагрузка» - первый шаг на пути к переменам в жизни.
- 09.30 «Модные игры». (16+)
- 10.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 15.00 «Комеди клуб. Дайджест». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «ХБ». (18+)
- 00.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 02.40 «Импровизация». (16+)
- 04.15 «Comedy Баттл. (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



14.30 «СОВБЕЗ». (16+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 18.00 20.00 «ХИТМЭН».** (16+)
- 20.20 «ХИТМЭН: АГЕНТ 47».** (16+)
- 22.15 23.25 «ЗАЛОЖНИЦА».** (16+)
- 00.30 «ЗАЛОЖНИЦА-3».** (16+)
- 02.25 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ».** (18+)
- 03.50 «Тайны Чапман». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 05.50 Кондитер. (16+)
- 11.50 Четыре свадьбы. (16+)
- Чья свадьба на этот раз окажется лучшей? Ирины из Москвы, собирающейся удивить гостей выступлением цирковых артистов? Екатерины из Нижнего Новгорода, которая отметит 7-летие совместной с мужем жизни?
- 23.00 Рабы любви. (16+)
- 00.40 «СПЛИТ». (18+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 Черный список. (16+)
- 04.20 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Супершеф. (16+)
- 06.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
- 08.30 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+)
- 21.00 «+100500». (16+)
- Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ.
- 01.00 Рюкзак. (16+)
- Тревел-шоу даёт участникам уникальный шанс посмотреть мир!
- 01.55 Улётное видео. (16+)
- 05.50 Супершеф. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (0+)
- 08.40 «КАРАНТИН». (6+)
- 10.00 11.05 Отражение
- 10.30 16.45 «Календарь»
- 13.25 «Символы русского флота». (12+)
- 14.05 «Большая страна». (12+)
- 15.05 «Жена Рубенса и чёрное золото». (12+)
- 16.00 «Диалоги без грима»
- 16.15 «Мозг». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.05 «Вечер вместе». (12+)
- 18.30 «Записки из провинции»
- 19.05 «АНЖЕЛИКА, МАРКИЗА АНГЕЛОВ». (16+)
- 21.00 «МУСУЛЬМАНИН». (16+)
- 23.00 «РАЗОМКНУТЫЙ КРУГ». (18+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 08.55 «Обмен женами». (16+)
- Рано или поздно, семейные пары сталкиваются с бытом, который заел, и рутинной, которая делает жизнь серой и пресной. Тогда приходит время сменить обстановку, и герои нашего шоу делают это радикально – меняются женами! На 7 дней женщины становятся хранительницами чужого очага.
- 19.15 «Беременная в 16». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 00.45 «Измены». (16+)
- 01.40 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.05 «Папа попал». (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ СТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- 06.30 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЯ». (12+)
- 08.15 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЦИ». (12+)
- 10.00 Погода в мире
- 10.10 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+)
- В ролях: Вера Глаголева, Виктор Проскурин, Вера Васильева
- 11.50, 16.15, 18.45 «КУЛИНАР». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия, Украина, 2012 г. В ролях: Игорь Ботвин, Сергей Гамов, Роман Агеев, Сергей Рускин, Денис Кириллов
- 16.00, 18.30 Новости

ПОБЕДА

- 06.30 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 08.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 09.40 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
- 11.10 «ЯЛТА-45». (16+)
- Восемь январских дней 1945-го года накануне эпохальной встречи Сталина, Рузвельта и Черчилля.
- 14.30 «СЫН ОЦА НАРОДОВ». (16+)
- В ролях: Гела Месхи, Василий Проккопьев, Анатолий Дзиваев, Сергей Газаров, Марина Ворожичева
- 01.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 03.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
- 05.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Норм и Несокрушимые». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 11.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 13.00 «Волшебный мир Белль». (0+)
- 14.45 «Красавица и Чудовище». (0+)
- 16.20 «Балерина». (6+)
- 18.00 «Ая и ведьма». (6+)
- Девочка Ая жила в приюте, пока однажды ее не удочерила злобная ведьма Белла Яга, которая хотела сделать из малышки помощницу. Заручившись поддержкой кота Томаса, втайне от колдуньи Ая начала самостоятельно осваивать магию, чтобы дать злодейке отпор.
- 19.30 «Тайна Коко». (12+)
- 21.20 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)
- США, Великобритания, 2006 г. В ролях: Бен Стиллер, Джейк Черри
- 23.25 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
- 01.00 «АКВАМАРИН». (12+)
- 02.35 «Волшебный мир Белль». (0+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Простоквашино». (0+)
- 06.55 «Чик-заячка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
- 07.35 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
- Этот мультсериал о жизни простой семьи – мамы, папы, старшего брата, младшей сестры и собачки Сонни.
- 09.25 «Три кота». (0+)
- 13.00 «Монскики». (0+)
- 13.30 «Смешарики». (0+)
- 15.20 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Союзмультфильм» представляет: «Малыш и Карлсон». (0+)
- 17.05 «Карлсон вернулся». (0+)
- 17.25 «Петя и Красная Шапочка». (0+)
- 17.45 «Барбоскины». (0+)
- 19.10 «Снежная королева-2. Перезаморозка». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
- 23.00 «Песенка мышонка». (0+)
- 23.10 «Котенок с улицы Лизюкова». (0+)
- 23.15 «Волшебное кольцо». (0+)
- 23.35 «Заколдованный мальчик». (0+)
- 00.20 «Кошкин дом». (0+)
- 00.50 «Просто так!» (0+)
- 00.55 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- 01.15 «Фиксики». (0+)
- 02.45 «Букварий». (0+)
- 02.55 «Доставка Пиквика». (0+)
- 04.55 «ТриО!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00 Народовластие. (12+)
- 01.30 Монастырские стены. (6+)
- 01.55 Историограф. (12+)
- 02.35 Непокорённые. (12+)
- 03.20 Историада. (12+)
- 04.15 Из истории советского периода. (6+)
- 04.40 Историограф. (12+)
- 05.25 Монастырские стены. (6+)
- 05.50 Народовластие. (12+)
- 06.15 Историада. (12+)
- 07.10 Из истории Крыма. (12+)
- 07.35 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Книжные аллеи. (12+)
- 08.25 Красиво цветёт волчеягодник. (12+)
- 08.55 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
- 09.45 Битва оружейников. (12+)
- 10.30 Жил-был Дом. (12+)
- 11.00 Личность в истории. (12+)
- 11.55 Историада. (12+)
- 12.45 Морской узел. (12+)
- 13.15 План Розенберга. Нюрнбергские уроки. (12+)
- 14.00 Трамвай идет на фронт. (12+)
- 14.55 Карл Великий. (16+)
- 15.50 «ЕРМАК». (12+)
- 18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 20.00, 20.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 21.45 «НАПОЛЕОН». (16+)
- 23.20 Суверенное государство Российское. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.05 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.30 Золотое кораблекрушение. (12+)
- 07.25 Королевская семья: сохранить корону. (16+)
- 08.15 Расшифровка тайн: Розуэлл. (12+)
- 09.00 Убийство на железной дороге. (16+)
- 09.45 Тайна фетского кода. (12+)
- 10.45 Большие гонки: Величайшее зрелище в Риме. (16+)
- 11.40 Большие гонки: Гонки колесниц в цирке. (16+)
- 12.30, 13.30, 14.25 Рыцари. (16+)
- 15.20 Загадки Египта: Создание сверхдержавы. (12+)
- 16.05 Загадки Египта: Смерть и посмертие. (12+)
- 16.55 Загадки Египта: Преступление и наказание. (12+)
- 17.45 Загадки Египта: Элита Египта. (12+)
- 18.35 Загадки Египта: Вера и суеверия. (12+)
- 19.25, 20.10 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
- 21.00 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 21.55, 22.45, 23.35 Анна Болейн. (16+)
- 00.25 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
- 01.15, 02.05 Разгадка тайны пирамид. (12+)
- 02.55 Королевская семья: сохранить корону. (16+)
- 03.45 Расшифровка тайн: Розуэлл. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00, 06.15 Игры разума. (16+)
- 07.05, 07.55, 08.45, 09.35 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
- 10.25 Осушить океан: Тайны нацистов. (16+)
- 11.20 Осушить океан: Затонувшие сокровища. (16+)
- 12.15 Осушить океан: Затерянные чудеса Египта. (16+)
- 13.10, 14.05, 14.55, 15.50 Авто-SOS. (16+)
- 16.40 Расследования авиакатастроф: Падение в Тихий океан. (16+)
- 17.30 Расследования авиакатастроф: Бедствия близ Мичигана. (16+)
- 18.30 Расследования авиакатастроф: Двойные неприятности. (16+)
- 19.30 Китай с высоты птичьего полета: Динамичное побережье. (16+)
- 20.05 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу: Арестованный багаж. (16+)
- 21.00 Последние великаны: Дикая рыба: Огромный осётр. (16+)
- 21.50 Дикий тунец: Лучшее: Вспомяная девятый сезон. (16+)
- 22.35, 23.25 Аляска: Новое поколение. (16+)
- 00.15, 01.05 Авто-SOS. (16+)
- 01.50, 02.35, 03.20 Тайная история кораблекрушений. (16+)
- 04.10 Невероятные чудеса техники. (16+)
- 04.55, 05.15 История десятилетий. (16+)

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

РОССИЯ **К** **РОССИЯ К**
Культура



10.15
«Передвижники»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.05 **«ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»**
- 10.15 «Передвижники»
- 10.45 **00.00 «ДОРОГА К МОРЮ»**
- 12.00 «Дом ученых»
- 12.30 01.10 Диалоги о животных
- 13.15 «Монолог балетмейстера»
- 14.00 Балет «Ревизор»
- 15.45 «Энциклопедия загадок»
- 16.10 «Мировая литература в зеркале Голливуда»
- 17.00 **«СТРАННАЯ ЛЮБОВЬ МАРТЫ АЙВЕРС»**
- 19.00 «Анастасия». 85 лет Виктору Лисаковичу
- 19.55 Цвет времени
- 20.05 Линия жизни
- 21.00 **«В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА»**
- 22.30 В. Мартынов. «Упражнения и танцы Гвидо». Опера
- 01.50 «Искатели»

ТВЦ **ТВЦ**



10.55 «Страна чудес». (6+)

- 05.35 **«БЕГЛЕЦ»**. (16+)
- 07.15 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.40 «Святые и близкие. Иоанн Кронштадтский». (12+)
- 08.20 **«ЧЕТЫРЕ КРИЗИСА ЛЮБВИ»**. (12+)
- 10.10 «Москва резиновая». (16+)
- 10.55 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 События
- 11.45 **«ДЕЛО РУМЯНЦЕВА»**. (0+)
- 13.40 «Смех без причины». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 **«ЯЩИК ПАНДОРЫ»**. (12+)
- 18.20 **«МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО»**. (12+)
- 22.00 События
- 22.15 «Госизменники». (16+)
- 23.00 «90-е. Наркота». (16+)
- 23.40 Прощание. (16+)
- 00.25 «Дикие деньги». (16+)
- 01.05 «Хватит слухов!» (16+)
- 02.25 **«НА ОДНОМ ДЫХАНИИ»**. (16+)

ТВ-3 **ТВ-3**



09.30 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 12.45 **«ДОЧЬ КОЛДУНИ»**. (16+)
- 14.45 **«МАМА»**. (16+)
- 16.45 **«ПРОКЛЯТИЕ АННАБЕЛЬ: ЗАРОЖДЕНИЕ ЗЛА»**. (16+)
- США, 2017 г. Ужасы. В ролях: Талита Бейтман, Лулу Уилсон, Стефани Сигман, Энтони ЛаПалья. Прошло 12 лет после смерти маленькой Би, и мистер Маллинс представляет свой дом для проживания девочек-сирот. Среди девочек выделяется Дженис...
- 19.00 **«ПРОКЛЯТИЕ МОНАХИНИ»**. (16+)
- 21.00 **«ВРЕМЯ ВЕДЬМ»**. (16+)
- 23.00 **«ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ»**. (16+)
- 01.15 **«ДРУГОЙ МИР»**. (18+)
- 03.00 «13 знаков зодиака». (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.50 **«СВАТЫ»**. (16+)
- 08.40 **«МИЛЛИОНЕР»**. (16+)
- 10.45 **«ПОД КАБЛУКОМ»**. (16+)
- Россия, 2014 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Илья Любимов, Татьяна Федоровская. Креативный директор рекламного агентства Костя чувствует себя счастливым человеком...
- 18.45 Скажи, подруга. (16+)
- 19.00 **«ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК»**. (16+)
- 22.40 **«БЕЛОЕ ПЛАТЬЕ»**. (16+)
- Россия, 2010 г. Мелодрама. В ролях: Анна Назарова, Эдуард Трухменёв. Деревенская девушка Олеся и её жених выиграли в конкурсе роскошное белое платье...
- 00.35 **«ПОД КАБЛУКОМ»**. (16+)
- 04.00 «Преступления страсти». (16+)
- 05.35 «6 кадров». (16+)
- 06.10 **«СВАТЫ»**. (16+)

5 **5-Й КАНАЛ**

- 05.00 **«ТАКАЯ РАБОТА»**. (16+)
- 09.00 «Светская хроника»
- 10.00 Они потрясли мир. (12+)
- 10.55 **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSON. ДВАДЦАТЫЙ ВЕК НАЧИНАЕТСЯ»**. (12+)
- 14.05 **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSON. СОКРОВИЩА АГРЫ»**. (12+)
- 17.05 **«СЛЕД»**. (16+)
- 01.25 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА»**. (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.30 **02.25 «КОЛЬЦА АЛЬМАНЗОРА»**. (6+)
- 06.30 **08.15 23.50 «ВО БОРУ БРУСНИКА»**. (12+)
- 08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
- 09.35 «Легенды кино». (12+)
- 10.15 «Главный день». (16+)
- 11.00 «Война миров». (16+)
- 11.45 «Не факт!» (12+)
- 12.15 «СССР. Знак качества»
- 13.15 «Легенды музыки». (12+)
- 13.40 **18.25 «С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА»**. (16+)
- 21.55 **«ДУША ШПИОНА»**. (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 **«ЗОЛОТО ГЛОРИИ»**. (12+)
- 12.00 «#open vrn». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 13.00 «Записки из провинции». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 **«РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... СНОВА»**. (16+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 **«АВАРИЯ»**. (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники». (12+)
- 20.15 «Точка.ру». (12+)
- 20.45 **«НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ»**. (16+)
- 22.15 «Концерт Михаила Задорного». (16+)
- 23.45 «Такие разные». (12+)
- 00.45 «Просто жизнь». (12+)
- 01.15 «Марафон». (12+)
- 01.45 «Записки из провинции». (12+)
- 02.15 «#open vrn». (12+)
- 02.30 «Здоровая среда». (12+)
- 03.30 **«ЗАМЕРЗАЮЩАЯ ИЗ МАЙАМИ»**. (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 08.55 12.40 16.10 Новости
- 07.05 12.45 14.40 16.15 19.30 22.00 Все на Матч!
- 09.00 «МОЛОДОЙ ИП МАН: КРИЗИСНЫЕ ВРЕМЕНА». (16+)
- 10.45 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
- 13.25 Пляжный футбол. «Спартак» (Москва) - «Дельта» (Саратов). PARI Чемпионат России
- 14.55 Пляжный футбол. «Локомотив» (Москва) - «Кристалл» (Санкт-Петербург). PARI Чемпионат России
- 17.00 Футбол. ЦСКА - «Факел» (Воронеж). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 19.50 Футбол. «Краснодар» - «Локомотив» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.45 «НОКДАУН». (16+)
- 01.40 Футбол. «Боруссия» (Дортмунд) - «Байер». Чемпионат Германии. (0+)

- МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Международные соревнования «Игры дружбы-2022». (0+)
- 07.00 07.35 07.55 09.30 12.15 14.00 16.05 17.40 03.15 03.40 Спецрепортаж. (12+)
- 07.20 «Десятка!» (0+)
- 07.50 10.00 13.00 16.00 Новости
- 08.15 15.45 Лица Страны. (12+)
- 08.35 «Одержимые». (12+)
- 09.00 02.45 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 Легкая атлетика. Чемпионат России
- 12.35 Человек из футбола. (0+)
- 13.05 Специальный обзор. (0+)
- 14.50 23.40 Автоспорт. G-Drive
- 16.25 17.55 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 19.10 Смешанные единоборства. (16+)
- 21.25 22.30 Пляжный футбол. Чемпионат России. (0+)
- 00.35 Конный спорт. Скачки. (0+)
- 03.55 Боулинг. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 04.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.20 08.30 15.00 Pro-новости. (16+)
- 06.40 20.50 Плейлист (16+)
- 07.30 Ждите ответа. (16+)
- 08.50 Яндекс.Музыка. (16+)
- 09.50 МузГорДвиж. (16+)
- 10.00 Прогноз по году. (16+)
- 11.00 Top Чарт Европы плюс. (16+)
- 12.00 Pro-новости. (16+)
- 12.30 «10 самых!» (16+)
- 13.00 Top 30. (16+)
- 15.20 Русские хиты. (16+)
- 16.00 «Наследники. Цена звездной фамилии». (16+)
- 16.55 Pro-Клип. (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 Big Love Show-2020. (16+)
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 00.00 Танцпол. (18+)
- 00.00 Муз'итив. (18+)
- 02.00 Лайкер. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.20 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
- 03.15 «СУТЕНЕР». (16+)
- 04.50 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
- 07.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 09.25 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
- 11.35 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 13.25 «ОБЕЩАТЬ - НЕ ЗНАЧИТ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
- 15.50 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 17.30 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 19.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 21.35 «УДАЧИ, ЧАК!» (16+)
- Романтическая комедия
- 23.25 «БОБОРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000** **TV1000**
- 05.00 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 06.25 «БЕТХОВЕН». (12+)
- 07.55 «БЕТХОВЕН-2». (12+)
- 09.20 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)
- 11.35 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР». (16+)
- 13.50 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (16+)
- 15.15 «МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)
- 17.25 «Шрэк». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «Шрэк-2». Мультфильм. (6+)
- 20.30 «Шрэк Третий». Мультфильм. (6+)
- 22.05 «Шрэк навсегда». Мультфильм. (6+)
- 23.35 «КАПИТАН КРЮК». (12+)
- 01.55 «БЕТХОВЕН». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.55 «АКЦИЯ». (12+)
- 08.35 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (12+)
- 10.00 «КОРТИК». (12+)
- 13.55 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 15.10 «ДЕЛО № 306». (12+)
- 16.40 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ». (12+)
- 18.00 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 19.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 21.00 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
- В ролях: Людмила Гурченко, Олег Басилашвили, Никита Михалков
- 23.30 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
- 01.10 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЕНОК». (12+)
- 03.55 «БЕГ». (12+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**

- 06.30 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
- 07.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 10.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
- 11.55 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 13.20 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 15.00 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
- Россия, 2015 г.
- 16.30 «СВАТЫ». (16+)
- 23.10 «НАПАРНИК». (16+)
- Россия, 2017 г.
- 00.45 «ИГРА». (16+)
- 02.20 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 04.10 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- 05.30 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «НА ПЛУБИНЕ». (18+)
- 00.00, 01.00 «ЛУНОЙ БЫЛ ПОЛОН САД». (16+)
- Мелодрама, Россия, 2000 г. В ролях: Лев Дуров, Зинаида Шарко, Николай Волков
- 02.00, 03.00 «ЮБИЛЕЙ». (16+)
- 04.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)

СУББОТА! **СУББОТА!**

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 17.00, 17.40, 18.30, 19.20, 20.20 «ПОСТУЧИТЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 21.10, 00.10, 00.50, 01.20, 01.50, 02.30 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
- 22.00, 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 02.50 Барышня-крестьянка. (16+)
- 03.40, 04.05, 04.30, 04.45 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.00, 04.25, 04.40 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

СПАС **СПАС**

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 14. (0+)
- 05.25 «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ». 1 серия. (0+)
- 06.40 Мученики за веру. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 07.35, 01.30 Рассказы мне о Боге. (6+)
- 08.05, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00, 03.25 Борис и Глеб. Цикл: День Ангела. (0+)
- 10.30 В поисках Бога. (6+)
- 11.05 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 11.40 Пилигрим. (6+)
- 12.15 Непобежденный гарнизон. (12+)
- 13.20 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». Фильм 1. (12+)
- 15.20 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАН». Фильм 2. (12+)
- 17.25, 19.00 «ДУМА О КОВПАКЕ. КАРПАТЫ, КАРПАТЫ...» Фильм 3. (12+)
- 20.30 Простые чудеса. (12+)
- 21.20, 02.55 Профессор Осипов. (0+)
- 21.55, 02.00 «Апокалипсис». Глава 10. (16+)
- 22.55 Пилигрим. (6+)
- 23.25 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 00.30 День Патриарха. (0+)
- 00.45 Простые чудеса. (12+)
- 03.55 Во что мы верим. (0+)

Православный календарь

6 августа
Седмица 8-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Мчч. блгвв. кнн. Бориса и Глеба,
во Святом Крещении Романа и Давида.

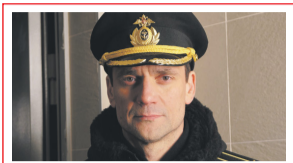


Мчч. Христыны. Прп. Поликарпа, архим. Печерского. Свт. Георгия, архиеп. Могилевского. Обретение мощей прп. Далмата Исетского. Свм. Алфея диакона. Свв. Николая и Иоанна испп., пресвитеров.

Поста нет.

«Как червь, зародившийся внутри плода, истребляет всю внутренность плода, оставляя только его оболочку; так и лицемерие истребляет всю сущность добродетели».
Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ



11.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)

- 05.05 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
- 06.00 Новости
- 06.10 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
- 07.00 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.45 «Часовой». (12+)
- 08.15 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Непутевые заметки». (12+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Парни «с Квартала». (16+)
- 11.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.35 «Выбор агента Блейка». (12+)
- 00.45 Наедине со всеми (16+)
- 02.35 «Россия от края до края». (12+)

РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 05.35 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ОКАЯННАЯ». (12+)
- 07.15 Устами младенца
- 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
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.05 «Я ВСЁ ПОМНЮ». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести
- 22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 «ДОПУСТИМЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
Катя и Максим собираются пожениться и полны надежд на долгую, счастливую жизнь.
- 02.35 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ОКАЯННАЯ». (12+)

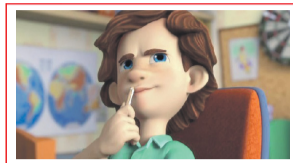
НТВ



15.00 «Следствие вели...» (16+)

- 04.35 «ДЕЛЬТА». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 12.00 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.00 «Своя игра». (0+)
- 15.00 «Следствие вели...» (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.50 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
От Волина Птица узнает, что его ищут. Забрав Машу из квартиры врача, Птица обращается за помощью к Бехтереву, но милиционер пытается его задержать.
- 22.40 «Маска». (12+)
- 01.25 «Их нравы». (0+)
- 01.50 «БРАТАНЫ». (16+)

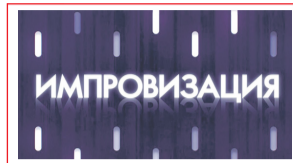
СТС



06.05 «Фиксики». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 08.00 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
- 09.45 «Мадагаскар». (6+)
- 11.25 «Мадагаскар-2». (6+)
- 13.05 «Мадагаскар-3». (0+)
- 14.55 Премьера! «Девочка миа и белый лев». (6+)
- 17.00 «СОНИК В КИНО». (6+)
- 18.55 «ПОКЕМОН. ДЕТЕКТИВ ПИКАЧУ». (12+)
- 21.00 «ХРОНИКИ ХИЩНЫХ ГОРОДОВ». (16+)
США - Новая Зеландия, 2018 г. Фэнтези. В ролях: Хера Хильмар, Роберт Шизэн, Хьюго Уивинг. После Шестидесятилетней войны, едва не погубившей человечество, уцелевшие люди стали кочевниками.
- 23.35 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (18+)
- 02.35 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.45 «6 кадров». (16+)

СТС



02.40 «Импровизация». (16+)

- 07.00 «Смешарики: Пинкод-3». (6+)
- 09.00 «Два хвоста». (6+)
- 10.20 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.00 «В АКТИВНОМ ПОИСКЕ-2». (16+)
В успешной жизни соучредителя крупного рекламного агентства Андрея есть всё: и квартира в центре города, и модные друзья, и большое будущее в рекламной сфере. Но однажды на пороге его дома появляется девятилетний ребенок, утверждающий, что он его сын. Теперь Андрею предстоит нелегкий путь: стать отцом...
- 22.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (16+)
- 00.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 02.40 «Импровизация». (16+)
- 04.15 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



08.30 «Новости». (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 06.00 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА». (16+)
США, 1996 г. Приключенческий боевик.
- 07.45 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-2». (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 10.45 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)
- 13.50 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПРОТОКОЛ ФАНТОМ». (16+)
- 17.00 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
- 20.00 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 23.25 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)
- 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 04.30 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
- 05.20 Пятница News. (16+)
- 05.50 Кондитер. (16+)
- 08.00 Черный список. (16+)
- 10.00 Зовите шефа. (16+)
- 11.20 На ножах. (16+)
Константин Ивлев отправился на помощь ресторанному бизнесу Ставрополя. Владелец кафе «Гиробум» не может довериться своим сотрудникам.
- 00.00 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ». (18+)
- 01.50 «ВЗАПЕРТИ». (16+)
- 03.20 Пятница News. (16+)
- 03.50 Черный список. (16+)
- 04.40 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Супершеф. (16+)
Успешный ресторатор Арам Мнацаканов спасает рестораны России от банкротства в новом шоу «Супершеф». Его задача - за 24 часа превратить убыточное заведение в процветающее, чего бы это ему ни стоило. На войне с банкротством хорошие средства.
- 06.30 Утилизатор с Настей Туман. (16+)
- 08.30 «СОЛДАТЫ. НОВЫЙ ПРИЗЫВ». (12+)
- 21.00 «+100500». (16+)
- 01.00 Рюкзак. (16+)
- 02.00 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (0+)
- 08.35 «ЧИПОЛЛИНО». (0+)
- 10.00 11.05 ОТражение
- 10.30 16.50 «Календарь». (12+)
- 11.00 12.50 19.00 Новости
- 12.55 «Счастливого пути!»
- 13.10 «Никола Тесла». (12+)
- 14.05 «Большая страна». (12+)
- 15.05 «Музыка. Фильм памяти...» (12+)
- 15.45 «Взлётная полоса»
- 16.15 «Мозг». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Неделя». (12+)
- 18.00 «Территория успеха»
- 18.30 «Просто жизнь». (12+)
- 19.05 04.40 «СВЯЗЬ». (16+)
- 20.25 «ОКНО ВО ДВОР». (12+)
- 22.20 «Паваротти». (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (16+)
- 08.15 «Обмен домами». (16+)
- 12.25 «Дорогая, я забил». (12+)
Они привыкли справляться со всем самостоятельно. На все их просьбы мужья привычно отвечают: «завтра», но это «завтра» так никогда и не наступает. ... Эти женщины - героини проекта, и в новом сезоне Андрей Пифф перевернет всё с ног на голову!
- 18.10 «Беременный папа». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 00.45 «Измены». (16+)
- 01.40 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.05 «Папа попал». (16+)

МИР

- 05.00 «КУЛИНАР». (16+)
- 06.55, 04.45 Мультфильмы. (0+)
- 08.00 «БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.10, 16.15 «КУЛИНАР-2». (16+)
Феликс Малинин живёт в Петербурге. Среди друзей и знакомых он слышит непохожим парнем, замкнутым чудачком, постоянно пропадаящим в служебных командировках. Плюс у него не совсем обычное пристрастие: он очень любит готовить, причем делает это по-настоящему здорово. На самом деле Феликс служит в ОРБ МВД (оперативно-розыскное бюро).

ПОБЕДА

- 06.40 «КРАСНАЯ КОРОЛЕВА». (18+)
- 17.50 «ПАУК». (16+)
Осень 1967 года. В столичных парках объявился маньяк, который убивает девушек из Дома моды и накрывает их тела красным шёлком. Подозрение падает на живущего в Москве американского журналиста и нескольких сотрудников Дома. К делу подключается КГБ, которое разрабатывает идеологическую версию преступления, но майор Черкасов ищет связь между этим делом и недавним ограблением Гознака...
- 01.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
- 03.10 «ПРИКАЗ: «УНИЧТОЖИТЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Лис и пёс». (0+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 11.20 «Русалочка». (6+)
- 13.00 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- 14.10 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
- 15.40 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)
- 17.40 «Тайна Коко». (12+)
- 19.30 «Ая и ведьма». (6+)
- 21.05 «ИДЕАЛЬНАЯ ИГРУШКА». (6+)
После смерти матери Кейси никак не может смириться с утратой. С помощью заклинивая девушка пытается вернуть ее к жизни. Но по ошибке чары действуют на куклу Кейси - Ив. Ожившая красавица наполняет дом радостным настроением и вселяет в Кейси и ее отца надежду на лучшее будущее. Так силы магии помогают семье вновь обрести счастье.
- 22.55 «ЗАРПЕД. ВОЛШЕБНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ». (12+)
- 00.45 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
- 02.10 «Гравити Фолз». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Ответы от кометы». (0+)
- 07.35 «Котёнок Шмяк». (0+)
Мультсериал о необычной дружбе чёрного котёнка Шмяка и мышонка Сырника, которые живут в небольшом городке и вместе познают силу доброты и взаимовыручки.
- 09.30 «Буба». (6+)
- 13.05 «Оранжевая корова». (0+)
- 15.20 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Союзмультфильм» представляет: «Обезьянки». (0+)
- 17.45 «Простоквашино». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
Девочка Катя и её друг Эф путешествуют по лекарням, заводам, поездам, пароходам и изучают, как всё устроено и какие бывают профессии. Каждый раз они возвращаются обратно, полные впечатлений и новых знаний. И всегда с неожиданными выводами. ...
- 23.00 «Союзмультфильм» представляет: «Рикики-Тикики-Тави». (0+)
- 23.20 «Маугли». (0+)
- 00.55 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- 01.15 «Фиксики». (0+)
- 02.45 «Букварий». (0+)
- 02.55 «Доставка Пиквика». (0+)
- 04.55 «ТриО!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.50 Народовластие. (12+)
- 01.25 Монастырские стены. (6+)
- 01.55 Историкограф. (12+)
- 02.35 Историкограф. (12+)
- 03.20 Историкограф. (12+)
- 04.10 Из истории Крыма. (12+)
- 04.40 Историкограф. (12+)
- 05.20 Монастырские стены. (6+)
- 06.15 Историкограф. (12+)
- 07.10 Из истории Крыма. (12+)
- 07.35 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Историкограф. (12+)
- 08.50 Морской узел. (12+)
- 09.20 План Розенберга. Нюрнбергские уроки. (12+)
- 10.05 Трамвай идет на фронт. (12+)
- 11.00 Карл Великий. (16+)
- 11.55 «ЕРМАК». (12+)
- 14.10 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
- 15.35 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 15.50, 16.45 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 17.35 Суверенное государство Российское. (12+)
- 18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
- 20.00 Мемориалы России. (12+)
- 20.25 Испанская кровь. (12+)
- 21.15 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
- 22.00 Первая мировая. (12+)
- 23.00 Жена Рубенса и черное золото. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.10, 06.35 Невероятные изобретения. (12+)
- 07.00 Древние конструкторы: Сила воды. (12+)
- 07.55 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
- 08.45 Разгадка тайны пирамид: Последние тайны Гизы. (12+)
- 09.40 Разгадка тайны пирамид: Абу Раваши и потерянная пирамида. (12+)
- 12.20, 13.10 Забытые гробницы древних майя. (12+)
- 14.00 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)
- 15.00 Тайна фетского кода. (12+)
- 15.55, 16.45, 17.30, 18.20 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 19.05, 20.05 Золотое кораблекрушение. (12+)
- 21.00 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
- 22.00 Забытые гробницы древних майя. (12+)
- 22.50 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 23.45 Планета сокровищ: Африка. (6+)
- 00.40 Планета сокровищ: Индия. (6+)
- 01.35 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
- 02.30 Последний поход викингов: Эмигранты. (12+)
- 03.20 Жертвы викингов. (16+)
- 04.15 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Игры разума. (16+)
- 06.20 Игры разума: Битва полов. (16+)
- 06.35 Игры разума: Супермозг. (16+)
- 07.25, 08.15, 09.05 Дикая тунца. (16+)
- 10.00 Китай с высоты птичьего полета. (16+)
- 10.40 Дикая тунца. (16+)
- 11.20 Осушить океан: Подводные лодки-убийцы. (16+)
- 12.15 Осушить океан: Погребенные тайны золотой лихорадки. (16+)
- 13.10, 14.05, 14.55, 15.50 Авто-SOS. (16+)
- 16.45, 17.35, 18.25, 19.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 20.05 Служба безопасности аэропорта: Бразилия: Кокаиновое проклятие. (16+)
- 21.00 Затерянные сокровища Рима: Новые тайны Помпеев. (16+)
- 21.50 Охотник за динозаврами: Италия. (16+)
- 22.45 Злоключения за границей: Преступление и наказание: Арест за выпивку. (16+)
- 23.35 Злоключения за границей: Преступление и наказание: Безумная заварушка. (16+)
- 00.30 Поймать контрабандиста: Свечи с сюрпризом. (16+)
- 01.20 Поймать контрабандиста. (16+)
- 02.00, 02.50, 03.40 Осушить океан. (16+)
- 04.25 Невероятные чудеса техники. (16+)

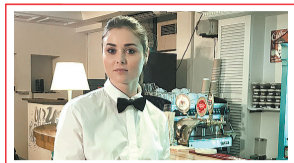
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



10.25 «Обыкновенный концерт»

- 06.30 «Энциклопедия загадок»
- 07.05 «Храбрый портняжка». «Возвращение блудного попугая»
- 08.05 «ИНСПЕКТОР ГУЛЛ»
- 10.25 «Обыкновенный концерт»
- 10.55 «В ЧЕТВЕРГ И БОЛЬШЕ НИКОГДА»
- 12.25 «Первые в мире»
- 12.40 01.05 Диалоги о животных
- 13.25 Виктор Захарченко и Государственный академический Кубанский казачий хор
- 14.40 «Кубанские казаки». А любовь девичья не проходит, нет!»
- 15.20 23.20 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ»
- 17.10 «Репортажи из будущего»
- 17.55 «Пешком...»
- 18.25 «Острова»
- 19.10 «Романтика романса»
- 20.05 «ВАШ СЫН И БРАТ»
- 21.35 Большая опера-2016

ТВЦ



13.40 «Москва резиновая». (16+)

- 05.25 «СЕЗОН ПОСАДОК». (12+)
- 06.55 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)
- 08.35 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)
- 10.35 «Знак качества». (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «КРОВЬ С МОЛОКОМ». (16+)
- 13.40 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 События
- 14.45 «Что бы это значило?» Юмористический концерт. (12+)
- 16.25 «ЭТИМ ПЫЛЬНЫМ ЛЕТОМ». (12+)
- 19.55 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 23.20 События
- 23.35 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ТАЙНЫ ОГНЕННЫХ РУН». (12+)
- 01.05 «Петровка, 38». (16+)
- 01.15 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
- 04.10 «ЧЕТЫРЕ КРИЗИСА ЛЮБВИ». (12+)

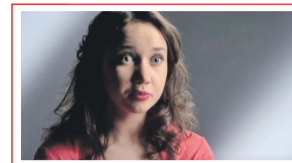
ТВ-3



09.30 «Слепая». (16+)

- 06.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 12.45 «ДОЧЬ КОЛДУНИ: ДАР ЗМЕИ». (12+)
- 15.00 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
- 16.45 «ПАСТЫРЬ». (16+)
- 18.30 «ЗАКЛЯТИЕ». (16+)
- США, 2013 г. Ужасы. В ролях: Вера Фармига, Патрик Уилсон, Рон Ливингстон, Лили Тейлор. 70-ые годы XX века. Семья Перрон обособилась на Род-Айленде в недавно приобретённом доме. Роджер и Кэролин Перрон - счастливая семья, в которой воспитывается пять прекрасных дочерей. Почти сразу после переезда становится понятно, что в этом доме что-то неладно..
- 20.45 «ЗАКЛЯТИЕ-2». (16+)
- 23.30 «НЕ ВХОДИ». (18+)
- 01.15 «ДРУГОЙ МИР: ЭВОЛЮЦИЯ». (18+)
- 02.45 «13 знаков зодиака». (16+)

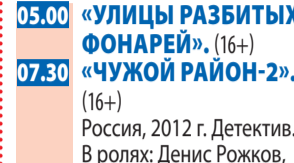
ДОМАШНИЙ



04.00 «Преступления страсти». (16+)

- 06.30 «СВАТЫ». (16+)
- 09.45 «БЕЛОЕ ПЛАТЬЕ». (16+)
- 11.40 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
- Россия, 2016 г. Лирическая комедия. В ролях: Антонина Дивина, Владимир Гориславец. У своенравной Анастасии две мечты: выйти замуж за Никиту Басова и получить свободу от своего властного деда.
- 15.15 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)
- Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Анна Сагайдачная, Константин Корецкий. В центре сюжета история двух институтских подруг - Ольги и Аллы.
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 22.40 «МИЛЛИОНЕР». (16+)
- 00.40 «ПОД КАБЛУКОМ». (16+)
- 04.00 «Преступления страсти». (16+)
- 06.25 «6 кадров». (16+)

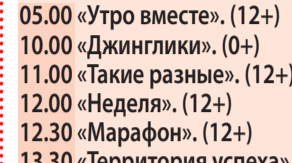
5-Й КАНАЛ



05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

- 07.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- Россия, 2012 г. Детектив. В ролях: Денис Рожков, Кирилл Полухин. Приказ о переводе Фролова обратно опером в Центральный район уже практически подписан. Вот и зашёл Андрей прогуляться «на районе» да попрощаться с друзьями-товарищами, но так и не смог вернуться.
- 17.00 «СЛЕД». (16+)
- 01.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 06.00 «ПОСТАРАЙСЯ ОСТАТЬСЯ ЖИВЫМ». (12+)
- 07.10 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (12+)
- 09.15 «Оружие Победы». (12+)
- 09.30 «7 августа - День железнодорожных войск»
- 09.55 «Военная приемка»
- 10.40 «Скрытые угрозы»
- 11.25 «Код доступа». (12+)
- 12.10 «Легенды армии». (12+)
- 12.55 «Освобождение». (16+)
- 13.25 «Спецрепортаж». (16+)
- 14.30 «ВИКИНГ-2». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.45 «Легенды сыска». (16+)
- 22.50 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Джинглики». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «#open vrn». (12+)
- 14.15 «НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ». (16+)
- 15.45 «Здоровый интерес». (12+)
- 16.00 «Точка.ру». (12+)
- 16.30 «Просто жизнь». (12+)
- 17.00 «Записки из провинции». (12+)
- 17.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.45 «АВАРИЯ». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 21.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.15 «Малая сцена». (12+)
- 23.45 «Просто жизнь». (12+)
- 00.15 «Ur&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 00.45 «Современники». (12+)
- 01.15 «Такие разные». (12+)
- 02.15 «#open vrn». (12+)
- 02.30 «Марафон». (12+)
- 03.00 «Записки из провинции». (12+)
- 03.30 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

МАТЧ ТВ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 09.25 12.25 14.55 Новости
- 08.05 12.30 15.00 18.05 19.40 23.10 Все на Матч!
- 09.30 «НОКДАУН». (16+)
- 12.55 Регби. «Стрела» (Казань) - «Локомотив-Пенза». PARI Чемпионат России. Прямая трансляция
- 15.40 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Авангард» (Омск). «Лига Ставок Sochi Hockey Open»
- 18.25 Пляжный футбол. PARI Чемпионат России
- 19.55 Футбол. «Сочи» - «Пари НН» (Нижний Новгород). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.00 «После футбола»
- 23.00 03.40 Новости. (0+)
- 00.05 VII Международные спортивные игры «Дети Азии». Церемония закрытия. (0+)
- 01.15 Мотоспорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам. (0+)

МАТЧ СТРАНА

- 06.00 07.00 Международные соревнования «Игры дружбы-2022». (0+)
- 07.50 10.00 11.55 15.20 Новости
- 07.55 08.50 09.40 18.10 03.15 04.00 Спецрепортаж. (12+)
- 08.10 02.50 Незабвенная хоккейная Россия. (12+)
- 08.35 16.40 Лица Страны. (12+)
- 09.10 03.30 Безграничные возможности. (12+)
- 10.05 Автоспорт. G-Drive
- 11.00 «Одержимые». (12+)
- 11.25 22.10 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 12.00 «Дети Азии»
- 13.55 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 15.25 16.55 Пляжный футбол. Чемпионат России
- 18.30 19.05 19.40 22.40 23.20 Мотоспорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам. (0+)
- 20.20 23.55 04.15 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 01.45 Пляжный футбол. Чемпионат России. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 03.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 Звезды у звезд. (16+)
- 08.00 Pro-новости. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 «10 самых!» (16+)
- 12.30 «Наследники. Цена звездной фамилии». (16+)
- 13.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 14.00 Ждите ответа. (16+)
- 15.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Big Love Show-2019. (16+)
- 20.00 Big Love Show-2020. (16+)
- 22.50 Top 30 - Крутяк недели. (16+)
- 00.50 Муз'итив. (18+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 06.10, 03.10 «ДВУХСОТЛЕТНИЙ ЧЕЛОВЕК». (6+)
- 08.25 «КАПИТАН КРЮК». (12+)
- 10.55 «Шрэк». Мультфильм. (6+)
- 12.25 «Шрэк-2». Мультфильм. (6+)
- 13.55 «Шрэк Третий». Мультфильм. (6+)
- 15.25 «Шрэк навсегда». Мультфильм. (6+)
- 17.00 «СВЯТОША». (6+)
- 19.00 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
- 20.40 «КАК УКРАСТЬ НЕБОСКРЕБ». (12+)
- 22.30 «АФЕРИСТЫ ДИК И ДЖЕЙН». (16+)
- 00.00 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 01.35 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.35 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.50, 11.40 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.30 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 14.55 «ЭКИПАЖ». (6+)
- 17.15 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
- 19.05 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- Россия, 2018 г. В ролях: Анастасия Уколова, Леонид Барац, Ирина Горбачева
- 20.45 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 22.35 «СВИНГЕРЫ». (16+)
- 00.15 «ПРО ЛЮБОВЬ». (18+)
- 02.15 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 03.55 «ПАССАЖИРКА». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.45 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 13.35 «Конь Юлии и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ГУДАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 01.15 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 02.50 «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ». (16+)
- 04.30 «УИК-ЭНД». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 17.10, 18.20, 19.30, 20.30 «Я НЕ РОБОТ». (16+)
- 21.40, 22.50 Моя жена рулит. (16+)
- 23.50 «НЯНЬКИ». (16+)
- Россия, 2012 г.
- 01.30, 02.10, 02.40 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
- 03.10 Барышня-крестьянка. (16+)
- 03.50, 04.10, 04.35, 04.50 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.05, 04.30, 04.45 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.30 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
- 03.45 «МАЧО И БОТАН». (16+)
- 05.40 «МАЧО И БОТАН-2». (16+)
- 07.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
- 09.40 «ВАСАБИ». (16+)
- 11.25 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 13.20 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
- 15.15 «ВАМ ПИСЬМО». (16+)
- 17.30 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)
- 19.30 «КОПИ В ЮБАХ». (16+)
- 21.45 «ДРУЖИТЬ ПО-РУССКИ!». (18+)
- Комедия, Франция, 2019 г.
- 23.35 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.55 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
- 07.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)
- 10.10 «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА». (12+)
- 13.50 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 16.20 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- Молодой историк Нестор Северов, провалив экзамен в аспирантуру и поссорившись с невестой, отрешается от науки и личной жизни и решает заняться общественно полезным делом.
- 21.15 «ГАРАЖ». (12+)
- 23.00 Воскресная премьера
- 02.15 «ДЕЖА ВЮ». (18+)
- 03.55 «АКСЕЛЕРАТКА». (12+)
- 05.20 «ВЫКУП». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ЛУНОЙ БЫЛ ПОЛОН САД». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ЮБИЛЕЙ». (16+)
- Комедия, Россия, 2007 г.
- В ролях: Людмила Чурсина, Ксения Лаврова-Глинка
- 12.00, 20.00, 04.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 15.00, 23.00 «НА ГЛУБИНАХ». (18+)
- 00.00, 01.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)

СТC LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.05 «КУХНЯ». (16+)
- Молодой повар Макс приезжает в Москву, чтобы получить работу в ресторане «Клод Монэ». Но на собеседовании он сталкивается с насмешками коллектива, скверным нравом шеф-повара и... арт-директором Викой, с которой он провёл ночь накануне...
- 22.00 Сердца за любовь. (16+)
- Шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 15. (0+)
- 05.35 «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ». 2 серия. (0+)
- 06.50 В поисках Бога. (6+)
- 07.25 Профессор Осипов. (0+)
- 08.00 Дорога. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.55 Во что мы верим. (0+)
- 14.55 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
- 16.50 «Бесогоны». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)

- 18.00, 19.05 «Апокалипсис». Главы 10-11. (16+)
- 20.05 «ДВА ФЕДОРА». (0+)
- После окончания Великой Отечественной войны вернувшийся на родину Фёдор-большой встречает мальчишку-беспризорника Фёдора-малого. Они решают жить вместе.
- 21.50 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.45, 04.30 Щипков. (12+)
- 23.15 Лица Церкви. (6+)
- 23.30 День Патриарха. (0+)
- 23.45 Во что мы верим. (0+)
- 00.40 Раскол. (0+)
- 01.45, 02.40 «Апокалипсис». Главы 10-11. (0+)
- 03.30 «Бесогоны». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)

Православный календарь

7 августа
Неделя 8-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Успение прав. Анны, матери Пресвятой Богородицы.



Свв. жен Олимпиады диакониссы и Евпраксии девы, Тавернской. Прп. Макария Желтоводского, Унженского. Память V Вселенского Собора. Собор Смоленских святых. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Александра пресвитера. Св. Ираиды исп.

Поста нет.
« Не должно называть истинно свободными знатных и богатых, когда они злы и невоздержны, потому что они суть рабы чувственных страстей». Свт. Антоний Великий

Окончание.
Начало читайте в № 29.
Сон не шёл, и, посмотрев на улицу из окна автомобиля, я наткнулась взглядом на ромашковое поле.

Моя бабушка очень любила ромашки. Помню, в детстве я чуть не каждый день таскала ей охапки этой нежности в худеньких ручонках. Кто знает, если бы бабуля с дедулей были живы, когда все это случилось...

Не заслужила

В шестнадцать лет я сама была такой же вот нежной ромашкой. Да сорвали меня не те руки. Грубые, требовательные. Измяли, оборвали лепестки, выбросили за ненадобностью. А потом аборт, смерть папы, мамино неприятие, уход из дома. И уверенность в том, что я не заслуживаю счастья. И еще муж, который думает, что я такая же, как все. Что со мной рядом можно быть счастливым, что со мной можно создать нормальную, полноценную семью, родить детей.

Но это все не про меня. Я боюсь рожать детей. Их не заслужила. Вот и мама... Она же сказала мне: «Уходи». И я ушла. Всю жизнь ухожу. Бегу, бегу, и все никак не могу убежать. От воспоминаний, от боли, от чувства вины.

— Ты плачешь, что ли? — Ритка, коллега, обернулась ко мне, перегнувшись через подлокотник переднего пассажирского сиденья автомобиля, в котором мы ехали в командировку. — Да ладно тебе, наша из-за чего. Ну, если замерзла, давай убавим кондиционер. Ром, уверни.

Водитель вздохнул, крутанул колесико регулировки работы кондиционера. Ритка в очередной раз поправила прическу.

— Сразу в офис? — спросила она. — Или заедем в отель? Примем душ, по-

«Всю жизнь бегу от счастья»



едим, переоденемся. А потом уж и за дела. Как ты, Галь?

— Да, Рит, — вытерла я слезы, — ты поезжай в отель. А мне нужно заскочить в одно место. Это не долго. Заказывай пока обед, обещаю, ты и глазом моргнуть не успеешь, как я буду сидеть рядом и хлебать борщ из соседней тарелки. Ром, — это уже водителю, — можешь остановиться? Я хочу набрать букет ромашек, я быстро.

Долгожданная встреча

Когда я получасом позже стояла с охапкой полевых цветов у двери маминой квартиры, меня трясло, а ноги того и гляди грозили отняться. Ромашки и васильки испуганно вздрагивали в моих руках. Сделав несколько глубоких вдохов и выдохов, я отважилась-таки нажать на кнопку звонка.

Три минуты, долгих три минуты, бесконечных три минуты я стояла у закрытой двери, прежде чем за ней послышались медленные шаркающие шаги. От лица моего отхлынула краска.

— Мама, — мне показалось, я одними губами произнесла это слово, когда дверь отворилась и на пороге возникла худая, поседевшая, с паутинкой морщинок вокруг глаз, но... такая родная женщина.

— Галья? — равнодушие на лице мамы сменилось испугом, затем ужасом. А спустя секунду ее глаза наполнились одновременно болью, слезами и радостью.



— Мама, — сказала я уже вслух и тоже заплакала. Сделала несмелый шаг ей навстречу, как бы прося разрешения оказаться рядом, взглянуть на нее, впитать ее новый образ. Узнаваемый и одновременно незнакомый.

Мама не отступила, она раскрыла мне навстречу объятия, в которые я тут же и кинулась, рассыпав по полу подъезда и коридора так старательно подобранные для букета цветы.

Папин день рождения

Ритка меня в тот день не дождалась к обеду. И к ужину тоже. Да и телефон попросту отключила. Не до Ритки мне было, не до работы.

— Похудела, — мама протянула сухонькую ручку,

погладила меня по лицу. Я поймала ее ладошку, прижала к щеке, закрыла глаза.

Мы сидели так какое-то время, а потом мама заговорила.

— Галочка, милая, ты прости меня. Я не ведала, что творю. Виктора не стало, и я потерялась совсем. Казалось, из меня душу вынули. Тяжело, а тут ты со своими слезами и вечно хмурым видом. Тебе нужна была ласка, забота, поддержка, а я сама как раненый зверь. Выла ночами в подушку. Мне казалось, это из-за тебя отец умер. Спасал тебя, спасал, а сам не спасся. Нашла виноватую. Думала, вот прогонию тебя, накажу, и меня отпустит. Да только, когда ты ушла, я совсем жить перестала. Так, существовала — не жила. И вот сегодня ты тут, в такой день. Ты помнишь, какой сегодня день?

— Папин день рождения, — заплаканными глазами я взглянула на маму — по ее щекам тоже текли слезы.

— И после смерти он о нас с тобой заботится, — улыбнулась мама. — А я ведь пробовала тебя искать, да не вышло ничего.

— У меня просто другая фамилия, мам, — я торопилась сказать все, что так долго оставалось за кадром маминой жизни. — Я замужем. Шесть лет уже. У меня хорошая работа, я начальник одного из отделов в крупной фирме. Возьму машину. Сюда, правда, на служебной приехала. По работе. Но это неважно, работа, машина. Я к тебе ехала, мам. И, наверно, меня уволят за то, что я сбежала и телефон выключила, потому что Ритка, она фаворитка нашего шефа. Но мне все равно, потому что я у тебя. И Мишка, мой муж, он ребенка хочет, а я боюсь. И... — я тараторила без умолку, не в силах остановиться, путалась, глотала слова, теряла смыслы. Мне просто было важно, чтобы мама меня слушала, слушала и смотрела своими синими глазами прямо на меня и вот так, как сейчас, улыбалась.

Очень важный проект

Утром я проснулась от дурманящего аромата кофе и блинов. На секунду показалось, что мне десять. Что вот сейчас мама

заглянет в комнату и скажет: «Галчонок, вставай, умывайся». Я потянулась, улыбнулась, до чего ярким и радостным было это воспоминание.

— Галчонок, вставай, — дверь в комнату приоткрылась. — Семь часов утра, завтрак на столе, умывайся. И там звонила эта твоя Рита, сказала, что в половине девятого за тобой заедет Рома. Не переживай, я сказала и адрес, и что ты плохо себя вчера чувствовала. Вроде она там не очень злится. Сказала, что этот проект очень важен и без тебя он немислим.

Я резво выпрыгнула из кровати, подбежала к маме и обняла. Крепко-крепко.

— Спасибо, мама. Но ты знаешь, один очень важный проект без меня действительно немислим, и мне пора им заняться, а я по глупости так давно его откладывала.

«Познакомлю тебя с собой»

— Рит, я увольняюсь. Ромку не присылай, я возвращаюсь в Москву, — радостно сообщила я трубке.

А потом я набрала номер мужа и, дождавись его заспанного «алло», почти прокричала:

— Мишка, я уволилась и скоро возвращаюсь. Или знаешь что, приезжай лучше ты сюда, я хочу познакомиться с мамой.

— Стобой все в порядке? — из заспанного голоса мужа сделался встревоженный. — Нет, стой, диктуй адрес. На месте разберусь.

— Приезжай, — улыбнулась я. — Я познакомлю тебя с мамой и с самой собой. И да, я ужасно хочу на море. И детей. Приезжай поскорее, я соскучилась.

ГАЛИНА

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



Судоку

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

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

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

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

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

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

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

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

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 1 ПО 7 АВГУСТА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 1 ПО 7 АВГУСТА

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Медленно, но верно начнет выравниваться финансовое положение Овнов. Только не болтайте об этом на каждом углу, да и вообще, будьте избирательны в общении. Близкие люди будут нуждаться в вашем участии в их проблемах. Не отказывайте им в посильной помощи.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам не стоит в угоду начальству братья за бесперспективные проекты. Денег это не принесет, а проблем будет ого-го. Возьмите лучше отпуск и отправляйтесь с семьей на природу. А преодолев желание во всем главенствовать, вы сможете наладить теплые любовные отношения.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Снизив деловую активность, Близнецы смогут не только избежать возможных ошибок в работе, но и выкроить время для личной жизни. Для ее налаживания неделя весьма подходящая. Любые семейные проблемы тоже старайтесь решать без спешки, хорошо все взвесив.

РАК (22.06 – 22.07)
Любые финансовые начинания Раков на предстоящей неделе обещают увенчаться успехом. Но не только удача, но также знания и опыт будут очень успешным подспорьем. В любви могут возникнуть проблемы. Но вашей мудрости хватит для их благополучного решения.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Для судьбоносных решений неделя подходит не слишком, но Львы, кажется, ничего решающего предпринимать и не собираются. Вы вальяжны и жаждете отдыха. Ну и отдохните, в этом будет куда больше пользы, чем в работе через силу. И семья будет рада побыть вместе.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы несколько зациклились на материальном. Звезды же ратуют за духовное. Предлагают вам успокоить нервы и привести в порядок мысли. Пообщаться с близкими, в конце концов. Да и романтика все еще не вышла из моды. Окружите ею любимого человека.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам стоит больше прислушиваться к мнению более опытных коллег, если в планах карьерный рост. Но не карьерой единой, как говорится. Дружеский вечер в кругу единомышленников зарядит энергией и позитивом, а романтическое свидание подарит сердечное тепло.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Круг общения Скорпионам следует подбирать с осторожностью. Есть риск быть втянутым в неприятную историю. Но ожидается и какое-то радостное событие. Вполне вероятно романтическое знакомство. Но слишком быстрого развития отношений ждать пока не стоит.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
В работе Стрельцам стоит сотрудничать только с проверенными партнерами. Если же в честности людей, предлагающих сотрудничество, сомневаетесь, лучше отказаться. Для изменений в личной жизни время не самое подходящее, а вот для семейных вечеров – весьма.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Практичность и дальновзоркость станут помощниками в деловой сфере. Высоких заработков, правда, пока ждать не стоит, но зато они будут стабильными. Старайтесь проявлять больше ответственности в делах семейных. Это справедливо и в отношении любимого человека.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Конфликтные ситуации на работе Водолеям удастся решить с помощью такта. Да и в семье придется побыть амбассадором компромиссов, иначе ссор не миновать. Не отталкивайте человека, искренне симпатизирующего вам. Велика вероятность встретить свою судьбу.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Отдельная линия родства.
- По олимпийским правилам ... для прыжков в воду должна быть оснащена площадками шириной от 0,6 м до 3 м, расположенными на высоте 1, 3, 5, 7,5 и 10 метров.
- Занятие кузнеца.
- Шаблон для печатания иллюстраций.
- ... жгучести Сквилла была предложена для сравнения остроты различных перцев.
- «Столовые приборы» в русском народном оркестре.
- Войлочный ковер в юрте.
- Старушка, героиня Агаты Кристи, легко обходившая профессиональных детективов.
- На чем Атлант держит небесный свод?
- В душе поселился ... сомнения.

Ответы: 1. Ветвь. 2. Вышка. 3. Ковка. 4. Книжка. 5. Шкала. 6. Ложки. 7. Кошма. 8. Марп. 9. Плечи. 10. Червь.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам придется собрать всю волю в кулак – впереди крайне ответственная неделя. Если будете трудиться, не поддаваясь лени, сможете укрепить фундамент собственного благополучия. В делах любовных стоит проявлять осторожность. Подождите пока зачеркивать былое.

				Так шумел, что деревья гнулись				"Свейский немец" ныне	Деревенская "леди"	"Дневник" с оценками целого класса	"Старпом" директора школы	В чем спринтеры участвуют?	"Улыбка во всю пасть"																																																																																																																																																																																							
"Скачки" валунов по склону	Ивасевый кит	Совсем не сведущий в работе	Разрушение берега течением	Смешной артист из шапито	"Свистулька" охотника					Народа видимо-невидимо	"Предоплата" зарплаты																																																																																																																																																																																									
		Размножение пчелиной семьи				Путеводный шест в чистом поле	Крупное сверло					Веселье и отрада	Массовка в помощь солисту																																																																																																																																																																																							
Будущий бройлер или воробей	Мадам бюргерша			Прекрасная ситуация в бухгалтерии	Эстетическое проектирование						Ради кетчупа свою кровь проливает																																																																																																																																																																																									
Зимний "обвал" с неба	Абрис лица на эскизе картины	"Кирпич" над дорогой						Встреча "Торпедо" и "Зенита"				Мяч в сетку угодил																																																																																																																																																																																								
		Звук шлепка по водной глади	"Топка" в кузнице	"Настроиться на нужный"							Вспененная фруктовая масса	Дым, накрывший мегаполис	Пылкий элемент на спичке	"Пол" из веток на болоте																																																																																																																																																																																						
	Громила в посудной лавке	Моцион для песка						Копится под шкурой свиный	Деревяшка Джона Сильвера	Преграда, вставшая из гребня Бабы-яги			Ажитаж вокруг наживки																																																																																																																																																																																							
	"Скачки" между менюэтом и полькой	... Де ла Рента из мира моды										Тропа вдоль пашни																																																																																																																																																																																								
			"Связка" борзых	Фальшивый удар клоуна				Его закрывают шторы	Написал он про "Двенадцать"																																																																																																																																																																																											
	Знаменитая перьевая ручка	Ею брызжут в ярости			Шест на лбу эквилибриста	Оркестровая "ниша"	См. фото				Обшлаг по-русски	Аромат спаленных пирогов и блинов																																																																																																																																																																																								
				Войлочное жильё кочевника					"Боевой зуб" вампира																																																																																																																																																																																											
	Добытчица молока на ферме	"Звезда" на осенней клумбе			Родовая община у индейцев	Один канал в составе стерео					Баюн, рассказывающий сказки																																																																																																																																																																																									
				И металлический слиток, и свинья				Выход в свет очередной Мурки																																																																																																																																																																																												
													<p>ТЕЛЕК</p> <table border="1"> <tr><td>Т</td><td>О</td><td>К</td><td>О</td><td>Ч</td><td>К</td><td>Л</td><td>Х</td><td>В</td><td>Я</td><td>Д</td><td>В</td><td>О</td><td>Т</td></tr> <tr><td>О</td><td>О</td><td>Н</td><td>О</td><td>В</td><td>Д</td><td>В</td><td>А</td><td>Т</td><td>С</td><td>В</td><td>В</td><td>У</td><td></td></tr> <tr><td>Я</td><td>Ч</td><td>Ц</td><td>К</td><td>В</td><td>М</td><td>Э</td><td>Ц</td><td>И</td><td>Д</td><td>Э</td><td>К</td><td>В</td><td>У</td></tr> <tr><td>Ч</td><td>Д</td><td>У</td><td>Л</td><td>Г</td><td>О</td><td>С</td><td>И</td><td>Ч</td><td>Н</td><td>О</td><td>Ц</td><td>О</td><td></td></tr> <tr><td>Т</td><td>О</td><td>Д</td><td>О</td><td>В</td><td>Т</td><td>О</td><td>У</td><td>Д</td><td>Ш</td><td>О</td><td>У</td><td>В</td><td>У</td></tr> <tr><td>В</td><td>Ж</td><td>Э</td><td>В</td><td>У</td><td>О</td><td>Н</td><td>В</td><td>Д</td><td>О</td><td>В</td><td>С</td><td>В</td><td>Э</td></tr> <tr><td>Л</td><td>С</td><td>С</td><td>Л</td><td>В</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Д</td><td>О</td><td>У</td><td>В</td><td>С</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>У</td><td>О</td><td>У</td><td>Л</td><td>И</td><td>В</td><td>В</td><td>Х</td><td>В</td><td>Н</td><td>Э</td><td>В</td><td>В</td><td></td></tr> <tr><td>В</td><td>Х</td><td>Э</td><td>Л</td><td>Н</td><td>И</td><td>В</td><td>Э</td><td>И</td><td>У</td><td>О</td><td>Л</td><td>В</td><td>Ф</td></tr> <tr><td>Х</td><td>У</td><td>В</td><td>А</td><td>К</td><td>У</td><td>Э</td><td>И</td><td>Н</td><td>Э</td><td>О</td><td>Д</td><td>О</td><td>И</td></tr> <tr><td>С</td><td>Н</td><td>В</td><td>В</td><td>Х</td><td>У</td><td>Э</td><td>В</td><td>В</td><td>У</td><td>Л</td><td>Э</td><td>У</td><td></td></tr> <tr><td>О</td><td>Э</td><td>Э</td><td>Ж</td><td>У</td><td>Ш</td><td>У</td><td>В</td><td>У</td><td>К</td><td>У</td><td>Ц</td><td>О</td><td>О</td></tr> </table>		Т	О	К	О	Ч	К	Л	Х	В	Я	Д	В	О	Т	О	О	Н	О	В	Д	В	А	Т	С	В	В	У		Я	Ч	Ц	К	В	М	Э	Ц	И	Д	Э	К	В	У	Ч	Д	У	Л	Г	О	С	И	Ч	Н	О	Ц	О		Т	О	Д	О	В	Т	О	У	Д	Ш	О	У	В	У	В	Ж	Э	В	У	О	Н	В	Д	О	В	С	В	Э	Л	С	С	Л	В										Д	О	У	В	С										У	О	У	Л	И	В	В	Х	В	Н	Э	В	В		В	Х	Э	Л	Н	И	В	Э	И	У	О	Л	В	Ф	Х	У	В	А	К	У	Э	И	Н	Э	О	Д	О	И	С	Н	В	В	Х	У	Э	В	В	У	Л	Э	У		О	Э	Э	Ж	У	Ш	У	В	У	К	У	Ц	О	О
Т	О	К	О	Ч	К	Л	Х	В	Я	Д	В	О	Т																																																																																																																																																																																							
О	О	Н	О	В	Д	В	А	Т	С	В	В	У																																																																																																																																																																																								
Я	Ч	Ц	К	В	М	Э	Ц	И	Д	Э	К	В	У																																																																																																																																																																																							
Ч	Д	У	Л	Г	О	С	И	Ч	Н	О	Ц	О																																																																																																																																																																																								
Т	О	Д	О	В	Т	О	У	Д	Ш	О	У	В	У																																																																																																																																																																																							
В	Ж	Э	В	У	О	Н	В	Д	О	В	С	В	Э																																																																																																																																																																																							
Л	С	С	Л	В																																																																																																																																																																																																
Д	О	У	В	С																																																																																																																																																																																																
У	О	У	Л	И	В	В	Х	В	Н	Э	В	В																																																																																																																																																																																								
В	Х	Э	Л	Н	И	В	Э	И	У	О	Л	В	Ф																																																																																																																																																																																							
Х	У	В	А	К	У	Э	И	Н	Э	О	Д	О	И																																																																																																																																																																																							
С	Н	В	В	Х	У	Э	В	В	У	Л	Э	У																																																																																																																																																																																								
О	Э	Э	Ж	У	Ш	У	В	У	К	У	Ц	О	О																																																																																																																																																																																							

Василий Дмитриевич Поленов, признанный в мире мастер пейзажной и жанровой живописи, путешествовал в 1887 году по Оке и просто не смог оставить без внимания живописнейшие места недалеко от Тарусы. Художник сам придумал и спроектировал все постройки на высоком берегу Оки в своём имении Борок, которое в советское время переименовали в Поленово.

1 Землю для постройки не просто дома, а настоящей культурной среды Поленову помогла выкупить его знаменитая картина, которую за тридцать тысяч рублей приобрёл сам Александр III. К стати, куплена была картина, представленная на 15-й выставке Товарищества передвижных художественных выставок (передвижников) в конце февраля 1887 года в Петербурге, ещё до открытия. Причём устроители колебались: включить картину в каталог выставки или отложить. После монаршей покупки такие сомнения отпали. Какую картину Поленова приобрёл император, а сегодня мы можем любоваться ею в Русском музее?

а) «Бабушкин сад». б) «Золотая осень». в) «Христос и грешница».

Мечта художника – «именьице» Поленово



2 В 1892 году дом художника стал первым в России художественным музеем в деревне. «Я эгоист. Я создал в доме музей, потому что мне самому это очень нравилось», – радовался Василий Дмитриевич, принимая посетителей. К стати, водили экскурсантов по дому сами хозяева усадьбы. Свои коллекции художник со-

бирал по всему миру. Германия, Франция, Италия – это этапы его пенсионерской поездки за границу на шесть лет, где он приобретал интересные вещи и рисунки. Вернувшись домой, он сразу отправился добровольцем на сербско-турецкий фронт и, кроме иллюстраций из бивуачной жизни, архитектурных этюдов (их печатал как иллюстрации с поля боя

журнал «Пчела»), Поленов начал собирать именно это. Чем пополнилась коллекция художника?

а) Турецкими саблями. б) Турецкой посудой. в) Турецкими монетами.

3 Сам Поленов называл усадьбу «поместыице», с любовью относясь к сделанным по его проектам зданиям. Летнюю дачу называли «Аббатством» из-за некоторой схожести с европейской архитектурой. В «дяди Ивановом сарае» в стиле фахверк по рисункам хозяина имения столяр Иван Никишин делал лодки для прогулок по Оке. В домике «Адмиралтейство» зимой хранили лодки. В одном из этих строений сейчас демонстрируется последняя работа художника – так называемая «Диорама». Она представляет собой 60 рисунков кругосветного путешествия, изображенные на которых меняются в зависимости от освещения. Где расположено это уникальное произведение?

а) В «Аббатстве». б) В «Адмиралтействе». в) В «дяди Ивановом сарае».

4 С усадьбой Василия Дмитриевича связана и история картины Виктора Михайловича Васнецова «Богатыри». Сразу же после визита к другу Васнецов «набросал карандашиком» свой замысел: трёх богатырей на лохматых конях. Первый эскиз картины маслом был подарен Василию Дмитриевичу в благодарность за...

а) Идею картины. б) Позирование в качестве великого русского богатыря. в) Помощь в обсуждении композиции картины.

ОТВЕТЫ

1-в. «Христос и грешница».
2-в. «Коллежия».
3-б. В «Адмиралтействе».
4-а. Полюбоваться ею в Русском музее.
5-а. «Бабушкин сад».



- Вышний Волочек** 104,5 FM
Губкин 104,0 FM
Задонск 103,9 FM
Липецк 97,9 FM
Москва и область 100,9 FM
Мосолово 101,0 FM
Орёл 95,6 FM
Осташков 99,4 FM
Ржев 102,4 FM
Рязань 102,5 FM
Смоленск 88,4 FM
Старый Оскол 104,0 FM
Тверь 89,4 FM
- ДОСТУПНО
ОНЛАЙН
- RADIOVERA.RU
- СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

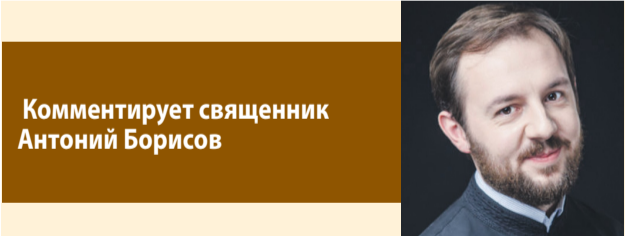
«И ели все и насытились»

И, выйдя, Иисус увидел множество людей и сжался над ними, и исцелил больных их. Когда же настал вечер, приступили к Нему ученики Его и сказали: место здесь пустынное и время уже позднее; отпусти народ, чтобы они пошли в селения и купили себе пищи. Но Иисус сказал им: не нужно им идти, вы дайте им есть. Они же говорят Ему: у нас здесь только пять хлебов и две рыбы. Он сказал: принесите их Мне сюда. И велел народу

возлечь на траву и, взяв пять хлебов и две рыбы, воззрел на небо, благословил и, преломив, дал хлебы ученикам, а ученики народу. И ели все и насытились; и набрали оставшихся кусков двенадцать коробов полных; а евших было около пяти тысяч человек, кроме женщин и детей. И тотчас понудил Иисус учеников Своих войти в лодку и отправиться прежде Его на другую сторону, пока Он отпустит народ.



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 7 августа, в воскресенье.



Комментирует священник Антоний Борисов

Обычно в этом евангельском чтении обращают внимание на цифры. Пять хлебов, две рыбы, пять тысяч человек, не считая жен и детей. Цифры заставляют наши умы напряженно работать, предлагая версии – как можно было накормить такое количество людей настолько малым набором продуктов? Когда мозги, наконец, сдаются, наступает очередь сердец, искренне восхищающихся милосердием Христа и Его всемогуществом. Но я хотел бы предложить сконцентрировать сегодня внимание на ином. А именно на апостолах. Они обычно остаются в тени цифр, так усердно привлекающих наш взор. А ведь без учеников Христа чуда бы не состоялось!

Именно апостолы сначала, пожалев людей, подошли к Спасителю и попросили Его отпустить слушателей, чтобы те пошли и купили себе поесть. Именно апостолы принесли немногие свои дорожные припасы, которые затем были чудесным образом умножены. Ученики прини-

мали еду из рук Христа и раздавали ее людям. Ученики Спасителя предлагают нам удивительный пример того, как мы должны вести себя в непростых жизненных ситуациях – тогда, когда мы хотим помочь, но сделать что-либо существенное не в состоянии. Господь через Евангелие показывает нам, как следует поступать. Первое – обратиться с просьбой к Богу. Честно спросить Господа, как поступить, и быть готовым услышать и принять ответ. Второе – взять то, на что укажет Бог. И пусть это будут какие-то пять лепешек и две рыбки – нечто крошечное, совершенно не впечатляющее. Отец Небесный способен из малого сотворить великое.

Нужно смиренно попросить Бога начать действовать. И тогда мы станем свидетелями чуда. Когда имеющиеся у нас скромные возможности будут умножены, а мы сами, подобно апостолам, окажемся посредниками и проводниками милосердия Господня. Завершая наш разговор, я хотел бы вернуться к началу этого евангельского чтения. Все началось с того, что апостолы подошли к Христу и попросили Его. Если мы действительно хотим получить помощь Божию, изменить себя и мир вокруг к лучшему, нужно просить об этом Господа. Не прятаться за ширмой ложного смирения, которое на самом деле не более чем оправдание для пассивности и лени. А смотреть вокруг глазами человека неравнодушного, живо чувствующего, кто нуждается в помощи и поддержке, и, самое главное, желающего привести благодать Божию в наш несовершенный мир.

ДОРОГА К ХРАМУ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОТЕРЯНО ВЕНЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО?

Купаясь, муж потерял венчалное кольцо. Соседка нас напугала, что теперь надо ждать беды – хорошо, если только разводом дело закончится. Стараемся не верить в приметы, а тут нас коснулось, и мы забеспокоились, может, надо снова таинство венчания пройти? Как стоит поступить в такой ситуации? Валентина, Сочи

Заново венчаться не нужно. В случае потери кольца священники рекомендуют купить новое кольцо, прийти в храм и передать батюшке с объяснением ситуации. Кольцо освятят, и его можно будет носить как венчалное.



Фото предоставлено радио «Вера»

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 августа

Растущая Луна в Деве
Профессиональный макияж и укладка «локоны серфера» в начале последнего летнего месяца помогут чувствовать себя на все сто. Для восполнения женской энергии идеально разминка на фитболе.

8 августа

Растущая Луна в Козероге
Образ для привлечения удачи должен быть женственным и трогательным, скажите «да» юбкам и милым аксессуарам. Самомассаж в этот день особенно эффективен в сочетании с контрастным душем.

15 августа

Убывающая Луна в Овне
Сегодня необходима ванна с морской солью, вместо геля используйте масло для душа. Окрашивание волос и бровей будет долго радовать эффектом. И позаботьтесь о регенерирующем геле для губ.

22 августа

Убывающая Луна в Раке (благоприятный день)
Свежие фрукты и овощи насытят организм полезными веществами и помогут сохранить красоту кожи. Не рекомендуется окрашивать волосы в темные насыщенные цвета. Полезно будет спать с открытым окном.

29 августа

Растущая Луна в Весах
Рекомендуются тренировки на свежем воздухе и контрастный душ. Поход в сауну тоже будет кстати в погоне за идеальным телом. Эффективны пилинг и скрабирование. Можно делать шугаринг.

ВТОРНИК

2 августа

Растущая Луна в Весах
Время депилировать лишние волоски на теле и убрать с лица пушок, мешающий косметике. Смелым модницам Луна советует провести день в образе гранж, дополнив его женственными аксессуарами.

9 августа

Растущая Луна в Козероге
Естественный макияж подчеркнет природное очарование. Можно подстригать волосы и делать наращивание, плетение кос также будет удачным. Не рекомендуется долго находиться на солнце.

16 августа

Убывающая Луна в Овне (благоприятный день)
Чтобы реализовать наилучшим образом всю свою энергию, ухаживайте за собой, слушайте аудиокниги и гуляйте. Перед сном необходимо тщательно снять макияж и сделать гимнастику для глаз.

23 августа

Убывающая Луна в Раке
Маски на основе глины, алоэ и масел будут крайне действенны. При выборе маникюра обратите внимание на матовое покрытие, неплохо будет смотреться на ногтях ваш знак зодиака. И чаще танцуйте!

30 августа

Растущая Луна в Весах
«Сочетать несочетаемое» – вот принцип, которому нужно следовать, выбирая сегодня образ. Например, женственное платье и грубые аксессуары. Сделайте ванночку для рук и нанесите крем.

СРЕДА

3 августа

Растущая Луна в Весах (благоприятный день)
Самомассаж и фейсфитнес сегодня будут особенно действенны. Не закливайтесь на проблемах, думайте позитивно, это откроет новые возможности. Нанесите на ручки сок алоэ, увлажните губы.

10 августа

Растущая Луна в Водолее
В эти лунные сутки актуально посещение косметолога и массажиста, тело нуждается в отдыхе и насыщении полезными веществами. Рекомендуется полное медицинское обследование. Полезна йога.

17 августа

Убывающая Луна в Тельце
Звезды не советуют в этот день делать маникюр и стричь волосы. Наиболее полезны для кишечника будут травяные сборы, а для красоты кожи – горячие компрессы с ромашкой, мятой или корнем лопуха.

24 августа

Убывающая Луна во Льве
Массаж горячими камнями расслабит мышцы и улучшит кровообращение. Стильная стрижка поможет чувствовать себя на высоте и соберет кучу восхищенных комплиментов. Полезно покататься на роликах.

31 августа

Растущая Луна в Скорпионе
День прекрасно подходит для омоложения и тонизирования кожи. В качестве тренировки можно позаниматься на гребном тренажере. Очень полезны будут томатный сок и все виды бобовых в дневном меню.

ЧЕТВЕРГ

4 августа

Растущая Луна в Скорпионе
Время начать восполнять запасы витаминов, хорошо бы сдать анализы, чтобы подобрать нужные. Лучшим другом для иммунитета сегодня станет грейпфрут. Актуальны изящные украшения из металлов.

11 августа

Растущая Луна в Водолее
Велопробулка не только улучшит настроение, но и нормализует артериальное давление. Можно делать медицинский педикюр у подолога и ухаживать за стопами дома. Пейте больше жидкости.

18 августа

Убывающая Луна в Тельце
Можно смело депилировать нежелательные волоски и начинать курс кислотного пилинга. Эффективны будут ароматерапия и массаж шеи и спины. Горячая ванна с пеной точно поднимет настроение.

25 августа

Убывающая Луна во Льве
В этот день нужно обязательно хорошо отдохнуть. Выспитесь и помедитируйте под спокойную музыку. На завтрак можно сделать тосты с авокадо и красной рыбой, выпить кофе, это даст сил на весь день.

ПЯТНИЦА

5 августа

Луна в Скорпионе, первая четверть
Винный цвет помады сделает правильный акцент на губы. Не рекомендуется стричься и кардинально менять цвет волос, но можно ламинировать их и тонировать корни. Арбуз будет исключительно полезен.

12 августа

Луна в Водолее, полнолуние
Сегодня важно насытить кожу кислородом. Эффективны будут очищающие пузырьковые маски и скрабы. Рекомендуется придерживаться овощной диеты и отказаться от кофе. Ложитесь спать пораньше.

19 августа

Луна в Близнецах, третья четверть
Можно записаться на курсы по макияжу, включающие разбор вашей косметички. В образе дня лучше отдать предпочтение женственным аксессуарам. Полезен домашний лимонад с мятой и огурцом.

26 августа

Убывающая Луна во Льве
Хорошо сегодня покупать декоративную и уходовую косметику, приобретения будут удачными. Пользуйтесь прозрачным гелем для бровей, чтобы придать им нужную форму. В фаворе дня удобная обувь.

СУББОТА

6 августа

Растущая Луна в Стрельце
Не увлекайтесь тональной основой, легкий кушон прекрасно ее заменит. Домашняя маска для волос с каланхоэ придаст им блеск и шелковистость. Вечерняя прогулка – отличный повод улынуться.

13 августа

Убывающая Луна в Рыбах
Весьма действенно будет сегодня косметика на основе фруктовых кислот. Можно делать перманентный макияж губ или увеличивать их при помощи уколов красоты. Эффективна и оперативная косметология.

20 августа

Убывающая Луна в Близнецах
Не лучшее время для процедуры по омоложению, желаемого эффекта добиться будет трудно. Можно посещать солярий и массажный кабинет. Не пропускайте тренировку, но не стоит увеличивать ее интенсивность.

27 августа

Луна в Деве, новолуние (неблагоприятный день)
Не наносите шампунь на всю длину волос, чтобы не повредить их, только на корни. Можно записаться на коррекцию или татуаж бровей. Цвет дня – белый. Можно присмотреть новую сумочку.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

7 августа

Растущая Луна в Стрельце (благоприятный день)
Полезна будет тренировка в спортзале, но важно следить за правильностью выполнения упражнений. Избегайте продуктов и косметики с резким запахом. Крем для лица с муцином улитки позаботится о коже.

14 августа

Убывающая Луна в Овне
Не начинайте тренировку, не разогрев мышцы. Правильно подобранные оттенки теней для век сделают макияж идеальным. День хорош для покупки бижутерии и ювелирных украшений из серебра.

21 августа

Убывающая Луна в Близнецах
В уходе за кожей следует использовать щадящие косметические средства. Процедура чистки лица станет правильным решением. Эффективнее всего от мешков под глазами покажут себя гелевые патчи.

28 августа

Растущая Луна в Деве
Наращивание ресниц будет удачным. Можно без опасения завивать и выпрямлять волосы. И для любимых блюд день тоже весьма подходящий. Только если вы любите жирное или сладкое, не увлекайтесь.

Календарь красоты на август



Лето – это повод носить не только лёгкие платья и сарафаны, но и трикотаж. Причём не только футболки, но и многие другие виды одежды, популярность которых год от года всё возрастает.

Трикотажные изделия из хлопка, льна, шелка и других легких материалов очень полюбили модницами. Возможности такого трикотажа поистине безграничны, а образы, которые с его помощью можно создавать, бесконечно разнообразны.

Жилет

Вязаный или трикотажный жилет – отличное дополнение к легкому платью или рубашке и прекрасная пара к брючкам, джинсам, юбке. Надев яркий жилет, можно самый скучный образ сделать невероятно интересным. А вязанный вручную жилет в технике кроше добавит романтики самому строгому наряду. Жилет может быть длинным или коротким, бросающимся в глаза или почти незаметным, в талию или оверсайз – все зависит от вашего вкуса и желаемого образа.

ТРИКОТАЖ

для жарких денёчков



Цвет и принт

Однозначного ответа на вопрос, трикотаж какого цвета в моде этим летом, не существует. Потому что модные дизайнеры предлагают как очень сдержанную, деликатную гамму, так и самые яркие оттенки. В моде практически все: от пастельных и бежевых тонов до сочных и насыщенных – алого, ярко-желтого, фуксии. Не забыты и благородные тона: синий, зеленый, фиолетовый, бордо. Принты на трикотаже можно тоже найти на любой вкус: кроме классической полоски, приветствуются абстрактные и графические рисунки, цветочные и анималистические мотивы.

Кроше

Мода на ретро снова возвращает на подиумы вязаные изделия в технике кроше. Это может быть и маленький топ, который можно надеть поверх платья, рубашки, футболки или, наоборот, под рубашку или легкий жакет. Это может быть и целое платье, создающее образ, полный романтики и нежности. Наконец, это может быть кардиган – длинный или короткий – добавляющий в ваш образ немного таинственности.

Форма

Интересная тенденция прослеживается в новых формах летнего трикотажа. Это всевозможные разрезы и вырезы в самых неожиданных местах, дерзкая асимметрия, открытая спина или одно плечо, необычное оформление горловины и т.п.

Летний трикотаж в этом сезоне позволяет создавать очень интересные образы. Ассортимент его удовлетворит самый взыскательный вкус. Дело за малым: найти вещь, которая вам нравится, и вписать ее в свой летний гардероб.

Светлана ИВАНОВА

Кардиган

Трикотажные кардиганы, особенно укороченные, – отличная альтернатива ветровке в спортивном стиле или джинсовой куртке. Прохладным летним вечером трикотажный кардиган из хлопка, льна или шелка выглядит исключительно элегантно и даже изысканно. Не напрасно французики предпочитают укороченные трикотажные кардиганы любой другой одежде в любое время года. Кардиган без проблем вписывается в любой гардероб при условии, что он не выпадает из общей цветовой гаммы. Короткий вариант прекрасно подойдет к легкому платью или сарафану, к брючкам – особенно широким палаццо, – к джинсам, к шортам, к юбке любого фасона.

Подружка подружке:
– Я нашла, способ как спать на полчаса дольше.
– Здорово, расскажи!
– С вечера придумываю, что надену утром.



НАШ КАЛЕНДАРЬ С 1 ПО 7 АВГУСТА

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД)	
ФАЗЫ ЛУНЫ	
1 августа	Восход: 4 ч. 44 м. Заход: 20 ч. 14 м. Долгота дня: 15 ч. 30 мин.
2 августа	Восход: 4 ч. 46 м. Заход: 20 ч. 13 м. Долгота дня: 15 ч. 27 мин.
3 августа	Восход: 4 ч. 47 м. Заход: 20 ч. 11 м. Долгота дня: 15 ч. 24 мин.
4 августа	Восход: 4 ч. 49 м. Заход: 20 ч. 09 м. Долгота дня: 15 ч. 20 мин.
5 августа	Восход: 4 ч. 50 м. Заход: 20 ч. 07 м. Долгота дня: 15 ч. 17 мин.
6 августа	Восход: 4 ч. 52 м. Заход: 20 ч. 06 м. Долгота дня: 15 ч. 14 мин.
7 августа	Восход: 4 ч. 53 м. Заход: 20 ч. 04 м. Долгота дня: 15 ч. 11 мин.

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

1 АВГУСТА
В 1774 году учеными впервые выделен молекулярный кислород.
В 1964 году вышла в эфир государственная радиовещательная компания «Маяк».

2 АВГУСТА
В 1917 году женщинам в России были предоставлены избирательные права.
В 2007 году впервые было достигнуто дно Северного Ледовитого океана на Северном полюсе, где был размещен Российский флаг и капсула с посланием будущим поколениям.

3 АВГУСТА
В 1492 году началась первая экспедиция Христофора Колумба.
В 1959 году открылся первый Московский Международный кинофестиваль.

4 АВГУСТА
В 1777 году в Лондоне был открыт первый в мире цирк.

5 АВГУСТА
В 1967 году вышел первый альбом рок-группы Pink Floyd.

6 АВГУСТА
В 1961 году Герман Титов совершил второй в истории полет в космос.

7 АВГУСТА
В 1565 году первопечатник Иван Фёдоров и его помощник Пётр Мстиславцев приступили к изданию «Часовника».
В 1803 году началось первое русское кругосветное плавание И.Ф. Крузенштерна и Ю.Ф. Лисянского на парусных шлюпах «Надежда» и «Нева».
В 1870 году Фёдор Тютчев написал стихотворение «Я встретил вас...».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

1 АВГУСТА. Василий, Роман, Стефан.
2 АВГУСТА. Иоанн, Кирилл, Константин, Сергей, Тихон, Фёдор.
3 АВГУСТА. Виктор, Иоанн, Онуфрий, Пётр.
4 АВГУСТА. Алексей, Мария.
5 АВГУСТА. Андрей, Михаил, Трофим.
6 АВГУСТА. Борис, Георгий, Глеб.
7 АВГУСТА. Александр, Анна, Макарий, Николай.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

1 АВГУСТА ■ День памяти российских воинов, погибших в Первой мировой войне
■ День Тыла Вооруженных сил России
■ Всероссийский день инкассатора
2 АВГУСТА ■ День Воздушно-десантных войск РФ
3 АВГУСТА ■ День арбуза
4 АВГУСТА ■ День спелеолога ■ День одиноких работающих женщин
5 АВГУСТА ■ Международный день светофора
6 АВГУСТА ■ День Железнодорожных войск России
■ Международный день «Врачи мира за мир»
■ Всемирный день борьбы за запрещение ядерного оружия
■ День тульского пряника
7 АВГУСТА ■ День железнодорожника
■ День профессионального оратора

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Марию гроза – сена за глаза

1 августа считалось днем Макрины. Однако имя святой иногда искажали, называя Мокриной. Чем «мокрее» (дождливее) этот день, тем сырее осень.
Про **2 августа**, день Ильи Пророка, говорили: «Пётр и Павел – час убавил, а Илья Пророк – два уволок» – поскольку дни делались заметнее.
В день Онуфрия Молчальника, **3 августа**, полагалось всю работу выполнить молча. Если ночь на Молчальника холодная и свежая, то зиму стоило ждать морозную и раннюю.
Гроза **4 августа**, в день Марии (Магдалины) Богданицы, предвещала богатый урожай зерновых. Так и говорили: «Коли гроза – сена будет за глаза». А если куры выходили во двор во время дождя, то ожидали потепления.

5 августа, в день Трофима Бессонника, грядущую погоду определяли по поведению пауков: если паук направляет свою паутину в сторону севера, то скоро похолодает, а если в сторону юга – будет потепление.
В день Бориса и Глеба, **6 августа**, наблюдали за утренним поведением мух: мухи жужжат – к солнечному дню, жужжания не слышно – к дождю.
По погоде в день Анны Летней, **7 августа**, судили о том, какой будет зима: какова погода до обеда – такова зима до декабря, какова погода после обеда – такова зима после декабря.



Больше всего в моей утренней пробежке мне нравится то, что её нет.

ТЕЛЕК Черноземье

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Заместитель директора департамента рекламы ГРИГОРЬЕВА Л.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 147
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 142, 206
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 273
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н.
Телефон рекламной службы: 8-495-937-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 30 (351).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 26.07.2022 г. Дата производства: 26.07.2022 г. Дата выхода в свет: 27.07.2022 г. Тираж 45 260 экз. Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н, Тел.: +7. (473) 246-52-70
Заказ 5079. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 857 380 экз.
Рекомендованная цена в розницу 27 рубля. Ежедневная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

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

Некомпетентный воришка



Илья и Максим суелились у мангала, живо обсуждая новости автомобильного рынка, футбольный чемпионат, рыболовные снасти, преимущества ялика перед каноз, трехдневный проливной дождь и то, как он повлиял на клев рыбы.

Рита и Вера, от души наплававшись в озере, резали овощи к столу.

– Рит, а почему вы с Ильей решили вернуться? – поинтересовалась Вера. – Илья ведь вроде частное сыское агентство открывал. Не пошли дела?

– Наоборот, – обрадовалась Вериней заинтересованности Рита. – Очень даже неплохо пошли. Поэтому мы решили перебраться в большой город. И родителей его перевезем. Устроимся тут, обживемся и заберем. У него, Вер, чудесные родители.

Похоже, мужа наши неплохо поладили, – Вера кивнула в сторо-

ну мангала, откуда уже доносил аппетитный запах жареного мяса и слышался оживленный мужской разговор.

– Поладили, – улыбнулась Рита. – Да я и не сомневалась, что так будет. Они же у нас золотые, правда?

– Правда, – без энтузиазма согласилась Вера, недобро косясь в сторону Ильи.

Ау нас все готово, – Илья и Максим ввалились в беседку с шампурами шашлыка.

– У нас тоже, – улыбнулась мужчинам Риточка. – Давайте все за стол. Хорошо, что сегодня погода хорошая. Илюш, ты, кстати, не догадался чего-нибудь к чаю купить?

– Догадался, – Илья чмокнул жену в щеку. – Еще вчера привез твои любимые пирожные. В холодильнике лежат.

– Ой, а я и не заметила, – удивилась Рита. – Вот ведь какая я рассеянная. Наверное, и балкон на прошлой неделе я не закрыла. Хорошо, никто не влез.

– Это я, – успокоил ее Илья. – Говорю же, вчера заезжал. Дома духота страшная стояла. Я и открыл, чтобы проветрилось. Все равно утром собирались приезжать.

Ибукет тоже ты? – Риточка покраснела от удовольствия и потянулась к мужу, чтобы поцеловать.

У Веры на душе стало легко-легко.

– Ой, а ты зачем приезжал вчера? Неради пирожных же? – спросила вдруг Рита.

Вера с любопытством посмотрела на Илью.

Атут дачу вскрыли у одного столичного бизнесмена. Он позвонил в агентство, попросил помочь с расследованием. Я бы отказался. Еще кучу бумажной волокиты решить нужно, с оформлением офиса не до конца разобрался. И отказался бы, случись это в другом месте. Но в нашем дачном поселке воришкам не место. Пришлось ехать.

– Поймал? – Риточка с восхищением посмотрела на мужа, ничуть не сомневаясь в ответе.

– А то, – ласково улыбнулся тот жене.

Оперативно, – оценила Вера. – Эдак у меня скоро работы совсем не останется. Расскажи, интересно.

Илья рассмеялся. – Ну смотри, – понял он Верин азарт. – Когда я приехал, в поселке было несколько человек. Утро пятницы, понятно, что еще не все приехали на выходные. Баба Зина – ей семьдесят, она вполне живенькая дама. Бывшая биатло-

нистка. Обирала вишню, когда я к ней зашел. С высоченной стремянки. Я бы на такую Ритку не пустил. Муж и жена Орловы. Средних лет, медики. Сейчас в отпуске. Накануне были на рыбалке, с ночевкой. Чистили рыбу, когда мы беседовали. Кстати, пакет окуньков на уху у нас в морозилке, завтра сварим. Семья Пименовых – муж, жена и трое отпрысков от шести до двенадцати лет. Мальчишки хулиганистые, но добрые. Горой друг за друга. Сосед Пименовых – Игнат Борисыч. Поливал яблони в саду, добродушный дядечка, все рассказывал мне

о том, чем и когда обрабатывать смородину и крыжовник от тли и мучнистой росы. Ну и Ольга Юрьевна – молодая особа лет двадцати трех. Ее я на озере нашел, самозабвенно поджаривала «отфотошопленное» в спортзале тело на солнышке. Накануне такая девица, загляденье, – Илья скосил глаза на жену, изображая мечтательное выражение.

Риточка подхватила игру, изобразила ревнивую фурию, уперев руки в бока, и грозно глянула на мужа. Через секунду все дружно рассмеялись.

Любовь АНИНА



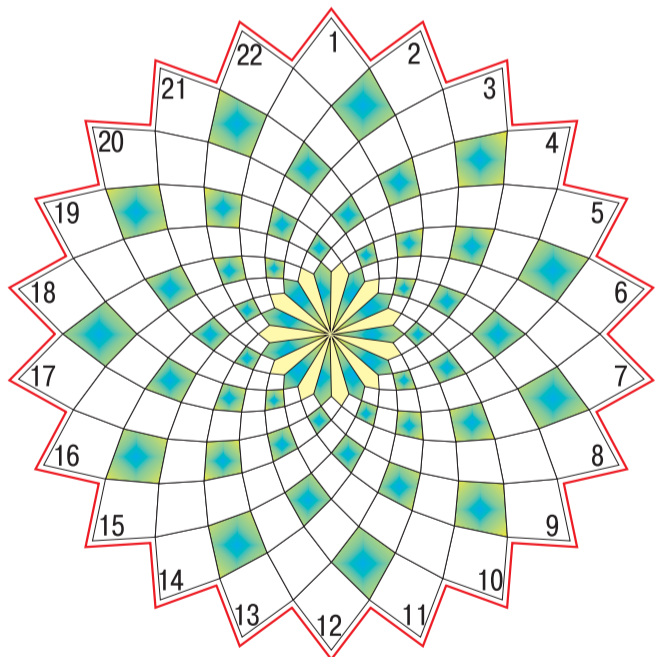
Илья выжидательно посмотрел на Веру. Какого ответа он ждал от коллеги?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 29: Вера была уверена, что Илья изменяет жене и совсем недавно был на даче с другой женщиной. Женские тапочки оказались не на месте, плюс растворенное окно. Оно не могло быть открыто неделю. Ведь Вера упомянула в разговоре с Быковым накануне, что до наступления жары три дня был ливень. А на втором этаже дачи Риты и Ильи пушистое ковровое покрытие, сухое. Если бы окно было открыто всю неделю, ковер вымок бы насквозь и вряд ли бы успел просохнуть за один день. Плюс свежий букет цветов в вазе. Это Веру возмутило больше всего. Илья был следователем, и, судя по рассказам коллег, неплохим. Как он мог оставить такую явную улику? Может, как раз хотел, чтобы Рита обо всем догадалась?

Рис. Ирина Светлов

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



1. Спец по судовождению и ориентации в морях. 2. Если он броский, то читатель обратит внимание и на саму статью. 3. Создание кудрей. 4. Ее, как сказала Нонна Мордюкова в «Бриллиантовой руке», получит тот, кто возьмет билетов пачку. 5. Общее количество скота. 6. Работа докера, опустошающего трюмы. 7. Подушкина «пижамы». 8. Крокодиль, чье название в переводе с испанского означает «хитрец». 9. Писатель, присвоивший чужой роман. 10.

«Одежка», мешающая собакам как следует раскрыть пасть. 11. Локон после папильотки. 12. Придание комоду блеска. 13. Облегающая футболка с воротником. 14. Бегун по длинному маршруту. 15. «Двухстороннее» слово вроде «шалаш». 16.

Что может взять кандидатура на собрании? 17. Отель, куда дал путевку врач. 18. Привыкание к условиям. 19. Таратайка с парой колес. 20. Воробьяная болтовня. 21. Координатор воздушного движения. 22. Блестящее покрытие.

ОТВЕТЫ

1. Навигатор. 2. Заголовок. 3. Завязка. 4. Водочка. 5. Поро-
22. Лавровый. 18. Аппетит. 17. Санаторий. 16. Марфидом. 15. Самозабвенно. 14. Санаторий. 13. Водочка. 12. Навигатор. 11. Завязка. 10. Навигатор. 9. Писатель, присвоивший чужой роман. 8. Крокодиль. 7. Подушкина «пижамы». 6. Общее количество скота. 5. Общее количество скота. 4. Водочка. 3. Завязка. 2. Заголовок. 1. Навигатор.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

■ 8 (906) 059-40-02 СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА. Ремонт старых и новых домов и гаражей. Фундамент. Крыши. Беседки. Террасы. Пристройки. Отмостки. Сайдинг. Внутренняя отделка. Вывоз строительного мусора. Выезд бригадира бесплатно. Из своего материала и материала заказчика. Пенсионерам скидка 30%. Тел.: 8 (906) 059-40-02, Владимир

РАЗНОЕ

■ 8 (905) 085-26-86 Женщина 70 лет ищет помощника по хозяйству. Тел.: 8 (905) 085-26-86, Людмила

**ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ
ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:**

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

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

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка:
ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635
В назначении платежа указать:
«Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.
Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

НУЖНЫЕ ТОВАРЫ ПО ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ!

Max SHOP

Москитная сетка на дверь

Настоящая находка – сетка в виде штор, оснащенная магнитами. Они легко смыкаются и расходятся. Вы с легкостью сможете пройти через эту сетку, даже если у вас заняты руки! Она легко крепится в любом дверном проеме из любого строительного материала. А также отлично переносит очистку пылесосом и стирку.



1299 Р
При покупке от 2 шт. цена – 990 Р

Кухонные весы

Современный помощник, который обеспечит максимальную точность не только в приготовлении блюд, но и точно определит размер порции! Весы оснащены ЖК-дисплеем и могут взвешивать до 7 кг, вычитая вес тары.



990 Р
При покупке от 2 шт. цена – 890 Р

Живая спирулина Альга и Рамикс

Богатый на полезные вещества природный комплекс, в основе которого лежит водоросль спирулина. Живая, законсервированная фруктозным сиропом, спирулина обладает повышенной биологической активностью. Помогает повышать иммунитет и насыщает организм всеми необходимыми полезными веществами.



от 1600 Р

Изолента

Легко заменит сварку, жидкий клей и заклепки! Удивительная лента склеивает совершенно все, что только можно придумать. Она не пропускает воздух или воду. Суперпрочная трехслойная изолента выручит при протечке в трубе и других ремонтных работах. Имеет широкий температурный диапазон от -15 до +30 град.



990 Р
При покупке от 2 шт. цена – 790 Р

Фиксатор при вальгусе

Фиксатор сделан из упругого, эластичного медицинского силикона. Он отлично подстраивается под анатомию ступни и неощущается на ноге. Вам больше не придется терпеть боль при ходьбе.



890 Р
При покупке от 2 шт. цена – 750 Р

Клипса «Антихрап»

Действует на биологически активные точки внутри носа. Усиливает поток воздуха и избавляет от скрежета зубами. Универсальна для любых размеров носа. Гигиенична.



490 Р
При покупке от 2 шт. цена – 390 Р

Шланг водяной 60 м

Удобный садовый шланг станет вашим незаменимым помощником! Он легкий и сверхпрочный, в работе он увеличивается в длину до 60 метров. С ним вы можете поливать сад и газон, мыть машину, а когда закончите, он примет свой первоначальный компактный размер.



2790 Р
Насадка-распылитель в ПОДАРОК!

Массажные тапочки для душа с пемзой

Тапочки выполнены из эластичного пластика. В пяточной зоне тапочек вставлена пемза, а в передней части – около тысячи щетинок разной жесткости и длины. На подошве тапочек предусмотрены присоски, надежно фиксирующие их на поверхности.



790 Р

Сумка на колесах

Хозяйственная складная сумка с колесами станет надежным помощником при любых покупках, ее можно носить на плече, в руке или просто катить по земле.



1090 Р

Пылесос автомобильный

В комплекте идет 5 универсальных насадок, которые помогают собирать пыль, песок, пепел даже из самых труднодоступных мест салона. Имеет длинный шнур и небольшие габариты. Питается от бортовой электросети легкового автомобиля.



4000 руб.
2590 Р

Планшет для рисования

LED-планшет для рисования поможет обучить ребенка письму в дошкольном возрасте, развить воображение и моторику рук. В комплект входит ручка. Жидкокристаллический дисплей не вредит глазам.



3000 руб.
от 1690 Р

Усилитель звука заушный

Аппарат для усиления звука сделает вашу жизнь приятнее. С ним вы будете слышать четче и громче. Использовать его можно везде – на улице, в магазине, дома. Усилитель телесного цвета и поэтому будет практически не заметен. А его компактный размер и легкий вес обеспечат вам комфорт при долгом использовании.



2190 Р

+ чехол для хранения в ПОДАРОК!
2 шт. цена – 3500 Р

Пленка солнцезащитная для окон

Создает эффект зеркала снаружи и абсолютная прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла и также легко удаляется.



790 Р

Машинка для стрижки 3 в 1

Отлично справляется со стрижками любой сложности, позволяет смоделировать форму бороды и усов, аккуратно и безболезненно удаляет волосы в области ноздрей и ушных раковин. Широкий перечень насадок закроет потребности даже самого взыскательного пользователя.



2390 Р

Вкладыш в бочку 200л

Изделие можно применять для сбора и хранения дождевой воды, хранения сыпучих продуктов, приготовления компоста, выращивания крупных растений. Прекрасно защищает бочку от коррозии и может применяться даже с емкостями, которые имеют дефекты. Помогает сохранить воду чистой и свежей на более длительный срок.



590 Р

Дрель аккумуляторная

Облегченная конструкция и удобная ручка созданы для эффективной работы инструментом. Помогает быстро высверливать отверстия нужного диаметра, также, быстро вкручивать и извлекать крепеж.



2490 Р

Клипса от комаров для детей

Изготовлена полностью из натуральных компонентов и обладает приятным ароматом. Отлично отпугивает комаров и других кровососущих насекомых. Легко крепится на одежду, обувь, сумки, пояса, коляску и т.д.



390 Р

Активатор клева

Всесезонный, универсальный, натуральный, подойдет для всех видов рыб. Особенно сильный эффект сказывается на крупных особях, которые непрерывно питаются в месте применения активатора клева.



690 Р при заказе от 2 шт

790 Р

Магнитный браслет

Поможет вам снять усталость и стресс, стабилизирует работу организма. Полезный эффект возникает за счёт постоянного магнитного поля. Браслет можно применять в сочетании с медикаментозными средствами.



Не является медицинским изделием

1590 Р при заказе от 2 шт.

1790 Р

Мини-кондиционер

Мини кондиционер превосходно охлаждает и увлажняет воздух. Он лёгкий и компактный и без труда переносится туда, куда Вам надо. Просто залейте воду, включите и через минуту просто наслаждайтесь прохладой!



2990 Р

Насадка на поливочный шланг-магнитная

Омагниченная вода биологически очень активна. Полив такой водой увеличивает эффективность удобрений и снижает их расход. Дает повышенный урожай, отличное качество продукции. Действие проверено агрономами.



990 Р

790 Р при заказе от 2 шт.

Обогреватель инфракрасный

Его инфракрасное тепло схоже с солнечными лучами. Поэтому не сжигает кислород и не пересушивает воздух. С ним вы сможете обеспечить комфортный температурный режим в своём доме без вреда для здоровья.



2390 Р

Отпугиватель грызунов и насекомых у/з

Не поражает, а только отпугивает вредителей. И заставляет их покидать зону влияния устройства. Максимальная эффективность достигается по истечении 2-4 недель. Безопасен для детей и животных.



1300 Р при заказе от 2 шт.

1690 Р

Сустирад

Безопасный натуральный состав позволяет активно проникать полезным веществам в проблемную зону без неприятных побочных эффектов. Рекомендуются при суставных и мышечных болях. Идеален при реабилитации после различных травм.



650 Р при заказе от 2 шт.

780 Р

Ножеточка

Универсальная точилка подходит для заточки ножей и ножиц. Благодаря своей простоте и надёжности, данное изделие позволит быстро подготовить инструмент к работе.



590 Р при заказе от 2 шт.

690 Р

Пластырь для спины

Пластырь быстрого действия при проблемах со спиной. 2 шт. в комплекте.



490 Р при заказе от 2 шт.

590 Р

Ручная швейная машинка

С помощью нее Вы сможете подшить, брюки, пришить заплатку, укоротить шторы, сшить покрывало, сделать рисунок вышивкой на ткани и многое другое.



1290 Р при заказе от 2 шт.

1290 Р

Ловчий пояс

Долгое время сдерживает вредителей, которые пытаются забраться в крону по стволу. Абсолютно безопасен для здоровья человека и окружающей среды, удобен в применении и эффективен. Защищает от широкого перечня садовых вредителей. Содержит 3 м клейкой ленты.



590 Р

Уничтожитель запахов

Практически мгновенно убирает неприятные запахи, устраняя, а не маскируя их. Не оставляет следов на поверхности. Обладает пролонгированным эффектом.



450 Р при заказе от 2 шт.

590 Р

Надувной диван

Отлично подойдет для любителей отдыха на природе, даче или поездок на пляж. Ламзак трансформируется в различные формы – на нем удобно и сидеть, и лежать, и даже вдвоем будет комфортно.



Максимальная нагрузка: 200 кг
Удерживает воздух до 6 часов

1590 Р

Очки с регулировкой линз

Очки – это первые в мире очки с мгновенной регулировкой линз. Достаточно повернуть колесико, чтобы настроить корректную и удобную диоптрию линз.



Не является медицинским изделием

990 Р

Пластырь от токсинов

Специальные пластыри для стоп – полностью очищают организм человека через акупрессурные точки на его теле. Именно на стопе находится большая часть этих точек.



490 Р

Ветчинница

Ветчинница позволит приготовить свежие и ароматные колбасы, рулеты, ветчину из самых полезных ингредиентов. Выполнено изделие из нержавеющей стали. Вкусная домашняя колбаса будет готова уже через 1,5-2 часа.



1990 Р

Крышка-невькипайка

Поможет предотвратить выкипание готовящегося блюда. Крышка очень плотно прилегает к краям посуды и, когда кипящая жидкость поднимется на поверхность, пена скапливается внутри полости крышки, не пачкая плиту.



690 Р

Комплекс от вредителей

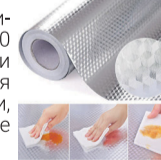
Комплекс действует на разные группы вредителей. Улучшает тургор тканей растений, уплотняет листья и стебли, что уменьшает возможность поедания вредителями. Ускоряет восстановление повреждённых растений, повышает их стойкость к стрессам.



790 Р

Самоклеющаяся защитная пленка для кухни

Она без труда клеится и снимается, жаропрочность до 250 градусов. Не боится жира и коррозии. Отлично удаляются загрязнения с поверхности, имеет противогрибковые свойства.



890 Р при заказе от 2 шт.

990 Р

Экологичный утилизатор

Ускоряет процессы разложения и применяется для очищения септиков и выгребных ям. Благодаря входящим в состав бактериям происходят естественные процессы переработки фекалий, жира, бумаги, мощных средств



2 шт – 790 Р

Звоните прямо сейчас!

8-800-505-41-83

Звонок бесплатный! Доставка по всей России

ВНИМАНИЕ!
При заказе от 3000 руб. – солнцезащитная плёнка на окно стоимостью 790 руб. в ПОДАРОК!

max-shop24.ru

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. *Акция действует с 27.07.2022 по 31.07.2022 Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. 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. Внешний вид товара может отличаться. Реклама.