

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№24
(397)**

ТВ-программа с 19 по 25 июня 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**ЛЕТНИЕ СУПЫ:
ВИТАМИНЫ
В ЛУЧШЕМ ВИДЕ**

стр. 8

**ЕСЛИ ОТДЫХ –
ТО ЗА ГОРОДОМ**

стр. 4

**ПРИВЫЧКИ
ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ
МОЛОДОСТИ**

стр. 27

**НАШ
ДЕТЕКТИВ-
ЗАГАДКА**

стр. 24

**КОМУ ПОЙДЁТ
ЮБКА-БАЛЛОН?**

стр. 30

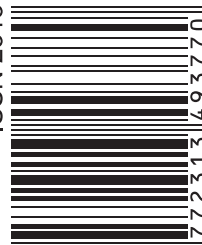
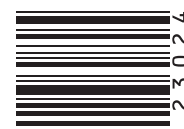
**ЮЛИЯ
ТАКШИНА**

ЧАЩЕ СМОТРИТЕ ДОБРОЕ КИНО **стр. 2**

12+

Фото Милы Лактионовой

ISSN 2313-4933



9 1772313 493770 23024

Актриса проснулась знаменитой после выхода на экраны сериала «Не родись красивой», где сыграла интриганку Вику Клочкову.

И если раньше Юлию чаще узнавали по этой роли, то к сегодняшнему дню, когда ее фильмография насчитывает более 70 картин, актриса ассоциируется у зрителя с другими героинями. Достаточно вспомнить фильмы «Баллабол», «Анна-детективъ», «Ищейка», «Триггер», «Три истории любви»... Сейчас в производстве еще несколько фильмов с участием Юлии. Мы встретились с Юлией в Гостином дворе, где в рамках художественно-промышленной выставки проходил модный показ новых коллекций российских дизайнеров.

Подиум – сцена, дизайнер – сценарист

– Юлия, знаю, что с дизайнером Натальей Дусегреей, в чьих нарядах вы дружите давно...

– Фактически с самого начала ее творческого пути. Одежда, созданная ее руками, настолько самобытна и красива, что для меня большая честь с ней работать.

– Как вы считаете, между подиумом и сценой много общего?

– Каждая коллекция одежды – это некий образ, а дизайнер – своего рода режиссер и сценарист. Чем талантливее дизайнер, чем интереснее его видение, фантазия, тем больше ощущение, что ты играешь мини-спектакль. Мне кажется, что такие дизайнеры, как Наталья Дусегрея, должны работать в театре. Когда-нибудь, думаю, это произойдет.

Юлия ТАКШИНА:

// Смотрите чаще доброе кино

По стопам родителей

– Говорят, что, если мечтать и транслировать свои желания вслух, они сбываются. Тому пример – работа в спектакле «Тихий Дон», где режиссер Дмитрий Петрунь предложил вам сыграть саму Аксинью. Такая роль – мечта любой актрисы...

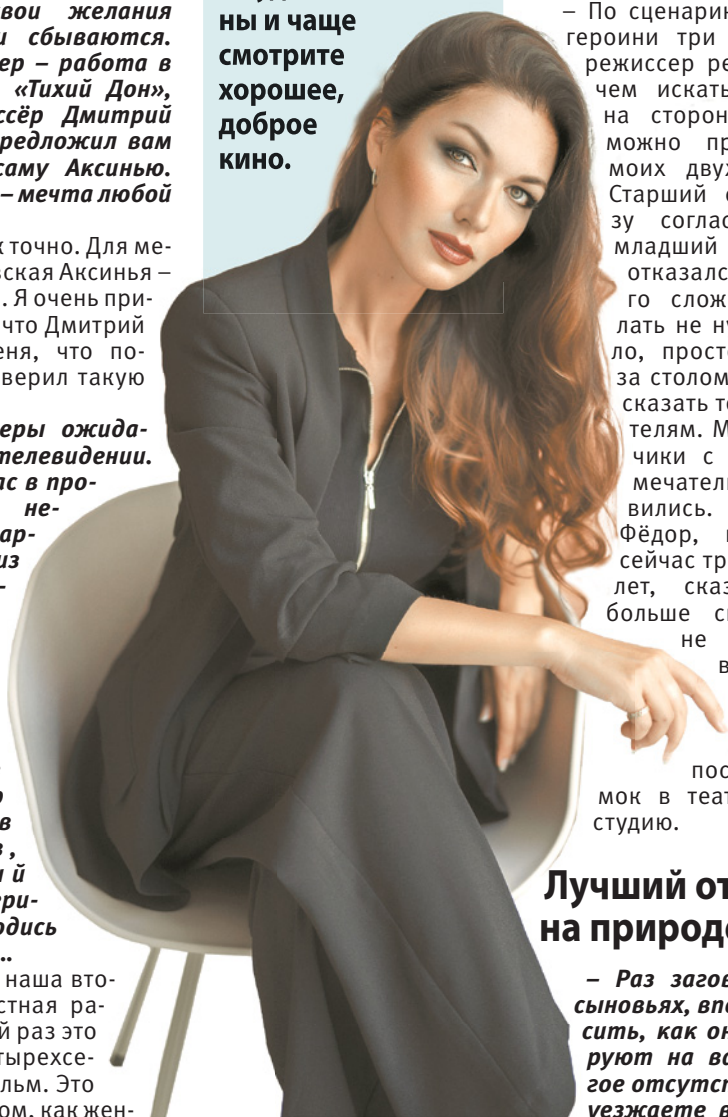
– Моя так точно. Для меня шолоховская Аксинья – роль-мечта. Я очень признательна, что Дмитрий выбрал меня, что поверил и доверил такую роль.

– Премьеры ожидаются и на телевидении. Сейчас у вас в производстве несколько картин. Одну из них – «Старая развалина», снял для одного из федеральных каналов режиссер Станислав Назиров, который снимал сериал «Не родись красивой»...

– Да, это наша вторая совместная работа. На сей раз это будет четырехсерийный фильм. Это история о том, как жен-

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Будьте позитивны и чаще смотрите хорошее, доброе кино.



щина ищет свое счастье и, в конце концов, находит его.

– Правда, что в этом сериале снялись и ваши сыновья?

– По сценарию у моей героини три сына. И режиссер решил: зачем искать кого-то на стороне, когда можно пригласить моих двух ребят? Старший сын сразу согласился, а младший поначалу отказался. Ничего сложного делать не нужно было, просто сидеть за столом, а затем сказать тост родителям. Мои мальчики с этим замечательно справились. Правда, Фёдор, которому сейчас тринадцать лет, сказал, что больше сниматься не будет. А вот 15-летний Иван записался после съемок в театральную студию.

Лучший отдых – на природе

– Раз заговорили о сыновьях, в пору спросить, как они реагируют на ваше долгое отсутствие? Вы уезжаете в киноэк-

спедиции и много гастролируете с антрепризными спектаклями...

– Конечно, они скучают. Когда были поменьше, просили, чтобы не уезжала... Сейчас все понимают, и даже поддерживают. А у меня, например, только в декабре было 30 перелетов месяца! Тяжело, конечно, но я люблю свою работу и готова терпеть неудобства и справляться с усталостью. Такова актерская природа.

– Напряжённая работа требует и хорошего отдыха. Как восстанавливаете силы?

– Очень люблю отдыхать среди первозданной природы, для меня это лучший способ расслабиться. Поэтому десять лет кряду ездили с семьей в Черногорию, где жили в рыбацкой деревушке. Там я заряжалась энергией, которую ни один спа-салон дать не может. Даже когда выезжаю в какой-нибудь отель, где все включено, не могу отключиться полностью. Только на природе получается расслабиться должным образом. Мои дети все время вспоминают это место, где бы мы ни были. Кстати, мы приглашали в эту деревушку всех своих друзей, и они разделились на два лагеря – тех, кому очень понравилось, и кому категорически нет. Потому что в тех местах нет роскоши цивилизации, но есть природная роскошь.

Наталья АНОХИНА

Кстати

О родниковой воде, новых местах и походе в горы

– Тем не менее, вы поменяли место отдыха. Почему?

– Захотелось смены впечатлений, Черногорию мы объездили вдоль и поперек, она маленькая. Но мы нашли не менее дикое место в Греции, в 100 км от Афин. Там из-под земли бьет термальная вода, которой лечат суставы. Поскольку со мной всегда ездит мама, ей это очень понравилось. А мне там вообще вода нравится, даже из крана течет родниковая вода. Когда на ней варишь банальный куриный суп, он получается таким вкусным, словно готовили его в мишленовском ресторане.

– Как понимаю, вы очень любите активный отдых?

– Мы стараемся в новых местах изучить все окрестности и испытываем от этого настоящее счастье. Както, отдыхая в Греции, решили пойти пешком в монастырь святого Потапия, который находится на горе. Взяла сыновей, и мы с утра отправились в путь. Это было смелое решение. Мы в гору шли пять часов. Когда добрались до монастыря, чувствовали себя героями.

Фото из личного архива Юлии Такшиной. Фотограф Мила Лактионова.

Чтобы люди были здоровы

В нашей стране День медработника стали отмечать в далёком 1950 году согласно указу Президиума Верховного Совета СССР. Сегодня в России традиция продолжается, мы чествуем людей в белых халатах ежегодно в третье воскресенье первого летнего месяца – в 2023-м это 18 июня.

1 О мастерах разных специальностей много песен появилось в 50-60-е годы: «Геологи», «Не кочегары мы, не плотники», «Люди в белых халатах». Все эти песни мы знаем с детства. Песня «Люди в белых халатах» воспевае трудовую и профессиональную подвиг врачей. Музыку к ней написал Эдуард Колмановский. А кто стал автором строк?

а) Лев Ошанин. б) Леонид Дербенёв. в) Николай Добронравов.

2 По одной из версий, одеть врачей в белые халаты предложил медик, творец военно-полевой хирургии и основатель общества Красный Крест. Этому же легендарному и воистину героическому человеку принадлежит идея привлечения женщин во время боевых действий в качестве сестёр милосердия. Кто он, этот русский врач, который первым применил наркоз, наложил гипс, сделал сотни операций, спас тысячи людей от смерти?

а) Владимир Филатов. б) Николай Склифосовский. в) Николай Пирогов.

3 Во время Второй мировой войны западные учёные наладили производство пенициллина, но нашей стране продать технологию не захотели. Решили подзаработать. И тогда женщина огромного таланта, наш великий доктор-микробиолог вместе с коллегами исследовала плесень, и был создан отечественный препарат «Крустозин». Этот антибиотик спас многих наших бойцов. Изобретатель пенициллина Говард Флори (получил Нобелевскую премию) был в нашей стране с делегацией учёных, чтобы сравнить лекарства. Наш «Крустозин» оказался эффективнее, чем изобретение нобелевского лауреата. Флори был покорён результатами труда наших учёных. А нашего доктора-микробиолога он назвал «Госпожой Пенициллин». Назовите имя этой легендарной женщины?

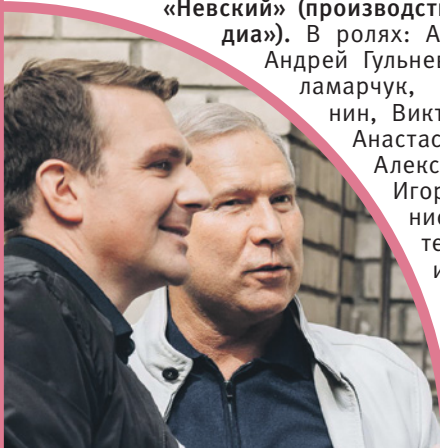
а) Зинаида Ермольева. б) Татьяна Власенкова. в) Наталья Бехтерева.

ОТВЕТЫ

1-а. Лев Ошанин. 2-в. Николай Пирогов. 3-а. Зинаида Ермольева.

Начались съёмки нового сезона сериала «Невский»

В Санкт-Петербурге стартовали съёмки седьмого сезона популярного остросюжетного детектива «Невский» (производство «Триикс Медиа»). В ролях: Антон Васильев, Андрей Гульнев, Дмитрий Паламарчук, Сергей Кошонин, Виктория Маслова, Анастасия Забирова, Александр Саяуталин, Игорь Павлов, Денис Старков, Екатерина Рокотова и другие артисты.



По сюжету, после разгравшейся в здании МВД к р о в а в о й

драмы в Северную столицу из Москвы направлен заместитель министра внутренних дел генерал Кондратьев (Андрей Коровниченко). Перед ним поставлена конкретная задача – в кратчайшие сроки навести порядок в городе. В результате ведомственных интриг, майор Семёнов (Антон Васильев) и подполковник Михайлов (Андрей Гульнев) также получают новое назначение. У Фомина появляется новый влиятельный враг, в схватке с которым Фоме не может помочь даже верный друг Паша Семёнов. А ставший депутатом Евгений Арсеньев (Александр Саяуталин) также пытается использовать свое новое положение в личных целях.

– Мы очень рады приступить к продолжению полюбившейся зрителю истории, – рассказывает режиссер-постановщик Игорь Драк. – В новом сезоне будет много всего интересного. Также мы постепенно вводим новых персонажей. Уже сняли несколько экшен-сцен на Невском. В новом сезоне будет больше юмора – это разбавит общее напряжение.

Съёмки картины проходят в Санкт-Петербурге.

Фото PR HTB

Сергей Бурунов будет вести новое супершоу

Звезда сериала «Ивановы-Ивановы» и ведущий шоу «Форт Боярд» на канале СТС Сергей Бурунов на этом же канале будет вести шоу «Окнутые люди». Название пошло от названия соцсети «Одноклассники», где этот проект и зародился. «Окнутые» – это люди, очень увлеченные каким-либо хобби. Сергей выберет самых необычных и интересных из них и покажет в эфире. В каждом выпуске приглашенные гости (известные персоны), поделившись на две команды, будут угадывать, каким же необычным талантом обладают отобранные участники. Ведущий шоу признался, что у него тоже есть любимые увлечения, среди них – езда на мотоцикле.

– На трассе я ощущаю себя в единении с природой – когда чувствуется ветер, запахи, пусть и не всегда приятные, – говорит Сергей. – Тем не менее, это фантастические ощущения!

Фото пресс-службы телеканала СТС



Светлана Антонова представила «Валюшу»

На телеканале «Россия» – сериал «Валюша». В центре сюжета – няня и экономка Валентина (ее играет Светлана Антонова). Она уже много лет работает в доме семьи Корецких и практически все свое время посвящает им, абсолютно забыв о себе и своей личной жизни – а ее прошлое при этом хранит в себе много тайн...

– Валюша – простая женщина, – рассказывает Светлана Антонова. – Валентине придется начинать жизнь с чистого листа. Мне кажется, каждому взрослому человеку приходится в какой-то момент это делать. И, конечно, спасают оптимизм, вера в Бога, какой-то внутренний стержень, характер. У моей героини никого не было рядом, она была одна. Ей помогали посторонние, совершенно чужие люди с добрым сердцем, которые любили ее просто за то, какая она есть – добрая, искренняя. В этой истории, мне кажется, это самое главное – любовь.

В фильме также снимались Вероника Устимова, Игорь Золотовицкий, Дарья Фекленко, Олег Филипчик, Егор Баринков и другие артисты.

Фото телеканала «Россия»



Елена Панова рассказала о своей героине

На Первом канале в эфире – сериал «Спросите медсестру» с Еленой Пановой в главной роли. Ее героиня Валерия – столичный врач-реаниматолог. Но в один момент она теряет свою работу и вынуждена уехать в Петрозаводск, где находит работу обычной медсестрой, используя свой диплом об окончании медицинского училища. Ее задача – неприметно работать, не выдавая своих врачебных навыков и не привлекая внимания, а цель – спасти дочь...

– Моя героиня Валерия – это человек из серии «вижу цель – не вижу препятствий», – рассказывает Елена Панова о своей роли. – Мне импонирует такая черта в людях. Она максималистка в профессии, но попадает в положение уязвимого обстоятельствами человека. Воплощать это непростое состояние, этот неоднозначный образ, мне было интересно актерски. Это же дает толчок любому человеку, ког-

да ты порой мыслишь не стратегически, а действуешь по принципу «здесь и сейчас», откидывая неуверенность и приходя к результату... Мы далеко не всегда представляем реальную вовлеченность в свою работу врачей, то, в каких порой экстремальных обстоятельствах им нужно принимать единственно верное решение для спасения чьей-то жизни. А в нашей истории этот момент на высоком градусе.

Фото пресс-службы Первого канала



Юрий Стоянов получил интересную роль

Юрий Стоянов приступил к съёмкам в новом комедийном сериале «Артист». Это совместный проект телеканала «Россия» и онлайн-кинотеатра START.

Герой актера – вор-рецидивист по кличке Артист. Он выходит из тюрьмы и решает завязать с криминальным прошлым. Но для этого ему нужно добраться до награбленного, которое он спрятал в тайнике. К этому времени там живут невест-

ка и внуки Артиста, и, чтобы забрать свои трофеи, ему придется вспомнить театральное прошлое и устроиться няней к собственным внукам. В сериале герою Юрия Стоянова также придется перевоплотиться в священника, сантехника, следователя, помощника депутата и других героев.

Режиссером сериала стал Дмитрий Грибанов. А кроме Юрия Стоянова, в нем появятся Юрий Ицков, Анна Глаубэ, Наталья Щукина, Александр Самойленко и другие.

Фото онлайн-кинотеатра START



ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ №2 / 2023

100 ВКУСНЫХ рецептов

ДЛЯ ДАЧНИКОВ

ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✔ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✔ Все блюда можно приготовить из **доступных продуктов**, купленных в обычном магазине
- ✔ Каждый рецепт имеет **информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✔ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

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

Реклама. 12+

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



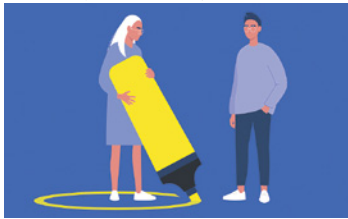
На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: **Журнал Домашний повар**

¹ 000 «Интернет решения», 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз», 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

СЕКРЕТ УСПЕХА

Личные границы работника

Личные границы для работающего человека – это необходимость, а не роскошь. От умения их выстраивать зависит его психологическое и физическое равновесие и даже внутрисемейные отношения! Особенно если речь идет о времени отпуска.



Устанавливаем рамки

Обговорите, что можно от вас ожидать, а что вы считаете нарушением личных границ. Для этого нужно определиться, что вы готовы делать в рамках рабочих отношений, а что для вас будет недопустимым. Например, вы можете по своему желанию ответить в мессенджере на вопрос руководителя в свое свободное время, но не приемлете обращения к себе на повышенных тонах. Об этом надо предупредить остальных участников рабочего процесса.

Общаемся в рабочее время

Чтобы не сгореть на работе, нужно уметь и отдыхать. Для этого возьмите за правило решать рабочие вопросы только в рабочее время. Не стоит отвлекаться от общения с детьми ради того, чтобы ответить на вопросы, на которые можно ответить завтра.

Учимся отказывать

Если возникает ситуация, когда нужно отказать (даже руководителю), сделайте это. Вы не должны соглашаться с тем, что не приемлете для себя, или на то, что идет вразрез с вашими принципами и установками.

Во время отпуска отдыхаем!

До начала отпуска важно постараться закончить большие проекты и срочные дела и делегировать решение текущих задач коллегам. Проинформируйте остальных, к кому и с какими вопросами можно будет обращаться в ваше отсутствие – и скорее на отдых! Не беспокойтесь, что начальник будет недоволен игнорированием его звонков. Сейчас ваша задача – хорошенько отдохнуть, переключиться. А все рабочие вопросы подождут...

У отдыха за городом целая масса преимуществ.

Свежий воздух, смена обстановки, куча впечатлений – вот то, что влечет людей на природу. А дальше уже можно выбрать варианты отдыха по своему вкусу и предпочтениям. Например, такие...

Тематические пикники – для искателей приключений

Лето – пора тематических пикников и костюмированных мероприятий на природе. Как правило, они организуются энтузиастами, которые увлечены той или иной эпохой (например, Отечественной войной 1812 года) или книгой, чаще всего в стиле фэнтези.

Участники сами себе создают или берут в аренду костюмы и включаются в действие в соответствии с назначенными ролями. Это уникальная возможность пообщаться с единомышленниками и почувствовать себя ожившим персонажем из книги. Чем не приключение? В обычной жизни такого точно не встретишь!

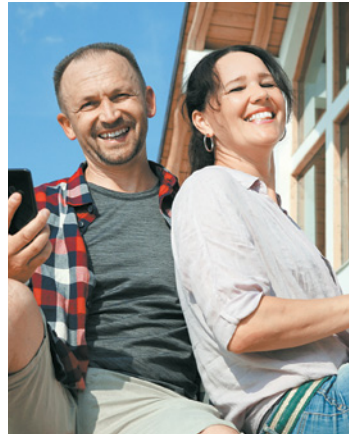
Экскурсии по усадьбам – для знатоков истории

Еще один популярный вид загородного отдыха. Экскурсионные бюро предлагают множество маршрутов по заброшенным и восстановленным усадьбам, принадлежавшим в свое время каким-то выдающимся людям.

Как правило, в стоимость экскурсии включается транспорт и услуги экскурсовода. Это позволит узнать множество интересных фактов и взглянуть на ушедшие эпохи под необычным углом.

Отдохнём на природе?

Эх, как хорошо на природе... костёр, палатка, чистый воздух, медведь... МЕДВЕДЬ?!!



Фермы с животными – для умягчения сердец

Любители пообщаться с животными могут отправиться за город на специальную ферму, где разводят, например, собак, лошадей или других питомцев. Этот вид отдыха будет интересен тем, кто по каким-то причинам не может держать животных дома, но нуждается в эмоциональном общении с братьями нашими меньшими. Например, на лошадиной ферме или турбазе можно поухаживать за животными, покататься верхом и даже поучаствовать в конном турпоходе.

Домик в лесу – для цифровой перезагрузки

Если вам хочется вырваться из плена соцсетей и новостных лент, выходные или отпуск в лесном домике – отличный вариант для вас! Баз отдыха, предоставляющих домики с разной степенью комфорта, с каждым годом становится все больше и

больше. Можно подобрать что угодно: и комфортный коттедж, и избушку, как у бабушки. Как правило, такие домики оборудованы кухней и санузлом. Но на этом блага цивилизации, особенно устойчивая сотовая связь, заканчиваются. Максимальное единение с природой будет вам гарантировано!

КСТАТИ
Многие домики в лесу предоставляются компаниями, у которых правила размещения допускают заезд с домашними животными. Не придется расставаться с пушистым другом, и это дополнительный плюс!

Катание на сапах – для любителей воды

Отдых у воды – золотой стандарт отпуска. И для этого не обязательно ехать на море. Надувные доски, или сапы (sup, от английского словосочетания Stand Up Paddle – стоя с веслом), – не только очень модный, но и полезный для здоровья вид досуга. Катание на сапах развивает координацию и укрепляет мышцы практически всего тела. Если вы отдыхаете целой компанией, можно устроить гонки на досках, а в жаркий день – соревнования по бегу по сапам. Для этого несколько досок связывают в цепочку, одну часть закрепляют у берега, а другую выводят на воду. Задача участников – пробежать по сапам от первого до последнего. Поверьте, сделать это не так просто! Доски легко переворачиваются, и каждый участник не раз с криком и хохотом шлепнется в воду.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

Чудо-соль

Когда Александр Македонский попал в Индию, среди прочих тамошних чудес его поразил тростниковый сахар. Или, как его называли подчиненные полководца, «мед без пчел». Разумеется, Македонский привез этот чудо-продукт домой, на территорию современной Греции. Название «мед без пчел» не прижилось, слова «сахар» в греческом языке еще не было. И люди начали называть сладкие кристаллы... солью. Индийской. Легко представить, как повар того времени, добавив в блюдо слишком много сахара, говорил: «Эх, пересолил...»



Красный глаз альбиноса

Знаете ли вы, от чего зависит цвет глаз? «От того, как соединились гены мамы и папы» – скажете вы, и будете правы. Но чисто физически – почему одни глаза темные, а другие – светлые? Оказывается, все дело в количестве меланина. Чем его больше, тем темнее радужка глаза. Почему же тогда у живых существ-альбиносов радужка красная? В их глазах меланина нет совсем, и красный цвет создают мельчайшие кровеносные сосудики.



Голодать так голодать!

В животном мире есть свои чемпионы по обжорству и голоданию.

Сегодня поговорим о вторых. Считается, что самые главные морские малоежки – акулы. Они могут безбедно существовать и активно двигаться, съедая в среднем всего 250 г еды в день. На суше конкуренцию им составляют крупные змеи. Их годовой (!) рацион может равняться их собственному весу. Но титул чемпиона по малоедению принадлежит некоторым видам улиток. Они могут не есть по два-три года. Правда, для этого им приходится впадать в спячку.



Галантные дельфины

Речные дельфины, обитающие в бассейне Амазонки, ухаживают за самками. Они преподносят своим подругам подарки в виде пучков травы, палочек или просто кусочков глины. Благодаря анализу ДНК, ученые установили, что у таких самцов в стае гораздо больше потомков. Эти потомки тоже чаще остальных прибегают к системе ухаживаний, что говорит о наличии некоего обучения у этих млекопитающих. Даже среди дельфинов галантные кавалеры имеют больший успех!

Светлана СИДОРЧУК



Мечталлион

МЕЧТАЙТЕ МАСШТАБНО

СУПЕРПРИЗ
ОТ 100 000 000 000 ₽

АКЦИЯ
50 ПУТЕШЕСТВИЙ
ПО 300 000 ₽

ИГРАЙТЕ В МЕЧТАЛЛИОН КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ С 02.07.2023



СКАНИРУЙ И ИГРАЙ!



«ВГЛ-2Т СПОРТ СОЮЗ», АЛГОРИТМ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВЫИГРЫШЕЙ № 4 («МЕЧТАЛЛИОН»), СРОК ПРОВЕДЕНИЯ ЛОТЕРЕИ — ДО 29.08.2034. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ ЛОТЕРЕИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, ПРИЗОВОМ ФОНДЕ ЛОТЕРЕИ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ ИЛИ ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ — НА САЙТЕ WWW.NLOTO.RU (HTTP://WWW.NLOTO.RU/) И ПО ТЕЛЕФОНУ 8 800 333-7-333. «МЕЧТАЙТЕ МАСШТАБНО», СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ — С 26.06.2023 ПО 30.09.2023. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, ПРИЗОВОМ ФОНДЕ АКЦИИ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ ИЛИ ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ — НА САЙТЕ WWW.NLOTO.RU (HTTP://WWW.NLOTO.RU/). ООО «СПОРТИВНЫЕ ЛОТЕРЕИ», ОГРН 1195027010386, АДРЕС: 142210, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г. СЕРПУХОВ, КЛУБНЫЙ ПЕР., Д. 1/2, ПОМЕЩ. 203. РЕКЛАМА

На телеканале СТС стартовало уникальное шоу «Стать шефом». По правилам в нём принимают участие 20 поваров-любителей.

Они пройдут обучение под присмотром профессионалов, выполнят ряд сложных заданий, соревнуясь между собой, а победитель получит приз в миллион рублей и стажировку в московском ресторане со звездой Мишлен (так отмечаются рестораны с отличной, по мнению независимых экспертов, кухней). Главным судьей и наставником героев стал шеф-повар мишленовского ресторана «SAVVA» и обладатель многочисленных кулинарных премий Андрей Шмаков.

«Стать шефом»

– Андрей, скажите: чем шоу «Стать шефом» отличается от других кулинарных проектов?

– Мне кажется, что у нас не соревнование, а такой очень важный шаг для участника, способный что-то изменить в его судьбе. Многие ребята у нас на проекте умеют готовить, многие думают, что они умеют хорошо готовить, а многие даже не знают, что они умеют готовить. Было важно, чтобы они послушали свое сердце, чтобы они поняли, что могут что-то изменить в своей жизни, поучиться у нас и сделаться чуть-чуть мудрее. Мы совершенно нестрогие учителя – скорее нас можно назвать проводниками в их дальнейшую жизнь...

– То есть кричать на участников и бить тарелки на кухне вы не будете?

– Никакой шеф на настоящей кухне у себя в ресторане никогда не разобьет тарелку! Это делал один раз Гордон Рамзи

Андрей ШМАКОВ:

Повар – это не раб кастрюли и ковша



(британский шеф-повар, ведущий кулинарных телешоу. – Прим. авт.). Я читал потом его интервью, где его спросили об этой ситуации: «Почему вы были такой злой на кухне?» Он ответил, что его просто в какой-то мо-

мент специально вывели из себя. И у Рамзи это было всего один раз, но потом некоторые шефы стали повторять в шоу – специально, на публику. На практике же такого не происходит ни в одном ресторане.

Дальше – больше

– Но всё равно, наверное, участникам будет сложно пройти все этапы? Быть поваром в ресторане, как мне кажется, довольно непростая работа...

– У нас будет один персонаж в шоу – когда вы будете смотреть, то увидите: этот участник работал-работал, а в какой-то момент просто опустил руки и сказал: «Можно я пойду домой?» Он понял, что дальше будет еще труднее. А сначала думал, что все будет круто, что ресторан – это супер, такое прикольное место, где можно ходить и красиво выглядеть, и вроде так чуть-чуть поработать: красиво посыпать солью какое-то блюдо... Нет! Кухня – это реальная армия, и это место не для слабаков! А те люди, которые приходят на наш проект, – они думают, что все будет легко. Да, так оно и начинается – но в конце, когда мы идем к финалу, они реально понимают, что их ждет дальше. Профессиональная кухня – это то место, где надо работать головой! Это не про то, что ты что-то там красиво начарзал. Повар – это не раб кастрюли и ковша...

– Если будут съёмки второго сезона «Стать шефом» – примете снова участие?

– Во второй сезон пойду с удовольствием!

– И что бы изменили тогда?

– Хотим добавить в новом сезоне каких-то лайфхаков, чтобы зрителю стало еще интереснее. Чтобы была обучающая часть. Например: чем отличаются те или иные ножи? Или про то, как разделять рыбу, как вытаскивать косточки. Есть пинцет не только для бровей, есть еще и для рыбы... Ну и много еще таких интересных и полезных мелочей...

Правильный омлет

– Я знаю, что одним из сложных испытаний было приготовление блюда из яиц. Честно говоря, удивлена: вроде это так просто для всех...

– А вы знаете, как правильно готовить омлет?

– Уже задумалась...

– Это просто два яйца. Омлет никогда не идет молоко.

– Но все же обычно готовят с молоком...

– Это просто привычка. Моя бабушка говорила: «Чтобы было посытнее». Вы думаете, я в детстве, когда ел клубнику, – просто так ел ее? Нет, я ел с булочкой, «так сытнее». Бабушка в молоко крошила булочку, добавляла туда клубнику и говорила: «Давай, ешь, Андрюша, чтобы щечки появились!» (Смеется.) Когда моя бабушка делала омлет, она тоже добавляла туда молоко. Потом она это дело все сбивала, нагревала духовку до 200 градусов и ставила в чугунной сковороде туда этот омлет. Она его не жарила. И он получался такой пышный и кремового цвета – за счет добавления молока. А во Франции, когда ты закажешь в ресторане омлет, то тебе его приготовят только из яиц. И он будет красивого желтого цвета – как кожа лимона. А простая глазунья, кстати, когда вы ее жарите, не должна идти пузырями. Потому что вы просто перегреваете сковородку. Не надо ее ставить на максимальное количество градусов.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

На заметку

Важные советы

– Какой бы совет вы дали на кухне по экономии и использованию продуктов?

– Мы никогда ничего не выкидываем, любой продукт используем полностью. Например, вы готовите блюдо из креветок. При этом можно использовать весь этот продукт. Сами креветки могут пойти куда угодно, но можно еще использовать и их панцирь. Мы берем растительное масло, жареные панцири креветок, взбиваем их блендером, оставляем на сутки, а потом это масло сливаем через сито. И у вас получается масло со вкусом креветки. И вы, когда готовите пасту или ризотто, то можете капнуть этого масла – и оно намного сильнее насытит вкус блюда. Или у нас остаются корешки от петрушки – мы их сушим, а потом, когда варим бульон, добавляем туда. Сейчас блюда украшают цветами. Причем цветочки выращивают специально для того, чтобы их съесть. Микрозелень, которая имеет вкус, тоже выращивают для этих целей, она тоже бывает разной. Принцип один: все, что есть на тарелке, должно быть съедобным!

– Салат оливье как любите делать?

– Оливье с докторской колбасой. Я советский ребенок, и моя бабушка делала именно такой салат. А еще она добавляла туда тертое яблочко.

– Вы столько всего интересно рассказываете! Можно ещё совет какой-нибудь?

– Пользуйтесь техникой. Блендер, например, придуман для того, чтобы делать майонез. (Улыбается.) Можно майонез не покупать в магазине, а просто разбить два желтка, добавить чуть-чуть лимонного сока и чуть-чуть – растительного масла. Взбили блендером – и через четыре минуты у вас получился ваш домашний майонез! Еще туда можно добавить дополнительные ингредиенты: печеный чеснок, эстрагон – и вот такой у вас свой вкус получился!



На съёмках шоу «Стать шефом»: Андрей Шмаков, приглашённый гость – певица и блогер Валя Карнавал, Александр Белькович.



Александр Белькович и Андрей Шмаков с участником шоу «Стать шефом».

Завтрак, обед, ужин и пара перекусов из полезных блюд – это святое право нашего организма на полноценное питание.

А вот бесчисленные перекусы, чай с конфеткой, печенье и семечки – это уже злостное нарушение правильного питания! И провоцируют его наши внутренние «преступники»: злость, тревога, обида, усталость. Значит, пора вызывать на подмогу эмоциональный патруль!

«Преступник» № 1

Обида

Если вы не можете высказать все, что у вас накопилось, обидчику прямо в лицо (например, начальнику или значимому для вас человеку, боясь его обидеть), можно выплеснуть это чувство в другой форме. Например, написать письмо этому человеку, но не отправлять его. Как вариант, о том, что вас не ценят на работе, повышения и премии достаются другим. Эпистолярный жанр поможет снизить эмоциональный накал и посмотреть на ситуацию со стороны. Возможно, ваша обида отчасти окажется надуманной. Если же нет, это письмо может стать толчком к изменению ситуации – смене работы или ограничению общения с токсичным человеком.

Руки прочь от еды!

Работает эмоциональный патруль!



«Преступник» № 3

Тревога

Тревожное состояние чаще всего появляется из-за неопределенности в действиях и чувствах. В этом случае вам может помочь детализация. Сперва постарайтесь понять, из-за чего появляется беспокойство. Например, от мысли, что вы можете потерять работу. Оцените, насколько вы востребованный и важный человек в компании, насколько хорошо идут дела в организации? И заодно

распишите план – что будет, если вы потеряете работу? Какие навыки у вас есть и где они могут пригодиться? Можно даже составить резюме и прописать потенциальных работодателей, которым вы могли бы написать. Все это поможет почувствовать себя более уверенно. Кстати, тревогу, страх можно нарисовать на бумаге и разорвать картинку на мелкие кусочки. Таким образом вы как бы отдадите эту эмоцию бумаге, избавляясь от нее.

Диетологи советуют есть часто, но помалу. Первая часть у меня уже отлично получается.



«Преступник» № 2

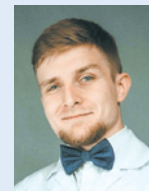
Усталость

Чаще всего этот внутренний «злодей» настигает тех, кто взвалил на себя слишком много. Речь ведь идет не о физической усталости, а об эмоциональной. Слишком большая ответственность, возложенная на одного человека, кого угодно измотает. Тем более если это следствие необоснованного чувства вины, когда кто-то из коллег ошибается, а виноватым в этом вы назначаете себя. Снова берем ручку и бумагу и составляем протокол... Нет, не протокол, а список своих собственных побед и достижений за сегодня, за последнюю неделю. Это научит вас разделять ответственность за себя (настоящую) и ответственность за других (мнимую).

Мнение специалиста

Снимаем стресс правильно

На наши вопросы отвечает врач-психиатр, психотерапевт, нарколог Александр Романович Пинегин.



– Правда ли, что заедают всегда только отрицательные эмоции?

– На самом деле «заедают» не столько негативные эмоции, сколько стрессовые состояния. Что такое стресс? Это изменившиеся условия жизни, которые не являются комфортными для человека, вследствие несовпадения с его потребностями или ценностями. И зачастую стресс становится проблемой именно тогда, когда человек не имеет навыков противостоять этому стрессу. Либо эти изменения слишком глобальные и интенсивные.

– Пятничные посиделки с алкоголем и фастфудом – это тоже попытка заесть эмоции?

– Если каждую пятницу человек употребляет алкоголь и вредную пищу, стоит задаться вопросом, почему он это делает? Это хроническая усталость из-за того, что условия труда не соответствуют навыкам и ресурсам организма? Работа не приносит удовольствия? Брак и семейные отношения вызывают страдание? Если причины таковы, то, конечно, это разрушительное поведение.

Если это просто один из видов деятельности, которым вы занимаетесь, чтобы развлечь себя и отдохнуть, увидаться с друзьями, то это вполне приемлемо в случае с едой. И не совсем в случае с алкоголем, так как он может вызывать зависимость и приносить больше вреда, чем пользы. Можно по пятницам баловать себя вкусной едой (если данный вид пищи вам не противопоказан), но лучше периодически чередовать данное развлечение с другими.

Татьяна МИХАЛЁВА

Раскройте секрет отличного секса!



«За последний год из-за постоянных стрессов у меня начались осечки в постели. Посоветоваться не с кем. А покупать первый встречный препарат не хочется. Боюсь, давление скакнет. Что делать?»

Виталий Петрович, 57 лет

Этот вопрос волнует многих мужчин независимо от возраста. Ведь даже один случайный сбой может оставить неприятный осадок и надолго вселить неуверенность в себе. А, как извест-

но, китайские императоры обладали такой невероятной мужской силой, что могли содержать целый гарем. Как им это удавалось? Они использовали мощнейшую растительную формулу «Секрет



императора». Она была разработана тибетскими травниками еще 5000 лет назад специально для императора, которому нужны были силы для своих многочисленных наложниц. Много веков средство «Секрет императора» тщательно оберегали от посторонних глаз. И только сейчас оно стало доступно нашим мужчинам, которые хотят улучшить потенцию, увеличить выносливость,

продлить половой акт и усилить влечение без химии и вреда для здоровья. Все компоненты «Секрета императора» на 100% натуральные, безопасные и подобраны так, чтобы не вредить сосудистой системе и здоровью мужчины. «Секрет» совместим с другими препаратами и алкоголем. Поэтому его могут применять без опасения за свое здоровье мужчины любых возрастов.

Звоните по бесплатному номеру телефона и узнайте, где купить «Секрет Императора»



8 (800) 100-55-60

100%
конфиденциальность

Акция действует с 01.06.2023 по 01.10.2023 г. при покупке 2-х шт. и более. Количество подарков ограничено. Не является офертой. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 28, БАД, СГР № RU.77.99.88.003.E.004494.10.18 от 11.10.2018 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60.

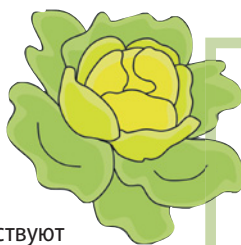
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Реклама

В жаркий летний день одна только мысль о горячем вызывает отторжение. Однако организм требует пищи в любых условиях, а на обед – привычного супа.

Именно на такой случай в кулинарии существуют холодные супы. Холодные супы есть практически в каждой кухне мира, что говорит об их исключительной популярности. И в самом деле, это блюдо того заслуживает. Ведь холодный суп не только насыщает наш организм необходимыми калориями, но и охлаждает его, что в жаркий летний день просто бесценно. Кроме того, как правило, холодные супы содержат свежие овощи, ягоды, зелень – то есть исключительно полезные для нас продукты.



Холодный свекольник

Литовская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 42 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,5 л кефира (или простокваши)
- 500 г свеклы ■ 3 огурца ■ 6 яиц
- 4 веточки укропа ■ 2 стебля зеленого лука ■ сахар ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую. Свеклу запечь (или отварить) до готовности, остудить, очистить, натереть на терке, переложить в кастрюлю, залить холодной водой



(так, чтобы только покрывала свеклу), довести до кипения, варить 5 минут, дать полностью остыть, убрать в холодильник.

2 Огурцы нарезать тонкой соломкой (или натереть на крупной терке), 4 яйца и зелень мелко порубить, остальные яйца разрезать пополам.

3 В кастрюлю с охлажденной свеклой добавить огурцы, рубленые яйца и зелень, залить холодным кефиром, посолить, добавить по вкусу сахар, перемешать.

4 Разлить готовый свекольник по тарелкам, в середину каждой положить по половинке яйца.



ЛЕТНИЕ СУПЫ

ПОЛЕЗНЫ И ВКУСНЫ



Холодный крем-суп с цуккини

Греческая кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 68 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 молодой цуккини ■ 200 г зеленого горошка
- 1-2 зубчика чеснока ■ 500 мл куриного бульона
- 300 г греческого йогурта ■ 1 ч. л. сливочного масла
- 1 луковица ■ 1 ст. л. растительного масла
- 1-2 стебля розмарина ■ 2-3 веточки мяты ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук, чеснок и мяту порубить, цуккини – нарезать кубиками.
- 2 В кастрюле с толстым дном обжарить на смеси масла лук и чеснок до мягкости, добавить розмарин и цуккини, жарить еще 5 минут.
- 3 Добавить горошек, влить горячий бульон, довести до кипения, посолить, варить на малом огне 10 минут; снять кастрюлю с огня, извлечь розмарин, дать супу остыть.
- 4 В остывший суп добавить мяту и йогурт, пюрировать с помощью блендера. При подаче поперчить.



Виноградный гаспачо

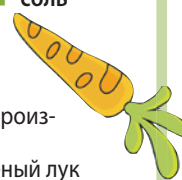
Испанская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 56 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 350 г белого винограда б/к ■ 3 огурца ■ 3-4 черешка сельдерея ■ 1-2 зубчика чеснока ■ по небольшому пучку базилика и зеленого лука ■ 1 ст. л. белого виноградного уксуса ■ 1 ст. л. растительного масла
- лед ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Виноградины снять с веточек, огурцы и сельдерей нарезать произвольно.
- 2 Базилик, зеленый лук и чеснок посыпать солью, мелко нарубить.
- 3 Сложить виноград, овощи и зелень в чашу блендера, влить уксус, добавить лед, измельчить до однородности.
- 4 Не прекращая взбивать, влить растительное масло.
- 5 Готовый гаспачо убрать в холодильник как минимум на 1 час.



Тюра луковая с огурцом

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 87 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 л кваса ■ 250 г черствого ржаного хлеба
- 1 крупная луковица ■ 2-3 зубчика чеснока ■ пучок укропа ■ 1 огурец ■ 3-4 пера зеленого лука
- растительное масло ■ 0,5 ч. л. сахара
- 4 ст. л. сметаны ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить на растительном масле до золотистого цвета.
- 2 Зеленый лук и укроп мелко нарезать, растереть с солью и сахаром до выделения сока.
- 3 Чеснок нарезать произвольно, посолить, растереть в пасту.
- 4 Хлеб нарезать небольшими кусочками (или разломать), огурец – небольшими кубиками.
- 5 Разложить по тарелкам хлеб, огурец, жареный лук, растертую зелень и чесночную пасту, залить квасом, добавить в каждую тарелку 1 ложку сметаны.



Светлана ИВАНОВА

Специальные выпуски журнала «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» «ЗАГОТОВКИ»



**СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ
ОТДЕЛЕНИЯХ**

Спецвыпуски распространяются только в розницу и не входят в подписной комплект журнала «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» (индекс П2960).

Закон бумеранга работает, и абсолютно из любой ситуации есть выход.

Всегда и везде. История моей жизни – тому подтверждение.

Тёплый дом

Родилась я в очень счастливой семье. В моем детстве все было как в сказке: огромный, мудрый, сильный отец и женственная, интеллигентная, невероятной любви и доброты мама. И вообще, все в нашей семье было правильным: теплый дом, прекрасные родители, культ детей со свойственной взрослой жертвенностью.

Мама была красавицей с тонкими чертами лица и такой фигурой, что осиную талию можно было обхватить пальцами двух рук. Ее облик никак не вязался с семьей, кастрюлями, борщами. И тем не менее со всеми хозяйственными вопросами она прекрасно справлялась, создавая в доме уникальный микроклимат и настоящий уют. Только через много лет я поняла, каким титаническим ежедневным трудом создавался этот уют. Все, что, казалось, делалось само собой, обрушилось на нее песчаной горой, в которой она увязла.

Навсегда запомнила я мамини слова:

– Великое предназначение женщины – пробуждать любовь!

А потом все изменилось. В семье все знали про мамини головные боли, которые ее мучили много лет, и уже привыкли к приступам. Но они стали случаться все чаще, длились все дольше, и однажды мама потеряла сознание прямо за ужином.

– Мне очень жаль, но вы обратились слишком поздно, – сказал тогда пап врач. – Операцию делать бессмысленно, мы можем только поддерживать ра-

Надо только поверить в себя



боту ее организма, пока... Ну, вы сами понимаете.

Мама ушла в день рождения. И в семье началась совсем другая жизнь.

Другая жизнь

Вскоре отец привел в дом женщину. Валентина работала в книжном магазине, который располагался на первом этаже нашей многоэтажки. Родители обожали книги, собрали прекрасную библиотеку, а дефицитные экземпляры приобретались именно через Валентину. Она была полной противоположностью мамы: не в меру упитанная, неаккуратная, чуть хамоватая тетка. Никто из близких не мог понять, что в ней нашел папа и как ей удалось так быстро его окрутить?

Из дома ушло тепло, его стены остыли. Сначала она убрала все мамини фотографии, потом стала избавляться от ее личных вещей. А еще через некоторое время заявила, что надо поменять нашу квартиру и ее комнату на «нормальную» жилплощадь в центре города. Папа соглашался с ней во всем:

– Валюше виднее, она знает жизнь и для нас же старается.

В седьмой класс я отправилась уже в другую школу. И как-то незаметно для себя очень быстро из отличницы скатилась на тройки. Но родственников это мало волновало, они были заняты своей жизнью. Самое печальное, что Валентина начала приучать отца к ежедневным отмечаниям какого-либо праздника. В



доме стали появляться непонятные личности, и папа на глазах становился таким же, как они.

Ничего не бойся! И рисуй!

На фоне всего этого кошмара я стала резко набирать вес. Из нормального подростка как-то сразу превратилась в девочку-кошечку. Я замкнулась, так сказать, добровольно оказалась взаперти себя. Мысленно рисовала картинку из нашей счастливой прошлой жизни, представляла, как все сложилось в будущем, если бы... И безуспешно искала ответ на вопрос: почему жизнь всегда разворачивается в другую от тебя сторону?

Единственным человеком, которому оказалось не безразлично мое состояние, стала пожилая учительница черчения Надежда Николаевна.

– Либо ты сможешь справиться с этим сама, либо сломаешься и никто тебе не поможет, – сказала она мне. – Ничего не бойся! И рисуй!

Рисовать я любила с детства, даже несколько лет занималась в художественной школе, в которую меня возила мама. С ее уходом закончилось и мое творчество.

Случайно Надежда Николаевна увидела некоторые мои рисунки простым карандашом.

– Да у тебя же талант, деточка! – удивленно воскликнула она тогда. – Тебе непременно надо его развивать. Скажи родителям, пусть определят тебя в специализированную школу.

Я опустила голову и молча вышла из кабинета. Когда преподаватель узнала о том, что произошло в моей семье, предложила остаться после уроков и позаниматься с ней.

– И не надо откладывать начало новой жизни на понедельник. Другие дни ничем не хуже, – улыбнулась Надежда Николаевна и обняла меня.

Так в мою жизнь вошла карандашная графика. Я выражала свои чувства в рисунках, которые раз за разом становились все лучше и лучше.

Пытаюсь разжечь потухший огонь

Окончание школы совпало с полным разладом в семье. Отец надолго уходил в запои, и тогда Валентина отрывалась на мне.

Наша скрытая от посторонних глаз война перешла в открытое противостояние. Она унижала и оскорбляла меня при каждом удобном случае.

В тот день я пришла поздно – не хотелось возвращаться в ненавистный дом.

– Где шлялась? – стала орать Валентина. – Такая же шалава, как мать!

И она ударила меня по лицу. Я вцепилась в ее волосы и процедила:

– Еще раз тронешь – не проснешься!

Валентина присмирела, но атмосфера ненависти не исчезла. Я жила только одной мыслью: быстрее получить аттестат и уехать.

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



Очень благодарна своей любимой учительнице Надежде Николаевне. Она помогла мне поверить в себя, определиться с выбором профессии – по ее рекомендации я поступила в колледж графики и дизайна в областном центре и, наконец, уехала из ненавистного дома.

Учиться было невероятно интересно, но ужасно трудно. И в первую очередь в материальном плане. Из дома помощи не было никакой, приходилось рассчитывать только на себя. Подрабатывала уборщицей, официанткой, продавщицей. Из-за постоянных пропусков начались проблемы с учебой. Самое обидное было то, что родной отец не интересовался моими делами. Как будто меня никогда не было в его жизни!

Я ни с кем не сблизилась, никого не впускала в свою жизнь – боялась показаться слабой, чтобы меня не ранили еще сильнее.

После окончания колледжа я нашла хорошую работу, стала заниматься карьерой. А вот личная жизнь не складывалась – видимо, детские обиды давали о себе знать.

Однажды вечером позвонила Валентина:

– Забирай своего папушу! – прокричала она в трубку. – Надоела его пьяная жопа!

И я забрала. Теперь мы живем вместе с папой. Он справился со своей зависимостью и каждый день просит у меня прощения, а я улыбаюсь, глядя в его счастливые глаза. Когда-то в нашем доме у мамы была запущена огромная донна, и мне очень хочется возродить те созданные ею удивительные свет и тепло. Пытаюсь подсунуть какие-то фитильки в «печку», чтобы разжечь потухший огонек.

ЕЛИЗАВЕТА

Судоку

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

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

7 ПЕРВЫЙ



22.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.00 Вести

- 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+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ОПЕРАЦИЯ «ПРЕСТОЛ»». (12+)
Фашистские войска под Москвой. Ирина Воскресенская роет окопы. Но немцы прорывают фронт, и приходится срочно эвакуироваться. Отстав от колонны, она вынуждена добираться до столицы самостоятельно.
- 23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «ОСТАТЬСЯ В ЖИВЫХ». (12+)
- 03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



20.00 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.55 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
В театр на генеральную репетицию перед самой премьерой не является исполнительница главной роли - прима театра Виктория Малыгина.
- 22.15 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 00.45 «ЗОЛОТОЙ ТРАНЗИТ». (16+)
- 02.45 «МЕЧ». (16+)

СТС СТС



02.05 «МАСТЕР Z. НАСЛЕДИЕ ИП МАНА». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.35 «Команда котиков». (6+)
- 08.20 Взрослым не понять. (12+)
- 09.20 «Стражи Арктики». (6+)
- 11.15 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 17.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 20.00 Премьера! Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
- 21.00 Премьера! Фактор страха. Испытание тайгой. Секреты сезона. (16+)
- 22.05 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
- 01.05 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 02.05 «МАСТЕР Z: НАСЛЕДИЕ ИП МАНА». (18+)
- 03.45 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 05.00 Сториз. (16+)

ТНТ ТНТ



18.30 «ВИКА-УРАГАН». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
- 11.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 18.30 «ВИКА-УРАГАН». (16+)
Вика, Орлова и Карлсон спасают приютившую их бабушку из дома престарелых...
- 21.00 «МИР, ДРУЖБА, ЖВАЧКА». (16+)
Вовка проигрывает крупную сумму в автоматах. Тем временем Малая находит его записку и решает потратить деньги. Ксюха хочет поговорить с Санькой, но видит его в ларьке вместе с Женей.
- 22.00 «БАТЯ». (16+)
История о путешествии взрослого героя к своему Бате, суровому русскому мужику, который стал отцом на заре девяностых и воспитывал своего сына так, как это делали все советские люди.
- 00.00 «РОДНЫЕ». (16+)
- 01.25 «Такое кино!» (16+)
- 01.55 «Импровизация. Команды». (16+)

РЕН



20.00 «РЭД». (16+)

- 05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «РЭД». (16+)
- 22.10 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «РЭД-2». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|--|--|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.10 «Тайны Медовой долины». (12+) 05.25 «Простоквашино». (12+) 05.40 Кондитер. (16+) 06.40 Пятница News. (16+) 07.10 На ножах. (16+) 09.20 Секреты на кухне. (16+) 10.40 На ножах. (16+) 11.40 Адская кухня. (16+) 13.50 На ножах. (16+) 18.10 Черный список. (16+) 20.50 Битва шефов. (16+) 23.00 Секреты на кухне. (16+) 00.00 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+) 01.30 Пятница News. (16+) <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Маша и Медведь». (0+) 07.40 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 09.50 «КЛОН». (16+)
Прямиком из Рио-де-Жанейро, где жизнь похожа на бразильский карнавал, Жади приходится отправиться на ближний восток, где каждый шаг должен соответствовать строгим правилам. 11.55 «Моя свекровь - монстр». (16+) 14.55 «Чадо из ада». (12+) 17.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 20.00 «КЛОН». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 02.00 «Измены». (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. Смотрите «Дорожные войны»: лучше быть телезрителем, чем участником! 07.15 Дорожные войны. (16+) 09.00 Улётное видео. (16+) 10.30 «СОЛДАТЫ-10». (12+) 16.30 Улётное видео. (16+) 20.00 02.45 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 05.00 Идеальный ужин. (16+) <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Мультфильмы. (0+) 05.05 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (0+) 06.30, 10.20 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.05 Новости 10.10 Белорусский стандарт. (12+) 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 01.40 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05, 02.25 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.15 Приговор! (16+) 17.10 Мировое соглашение. (16+) 18.50 Игра в кино. (12+) 22.25 «ШЕЛЕСТ». (16+) 01.15 Наше кино. (12+) 03.20 (Не)Фантастика. (12+) 03.35 Игра в слова. (6+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 10.10 18.03 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (12+) 11.31 «Новости Совета Федерации». (12+) 11.45 «ПЕРВАЯ ЛАСТОЧКА». (12+) 15.12 23.12 «ЧУДОТВОРЕЦ». (12+) 16.05 «Ректорат». (12+) 16.45 00.46 «Песня остается с человеком». (12+) 17.00 «Формула здоровья». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 21.02 «МЕЩЕРСКИЕ». (16+) 22.31 «Очень личное». (12+) 01.00 Отражение. (12+) <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 04.20 «Путь к Победе». (16+) 05.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+) 07.00 «ЧКАЛОВ». (16+) 14.30 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
Чтобы уцелеть в вихре войны, мальчишки из разных миров, - простой парень Илья, - кадет Аркадий, сын белогвардейского полковника, - выдают себя за братьев. Но отнюдь не братское чувство будет помогать им искать свой путь в полные надежд, обретений и разочарований 1920-е и 1930-е... 23.59 «Путь к Победе». (16+) 01.00 «ЗОЯ». (16+) 02.40 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+) |
|---|--|--|

ДЕТСКИЕ

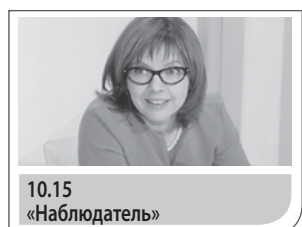
- | | |
|---|---|
| <p>МУЛЬТ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 18.00 «Буба». (6+) 06.30, 11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+) 08.25, 13.25 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 09.35 Друзья на все времена. «Бременские музыканты». (0+) 10.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+) 10.30 «Кошечки-собачки». (0+) 11.00 «Черепашки». (0+) 14.00 «Фиксики. Дай пять! Профиль». (0+) 14.30 «Смешарики». (0+) 15.00 «Спина к спине». (0+) 15.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+) 17.00 Друзья на все времена. «Мойдодыр», «Немытый пингвин». (0+) 18.25 «Лунтик». (0+) 20.00 «Сказочный патруль». (0+) 20.30 «Маша и Медведь», «Машинки страшилки». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 21.30 «Тайны Медовой долины». (0+) 22.30 «Бобр добр». (0+) 23.00 «Ник-изобретатель». (0+) 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 00.00 «Тима и Тома». (0+) 00.30 «Домики». (0+) 01.00 Друзья на все времена. «Котенок по имени Гав», «Как стать большим». (0+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. «Смешарики. Новые приключения». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.35 «Цветяшкис!» (0+) 08.15 «Команда СТИМ!» (6+) 09.20 «Ник-изобретатель». (0+) 10.45 «ДиноСити». (0+)
Комедийный мультсериал о жизни города динозавров и его обитателей. 13.10 «Инфинити Надо». (6+) 13.35 «Дикие скричеры!» (6+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Гризли и лемминги». (6+) 15.00 «Луддвилль». (0+) 16.10 «Царевны». (0+) 18.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 18.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.15 «Черепашки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины! 22.00 «Инфинити Надо». (6+) 22.30 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+) 23.40 «Капризная принцесса». (0+) 00.05 «Приключения Заплатой и Точки». (0+) 00.20 «Пони бегают по кругу». (0+) 00.30 «Утенок, который не умел играть в футбол». (0+) 00.40 «Как утенок-музыкант стал футболистом». (0+) 00.50 «Панда и Крош». (0+) 03.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) |
|---|---|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 00.00 Час истины. (12+) 01.00 Бунты в России. (12+) 01.30 События в истории. (12+) 01.55, 04.25, 17.10 Историкограф. (12+) 02.40, 07.20 Личность в истории. (12+) 03.05 Историада. (12+) 04.00 Элемент познания. (12+) 05.10 Недописанные мемуары. (12+) 06.10 Сквозь времена (12+) 06.35 Бог войны. История русской артиллерии. (12+) 07.45, 14.10, 15.15 Обыкновенная история. (6+) 08.00, 08.50, 09.45 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+) 10.45 Архивы истории. (12+) 10.55 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+) 12.00 «АРН - РЫЦАРЬ-ТАМ-ПЛИЕР». (16+) 14.20 Пешком в историю. (12+) 14.50, 15.25 Легенды науки. (12+) 16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+) 16.10, 16.45 Трудные вопросы истории России. (12+) 17.50 Семь дней истории. (12+) 18.00 Сальск. Карьер смерти. (12+) 18.45 Россия научная. Великие имена. (12+) 19.05 Урарту. Забытое царство. (12+) 20.00 Муссолини. Последняя правда. (16+) 21.50 Не квартира - музей. (12+) | <p>VJU HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.10, 06.55 Смертоносная техника. (12+) 07.45 Планета сокровищ: Африка. (6+) 08.45 Жизнь на вулкане. (12+) 10.15, 11.10 5000 лет истории Нила. (12+) 12.00 Тайная история рыцарей Храма: Загадочное наследие тамплиеров. (12+) 13.05 Тайное досье Марко Поло. (12+) 14.00 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Танец любви. (12+) 15.00 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Праздник богоявления. (12+) 17.05 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 18.05 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+) 19.00 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+) 20.00 Исторические убийства: Лондонский блицубийца. (16+) 20.55 Исторические убийства: Эдинбургские похитители тел. (16+) 21.45 Бездна: Семя насилия 1918-1922. (16+) 22.40 Бездна. (16+) 23.40, 00.35 Планета сокровищ. (6+) 01.35, 02.20 5000 лет истории Нила. (12+) 03.10 Тайная история рыцарей Храма. (12+) 04.05 Тайное досье Марко Поло. (12+) 04.55 100 чудес света. (16+) | <p>ЗДОРОВОЕ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Образ жизни - диабет. (12+) 06.25 Аллергия: сбой матрицы. (12+) 06.55 Пищевой диссонанс. (12+) 07.20 Индустрия красоты. (12+) 07.45, 12.55, 21.05, 05.10 Сила еды. (6+) 08.10, 13.25, 21.30, 05.35 Спортивный вопрос (12+) 08.25, 13.40, 17.45, 21.45, 04.05, 05.50 Имеешь право. (12+) 08.40 Без таблеток! (16+) 09.05, 14.20, 22.25 Будьте здоровы. (12+) 09.30, 14.45, 22.55 Внешние данные. (12+) 09.55, 15.10, 23.20 Косметология 103. (12+) 10.20, 18.25, 02.25 Есть контроль. (12+) 10.50, 16.00, 18.55, 00.10, 02.45 Спросите тренера. (12+) 11.15, 16.30, 19.20, 03.15 Образ жизни - диабет. (12+) 11.40, 16.55, 19.45, 01.05, 03.40 Аллергия: сбой матрицы. (12+) 12.05, 17.20, 01.30 Крутящий момент. (12+) 12.30, 20.40, 04.40 Индустрия красоты. (12+) 13.50, 18.00, 22.00, 01.55 Начни с себя. (12+) 15.35, 23.45 Диета без иллюзий. (12+) 20.15, 04.15 Пищевой диссонанс. (12+) 00.35 Люди с Неограниченными возможностями. (12+) 00.55 Прокачать за 600 секунд. (16+) |
|--|---|--|

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серьезные фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записки 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 «Наблюдатель»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 14.00 00.30 «Тайны Нила»
08.50 15.50 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 23.35 XX век
12.15 Цвет времени
12.45 19.00 «Монолог в 4-х частях»
13.15 21.00 «Четыре солдатские медали»
14.55 Запечатленное время
15.25 «Фотосферы»
17.15 «Эрмитаж»
17.45 Война Нины Сазоновой
18.00 01.25 Мастера фортепианного искусства XX века
18.45 «Забывшее ремесло»
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.50 «ПОРОХ»
23.20 Война Элины Быстрицкой

ТВЦ



11.50 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
06.00 «Настроение»
08.25 «АЛМАЗЫ ЦИРЦЕИ». (12+)
10.20 «Георг Отс. Публика ждёт...» (16+)
11.30 События
11.50 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События.
14.50 Город новостей
15.00 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
18.10 «ПОЯС ОРИОНА». (12+)
22.00 События
22.40 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Нина Русланова. Подкидьш». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Доказательства смерти». (16+)
01.25 «90-е. Пауки в банках». (16+)
02.05 «Отравленные сигары и ракеты на Кубе». (12+)

ТВ-3



06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Охотники за привидениями. (16+)
14.30 Вернувшиеся. (16+)
16.30 Гадалка. (16+)
18.15 «Слепая». (16+)
20.00 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (16+)
1805 год. Франция. Эжен Франсуа Видок - самый ловкий и опасный преступник. Судьба Видока - это не просто прыжок «из грязи в князи», а головокружительная карьера из баронов преступного мира в правоохранительные императоры Парижа.
22.30 «ФАНТОМ». (16+)
00.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
01.15 «ЭЙНШТЕЙН». (16+)

ДОМАШНИЙ



08.00 Давай разведёмся! (16+)
08.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.00 Давай разведёмся! (16+)
09.00 Тест на отцовство. (16+)
11.15 «Понять. Простить». (16+)
12.30 00.30 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «ПСИХОЛОГИЯ ЛЮБВИ». (16+)
19.00 «ХОЧУ ТЕБЕ ВЕРИТЬ». (16+)
23.20 «Понять. Простить». (16+)
01.00 «Знахарка». (16+)
01.35 «Верну любимого». (16+)
02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.25 Тест на отцовство. (16+)
04.05 Давай разведёмся! (16+)

5 5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)
05.25 «ОПЕРАЦИЯ ГОРГОНА». (16+)
07.40 09.30 13.30 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (12+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
13.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
★ ЗВЕЗДА
05.30 12.35 13.25 15.05 04.05 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 01.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». (12+)
17.15 18.00 «Освобождая Родину». (16+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
12.00 «Полицейский вестник». (12+)
12.15 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
12.30 «Безопасная дорога». (12+)
12.45 01.45 «В тени чемпионов». (12+)
13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 22.00 04.30 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.30 01.15 03.30 «Педагог и наставник». (12+)
20.30 00.15 03.00 «Документальное кино». (12+)
23.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ АМАНДЫ». (16+)
00.45 «Диалоги с прошлым». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 23.35 «Легендарные клубы». (12+)
06.30 «Магия большого спорта». (12+)
07.00 10.00 12.40 14.55 17.55 22.30 Новости
07.05 15.00 20.20 22.35 Все на Матч!
10.05 12.20 00.35 Специальный репортаж. (12+)
10.25 «Футбол на все времена». (12+)
11.25 Смешанные единоборства. UFC. Конор Макгрегор. (16+)
12.45 15.45 Футбол. МКС-2023
18.00 «Любовь под грифом «Секретно». (12+)
19.10 Профессиональный бокс. (16+)
21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
00.55 Баскетбол. Чемпионат Европы. Женщины. 1/8 финала. (0+)
02.50 Новости. (0+)
02.55 Дартс. Профессиональная лига. Турнир «Красная площадь». (0+)
06.00 Футбол. Суперкубок России. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
07.55 «Громко». (12+)
09.05 «Первые леди». (6+)
09.30 09.45 12.05 15.05 16.00 21.20 00.00 Спецрепортаж. (12+)
10.05 Дартс. Турнир «Красная площадь». (0+)
12.20 Автоспорт. G-Drive. (0+)
13.05 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)
15.25 География спорта. (12+)
16.20 02.10 Бильярд. «Кубок Чемпионов». (0+)
17.50 19.00 20.10 Пляжный футбол. Чемпионат России. (0+)
21.40 География спорта. (12+)
22.10 00.20 Футбол. МКС-2023. (0+)
03.40 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.40 08.40 15.00 18.00 23.00 Про-новости. (16+)
07.00 У-Дачный чарт. (16+)
07.55 20.30 01.30 Лайкер. (16+)
09.00 DFM - Dance chart. (16+)
10.00 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
12.00 Юмор FM чарт. (16+)
13.00 00.30 Хиты по-русски. (16+)
14.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 23.20 Плейлист по кайфу. (16+)
16.30 Очень карачен. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 Хит-сториз. (16+)
22.00 «Бред сивого рептилоида?». (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
05.40 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
07.05 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
08.50 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (16+)
11.00 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
12.40 «КАРАТЭ-ПАЦАН». (12+)
15.10 «ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО». (16+)
17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
18.45 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)
20.50 «МАРИЯ-АНТУАНЕТТА». (16+)
23.00 «ЕЩЕ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН». (16+)
01.05 «ПРИСЛУГА». (16+)
03.25 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
05.30 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». Мультсериалы. (6+)
06.45 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
07.05 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
08.40 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
10.05 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (12+)
11.45 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
13.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
15.20 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
17.10 «ХОЛОП». (12+)
19.00 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
20.55 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
23.05 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+)
00.50 «АДМИРАЛЪ». (16+)
02.50 «ЛЕДОКОЛ». (12+)
04.50 Мультфильмы. (6+)
06.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
07.25 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
10.30 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
12.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
15.00 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
01.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
Россия, 2017 г. В ролях: Ирина Старшенбаум, Александр Петров, Риналь Мухаметов, Олег Меньшиков, Евгений Сангаджиев
03.15 «СТОРОЖЕВАЯ ЗАСТАВА». (12+)
05.05 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМНАТЫ». (6+)
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
17.00, 17.40, 18.30, 19.20, 20.00, 21.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
Сериял. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
21.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
22.45 Суббота News 2023. (16+)
23.00 Моя жена рулит. (16+)
00.00 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
01.10, 02.30 «РАЗРУШЕНИЕ КВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
03.35 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ФЕНИКС ПЛЮС КИНО СТС LOVE СТС LOVE
00.55 «СНОВА ТЫ». (16+)
03.10 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
05.05 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
06.45 «ГДЕ МОЯ ТАЧКА, ЧУВАК?» (12+)
08.20 «ШАЛУН». (12+)
10.05 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ». (18+)
12.15 «ШПИОНЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
14.10 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (18+)
15.55 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
17.35 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА». (16+)
19.30 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
21.05 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)
22.40 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
07.05 Мультсериал. (6+)
08.00 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
09.20 «ЧАРОДЕИ». (12+)
12.05 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
13.40 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
15.00 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
16.25 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.50 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
21.30 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
23.20 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
01.15 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». (12+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)
13.00, 21.00 «ВЕТЕР В ЛИЦО». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
04.00, 05.00 «БОЙ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ». (16+)
В ролях: Николай Добрынин, Алексей Бардуков, Алексей Зубков, Кристина Бабушкина, Сергей Шевцов
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «Ералаш». (0+)
08.45 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
15.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)
В Советском Союзе не было его, готов или хипстеров. Хотя последние внешне очень похожи на комсомольцев тех лет. В середине восьмидесятых в стране начался настоящий бум новых молодежных движений. И Ваня на себе ощутил разницу между рокерами и люберами.
22.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)
01.15 «6 кадров». (16+)
04.05 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». 1 серия. (0+)
07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.05 В поисках Бога. (6+)
11.35, 00.20 Профессор Осипов. (0+)
12.10 Простые чудеса. (12+)
13.00 Двенадцать. (12+)
13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Русская смута. История болезни. (16+)
16.05, 17.50 «ПЛАМЯ». 1-2 серии. (12+)
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30, 02.40 Феодор Стратилат. Цикл: Святые воины. (6+)
22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
22.35 Служба спасения семьи. (16+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.50 В поисках святого города. Закат Херсонеса. 8 серия. (0+)
00.50 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
01.20 Рассказы мне о Боге. (6+)
01.50 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

20 июня
Седмица 3-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Сщмч. Феодота Анкирского.
Прав. Павла Таганрогского. Сщмч. Маркеллина, папы Римского, и мчч. Клавдия, Кирина и Антонина. Сщмч. Маркелла, папы Римского, мчч. Сисиния и Кириака диаконов, Смарагда, Ларгия, Апролиана, Сатурнина, Папия и Мавра воинов и Крискентиана, мцц. Прискиллы, Лукины и Артемии царевны. Мцц. Калерии (Валерии), Кириакии и Марии в Кесарии Палестинской. Собор святых Ивановской митрополии. Сщмч. Андроника, архиеп. Пермского. Сщмч. Александра, Александра, Валентина, Вениамина, Виктора, Александра, Владимира, Игнатия, Михаила, Николая, Павла, Николая, Николая пресвитеров и мч. Александра. Сщмч. Петра пресвитеров.
Петров пост.
« Заповедь о любви остается всегда обязательной ко всем разномыслящим без исключения, как бы далеко ни ушли они от Христовой истины». (Свт. Василий, еп. Кинешемский)

ПЕРВЫЙ



22.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



05.00 Утро России

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+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ОПЕРАЦИЯ «ПРЕСТОЛ»». (12+)
В Москву отправлена новая группа диверсантов под руководством инструктора диверсионной школы Валли Фёдора. Квартира, в которой живут Нечай и Ирина, и монастырь становятся местами, куда приходят заброшенные аввером агенты.
23.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «ОСТАТЬСЯ В ЖИВЫХ». (12+)


НТВ



22.15 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)

05.00 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+)
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.55 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ФЕНИКС». (16+)
Иван Колесников - хозяин кафе в небольшом городе. Иван со всеми ладит, в том числе и с местным полицейским майором Славой...
22.15 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
00.50 Основано на реальных событиях. (16+)
02.35 «МЕЧ». (16+)

СТС



07.30 Премьера! «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 Премьера! «Готовим с Бубой». (6+)
06.45 «Детектив Финник». (0+)
07.00 Премьера! «Простоквашино». (0+)
07.30 Премьера! «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
08.35 Фактор страха. Испытание тайгой. Секреты сезона. (16+)
09.40 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (12+)
11.20 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
17.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
20.00 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
22.20 «ТАНЦУЙ, ПОКА МОЛОДОЙ». (16+)
23.55 «СПЕНСЕР». (16+)
02.05 КликКлак шоу. (16+)
02.55 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
04.55 Сториз. (16+)

ТНТ



19.30 «ВИКА-УРАГАН». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
Таня узнает о своей беременности, собирается рассказать Саше, но замечает, что Саша, в подготовке ко второму ребенку, начал следить за своим здоровьем.
19.30 «ВИКА-УРАГАН». (16+)
Вика «похищает» своего инспектора по УДО и пытается наладить с ней отношения.
21.00 «МИР, ДРУЖБА, ЖВАЧКА». (16+)
Вася приходит к Вовке домой и требует вернуть пакет с «товаром». Санька впервые за все время навещает мать в СИЗО.
00.00 Кинопоказ. (16+)
01.35 «Импровизация». (16+)
03.47 «Студия «Союз». (16+)
04.15 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «ХИЩНИКИ». (16+)

05.00 18.00 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ХИЩНИКИ». (16+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
23.00 «Новости». (16+)
00.30 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.10 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.25 «Простоквашино». (12+)
05.40 Кондитер. (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.10 На ножах. (16+)
09.20 Секреты на кухне. (16+)
10.30 На ножах. (16+)
12.30 Адская кухня. (16+)
14.30 На ножах. (16+)
22.50 Секреты на кухне. (16+)
00.00 «НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
02.00 Пятница News. (16+)

Ю

05.30 «Маша и Медведь». (0+)
07.40 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
09.50 «КЛОН». (16+)
11.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.45 «Супермама». (16+)
17.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
Часто люди запускают свои болезни из-за банального страха: а что скажут доктора? Будут ругать, что так затянул... Врачи нашего проекта докажут, что бояться не стоит.
02.25 «Измены». (16+)

МИР

05.00 Мультфильмы. (6+)
05.30, 01.40 Наше кино. (12+)
05.55, 10.10 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15 Приговор! (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
22.25 «ШЕЛЕСТ». (16+)
00.25 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
03.10 «НОВАЯ МОСКВА» (0+)
04.25 Спаси Москву. (16+)
04.50 Панфиловцы. За нами Москва. (12+)

ПОБЕДА

04.20 «Путь к Победе» (16+)
05.20 «ВЫСОТА 89». (16+)
07.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
09.30 «ТАНКИСТ». (16+)
12.40 «БОЛЬШОЕ НЕБО». (12+)
История о непростой жизни и судьбе двух друзей-летчиков. Виктор Чертков - опытный пилот, любил приключения, но при этом - казанова и весельчак. Сергей Ющенко - молодой, интеллигентный, поддающийся надежды пилот, поступивший в отряд к Виктору. Вместе им предстоит пройти множество испытаний в небе и на земле...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «БУДУ ПОМНИТЬ!» (16+)
02.30 «ПЕРЕГОН». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
09.40 Друзья на все времена. «Волшебное колесо». (0+)
10.00, 14.00, 17.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
11.00 «Черепашки». (0+)
15.00 «Спина к спине». (0+)
15.30 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «В некотором царстве». (0+)
18.00 «Буба». (6+)
18.25 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.30 «Маша и Медведь», «Машинки страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
21.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
22.00 «Фиксики. Дай пять! Профиль». (0+)
22.30 «Бобор добр». (0+)
23.00 «Ник-изобретатель». (0+)
23.25 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Тима и Тома». (0+)
00.30 «Домики». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Сказка о золотом петушке». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.35 «Цветняшки!». (0+)
Развивающий сериал-мюзикл для малышей до 4 лет.
08.15 «Команда СТИМ!». (6+)
Приключения команды талантливых детей и их волшебного помощника - суперавтобуса Гордона.
09.20 «Ник-изобретатель». (0+)
10.45 «Смешарики». (0+)
13.10 «Инфинити Надо». (6+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
15.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
16.10 «Царевны». (0+)
18.00 «Край Бебис. Волшебные слэпки». (0+)
18.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.15 «Черепашки». (0+)
Семья черепашек - популярная в подводном мире музыкальная группа. Они гастролируют с концертами по морям и океанам, а все события, происходящие с героями, дарят им вдохновение для написания новых песен.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Турбозавры». (0+)
22.00 «Инфинити Надо». (6+)
22.30 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
23.40 «Снежная королева». (0+)
00.50 «Барбоскины». (0+)
03.25 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

00.00 Час истины. (12+)
01.00, 01.55, 02.50 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.45 Обыкновенная история. (6+)
04.00 Профилактика на канале с 04.00 до 10.00
10.00 Архивы истории. (12+)
10.10 Сальск. Карьер смерти. (12+)
10.50 Урарту. Забытое царство. (12+)
11.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
12.00 Муссолини. Последняя правда. (16+)
13.50 Не квартира - музей. (12+)
14.05 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
15.05 Великие живописцы. (12+)
16.00 Н. М. Карамзин. История государства Российского. (12+)
16.10, 16.30 Трудные вопросы истории России. (12+)
17.05 Историограф. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.55 Без срока давности. (12+)
18.45 Кольцо «А». (12+)
19.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
20.00, 20.25 Забытый полководец. (12+)
20.55 Народовластие: Крестьянская община. (12+)
21.25 Гвардии Камчатка. (12+)
22.15 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+)
22.55 Подземная Италия: Бергамо. (12+)

HISTORY

07.10 Бездна: Демократия без демократов 1929-1933. (16+)
08.05 Бездна: Расовое государство 1933-1934. (16+)
09.00, 09.55 Вена: империя, династия и мечта. (12+)
10.55 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
11.55 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)
12.50 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)
13.45 Исторические убийства: Берлинский нацист-потрошитель. (16+)
14.40, 15.35 Перл-Харбор. (16+)
16.35 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
18.05 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)
19.00 Древние конструкторы: Анатомия дома (12+)
20.00 Исторические убийства: Британская няня-убийца. (16+)
20.55 Исторические убийства: Плейбой-убийца из Рио. (16+)
21.45 22.35 Бездна. (16+)
23.30, 00.30 Вена: империя, династия и мечта. (12+)
01.25 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
02.15 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)
03.10, 04.00 Исторические убийства. (16+)
04.45 100 чудес света. (16+)

ЗДОРОВЕЕ ТВ

06.05 Образ жизни - диабет. (12+)
06.30 Аллергия: сбой матрицы. (12+)
06.55 Крутящий момент. (12+)
07.20 Индустрия красоты. (12+)
07.45 Сила еды. (6+)
08.10 Спортивный вопрос. (12+)
08.25, 16.20, 17.50, 00.25, 03.40, 05.55 Имеешь право. (12+)
08.40 Начи с себя. (12+)
09.05, 16.55, 01.05 Будьте здоровы. (12+)
09.30, 17.25, 01.30 Внешние данные. (12+)
10.00, 18.00, 01.55 Косметология 103. (12+)
10.25 Диета без иллюзий. (12+)
10.50, 13.25, 18.55, 21.35, 02.45 Спросите тренера. (12+)
11.15, 13.55, 19.25, 22.00, 03.15 Образ жизни - диабет. (12+)
11.40, 14.20, 19.50, 22.25, 03.50 Аллергия: сбой матрицы. (12+)
12.10, 20.15, 04.15 Крутящий момент. (12+)
12.35, 20.40 Начи с себя. (12+)
13.00, 18.30, 21.10, 02.20 Есть контроль. (12+)
14.45, 22.55 Пищевой диссонанс. (12+)
15.10, 23.20, 04.40 Индустрия красоты. (12+)
15.35, 23.45, 05.05 Сила еды. (6+)
16.00, 00.10, 05.40 Спортивный вопрос. (12+)
16.30, 00.40 Без таблеток! (16+)

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

РОССИЯ К
Культура



08.45 «В ПОИСКАХ
КАПИТАНА ГРАНТА»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 14.05 «Тайны Нила»
- 08.45 15.45 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.30 ХХ век
- 12.45 19.00 «Монолог в 4-х частях»
- 13.15 «Четыре солдатские медали»
- 15.00 Война Элины Быстрицкой
- 15.15 «Фотосферы»
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 Война Михаила Пуговкина
- 18.00 01.35 Мастера фортепианного искусства ХХ века
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Я тебя не забыл»
- 21.50 «ЧЕРЕЗ КЛАДБИЩЕ»
- 23.10 Война Алексея Смирнова

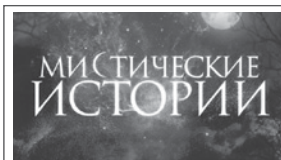
ТВЦ



11.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ»,
(16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «СОФИНКСЫ СЕВЕРНЫХ ВОРОТ». (12+)
- 10.20 «Владимир Гуляев. Такси на Дубровку». (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ЖЕРТВЫ ИСКУССТВА». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.15 «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е. Компромат». (16+)
- 01.25 «Актёрские драмы». (16+)
- 02.05 «Подслушай и хватай». (12+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории.
(16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.30 Гадалка. (16+)
- 18.15 «Слепая». (16+)
- 20.00 «БЛИЗНЕЦ». (16+)
- Молодая семья переезжает в сельскую глубинку, чтобы восстановить силы и позабыть о недавней трагедии. Однако вместо тишины и спокойствия, их ждёт настоящий кошмар. Их сын Элиот начинает как-то странно себя вести. Он говорит, что по ночам ему является некое потустороннее существо.
- 22.15 «ФАНТОМ». (16+)
- 00.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 01.15 «ЭЙНШТЕЙН». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



11.15 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.05 Давай разведёмся! (16+)
- 09.05 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 «Понять. Простить». (16+)
- 12.30 00.30 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ПРИДУМАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.35 «Верну любимого». (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 04.05 Давай разведёмся! (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)

05.25 «СНАЙПЕРЫ». (16+)

09.00 «Известия». (16+)

09.30 «АЛЕША». (16+)

13.00 «Известия». (16+)

13.30 «АЛЕША». (16+)

13.50 «УСЛОВНЫЙ

МЕНТ-4». (16+)

17.30 «Известия». (16+)

18.00 «СЛЕД». (16+)

22.20 «СВОИ-2». (16+)

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

00.30 «СЛЕД». (16+)

03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

05.30 12.35 13.25 15.05

04.15 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 01.10 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)

17.15 18.00 «Освобождая Родину». (16+)

20.10 «Секретные материалы». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «БЕССМЕРТНЫЙ ГАРНИЗОН». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)

12.00 «Такие разные». (12+)

13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)

14.00 16.00 19.30 21.30 02.00

«Губернские новости». (12+)

14.30 «Открываем Воронеж». (12+)

14.45 «В тени чемпионов». (12+)

17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)

18.00 01.00 03.30 04.00 04.30

«Документальное кино». (12+)

18.30 00.30 «Педагог и наставник». (12+)

19.00 21.00 01.30 «Новости дайджест». (12+)

19.10 21.10 01.40 «Вечер вместе». (12+)

20.00 22.00 «Формула здоровья». (12+)

20.30 «Территория успеха». (12+)

22.30 02.30 «Заметные люди». (12+)

23.00 «ПОДМЕНА». (16+)

Алина изучает вирус «Конго-29», чтобы создать вакцину. Ей удается первой вывести формулу, но в тот же день она попадает в аварию...

СПОРТ

- 06.00 23.35 «Легендарные клубы». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.40 14.55 17.55 22.30 Новости
- 07.05 15.00 20.20 22.35 Все на Матч!
- 10.05 12.20 00.35 03.10 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Футбол на все времена». (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.45 15.45 Футбол. МКС-2023
- 18.00 «Король ринга. Николай Королёв». (12+)
- 19.10 Профессиональный бокс. (16+)
- 21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
- 00.55 Футбол. «Сан-Паулу» - «Атлетико Паранаэнсе». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция
- 03.05 Новости. (0+)
- 03.25 Футбол. «Флуминенсе» - «Атлетико Минеирро». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Любить Билла». (12+)
- 08.55 09.15 15.05 16.00 21.20 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 05.35 География спорта. (12+)
- 10.05 11.00 пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 11.55 Что по спорту? (12+)
- 12.20 Автоспорт. G-Drive. (0+)
- 13.05 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)
- 15.25 21.40 «Вид сверху». (12+)
- 16.20 02.10 Бильярд. «Кубок Чемпионов». (0+)
- 17.50 19.00 20.10 Пляжный футбол. Чемпионат России. (0+)
- 22.10 00.20 Футбол. МКС-2023. (0+)
- 00.00 «Небесная грация»
- 03.40 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 23.00 Про-новости. (16+)
- 07.00 20.00 Лайкер. (16+)
- 08.15 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 10.00 Это было красиво. (16+)
- 10.35 Лига клипов. (16+)
- 11.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Топ-15 Like FM. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.20 23.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 WEB чарт. (16+)
- 22.00 «Табор уходит к звёздам». (16+)
- 00.30 Ловец слов. (16+)
- 01.30 Наше. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

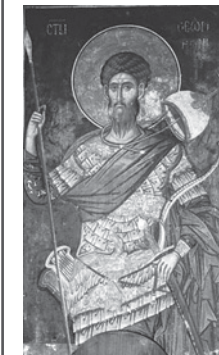
- 05.40 «ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙ». (16+)
- 07.35 «МАРИЯ-АНТУАНЕТТА». (16+)
- 09.50 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!». (16+)
- 11.55 «ПРИСЛУГА». (16+)
- 14.35 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+)
- 18.40 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 20.30 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 22.05 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 23.40 «ФОРРЕСТ ГАМП». (16+)
- 02.10 «БОЛЬШОЙ». (12+)
- 03.50 «ВСПЛЕСК». (12+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- 09.10 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 11.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
- 13.15 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- 15.05, 00.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 16.35 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (12+)
- 19.00 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (12+)
- 21.00 «ТАНКИ». (12+)
- 22.35 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (12+)
- 01.30 «ПАССАЖИРКА». (16+)
- 03.00 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
- 06.20 «Три богатыря и Морская Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.40 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 10.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 15.05 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 01.20 «АРИТМИЯ». (18+) Россия, 2017 г. В ролях: Александр Яценко, Ирина Горбачева, Николай Шрайбер, Сергей Наседкин
- 03.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.45 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 15.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)
- 22.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКАН». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2013-2015 гг. Егор делает предложение Марине. Карен хочет, чтобы у его жены родился мальчик и делает для этого много добрых дел... Егор знакомит Маринэ со своими родителями, а позже и родители Маринэ знакомятся с родителями Егора...
- 01.10 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». 2 серия. (0+)
- 06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.35 Профессор Осипов. (0+)
- 12.10 Простые чудеса. (12+)
- 13.00 Двенадцать. (12+)
- 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Феодор Стратилат. Цикл: Святые воины. (6+)
- 15.30 Цикл: Люди Донбасса. Анна Илясова. Позывной «Белка». (12+)
- 15.50 «ПЛАМЯ». 2 серия. (12+)
- 17.30 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.40 Преподобный Кирилл Белозерский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.35 Русский мир. (12+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Георгий Победоносец. Цикл: Святые воины. (6+)
- 00.20, 01.30 Обыкновенный фашизм. 1-2 серии. (16+)
- 02.30 Цикл: Люди Донбасса. Иностранцы. (12+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

21 июня
Седмица 3-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Вмч. Феодора Стратилата.



Прп. Ефрема, патриарха Антиохийского. Прп. Зосимы Финикийского. Свт. Феодора, еп. Студальского. Обретение мощей страстотерпцев благоверных князей Василия и Константина Ярославских. Ярославской и Урюпинской икон Божией Матери.

Петров пост.

« Мы чтим любовь. Ибо, по изречению Святого Духа, Бог наш есть любовь, и наименование это благоуднее Богу всякого другого имени». Свт. Григорий Богослов

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.05
«Семинар»

- 06.35 «АКТРИСА»
- 07.50 Эпизоды
- 08.50 15.50 «ЗАВТРАК НА ТРАВЕ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.30 XX век
- 12.15 02.45 Цвет времени
- 12.45 19.00 «Монолог в 4-х частях»
- 13.15 «Я тебя не забыл»
- 14.05 00.30 «Тайны Нила»
- 15.00 «Война Алексея Смирнова»
- 15.15 «Фотосферы»
- 17.15 Моя любовь - Россия!
- 17.45 Война Иннокентия Смоктуновского
- 18.00 01.25 Мастера фортепианного искусства XX века
- 18.45 Война Леонида Гайдая
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Последний свидетель»
- 21.50 «ПОМНИ ИМЯ СВОЕ»
- 02.05 «Алексей Абрикосов»

ТВЦ



11.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ», (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «СФИНКСЫ СЕВЕРНЫХ ВОРОТ», (12+)
- 10.20 «Алексей Смирнов. Клоун с разбитым сердцем», (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ», (16+)
- 13.40 «Мой герой», (12+)
- 14.45 Город новостей
- 15.00 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ЖЕРТВЫ ИСКУССТВА», (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.15 «ЗЕМНОЕ ПРИТЯЖЕНИЕ», (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Следствие ведет КГБ. Уравнение с тремя неизвестными», (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38», (16+)
- 00.45 «Обжалованию не подлежит. Душегубы», (16+)
- 01.25 «Владимир Ленин. Прыжок в революцию», (16+)

ТВ-3



13.30 Охотники за привидениями. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.30 Гадалка. (16+)
- 18.15 «Слепая». (16+)
- 20.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ», (16+)
- Англия, 18 век. Неведомая из-за океана после колониальной экспансии Британии, скосила население. Вирус, превращая людей в ходячих мертвецов, едва не сделал из туманного Альбиона одно большое кладбище. «ФАНТОМ», (16+)
- 22.00 «ПОЛНОЛУНИЕ», (16+)
- 00.00 «ЭЙНШТЕЙН», (16+)

ДОМАШНИЙ



12.30 «Порча», (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.00 Давай разведёмся! (16+)
- 09.00 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 «Понять. Простить». (16+)
- 12.30 00.30 «Порча», (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого», (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ХОЧУ ТЕБЕ ВЕРИТЬ», (16+)
- 19.00 «ИДЕАЛЬНЫЙ ВЫБОР», (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.35 «Верну любимого», (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 04.05 Давай разведёмся! (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «СНАЙПЕРЫ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
- 13.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром», (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ», (12+)
- 13.50 15.05 17.15 04.40 «ЖДИ МЕНЯ», (16+)
- 18.00 «Часовые памяти. Ставрополь». (16+)
- 18.50 19.55 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «Обыкновенный фашизм». (16+)
- 01.25 «НА ПУТИ В БЕРЛИН», (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГОРНОЕ

- 05.00 07.00 «Утро вместе», (12+)
- 11.00 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА», (16+)
- 12.00 16.30 04.00 «Здоровая среда», (12+)
- 13.00 13.30 18.00 01.30 «Документальное кино», (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости», (12+)
- 14.30 «Диалоги с прошлым», (12+)
- 17.30 «Открытая наука», (12+)
- 18.30 00.15 «Служу Отечеству», (12+)
- 18.45 22.30 «Актуальное интервью», (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест», (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе», (12+)
- 20.00 22.00 01.00 «Арт-Проспект», (12+)
- 20.30 00.30 03.00 «Мастерская спорта», (12+)
- 22.45 «В тени чемпионов», (12+)
- 23.00 «ВАЛЬКИНЫ ПАРУСА», (12+)
- О мальчишке, который мечтал о море и воплотил свои мечты в рисунках.
- 03.30 «Заметные люди», (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.25 23.35 «Легендарные клубы», (12+)
- 06.30 Матч! Парад. (16+)
- 07.00 10.00 12.55 14.55 17.20 22.30 Новости
- 07.05 15.30 20.20 22.35 Все на Матч!
- 10.05 12.35 00.35 03.10 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Футбол на все времена», (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 «Вид сверху», (12+)
- 16.20 Автоспорт. Чемпионат России по дрэг-рейсингу. (0+)
- 16.50 Автоспорт. G-Drive Российской серия кольцевых гонок. (0+)
- 17.25 «Кулачные бои», (16+)
- 19.10 Бокс. Vase Knuckle FC. Лучшее. (16+)
- 21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов»
- 00.55 Футбол. «Гремио» - «Америка Минейро». Чемпионат Бразилии
- 03.05 Новости. (0+)
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Сердца чемпионов», (6+)
- 08.20 «Омьсон. История одной жизни», (12+)
- 08.45 16.00 21.20 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 05.35 «Вид сверху», (12+)
- 10.05 Футбол. МКС-2023. (0+)
- 11.55 23.55 География спорта. (12+)
- 12.20 21.40 Автоспорт. G-Drive. (0+)
- 15.00 Автоспорт. Российская Дрифт серия «Европа». (0+)
- 16.20 02.10 Бильярд. «Кубок Чемпионов», (0+)
- 17.50 19.00 20.10 пляжный футбол. Чемпионат России. (0+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.20 Смешанные единоборства. (16+)
- 03.40 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ», (16+)
- 07.00 «ЛИЦА В ТОЛПЕ», (16+)
- 08.55 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ», (16+)
- 10.30 «БОЛЬШОЙ», (12+)
- 12.25 «ФОРРЕСТ ГАМП», (16+)
- 15.00 «ВСПЛЕСК», (12+)
- 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ», (16+)
- 18.40 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ», (12+)
- 20.35 «КЛЯТВА», (16+)
- 20.35 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ», (12+)
- 22.30 «СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ», (16+)
- 00.15 «Смурфики: Затерянная деревня», Мультфильм. (6+)
- 01.45 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!», (16+)
- 03.40 «ЕЩЕ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН», (16+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 07.55, 08.45, 09.45, 10.40, 11.35, 12.30, 13.25, 14.20, 15.15, 16.10, 17.05, 18.00 «АПОСТОЛ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008 г.
- 19.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ», (12+)
- 21.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ», (16+)
- 22.40 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ», (12+)
- Россия, 2020 г.
- 00.55 «АДМИРАЛЬТ», (16+)
- 02.50 «ТАНКИ», (12+)
- 04.15 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА», (12+)
- 05.00 «Большое путешествие. Специальная доставка». Мультфильм. (6+)
- 06.30 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 07.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 09.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 10.35 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ», (16+)
- 15.10 «СВАТЫ», (16+)
- 22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ», (16+)
- 01.40 «НА МОРЕ!» (16+)
- 03.20 «ХОРОШИЙ МАЛЫШ», (12+)
- 04.50 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ», (6+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00, 17.50, 18.30, 19.20, 20.00, 20.50, 21.40, 22.30, 23.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ», (16+)
- 00.00 Суббота News 2023. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- Кулинарный квест, в котором участники угадывают и воссоздают блюдо по оставленным на кухне «уликаам».
- 01.10, 02.10 Пацанки. (16+)
- 02.50 «Буба-2», «Буба-4». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Ералаш». (0+)
- 08.50 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА», (16+)
- Сериал. Комедия. В ролях: Дмитрий Нагиев, Максим Студеновский
- Владик просит дедушку прийти на школьный концерт, чтобы показать свои «эстрадные таланты»... Витя пытается показать отцу, как тяжело ему было расти в неполной семье...
- 15.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ», (12+)
- 22.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН», (12+)
- 01.10 «б кадров», (16+)
- 04.05 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 06.25 «РОДНЯ», (12+)
- 08.05 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ», (12+)
- 09.55 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ», (12+)
- 16.50 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ», (12+)
- 18.40 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ», (12+)
- 21.30 «ПЕРВЫЙ ОСКАР», (12+)
- Начало войны. Войска противника окружают Москву. ВГИК готовится к эвакуации, но студенты не торопятся покидать столицу...
- 23.35 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА», (12+)
- 01.15 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА», (12+)
- 02.35 «ВИЙ», (12+)
- 03.45 «БОЙ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ», (12+)
- 01.15 «БЕЗ ТОРМОЗОВ», (16+)
- 02.55 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА», (16+)
- 04.45 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ», (16+)
- 06.35 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ», (16+)
- 08.15 «БЕЛЫЕ ЦЫПЧОЧКИ», (12+)
- 10.15 «ШАЛУН», (12+)
- 12.00 «ШПИОНЫ ПО СОСЕДСТВУ», (16+)
- 13.55 «БЕНДЕР: НАЧАЛО», (16+)
- 15.45 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ», (16+)
- 17.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА», (12+)
- 19.30 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО», (12+)
- 21.25 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА», (12+)
- 23.25 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ», (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 1 серия. (0+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Преподобный Кирилл Белозерский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 11.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.40 Профессор Осипов. (0+)
- 12.10, 13.35 Обыкновенный фашизм. 1-2 серия. (16+)
- 14.50 «ИВАНОВО ДЕТСТВО», (12+)
- 16.50 «ПОП», (16+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 От Илии Муромца до Паисия Святогорца: воины-преподобные. Цикл: Святые воины. (6+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.35 Святыни России. (6+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Илья Муромец. Цикл: День Ангела. (0+)
- 00.20 В поисках Бога. (6+)
- 00.50 Русская смута. История болезни. (16+)
- 01.45 Прямая линия жизни. (16+)
- 02.40 От Илии Муромца до Паисия Святогорца: воины-преподобные. Цикл: Святые воины. (6+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

22 июня
Седмица 3-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Свт. Кирилла,
архиеп. Александрийского.



Прав. Алексия Московского. Прп. Кирилла, игумена Белозерского. Мцц. Феклы, Марфы и Марии Персидских. Прп. Александра, игумена Куштского. Обретение мощей прп. Рафаила исп.

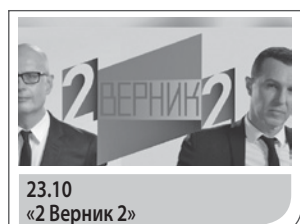
Петров пост.
Разрешается рыба.

«Верь в Христа значит верить в любовь», чрез Него получившую свое высшее оправдание, признавать именно любовь за высший закон жизни и руководиться ею». Еп. Антоний (Храповицкий)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 Pro-новости. (16+)
- 07.00 08.00 09.00 16.00 20.30 01.30 Лайкер. (16+)
- 07.35 Teen чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 Битва фанклубов. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 12.15 Общероссийская минута молчания
- 12.16 00.30 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 WEB чарт. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 18.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 22.00 «Брутальности: эволюция мужской музыки».
- 23.00 Pro-новости. (16+)
- 23.20 Рок-н-стоп. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



23.10 «2 Верник 2»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 14.10 «Тайны Нила»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.50 15.50 «ЗАВТРАК НА ТРАВЕ»
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.45 Больше, чем любовь
- 12.45 Монолог в 4-х частях
- 13.15 Последний свидетель
- 15.05 Война Зиновия Гердта
- 15.20 «Роман в камне»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.45 Война Владимира Заманского
- 18.00 «Царская ложа»
- 18.45 К 95-летию со дня рождения Алексея Абрикосова
- 19.45 Линия жизни
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Братья Газдановы»
- 21.50 «ЗИМОРОДОК»
- 23.10 «2 Верник 2»
- 00.05 «ЛЮБОВЬ ПОД ВЯЗАМИ»

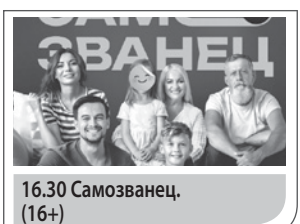
ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Петровка, 38». (16+)
- 08.35 «ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ». (12+)
- 12.40 «НЕ ПРИХОДИ КО МНЕ ВО СНЕ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «НЕ ПРИХОДИ КО МНЕ ВО СНЕ». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Гениальные негодяи». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)
- 20.00 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.00 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (0+)
- 02.15 «Петровка, 38». (16+)
- 02.30 «СЕРЬГА АРТЕМИДЫ». (12+)

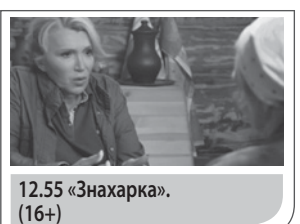
ТВ-3



16.30 Самозванец. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.30 Самозванец. (16+)
- 17.45 «Слепая». (16+)
- 20.00 «ВОЛКИ». (16+)
- 21.45 «ВОРОНЯ ЛОЩИНА». (16+)
- 19-й век. Молодой Эдгар с четырьмя сокурсниками отправляется в путешествие. Друзья случайно оказываются в странном городке Воронья лощина.
- 00.00 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+)
- 02.00 «ПИРАНЬИ ЗДД». (18+)
- 03.15 «ЭЙНШТЕЙН». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.55 Давай разведёмся! (16+)
- 08.55 Тест на отцовство. (16+)
- 11.10 «Понять. Простить». (16+)
- 12.25 00.30 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ПРИДУМАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 19.00 «ЦЕНА ОШИБКИ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.35 «Верну любимого». (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 04.05 Давай разведёмся! (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.45 «СВОИ-2». (16+)
- 04.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 06.35 09.20 «ЖДИ МЕНЯ». (16+)
- 09.55 «СТРЕЛЫ РОБИНА ГУДА». (12+)
- 11.40 13.25 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (16+)
- 13.55 15.05 «РЫСЬ». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 16.20 17.15 19.45 «УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.10 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
- 12.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 17.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 13.00 16.30 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.30 03.00 «В тени чемпион». (12+)
- 15.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 18.00 02.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.15 «Педагог и наставник». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (16+)
- 03.15 «Параллельные миры». (16+)

СПОРТ

- | МАТЧ! | МАТЧ! ТВ | МАТЧ! СТРАНА | МАТЧ! СТРАНА |
|---|---|--|---|
| 06.00 14.25 23.55 «Легендарные клубы». (12+) | 06.00 00.20 Регби. Чемпионат России. (0+) | 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости | 07.55 С чего начинается футбол. (12+) |
| 06.30 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. (0+) | 07.00 10.00 12.55 14.55 Новости | 08.20 «Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+) | 09.10 12.10 16.00 21.20 05.45 Спецрепортаж. (12+) |
| 07.00 10.00 12.55 14.55 Новости | 07.05 15.00 23.00 Все на Матч! | 09.30 23.55 Здоровый образ. (12+) | 10.05 13.05 Футбол. МКС-2023. (0+) |
| 10.05 «Небесная грация» (0+) | 10.25 «Футбол на все времена». (12+) | 11.55 «Лига легенд. Последняя первая пятёрка». (6+) | 12.30 20.50 Страна смотрит спорт. (12+) |
| 11.25 Смешанные единоборства. (16+) | 12.35 Лица страны. (12+) | 15.00 Автоспорт. G-Drive. (0+) | 16.20 02.10 Бильярд. «Кубок Чемпионов». (0+) |
| 13.00 «Есть тема!» | 13.00 Смешанные единоборства. URAL FC. (16+) | 17.50 Профессиональный бокс. (16+) | 19.55 «Магия большого спорта». (12+) |
| 15.30 Смешанные единоборства. URAL FC. (16+) | 21.30 Бильярд. «VetBoom Кубок Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы | 20.20 Автоспорт. Чемпионат России по дрег-рейсингу. (0+) | 21.40 «Любить Билла». (12+) |
| 00.55 Баскетбол. Чемпионат Европы. Женщины. 1/4 финала. (0+) | 02.50 Новости. (0+) | 22.45 «Есть тема!» (16+) | |
| 02.50 Футбол. Команда Роналдиньо - команда Роберто Карлоса. Матч легенд | | | |

МУЗЫКА

- | МУЗ | МУЗ-ТВ |
|--|---|
| 05.00 02.00 Муз'итив. (16+) | 13.30 Очень караочен. (16+) |
| 06.40 08.40 15.00 18.00 Пронности. (16+) | 14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+) |
| 07.00 Teen чарт. (16+) | 15.20 В десятку! (16+) |
| 07.25 Лайкер. (16+) | 16.00 Новое радио чарт. (16+) |
| 09.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+) | 17.00 Плейлист I Под шашлычок. (16+) |
| 11.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+) | 18.20 Плейлист. Лето. (16+) |
| 12.00 Top-15 Like FM. (16+) | 19.00 VK Fest-2022. Лучшие выступления. (16+) |
| 13.00 Лига свежих клипов. (16+) | 22.00 00.35 Танцпол. (16+) |
| | 23.30 DFM - Dance chart. (16+) |
| | 03.00 Караокинг. (16+) |

КИНО И СЕРИАЛЫ

- | VIJU TV1000 | VIJU TV1000 РУССКОЕ | ДОМ КИНО | ДОМ КИНО | СУББОТА! | СУББОТА! |
|--|--|--|--|---|--|
| 05.30 «СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ». (16+) | 05.35 «Смешарики». «Чуч-Мяуч». «Бодо Бородо». Мультсериалы. (6+) | 06.10 «Три богатыря и Шаманская царица». Мультфильм. (12+) | 06.10 «Три богатыря и Шаманская царица». Мультфильм. (12+) | 05.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Машины страшилки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+) | 17.30 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (12+) |
| 07.15 «КЛЯТВА». (16+) | 07.10 «ПАССАЖИРКА». (16+) | 07.40 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+) | 07.40 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+) | 05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 2 серия. (0+) | 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+) |
| 09.05 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+) | 09.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (12+) | 09.05 «Три богатыря и Морская Царь». Мультфильм. (6+) | 09.05 «Три богатыря и Морская Царь». Мультфильм. (6+) | 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+) | 21.30 Феодор Ушаков. Цикл: Святые войны. (6+) |
| 11.00 «КАСПЕР». (12+) | 11.20 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+) | 10.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+) | 10.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+) | 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+) | 22.00 Феодор Стратилат. Цикл: Святые войны. (6+) |
| 12.50 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!». (16+) | 12.55 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (12+) | 12.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+) | 12.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+) | 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+) | 22.35, 23.05 Цикл: Святые войны. (6+) |
| 14.55 «ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН». (16+) | 14.55 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (12+) | 15.15 «СВАТЫ». (16+) | 15.15 «СВАТЫ». (16+) | 10.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+) | 23.40 День Патриарха. (0+) |
| 17.00, 17.50 «ЛЮБОВЬ, РАЗУМ, МЕСТЬ». (16+) | 17.05 «ПАПЫ». (6+) | 15.30 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+) | 15.30 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+) | 11.05 В поисках Бога. (6+) | 23.55 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+) |
| 18.45 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+) | 19.00 «ГУДБАЙ, АМЕРИКА». (12+) | 16.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) | 16.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) | 11.35 Профессор Осипов. (0+) | 00.35 Спас-стрим. (0+) |
| 20.35 «ВСЁ МОГУ». (16+) | 20.50 «ПЯТНИЦА». (16+) | 17.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+) | 17.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+) | 12.10 Простые чудеса. (12+) | 01.40 Простые чудеса. (12+) |
| 22.05 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+) | 22.25 «МИФЫ». (16+) | 08.45 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+) | 08.45 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+) | 13.00 Двенадцать. (12+) | 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+) |
| 00.15 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+) | 00.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+) | 11.05 «Ты - мне, я - тебе». (12+) | 11.05 «Ты - мне, я - тебе». (12+) | 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+) | 15.00 Илья Муромец. Цикл: День Ангела. (0+) |
| 01.50 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+) | 01.50 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+) | 12.40 «АФОНЯ». (16+) | 12.40 «АФОНЯ». (16+) | 15.00 Илья Муромец. Цикл: День Ангела. (0+) | 15.30 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (12+) |
| 03.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+) | 03.45 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+) | 14.20 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+) | 14.20 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+) | 00.00 Кулинарные детективы (субтитры). (16+) | 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+) |
| | 05.05 Мультфильм. (6+) | 17.00 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) | 17.00 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) | 01.00, 02.00 Пацанки. (16+) | |
| | 06.15 Мультфильм. (6+) | 18.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯ». (16+) | 18.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯ». (16+) | 02.40 «Буба-4». Мультсериал. (0+) | |
| | 06.35 Мультфильмы. (0+) | 21.00 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+) | 21.00 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+) | 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) | |
| | 07.15 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+) | 22.45 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+) | 22.45 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+) | | |
| | 08.45 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+) | 00.20 «СТАЛКЕР». (12+) | 00.20 «СТАЛКЕР». (12+) | | |
| | 11.05 «Ты - мне, я - тебе». (12+) | 03.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА. (16+) | 03.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА. (16+) | | |
| | 12.40 «АФОНЯ». (16+) | | | | |
| | 14.20 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+) | | | | |
| | 17.00 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) | | | | |
| | 18.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯ». (16+) | | | | |
| | 21.00 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+) | | | | |
| | 22.45 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+) | | | | |
| | 00.20 «СТАЛКЕР». (12+) | | | | |
| | 03.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА. (16+) | | | | |

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- | СПАС | СПАС |
|--|--|
| 05.00 День Патриарха. (0+) | 17.30 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (12+) |
| 05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 2 серия. (0+) | 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+) |
| 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+) | 21.30 Феодор Ушаков. Цикл: Святые войны. (6+) |
| 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+) | 22.00 Феодор Стратилат. Цикл: Святые войны. (6+) |
| 10.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+) | 22.35, 23.05 Цикл: Святые войны. (6+) |
| 11.05 В поисках Бога. (6+) | 23.40 День Патриарха. (0+) |
| 11.35 Профессор Осипов. (0+) | 23.55 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+) |
| 12.10 Простые чудеса. (12+) | 00.35 Спас-стрим. (0+) |
| 13.00 Двенадцать. (12+) | 01.40 Простые чудеса. (12+) |
| 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+) | 13.00 Двенадцать. (12+) |
| 15.00 Илья Муромец. Цикл: День Ангела. (0+) | 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+) |
| 15.30 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (12+) | 15.00 Илья Муромец. Цикл: День Ангела. (0+) |
| | 15.30 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (12+) |

Православный календарь

23 июня
Седмица 3-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Обретение мощей свт. Василия, еп. Рязанского.



Сщмч. Тимофея, еп. Прусского. Собор Рязанских святых. Свт. Иоанна, митр. Тобольского. Собор Сибирских святых. Сщмч. Митрофана пресвитера и иже с ним мучеников многих. Прп. Фамири Марджановой, исп. (Груз.). Мчч. Александра и Антонины девы. Прп. Феодана Антиохийского. Свт. Вассиана, еп. Лавдийского. Прп. Силуана, схимника Печерского. Сщмч. Тимофея пресвитера.

Петров пост.
« Будем крепко хранить веру свяую: ибо видите, сколько уклонений бывает от нее и сколько должны мы благодарить Бога, что не попали в какое-либо заблуждение, но получили и держим веру православную. Прп. Иоанн Кронштадтский

7 ПЕРВЫЙ



11.05 «МКС-селфи». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Поехали!» (12+)
- 11.05 «МКС-селфи». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Поединки. «Незаконная жизнь полковника Рыбкиной». (16+)
- 14.05 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 17.10 «Абракадабра!» (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Абракадабра!» (16+)
- 19.55 Премьера. «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.20 «ЭВИТА». (12+)
- 01.50 Подкаст.Лаб. (16+)

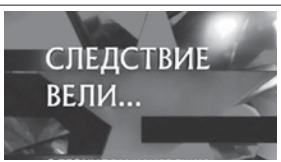
РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.00 «Формула еды». (12+)

- 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 «Чужая». (12+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ МАРГАРИТЫ». (12+)
- Мargarita живёт двойной жизнью. В одной жизни она скромный преподаватель литературы в школе, прекрасная жена и мама...
- 00.40 «Алые паруса-2023». Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 01.05 «ДЕРЕВЕНЩИНА». (12+)
- 04.25 «ОАЗИС ЛЮБВИ». (16+)

НТВ



16.20 «Следствие вели...» (16+)

- 04.55 «Жди меня». (12+)
- 05.40 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 07.25 «Смотр». (0+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос»
- 13.00 «Модный vs Народный». (12+)
- 14.20 «Своя игра». (0+)
- 15.20 «Игры разумов». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «Секрет на миллион». (16+)
- 22.25 «Квартирник у Лохта центра». (16+)
- 00.20 «Международная пилорама». (18+)
- 01.05 «Дачный ответ». (0+)
- 02.05 «МЕЧ». (16+)

СТС СТС



17.15 «Пламенное сердце». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
- 07.40 11.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Премьера! Взрослым не понять. (12+)
- 12.00 «От винта». (12+)
- 13.50 Премьера! «От винта-2». (12+)
- 15.35 «Чинк. Хвостатый детектив». (6+)
- 17.15 «Пламенное сердце». (6+)
- 19.05 Премьера! «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)
- 21.00 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)
- 23.15 «ПОСЛЕДНЯЯ ДУЭЛЬ». (18+)
- 02.05 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 05.00 Сториз. (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ ТНТ



21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
- 07.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- В новом шоу ТНТ «Экстрасенсы. Битва сильнейших» за право стать лучшим сразятся самые яркие участники легендарной «Битвы экстрасенсов». Самые сильные победители и финалисты «Битвы» приняли вызов продюсеров и согласились еще раз доказать свои способности.
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «Такое кино!» (16+)
- Регулярная программа про кино на телеканале ТНТ. Ведущие с юмором рассказывают о самых многообещающих, ярких и запоминающихся событиях недели.
- 00.30 «ВОЙНА ПЛОВ». (16+)
- 02.05 «Импровизация. Команды». (16+)

РЕН



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

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «КРЕЙСЕР». (16+)
- 21.25 «МИДУЭЙ». (16+)
- 00.05 «ПРИЗРАКИ ВОЙНЫ». (18+)
- 02.00 «ОВЕРЛОРД». (18+)
- 03.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | ПЯТНИЦА | ЧЕ! | ЧЕ | ОТР | ОТР |
|--|--|---|--|--|
| <p>05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)</p> <p>05.40 Пятница News. (16+)</p> <p>06.05 «Тайны Медовой долины». (12+)</p> <p>06.45 «Простоквашино». (12+)</p> <p>07.50 Черный список. (16+)</p> <p>09.00 Четыре дачи. (16+)</p> <p>10.50 Четыре свадьбы. (16+)</p> <p>12.40 Четыре жены. (16+)</p> <p>15.00 Четыре свадьбы. (16+)</p> <p>22.30 Новые Пацанки. (16+)</p> <p>02.00 Адская кухня. (16+)</p> <p>03.30 Пятница News. (16+)</p> <p>03.50 Черный список. (16+)</p> <p>04.30 Пятница News. (16+)</p> | <p>06.00 07.40 08.40 Утилизатор. (16+)</p> <p>06.40 08.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>09.30 «СОЛДАТЫ-10». (12+)</p> <p>13.30 «СОЛДАТЫ-11». (12+)</p> <p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 00.30 «+100500». (18+)</p> <p>23.30 Клуб обаятельных животных. (16+)</p> <p>03.00 Супершеф. (16+)</p> <p>Успешный ресторатор Арам Минацканов спасает рестораны России от банкротства. Его задача - за 24 часа превратить убыточное заведение в процветающее.</p> <p>04.40 Утилизатор. (16+)</p> | <p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 Отражение</p> <p>12.40 «ВОСПИТАНИЕ ЖЕСТОКОСТИ У ЖЕНЩИН И СОБАК». (12+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>17.30 «Точка.ру». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>18.25 Великие полководцы на Красной площади. (12+)</p> <p>18.36 «Парад Победы 1945 года». (12+)</p> <p>20.25 «ПИСЬМА К ЭЛЬЗЕ». (12+)</p> <p>22.18 «МУСУЛЬМАНИН». (16+)</p> <p>00.05 «СЛУЧАЙНЫЙ ВАЛЬС». (18+)</p> | <p>06.20 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)</p> <p>15.50 «ПАЛАЧ». (16+)</p> <p>Во время празднования Дня Победы на окраине Москвы убит Петя Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело,стораживает нетипичная жестокость преступления... Вскоре последовало ещё несколько убийств. Майор узнаёт, что Петя готовил статью о героическом прошлом своей тети...</p> <p>01.00 «НЕСКОРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>02.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)</p> <p>04.10 «ВЫСОТА 89». (16+)</p> | <p>06.00 «Смешарики». (0+)</p> <p>06.30, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>07.00 «Время малышей». (0+)</p> <p>08.00, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.00 «Черепашки. На роликах». (0+)</p> <p>09.50 «Геройчики». (0+)</p> <p>12.00 «Геройчики. Другая Глория». (0+)</p> <p>12.10 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Как поют ветровочки». (0+)</p> <p>12.45 Друзья на все времена. «Аленький цветочек». (0+)</p> <p>14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)</p> <p>18.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)</p> <p>19.00 МУЛЬТпреьера! «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Как поют ветровочки», «Геройчики. Другая Глория», «Фиксики. Дай пять! Открытие», «Белка и Стрелка. Тайны космоса. Космический туризм», «Ник-изобретатель. Сила ролика». (0+)</p> <p>20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>20.25 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)</p> <p>20.55 «Машины сказки». (0+)</p> <p>21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)</p> <p>21.30 «Ник-изобретатель. Сила трения». (0+)</p> <p>02.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)</p> <p>02.20 МУЛЬТпреьера! (0+)</p> <p>03.25 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)</p> |

ДЕТСКИЕ

- | МУЛЬТ | МУЛЬТ | КАРУСЕЛЬ | КАРУСЕЛЬ |
|--|--|----------|----------|
| <p>06.00 «Смешарики». (0+)</p> <p>06.30, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>07.00 «Время малышей». (0+)</p> <p>08.00, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.00 «Черепашки. На роликах». (0+)</p> <p>09.50 «Геройчики». (0+)</p> <p>12.00 «Геройчики. Другая Глория». (0+)</p> <p>12.10 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Как поют ветровочки». (0+)</p> <p>12.45 Друзья на все времена. «Аленький цветочек». (0+)</p> <p>14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)</p> <p>18.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)</p> <p>19.00 МУЛЬТпреьера! «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Как поют ветровочки», «Геройчики. Другая Глория», «Фиксики. Дай пять! Открытие», «Белка и Стрелка. Тайны космоса. Космический туризм», «Ник-изобретатель. Сила ролика». (0+)</p> <p>20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>20.25 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)</p> <p>20.55 «Машины сказки». (0+)</p> <p>21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)</p> <p>21.30 «Ник-изобретатель. Сила трения». (0+)</p> <p>02.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)</p> <p>02.20 МУЛЬТпреьера! (0+)</p> <p>03.25 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)</p> | <p>05.00 Ранние пташки. «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.35 «Грузовичок Лёва». (0+)</p> <p>09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>09.25 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)</p> <p>Музыкальный мультсериал про весёлые приключения зверят на тропическом острове.</p> <p>10.45 «Детский патруль». (0+)</p> <p>11.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</p> <p>13.10 «Котик Мормотик». (0+)</p> <p>Главный герой мультфильма - плюшевый котёнок Мормотик, которого от скуки шили из старых вещей братик Гоша и сестрёнка Юля, живущие в одной комнате. Мормотик очень быстро нашел общий язык с ребятами, ведь это замечательный друг, который помогает находить потертые вещи.</p> <p>13.20 «Отель у овечек». (0+)</p> <p>15.30 «Ералаш». (0+)</p> <p>16.50 «Трое из Простоквашино». (0+)</p> <p>17.10 «Каникулы в Простоквашино». (0+)</p> <p>17.30 «Петя и Красная Шапочка». (0+)</p> <p>17.50 «Бобик в гостях у Барбоса». (0+)</p> <p>18.05 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>20.45 «Оранжевая корова». (0+)</p> <p>23.10 «Герои Энвелла». (6+)</p> <p>03.25 «Лунтик». (0+)</p> | | |

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | 365 | 365 ДНЕЙ ТВ | VJU HISTORY | VJU HISTORY | ЗДОРОВОЕ ТВ |
|---|--|--|-------------|-------------|
| <p>01.50 Нюрнберг. Свидетели. (12+)</p> <p>02.40 Нюрнберг. Процесс, которого могло не быть. (12+)</p> <p>03.30 Личность в истории. (12+)</p> <p>04.00 Петербург космический. (12+)</p> <p>04.40 Кольцо «А». (12+)</p> <p>04.55 Исторические города Британии. (12+)</p> <p>05.45 Хроники общественно-го быта. (12+)</p> <p>05.55 Кремль. Эпоха царей. (12+)</p> <p>07.00 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+)</p> <p>08.00, 08.25 Забытый полководец. (12+)</p> <p>09.20 Гвардии Камчатка. (12+)</p> <p>10.15 Афганистан. (12+)</p> <p>10.55 Подземная Италия. (12+)</p> <p>12.00 На пути к Великой Победе. (12+)</p> <p>12.25 Истриада. (12+)</p> <p>13.20 Корюшка для фронта. (12+)</p> <p>14.10 Бог войны. (12+)</p> <p>14.55 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>15.05 Список Киселева. Никогда больше. (12+)</p> <p>16.05, 17.00, 17.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)</p> <p>18.50 В поисках Византии. (12+)</p> <p>19.30 Двойной портрет. Самодержец и вождь. (12+)</p> <p>20.00 «ТАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)</p> <p>21.50 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>22.15 «ПУГАЧЁВ». (12+)</p> | <p>06.10, 06.55 Военные заводы. (12+)</p> <p>07.45, 08.40, 09.40 Вена: империя, династия и мечта. (12+)</p> <p>10.35 Незвезденная Италия: Матера город из камня. (12+)</p> <p>12.05 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+)</p> <p>13.05 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)</p> <p>14.05 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)</p> <p>15.05 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)</p> <p>16.00 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)</p> <p>18.20 Время великанов. (12+)</p> <p>19.20 Перу. (12+)</p> <p>20.20 Настоящий неандерталец. (12+)</p> <p>21.20 Призрак из Каменного века. (12+)</p> <p>22.15 Исторические убийства: Лондонский блицубийца. (16+)</p> <p>23.10 Исторические убийства: Единбургские похитители тел. (16+)</p> <p>00.00 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)</p> <p>00.45 Исторические убийства: Берлинский нацистпотрошитель. (16+)</p> <p>01.30, 02.20 Исторические убийства. (16+)</p> <p>03.10, 04.00, 04.55 100 чудес света. (16+)</p> | <p>06.05 Начни с себя. (12+)</p> <p>06.30 Есть контроль. (12+)</p> <p>06.55 Спросите тренера (12+)</p> <p>07.20 Образ жизни - диабет. (12+)</p> <p>07.45 Аллергия: сбой матрицы. (12+)</p> <p>08.10 Пищевой дисбаланс. (12+)</p> <p>08.40 Индустрия красоты. (12+)</p> <p>09.05 Сила еды. (6+)</p> <p>09.30, 13.25, 21.20, 01.15 Спортивный вопрос. (12+)</p> <p>09.45 Имеешь право. (12+)</p> <p>10.00, 14.20, 21.50, 02.10 Будьте здоровы. (12+)</p> <p>10.25, 14.45, 22.15, 02.35 Внешние данные. (12+)</p> <p>10.50, 15.10, 22.40, 03.00 Косметология 103. (12+)</p> <p>11.15, 18.15, 23.10 Есть контроль. (12+)</p> <p>11.45, 16.05, 18.40, 23.35, 03.50 Спросите тренера. (12+)</p> <p>12.10, 16.30, 19.10, 00.00, 04.20 Образ жизни - диабет. (12+)</p> <p>12.35, 16.55, 19.35, 00.25, 04.40 Аллергия: сбой матрицы. (12+)</p> <p>13.00, 20.55, 00.50 Сила еды. (6+)</p> <p>13.40, 21.35, 01.30 Имеешь право. (12+)</p> <p>13.55, 17.50, 01.45, 05.40 Начни с себя. (12+)</p> <p>15.40, 03.25 Диета без иллюзий. (12+)</p> <p>17.20, 05.10 Тренировку ведет Эдуард Каневский. (12+)</p> <p>20.00 Пищевой дисбаланс. (12+)</p> <p>20.30 Индустрия красоты. (12+)</p> | | |

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

РОССИЯ К
Культура



23.10 «Роман в камне»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.05 «ЗИМОРОДОК»
- 09.30 «Классная тема!»
- 10.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «ЧУЖАЯ РОДНЯ»
- 11.50 «Эрмитаж»
- 12.20 «Даты, определившие ход истории»
- 12.50 01.10 «Неизвестный Мадагаскар»
- 13.40 «ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР»
- 15.05 Юбилейный концерт Государственного академического ансамбля народного танца
- 17.10 115 лет со дня рождения Марины Ладониной
- 17.50 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ»
- 19.45 «1945. Парад победителей»
- 20.30 «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ»
- 23.10 «Роман в камне»
- 23.40 «ТАКАЯ ЖЕНЩИНА»
- 02.00 «Искатели»
- 02.45 «Фатум»

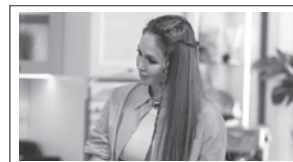
ТВЦ ТВЦ



22.05 «Право знать!» (16+)

- 05.55 «КРАСАВИЦА И ВОРЫ». (12+)
- 07.20 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.50 «Смешная широта». Юмористический концерт. (12+)
- 09.35 «ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «СУЕТА СУЕТ». (6+)
- 13.30 «ФРАНЦУЗСКАЯ КУЛИНАРИЯ». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «ФРАНЦУЗСКАЯ КУЛИНАРИЯ». (12+)
- 17.20 «ТЕНЬ ДРАКОНА». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.20 События
- 23.30 «Русские тайны. Охота на русских». (16+)
- 00.15 «90-е. Бандитский Екатеринбург». (16+)
- 00.55 Специальный репортаж. (16+)
- 01.20 «Хватит слухов!» (16+)
- 01.45 Прощание. (16+)

ТВ-3 ТВ-3



09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Снежная Королева: Перезаморозка». (6+)
- 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 10.00 «Мультфильмы». (0+)
- 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 15.00 Самозванец. (16+)
- 16.00 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА: 1984». (12+)
- 19.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- 21.45 «КРОВЬ И ШОКОЛАД». (16+)
- Они встретились символично - в заброшенной церкви. Он художник, она продавщица шоколада. Он простой смертный, она женщина-оборотень. Яркая страсть переплетает их сердца, тела и души... Но близится ночь полнолуния, когда суть людей-волков вырывается наружу, и они собираются в стаю для ритуальной охоты.
- 23.45 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (16+)
- 02.00 «ЭЙНШТЕЙН». (16+)

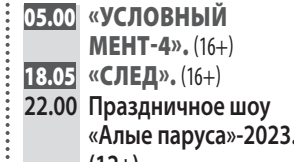
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



06.45 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.45 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 10.15 «ОЗ.35 «ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
- Врач Герман Кузнецов становится свидетелем ДТП: пьяная дочь олигарха врезается в стоящую легковушку. Двое погибших, 8-летнюю девочку после помощи Германа в тяжелом состоянии отправляют в больницу. Пытаясь осадить наглухо виновницу аварии, Кузнецов срывается и бьет девушку по лицу.
- 19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
- 00.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- Людмила и Андрей вместе уже 17 лет и воспитывают двоих прекрасных детей. Супруги только переехали в новый дом, о котором давно мечтали. Но однажды Андрей уезжает в командировку и пропадает без вести.
- 03.30 «6 кадров». (16+)

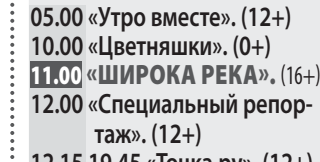
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

- 18.05 «СЛЕД». (16+)
- 22.00 Праздничное шоу «Алые паруса»-2023. (12+)
- «Алые паруса» - праздник выпускников ленинградских школ, появление которого в конце 60-х навевала невероятная популярность одноименного фильма по повести Александра Грина.
- 01.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 02.35 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.55 08.15 01.20 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». (12+)
- 08.40 «31 ИЮНЯ». (12+)
- 11.40 «Легенды музыки». (12+)
- 13.15 «Не факт!» (12+)
- 13.40 «Война миров». (16+)
- 15.20 19.25 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 21.20 Легендарные матчи. (12+)
- 23.50 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (16+)
- 02.30 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (12+)
- 03.40 «Врангель». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Цветяшки». (0+)
- 11.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 19.45 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 22.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 13.15 «Интервью». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ВАЛЬКИНЫ ПАРУСА». (12+)
- 15.00 «Компас потребителя». (12+)
- 15.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ДОМОХОЗЯИН». (16+)
- 18.00 00.45 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 20.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 20.30 «Понятная политика». (12+)
- 20.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 21.00 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- 23.15 «Малая сцена». (12+)
- 01.45 «Такие разные». (12+)
- 02.45 «Документальное кино». (12+)
- 03.15 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 10.00 12.50 18.55 Новости
- 07.05 12.25 15.50 18.00 21.00 00.55 Все на Матч!
- 10.05 «Приключения Болека и Лёлека». (0+)
- 10.40 «Жулачные бои». (16+)
- 12.55 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Звезда-2005» (Пермь). Суперлига. Женщины. Прямая трансляция
- 14.55 16.10 Прыжки в воду. Чемпионат России. Прямая трансляция из Екатеринбурга
- 19.00 Футбол. Команда Роналдиньо - команда Роберто Карлоса. Матч легенд. Трансляция из США. (0+)
- 22.10 Смешанные единоборства. Дж. Эмметт - И. Топурия. UFC. Прямая трансляция из США
- 01.25 Баскетбол. Чемпионат Европы. Женщины. 1/2 финала. Трансляция из Словении. (0+)
- 02.50 Новости. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 00.20 Регби. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 07.50 10.00 12.45 14.50 Новости
- 07.55 Автоспорт. G-Drive. (0+)
- 08.50 «Магия большого спорта». (12+)
- 09.15 20.40 «Небесная грация». (0+)
- 09.30 18.20 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 «Любить Билла». (12+)
- 11.05 23.50 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-сингу. (0+)
- 11.35 «Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+)
- 12.25 Спецрепортаж. (12+)
- 12.50 Бильярд. «Кубок Чемпионов». (0+)
- 14.20 23.25 «Мир бильярда». (12+)
- 14.55 Дзюдо. Российский профессиональный тур
- 18.50 Футбол. Суперлига. (0+)
- 20.55 21.50 22.40 Прыжки в воду. Чемпионат России. (0+)
- 02.10 Дзюдо. Российский профессиональный тур. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000
- 05.30 «Буба», «Дикие скричеры», «Тоботы», «Соник Бум». Мультсериалы. (6+)
- 08.10 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 10.05 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 12.15 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 14.05 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 15.40 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 17.15 «ДОРОГАЯ, Я УМЕНЬШИЛ ДЕТЕЙ». (6+)
- 19.00 «ДОРОГАЯ, Я УВЕЛИЧИЛ РЕБЕНКА». (6+)
- 20.35 «МАСКА». (12+)
- 22.25 «ШОУ ТРУМАНА». (12+)
- 00.05 «10 ПРИЧИН МОЕЙ НЕНАВИСТИ». (16+)
- 01.45 «ИСТОРИЯ РЫЦАРЯ». (12+)
- 03.45 «КАЗАНОВА». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.55 «БЕЗУМНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)
- 03.05 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
- 04.55 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
- 06.45 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА». (12+)
- 08.45 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 10.35 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 12.15 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 13.55 «ШПИОНЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
- 15.50 «ШАЛУН». (12+)
- 17.40 «БЕНДЕР: НАЧАЛО». (16+)
- 19.30 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
- 21.05 «БЕНДЕР: ПОСЛЕДНЯЯ АФЕРА». (16+)
- 23.00 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 05.30 «Бодо Бородо», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.10 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.35 «ГУДБАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 14.20 «ПАПЫ». (6+)
- 16.20, 04.00 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (12+)
- 18.00 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- 19.45 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (6+)
- 21.20 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 23.20 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 01.10 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (12+)
- 02.30 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.55 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
- 07.15 «ПЕППИ ДЛИННЫЙ ЧУЛОК». (6+)
- 09.45 «ТРАКТОРИСТЫ». (12+)
- 11.15 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
- 13.15 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
- 14.55 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 16.35 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 18.15 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 20.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)
- 22.55 «ШИРЛИ-МЫРЛИ» (16+)
- 01.25 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+)
- 02.55 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 05.20 «ЗЕРКАЛО». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.00 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 11.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 13.35 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «БАТЯ». (16+)
- Россия, 2020 г. В ролях: Владимир Вдовиченков, Елена Лядова, Стас Старовойтов
- 16.25 «СВАТЫ». (16+)
- 23.05 «НАПАРНИК». (16+)
- 00.45 «ПАПЫ». (6+)
- 02.30 «ГУДБАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 04.10 «ПЕТЕРБУРГ. ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
- ДОМ КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЗА ВСЕ ЗАПЛАЧЕНО». (16+)
- Сериал. Детектив, мелодрама, Россия, 2021 г. В ролях: Анастасия Сорокина, Артём Осипов, Дмитрий Паламарчук, Татьяна Веселкина, Елена Соловьёва
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00 Здравствуй, сладкий! (субтитры). (16+)
- 18.10, 19.30 Моя жена рулит. (16+)
- Первое кулинарное шоу, где жёны управляют мужьями на кухне.
- 20.30 Кулинарные детективы. (16+)
- 21.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 22.40 Моя жена рулит. (16+)
- 23.50 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.00 «Буба-4», «Буба-3». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СУББОТА!
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЦА». (16+)
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- 01.20 «Бременские музыканты». Мультфильм. (0+)
- 01.40 «По следам бременских музыкантов». (0+)
- 02.00 «Крокодил Гена». Мультфильм. (0+)
- 02.20 «Чебурашка». Мультфильм. (0+)
- 02.35 «Шапокляк». Мультфильм. (0+)
- 02.55 «Чебурашка идёт в школу». Мультфильм. (0+)
- 03.05 «Незнайка учится». Мультфильм. (0+)
- 03.25 Мультфильмы. (0+)
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые России. (6+)
- 06.05 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (6+)
- 07.50, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.55 Простые чудеса. (12+)
- 09.45 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 10.15 В поисках Бога. (6+)
- 10.50 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 11.20 В поисках святого города. Святая обитель. На руинах Херсонеса. 9 серия. (0+)
- 11.55, 12.30, 13.00, 13.35 Цикл: Святые воины. (6+)
- 14.05 «ВАНЕЧКА». (16+)
- 16.20 «ПОП». (16+)
- 18.55, 20.00 Святые России. (6+)
- 21.05 Русский мир. (12+)
- 22.05 Простые чудеса. (12+)
- 22.55, 03.45 Профессор Осипов. (0+)
- 23.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.40 Спас-стрим. (0+)
- 01.45 День Патриарха. (0+)
- 02.00 Святая Анна Кашинская. Цикл: День Ангела. (0+)
- 02.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 03.00 Простые чудеса. (12+)
- 04.15 Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы. (0+)

Православный календарь

24 июня
Седмица 3-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Апостола Варфолоея и Варнавы.



Прп. Варнавы Ветлужского. Перенесение мощей прп. Ефрема Новоторжского. Иконы Божией Матерью, именуемой «Достойно ест» («Милующая»).
Петров пост. Разрешается рыба.
«Любовь к ближнему есть стезя, ведущая в любовь к Богу: потому что Христос благоволил таинственно облечься в каждого ближнего нашего, а во Христе – Бог».
Свт. Игнатий Брянчанинов

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 08.40 Pro-новости. (16+)
- 06.50 18.00 Плейлист. (16+)
- 07.40 Звезды и звёзды. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Плейлист. (16+)
- 12.00 Pro-новости. (16+)
- 12.30 Хит-стори. (16+)
- 13.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 15.00 Очень кароачен. (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 «Смерть или инсценировка?». (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 19.00 VK Fest-2022. Лучшие выступления. (16+)
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 23.00 Московский выпускной-2023. Трансляция из парка Горького. (16+)

ПЕРВЫЙ



14.05 «СПРОСИТЕ МЕДСЕСТРУ». (16+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.05 «СПРОСИТЕ МЕДСЕСТРУ». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». Новый сезон. (12+)
21.00 «Время»
22.35 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК». (16+)
23.35 Подкаст.Лаб. (16+)

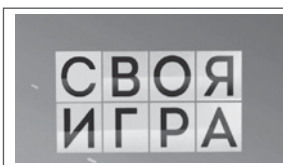
РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 06.10 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ОКАЯННАЯ». (12+)
После того, как в жизни Любы Кружиной произошёл сбой, она дала себе зарок, что будет жить одна, чтобы в свои сорок лет не трепать себе больше нервы...
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 Большие перемены
13.05 «ВСЁ КАК У ЛЮДЕЙ». (12+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ОКАЯННАЯ». (12+)

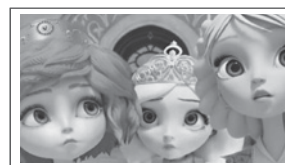
НТВ



15.00 «Своя игра». (0+)

- 04.50 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
06.35 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «МСТИТЕЛЬ: СТРАШНЫЙ ЛЕС». (16+)
Андрей, ветеран боевых действий, становится лесником в родном крае...
23.55 «Маска». (12+)
03.50 «МЕЧ». (16+)

СТС



07.00 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Царевны». (0+)
07.35 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
11.00 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА». (12+)
Во время очередной операции, организованной ЦРУ, что-то идёт не так, в итоге все участники со стороны ЦРУ убиты.
13.15 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)
15.45 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)
18.20 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
21.00 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)
00.00 «СПЕНСЕР». (16+)
02.10 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
05.00 Сториз. (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



22.10 «Концерты». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
09.00 «Битва пикников». (16+)
Каждый выпуск шоу «Битва пикников» - это жесткий кулинарный баттл за звание лучшего барбекю-шефа страны.
09.30 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)
10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
19.00 «Выжить в Дубае». (16+)
«Выжить в Дубае» - новое масштабное реалити канала ТНТ. Ради победы и приза в 10 миллионов рублей двум командам - звездной и народной, - придется пройти все испытания, которые только может готовить пустыня.
21.00 «Шоу Воли». (16+)
22.10 «Концерты». (16+)
23.15 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (18+)
01.00 «Я тебе не верю». (16+)
03.00 «Импровизация. Команды». (16+)

РЕН



23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

- 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «АФЕРИСТКА». (16+)
Марла организовала процветающий бизнес: используя нужных людей, взяточничество и уловки в законе, она заполучает опеку над беззащитными стариками.
15.20 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)
17.20 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
19.05 «ЗАЩИТНИК». (16+)
21.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ГЕРОЯ». (16+)
23.00 «Итоговая программа». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.05 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.45 «Простоквашино». (12+)
08.10 Черный список. (16+)
10.00 Зовите шефа. (16+)
10.50 На ножах. (16+)
23.00 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (16+)
01.30 Адская кухня. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.35 «Простоквашино». (12+)

Ю

- 06.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
10.00 Барышня - Крестьянка. (16+)
13.00 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 3D». (12+)
Для победы на ежегодном чемпионате группа молодых танцоров начинает репетировать вместе с танцорами из Королевской Школы Балета.
15.00 «Беременная в 45». (16+)
18.05 «Битва за тело». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
03.00 «Гости и прочие неприятности». (16+)
04.45 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (16+)
07.10 Утилизатор. (12+)
07.40 Утилизатор. (16+)
08.10 Утилизатор. (12+)
09.10 Утилизатор. (16+)
09.30 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Речь идет о солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.
14.30 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
20.30 «←+100500». (16+)
23.00 02.45 «←+100500». (18+)
23.30 «ШАМШЕРА». (16+)
03.30 Супершеф. (16+)

МИР

- 05.00, 02.50 Мультфильмы. (6+)
06.00 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». (0+)
07.30 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
09.00 Наше кино. (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
12.00, 16.15, 19.30, 01.00 «СТАНИЦА». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2013 г. В ролях: Нина Усатова, Мария Шукшина, Павел Трубинер, Максим Дрозд, Сергей Никоенко
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
02.25 Наше кино. История большой любви. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 ОТражение
12.28 «Отчий дом». (12+)
12.45 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «Игра в классики». (12+)
20.25 «НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
22.18 «ДЖУЛЬЕТТА И ДУХИ». (16+)
00.32 «Мозг. Эволюция». (12+)

ПОБЕДА

- 06.00 «ЛЁТЧИК». (16+)
07.40 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
09.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
11.30 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
13.00 «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (18+)
16.00 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
18.50 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
История немиримого противостояния двух профессиональных снайперов, лейтенанта Егорова и лейтенанта Лотера Фон Диббца.
22.00 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
01.00 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
02.40 «72 ЧАСА». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
06.35, 19.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 16.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Ник-изобретатель. Сила трения». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
14.00 «ДиноСити». (0+)
15.00 «Ну, погоди! Каникулы: Машины, Скорость». (6+)
17.00 «Фиксики. Дай пять! Открытие». (0+)
18.00 «Героички. Другая Глория». (0+)
19.00 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Птица счастья», «Фиксики. Дай пять! Профиль», «Волшебная кухня. Фруктовый террин». (0+)
20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.20 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00, 04.00 «Барbosкины». (0+)
21.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса. Космический туризм». (0+)
02.05, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
02.35 МУЛЬТпреьера! «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Эти дети», «Ник-изобретатель. Находка для музея», «Ми-Ми-Мишки. Будильник», «Кошечки-собачки. Милые песни. Каникулы». (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)
04.25 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
05.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Малышарики идут в детский сад». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки». (0+)
07.35 «Долина Муми-троллей». (0+)
Главный персонаж этих причудливых историй о семье и дружбе - Муми-тролль. Он любопытный, добрый, чуткий и задумчивый. Герой живет со своей заботливой Муми-мамой и забавным Муми-папой, дружит со свободолюбивым Снусмумриком, насмешливой Снорочкой, трусливым Сниффом и другими жителями долины. В своих приключениях Муми-тролль пытается найти ответы на многочисленные детские вопросы и решить загадку взросления.
09.25 «Кошечки-собачки». (0+)
10.45 «Детский патруль». (0+)
11.00 «Три кота». (0+)
14.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
15.15 «Ералаш». (0+)
16.50 «Волшебное кольцо». (0+)
17.15 «Бременские музыканты». (0+)
17.35 «По следам бременских музыкантов». (0+)
17.55 «Барbosкины». (0+)
19.30 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Маша и Медведь». (0+)
03.25 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 01.00 Петербург космический. (12+)
01.45 Кольцо А. (12+)
01.55 Исторические города Британии. (12+)
02.45 Хроники общественно-го быта. (12+)
03.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
04.00, 04.25 Забытый полководец. (12+)
04.55 Народовластие. (12+)
05.25 Гвардии Камчатка. (12+)
06.15 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+)
06.55 Подземная Италия. (12+)
08.00 На пути к Великой Победе. (12+)
08.30 Историю. (12+)
09.20 Корюшка для фронта. (12+)
10.10 Бог войны. (12+)
10.50, 21.55 Обыкновенная история. (6+)
11.00 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
12.05, 13.00, 13.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
14.45 В поисках Византии. (12+)
15.30 Двойной портрет. Самодержец и вождь. (12+)
16.00 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (6+)
17.50 Россия научная. (12+)
18.15 «ПУГАЧЁВ». (12+)
20.00 Лешак в историю. (12+)
20.25, 20.55 Легенды науки. (12+)
21.25 Лектор Персармии. (12+)
22.05 Василий Шульгин. 1919 год. (12+)
22.30 Последний первый секретарь Еревана. (12+)

VJU HISTORY

- 06.10 Военные заводы: Перые великаны. (12+)
07.00 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)
07.55 Планета сокровищ: Латинская Америка. (6+)
08.55, 09.55 100 чудес света. (16+)
12.05 Древние конструкторы: Анатомия дома. (12+)
13.05 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)
14.05 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)
15.00 Древние конструкторы: Древние водные пути. (12+)
16.00 Древние конструкторы: Наведение мостов. (12+)
17.00, 18.00, 19.00, 20.00 Нулевая мировая. (16+)
01.20, 05.35 Аллергия: сбой матрицы. (12+)
11.15, 23.10 Тренировку ведет Эдуард Каневский. (12+)
11.45, 19.35, 23.35 Начни с себя. (12+)
12.10, 16.55, 00.00, 04.45 Есть контроль. (12+)
13.55, 01.45 Пищевой диссонанс. (12+)
14.20, 02.10 Индустрия красоты. (12+)
14.45, 18.20, 02.35 Сила еды. (6+)
15.10, 19.10, 03.00 Спортивный вопрос. (12+)
15.25, 19.25, 03.15 Имеешь право. (12+)
15.40, 20.05, 03.30 Будьте здоровы. (12+)
16.05, 20.30, 03.55 Внешние данные. (12+)
16.30, 20.55, 04.20 Косметология 103. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.05 Аллергия: сбой матрицы. (12+)
06.30 Сила еды. (6+)
06.55 Образ жизни - диабет. (12+)
07.20 Спортивный вопрос. (12+)
07.35 Имеешь право. (12+)
07.50 Начни с себя. (12+)
08.15 Будьте здоровы (12+)
08.40 Внешние данные. (12+)
09.05 Косметология 103. (12+)
09.35, 21.25 Диета без иллюзий. (12+)
10.00, 12.35, 17.25, 21.50, 00.30, 05.10 Спросите тренера. (12+)
10.25, 13.00, 18.45, 22.15, 00.55 Образ жизни - диабет. (12+)
10.50, 13.30, 17.50, 22.45, 01.20, 05.35 Аллергия: сбой матрицы. (12+)
11.15, 23.10 Тренировку ведет Эдуард Каневский. (12+)
11.45, 19.35, 23.35 Начни с себя. (12+)
12.10, 16.55, 00.00, 04.45 Есть контроль. (12+)
13.55, 01.45 Пищевой диссонанс. (12+)
14.20, 02.10 Индустрия красоты. (12+)
14.45, 18.20, 02.35 Сила еды. (6+)
15.10, 19.10, 03.00 Спортивный вопрос. (12+)
15.25, 19.25, 03.15 Имеешь право. (12+)
15.40, 20.05, 03.30 Будьте здоровы. (12+)
16.05, 20.30, 03.55 Внешние данные. (12+)
16.30, 20.55, 04.20 Косметология 103. (12+)

РОССИЯ К
Культура



17.15
«Пешком...»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 07.55 «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ»
- 10.35 «Верхняя точка»
- 11.20 «ЗОЛОТАЯ БАБА»
- 12.35 Письма из провинции
- 13.05 «Невский ковчег»
- 13.35 02.05 «Страна птиц»
- 14.20 Больше, чем любовь
- 15.00 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 «Собачье сердце. Пиво Шарикову не предлагать!»
- 18.30 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.25 Линия жизни
- 21.25 «ЧУЖАЯ РОДНЯ»
- 23.00 «Роман в камне»
- 23.25 «ОДНАЖДЫ НА ДИКОМ ЗАПАДЕ»
- 02.45 «Про Фому и про Ерему»
- 03.00 Перерыв в вещании

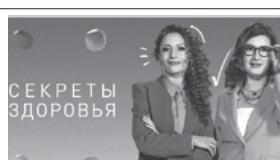
ТВЦ



11.30
События

- 06.50 «СУЕТА СУЕТ». (6+)
- 08.20 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
- 10.10 «Удачные песни». Летний концерт. (6+)
- 11.30 События
- 11.45 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (0+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смешите меня семейо!» Юмористический концерт. (16+)
- 16.05 «ЧЕТВЕРТЫЙ ПАСПАС-ЖИР». (12+)
- 18.05 «СИНДРОМ ЖЕРТ-ВЫ». (12+)
- 21.40 «УЛЫБКА ЛИСА». (12+)
- 00.10 События
- 00.25 «УЛЫБКА ЛИСА». (12+)
- 01.10 «Петровка, 38». (16+)
- 01.20 «Закон и порядок». (16+)
- 01.50 «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА». (12+)
- 04.45 «Михаил Булгаков. Роман с тайной». (12+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

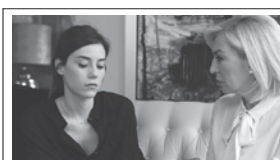
ТВ-3



09.00 Секреты здоровья. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 08.30 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Секреты здоровья. (16+)
- 09.15 «Снежная королева: Огонь и лёд». (6+)
- 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 15.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- 17.45 «МИЛЫЙ ДРУГ». (12+)
- 19.45 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- 21.45 «ДУРНОЙ ГЛАЗ». (16+)
- В самый разгар модного показа дизайнер одежды Кристин узнает плохие вести. Трагические события приводят ее к беспокойству и ужасным видениям, мешающим нормально существовать. Внезапно на пороге ее дома появляется знахарка со словами, что женщина призвала ее сама.
- 23.45 «БЛИЗНЕЦ». (18+)
- 01.45 «ВОРОНЯ ЛОЩИНА». (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «МОЯ МАМА». (16+)

- 06.30 «ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
- 06.55 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 10.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ ВЫБОР». (16+)
- В один прекрасный вечер у Даши сорвались планы, и вместо театра она поехала к жениху. А он оказался с другой.
- 14.45 «ЦЕНА ОШИБКИ». (16+)
- 19.00 «МОЯ МАМА». (16+)
- 00.00 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ». (16+)
- История счастливой жены и матери двоих детей Светланы, которая узнаёт о том, что у неё рак. Света решает ничего не предпринимать, а жить на полную катушку. Но вскоре выясняется, что анализы были перепутаны, и рак не у неё, а у молодой девушки Анны. Света решает не мстить, а помочь девушке выжить...
- 03.15 «ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 07.05 «ТРИ ОРЕШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (0+)
- Мачеха Золушки всеми силами хочет выдать свою глупую и злую родную дочь замуж за Принца. Но ему совсем не хочется жениться, он ссорится с отцом и собирается покинуть дворец.
- 08.45 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 10.30 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 18.05 «СЛЕД». (16+)
- 01.30 «НЕПОКОРНАЯ». (12+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.15 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 11.30 «Код доступа». (12+)
- 13.15 «УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 21.25 04.50 «Москва - фронт». (16+)
- 22.00 «Кочевники». (12+)
- 23.45 «СТРЕЛЫ РОБИНА ГУДА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Фееринки». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- 16.00 «Здоровый интерес»
- 16.15 «Просто жизнь». (12+)
- 16.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 17.30 «Компас потребителя». (12+)
- 17.45 «ДОМОХОЗЯИН». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Марафон». (12+)
- 21.00 «РАЗВОД ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (16+)
- 23.00 «Точка.ру». (12+)
- 23.30 «Такие разные». (12+)
- 00.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 00.45 «Педагог и наставник». (12+)
- 01.15 «Мастерская спорта»
- 01.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- Две планеты притянулись друг к другу, и на обеих планетах живут люди, для каждой из планет есть своё притяжение.

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Легендарные клубы». (12+)
- 06.30 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу
- 07.00 10.00 12.50 Новости
- 07.05 18.05 20.35 00.05 Все на Матч!
- 10.05 «Приключения Болека и Лёлека». (0+)
- 10.40 11.45 14.55 15.55 Мото-спорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам
- 12.55 Регби. Сборная России - «Барбаранс». Товарищеский матч
- 17.10 Прыжки в воду. Чемпионат России
- 18.25 19.25 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал
- 21.55 Футбол. «Палмейрас» - «Ботафого». Чемпионат Бразилии
- 00.25 Футбол. «Сантос» - «Фламенго». Чемпионат Бразилии. Прямая трансляция
- 02.35 Лица страны. (12+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 06.00 Футбол. Суперлига. (0+)
- 07.50 13.00 16.05 Новости
- 07.55 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу
- 08.25 03.10 «Мир бильярда». (12+)
- 08.55 10.55 Пляжный волейбол. Чемпионат России
- 13.05 «Небесная грация»
- 13.25 Автоспорт. G-Drive. (0+)
- 14.20 01.40 Лица страны. (12+)
- 14.35 16.55 01.55 05.45 Спец-репортаж. (12+)
- 14.55 16.10 Прыжки в воду. Чемпионат России
- 17.10 Мотоспорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам
- 18.15 23.20 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 18.45 19.50 20.55 22.05 Мото-спорт. Чемпионат России по шоссейно-кольцевым гонкам. (0+)
- 23.50 00.45 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 02.15 Прыжки в воду. Чемпионат России. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 01.00 Караоке хит. (16+)
- 06.00 03.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 Про-новости. (16+)
- 07.35 15.00 Плейлист. (16+)
- 08.35 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Очень караоке. (16+)
- 09.30 Это было красиво. (16+)
- 10.00 WEB чарт. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.35 Лига свежих клипов. (16+)
- 13.00 «Смерть или инсценировка? Как исчезают звезды». (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 19.00 VK Fest-2022. Лучшие выступления. (16+)
- 02.00 Ловец слов. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- ТВЮ TV1000 VIJU TV1000
- 05.30 «Буба». «Дикие кричереы». Мультсериалы. (6+)
- 07.00 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)
- 08.15 «ИКСОДНЫЙ КОД». (16+)
- 09.55 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (16+)
- 12.05 «ДОРОГАЯ, Я УМЕНЬШИЛ ДЕТЕЙ». (6+)
- 13.50 «ДОРОГАЯ, Я УВЕЛИЧИЛ РЕБЕНКА». (6+)
- 15.25 «МАСКА». (12+)
- 17.10 «ШОУ ТРУМАНА». (12+)
- 19.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
- 20.50 «ДРУГИЕ». (16+)
- 22.40 «КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 00.30 «ЕЩЕ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН». (16+)
- 02.20 «МАРИЯ-АНТУАНЕТТА». (16+)
- 04.10 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)
- 05.30 «Чуч-Мяуч», «Бодо Бородо», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.45, 11.40 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.30 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (12+)
- 14.05 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (6+)
- 15.40 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 17.20 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 19.25 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА». (6+)
- 20.40 «ЗАВТРАК У ПАПАЙ». (12+)
- 22.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
- 00.05 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- 01.30 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
- 02.50 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
- 05.45 «Ералаш». (6+)
- 06.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «Плюшевый Бум!» Мультфильм. (6+)
- 13.20 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 15.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 01.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 03.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 04.25 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 17.05 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 17.15 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 18.20, 19.40 Доктор твоего счастья. (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня. (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.10 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 01.35 «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.45 «Ералаш». (6+)
- 06.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «Плюшевый Бум!» Мультфильм. (6+)
- 13.20 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 15.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 01.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 03.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 04.25 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)
- Суббота! СУББОТА!
- 06.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 17.05 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 17.15 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 18.20, 19.40 Доктор твоего счастья. (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня. (16+)
- 23.00 Моя жена рулит. (16+)
- 00.10 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.10 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 01.35 «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.50 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 03.20 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА». (12+)
- 05.15 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
- 07.20 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ!». (12+)
- 09.10 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2!». (12+)
- 11.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 13.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 15.20 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 17.35 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНКИ». (12+)
- 19.30 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 21.25 «КТО ПОДСТАВИЛ КРОЛИКА РОДЖЕРА». (16+)
- 23.15 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.45 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
- 06.55 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ!». (12+)
- 09.35 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
- 10.55 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
- 12.25 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 14.50 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
- 16.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 18.35 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». СССР, 1977 г. (12+)
- 21.25 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 23.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 00.35 «ЦЫГАН». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)
- Сериал. Остроумная мелодрама, детектив, Россия, 2019 г. В ролях: Екатерина Тарасова, Евгений Пронин, Анна Казючук
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ». (12+)
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- 01.20 «Возвращение блудного попугая». Мультфильм. (0+)
- 01.50 «Утро попугая Кеши». Мультфильм. (0+)
- 02.00 «Айболит и Бармалей». Мультфильм. (0+)
- 02.15 «Тараканище». Мультфильм. (0+)
- 02.30 «Мы с Джеком». Мультфильм. (0+)
- 02.40 «Котенок с улицы Лизюкова». Мультфильм. (0+)
- 02.50 «Летучий корабль». Мультфильм. (0+)
- 03.05 Мультфильмы. (0+)
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.35 «ПОГОНЯ». (0+)
- 07.00 В поисках Бога. (6+)
- 07.35 Профессор Осипов. (0+)
- 08.05 В поисках святого города. Святая обитель. На руинах Херсонеса. 9 серия. (0+)
- 08.35 Простые чудеса. (12+)
- 09.25 Святая Анна Кашинская. Цикл: День Ангела. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Русский мир. (12+)
- 15.00 Святыни России. (6+)
- 16.05 «ГЛУБОКОЕ ТЕЧЕНИЕ». (12+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.55 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (0+)
- СССР, 1963 г.
- 21.30 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.05 Святитель Феофан Затворник. Цикл: День Ангела. (0+)
- 23.35 Миром Господу помолимся. (0+)
- 00.35 День Патриарха. (0+)
- 00.50 Русский мир. (12+)
- 01.45 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

25 июня
Неделя 3-я по Пятидесятнице. Глас 2.
Прп. Онуфрия Великого.

Прп. Петра Афонского. Прпп. Иоанна, Андрея, Ираклемона и Феофила Фиваидских. Прп. Арсения Коневского. Прп. Онуфрия Мальского, Псковского. Прпп. Онуфрия и Авксентия Вологодских. Прп. Стефана Озерского, Комельского. Прпп. Вассиана и Ионы Пертоминских, Соловецких. Обретение мощей и второе прославление блгв. вел. кн. Анны Кашинской. Празднество в Вологде всем преподобным отцам Вологодским. Собор Новгородских святых. Собор Белорусских святых. Собор Псковских святых. Собор Санкт-Петербургских святых. Собор святых Удмуртской земли.

Петров пост.

« В затруднительных обстоятельствах и малое добро ценится за великое; единый лишь цветок нужен – вера, покаянное чувство и правое рассуждение. »
Старец Иоанн Троицкий

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.

В понедельник после обеда майор Петрович шел по вызову в соседний двор – на кражу велосипеда. Дежурный Снегирёв, напутствуя его перед выходом, пошутил ехидно:

– Иди, лови очередного глухаря.

Петрович только отмахнулся:

– Не факт еще, что и глухарь. Вон, на соседнем участке уже два велосипеда наши. И я найду. Обязательно найду, вот увидишь!

– Ну-ну, – скептически усмехнулся дежурный.

– А ты не нукай. Спорим, что найду велосипед?

– А спорим!

Спустя несколько минут Петрович подошел к подъезду обычной пятиэтажки.

– Квартира пятнадцать, – пробормотал он, вспоминая карточку вызова, и нажал на кнопку домофона.

Ему ответил юный женский голос:

Пропажа в пятиэтажке



– Кто там?
– Полиция, – ответил Петрович.

– Да-да, – спохватился голос.

Замок подъездной двери щелкнул, и он вошел внутрь. Поднялся на третий этаж, где его уже ждала распахнутая дверь квартиры номер пятнадцать. В проеме стояла миловидная девушка.

– Здравствуйте, – сказала ей Петрович и представился по уставу. – Ну, рассказывайте, что у вас тут приключилось?

Велосипед пропал, – как-то растерянно ответила девушка. – Всегда оставляла тут, на лестничной клетке, а сегодня выхожу, а его нет.

– Вы кого-нибудь подозреваете? – спросил Петрович.

– Подозреваю, – вздохнула девушка. – Соседей снизу подозреваю, больше некого. У нас тут одни старики. А эти давно просят мой велосипед им продать. А я не соглашусь: я за те деньги, что они предлагают, да-

же самоката не куплю. У них сын-подросток, не хотят они на новый велосипед тратиться. А мой не то чтобы старенький, но... – девушка долго подбирала слово, – подержанный он. Мне подруга отдала. Она машину купила, а я на этом велосипеде куда угодно... Я без него как... – девушка вдруг всхлипнула.

Нуне надо, не плачьте, – постарался утешить ее Петрович. – Найдем мы ваш велосипед.

– Они не отдадут, – прерывисто вздохнув, сказала девушка. – Они такие... злые...

– Авотмы и посмотрим, – ответил Петрович. – Ну-ка, пойдем, навестим этих ваших злых соседей. Когда говорите, пропал велосипед?

– Между двенадцатью и двумя часами. В двенадцать я из института приехала и поставила его здесь. А в два вышла – и нет его.

– И никакого шума не слышали?

– Нет, не слышала. Я в наушниках сидела. Готовлюсь к курсовой.

Через минуту они звонили в дверь одной из квартир.

– Кто там еще? – раздался раздраженный женский голос.

– Полиция, откройте, – строго сказал Петрович.

Щелкнул дверной замок. На пороге появилась немолодая, но молодящаяся женщина в домашнем халате.

– Полиция? – тон ее внезапно смягчился и стал почти сюсюкающим. – Зачем полиция? Мы не вызывали. Ну проходите, если так надо, – женщина кокетливо поправила прическу и игриво улыбнулась.

В прихожей было тесно: стояли какие-то сумки, корзинки, валялась вперемешку обувь. Из раскрытой двери ванны по-

тянуло внезапно свежим в этом беспорядке запахом выстиранного белья.

Мы сами пришли, – напустив суровый вид, ответил Петрович. – Вы, гражданка, где были сегодня с двенадцати до двух дня?

– На даче мы были. На даче! Видите, даже вот разобрать сумки еще не успели, – она обвела рукой беспорядок в прихожей. – Буквально две минуты назад зашли. Все выходные мы были на даче!

«Таки выиграл я спорто», – подумал Петрович, а вслух сказал:

– Две минуты, говорите... Что ж, придется идти за понятыми. Впрочем, обыск, я думаю, будет недолгим. Или сами велосипед отдадите, гражданочка?

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович не поверил в алиби «дачницы»?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 23: сумка с серебром весит гораздо тяжелее сумки с одеждой – дама в светлом плаще не могла не заметить разницы в весе.

Рис. Ирина Светловская

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

19 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

20 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 45 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

21 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 45 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

22 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 45 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

23 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 03 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

24 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 03 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

25 ИЮНЯ Восход: 4 ч. 03 м. Заход: 20 ч. 44 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 19 ПО 25 ИЮНЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

19 ИЮНЯ

В 1899 году в России принят Монетный устав. В 1920 году создана Всероссийская Чрезвычайная комиссия по ликвидации безграмотности.

20 ИЮНЯ

В 1881 году в Нижнем Новгороде была проведена первая в России линия телефонной связи. В 1945 году в Москву из Берлина доставлено Знамя Победы.

21 ИЮНЯ

В 1893 году посетители Всемирной выставки в Чикаго впервые в истории прокатились на колесе обозрения. В 1925 году в Москве открыто регулярное таксомоторное движение.

22 ИЮНЯ

В 1941 году началась Великая Отечественная война.

В 1941 году началась героическая оборона Брестской крепости.

23 ИЮНЯ

В 1868 году была запатентована пишущая машинка.

24 ИЮНЯ

В 1710 году основано Царское Село близ Санкт-Петербурга. В 1812 году армия Наполеона вторглась в Россию.

В 1941 году образовано Советское информационное бюро.

В 1945 году в Москве состоялся Парад Победы.

25 ИЮНЯ

В 1883 году в России началась реформа церковно-приходского образования.

В 1959 году в Москве открылась первая в СССР Американская национальная выставка.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

19 ИЮНЯ. Виссарион, Иларион, Фёкла.
20 ИЮНЯ. Валентин, Валерия, Вениамин, Виктор, Владимир, Михаил, Николай, Павел.
21 ИЮНЯ. Василий, Феодор.
22 ИЮНЯ. Алексей, Кирилл, Мария.
23 ИЮНЯ. Александр, Антонина, Иоанн, Тимофей.
24 ИЮНЯ. Ефрем.
25 ИЮНЯ. Андрей, Анна, Арсений, Пётр.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 ИЮНЯ ■ День прогулки ■ Всемирный день мотоциклиста ■ Всемирный день детского футбола
20 ИЮНЯ ■ День специалиста минно-торпедной службы ВМФ России ■ Всемирный день Wi-Fi
21 ИЮНЯ ■ День кинологических подразделений МВД России ■ Всемирный день гуманизма
22 ИЮНЯ ■ День памяти и скорби – день начала Великой Отечественной войны (1941 г.)
23 ИЮНЯ ■ Международный Олимпийский день ■ День балалайки ■ День женщин-инженеров
24 ИЮНЯ ■ День молодежи России ■ День изобретателя и рационализатора в России
25 ИЮНЯ ■ День дружбы и единения славян ■ День моряка ■ День работников статистики в РФ

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Пётр Солнцеворот вершит поворот

19 июня отмечали день Лариона Пропольника.

Если утром этого дня слышался гром, то вечером ожидали дождь.

20 июня в народе отмечали день Федота Стража и судили о погоде по приметам: если гремел гром – ожидали долгого ненастья, а если он переходил с места на место – это предвещало град и холод.

21 июня, в день Фёдора Колодезника, крестьяне ходили на луга, чтобы узнать о будущем урожае: обильные росы сулили хороший урожай.

Если **22 июня**, в день Кирилла Солнцеворота, много ягод, то зима будет холодной.

На Тимофеев день, **23 июня**, было принято наблюдать за птицами:

курицы машут хвостом – к осадкам, вороны нахохлились – к непогоде.

Поведение птиц **24 июня**, в день Варнавы, говорило о погоде: отсутствие голубей в солнечный день сулило ненастье.

Про **25 июня**, день Петра Солнцеворота, говорили: «Пётр Солнцеворот вершит поворот». Дни становятся короче, а ночи длиннее. В этот день определяли погоду на время сенокоса: ясный день – к хорошему сенокосу, дождливый – к мокрому.

– Что призадумался?
– Предложение от девушки получил.
– ???
– Молодая девушка, ласковая, без вредных привычек, продаст оптом двадцать тонн цемента!



ТЕЛЕК Черноземье

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



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

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

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.

Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.

Телефон департамента рекламы:

+7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

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

№ 24 (397).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 13.06.2023 г. Дата производства: 13.06.2023 г. Дата выхода в свет: 14.06.2023 г. Тираж 45 140 экз.

Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ПВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70

Заказ 4272. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 854 940 экз.

Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. 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.



Чем опасен Дисбактериоз

Дисбактериоз – явление, к счастью, не самое частое, но очень неприятное. Столкнуться с ним может каждый, причём внезапно и в самое неподходящее время – например, на отдыхе.

Поэтому лучше знать этого врага в лицо и быть готовым отражать его атаки.

Дисбактериоз (или дисбиоз) кишечника – это такое изменение микрофлоры толстой кишки, при котором возникает дисбаланс полезных и вредоносных бактерий. В норме полезные бактерии подавляют вредоносные, при дисбактериозе их либо недостаточно, либо не осталось вовсе, а вредоносные стремительно размножаются.

Почему возникает дисбактериоз

Точная причина возникновения дисбактериоза до конца не выяснена. Но чаще всего инициаторами процесса становятся нездоровая пища, раздражающая слизистую оболочку кишечника, что



крайне негативно влияет на его микрофлору, а также и некоторые лекарства – например, антибиотики, которые убивают

вообще всю микрофлору без разбора, полезна она или нет.

Кроме того, на развитие дисбактериоза мо-

гут влиять некоторые заболевания и сбои в работе организма, среди них:

- заболевания и инфекции ЖКТ;
- возрастные изменения в организме;
- прием гормональных препаратов;
- негативное влияние внешних факторов (например, проживание в местности с плохой экологией);
- снижение иммунитета;
- физические перегрузки;
- частые и/или длительные стрессы, психоэмоциональные перегрузки.

Не только антибиотики могут стать причиной дисбактериоза. Препараты, назначаемые при некоторых респираторных

Симптомы

Дисбактериоз может проявляться у разных людей по-разному. К тому же, проявления дисбактериоза различны на разных стадиях. В самом начале заболевания, например, можно вообще ничего не заметить. Поэтому врачи рекомендуют быть внимательнее к своему организму и не оставлять незамеченными даже незначительные отклонения.

Любой из перечисленных ниже симптомов, повторяющийся систематически, должен стать поводом для обращения к врачу:

- частое урчание в животе;
- отрыжка;
- вздутие живота;
- отсутствие аппетита;
- метеоризм;
- разного рода боли или колики в животе;
- частые и/или ложные позывы в туалет;
- жидкий стул или запоры;
- неприятный привкус во рту;
- быстрая утомляемость;
- нарушения сна;
- тошнота, рвота;
- частые головные боли.

инфекциях и аллергии, также могут подавлять кишечную микрофлору. Помните, организм каждого человека индивидуален.

Диагностика и лечение

Помните, что самостоятельно ни диагностировать, ни вылечить дисбактериоз невозможно. При первых признаках заболевания необходимо обратиться к врачу. Лечение дисбактериоза зависит от того, на какой стадии больной обратился к специалисту. Конечно, чем раньше это сделано, тем быстрее и эффективнее будет лечение.

Как правило, врач назначает ряд препаратов, направленных на уничтожение патогенной микрофлоры и восстановление полезной. Это, например, могут быть сорбенты, ферменты, пре- и пробиотики. Также нередко возможно назначение иммуномодуляторов и витаминных комплексов для дополнительной поддержки организма. Но все эти назначения делает только врач, не занимайтесь самолечением.

Светлана ИВАНОВА

Редакция благодарит
врача-терапевта
Л.П. Романову
за помощь
в подготовке материала

Профилактика

Лучшая профилактика дисбактериоза – правильное питание и здоровый образ жизни.

Если для лечения какого-то заболевания необходимо принимать антибиотики, делать это нужно строго по рекомендации и под контролем лечащего врача, параллельно принимая, если врач рекомендовал, пробиотики и пребиотики.



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье ваших суставов и позвоночника

Картила Геленк-МСМ

- Способствует уменьшению дискомфорта и скованности в суставах и позвоночнике.
- Снижает мышечное напряжение.
- Ускоряет регенерацию хрящевой ткани.

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



Великий драматург Александр Островский

В творческой копилке Александра Николаевича Островского около полусотни оригинальных пьес, многие из них не потеряли свою актуальность до наших дней и сегодня представлены на театральной сцене. Кроме того, драматург сделал переводы драматургических произведений с пяти европейских языков. И именно Александр Островский одним из первых вывел на сцену театра русский бытовой, разговорный язык, ещё раз показав его лексическое разнообразие и красоту.

1 Родился Александр Николаевич 12 апреля 1823 года в купеческом Замоскворечье, в семье судебного чиновника Николая Островского. Получив хорошее домашнее, а затем и гимназическое образование, по желанию отца поступил на юридический факультет Московского университета. Любовь и склонность к писательству у Александра проявилась с юности, и вскоре молодой Островский написал заявление об уходе из университета. Тогда отец определил его на службу в суд канцеляристом. Проработав в судах около семи лет, начинающий драматург подметил и записал множество небольших сцен из жизни, которые позже легли в основу его пьес. В 1849 году на основе наблюдений он написал пьесу «Банкрот» (позже получившую другое название, созвучное пословице). Критика её была сокрушительной: «Все действующие лица – отъявленные мерзавцы, разговоры грязны, пьеса обидна для русского купечества». После чего произведение запретили к постановке по вердикту императора: «Печатано напрасно. Играть же запретить». Как называлась первая изданная пьеса Островского?

а) «Не в свои сани не садись». б) «Свои люди – сочтемся». в) «На бойком месте».

2 Эта пьеса-сказка вышла из-под пера Александра Николаевича в 1873 году. Константин Сергеевич Станиславский написал о ней так: «...сказка, мечта, национальное предание, написанное, рассказанное в великолепных звучных стихах Островского. Можно подумать, что этот драматург, так называемый реалист и бытовик, никогда ничего не писал, кроме чудесных стихов, и ничем другим не интересовался, кроме чистой поэзии и романтики». О каком произведении идёт речь?

а) «Гроза». б) «Лес». в) «Снегурочка».

3 Свой первый очерк, «Записки замоскворецкого жителя», Александру Островскому удалось опубликовать в 1847 году в газете «Московский городской листок». В заметках он описал, что творится по праздникам и будням в Замоскворечье. Следующее его произведение – пьеса о браке по расчёту, напечатанная там же, – стало отправным пунктом творчества. Сам автор вспоминал: «Самый памятный день в моей жизни 14 февраля 1847 года. С этого дня я стал считать себя русским писателем и уже без сомнений и колебаний поверил в своё призвание». Какую пьесу прочёл на вечере у профессора Степана Шевырева, друга Гоголя, бывший студент Островский?

а) «Семейная картина». б) «Картина семейного счастья». в) «Горячее сердце».

4 В 1873 году Малый театр закрыли на ремонт, и коллектив был объединён с труппой Большого. Потребовалась пьеса, в которой участвовали бы артисты не только драмы, но также оперы и балета. Комиссия управления императорскими московскими театрами обратилась с заказом к Александру Островскому, который написал сказку. Какой молодой композитор, автор музыки к постановке, вспомнил о работе так: «Пьеса Островского мне нравилась, и я в три недели, без всякого усилия, написал музыку. Мне кажется, что в этой музыке должно быть заметно радостное настроение, которым я тогда был проникнут?»

а) Николай Римский-Корсаков о «Снегурочке». б) Пётр Чайковский о «Снегурочке». в) Пётр Чайковский о «Воеводе».

ОТВЕТЫ

1-б. «Свои люди – сочтемся». 2-в. «Снегурочка». 3-а. «Семейная картина». 4-б. Первым музыку к постановке «Снегурочка» написал Пётр Ильич Чайковский. Спустя несколько лет, в 1881 году, Николай Андреевич Римский-Корсаков создал по тексту пьесы оперу.

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

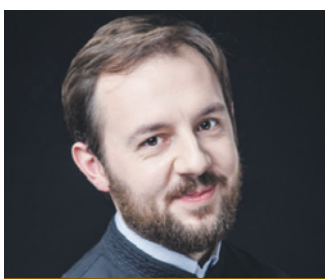
«Ищите же прежде Царства Божия и правды Его»

Светильник для тела есть око. Итак, если око твоё будет чисто, то все тело твоё будет светло; если же око твоё будет худо, то все тело твоё будет темно. Итак, если свет, который в тебе, тьма, то какова же тьма? Никто не может служить двум господам: ибо или одного будет ненавидеть, а другого любить; или одному станет усердствовать, а о другом нерадеть. Не можете служить Богу и маммоне. Посему говорю вам: не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться. Душа не больше ли пищи, и тело одежды? Взгляните на птиц небесных: они ни сеют, ни жнут, ни собирают в житницы; и Отец ваш Небесный питает их. Вы не гораздо ли лучше

их? Да и кто из вас, заботясь, может прибавить себe росту хотя на один локоть? И об одежде что заботитесь? Посмотрите на полевые лилии, как они растут: ни трудятся, ни прядут; но говорю вам, что и Соломон во всей славе своей не одевался так, как всякая из них; если же траву полевую, которая сегодня есть, а завтра будет брошена в печь, Бог так одевает, кольми паче вас, малверы! Итак не заботьтесь и не говорите: что нам есть? или что пить? или во что одеться? потому что всего этого ищут язычники, и потому что Отец ваш Небесный знает, что вы имеете нужду во всем этом. Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам.



Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 25 июня, в воскресенье.



Комментирует священник Антоний Борисов

Сначала Господь Иисус говорит о важности следования за Богом – истинным Светом. Спаситель указывает на губительность любых форм самообмана, когда человек свои жела-

ния выдает за волю Божию, а собственные эмоции воспринимает за посещение благодати Господней. В религиозной жизни подобную подмену совершить довольно легко. И тогда соблюдение обрядов, постов, традиций из средства приближения к Творцу станут формой почитания маммоны – внутреннего идола собственной гордости, самолюбования и псевдодуховности.

Путешествие по пути маммоны опасно и для самого человека, и для окружающих его людей. Как в обычной, так и в духовной жизни огромное значение имеет правильная расстанов-

ка приоритетов. Человек не должен путать цель и средства, главное и второстепенное.

Позвучавшее чтение учит нас также истинной любви. Подчас мы подменяем ее каким-то суррогатом, состоящим из бесконечной погони за материальными благами и страстными развлечениями. Но чем больше мы пытаемся такими способами наполнить себя радостью бытия, тем больше ощущаем тоску и безысходность. Пожар страстей невозможно потушить бензином греха. Огонь будет только разрастаться.

Христос не призывает нас уйти в монастырь или полностью посвятить себя аскезе. Речь о другом. О том, что не нужно становиться рабом чего-либо. Мы созданы Богом свободными. Красота этого мира, его блага даны нам не для того, чтобы мы были их пленниками, но для того, чтобы мы пользовались данными благами и благодарили Бога за Его милости. Только в этом случае перед нами будет сиять Свет Божий, путеводной нитью ведущий нас по беспокойным дорогам земной жизни и рассеивающий любые проявления греховной тьмы.

ДОБРО ДОЛЖНО ТВОРИТЬСЯ СЕРДЦЕМ

Прочла в Евангелии от Матфея слова Иисуса Христа, что «...пусть левая рука твоя не знает, что делает правая». Порассуждав, решила, что подавать милостыню при выходе из храма надо только правой рукой. Правильно ли я рассудила? Ольга, Подмоскowie

В этом случае слова Божии не надо понимать буквально. Господь этими словами указывает на то, что за сотворенную нами милость мы не должны хвалить себя. Спаситель напутствует нас, что не надо и хвалиться добрыми делами перед другими. И еще, милостыню надо подавать от сердца, с участием, любовью и состраданием. А какой рукой – правой или левой – без разницы.



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

ПОСЕЕМ ПРИВЫЧКУ – ПОЛУЧИМ МОЛОДОСТЬ



Машенька,
девушка на выданье

Верочка,
домохозяйка

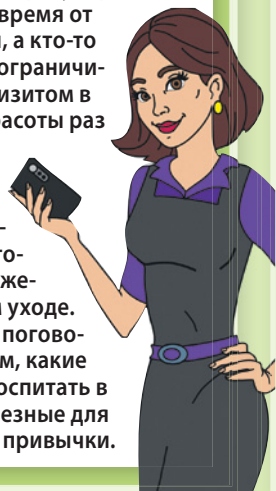
Анна
Адамовна,
учительница

Галина
Сергеевна,
бизнесвумен

И снова собрались за чашечкой чая наши старые знакомые: бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. Темой для обсуждения стали ежедневные привычки для красоты.

1

– Девочки, мы все хотим быть красивыми и, конечно, ухаживаем за собой. Но кто-то делает это регулярно, кто-то – время от времени, а кто-то вообще ограничивается визитом в салон красоты раз в месяц. А ведь красота нуждается в постоянном, ежедневном уходе. Давайте поговорим о том, какие нужно воспитать в себе полезные для красоты привычки.



2

– Это очень хорошая тема! Ведь волосам, коже и вообще всему нашему организму просто необходим ежедневный уход. Только если каждый день, без перерывов, уделять внимание своей внешности, будет прекрасный результат. Это гораздо проще и занимает намного меньше времени и сил, чем устранять последствия собственного бездействия. Ведь ежедневные процедуры для красоты – очень простые и легкие, никаких особых умений не требующие. Все, что нужно, – это наше желание и совсем немного времени.

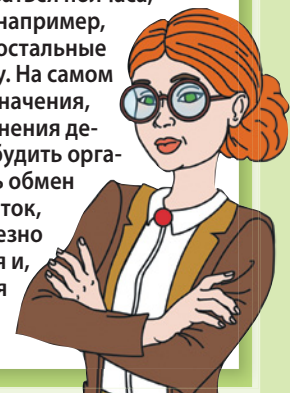
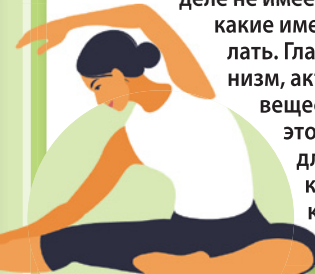


– Да-да, регулярные процедуры – самый простой и легкий путь к красоте. Например, каждое утро полезно делать массаж лица. Очень легкий, просто провести несколько раз по массажным линиям. Такой массаж отлично тонизирует мышцы лица и гарантирует естественный – ровный и красивый – румянец. А если после массажа принять контрастный душ, взбодрится весь организм, что очень полезно в самом начале дня. На обе эти процедуры понадобится максимум 10 минут, а эффект – просто потрясающий.



3

– А еще очень полезная для красоты вещь – комплекс упражнений по утрам. Причем совершенно не нужно убиваться полчаса, достаточно 5-7 минут разминки. Я, например, три раза в неделю качаю пресс, а в остальные дни делаю упражнения на растяжку. На самом деле не имеет особого значения, какие именно упражнения делать. Главное – разбудить организм, активировать обмен веществ и кровотока, это очень полезно для здоровья и, конечно, для красоты.



4

– Да, активировать обмен веществ – это очень хорошо, это заряд бодрости на весь день. А чтобы этот заряд подкрепить, необходим завтрак. В идеале он должен быть достаточно плотным, но сбалансированным. Для красоты в нем должны присутствовать витамины и микроэлементы, а также клетчатка, которая помогает пищеварению. Плохое пищеварение мгновенно отражается на лице – это кожа серого цвета, потеря тургора и т.п. Поэтому лучше всего на завтрак есть разнообразные каши с добавлением овощей, фруктов или ягод. Не помешает также бутерброд из цельнозернового хлеба со сливочным маслом. Мало кто знает, но сливочное масло чрезвычайно полезно для наших волос и кожи как богатейший источник витаминов. Кроме того, сливочное масло повышает иммунитет и настроение.



– Кстати, о настроении. Положительный настрой – это крайне важно. Ведь когда женщина улыбается, она выглядит гораздо красивее, чем когда грустит. Стресс вообще старит нас моментально. Поэтому исключительно полезно именно для красоты радовать себя. Приятная музыка, интересная книга, любимый фильм, встреча с подругами – все годится, что поднимает настроение. И если каша по утрам вгоняет вас в тоску, съешьте пирожное, которое точно порадует. Ничего в этом страшного, ну, пройдете днем на пару километров больше и сожжете эти лишние калории. Но лучше украсьте кашу свежими ягодами, положите в красивую тарелку, включите любимую музыку – и тоски как не бывало. Жить нужно в радости, наслаждаться каждым днем, каждым часом!



Это интересно Как формировали привычки у воспитанниц Смольного

Первое высшее учебное заведение для женщин в России было основано по инициативе Екатерины Великой в 1764 году. Смольный институт благородных девиц в Санкт-Петербурге распахнул свои двери для воспитанниц 16 мая. Императрица хотела, чтобы выпускницы стали примером для женщин. Обучение длилось почти 12 лет, ученицами становились с 6 лет. Родственники писали расписку, что отдадут ребенка в учебное заведение на 12 лет без возможности встреч и выездов за пределы Смольного (позже родители могли навещать девочек два раза в неделю под надзором воспитательниц). Ранний подъем (6 утра) и сон на жестких кроватях, умывание ледяной водой – все это делалось для закалки. Благодаря этому воспитанницы редко болели.

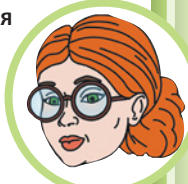


5

– Вот что еще очень важно – чистая вода. Для гладкой, ухоженной кожи чистая вода совершенно необходима. Ведь нашей коже чаще всего не хватает увлажнения изнутри, без этого она быстро стареет. Поэтому одна из самых полезных привычек – пить много, не менее литра в день, чистой воды. Кипяченой или бутилированной, но не газированной. Многие предпочитают родниковую воду, и это неплохой вариант, но сначала необходимо удостовериться, что родник не загрязнен и находится вдали от с/х угодий, промышленных предприятий, свалок и т.п.



– Вода – это важно, но еще важнее сон. Полноценный сон необходим для восстановления сил, снятия стресса и усталости. Лучше всего ложиться спать и просыпаться в одно и то же время, наш организм очень любит такую четкую цикличность. И конечно, крайне полезно гулять – хотя бы полчаса-час, но обязательно каждый день.



– Я считаю, что мы сегодня назвали все самые полезные привычки для красоты. Если каждая женщина приобретет такие привычки, красоты вокруг будет значительно больше.



Когда томаты прижились после высадки, они активно наращивают побеги и листовую массу.

Если не ограничить этот процесс, загущение куста приведет к болезням и измельчанию плодов. Решить проблему помогает пасынкование – удаление лишних побегов. Не зная нюансов процедуры, можно допустить ряд ошибок, которые негативно отражаются на развитии растения и размере урожая. Что нужно знать, чтобы пасынковать томаты правильно?

Не путать цветочные кисти и пасынки

Начинающие дачники часто совершают простейшую ошибку: вместо пасынка удаляют цветочную кисть. Как отличить цветочную кисть от пасынка? Пасынок развивается из пазухи листа, а цветочная кисть – от стебля; даже на небольшом пасынке имеются листья, в то время как на кисти присутствуют зачатки цветков. Если сомневаетесь, пасынок это или кисть – просто подождите. Если растут листочки – удаляем, если цветочки – оставляем!

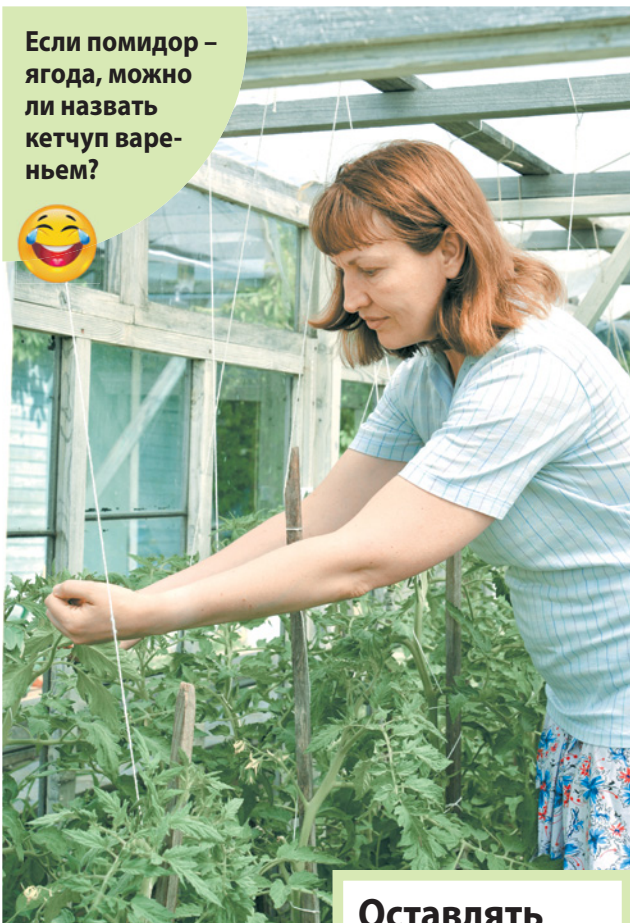
Действовать в сухую погоду утром

Еще одна частая ошибка начинающих – неправильно выбранные условия для удаления пасынков. Пасынкуют томаты утром, чтобы ранка к вечеру затянулась, и в нее не попала инфекция в период холода и влажности в ночные часы. По тем же причинам не проводят пасынкование, когда сыро или влажно: в таких условиях ранки затягиваются долго и риск проникновения инфекции повышен.

Пасынкование томатов: нюансы, о которых надо знать



Если помидор – ягода, можно ли назвать кетчуп вареньем?



Пасынковать с учётом сорта

● Индетерминантные сорта и гибриды (с неограниченным ростом) – обычно высокорослые томаты, которые быстро обрастают побегами и без пасынкования превращаются в дерево, на котором созревает несколько мелких плодов. Многие огородники удаляют все пасынки на индетерминантных томатах, формируя их в один стебель, чтобы куст не тратил все силы на новые побеги. При таком подходе все помидорки вырастают крупными, но урожай бывает не слишком богатым. Если оставить пасынок под первой цветочной кистью и позволить ему расти, а остальные удалить, то формирование томата пойдет в два стебля. В этом случае вы увеличите урожайность, правда

рекордных плодов, скорее всего, не получите. Если крупные томаты не нужны, например, при выращивании черри, то можно вести куст и в три, и в четыре стебля, оставив соответствующее количество пасынков.

● Детерминантные сорта и гибриды (с ограничением роста) завершают развитие после того, как сформируется 4-5 цветущих кистей. Детерминантные сорта и гибриды томатов можно вообще не пасынковать или удалять только те побеги, которые сильно загущают посадки. Если детерминантные томаты полностью лишить всех пасынков, это приведет к остановке роста куста и потере урожая.



Оставлять «пеньки»

Агрономы советуют не выламывать пасынок целиком, а оставлять «пенек» в 1-2 см. Так вы гарантированно не повредите стебель томата, и новый побег на этом месте не будет расти долгое время, ведь место занято «пеньком».

Дезинфицировать инструменты

Кто-то проводит пасынкование без всяких инструментов – методом прищипывания (и это допустимо, но требует некоторых навыков). Кто-то пасынкуют томаты острыми садовыми ножницами. Но в любом случае и руки, и ножницы должны быть обработаны антисептическими препаратами. В противном случае сами инструменты или руки могут стать разносчиком инфекции, если ими проводились работы на не совсем здоровых растениях.

Удалять пасынки нужного размера

Удалять пасынки нужно тогда, когда они вырастут до 4-5 см в высоту. Если удалять пасынки раньше, на их месте из спящих почек в пазухах листьев быстро нарастают новые. Если удалять пасынки позже, когда побеги уже сильные, это будет травмой для растения. Когда пасынки размером 4-5 см, они еще не забирают много сил у материнского растения, и их удаление не будет стрессом для томата.

Проводить процедуру регулярно

Пасынкование – процедура, которую нужно проводить регулярно по мере роста растения. Нельзя ограничиться однократным удалением побегов. Опытные огородники проводят пасынкование раз в неделю.

Кроме пасынкования необходимо следить за состоянием листьев: старые, желтые, с признаками заболеваний листья нужно удалять. Помидоры не могут наращивать густую зеленую массу и одновременно давать хороший урожай. Но важно помнить, что листья питают плоды, и чрезмерное прореживание листового аппарата также может привести к потере урожая.

Валерия ПАШЕЧКИНА



Найди 10 отличий Что надеть на званый вечер?

Лето радует нас тёплой погодой и разнообразием выбора одежды. Конечно, хорошо, когда есть выбор. Но как его непросто сделать...

Ответы: 1. Платье в гардеробе в центре, цвет - розовый. 2. Платье в центре, цвет - розовый. 3. Платье в центре, цвет - розовый. 4. Платье в центре, цвет - розовый. 5. Платье в центре, цвет - розовый. 6. Платье в центре, цвет - розовый. 7. Платье в центре, цвет - розовый. 8. Платье в центре, цвет - розовый. 9. Платье в центре, цвет - розовый. 10. Платье в центре, цвет - розовый.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 ИЮНЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Избегайте людей, которые вам завидуют. Несмотря на обстоятельства, не поддавайтесь унынию и не пытайтесь на-солитьшему вам человеку. Терпение и благородство возвысят вас в глазах окружающих и пойдут на пользу вашему имиджу.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
У Львов неделя будет наполнена противоречиями. Чтобы понять друг друга, старайтесь выключить эмоции. Проявляйте больше доброжелательности и искреннего внимания. Ваш такт и забота будут по достоинству оценены. Хорошее время для построения планов.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Звезды не рекомендуют Стрельцам копить дела и активно браться за новые. Неделя обещает быть монотонной. Помните, близкие люди готовы поддержать вас. А вы ответьте им взаимностью. Проявляйте больше романтики в отношениях с любимым человеком.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Пустые разговоры могут сильно раздражать Водолеев. Все это будет происходить на фоне большого объема работы. В такие моменты важно сохранить самообладание. Старайтесь выполнять только то, что действительно важно. И больше позитива в жизни.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Звезды советуют Тельцам не откладывать реализацию идей. Чем дальше – тем сложнее их будет воплощать в жизнь. Вероятны новые знакомства, которые обещают увлекательные приключения. Хорошее время у Тельцов и для отдыха. Больше времени уделяйте семье и близким.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девам предстоит много работать. Чтобы выполнить все задачи, будьте внимательны, старательны и инициативны. Ничего не откладывайте на потом, ваши дела никто за вас не переделает. Не забывайте, что после напряженной работы обязательно надо отдохнуть.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Близнецам следует в большей степени полагаться на себя. Советы посторонних далеко не всегда будут полезны, но запутать могут. Проявляйте больше позитива в жизни, будьте внимательней к просьбам и нуждам своих близких и знакомых.

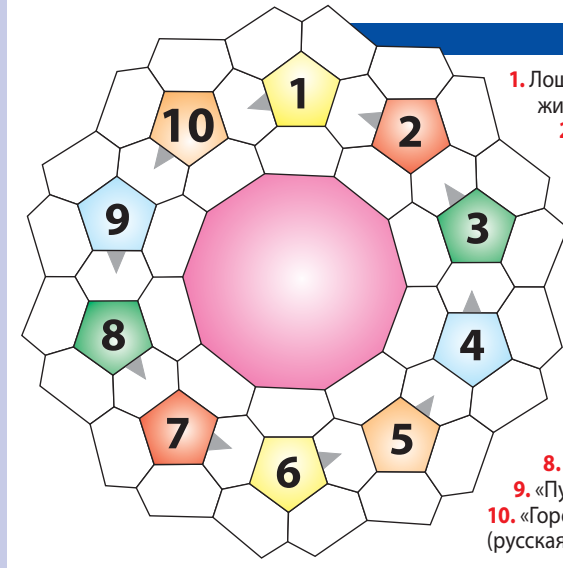
ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Расположение звезд поможет Весам в профессиональной сфере. Отличное время, чтобы приступить к проектам, которые казались трудными. Смелее исследуйте «неизведанные земли». Поделитесь с близкими своими планами и мечтами и получите от них ценный совет.

РАК (22.06 – 22.07)
Для многих Раков открывается возможность реализации своих планов. Звезды помогут вам в начинаниях. Но не стоит торопиться с необдуманными решениями. Не стесняйтесь чаще спрашивать совета у близких родственников и коллег. И не забывайте об отдыхе.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионам следует посвящать больше времени семье. Будьте внимательны и обходительны с близкими. Ваша искренняя забота будет оценена по достоинству. Хороший период для совместного активного отдыха на природе. Растворившись в семье, не забывайте о работе.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Для Козерогов все обстоятельства будут складываться удачно. Но ни в коем случае не гонитесь за быстрой выгодой, в этом случае вы рискуете потерять гораздо больше. Сосредоточьтесь на своих делах, заботах, а также личных отношениях. Просто приведите все в порядок.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Звезды обещают Рыбам интересные встречи и приятные знакомства. На работе вы легко справитесь с решением многих вопросов. К вашему мнению будут прислушиваться коллеги и близкие. Старайтесь в любой ситуации сохранять оптимизм и не поддаваться насмешкам судьбы.

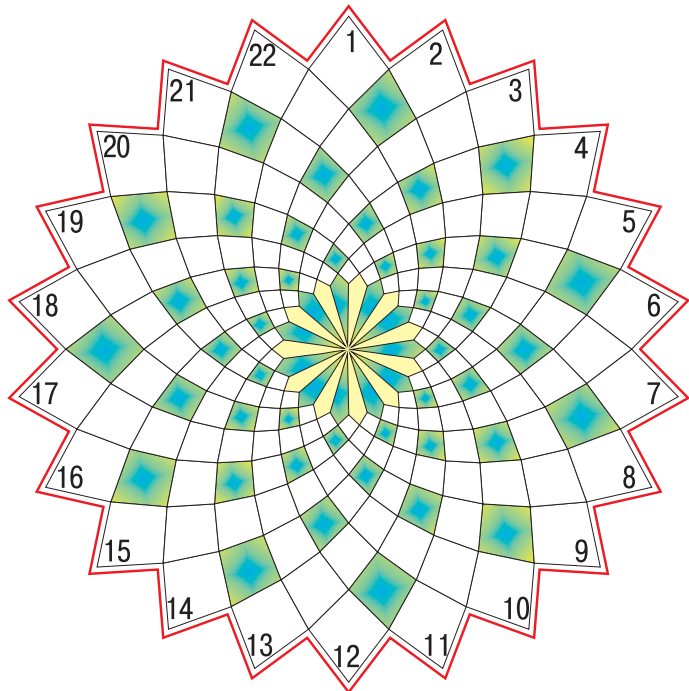


КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Лошадь, на которой «написано», что вся ее жизнь в черно-белые полосы.
- Ее в сказке вытягивали всем семейством.
- Служащий офиса.
- В диснеевском мультфильме в каменном доме поросенка даже этот музыкальный инструмент был из кирпичей.
- Какой столовый прибор греки и римляне отливали из бронзы и серебра?
- Латинское название этого пряного растения происходит от греческого слова со значением «клоп».
- Автобиографическая книга зоолога Джеральда Даррелла «Моя семья и другие ...»
- Та, что в песне движется и не движется.
- «Пункт выдачи» чеков в супермаркете.
- «Горе не сухарь, ... не вода – не размочишь» (русская пословица).

Ответы: 1. Зебра. 2. Репка. 3. Клепк. 4. Рояль. 5. Ложка. 6. Кинза. 7. Зверь. 8. Речка. 9. Каска. 10. Снедь.

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



- Привычная работенка для бормашины.
- Саранча – с точки зрения холившего и лелеявшего колхозные всходы агронома.
- Объяснение в любви.
- Введенный Петром I собрание-бал с участием прекрасного пола.
- Датчик дождя.
- Античная поэзия об идеальной пастушьей жизни.
- Млечный Путь как дом, в котором мы живем.
- Чувствительный парень в розовых очках.
- «Прихожая» станции метрополитена.
- Искусство ведения хозяйства в мировом масштабе.
- Облик и телосложение животного.
- Непослушание с последствиями.
- Должностное лицо в архиве.
- Оно барахлит, когда нет искры.
- Штамп – заменитель личной подписи.
- Благой замысел, ждущий воплощения.
- Крючок в подписи (разг.).
- Стоградусная «баня» для белья.
- Биограф придуманных героев.
- Древний грек, воспитанный в суровых условиях.
- Изменение глагола.
- Зубчатое колесо в цепных передачах.

ОТВЕТЫ

1. Сверхинне. 2. Вредитель. 3. Признания. 4. Ассамблея. 5. Осадочка. 6. Мечтатель. 7. Галатея. 8. Животное. 9. Вестит-ина. 10. Экспонатор. 11. Эскерт. 12. Проступок. 13. Храбрый. 14. Жакет. 15. Факел. 16. Намерение. 17. Завя-тия. 18. Кипень. 19. Липень. 20. Сиренет. 21. Сирень. 22. Звездочка.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

РАБОТА НА ПРОИЗВОДСТВЕ

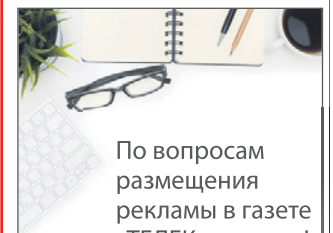
Вахтовым методом в Воронежской области

- Чистый и теплый цех
- Бесплатное проживание
- Бесплатная спецодежда
- Официальное трудоустройство

От 50 тыс. руб. на руки в месяц

+7 926 385 9287 | +7 985 515 1924

8 (910) 249-12-27. Требуется рабочие в плодовые сады Воронежской обл. Предоставляется бесплатное проживание и трёхразовое питание. Подробная информация по телефону: 8 (910) 249-12-27



По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

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

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

Скидки уточняйте у менеджера

Реклама

Оформи заказ по телефону: 8 (800) 500-20-24 и получи ПОДАРОК*!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до -60%

Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт.

лот 925760 ~~6999~~ **3999.-** **20 шт. – 10 м²**
Выгода – 3000!

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под нужный размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Надежно и просто клеятся на любую поверхность.

Материал: вспененный полиэтилен. Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4).
Размер одной панели: 70×77 см. В комплекте: 20 шт.

Полотенце махровое «Сибирский кот»

лот 102946-02 **1599 999.-**

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

Материал: 100% хлопок (махра).
Размер: 70×140 см.
Цвет: бежевый.

Электрическая турка

лот 200772 ~~1699~~ **999.-**

- Ненагревающаяся съемная ручка.
- Скрытый нагревательный элемент.
- Защита от включения без воды и защита от перегрева.

Материал: пластик, металл. Мощность: 600 Вт. Напряжение: 220-240 В. Объем: 0,5 л. Длина провода: 60 см. Цвет укажите при заказе.

Черный
Фиолетовый

Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678 ~~3999~~ **1999.-**

- Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.
- Керамическое покрытие Granitex.
- Стеклокерамическая крышка с клапаном для пара.

Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: Ø17 см. Высота борта 9,5 см. Цвет: черный, бордовый (укажите при заказе).

Выпускной клапан для пара
Крышку можно ставить вертикально
Бордовый
Черный

Щетка магнитная для окна «Проще простого»

лот 103205-01 **1799 999.-**

- При помощи щетки можно мыть окна сразу с двух сторон – безопасно даже в труднодоступных местах!
- Материал: пластик, резина, магнит.
- Размер: 13×16×6 см.

В комплекте: магнитная щетка со шнуром (195 см), 2 сменные резиновые насадки. Для одинарного остекления створчатого стекла 3-8 мм.

Резиновые насадки

Махровое полотенце «Полет бабочек»

лот 102571 ~~999~~ **499.-**

Ванильный, какао (30×60 см).

лот 102363 ~~1799~~ **999.-**

Фиолетовый, ванильный, какао (70×130 см).
В комплекте: 1 шт. Декор «Бабочки»
Материал: 100% хлопок. Размер и цвет укажите при заказе.

Антимоскитная чудо-сетка, 2 комплекта

лот 17609 ~~1999~~ **1299.-** **2 шт.**

Материал: ПЭ, пластик, магнит. Размер: 210×100 см. В одном комплекте: сетка (2 шт.), 8 липучек, 17 кнопок, 26 магнитов (по 13 магнитов на каждой стороне).
Дизайн: «Море», «Бабочки», «Прованс».

Набор керамических контейнеров, 3 шт.

лот 28486 ~~1499~~ **799.-** **3 шт.**

- Вакуумные крышки обеспечивают длительное хранение продуктов.
- Циферблат на крышке поможет выставить дату закрытия.

Материал: керамика, пластик. В комплекте: 3 контейнера с крышками. Объем: 250 мл, 500 мл, 750 мл.
Можно использовать в СВЧ и посудомоечной машине.

Складная стиральная машинка «Мини Автомат»

лот 102943 ~~4999~~ **2999.-**

- Работает от электросети или от PowerBank.
- Удобно брать в дорогу, на дачу.
- Цикл стирки 30 мин.
- Можно использовать как посудомоечную машину.

Напряжение: 220 В. Потребляемая мощность: 10 Вт. Вес: 600 г. Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка); 25×20 см (ведро). Длина провода: 143 см. Объем ведра: 5 л. Материал: пластик, силикон. В комплекте: мини-стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети 220 В, присоска, 2 фиксатора для провода, складное ведро.

В ванной На природе

Комплект подушек «Пышные формы», 2 шт.

лот 103258 ~~2499~~ **999.-** **2 шт.**

- Выгодная покупка.

Материал: 100% ПЭ. Бирюзовый
Размер: 50×70 см. В комплекте: 2 шт.
Цвет: бирюзовый, серый, бежевый.

Серый Бежевый

Чудо-пленка «Надежная защита», 2-я в ПОДАРОК!

лот 100123 ~~1999~~ **999.-**

- Обновит и защитит ваш интерьер.
- Приклеивается сама к любой поверхности.
- Водоотталкивающая.
- Выдерживает температуру до +250°C.
- Не выцветает и устойчива к царапинам.

Материал: ПВХ, алюминий. Цвет: «золотые узоры», «серебряные узоры» (укажите при заказе). В комплекте: рулон 60×300 см. Второй рулон такого же дизайна (60×300 см) в ПОДАРОК!

Кадка с гнетом «Разносолы»

лот 28938-02 ~~3699~~ **2999.-**

- Ароматные заготовки квашеной капусты, соленых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках!

Материал: древесина липы, нержавеющая сталь. Объем: 10 л.

Сушилка «Так удобно»

лот 19272-01 ~~4999~~ **2499.-**

- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.

Материал: сталь (окрашенная), пластик.
Размер: 173,5×70×66 см (в сложенном виде: 173,5×70×23 см). Максимальная нагрузка: 15 кг.

Простыня на резинке

лот 27839 от ~~1899~~ **1299.-**

Белый, оливковый, персиковый

лот 16558 **2499 1499.-**

Мягкий, розовый, желтый, кофейный, синий
Материал: 100% хлопок. Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Надежная фиксация

Набор для перемещения мебели «Транспортер»

лот 27948 ~~2499~~ **1499.-**

- Поможет легко передвинуть мебель по любому напольному покрытию.
- Максимальная нагрузка на каждую платформу – до 100 кг.
- Рычаг выдерживает 150 кг.

Материал: металл, резина, пластик. В комплекте: 4 транспортировочные платформы (10×7,5×3 см), 1 подъемный рычаг (длина: 35,5 см).
Цвет может отличаться от представленного.

4 платформы с колесами
Подъемный рычаг

Набор термокастрюль «Магия вкуса», 4 шт.

лот 28623-01 ~~5499~~ **2999.-**

- Поддерживают температуру пищи несколько часов.

Внутри – чаша из нержавеющей стали.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. В комплекте: 4 кастрюли с крышками (2,3 л; 1,4 л; 0,75 л; 0,4 л). Не предназначены для использования на плите и в духовом шкафу.

Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

лот 102640 ~~1299~~ **999.-** **2 шт.**

- 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.
- Блокирует проникновение влаги.
- Подходит для любой поверхности.
- Предотвращает образование ржавчины и коррозии.

Объем баллона: 450 мл. Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона одного цвета.

До После

Наматрасник непромокаемый

лот 103314 от ~~1599~~ **999.-**

- Защищает от влаги и грязи.
- Дышащий верхний слой, непромокаемый – нижний.
- Фиксируется при помощи резинки по периметру.
- Не дает скользить постельному белью.
- Для матрасов высотой до 30 см.

Материал: махра, полиуретановая мембрана (80% хлопок, 20% ПЭ). Размер: 90×200 см, 160×200 см, 180×200 см. В комплекте: 1 шт.

Резинка по периметру

Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник», 2 шт.

лот 10035-04 ~~1999~~ **999.-** **2 шт.**

- Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.
- Работает от сети 230 В. Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см. Зона влияния: до 200 кв. м. В комплекте: 2 шт.

Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594 ~~3999~~ **2499.-**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и не царапающие ножки.

Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см. Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см. Максимальная нагрузка: 120 кг.

Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 ~~1999~~ **999.-** **ВТОРАЯ ЛЕНТА В ПОДАРОК!**

- Заклеит, уплотнит и отремонтирует почти всё.
- Можно использовать под водой.

Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металла, дерева, керамики, стекла и др.
Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см, лента в подарок: 10×100 см.

Чудо-шланг «Ультра»

лот 14732 ~~3999~~ **2099.-**

- Увеличивается в длину до 3-х раз.
- Суперпрочный и супер легкий.
- 7 режимов работы для струй разного напора и ширины.

Длина наполненного шланга – 15 м; 22,5 м; 30 м.
Материал: пластик, нейлон, термопластичные эластомеры. Резьбовое соединение: 3/4". В комплекте: шланг, распылитель.

15 м 22,5 м 30 м

Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634 ~~2499~~ **1499.-**

- 3 в 1: заменил blender, миксер и мясорубку.
- Простое управление одним нажатием.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Объем чаши: 1,8 л. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. В комплекте: измельчитель, Зеленый одинарный нож, двойной нож.

Ножницы для педикюра

лот 402091-02 ~~899~~ **599.-**

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

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

Супер ключи «Стальная хватка»

лот 103015-01 ~~1299~~ **999.-**

- Универсальные: заменяют газовый, разводной и гаечные ключи.
- Адаптируются ко всем видам болтов и гаек.

Материал: сталь, пластик. В комплекте: малый ключ (9-23 мм), большой ключ (23-32 мм).

Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов

лот 22462 ~~1999~~ **799.-**

- Продукты не прилипают к поверхности лезвий.
- Лезвия из высококачественной нерж. стали с покрытием Granitex, бакелитовые ручки.

В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); нож для хлеба (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овецщетка.
Не подходит для мытья в посудомоечной машине!

*ВАШ ПОДАРОК:

при заказе до 1000 р. Комплект «Рубиновая страсть»
при заказе от 2000 р. Электрическая ножеточка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная)

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!
 * При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-20-24. Предложение действительно до 30.09.2023. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ): 8 (800) 500-20-24

КАК «СНЯТЬ ПЕЛЕНУ С ГЛАЗ» И ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЗРЕНИЕ? ПРОСТОЙ СПОСОБ, ДОСТУПНЫЙ КАЖДОМУ!

Как вы думаете, удобно смотреть телевизор через печную заслонку? А много вы увидите в окно через замочную скважину? А насколько удобно причесываться, глядя на себя в запотевшее зеркало, покрытое черными пятнами?

Такого не бывает, скажете вы! К сожалению, бывает... Это бывает при катаракте, глаукоме и дистрофии сетчатки. И очки тут не помогут.

Вы скажете: есть операции от глаукомы и катаракты. Но это все-таки — операция... Конечно, когда случай запущенный — от операции не откажешься. А если все проблемы только начинаются? И что, просто сидеть и ждать, пока все не станет совсем плохо?! А может, стоит остановить потерю зрения? Хотите, откроем «тайну», как это сделать?

ТАЙНА УХУДШЕНИЯ ЗРЕНИЯ

Недавно медики открыли, что 90% проблем со зрением происходят только по одной причине — недостаточной микроциркуляции крови и глазных жидкостей — ангиопатии!

Особенно это касается людей в возрасте и с диабетом. У них глазные протоки и кровеносные сосуды глаз вдобавок еще и «забываются», в результате глаза получают мало «питания», зато загрязняются избытком токсинов...

Это, как чистое проточное озеро превращается в гнилое, застойное болото, где и лягушки не живут. Значит, для восстановления зрения надо только улучшить микроциркуляцию крови и жидкостей глаза!

ОЧИСТИТЬ ОЗЕРА ГЛАЗ

А как привести микроциркуляцию в норму! Таблетки? Уколы? Это лучше, чем ничего. Но, по признанию медиков, восстановление микроциркуляции глаза с помощью медикаментозной терапии — задача практически невыполнимая! Так что же, «все пропало»? Нет!

Теперь эту проблему можно решить с помощью самого современного метода лечения — иридорексотерапии!

И это не потребует непомерных денег. И лечиться вы можете дома! Кажется невероятным, но это совершенно реально! Хотите узнать, что это за лечение такое?

ЦВЕТА РАДУГИ ДЛЯ ЗРЕНИЯ

Это лечение с помощью медицинского аппарата «Радуга прозрения». Он потрясающе усиливает питание глаза и микроциркуляцию его жидкостей! А действует на глаз через его радужку.

Медицинский аппарат «Радуга прозрения» — это устройство в виде очков. Со встроенными напротив зрачков импульсными тройными квантовыми светодиодными излучателями. Длина их волны 450, 530, 650 нм. Они выбраны на основе медицинских исследований.

СИНЕЕ ИЗЛУЧЕНИЕ снимает боли, воспаления.

ЗЕЛЕНЕЕ ИЗЛУЧЕНИЕ крайне полезно глазам. К нему у глаза максимальная чувствительность! При одинаковой энергии излучения, мы видим такой зеленый свет в 40 раз ярче, чем красный. Это излучение:

- улучшает микроциркуляцию крови и других жидкостей в тканях глаза
- выравнивает кровоток по обоим глазам
- улучшает состояние и тонус капилляров и сосудов
- улучшает состояние нервных волокон глаза
- снимает спазм мышц аккомодации глаза, помогает при близорукости
- снимает отеки

КРАСНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ — самая эффективная длина волны. Очень широко применяется в медицинской практике. Такое излучение активизирует перенос электронов в митохондриях — «энергетических станциях» тканей. А значит, эти ткани получают дополнительную энергию и восстанавливаются, как бы молодеют. Омолодить свои глаза! Согласитесь, это дорогого стоит!

Но это далеко не все лечебные эффекты «Радуги прозрения»! О самой главной и эффективной части терапии речь пойдет дальше.

НАСОС ДЛЯ МИКРОЦИРКУЛЯЦИИ

Как вы помните, главное в восстановлении работы глаза — обеспечить отличную микроциркуляцию крови и глазной жидкости. Это и делает «Радуга прозрения».

Как? Все дело в импульсах излучателей. При вспышке света зрачок глаза мгновенно сужается. При темноте — расширяется. И если правильно подобрать цвет, силу и длительность вспышек и темноты, то мы получим пульсирующую работу круговых мышц глаза. Они начнут работать как помповый насос по перекачке крови и глазных жидкостей! Потрясающе просто по идее и очень сложно в подборе параметров пульсации.

Недаром работы медиков шли около четверти века!

УНИКАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ВАС

Долгая работа, зато какой результат! В «ленивом» глазе скорость кровотока вырастает в 3 раза! Увеличивается сила аккомодационных мышц, отвечающих за фокусировку изображения на сетчатке, улучшается острота зрения.

Снижается и близорукость, и дальность зрения. А еще «Радуга прозрения» активизирует зрительный нерв и улучшает зрительное восприятие. Вот посмотрите показания к применению офтальмологического аппарата «Радуга прозрения»:

- начальная катаракта
- открытоугольная глаукома (повышенное внутриглазное давление)
- частичная атрофия зрительного нерва (ЧАЗН)
- дистрофия сетчатки (и возрастная дистрофия сетчатки)
- близорукость
- дальнозоркость
- спазм аккомодации (ложная близорукость)
- амблиопия (синдром ленивого глаза)
- косоглазие
- астигматизм
- компьютерная болезнь глаз (КЗС)

впечатляет! Хотите узнать, откуда это все известно? Кто все это проверил? Пожалуйста!

КЛИНИЧЕСКИЕ ИСПЫТАНИЯ. ДОКАЗАННАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ

«Радуга прозрения» является одним из немногих аппаратов для улучшения зрения, который прошел все клинические испытания. И доказал свою эффективность.

Где проходили эти испытания? На кафедре офтальмологии педиатрического факультета ГБОУ ВПО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова». Руководил исследованием врач-офтальмолог, профессор, д.м.н. Е.И. Сидоренко.

На базе ФГУ «Государственный научный центр лазерной медицины» под руководством профессора, д.м.н. А.В. Гейница. По результатам испытаний аппарат зарегистрирован как мед. изделие (№ ФСР 2008/03904).

Разрешен к применению в медицинских центрах и в домашних условиях Росздравнадзором.

ЯСНОЕ ЗРЕНИЕ — РАДОСТНАЯ ЖИЗНЬ!

С «Радугой прозрения» вы вернете себе радость жизни! вас перестанет угнетать мысль, что с каждым днем вы все сильнее теряете зрение.

А если еще проблемы у детей или внуков?! Косоглазие, «ленивый глаз», детская близорукость — все это может сильно испортить жизнь вашим любимым.

А «Радуга прозрения» вернет надежду на счастливую жизнь! Лица любимых и близких перестанут быть мутной картинкой. вы снова сможете заниматься любимыми делами.

А выросшие дети и внуки, скажут «спасибо!» за то, что вы вовремя уберегли их от огромных проблем со зрением!

ОНИ ВАМ НЕОБХОДИМЫ!


Очки «Радуга прозрения» являются феноменальным аппаратом для лечения глаз.

Они особенно эффективны именно при возрастных изменениях — катаракте, глаукоме и ангиопатии сетчатки. При этом аппарат может применяться для исправления зрения, начиная с трехлетнего возраста! А еще «Радуга прозрения» рекомендуется людям с высокими нагрузками на зрение.

Для офисных работников, педагогов, водителей, программистов, школьников и студентов. «Радугу прозрения» рекомендует применять для лечения глаз чл.-корр. РАМН, профессор, д.м.н. Е.И. Сидоренко. Это просто замечательно, что для лечения аппаратом «Радуга прозрения» вам не надо бегать в учреждение. Мало того, его можно брать с собой и в поездки, и на дачу, и на курорт. ведь он компактный и работает от батареек.

И не придется прерывать курс лечения при неожиданной поездке. И ведь аппарат не таблетки, он может использоваться и несколькими людьми — всей семьей!


«Радуга прозрения» дает вам реальный шанс! Так помогите своим глазам! Звоните прямо сейчас! И ваши глаза скоро скажут вам «спасибо!»



ПРЕДЛАГАЕМ
ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА
ВИЖН БИОНОРМУЛА

УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ
СРЕДСТВО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ГЛАЗ
В ПОДАРОК!

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ЗАКАЗ*
300 АППАРАТОВ ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ЦЕНЕ!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. *Акция действует с 14.06.2023г. по 14.07.2023г. Стоимость доставки уточняйте у оператора. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО «Тоток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама. 18+

Получите **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по номеру телефона:

8 (800) 777-91-52

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС
ВЕРНУТЬ ЗРЕНИЕ НА ЗАВТРА!

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов
«РАДУГА ПРОЗРЕНИЯ» ограничено!

WWW.PRODEX.RU

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.