

№03  
(480)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 20 по 26 января 2025 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ИСТОРИЯ  
И ТРАДИЦИИ.  
КРЕЩЕНИЕ  
ГОСПОДНЕ**

стр. 8

**ВКУСНАЯ  
ГОВЯДИНА:  
ОТ ОССОБУКО  
ДО ГУЛЯША**

стр. 28

**ДМИТРИЙ  
ПАЛАМАРЧУК**

**ЖИЗНЬ СОСТОИТ  
ИЗ РОДНЫХ МЕЛОЧЕЙ**

стр. 2

**ПОДЧЕРКНЁМ  
КРАСОТУ  
БРОВЕЙ И РЕСНИЦ**

стр. 6

**КАК ВЫБРАТЬ  
ПУХОВИК  
ПО ФИГУРЕ?**

стр. 26

**7 ШАГОВ  
К ФИНАНСОВОМУ  
БЛАГОПОЛУЧИЮ**

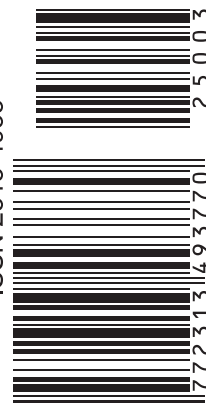
стр. 4

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото Оксаны Ивлевой

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 1 25003

13 января на канале ТВ-3 стартовал сериал «Ронин» с Дмитрием Паламарчуком в главной роли. Это история про бывшего спецназовца Ивана Доронина, который стоит перед сложным семейным выбором и помогает жителям родной деревни Медвежье.

**О** съемках в Красноярске, внутреннем конфликте героя, а также о своей семье и любви к собакам Дмитрий рассказал нам в интервью.

## Сюрпризы Сибири

– Дмитрий, съёмки проходили в Красноярском крае, аж в 30 локациях, и вы говорили, что вас очень впечатлили те места. Расскажите, пожалуйста, какое запомнилось особенно?

– Да, Красноярский край невероятно огромен, и место, которое на меня действительно произвело впечатление, – это, как ни странно, Столбы. Я недооценивал величие этого места. С вершины Столбов открывается просто невероятный вид – на Сибирь, на тайгу, на горы, на леса... Это было самое начало осени, и, конечно, тот разноцветный ковер, который открылся перед моим взором, был просто невероятный. На пару минут у меня даже перехватило дух.

– При всей внешней красоте природа Сибири – суровая и не всегда гостеприимная. Пришлось переживать бытовые неудобства – мошкар, холод, сырость?

– Честно говоря, даже для меня это было большим удивлением, когда я в учебнике, по-моему, за третий класс, у дочери увидел, что Петербург тоже находится в зоне тайги. И, наконец-то, это многое мне объяснило. И в Петербурге нас настигают и сы-

## Дмитрий ПАЛАМАРЧУК:

# // У наших детей есть внутренняя свобода

Сериал «Ронин» в эфире ТВ-3 с понедельника по четверг в 17.00.

рость, и холод, и дожди. Поэтому, конечно, к тайге и к ее условиям морально я был готов. Но были и сюрпризы. Различные типы насекомых, которых я не встречал ранее. В кадре во время дубля ты же не будешь отмахиваться бесконечно от всех этих мошек, которые залезают тебе в глаза, в уши и в ноздри. Дожди размывали дороги, у нас вяз транспорт, было тяжело добраться до нужных объектов. Но я уверен, что мы с честью и доблестью выбрались из испытаний.

## Плохой или хороший?

– Ваш персонаж выглядит исключительно положительным: заботится об осиротевшем сыне и его сводном брате, борется с несправедливостью. Немного схематичное изображение... Или это обманчивое впечатление?

– Соглашусь с вами, действительно, есть определенная однобокость его как персонажа. У нас почему-то сценаристы боятся давать персонажам отрицательные характеристики, их надломы, комплексы, и из-за этого персонажи становятся такими картонно-картинными. Но... но все-таки нам удалось, мне кажется, сбежать от этой истории. Один из главных триггеров Доронина в этом проекте – это ребенок, который не являет-



ся его родным, это сын его бывшей жены. И ему нужно принять решение: взять ли опеку над мальчиком, или отдать его в интернат. Положительный герой тут колебаться особо не будет и сразу же примет решение об опекунстве. Доронин не может так однозначно ответить на этот вопрос. Этот конфликт, мне кажется, делает его более интересным персонажем и должен привлечь зрителя.

## Мелочи, из которых состоит жизнь

– По вашим словам, вы человек домашний, не тусовочный. Из каких складываются для вас домашний уют?

– Ну, это самые небольшие мелочи, которые обычно ты не замечаешь. Например, у меня загородный дом, и есть откатные воро-

## Детали

### Книга для всех, кто хочет общаться

– У вас есть книга, которую вы готовы перечитывать много раз?

– Я не самый читающий человек, но если вы спросите меня про книгу, которую я мог бы посоветовать читателям, то у меня есть ответ. Так как у нас появилась третья собака, нам кинолог ее посоветовала – Карен Прайор, «Не рычите на собаку» называется. Речь в ней не только про дрессировку собак, а вообще про общение с людьми, с детьми в том числе. И если мы поймем эти техники, то во многом облегчим себе жизнь в общении с коллегами, в общении с друзьями, с детьми, даже с супругами.

– Это вообще какая-то снобистская позиция – говорить, что они не такие, как мы. Мне кажется, лучше не сравнивать, а размышлять о новых идеалах, идеологиях и так далее. Это дети нового поколения. Вы знаете, я никогда не кричал о том, что ребенок должен убрать телефон. Это поколение людей, которые живут в интернете, живут в мировом пространстве. У нас всего этого не было – и Бог с ним! У них есть огромное количество сильных сторон. Есть внутренняя свобода. Меньше страхов, меньше зажимов, меньше стеснения. Мы с женой учим дочь разговаривать честно, не переживая что-то внутри себя. Чем больше в детях вот этой свободы, чем больше в них смелости, тем прекраснее, тем лучше.

## Большие собаки – это другой мир

– Насколько я знаю, у вас три собаки. Так случайно получилось, или каждому члену семьи – по питомцу?

– Мы всегда хотели большую собаку, но понимали, что для нашей городской квартирки это будет перебор. Поэтому у нас были две маленькие собачки, чихуахуа и йоркширский терьер. Но с началом пандемии мы переехали за город. И вот дом построен, все вроде как уже обжито, можно в этот быт вносить новые разрушения. Поэтому мы взяли себе белую швейцарскую овчарку. Большие собаки – это совершенно другой мир, с которым нужно учиться управляться, иначе ты получишь хаос в доме. Мы не совсем были к этому готовы, поэтому сейчас занимаемся с очень хорошим профессиональным кинологом. И вообще, всем читателям я советую перед тем, как заводить собаку, сначала пообщаться с кинологом, чтобы он составил психологический портрет вашего быта, вашей семьи и посоветовал подходящую породу.

## Новое поколение смелее

– Вы наблюдаете за тем, как растёт дочь, общаетесь с детьми на съёмках. Как вам кажется, какие у подрастающего поколения сильные и слабые стороны?

– Это вообще какая-то снобистская позиция – говорить, что они не такие, как мы. Мне кажется, лучше не сравнивать, а размышлять о новых идеалах, идеологиях и так далее. Это дети нового поколения. Вы знаете, я никогда не кричал о том, что ребенок должен убрать телефон. Это поколение людей, которые живут в интернете, живут в мировом пространстве. У нас всего этого не было – и Бог с ним! У них есть огромное количество сильных сторон. Есть внутренняя свобода. Меньше страхов, меньше зажимов, меньше стеснения. Мы с женой учим дочь разговаривать честно, не переживая что-то внутри себя. Чем больше в детях вот этой свободы, чем больше в них смелости, тем прекраснее, тем лучше.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Я желаю вам новых открытий. Больших или маленьких, глобальных или очень скромных, но открытий. Человек развивается и движется вперед, когда узнает что-то новое. И никогда нельзя в этом смысле останавливаться. С Новым годом!



Жители Медвежьего могут рассчитывать на защиту бывшего спецназовца.



С Александром Дьяконовым на съёмках в Сибири.

## По повести Бориса Васильева сняли фильм о войне

В Москве завершились съёмки исторической картины «В списках не значился» по одноимённой повести Бориса Васильева. Это рассказ о войне от лица главного героя – молодого лейтенанта Николая Плужникова (в этой роли – Владислав Миллер), который только что получил назначение на постоянное место службы и приехал в расположение своей части – Брестскую крепость. Его еще не успели зачислить в личный состав военнослужащих, а в четыре утра началась война. Николай принимает первый в своей жизни бой, который будет длиться десять месяцев...

– Наша картина – это долгий путь становления главного героя как солдата, мужчины и героя, – рассказывает режиссер Сергей Коротаев. – Главный посыл для меня зашифрован между строк Бориса Васильева: если твое дело правое и тобой движет любовь к жизни, то над тобой не властна даже смерть.

В фильме также снялись Владимир Машков, Алёна Морилова, Павел Чернышёв, Яна Сексте, Наталья Качалова, Виталий Егоров, Евгений Миллер, Никита Уфимцев и другие артисты.



Фото PR HTB



## Алёна Спивак представила свою героиню

Телеканал «Домашний» завершил съёмки мелодрамы «Евдокия». Роли в проекте исполнили Алёна Спивак, Нериус Манкус, Тимофей Якомольский и другие актеры.

По сюжету успешный хирург Мария Лушникова – жесткая, волевая женщина. Неожиданно у нее отказывает рука, вылечить которую не удастся. Ее карьера под угрозой. Видя отчаяние дочери, мать советует Марии поехать к целительнице Евдокии. Не веря в успех, Евдокия умирает у нее на руках. А перед смертью передает ей свой дар...

– Моя героиня Мария – рациональный человек, – говорит Алёна Спивак. – Она долгое время не верит происходящему, пытается в чудесах найти логику. Героиня совершает путешествие длиной в восемь серий: от отчаяния и неверия до полного разрушения этой «придуманной жизни». Обстоятельства меняют героиню до неузнаваемости...

Фото пресс-службы «Домашний»



## Виктор Добронравов соскучился по своему герою

В Москве завершились съёмки второго сезона сериала «Инспектор Гаврилов».

Бывший преступник Саша Медный (его играет Виктор Добронравов) продолжает выдавать себя за начальника ОМВД Гаврилова. Когда кажется, что все наладилось, приходит неожиданная новость... Режиссером проекта стал Анатолий Колиев.

– Мой герой встретится с новыми трудностями и преградами, – рассказывает Виктор Добронравов. – Ему хочется «свалить» из Усть-Шахтинска, но жизненные неурядицы не позволят ему сделать это так просто и быстро. По Саше Медному я лично очень соскучился...

В сериале помимо знакомых персонажей, которых сыграли Денис Власенко, Екатерина Стулова, Наталья Земцова, Алексей Демидов и другие, появятся и новые. Например, Кристина Сломлюк – эксцентричный московский следователь.

Фото онлайн-кинотеатра START

## Александр Белькович впечатлился Байкалом

Ведущий передач «Просто кухня» и «100 мест, где поесть» (телеканал СТС) Александр Белькович продолжает путешествовать по России, рассказывая о том, где можно не только вкусно перекусить, но и получить поистине гастрономический восторг. Даже искушенный в кулинарных вопросах Александр удивляется, как много всего он еще не пробовал. Но все же самым интересным в своих поездках телеведущий считает не еду, а красивую природу и людей, с которыми ему приходится встречаться.

– Я исполнил мечту и побывал на Байкале, – говорит Александр. – Это особые эмоции и великолепие природы. А еще здесь живут веселые люди. Ну и, конечно же, я был впечатлен местными вкусностями: бузами, позами и разнообразием рыбных блюд.

# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УХУДШИЛСЯ СЛУХ, ШУМИТ В УШАХ ИЛИ БОЛИТ ГОЛОВА? РАССМОТРИМ ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ТУГОУХОСТИ



«Последнее время слух стал плохим и становится все хуже и хуже. Скоро у меня должен внук родиться, неужели я к тому времени оглохну? Не смогу услышать его смех и первое «баба»? Помогите, умоляю!»

Зинаида, г. Челябинск



«Из-за тугоухости мне прописали слуховой аппарат, сказали без него никак. Он не очень помогает, и ходить с ним – мука! Ухо натирает, голова от него болит. Можно ли как-то победить тугоухость без этой штуки?»

Тамара, г. Вологда

Такие вопросы регулярно поступают к нам в большом количестве. Мы решили узнать у экспертов по возрастной тугоухости можно ли победить тугоухость и как правильно с ней бороться.

### - Что собой представляет тугоухость?

- Это очень коварная проблема. Слух снижается постепенно, и в один день человек может проснуться абсолютно глухим. А сколько трагедий из-за плохого слуха! Женщина не услышала предупреждения об опасности на дороге и погибла... Мужчина не смог сориентироваться в пространстве и упал с обрыва... Много пожилых людей страдают от тяжелой депрессии и нарушений работы мозга из-за запущенной тугоухости, они не могут нормально взаимодействовать с социумом и замыкаются в себе. Вот почему игнорировать эту проблему нельзя.

### - Как правильно бороться с тугоухостью? Многим назначают слуховой аппарат – это правильно?

- Слуховой аппарат – это «костыль». Он усиливает остатки вашего слуха, но не восстанавливает его. Если вы снимете это устройство, будете снова слышать плохо, а может и хуже, ведь болезнь будет постепенно прогрессировать. Лекарства тоже, не всегда решают проблему полностью. Есть еще один вариант лечения – операция. Но она недешевая и опасная – одно неосторожное действие и вы можете потерять слух.

### - Какой ужас! Потеря слуха – это настоящая катастрофа!

- Так и есть. К счастью, есть средство, которое может помочь восстановить слух быстро и безопасно.

### - О каком средстве идет речь?

- Об ушных каплях «Сенсолан». Это наша совместная разработка с учеными в обла-



сти физиологии органов слуха. Это продукт с высокоэффективным натуральным составом. Туда входит серебро коллоидное, экстракт эмблики лекарственной, салициловая кислота, Д-пантенол и другие безопасные для человеческого здоровья компоненты.

### - Как действует «Сенсолан»?

- Живые вита-молекулы эмблики лекарственной при попадании в уши способствуют регенерации слуховых клеток, восстановлению барабанной перепонки и слуховых косточек – молоточка, наковальни и стремечка. Также они могут помочь восстановить другие части уха, если те были повреждены. Серебро коллоидное способствует нормализации работы слухового нерва. Совместно с другими компонентами капель оно стимулирует в органах слуха процессы, способствующие замене отмерших волосковых клеток уха новыми, молодыми. Капли «Сенсолан» могут помочь

улучшить передачу нервных импульсов по слуховым нервам в мозг и их дальнейшую обработку. Все это положительно влияет на слух. Многие люди отмечают, что уже после одного курса «Сенсолана» они вернулись в мир звуков.

### - Что конкретно они говорят?

- Что они полностью побороли тугоухость и восстановили хороший слух. Что они начали снова нормально общаться с окружающими, вновь почувствовали себя полноценными людьми. Больше они никого не раздражают и ни у кого не вызывают насмешек. Больше нет необходимости носить слуховой аппарат, так как они и так прекрасно слышат. Для многих это большое счастье. Иногда люди приходят настолько довольные, будто от инвалидности избавились! Естественно, нам приятно видеть, что «Сенсолан» им помог!

## СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему

**ПОДАРОК!**  
«СЕНСОЛАН»

Для этого сделайте 3 простых шага:

1. ПОЗВОНТЕ по телефону:

**8-800-302-30-30**

2. НАЗОВИТЕ промокод акции **9433**

3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Сенсолан»

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**

Акционное предложение действует с 15 января по 15 марта 2025 г.

**ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!**  
Доставка за счет производителя!

# НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 15 января по 15 марта 2025 г. \*С информацией об организаторе мероприятия, правилах его проведения, количестве подарков, сроке, месте и порядке их получения можно ознакомиться по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Новая профессия для тех, кому за 45

Возраст после 45 лет – отличное время для перемен. Многим хочется творчества, гибкого графика и душевного комфорта. Главное – помнить, что возраст не преграда, а жизненный опыт и мудрость станут вашими преимуществами.



## Идеи для новой работы

Важно выбрать то, что вам по душе, и двигаться вперед. Новая профессия может стать не просто работой, а делом жизни!

**Мастер по handmade** – воспользуйтесь творческими навыками для создания украшений, декора и аксессуаров на заказ.

**Коуч или консультант** – делитесь своим опытом и помогайте людям.

**Флорист или ландшафтный дизайнер** – работа для тех, кто получает удовольствие от общения с природой и стремится к стабильному доходу.

**Контент-креатор** – ведите блоги, создавайте тексты и фото для соцсетей брендов.

**Организатор мероприятий** – ваше умение общаться и организовывать процессы будет особенно востребовано при координации свадеб, юбилеев или корпоративов.

**Декоратор интерьеров** – профессия, которая отлично подойдет тем, кто любит стиль и хочет помогать людям создавать гармоничные дома и офисы.

**Семейный кулинар или пекарь на заказ**. Эта профессия позволит продвигаться тем, кто любит готовить или печь. Можно начать принимать заказы на торты, пироги или обеды. Со временем это может перерасти в полноценный бизнес.

## Как начать?

Определите свои интересы, пройдите обучение и создайте портфолио. Используйте соцсети для продвижения своих услуг и не бойтесь пробовать новое. После 45 лет можно не только освоить новую профессию, но и кардинально изменить жизнь. Главное – довериться себе и сделать первый шаг!

От того, как мы управляем финансами, зависит не только благосостояние семьи, но и наш душевный комфорт.

**П**ланирование семейного бюджета – это вовсе не про ограничения и экономию, а про контроль и уверенность в завтрашнем дне. Давайте разберем, как спланировать бюджет максимально эффективно.

## При любом доходе

Многие думают, что планирование нужно только тем, у кого большие доходы. Но это не так. Ведение бюджета помогает:

- Контролировать расходы и избегать лишних трат.
- Накапливать деньги на важные цели и мечты.
- Быть готовым к непредвиденным ситуациям.
- Снижать финансовый стресс и споры в семье.

Когда вы знаете, на что уходят деньги, появляется чувство уверенности и возможность делать осознанные покупки.

## Определить источники доходов

**1** Первый шаг в планировании бюджета – понять, сколько денег приходит в вашу семью ежемесячно. Сюда включают:

- Заработные платы всех членов семьи.
  - Подработки и фриланс.
  - Пенсии, пособия и социальные выплаты.
  - Доходы от аренды, бизнеса или инвестиций.
- Важно учитывать только стабильные доходы. Случайные и разовые поступления лучше направлять на накопления.

# 7 шагов к финансовому благополучию



## Это полезно для бюджета

- ✓ Ищите способы экономии. Покупайте товары по акциям, пользуйтесь скидками и кешбэками.
- ✓ Не допускайте долгов.
- ✓ Учитесь инвестировать. Даже небольшие вложения могут со временем принести доход.
- ✓ Будьте гибкими. Если один месяц был затратным, скорректируйте бюджет в следующем.

## Обозначить категории

**2** С источниками поступлений разобрались, теперь выясним, куда деньги уходят. Для этого разделим расходы на категории:

- Обязательные платежи (коммунальные услуги, кредиты, налоги).
- Продукты и ежедневные нужды (питание, средства гигиены, бытовая химия).
- Транспорт (бензин, проезд, обслуживание авто).
- Здоровье (лекарства, страховка, врачи).
- Одежда и обувь.
- Развлечения и подарки.
- Накопления и инвестиции.

Ведите учет всех расходов хотя бы месяц. Это покажет, на что уходит больше всего денег и по какой статье можно сократить траты.

## Создать финансовую подушку

**3** Подушка безопасности – это сумма, которая поможет вам пережить неожиданные ситуации: потерю работы, болезнь, срочные траты. Рекомендуется накопить 3-6 месячных доходов семьи. Откладывайте на «подушку» регулярно, даже если это небольшие суммы.

## Установить финансовые цели

**4** Бюджет – это не только про контроль, но и про мечты. Подумайте, какие цели вы перед собой ставите:

- Создать подушку безопасности.
- Купить автомобиль или сделать ремонт.
- Съездить в отпуск.
- Обеспечить образование детям.

Запишите свои цели и определите, сколько денег нужно откладывать ежемесячно для их достижения.

## Применять правило «50-30-20»

**5** Чтобы бюджет был сбалансированным, можно использовать простую формулу: 50 % дохода – на обязательные расходы, 30 % – на личные нужды и развлечения, 20 % – на накопления и инвестиции. Если доходов недостаточно для накоплений, начните с малого. Даже 5-10 % откладываемых средств – это лучше, чем ничего.

## Вести учёт доходов и расходов

**6** Ведение учета помогает контролировать бюджет. Вы можете использовать блокноты, мобильные приложения, таблицы в Excel. Главное – фиксировать все расходы, чтобы не было «утечек» денег.

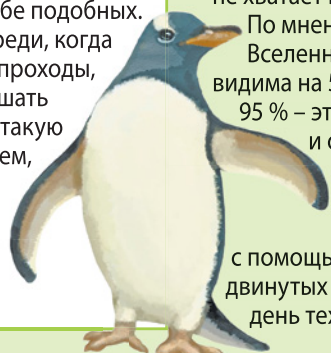
## Подключить всю семью

**7** Распоряжение финансами – это общая задача семьи. Обсуждайте бюджет, объясняйте детям и внукам, почему важно планировать расходы. Взаимопонимание в таком важном вопросе еще больше сплотит семью. И наоборот – принимать важные финансовые решения в одиночку, не обсудив это с домочадцами, лучше не стоит. Когда правда всплывет (а это обязательно случится), обид и конфликтов не избежать, даже если человек действовал в интересах всей семьи.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Почему пингины вежливые?

Есть мнение, что пингины – самые воспитанные птицы. По нашим меркам, они ведут себя крайне вежливо, когда оказываются в обществе себе подобных. Например, ждут своей очереди, когда нужно пройти через узкие проходы, чтобы не толкаться и не мешать другим. Ученые объясняют такую природную «вежливость» тем, что для пингинов умение взаимодействовать в большой группе – основа выживания в суровых климатических условиях.



## Тёмная Вселенная

Человек изучил всего 5 % Вселенной. И причина во все не в том, что на большее не хватает возможностей.

По мнению ряда ученых, Вселенная в принципе видима на 5 %, а оставшиеся 95 % – это темная материя и особая темная энергия, не поддающиеся исследованию даже с помощью самых продвинутых на сегодняшний день технологий. Пока.

## Монитор замедляет

Выявлен интересный факт, связанный с использованием компьютеров. Оказывается, люди не только реже моргают за компьютером, но и читают с дисплея с замедленной скоростью. По оценкам исследователей, обычно люди читают с экрана на 10 % медленнее, чем с бумажного листа. В обычных условиях люди моргают до 20 раз в минуту, а при использовании монитора – примерно 7 раз в минуту. Интересно, через сколько поколений человечество адаптируется к новым условиям?



## Платина на выброс

Один из самых востребованных металлов в области науки и техники – платина. А когда-то платину считали «поддельным серебром» и по этой причине уничтожали. Крупинки неизвестного металла, сопровождающего золото, обнаружили испанские конкистадоры. Мошенники стали чеканить монеты из сплава, не разделяя металлы, в итоге в золотых монетах содержалось до 32 % платины. В 1735 году в Колумбии монетные дворы при большом скоплении народа выбрасывали платину в море, чтобы предотвратить изготовление фальшивых монет.

Светлана СИДОРЧУК

## Евгений Цыганов стал детективом

Кинокомпания «Марс Медиа» и Первый канал объявили, что приступают к съёмкам новой экранизации повести Аркадия и Бориса Стругацких «Отель «У погибшего альпиниста».

Напомним, что детектив был написан Стругацкими в 1969 году. Действие повести происходит в небольшом отеле. Туда приезжает на отдых инспектор Петер Глебски. После обхода территории в одной из комнат находят мертвого человека...

Режиссером стал Александр Домогаров-младший, уже известный многим по своей работе над фильмом «Пальма». А главную роль в этой истории получил Евгений Цыганов: он сыграет этого самого Петера Глебски.

– Этот персонаж – каркас всей истории, – поясняет Александр Домогаров-младший. – Мы развили сюжетную линию героя: теперь у него есть личная драма, которая влияет на ход всей истории. Уставший детектив приезжает в отель, и ему попадает настоящее дело. Он всегда жил по букве закона, из-за чего у него случались конфликты с дочерью. Мы добавили в сценарий линии, которые дают понимание того, что все происходит не просто так: кто-то собрал всех вместе в отеле, и у детектива теперь есть предназначение.

Фото Вадима Тарканова



## Егор Кончаловский экранизирует «Авиатора»

Телеканал «КИНОТВ», медиагруппа «Красный квадрат» и компания «Атмосфера кино» работают над фильмом Егора Кончаловского «Авиатор» по мотивам одноимённого романа Евгения Водолазкина.

В основе сюжета – история об авиаторе Иннокентии Платонове, ученике авиаконструктора Жуковского. Обвиненный в убийстве Платонов попадает в Соловецкий лагерь, где в 1929 году становится невольным участником эксперимента по крионике (технология сохранения в состоянии глубокого охлаждения). Спустя почти столетие, в 2025 году, выдающемуся ученому Константину Гейгеру удается его разморозить в частной лаборатории под Санкт-Петербургом. Чудом выживший герой пытается вернуться к нормальной жизни, но на этом пути его ждут большие трудности...

Главную роль – Иннокентия Платонова – исполнил Александр Горбатов, образ профессора Гейгера воплотил Константин Хабенский. В картине приняли участие и другие звезды российского кино: Евгений Стычкин, Евгения Добровольская, Ирина Пегова, Софья Эрнст, Дарья Кукарских, Алексей Кравченко, Антон Шагин, Илья Коробко и Виталий Кищенко. Музыка к фильму написал Максим Фадеев.

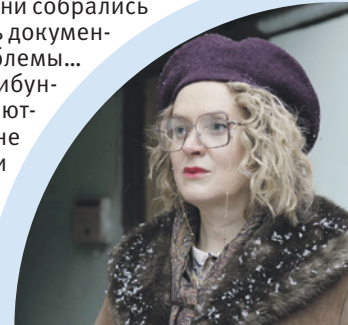
## Анна Михалкова изменила внешность для новой роли

Готовится к премьере сериал «Дорогой родственник». Режиссером проекта стала Анна Пармас. Главные роли исполнили Анна Михалкова и Тимофей Трибунцев. Это история про женщин из одной большой семьи, у которых на пути к мечте (покупке отдельного жилья) встает родственник с алкогольной зависимостью. Он давно прописан в их коммунальной квартире, которую они собрались продать, и теперь им предстоит его уговорить подписать документы, но вместо этого он каждый день устраивает им проблемы...

Примечательно, что Анна Михалкова и Тимофей Трибунцев, которые в фильме играют бывших супругов, снимаются вместе уже в седьмой раз. Так что их тандему уже не привыкать работать вместе. Кроме того, для этой роли Анне Михалковой пришлось немного изменить внешность: надеть очки и накрутить кудри.

Съемки сериала проходили в Санкт-Петербурге.

Фото онлайн-кинотеатра KION



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

## О «Буратино» будет новое кино

Кинокомпания «Водород» и Art Pictures Studio, «Национальная Медиа Групп», Art Pictures Distribution при поддержке Фонда кино готовят к показу фильм «Буратино». Режиссером картины стал Игорь Волошин, оператором выступает Максим Жуков. Фильм выйдет в широкий кинопрокат 1 января 2026 года.

– Фильм «Буратино» – это абсолютно новое произведение, созданное по книге Алексея Толстого, – говорит режиссер Игорь Волошин. – Все съемки прошли на каком-то невероятном волшебном настроении. Когда мы все поем в кино: «Буратино!» – ты волей-неволей касаешься этой энергии, работаешь с ней, и это, конечно, счастье и чудо!

Также напомним, что образ Буратино воплотила юная звезда кино Виталия Корниенко, Папы Карло – Александр Яценко, Мальвины – Анастасия Талызина, Артемона – Марк Эйдельштейн, лиричным Пьеро стал Степан Белозеров, весельчаком Арлекином – Рузиль Миникаев. В образе главного злодея Карабаса-Барабаса выступил Фёдор Бондарчук, а его сообщником Дуремаром стал Лев Зулькарнаев. Пару очаровательных мошенников Алису и Базилио воплотили Виктория Исакова и Александр Петров, а роль мудрой Тортиллы исполнила Светлана Немоляева.

# МЕТОД НИКОЛАЯ АМОСОВА. ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА, СОСУДОВ И МОЗГА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ?

Многие наши читатели страдают от головной боли, головокружений, онемения конечностей, гипертонии, боятся инсульта и инфаркта. Они ищут средство, которое может помочь. Наконец-то оно появилось – ампулы «Амокардин». Это натуральный препарат, приготовленный по рецептуре великого академика и популяризатора здорового образа жизни Николая Михайловича Амосова.

### «Бойтесь попасть в плен к недугу...»

Николай Михайлович считал, что здоровье человека зависит не столько от врачей, сколько от самого человека. Поэтому создал собственную натуральную формулу, способствующую восстановлению сердца и мозга. Эта формула легла в основу ампул «Амокардин».

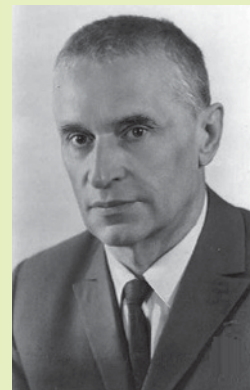
### Что представляет собой «Амокардин»?

Ампулы «Амокардин» содержат экстракты виноградных косточек, финика, инжира, абрикоса, сливы, грецкого ореха, кешью, витамины

для сердечно-сосудистой системы и принимаются во внутрь. Они способствуют очищению сосудов от холестериновых бляшек, тромбов и кальциевой извести, нормализации давления, разжижению крови и насыщению ее кислородом, восстановлению сосудов, улучшению их тонуса, состояния нейронов и мозгового кровотока. Они содействуют укреплению сердца и нервной системы, благодаря чему ей легче справиться со стрессом.

### Кому может быть рекомендован «Амокардин»?

Ампулы могут быть рекомендованы людям, страдающим гипертонией, атеросклерозом, стенокардией, аритмией, одышкой, голов-

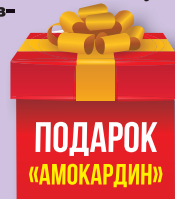


Николай Амосов, академик

ными болями, головокружениями, онемением конечностей. «Амокардин» также может помочь нормализовать сон, повысить настроение, убрать тревожность, улучшить память и внимание. Он способствует восстановлению после инфаркта и инсульта, а также используется для профилактики этих состояний. Николай Амосов считал, что стать здоровым может каждый. И помочь в этом могут ампулы «Амокардин»!

## СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему



ПОДАРОК «АМОКАРДИН»

Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **9533**

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Амокардин»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 15 января по 15 марта 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 15 января по 15 марта 2025 г. \* С информацией об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

При правильном и регулярном уходе брови и ресницы могут стать особо красивыми, настоящим украшением, которое непременно дополнит неповторимость и привлекательность вашего лица.

**П**ри уходе за бровями и ресницами постарайтесь пробудить спящие фолликулы, из которых начинают расти новые волоски. Однако не следует ждать мгновенного эффекта на следующий день. Даже если очень постараться, первые результаты станут видны не раньше чем через 2-3 недели. А видимый даже окружающим результат следует ждать через полтора-два месяца. Тем не менее игра стоит свеч, и сегодня мы расскажем, как правильно ухаживать за бровями и ресницами дома.

## Главные принципы ухода

Основные принципы ухода за бровями и ресницами заключаются в тщательном, но бережном очищении, защите от обезвоживания, обеспечении необходимого питания и использовании лечебных средств для укрепления и восстановления их нормального состояния. Нередко пробелы в росте бровей могут происходить из-за недостаточного кровоснабжения фолликулов, в этом случае помогает деликатный массаж. Рассмотрим некоторые пункты подробнее.

## Очищение

Мы не случайно упомянули первым номером очищение. Помните, что, если косметика находится на лице более 12 часов, она забивается в поры и препятствует нормальному функционированию фолликулов. Поэтому очищение для бровей и ресниц не менее важно, чем для кожи. Лучше всего использовать для этой процедуры мягкие очищающие пенки, в составе которых есть питательные и увлажняющие ингредиенты. Например, пантенол, сохраняющий влагу внутри клеток и лечащий повреждения ресниц. Или экстракт алоэ – прекрасный природный увлажняющий элемент. Хорошо, если в составе есть также витамины Е (активизирует регенерацию клеток, спо-

# Зона особого внимания: уход за бровями и ресницами



## Кстати

*Натуральные масла для ухода наносятся по линии роста от корней к кончикам, плавно:*

- касторовое: придает бровям густоту, укрепляет;
- облепиховое: помогает справиться с сухостью и ломкостью;



- оливковое: питает и придает мягкость бровям и ресницам;



- репейное: стимулирует рост и укрепляет корни;
- масло усьмы: придает блеск и шелковистость, утолщает волоски.

собствует их омоложению) и С (замедляет процессы старения).

## Питание

Оптимальный выбор для питания, увлажнения и укрепления бровей и ресниц – натуральные растительные масла. Первая тройка всем известна, но напомним еще раз: это касторовое, репейное и аргановое. Эти масла оказывают мощное позитивное влияние на поврежденные волоски и активизируют спящие волосяные фолликулы. Если по какой-то причине (например, индивидуальная непереносимость, аллергия) не подходят упомянутые масла, можно использовать для питания и лечения волосков персиковое, камфорное, льняное, миндальное, кокосовое, виноградной косточки и другие натуральные масла.

Растительные масла хороши еще и тем, что доступны и недороги – в любой аптеке есть выбор натуральных масел, нередко обогащенных витаминами и другими полезными веществами.

Так как натуральные продукты могут содержать раз-



– Как ты догадался, что я окончила художественную школу?  
– По твоим рисункам.  
– Ты видел мои картины?!  
– Я видел твои брови.



личные аллергены, перед использованием необходимо провести тест на небольшом участке кожи – на запястье или сгибе локтя.

## Маски

Как и для кожи, для бровей и ресниц так же существуют специальные маски. Как правило, они сочетают питание, увлажнение и укрепление, потому что делаются на основе масел. В отличие

от масок для кожи, маски для бровей и ресниц не следует держать дольше 5 минут.

Для усиления питания к любому растительному маслу можно добавить несколько капель свежевыжатого морковного сока. Для укрепления подойдет маска из крепкого черного чая с добавлением 5-6 капель любого масла. Если же требуется экспресс-восстановление, смешайте в равных долях репейное, касторовое и оливковое масло.

Если масла для вас слишком жирные, их можно заменить отварами трав, которые также очень эффективно укрепляют и оздоравливают волоски. Особенно хороши для укрепления волосяных фолликулов ромашка, шалфей, василек и календула. Для маски столовую ложку сухих трав (какой-то одной или смеси) заливают стаканом крутого кипятка и оставляют настаиваться до полного остывания. Готовый настой нужно процедить, смочить в нем ватные диски и наложить их на глаза и брови на 10-20 минут. Такие маски можно делать 3-4 раза в неделю.

## Массаж

Расчесывание бровей и ресниц по линии роста – самый простой вариант

**Помните, что регулярный уход и забота подарят вам густые ресницы и красивые брови. Главное – набраться терпения и не пропускать ни одной процедуры.**

## Как расчесывать брови

Специалисты рекомендуют проводить такую процедуру дважды – утром и вечером. С утра расчесывая брови, мы им придаем правильную форму, а вечером – дополнительно делаем массаж. Если вы используете гель для бровей, помните, что вечером гель надо обязательно смывать. Выполняя эту процедуру, соблюдайте направление: от переносицы – к вискам.



деликатного массажа. Расчесывать брови и ресницы необходимо ежедневно, а каждые 3-4 дня – с нанесением масел.

При больших пробелах на бровях дополнительно можно проводить легкий массаж – кончиками пальцев по направлению от переносицы к вискам. Легкие поглаживания, пощипывания, круговые движения активизируют кровоснабжение волосяных фолликулов, что положительно сказывается на их состоянии, а также способствует пробуждению спящих волосяных лукович.

**Светлана ИВАНОВА**

Редакция благодарит мастера-визажиста Оксану Орлик за помощь в подготовке материала





17 января в эфире телеканала «Россия» – новый сезон музыкального гранд-шоу «Один в один».

**П**оклонников этой программы ждут самые удивительные перевоплощения звездных участников. Неожиданные образы и мировые хиты вновь ворвутся в каждый пятничный вечер телезрителя.

## Новые ведущие

Формат программы останется неизменным, но зрители ждут приятные сюрпризы. И один из них – новые ведущие шоу, любимцы публики – народный артист России Николай Басков и очаровательная популярная певица Клава Кока.

– Быть ведущим «Один в один» было моей мечтой, потому что я обожаю это шоу, – рассказал Николай. – Несмотря на то что все участники проекта знамениты, все талантлив-

вы, все уже состоявшиеся артисты, они все равно переживают, когда их оценивают. Программа интересна не только с точки зрения перевоплощения, но и тем, что делает тебя разнотипным артистом – за это время всем участникам надо подготовить множество образов. И от каждой легендарной звезды, которой они подражают на сцене, можно найти что-то полезное для себя и многое себе присвоить. Для Клавы Коки участие в проекте оказалось вол-

# Ну надо же, «Один в один»!



## ДЕТАЛИ

### За строкой турнирной таблицы

Перед каждым соревнованием и командой профессионалов шоу встанет задача преобразиться настолько, чтобы члены жюри не раздумывая поставили наивысшую оценку и поверили в то, что перед ними поют легенды российской эстрады Людмила Гурченко, Клавдия Шульженко или мировые звезды, к примеру, Adele, Lady Gaga или Элвис Пресли. Жюри выставит участникам баллы от 1 до 10, а турнирную таблицу телезрители увидят в конце каждого выпуска. Как и прежде, участники смогут отдать свои 5 дополнительных баллов одному из соперников, которого захотят поддержать.

нительным и полным неподдельного восхищения. – Меня восхищает работа наших артистов в шоу «Один в один», – поделилась певица. – Конечно, не все всегда получается идеально – это очень сложная задача! Я бы не смогла сделать то, что они делают в этом шоу на сцене: каждый раз, неделя за неделей, пе-

ревоплощаться настолько ярко, петь материал, который ты не пел никогда, перенимать на себя «фишки» артиста, которые он создает на протяжении всего творческого пути. Я буду поддерживать всех наших участников перед выходом на сцену. Они волнуются, даже несмотря на то, что они все большие артисты.

## Мастера перевоплощений

Оценивать выступления приглашены артисты, которые и сами не понаслышке знают о перевоплощениях и искусстве вокала. Кресла постоянных судей займут: старожил шоу народный артист России Юрий Стоянов, двукратный победитель шоу певец Алексей Чумаков и заслуженная артистка России оперная певица Марина Мещерякова. Четвертое место в жюри – для приглашенного судьи: в каждом выпуске шоу он будет меняться. Среди гостей в жюри: Игорь Николаев, Лариса Долина, Александр Буйнов, Людмила Артемьева, Валерия, Сергей Лазарев, Наташа Королёва, IOWA и Игорь Саруханов.

## Составляющие успеха

Зрителей ждут яркие и зрелищные постановочные номера, ведь для того, чтобы перевоплощение свершилось, необходимо правильно продумать и соединить все составляющие образа: голос, грим, костюмы, хореографию и даже декорации, которые будут меняться из номера в номер. К концу сезона определится единственный победитель, который получит звание лучшего мастера перевоплощений, искусно владеющего и голосом, и актерским мастерством. Кого из артистов не сможет узнать даже родная мама – станет известно в ближайшую пятницу.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Фото телеканала «Россия»

**У ВАС ЗАПОР? ВЫ ГНИЕТЕ ИЗНУТРИ!**

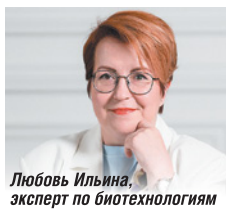
**ПИЛОРИС**  
Специализированный пищевой продукт для диетического лечебного питания  
ОСНОВНОЕ СВОЙСТВО: СПЕЦИАЛЬНЫЙ ХИТАСОВАННЫЙ  
НАТУРАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ  
СОДЕРЖИТ СУЛЬФИД

## ПИЛОРИС: российские ученые нашли спасение

### СТРАШНАЯ СТАТИСТИКА

По данным мировой статистики, распространенность запоров составляет 12% среди взрослого населения, а в ряде развитых стран число доходит до 40-60%. Среди больных с заболеваниями желудка или кишечника частота запоров составляет уже 70%.

Хронические запоры – это страшное заболевание! Те, кто с этим не сталкивался, никогда не поймут людей, годами страдающих от невозможности нормально сходить в туалет. Более того, запор страшен не только дискомфортом,



напряжением, стрессами и мучениями. Он вызывает массу смертельно опасных последствий! И запустить этот процесс ни в коем случае нельзя! Почему? Из-за запора содержимое кишечника сначала гниет, а потом каменеет и цементируется, перекрывая просвет!

Шлаки должны выводиться из организма ежедневно. Если этого не происходит, они накапливаются в кишечнике и гниют, выделяя смертельно опасные токсины, которые всасываются в кровь. Начинается отравление организма, которое сопровождается недомоганием, головными болями, слабостью. Но при этом кишечник продолжает работать и всасывать воду из шлаков. И чем дольше это происходит, тем более твердыми становятся шлаки, и тем труднее и опаснее дефекация. А если просвет кишечника полностью перекроется кало-

выми камнями, наступит острая кишечная непроходимость. Я уже не говорю про воспаления, боли и геморрой, которые всегда сопровождают запор.

### СЛАБИТЕЛЬНЫЕ. ЧТО НЕ ТАК?

Казалось бы, на рынке есть слабительные средства, способные помочь. Но к сожалению, чаще всего они не только не решают проблему, просто переставая работать, но и вызывают серьезные последствия. Более того, большинство слабительных вызывают привыкание и полную зависимость от них. Поэтому проблема поиска эффективных, натуральных и безопасных средств от запоров, особенно хронических, актуальна во всем мире.

### НЕВОЗМОЖНОЕ ВОЗМОЖНО!

Российским ученым из наукограда Пущино удалось практически невозможное! Используя уникальную технологию гидродинамической кавитации (патент РФ RU 2384342), без химии и высоких температур они создали молекулярный гель для диетического лечебного питания ПИЛОРИС с «живыми» молекулами бурых морских водорослей фукуса.

### УНИКАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Благодаря технологии кавитации «живые» молекулы более 80 активных веществ (полисахариды, моносахариды, аминокислоты, жирные кислоты, витамины,

микро- и макроэлементы) обладают такой же активностью, как и в дикой природе.

### СОСТАВ НА 100% НАТУРАЛЬНЫЙ

Принимать ПИЛОРИС можно без ограничений, с ним уже с первого дня приема стул становится легким, безболезненным и регулярным, а также:

- ✓ КИШЕЧНИК ОЧИЩАЕТСЯ от шлаков, токсинов, гнилостных остатков и каловых камней;
- ✓ ВОССТАНАВЛИВАЕТСЯ поврежденная слизистая и ПОДАВЛЯЕТСЯ воспаление;
- ✓ УСИЛИВАЮТСЯ моторика и перистальтика кишечника;
- ✓ НОРМАЛИЗУЕТСЯ микрофлора;
- ✓ АКТИВИРУЕТСЯ защита от антибиотиков и патогенных бактерий.

ПИЛОРИС – это не БАД. Это «живой» гель для диетического лечебного питания, который работает с первой ложки при любых заболеваниях желудочно-кишечного тракта: запоры и диареи, воспалительные заболевания, язвы и эрозии, хеликобактер и геморрой. Это эффективная помощь при запорах без привыкания и последствий.

ПИЛОРИС поможет справиться с запорами легко, быстро и без усилий, вернет вам силы, энергию и радость жизни!

Звоните по бесплатным телефонам:

**8-800-100-55-60**

Получите банку ПИЛОРИС в подарок по коду:

**\*2031**

«ПИЛОРИС»

19 января православные христиане отмечают двенадцатый праздник – Крещение Господне, или Богоявление.

**В** этот день мы вспоминаем событие евангельской истории – как пророк Иоанн Предтеча (Креститель) крестил Господа Иисуса Христа.

## События, ставшие праздником

Иоанн Креститель по повелению Божию проповедовал и крестил на реке Иордан. И через крещение после покаяния было по воле Божией прощение грехов. Все приходившие к Иоанну на берег Иордана сначала исповедовали грехи свои, а потом крестились в водах реки. И вот в один из дней из далекой Галилеи пришел на берег Иордана Иисус и потребовал у Иоанна крещения. Иоанн по Божиему откровению понял, что к нему подошел безгрешный Сын Божий, и отказался крестить Христа. Более того, Иоанн Креститель, чтобы показать народу, что пришедший Иисус не нуждается ни в покаянии, ни в крещении, сказал Христу: «Мне надобно креститься от Тебя, и Ты ли приходишь ко мне?» Но Иисус настоял провести и над ним обряд крещения, ответив Иоанну: «Ибо так надлежит нам исполнить всякую правду». Христос крестится Его крещением, получили оставление грехов: «Исповедаю едино крещение во оставление грехов».

В Евангелии описан этот момент так: «Крестившись, Иисус тотчас вышел из воды, – и се, отверзлись ему небеса, и увидел Иоанн Духа Божия, Который сходил, как голубь, и ниспускался на Него. И се, глас с небес глаголющий: Сей есть Сын Мой Возлюбленный, в Котором Мое благоволение». И глас Бога-Отца указал, что перед присутствующими будущий Спаситель человечества.

Омовение водами Иордана освятило Крещение – уже Новозаветное таинство, которое впервые явилось миру Единство в трех лицах: Бога-Отца, Бога-Сына и Бога Святого Духа.

Апостол Иоанн Богослов писал так: «Слово стало плотью, и обитало с нами, полное благодати и истины; и мы видели славу Его».

# Крещение Господне – Богоявление



## Почему Спаситель крестился в возрасте 30 лет?

Евангелист Лука, описывая крещение Иисуса Христа, уточнил, что в ту пору, когда Иисусу Христу исполнилось около 30 лет, Он пришел к Иоанну Предтече, чтобы получить от него крещение. Который не случайно был у Иордана.

В Синаксаре (это собрание из писаний святых отцов и церковных преданий) на Крещение Господне написано: «Крестился Иисус Христос 30 лет, в таком возрасте, который у людей легко склоняется ко всякому греху. Ибо, как первый возраст, младенческий, по словам святых, Златоуста и Феофилакта, имеет многое невежество и неразумие, второй, юношеский, разжигается вожделением плотским. Так тридцатилетний возраст совершенного мужа поработен корыстолюбию, тщеславию, гневу и всяким грехам. До сего возраста отложил Господь крещение для того, чтобы исполнить закон всеми возрастами, чтобы освятить все наше естество и подать силу побеждать страсти и хранить себя от грехов смертных».

Кстати, только после Крещения Иисус Христос в возрасте 30 лет начал свое служение на земле.

**Тайна Крещения есть дверь Божией благодати. Если не крестимся, даже Кровь Сына Божия не спасет нас. Если же крестимся, получаем оставление грехов, становимся сообщниками заслуг Христа, Сына Божия, призванными ко всему закону христианскому, а особенно же к благоговейному Причащению Тела и Крови Христовых под видом хлеба и вина.**

Святитель Димитрий Ростовский

## О ПРАЗДНИКЕ

18 января в Русской Православной церкви – день Навечерия Крещения Господня, Крещенский сочельник. В этот день установлен однодневный пост. Праздник Крещения Русская Православная церковь ежегодно отмечает 19 января. На праздничной литургии совершается чин освящения воды.



**Крещение не просто отпускает нам грехи, не просто очищает нас от беззаконий, но так, как бы мы вновь родились, ибо оно вновь творит нас и образует.**

Святитель Иоанн Златоуст

## КСТАТИ

До V века рождение и крещение Сына Божия Иисуса Христа праздновали в один день – 6 января. Праздник называли Феофанией – Богоявлением. Еще древние христиане отмечали событие в этот день – поклонение волхвов.

## Крещение и Богоявление – один праздник света

Праздник Крещения – это и праздник Богоявления. И у некоторых может возникнуть вопрос: почему не Рождество Христово, а именно Крещение Христа называют Богоявлением? Напомним историю, когда Младенец Христос родился, в тайну рождения были посвящены ангелами только пастухи и волхвы, пришедшие за чудесной путеводной звездой.

Иоанн Креститель после Крещения подтвердил многим людям, в том числе и у Иордана, явление Спасителя народу: «Вот Агнец Божий, Который берет на Себя грехи всего мира!» С этого дня Иисус Христос начал свою Евангельскую проповедь, явился миру, стал «явным» для всех людей. Поэтому и второе название праздника – Богоявление.

По церковному уставу Крещение Господне называется также Днем Светов. Это праздник не только воды и Духа, но и Божественного света, который просвещает сердце и преображает естество.

**Никто не входит в Царство Небесное иначе, как только через Таинство Крещения.**

Святитель Амвросий Медиоланский

## Знай и помни

### Великая агиасма

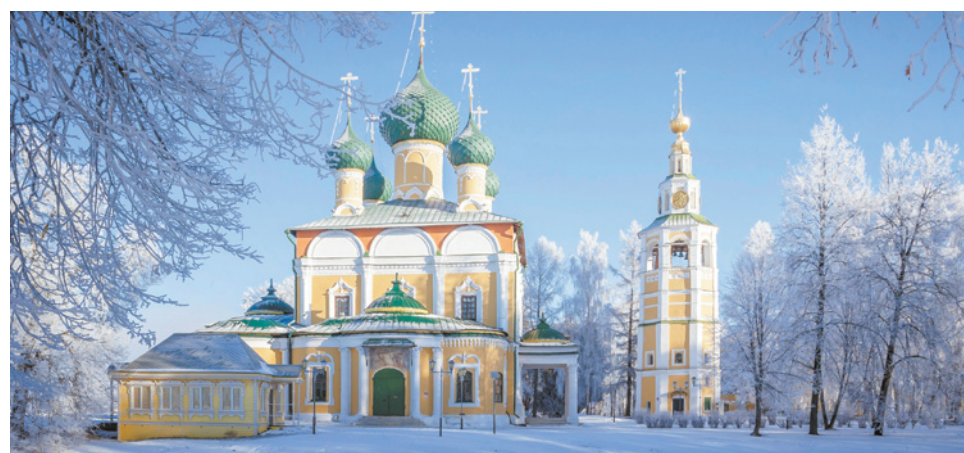
Богоявление и Крещение – название одного и того же праздника. Поэтому освященную на Крещение воду называют и крещенской, и богоявленской. Великое освящение воды происходит дважды в год: в Крещенский сочельник и в сам день Крещения. Вода, освященная в эти дни, – одна и та же, и носит название «великая агиасма» («агиасма» в переводе с греческого – святая). Она освящена одним и тем же чином, имеет одну и ту же благодатную силу.

### Купание в иордани

После совершения в храмах чина освящения воды можно начинать и праздничные омовения. В том числе купания в открытой воде, в иордани. Перед тем, как окунуться в воду на Крещение, посоветуйтесь с врачом.

### Детали

У православных христиан после праздника Крещения начинается свадебная пора вплоть до 3 марта – начала Великого поста.





Скоро опять наступят святочные дни. На Руси издавна они славились зимними гуляниями да забавами. Для меня всегда это время было каким-то особенным, загадочным, что ли.

А еще очень светлым, добрым и очень интересным. И я хотела бы вам сегодня поведать пару удивительных историй, которые я слышала из уст моих подруг Светланы и Евгении. Итак, рассказ первый.

### Без валенка, но с суженым

Крещение в нашей семье – праздник особенный, много лет назад этот день необыкновенным образом соединил моих прабабушку и прадедушку. И теперь легенда о потеряном в проруби валенке и найденном там же женихе передается в нашей семье из поколения в поколение.

Анна была старшей из детей и главной помощницей по хозяйству. Семья прабабушки жила в деревне, в те времена в доме удобств не было никаких, воду набирали из единственного на всю округу колодца, женщины ходили на реку стирать и полоскать белье. Эта обязанность полностью лежала на хрупких плечах девочки-подростка. Кстати, стирка на реке издавна считалась не только процессом очищения одежды, но и ритуальным обрядом, способным оберегать от болезней и невзгод.

Нашей Аннушке только-только исполнилось шестнадцать, когда случилась эта история. Шла святочная неделя, девушка с подругами задумала погадать на суженого. Среди множества вариантов выбрали самый известный: во дворе дома надо было

# Спешите любить



– Тогда мой – второй, – выпалила Зоя.

Я только вздохнула. Понятно, кому достанется третий.

Вышли мы на улицу и стали ждать. Холодно, мороз крепчает, а вокруг никого. Мы прыгаем, чтоб согреться, и прислушиваемся к каждому шороху. Вдруг заметили дядьку в большой меховой шапке. Алёнка бросилась к нему:

– Как вас зовут?  
– Василий, а что?

Когда поняла, что не догону, закричала:

– Эй, подожди!  
Он остановился.  
– Как тебя зовут?

– Женя.  
– И меня тоже, – разочарованно протянула я. – Жалко, что у нас одинаковые имена.

– Почему?  
Отвечать я не стала и побежала назад.

Прошло время. По распределению уехала работать в другой город. Под Новый год отправилась на вечеринку, которую устраивал профсоюз.

Когда начались танцы, ко мне подошел симпатичный молодой человек. На следующий танец он снова пригласил меня.

– Как вас зовут? – первая поинтересовалась я.

Он засмеялся и говорит: – А ведь вы, Женя, меня об этом уже спрашивали, в морозную ночь пять лет назад, правда, в другом городе. Вас невозможно было не запомнить. Ночью на пустой улице за мной бежит девушка и спрашивает имя.

Мы поженились с Евгением через год. Кстати, замуж вышли и мои институтские подруги: Алёна встретила своего Василия в такси – он подсел в машину по дороге. А вот у Зои «осечка», она вышла замуж за отличного парня с нашего курса – Александра. Не знаю, как девчонки мои живут сейчас, но я со своим Женей – счастлива.

ЕВГЕНИЯ

“  
Высшее счастье жизни – это уверенность в том, что вас любят; любят ради вас самих, вернее сказать, любят вопреки вам».  
Виктор Гюго

снять с левой ноги валенок, бросить его через левое плечо и сказать: «Валенок свой бросаю, судьбу призываю, куда носком упадет, оттуда суженый мой и придет!» Валенок прабабушки приземлился в направлении реки.

Поутру Анна загрузила в сани белье и отправилась на реку к проруби. У мосточка, который всегда там соорудился зимой, никого не было. Девушка разгрузила сани с бельем и принялась за дело. Она уже почти закончила полоскать вещи, но в самый последний момент поскользнулась на наледи у края проруби. Падая, задела сани ногой. Корыто съехало и осталось кататься на воде. Аня изо всех сил старалась до него дотянуться – никак. Тогда она сняла валенок и попыталась им достать до корыта. Ей почти уже это удалось, но тут край жестяной посуды коснулся воды, черпнул ее и стал

тонуть. Чуть раньше ушел под воду валенок.

– Помогите! – что есть силы от отчаяния закричала девушка.

Внезапно кто-то стал оттащить ее за ноги от края проруби.

– Лежи спокойно, не дергайся.

Анна узнала голос Сеньки. Дом их семьи был крайним, стоял у самого леса.

– Слава Богу, успел! – парень был очень взволнован. – Я дрова из лесу вез, слышу крик твой...

Семён усадил зареванную, в одном валенке девушку в свои сани, рядом примостил покрытое льдом от мороза белье в корыте и повез домой.

С того дня Сеня стал ухаживать за Аней, пригласил ее в гости. То у реки ее караулит, то пряником угостит. А по весне свататься пришел.

Веселая была свадьба, вся деревня гуляла. Сбылось крещенское гадание.

СВЕТЛАНА

### «Назови своё имя»

В нашем студенческом общежитии гадания на Святки были обычным делом. Конечно, не все в это не верили, даже посмеивались над святочными традициями, но прикоснуться к чему-то таинственному и загадочному хотелось многим. Решилась и я.

Была я барышней романтичной, воспитанной на классической русской литературе, знала наизусть письмо Татьяны к Онегину и много размышляла над ее творением. И вот больше ради смеха решила почувствовать себя Татьяной и погадать на будущего супруга – выйти на улицу и спросить имя у первого встречного. Именно так и будут звать мужа. Желаящих заглянуть в будущее было трое: Алёнка, Зоя и я.

– Мой будет первым, – подсуетилась быстренько Алёнка.

Она засмеялась и побежала греться в общежитие. Мы с Зоей остались вдвоем. Минут через двадцать появился мужичок в очках. Зоя дождалась, пока он поравняется с нами, и спросила:

– Товарищ, назовите ваше имя?

– Борис Фёдорович, – ответил удивленный мужчина. – А в чем, собственно, дело?

Зоя тоже не стала вдаваться в подробности и быстро испарилась. Я осталась одна. К счастью, следующий прохожий появился довольно скоро. Молодой парень почти бежал по замерзшему переулку, но в противоположную сторону от меня. Я кинулась за ним.

### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

А у вас есть история любви, изменившая вашу судьбу, которую вы хотели бы рассказать? Ждем ваши истории по адресу: [telek@kardos.ru](mailto:telek@kardos.ru)



## Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

**7 ПЕРВЫЙ**



05.00 «Доброе утро»

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
- 23.55 «Большая игра». Специальный выпуск. (16+)
- 00.55 Подкаст Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
- Брагина и Сперанскую привозят в «Склиф». Сперанская не помнит, что произошло. Провалы в памяти у Хромова становятся всё чаще.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)

**НТВ**



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ: СУДЬБЫ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
- 22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 00.55 «ПОТЕРЯННЫЕ». (16+)
- 04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

**СТС СТС**



04.15 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Мультфильмы». (0+)
- 07.45 «Зов джунглей». (6+)
- 09.35 «КОРОЛЬ-ЛЬВЁНОК». (12+)
- 11.35 «МОЙ ПЁС РУНИ». (12+)
- 13.55 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)
- 15.55 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС ДУЛИТЛ». (6+)
- 17.50 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 «МЛАДЕНЕЦ НА 30 000 000». (16+)
- 23.40 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
- Подруги Конни и Джоанна погрязли в домашней рутине. Устав от постоянной нехватки денег, они придумали схему подделки купонов...
- 01.50 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)
- 03.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 04.15 «6 кадров». (16+)
- 04.25 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ ТНТ**



12.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)
- Шоу «Выжить в Самарканде. Игра сезонов» стала очередным продолжением хорошо известного зрителям канала ТНТ реалити-проекта. В этом сезоне создатели шоу также столкнулись с проблемой столкновения участников прошлых лет.
- 12.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
- 20.00 «КУПЦЫ И ДЕТИ». (16+)
- 21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- 22.00 «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!» (12+)
- 23.45 «ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН». (18+)
- 01.45 «ЖИВЕШЬ ТОЛЬКО РАЗ». (18+)
- 03.10 «Студия «Союз». (16+)
- 04.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



22.05 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 18.00 01.15 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «НАЁМНИК». (16+)
- 22.05 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 23.30 «ЗА ГРАНЬЮ ЖИЗНИ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Секреты на кухне. (16+)</li> <li>Ведущие программы «Секреты на кухне» создадут романтическое настроение. А гостем выпуска станет Роман Каграманов, который оригинально оформит салат «Цезарь».</li> <li>05.30 Пятница News. (16+)</li> <li>06.10 Кондитер. (16+)</li> <li>07.40 Битва шефов. (16+)</li> <li>09.50 Адский шеф. (16+)</li> <li>12.50 Битва шефов. (16+)</li> <li>23.00 Теперь я босс! (16+)</li> <li>00.00 «ПАЦАНЬ». (12+)</li> <li>01.30 Пятница News. (16+)</li> <li>02.00 На ножах. (16+)</li> <li>03.30 Гастротур. (16+)</li> </ul>   | <p><b>ЧЕ!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.</li> <li>07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</li> <li>07.40 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.30 Охотники. (16+)</li> <li>13.30 Притворщики. (16+)</li> <li>15.30 Улётное видео. (16+)</li> <li>19.00 Решала. (16+)</li> <li>22.00 Заступницы. (16+)</li> <li>00.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>02.40 «СОЛДАТЫ-17». (16+)</li> <li>05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> </ul>   | <p><b>ОТР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 12.05</li> <li>11.00 00.35 «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА». (12+)</li> <li>15.15 «Игра в классики». (12+)</li> <li>16.15 «За дело! Поговорим». (12+)</li> <li>17.00 «Здоровая среда». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.45 03.30 «МЕТОД». (16+)</li> <li>22.35 «ЛЕТНЯЯ ПОЕЗДКА К МОРЮ». (12+)</li> <li>00.05 «Я ХОЧУ ТЕБЕ ЧТО-ТО СКАЗАТЬ». (18+)</li> <li>01.25 «Свет и тени». (16+)</li> </ul>   |
| <p><b>Ю</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.20 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>11.00 Барышня-крестьянка. (16+)</li> <li>12.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> <li>16.30 «Я стесняюсь своего тела». (16+)</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</li> <li>Случайная встреча навсегда изменила жизнь Нихан и Кемала. Любовь с первого взгляда изначально была обречена на провал, ведь они живут в разных мирах: она - дочь богатого бизнесмена, а он - простой инженер.</li> <li>01.55 «Измены». (16+)</li> <li>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> </ul> | <p><b>МИР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</li> <li>06.15, 00.30 Наше кино. История большой любви. (16+)</li> <li>06.50 «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)</li> <li>08.45, 10.20 «ТРАССА» (16+)</li> <li>10.10 Белорусский стандарт. (12+)</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)</li> <li>18.45 Время возможностей. (12+)</li> <li>19.10, 21.15 Игра в кино (16+)</li> <li>22.00 Миллион за 5 минут. (16+)</li> <li>22.45 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)</li> <li>01.00 КультЛичности. (12+)</li> <li>01.20 Первый Евразийский канал. (12+)</li> </ul> | <p><b>ПОБЕДА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>04.35 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>05.30 «ГЕРОЙ 115». (16+)</li> <li>06.35 «ВЕСУРИ». (16+)</li> <li>08.10 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)</li> <li>16.50 «СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)</li> <li>Нечаянное знакомство советской десятиклассницы Кати с немецким юношей Александром привело к серьезному чувству, которому, казалось, ничто не может помешать. Шел 39-й год, был подписан известный пакт о ненападении между Германией и Советским Союзом.</li> <li>23.59 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>01.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)</li> <li>02.20 «КРАЙ». (16+)</li> </ul> |

**ДЕТСКИЕ**

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>КАРУСЕЛЬ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Бокварь», «Смешарики», «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.55 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</li> <li>09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)</li> <li>Не пропустите новые приключения Джетта, его друзей и удивительных питомцев!</li> <li>09.25 «Беби Борн». (0+)</li> <li>09.30 «Пугашки». (0+)</li> <li>11.10 «Диностер». (6+)</li> <li>11.25 «Отель у овечек». (0+)</li> <li>13.05 «Карбот». (6+)</li> <li>13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)</li> <li>14.05 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</li> <li>14.40 «Крутой Майк». (6+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>17.05 «Мини-Мишки». (0+)</li> <li>19.00 «Лунтик». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Белые сны». (6+)</li> <li>22.10 «Стальные стражи». (6+)</li> <li>22.35 «Метал Кард Бот». (6+)</li> <li>Давным-давно существовала уникальная планета, на которой обитала раса разумных машин...</li> <li>23.00 «Фьюжн Макс». (6+)</li> <li>23.25 «Ералаш». (6+)</li> <li>00.55 «Смешарики». (0+)</li> <li>02.00 «Тайны радужного кристалла». (0+)</li> <li>03.45 «Кругляши». (0+)</li> </ul> | <p><b>МУЛЬТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Время малышей. (0+)</li> <li>07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>08.00 «Барбоскины». (0+)</li> <li>08.25 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.00 «Тима и Тома». (0+)</li> <li>09.30 «Лунтик». (0+)</li> <li>10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>10.30 «Кошечки-собачки». (0+)</li> <li>11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>11.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</li> <li>12.00 Время малышей. (0+)</li> <li>13.00 «Волшебная кухня». (0+)</li> <li>13.25 «Простоквашино». (0+)</li> <li>15.00 «Ник-изобретатель». (0+)</li> <li>15.25 «Буба». (6+)</li> <li>16.00 Время малышей. (0+)</li> <li>16.50 «Геройчики». (0+)</li> <li>17.25 «Фиксики». (0+)</li> <li>18.00 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)</li> <li>18.25 «Лунтик». (0+)</li> <li>19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>19.25 «Чик-Чирикино». (0+)</li> <li>20.00 «Семь королевств». (0+)</li> <li>20.30 «Сказка на ночь». (0+)</li> <li>21.00 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>21.35 «Барбоскины». (0+)</li> <li>22.00 «Турбозавры». (0+)</li> <li>22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>23.05 «ДиноСити». (0+)</li> <li>23.30 «Буба». (6+)</li> <li>00.30 «Котики, вперед!» (0+)</li> <li>01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>01.35 «Тима и Тома». (0+)</li> <li>02.00 «Лунтик». (0+)</li> <li>02.30 «Четверо в кубе». (0+)</li> <li>03.05 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>«Машины сказки». (0+)</li> </ul> |
|---|--|

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>00.45 Секреты истории. (12+)</li> <li>02.50 Живота своего не жалеть для Отечества. (12+)</li> <li>03.50 Историада. (12+)</li> <li>04.55, 21.40 Сквозь времена. (12+)</li> <li>05.25 Живая сталь. Тепловозы и электровозы СССР. (12+)</li> <li>05.55, 09.50 Уроки Нюрнберга. (12+)</li> <li>06.25, 14.00, 21.05 Народный фронт Победы. (12+)</li> <li>06.55, 09.50 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)</li> <li>07.25, 11.15 Забытые войны России. (12+)</li> <li>08.20, 12.05, 17.35 Русская история. (12+)</li> <li>09.05 Морская пехота. (12+)</li> <li>10.15 Владивостокская крепость. (12+)</li> <li>10.40 Найти и рассказать. (12+)</li> <li>13.20 История особняка барона Кельха. (12+)</li> <li>14.30 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)</li> <li>15.00 Карибский кризис. Последствие. (12+)</li> <li>16.00 Герои подполья. (12+)</li> <li>16.15 Историограф. (12+)</li> <li>17.00 Трудные вопросы истории России. (12+)</li> <li>17.25 Семь дней истории. (12+)</li> <li>18.25 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+)</li> <li>18.55 Тайное становится явным. (12+)</li> <li>19.10 Монолог императоров. (16+)</li> <li>20.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)</li> <li>22.10 Северный морской путь. (16+)</li> <li>23.10 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)</li> <li>23.25 Книжные аллеи А. С. Пушкина. (12+)</li> </ul> | <p><b>VJU HISTORY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.10 Самые отчаянные операции Второй мировой: Саботаж секретного оружия. (16+)</li> <li>06.55, 07.50 Утопия инженерии. (16+)</li> <li>08.40 Легенды Европы: Бретань. (12+)</li> <li>09.40 Легенды Европы: Богемия. (12+)</li> <li>10.40 Карты убийств: Мэри Пирси. (16+)</li> <li>11.30 Карты убийств: Убийства в Ричмонде. (16+)</li> <li>12.25 Загадки планеты Земля. (16+)</li> <li>13.15 История вещей. (16+)</li> <li>13.40 Королевский гид: Рождество. (16+)</li> <li>14.35 Королевский гид: Шотландия. (16+)</li> <li>15.25, 16.20 Утопия инженерии. (16+)</li> <li>17.10 Легенды Европы: Прованс. (12+)</li> <li>18.10 Легенды Европы: Испания. (12+)</li> <li>19.15 Загадки планеты Земля. (16+)</li> <li>20.00 Убийство на железной дороге: Первое убийство на железной дороге. (16+)</li> <li>20.55 Убийство на железной дороге: Тело в туннеле. (16+)</li> <li>21.45, 22.50 Первая мировая. (16+)</li> <li>23.50, 00.40 Утопия инженерии. (16+)</li> <li>01.25 Легенды Европы: Бретань. (12+)</li> <li>02.20 Легенды Европы: Богемия. (12+)</li> <li>03.15 Карты убийств: Мэри Пирси. (16+)</li> <li>04.00 Карты убийств: Убийства в Ричмонде. (16+)</li> <li>04.50 Первая мировая. (16+)</li> </ul> | <p><b>ИСТОРИЯ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 06.55, 02.35, 03.30 Жемчужины ЮНЕСКО. (12+)</li> <li>07.55, 18.40, 05.15 СССР. Империя наоборот. (12+)</li> <li>08.45 Наследие Жака Кусто. (12+)</li> <li>09.40 Дуэль разведок. Россия-Япония. Гибель японского дракона. (12+)</li> <li>10.25 Иллюминаты. Всевидящее око. (16+)</li> <li>11.25 Личное. Валентина Талызина. (12+)</li> <li>12.15 Исчезнувшая столица Галлии. (12+)</li> <li>13.15 Вожди народов. (12+)</li> <li>14.05 Гениальный примитив. Загадка Исаковского. (12+)</li> <li>14.55 1783 год. Начало небесной гонки. (12+)</li> <li>15.55 Египет - вдохновение Франции. (12+)</li> <li>17.50 Людмила Савельева. После бала. (12+)</li> <li>19.35 Фрэнк Синатра. Голос Америки. (12+)</li> <li>20.25 Этот пылкий влюблённый. Владислав Стрельчик. (12+)</li> <li>21.20 Прощание с песняром. Владимир Мулявин. (12+)</li> <li>22.10 Кто убил Неандертальца? (12+)</li> <li>23.10 Петра. Город-легенда. (12+)</li> <li>00.10 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)</li> <li>00.55 Париж: невероятное наследие выставки 1900-го года. (12+)</li> <li>01.50 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)</li> <li>04.25 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)</li> </ul> |
|--|--|---|

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



20.05 «Правила жизни»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 Черные дыры. Белые пятна
- 08.15 «Невский ковчег»
- 08.45 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.35 XX век
- 13.00 02.25 «Роман в камне»
- 13.35 «ВАССА ЖЕЛЕЗНОВА»
- 15.25 «Агора»
- 16.45 «Передвижники»
- 17.15 Российские мастера концертной сцены
- 18.30 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Больше, чем любовь
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 23.45 «Расследуя дело Тутанхамона»
- 01.45 «Тагетон, или Смерть Великого немого»

ТВЦ



13.45 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Москва резиновая». (16+)
- 08.30 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
- 10.40 04.20 «Актёрские драмы. После катастрофы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
- 13.45 05.00 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «АННА И ТАЙНА ТЕНЕЙ». (12+)
- 17.00 Хроники московского быта. (16+)
- 18.10 «ЧЕРНОВ». (16+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 Прощание. (16+)
- 01.30 «Звёздные разводы». (16+)

ТВ-3



02.30 Кадоши шоу. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РОНИН». (16+)
- Группа местных «кулибиных» изобретает прибор, который позволяет им дистанционно выводить из строя навигаторы и электрику автомобилей, заехавших в лес.
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «РОНИН». (16+)
- 19.15 «МАЖОР». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 00.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 01.15 «ФЛИРТ С ДЬЯВОЛОМ». (18+)
- 02.30 Кадоши шоу. (16+)
- 03.15 Мистические истории. (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



07.30 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 04.50 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.30 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ТАЙНЫЕ МЧТЫ АЛИСЫ». (16+)
- 19.00 «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 02.00 «Верну любимого». (16+)
- 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 06.45 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)
- 08.05 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 08.40 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 11.10 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 02.20 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.35 «Инженер Победы». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 22.30 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 16.30 «МУРКА». (16+)
- 17.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 03.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Понятная политика». (12+)
- 18.30 «Интервью». (12+)
- 18.45 22.15 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.30 «Спортивная семья». (12+)
- 23.00 «СЕВЕРНЫЙ ВАРИАНТ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
- 10.00 12.55 15.25 Новости
- 10.05 Лица страны. (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Еврофутбол. (6+)
- 12.35 01.55 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Что за спорт?» (12+)
- 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 15.30 Громко. Прямая трансляция
- 17.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.15 Хоккей. «Торпедо» (Нижний Новгород) - «Спартак» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. Суперлига. Прямая трансляция
- 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 00.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 02.10 Бадминтон. «Новогодний волан». (0+)
- 06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
- 10.00 13.00 15.55 Новости
- 10.05 03.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.35 11.25 Биатлон. Кубок Содружества. Масс-старт. (0+)
- 12.15 15.35 18.35 20.45 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 12.30 География спорта. (12+)
- 13.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 14.55 Небесная грация. (0+)
- 15.10 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 16.00 Неделя КХЛ. (12+)
- 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 18.55 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.00 Громко. (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Футзал. Суперлига. (0+)
- 01.40 02.35 Биатлон. Кубок Содружества. Гонка преследования. (0+)
- 03.30 «Сюрпляр». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.55 «2+1». (16+)
- 07.55 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 09.40 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 11.50 «ПОСЛЕ». (18+)
- 13.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 15.25 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- 17.10 «ПОСЛЕ. ДОЛГО И СЧАСТЛИВО». (16+)
- 19.00 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 21.10 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- Драма, США, Россия, Великобритания, 1997 г.
- 23.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 00.55 «ДЖЕЙН ЭЙР». (16+)
- 02.50 «2+1». (16+)
- 04.40 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.20 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 05.55 «2+1». (16+)
- 07.55 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 09.40 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 11.50 «ПОСЛЕ». (18+)
- 13.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 15.25 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- 17.10 «ПОСЛЕ. ДОЛГО И СЧАСТЛИВО». (16+)
- 19.00 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 21.10 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- Драма, США, Россия, Великобритания, 1997 г.
- 23.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 00.55 «ДЖЕЙН ЭЙР». (16+)
- 02.50 «2+1». (16+)
- 04.40 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.20 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.05 «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 03.10 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
- 05.00 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 07.00 «ЖМОТ». (16+)
- 08.40 «ЖЕНИХ». (16+)
- 10.20 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
- 12.25 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 14.20 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ» (16+)
- 16.10 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 17.55 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 19.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
- 21.40 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
- 23.25 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 06.05 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.00 «Айболит и Бармалей». Мультфильм. (0+)
- 07.20 «Весёлая карусель». Мультсериал. (0+)
- 07.30 «Просто так». (0+)
- 07.35 «СОЛЯРИС». (12+)
- 08.55 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
- 14.20 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 16.05 «ВЫСОТА». (12+)
- 17.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 22.15 «СРОЧНЫЙ ВЫЗОВ» (12+)
- 23.55 «СОЛЯРИС». (12+)
- 02.40 «КОНЕЦ ВЕЧНОСТИ». (16+)
- 04.50 «ДЕВОЧКА НА ШАРЕ». (0+)
- 05.50 «Новогодняя сказка». Мультфильм. (0+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.05 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.00 «Айболит и Бармалей». Мультфильм. (0+)
- 07.20 «Весёлая карусель». Мультсериал. (0+)
- 07.30 «Просто так». (0+)
- 07.35 «СОЛЯРИС». (12+)
- 08.55 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
- 14.20 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 16.05 «ВЫСОТА». (12+)
- 17.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 22.15 «СРОЧНЫЙ ВЫЗОВ» (12+)
- 23.55 «СОЛЯРИС». (12+)
- 02.40 «КОНЕЦ ВЕЧНОСТИ». (16+)
- 04.50 «ДЕВОЧКА НА ШАРЕ». (0+)
- 05.50 «Новогодняя сказка». Мультфильм. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- В ролях: Полина Сыркина, Александр Мохов, Евгения Дмитриева, Артём Быстров, Ела Санько, Виктория Цыганкова

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «РЕВИЗОР». 1 серия. (6+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Пророки: Иоанн Креститель. (0+)
- 11.35 Неизвестная Европа: Амьен и Генуя - что общего? (0+)
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.20, 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.15, 13.45, 14.10 Монастырская кухня. (0+)
- 14.40 «БАЛЛАДА О БЕРИНГЕ И ЕГО ДРУЗЬЯХ». (12+)
- 16.40 «МАЛЕНЬКАЯ ПРИНЦЕССА». (0+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.25, 02.50 День Ангела: Мученик Або Тбилиский. (0+)
- 20.55 Пророки: Иеремия. (0+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.50 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Прямая линия жизни. (16+)
- 01.50 Паломница. Валаам. 3 серия. (12+)
- 03.20 В поисках веры. (0+)

Православный календарь

20 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Попразднство Богоявления.  
Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Поста нет.

«...Всем людям нужно благоразумие, но особенно – облеченным славы и властью, чтобы, увлекаясь бременем власти, как бурным водным потоком, не упасть в пропасть».

Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.25 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 10.00 Хиты по-русски. (16+)
- 11.30 Top-30. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 Пропавшие в реальности. Есть ли жизнь после шоу? (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 23.00 ВК Меломан. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Наше. (16+)
- 01.30 Top-30. Народный хит. (16+)
- 03.25 Караокинг. (16+)

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН			
 <p>10.10 «Жить здорово!» (16+)</p>	 <p>21.30 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)</p>	 <p>17.50 «ДНК». (16+)</p>	 <p>17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p>	 <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	 <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p>	<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 12.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Модный приговор». (0+) 10.10 «Жить здорово!» (16+) 11.00 12.15 Информационный канал. (16+) 13.30 «АнтиФейк». (16+) 14.00 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.30 Информационный канал. (16+) 19.50 «Пусть говорят». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести 09.30 Местное время 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 13.00 «Наши». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+) 17.00 Вести 17.30 «Малахов». (16+) 18.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.10 Вести. Местное время 21.30 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+) Георгий уезжает на Байкал. Брагин решает, что пора делать операцию Павловой. Брагин и Волошин разрабатывают план операции... 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.10 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+) 03.00 Вести 03.30 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)</p>	<p>04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+) «Сегодня» 10.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+) 22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 00.55 «ПОТЕРЯННЫЕ». (16+) 04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Мультфильмы». (0+) 07.00 Впервые на СТС. «Гоу, Феликс». (6+) 08.35 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ». (16+) 10.25 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-2: ТАЙНА ИЗУМРУДНОГО ЗЕЛЬЯ». (16+) 12.05 «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЗЯ-3». (16+) 14.05 «МИСТЕР ФРОГ». (6+) 15.55 «ЧАРОДЕЙКА». (12+) Обычная девочка Клара в возрасте двенадцати лет узнаёт, что она принадлежит к древнейшему клану чародейки. 17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+) 21.00 «ЗОВ ВОЛКА». (16+) 23.20 «ШУТКИ В СТОРОНУ». (18+) 01.10 «ПАПИНА ДОЧКА». (12+) 02.55 «ЦИРК». (16+) 04.05 «б кадров». (16+) 04.35 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (16+)</p>	<p>07.00 «Утро ТНТ». (16+) 08.00 «Однажды в России». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 19.00 «КУПЦЫ И ДЕТИ». (16+) В дом Намолиных с проверкой едет самый строгий инспектор Российской Империи. Купец Намолин готов на все, чтоб предстать в лучшем свете. Лиза пытается поднять уровень революционной подготовки Костики и Настоящева. 21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) 22.00 «ОПЕРАЦИЯ «ХОЛОДНО». (16+) Амбициозный чиновник Гриша придумал идеальный план для одной коррупционной схемы... 23.55 «АГЕНТ ЛЕВ». (16+) 01.40 «РОБО». (16+) 04.25 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 06.00 «Утро ТНТ». (16+)</p>	<p>05.00 18.00 01.10 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 22.05 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ». (16+) 23.30 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (18+)</p>

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
<p>05.00 Секреты на кухне. (16+) 05.30 Пятница News. (16+) 06.00 Кондитер. (16+) 07.20 Битва шефов. (16+) 09.20 Адский шеф. (16+) 12.40 Четыре жены. (16+) 14.50 Новые Четыре свадьбы. (16+) 21.10 Битва шефов. (16+) 23.10 Черный список. На кухне. (16+) 00.00 «НЕ БОЛИТ ГОЛОВА У ДЯТЛА». (12+) 01.20 Пятница News. (16+) 01.40 На ножах. (16+) 03.20 Гастротур. (16+) 04.30 Пятница News. (16+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.40 Дорожные войны. (16+) 11.30 Охотники. (16+) Ведущие проекта под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. 13.30 Притворщики. (16+) 15.30 Улётное видео. (16+) 19.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.40 «СОЛДАТЫ-17». (16+) 05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение 11.00 00.35 «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА». (12+) 11.45 «Конструкторы будущего». (12+) 15.15 «ЛЕТНЯЯ ПОЕЗДКА К МОРЮ». (12+) 17.00 «Такие разные». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.15 «Вечер вместе». (12+) 20.45 03.30 «МЕТОД». (16+) 22.35 «ПАЦАНЫ». (12+) 00.10 «РИО». (12+) 01.25 «Свет и тени». (16+) 02.50 «За дело! Поговорим». (12+)</p>	<p>04.15 «Путь к Победе». (16+) 05.15 «КОРОЛЕВ». (16+) 07.10 «ЭКИПАЖ». (16+) 09.10 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+) 16.30 «ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА». (16+) В начале 1980-х годов в партийной элите СССР обостряется борьба за власть. Болезнь Леонида Брежнева и тотальная коррупция ставят силовые структуры перед необходимостью выбора будущего курса страны... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+) 02.45 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+) 03.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Бокварь», «Смешарики», «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Маша и Медведь». (0+) 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+) 09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+) 09.25 «Беби Борн». (0+) 09.30 «Команда Флоры». (0+) 10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+) Уникальный научный проект для детей. 11.10 «Диностер». (6+) 11.25 «Отель у овечек». (0+) Про дружную семью овечек и гостей их отеля. 13.05 «Карбот». (6+) 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 14.05 «Инфинити Надо». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.40 «Крутой Майк». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.05 «Мини-Мишки». (0+) 19.15 «Мастер Витя и Мотор». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Белые сны». (6+) 22.10 «Стальные стражи». (6+) 23.25 «Метал Кард Бот». (6+) 23.00 «Фьюжн Макс». (6+) 23.25 «Ералаш». (6+) 00.55 «Смешарики». (0+) 02.00 «Тайны радужного кристалла». (0+) 03.45 «Кругляши». (0+)</p>	<p>06.00 Время малышей. (0+) 07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.30 «Мини-Мишки». (0+) 08.00 «Барбоскины». (0+) 08.25 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Тима и Тома». (0+) 09.30 «Лунтик». (0+) 10.00 «Фиксики». (0+) 10.30 «Кошечки-собачки». (0+) 11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+) 12.00 Время малышей. (0+) 13.00 «Волшебная кухня». (0+) 13.25 «Простоквашино». (0+) 15.00 «Ник-изобретатель». (0+) 15.25 «Буба». (6+) 16.00 Время малышей. (0+) 16.50 «Геройчики». (0+) 17.25 «Фиксики». (0+) 18.00 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+) 18.25 «Лунтик». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 19.25 «Чик-Чирикино». (0+) 20.00 «Семь королевств». (0+) 20.30 «Сказка на ночь». (0+) 21.00 «Сказочный патруль». (0+) 21.35 «Барбоскины». (0+) 22.00 «Турбозавры». (0+) 22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 23.05 «ДиноСити». (0+) 23.30 «Буба». (6+) 00.30 «Котки, вперед!» (0+) 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 01.35 «Тима и Тома». (0+) 02.00 «Лунтик». (0+) 02.30 «Четверо в кубе». (0+) 03.05 «Маша и Медведь». (0+) «Машины сказки». (0+) 04.00 «Барбоскины». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VIIU HISTORY	VIIU HISTORY	И	ИСТОРИЯ
<p>00.00 Историада. (12+) 00.55 Живая сталь. Тепло-возы и электровозы СССР. (12+) 01.25, 06.00 Уроки Нью-Йорка. (12+) 01.55, 10.10, 20.55 Народный фронт Победы. (12+) 02.25 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+) 02.55, 07.25 Забытые войны России. (12+) 03.50, 08.15, 12.05 Русская история. (12+) 04.35, 17.35 Семь дней истории. (12+) 04.45, 21.25 Сквозь времена. (12+) 05.15 Морская пехота. (12+) 06.20 Владивостокская крепость. (12+) 06.50 Найти и рассказать. (12+) 09.30 История особняка барона Кельха. (12+) 10.40 Алексей Шувев. (12+) 11.10 Карибский кризис. Последствие. (12+) 12.50 Освободители. (16+) 13.35 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+) 14.05 Монологи императоров. (16+) 14.55 Кремль. Эпоха царей. (12+) 16.00 Герои подполья. (12+) 16.15 Историкограф. (12+) 17.00 Трудные вопросы истории России. (12+) 17.45 Ним: музей под открытым небом. (12+) 18.55 Северный морской путь. (16+) 20.00 Боги Египта. (16+) 22.05 Город с характером. (12+) 23.00 Рассекреченные материалы СССР. (16+)</p>	<p>06.00 Первая мировая. (16+) 06.55 Замок Баадаран, Ливан. (12+) 07.25 Ват Чум Хонг, Луангпхабанг. (12+) 07.55, 08.45 Утопия инженерии. (16+) 09.35 Легенды Европы: Прованс. (12+) 10.35 Легенды Европы: Испания. (12+) 11.35 Убийство на железной дороге: Первое убийство на железной дороге. (16+) 12.30 Убийство на железной дороге: Тело в туннеле. (16+) 13.20 Загадки планеты Земля. (16+) 14.05 История вещей. (16+) 14.30 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+) 15.30, 16.20 Утопия инженерии. (16+) 17.10 Легенды Европы: Венеция. (12+) 18.10 Легенды Европы: Альпы. (12+) 19.10 Загадки планеты Земля. (16+) 20.00 Убийство на железной дороге: Убийца полицейских. (16+) 20.55 Убийство на железной дороге: Убийство на поезде в Ньюкасле. (16+) 21.45, 22.45 Первая мировая. (16+) 23.45, 00.35 Утопия инженерии. (16+) 01.25 Легенды Европы: Прованс. (12+) 02.20 Легенды Европы: Испания. (12+) 03.15 Убийство на железной дороге: Первое убийство на железной дороге. (16+)</p>	<p>06.00, 03.20 Иллюминаты. Всевидящее око. (16+) 06.55 Личное. Валентина Талызина. (12+) 07.40, 05.05 Исчезнувшая столица Галлии. (12+) 08.40 Вожди народов. (12+) 09.30 1783 год. Начало небесной гонки. (12+) 10.25 Гениальный примитив. Загадка Исаковского. (12+) 11.20 Египет - вдохновение Франции. (12+) 13.15 Людмила Савельева. После бала. (12+) 14.05, 01.00 СССР. Империя наоборот. (16+) 14.55, 04.15 Фрэнк Синатра. Голос Америки. (12+) 15.50 Этот пылкий влюбленный. Владислав Стрельчик. (12+) 16.45 Кто убил Неандертальца? (12+) 17.45 Прощание с песняром. Владимир Мулявин. (12+) 18.35 Петра. Город-легенда. (12+) 19.25 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+) 20.15 Париж: невероятное наследие выставки 1900-го года. (12+) 21.15 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+) 22.10, 23.10 Жемчужины ЮНЕСКО. (12+) 00.10 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+) 01.45 Наследие Жака Кусто. (12+) 02.30 Дуэль разведок. Россия-Япония. Гибель японского дракона. (12+)</p>			

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериллы (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



13.00 «Игра в бисер»  
с Игорем Волгиным

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 18.05 23.55 «Расследуя дело Тутанхамона»
- 07.55 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
- 08.25 «Забывтое ремесло»
- 08.40 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 XX век
- 12.05 «100 лет в Арктике»
- 13.00 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 13.45 «БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ»
- 15.35 «2 Верник 2»
- 16.45 «Коллекция»
- 17.15 Российские мастера концертной сцены
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 «Замуж за гения. Реальность и фантазии княгини Чегодаевой-Капабланки»
- 01.35 «БЕСПРИДАННИЦА»

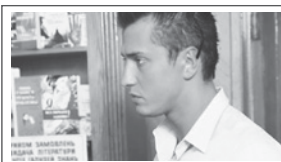
ТВЦ



22.35 «Закон и порядок». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
- 10.40 04.15 «Актерские драмы. Запомним их смешными». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
- 13.45 04.55 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «АННА И ТАЙНА ТЕНЕЙ». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «ЧЕРНОВ». (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Как мама скажет». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Русские тайны». (16+)
- 01.30 Прощание. (16+)
- 02.10 Мифы о еде. (16+)

ТВ-3



19.15 «МАЖОР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РОНИН». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «РОНИН». (16+)
- Доронин, делая доставку в заброшенный дом, наткнется там на девочку Настю, которую местные принимают за призрак когда-то убитого в заброшенном доме ребёнка. Доронин выясняет, что Настя - девочка, которая вместе с отцом сбежала от своей родни...
- 19.15 «МАЖОР». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 00.00 «ВАРВАРЫ». (18+)
- 01.45 «ОНИ». (18+)
- 03.15 Мистические истории. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



13.35 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 04.45 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.35 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)
- 19.00 «НЕЛЮБИМАЯ НЕВЕСТКА». (12+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.25 Страна советов. (16+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ПОЕДИНОК». (16+)
- 11.15 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.10 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 12.35 13.25 02.20 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»». (16+)
- 14.50 15.05 17.15 03.55 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.35 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!..» (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 12.00 «Спортивная семья». (12+)
- 12.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 12.30 18.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.45 «Понятная политика». (12+)
- 13.00 16.30 «МУРКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.15 00.45 «Эксперт». (12+)
- 18.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 03.00 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ДО ВСТРЕЧИ С ГРЕЙС». (16+)
- Грэйс, умирающая от рака, прорывается в похоронное бюро, чтобы узнать, что с ней будет после того, как она умрет.
- 01.00 03.30 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 12.35 01.55 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Бокс. (16+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 Магия большого спорта. (12+)
- 16.25 «Финт Боброва». (12+)
- 19.00 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Локомотив» (Ярославль). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. Суперлига. Прямая трансляция
- 00.25 Профессиональный бокс. (16+)
- 02.10 Футзал. «Кристалл» (Санкт-Петербург) - «Синара» (Екатеринбург). Бетсити. Суперлига. (0+)
- 06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.25 Что по спорту? (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Громко. (12+)
- 09.10 18.35 03.30 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 23.55 Футзал. Суперлига. (0+)
- 11.50 14.45 15.35 16.00 22.20 03.15 Спецрепортаж. (12+)
- 12.05 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 12.30 «Здоровый образ». (12+)
- 13.05 04.25 Бильярд. Суперлига. (0+)
- 15.05 «Сюрплиз». (12+)
- 16.15 21.50 «бхб». (12+)
- 16.45 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. (6+)
- 19.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 21.05 Небесная грация. (0+)
- 21.25 «Что за спорт?» (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 01.40 02.25 Биатлон. Кубок Содружества. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 07.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 09.00 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 11.00 «ДЖЕЙН Эйр». (16+)
- 13.15 «ТЕНИ НА СОЛНЦЕ». (16+)
- 15.10 «ДО ВСТРЕЧИ НА ВЕНЕРЕ». (16+)
- 17.00 «ШАХМАТИСТ». (16+)
- 19.00 «ЛЕВ». (16+)
- Биографическая драма, США, Австралия, Великобритания, 2016 г.
- 21.10 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (12+)
- Драма, США, Австралия, 2020 г.
- 23.00 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 00.55 «ТЕНИ НА СОЛНЦЕ». (16+)
- 02.30 «ДО ВСТРЕЧИ НА ВЕНЕРЕ». (16+)
- 04.00 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (16+)
- 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 09.25 «КРЫМ». (16+)
- 11.20 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 12.55 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ ЖИЗНИ». (6+)
- 15.05 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)
- 17.00, 17.55 «ПРАКТИКА». (16+)
- 18.55 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 20.45 «ТАНКИ». (16+)
- 22.30 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 00.05 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 01.40, 03.20 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 04.55 Мультфильмы. (6+)
- 06.20 «Смешарики». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 07.10 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 08.35 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 10.10 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». Мультфильм. (6+)
- 11.40 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 18.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 22.55 «БАРМЕН». (16+)
- 00.25 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ». (16+)
- 01.45 «МНЕ НЕ БОЛЬНО». (16+)
- 03.25 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
- 15.55 «КУХНЯ». (12+)
- В гостинице появляется прежняя жена Нагиева...
- 23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Лёша и Полина берут в кабину китайского студента по обмену. Жанна и Настя строят глазки пассажиру, а грузчик Толян знакомится со Стефой...
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- В ролях: Екатерина Вилкова, Людмила Дребнёва, Анатолий Горячев, Павел Трубинер, Владимир Кошевой
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- В ролях: Екатерина Вилкова, Людмила Дребнёва, Анатолий Горячев, Павел Трубинер, Владимир Кошевой
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
- 15.55 «КУХНЯ». (12+)
- В гостинице появляется прежняя жена Нагиева...
- 23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Лёша и Полина берут в кабину китайского студента по обмену. Жанна и Настя строят глазки пассажиру, а грузчик Толян знакомится со Стефой...
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- В ролях: Екатерина Вилкова, Людмила Дребнёва, Анатолий Горячев, Павел Трубинер, Владимир Кошевой
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- В ролях: Екатерина Вилкова, Людмила Дребнёва, Анатолий Горячев, Павел Трубинер, Владимир Кошевой

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «РЕВИЗОР». 2 серия. (6+)
- 06.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела: Мученик Або Тбилисский. (0+)
- 11.35 День Патриарха. (0+)
- 11.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 12.45, 13.10, 13.40, 14.05, 14.35 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)
- 16.40 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (0+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Ангелы с моря. (0+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.50 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.50 Ангелы с моря. (0+)
- 02.40 Революция. Западная для России. Фильм 1. (0+)
- 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

Православный календарь

21 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Попразднство Богоявления.  
Прп. Георгия Хозевита.

Прп. Домники. Прп. Емилиана исп. Прп. Григория, чудотворца Печерского. Прп. Григория, затворника Печерского. Сщмч. Исидора пресвитера и с ним 72, в Юрьеве Лифляндском пострадавших. Сщмч. Картерия, пресвитера Кесарии Капподакийской. Мчч. Иулиана, Келсия, Антония, Анастасия, мцц. Василиссы и Мариониллы, семи отроков и 20 воинов. Мчч. Феофила диакона и Елладия. Прп. Или Египетского. Мч. Або Тбилисского (Груз.). Прп. Паисия Угличского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмч. Владимира пресвитера. Прмч. Пафнутия. Мч. Михаила. Сщмч. Василия пресвитера. Мч. Иоанна. Св. Михаила исп., пресвитера.

Поста нет.

«Верь, что благоразумие надежнее счастья. Одно есть быстрое течение обстоятельств, а другое – кормилло».  
Свт. Григорий Богослов

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Муз'энерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Лайкер. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 Пустили на мыло (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Наталья карта. (16+)
- 23.45 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Лихие хиты. (16+)
- 01.30 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)



РОССИЯ К  
Культура



20.45 Абсолютный слух

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 18.05 «Расследуя дело Тутанхамона»
- 07.55 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
- 08.40 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.50 XX век
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 Academia
- 13.45 «БЕСПРИДАННИЦА»
- 15.15 «Роман в камне»
- 15.45 Больше, чем любовь
- 16.45 «Библейский сюжет»
- 17.15 Российские мастера концертной сцены
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 «2 Верник 2»
- 23.55 «Франция. Путешествие во времени»
- 02.00 «МАЙСКАЯ НОЧЬ, ИЛИ УТОПЛЕННИЦА»

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ВАШЕ ВРЕМЯ И СТЕКЛО». (12+)
- 10.40 04.20 «Актёрские драмы. Кино без купюр». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ: ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (12+)
- 13.45 05.00 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «АННА И ТАЙНА ЯДОВ». (12+)
- 17.00 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «ЧЕРНОВ». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 «90-е. Пипл хавает». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Дорогие товарищи». (16+)
- 01.30 «Знак качества». (16+)

ТВ-3



08.40 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РОНИН». (16+)
- Иконописца Савелия опавает местный мелкий жулик, после чего крадёт у Савелия икону. Утром Валера обнаруживает труп этого жулика. Подозрение в убийстве падает на Савелия, который ничего не помнит.
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «РОНИН». (16+)
- 19.15 «МАЖОР». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 23.45 «АСТРАЛ: ПОТОМСТВО». (18+)
- 01.45 «ГРЕМЛИНЫ: ХРАНИТЕЛИ ЛЕСА». (18+)
- 03.15 Мистические истории. (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



11.45 «Порча». (16+)

- 06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 04.45 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.35 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ЧАРЫ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «КОГДА ЛЮБОВЬ СОВСЕМ НЕ ЖДЁШЬ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 06.45 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». (16+)
- 08.25 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.10 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 02.10 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.30 «МЕЧЕННЫЙ АТОМ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 12.00 18.30 01.30 «Заметные люди». (12+)
- 12.30 22.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «МУРКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 04.00 «От 7 до 17». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 04.30 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 23.00 «ГРЕЦКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
- Кажется, что у Артура всё хорошо. Он молод, остроумен, ведёт свое шоу на модном радио, живет с красавицей, на которой собирается жениться. Но! Его избранница вынесла ему мозг.
- 01.15 «Собрание сочинений». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 «Что за спорт?» (12+)
- 07.00 10.00 12.55 Новости
- 07.05 15.30 21.35 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 12.35 01.55 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Вид сверху». (12+)
- 16.25 «Дэвид Бекхэм. Одиозный». (12+)
- 17.55 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 19.00 Хоккей. «Динамо» (Минск) - «Спартак» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. Суперлига. Прямая трансляция
- 00.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 02.10 Футзал. Суперлига. (0+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 06.00 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 09.20 09.40 14.45 15.35 18.35 22.20 01.45 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 Футзал. Суперлига. (0+)
- 11.50 Небесная грация. (0+)
- 12.05 03.55 «бхб». (12+)
- 12.30 «Сюрпиз». (12+)
- 13.05 04.25 Бильярд. Суперлига. (0+)
- 15.05 География спорта. (12+)
- 16.00 «Что за спорт?» (12+)
- 16.25 21.50 «Вид сверху». (12+)
- 16.55 18.55 Гандбол. Газпром Лига. Прямая трансляция
- 20.35 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 21.00 «Конёк Чайковской». (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 02.05 «Страна спортивная-2024. Как это было». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (12+)
- 07.15 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 09.10 «ШАХМАТИСТ». (16+)
- 11.15 «ЛЕВ». (16+)
- 13.30 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
- 15.25 «ВСЁ МОГУ!». (16+)
- 17.00 «ПЕНЕЛОПА». (16+)
- 19.00 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- Фантастическая мелодрама, США, 2011 г.
- 20.40 «НЕОТРАЗИМАЯ ТАМАРА». (16+)
- Комедия, Великобритания, 2010 г.
- 22.40 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 00.30 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
- 02.10 «ВСЁ МОГУ!». (16+)
- 03.30 «ПЕНЕЛОПА». (16+)
- 05.10 «НЕОТРАЗИМАЯ ТАМАРА». (16+)

МОСФИЛЬМ

- 05.30 «Отец и овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «ТАНКИ». (16+)
- 09.35 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 11.20 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 13.05, 15.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 17.00, 18.00 «ПРАКТИКА». (16+)
- 18.55 «АДМИРАЛЪ». (16+)
- 21.15 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)
- Исторический детектив, Россия, 2015 г.
- 00.30 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
- 02.15 «9 РОТА». (16+)
- 04.25 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)
- 05.05 «Дед Мороз и лето». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО

- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». (6+)
- 07.20 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 08.55 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 11.45 «Три богатыря. Ход козлёнок». Мультфильм. (6+)
- 13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 18.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «РОДНЫЕ». (16+)
- 22.50 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 00.40 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 01.55 «КОРОЛЕВ». (16+)
- 03.50 «ПЕТЕРБУРГ. ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
- 05.05 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (16+)

СУББОТА!

- 05.00, 06.50, 14.40, 04.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериал. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 14.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00 «Новые приключения Кота Леопольда». Мультсериал. (0+)
- 21.00, 22.20 Чикили. (16+)
- 23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.35 Суббота News. (16+)
- 01.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 02.40, 03.00, 03.20, 03.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.30, 13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)
- 14.50 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (0+)
- 16.40 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
- СССР, 1986 г.
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25, 01.40 День Ангела: Святой Феодан Затворник. (0+)
- 20.55 Курск. Плечом к плечу. (16+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.40 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.35 День Патриарха. (0+)
- 00.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.10 Пророки: Иеремия. (0+)
- 02.40 Самое главное - любовь. (0+)

Православный календарь

22 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Попразднство Богоявления.  
Свт. Филиппа, митр. Московского и всея Руси, чудотворца.



Мч. Полиевкта. Прор. епем. Свт. Петра, еп. Севастии Армянской. Прп. Евстратия чудотворца. Прп. Ионы, в схиме Петра, Киевского чудотворца. Сщмч. Павла пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.

«...Кем управляет благоразумие, те, почитая тела свои орудиями его, не лишены бывают славы за прекрасные дела свои».

Прп. Исидор Пелусиот

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 10.00 Лайкер. (16+)
- 11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 19.55 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Покинули чат. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Меломан. (16+)
- 23.00 ВК Негры. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Наше. (16+)
- 01.30 Топ-30. (16+)
- 03.15 Караокинг. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
- 03.25 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 05.00 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
- 06.45 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
- 08.55 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 10.25 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)
- 12.20 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 14.05 «ЖМОТ». (16+)
- 15.45 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)
- 17.50 «ТАКСИ 2». (16+)
- 19.30 «ПЕХАВШАЯ». (16+)
- 21.35 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)
- 23.55 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)

МОСФИЛЬМ

- 06.15, 05.45 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 06.55, 05.50 «Маугли». (0+)
- 07.35 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО». (6+)
- 09.10 «ЗАВТРАК НА ТРАВЕ». (0+)
- 11.40 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)
- 13.20 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.55 «ЗИГАГ УДАЧИ». (12+)
- 21.30 «АФОНЯ». (16+)
- 23.10 «КОМПОЗИТОР ГЛИНКА». (12+)
- 01.05 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (12+)
- 02.55 «БРОНЕНОСЕЦ «ПОТЁМКИН». (12+)
- 04.10 «НА БОЙКОМ МЕСТЕ». (12+)

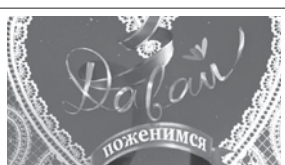
ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)
- В ролях: Мария Порошина, Татьяна Абрамова
- 12.00, 20.00, 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- Сериял. Детектив, Россия, 2013 г. В ролях: Алексей Секирин, Сергей Коляша, Александра Ильев, Максим Меркулов
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
- 16.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Шеф-повар Виктор Баринов ушёл на пенсию, а Элеонора Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне»...
- 23.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 01.25 Даёшь молодёжь! (16+)
- 02.35 «МАРГОША». (16+)
- После откровённого признания Марго Калугину очень не просто...
- 04.05 «Три кота». (0+)

ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженемся!» (16+)

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

РОССИЯ 1



17.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)  
Соседка Куликова говорит, что завещает ему свою квартиру, если Куликов будет ей помогать. Она - одинокая женщина, родственников у неё нет.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.10 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «ДОКТОР РИХТЕР». (16+)

НТВ



13.25 «Чрезвычайное происшествие»

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)  
22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
00.55 «Поздняков». (16+)  
01.10 «ПОТЕРЯННЫЕ». (16+)  
04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



04.05 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.05 «Мультфильмы». (0+)  
07.35 «Рок Дог». (6+)  
09.15 Впервые на СТС. «Рок Дог-2». (6+)  
11.05 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)  
Владелец крупнейшего казино Лас-Вегаса предлагает своим богатым клиентам новое развлечение - «Крысиные бега». В забеге будут участвовать обычные люди, случайно выбранные из толпы, которым предстоит побороться за крупный денежный приз.  
13.20 «МЛАДЕНЕЦ НА 30 000 000». (16+)  
16.00 «Я БОГИНЯ». (16+)  
18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 «ОСОБО ОПАСНА». (16+)  
22.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)  
01.00 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)  
02.50 «ЦИРК». (16+)  
04.05 «6 кадров». (16+)

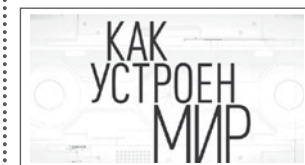
ТНТ



09.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России». (16+)  
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
19.00 «КУПЦЫ И ДЕТИ». (16+)  
Костик, Лиза и Настоящев печатают листовки прямо в доме Намолиных. А купец Намолин старается вернуть свою прежнюю тихую жизнь по своим правилам.  
21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)  
22.00 «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ». (16+)  
В антиутопическом будущем журналисты путешествуют по США во время конфликта. Пытаясь выжить, они стремятся добраться до Белого дома, чтобы взять интервью у президента...  
00.15 «ДРУГИЕ: ПРОКЛЯТИЕ КУКУШКИ». (18+)  
02.05 «Студия «Союз». (16+)  
04.25 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

REN



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

- 05.00 18.00 01.30 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 «Засекреченные спски». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с 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 «Неизвестная история». (16+)  
17.00 02.20 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)  
22.00 «Наука и техника». (16+)  
23.30 «ЗАЛОЖНИК». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
06.00 Пятница News. (16+)  
06.30 Кондитер. (16+)  
08.00 Битва шефов. (16+)  
10.10 Адский шеф. (16+)  
13.10 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
19.00 Большие девочки. (16+)  
22.30 Битва шефов. (16+)  
00.00 «НИКУДЫШНАЯ». (12+)  
01.30 Пятница News. (16+)  
02.00 На ножках. (16+)  
03.40 Гастротур. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
11.00 Барышня-крестьянка. (16+)  
12.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
Чтобы заслужить звание победительниц проекта, невестки и свекрови должны стать одной командой и превзойти конкуренток на кухне.  
16.50 «Модель XL». (16+)  
В реальности «Модель XL» двенадцать начинающих моделей «плюс-сайз» на ваших глазах будут менять расхожее представление о прекрасном.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
01.55 «Измены». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)  
07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.40 Дорожные войны. (16+)  
11.30 Охотники. (16+)  
13.30 Притворщики. (16+)  
15.30 Улётное видео. (16+)  
«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.  
19.00 Решала. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 «СОЛДАТЫ-17». (16+)  
05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
07.55, 11.00, 14.10 Дела судебные. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.45 Женский президент. (12+)  
19.10 Игра в кино. (16+)  
21.15 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)  
22.00 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.45 «РОДНЯ». (16+)  
Трагикомедия, СССР  
00.45 Наше кино. История большой любви. (16+)  
01.15 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение  
11.00 00.35 «ИВАНОВЫ». (16+)  
15.15 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)  
17.00 «Формула здоровья». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 03.30 «МЕТОД». (16+)  
22.35 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)  
00.00 «СНЕГУРОЧКА». (18+)  
01.25 «Свет и тени». (16+)  
02.50 «Коллеги». (12+)

ПОБЕДА

- 04.55 «Путь к Победе». (16+)  
05.55 «ВЫСОТА 89». (16+)  
07.40 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)  
09.20 «МОЛЧАНИЕ». (16+)  
13.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)  
16.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)  
20.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)  
Май 1943 года. Начальник УКР «СМЕРШ» генерал-майор Полуноченко поручает молодому сотруднику - лейтенанту Гб Андрею Терехову - проверить ничем не примечательного школьного сторожа...  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)  
02.45 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Бороодо. Бокварь», «Смешарики», «Царевны». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)  
07.30 «Маша и Медведь». (0+)  
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
09.25 «Турбозавры». (0+)  
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Приглашая лягушка». (0+)  
11.05 «Диностер». (6+)  
11.20 «Ум и Хрум». (0+)  
Сериал о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.  
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
14.05 «Инфинити Надо». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Крутой Майк». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
19.00 «Оранжевая королева». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)  
21.20 «Простоквашино». (0+)  
22.10 «Стальные стражи». (6+)  
22.35 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Смешарики». (0+)  
02.00 «Тайны радужного кристалла». (0+)  
03.45 «Кругляши». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
07.30 «Мини-Мишки». (0+)  
08.00 «Барбоскины». (0+)  
08.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00 «Тима и Тома». (0+)  
09.30 «Лунтик». (0+)  
10.00 «Фиксики». (0+)  
10.30 «Кошечки-собачки». (0+)  
11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Волшебная кухня». (0+)  
13.25 «Простоквашино». (0+)  
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)  
15.25 «Буба». (6+)  
16.00 Время малышей. (0+)  
16.50 «Геройчики». (0+)  
17.25 «Фиксики». (0+)  
18.00 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)  
18.30 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
19.25 «Чик-Чирикино». (0+)  
20.00 «Семь королевств». (0+)  
20.30 «Сказка на ночь». (0+)  
21.00 «Сказочный патруль». (0+)  
21.35 «Барбоскины». (0+)  
22.05 «Турбозавры». (0+)  
22.35 «Фиксики». (0+)  
23.05 «ДиноСити». (0+)  
23.35 «Буба». (6+)  
00.30 «Котики, вперед!» (0+)  
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
01.35 «Тима и Тома». (0+)  
02.00 «Лунтик». (0+)  
02.30 «Четверо в кубе». (0+)  
03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Барбоскины». (0+)  
05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 01.50, 09.20, 13.00 Народный фронт Победы. (12+)  
02.20 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)  
02.50 Карибский кризис. Последствие. (12+)  
03.50 Русская история. (12+)  
04.35 Освободители. (16+)  
05.20 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+)  
05.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
06.20 Монологи императоров. (16+)  
07.05 Кремль. Эпоха царей. (12+)  
08.10 Ним: музей под открытым небом. (12+)  
09.50, 13.35 Сквозь времена. (12+)  
10.20 Северный морской путь. (16+)  
11.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
11.35 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)  
12.05 Боги Египта. (16+)  
14.10 Город с характером. (12+)  
15.00 Рассекреченные материалы. (16+)  
16.00 Герои подполья. (12+)  
16.15 Историограф. (12+)  
17.00 Трудные вопросы истории России. (12+)  
17.25 Семь дней истории. (12+)  
17.40 Секреты истории. (16+)  
19.40 Тайное становится явным. (12+)  
20.00 Историада. (12+)  
20.55 Забытый полководец. (12+)  
21.25 Уроки Нюрнберга. (12+)  
22.00 Тайное становится явным. (12+)  
22.05 Забытый полководец. (12+)  
23.00 Уроки Нюрнберга. (12+)  
23.00 Забытые войны России. (12+)

HISTORY

- 06.00 Первая мировая. (16+)  
06.55 Сокровища Европы: Хорватия. (12+)  
07.50, 08.40 Утопия инженерии. (16+)  
09.30 Легенды Европы: Бургундия. (12+)  
10.35 Легенды Европы: Север. (12+)  
11.30 Убийство на железной дороге: Охранник. (16+)  
12.20 Убийство на железной дороге: Смерть в подzemке. (16+)  
13.15 Загадки планеты Земля. (16+)  
14.05 История вещей. (16+)  
14.30 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)  
15.25, 16.15 Утопия инженерии. (16+)  
17.05 Легенды Европы: Париж. (12+)  
18.10 Легенды Европы: Шотландия. (12+)  
19.10 Загадки планеты Земля. (16+)  
20.00 Родовые проклятия: Кеннеди. (16+)  
20.25 Родовые проклятия: Сказочное проклятие. (16+)  
20.55 Фаберже, сотворение легенды. (12+)  
21.55, 22.55 Первая мировая. (16+)  
23.55, 00.45 Утопия инженерии. (16+)  
01.30 Легенды Европы: Бургундия. (12+)  
02.25 Легенды Европы: Север. (12+)  
03.15, 04.00 Убийство на железной дороге. (16+)  
04.50 Первая мировая. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 16.55, 03.35 СССР. Империя наоборот. (12+)  
06.45, 04.20 Фрэнк Синатра. Голос Америки. (12+)  
07.45, 05.15 Этот пылкий влюблённый. Владислав Стрельчик. (12+)  
08.35 Кто убил Неандертальца? (12+)  
09.40 Прощание с песняром. Владимир Мулявин. (12+)  
10.25 Петра. Город-легенда. (12+)  
11.25 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)  
12.15 Париж: невероятное наследие выставки 1900-го года. (12+)  
13.15 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)  
14.10 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)  
14.55, 15.55 Жемчужины ЮНЕСКО. (12+)  
17.50 Наследие Жака Кусто. (12+)  
18.40 Дуэль разведок. Россия-Япония. Гибель японского дракона. (12+)  
19.35 Иллюминаты. Всевидящее око. (16+)  
20.30 Личное. Валентина Талызина. (12+)  
21.15 Вожди народов. (12+)  
22.10 Исчезнувшая столица Галлии. (12+)  
23.10 1783 год. Начало небесной гонки. (12+)  
00.10 Гениальный примитив. Загадка Исаковского. (12+)  
01.00 Египет - вдохновение Франции. (12+)  
02.45 Людмила Савельева. После бала. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



21.30  
«Энигма»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 18.05 «Франция. Путешествие во времени»
- 07.55 19.00 «Почерк эпохи»
- 08.40 22.15 «МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.35 XX век
- 13.00 Academia
- 13.45 «МАЙСКАЯ НОЧЬ, ИЛИ УТОПЛЕННИЦА»
- 14.50 «Телефон, или Смерть Великого немого»
- 15.35 Линия жизни
- 16.45 «Пряничный домик»
- 17.15 Российские мастера концертной сцены
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Иван Грозный»
- 21.30 «Энигма»
- 23.55 «Древнерусский детектив»
- 01.50 «Иван Федорович Шпонька и его тетушка»

ТВЦ



22.35 «10 самых...» (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: РОМАНТИК ИЗ СССР». (12+)
- 10.40 04.20 «Актёрские драмы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ: ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.55 Город новостей
- 15.05 02.50 «АННА И ТАЙНА ЯДОВ». (12+)
- 17.00 Хроники московского быта. (16+)
- 18.15 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады. Кино и барды». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Настоящий детектив». (16+)
- 01.30 «По следу оборотня». (16+)

ТВ-3



19.15 «МАЖОР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РОНИН». (16+)
- В Медвежьем завелся странный вор. С участков начали пропадать бытовые вещи - одеяла, кастрюли, сапоги. Доронин замечает, что его мальчишки носят продукты кому-то в лес. Проследив за ними, Доронин находит в лесу старушку...
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «РОНИН». (16+)
- 19.15 «МАЖОР». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 23.45 «ГОСТЬЯ». (16+)
- 02.00 «АСТРАЛ: ПОТОМСТВО». (18+)
- 03.45 Мистические истории. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

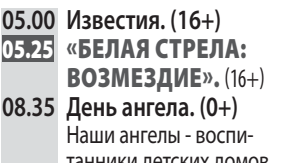
ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 04.45 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.35 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ПОРОЧНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 19.00 «СЕКРЕТЫ ЛИЗЫ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ



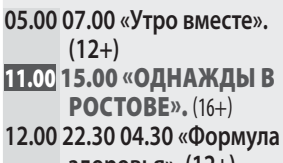
05.00 05.25 Известия. (16+)  
«БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)

- 08.35 День ангела. (0+)
- Наши ангелы - воспитанники детских домов. Именно их заветные желания исполняет Пятый канал.
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 11.10 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.55 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 01.40 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 12.00 22.30 04.30 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00 16.30 «МУРКА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 01.15 «Великий, могучий». (12+)
- 18.30 «Спортивная семья». (12+)
- 18.45 01.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Современники». (12+)
- 20.30 00.45 04.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «ДЕНЬ СЕМЕЙНОГО ТОРЖЕСТВА». (16+)
- В ролях: Игорь Ледогоров, Нина Ургант. Всю свою нелегкую послевоенную жизнь потомственный рабочий Петр Савичев посвятил обучению и воспитанию троих своих детей.

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 10.05 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 18.45 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.10 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 13.30 Бiatлон. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Прямая трансляция
- 13.00 01.55 «Большой хоккей». (12+)
- 16.25 19.00 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. BetBoom Суперлига. Прямая трансляция из Москвы
- 00.25 Евротур. (12+)
- 01.15 «Вы это видели». (12+)
- 02.25 Гандбол. «Пермские медведи» (Пермь) - ЦСКА. СЕНА-Газпром Лига. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 04.00 Баскетбол. ЦСКА - «Авдотер» (Саратов). Единая лига ВТБ. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 10.05 Гандбол. Газпром Лига. (6+)
- 09.20 Небесная грация. (0+)
- 09.40 14.45 15.35 16.00 20.50 21.35 22.20 01.50 Спецрепортаж. (12+)
- 11.35 03.55 «Вид сверху». (12+)
- 12.05 «Светлана Ромашина. На волне мечты». (12+)
- 13.05 04.25 Бильярд. Суперлига. (0+)
- 15.05 «6х6». (12+)
- 16.15 21.50 «Большой хоккей». (12+)
- 16.45 18.50 Бiatлон. Чемпионат России. Индивидуальная гонка. (0+)
- 21.05 «Сюрляса». (12+)
- 22.40 «Вячеслав Платонов. Тренер победы». (12+)
- 23.40 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 02.05 «Страна спортивная-2024. Как это было». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Муз'энерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- Мы знаем о звездах всё!
- 09.00 Короли Чартов. (16+)
- 10.00 «ЯНАМУЗТВ». (16+)
- 11.00 Лайкер. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)

- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 19.55 Кто следующий? (16+)
- 20.35 Фрики. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Лихие хиты. (16+)
- 01.30 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

- 07.05 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 09.00 «ВРЕМЯ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 10.40 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
- 13.45 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 15.25 «ПОСЛЕ». (18+)
- 17.10 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- Мелодрама, США, 2020 г.
- 19.00 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- Мелодрама, США, Болгария, 2021 г.
- 20.45 «ПОСЛЕ. ДОЛГО И СЧАСТЛИВО». (16+)
- Мелодрама, США, 2022 г.
- 22.35 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 00.20 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
- 03.00 «ВРЕМЯ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 04.25 «ДУБЛИКАТ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «Смешарики». (6+)
- 06.45 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «АДМИРАЛЪ». (16+)
- 10.05 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
- 12.05 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)
- 15.20 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 17.00, 18.00 «ПРАКТИКА». (16+)
- 19.00 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 21.00 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 22.45 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 00.25 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 02.00 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 03.20 «КРЫМ». (16+)
- 04.55 «Кот, который гулял сам по себе», «Варежка». Мультфильмы. (6+)

ДОМ КИНО

- 06.25 «Волки и овцы: Ход свиньей». Мультфильм. (6+)
- 07.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 08.55 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
- 10.35 «Три богатыря. Ни дня без подвига». Мультфильм. (6+)
- 11.45 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 18.10 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
- 23.00 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (16+)
- 00.40 «ПИТЕР FM». (12+)
- 02.10 «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (16+)
- 04.25 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 11.40, 15.35, 04.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 11.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 15.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 21.00, 22.20 Богиня сыска. (16+)
- 23.40, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.35 Суббота News. (16+)
- 01.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 02.40, 03.00, 03.20, 03.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.35 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 03.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)
- 05.05 «Нянька по вызову». (16+)
- 06.50 «КРАСАВИЧ СО СТАЖЕМ». (16+)
- 08.35 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
- 10.45 «ТАКСИ». (16+)
- 12.25 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ» (16+)
- 14.10 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 15.45 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
- 17.50 «ТАКСИ 3». (16+)
- 19.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ» (18+)
- 21.55 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2». (12+)
- 23.50 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.05 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТРОННЫЙ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)
- 08.25 «НЕ ХОЧУ БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ». (12+)
- 09.50 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 11.35 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (12+)
- 13.00 «СВЕРСТНИЦЫ». (16+)
- 14.30 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». (12+)
- 16.05 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ». (12+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (18+)
- 19.40 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 22.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 23.55 «КАЖДЫЙ ВЕЧЕР В ОДИННАДЦАТЬ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)
- 12.00, 20.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 14.00, 22.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.00, 23.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- 04.00 «ТАНКИ ГРЯЗИ НЕ БОЯТСЯ». (16+)
- 06.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)
- 07.00 «ГРИГОРИЙ P». (18+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Васнецов спасает тележурналиста от творческого кризиса. Неблагодарный пациент снимает живой репортаж о докторе и его дочках. Чтобы реабилитироваться, Васнецов выходит в прямой эфир.
- 12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
- Веник узнаёт, что Соня встречается с Ромой...
- 16.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 23.05 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 01.30 Даёшь молодёжь! (16+)
- 02.35 «МАРГОША». (16+)
- 04.10 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ЖУКОВСКИЙ». (0+)
- 06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела: Святитель Феофан Затворник. (0+)
- 11.35 День Патриарха. (0+)
- 11.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 12.40, 13.05, 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 14.55 «МАЛЕНЬКАЯ ПРИНЦЕССА». (0+)
- 16.40 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ ОЧАРОВАНЬЕ...» (0+)

- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25, 01.45 Украина. Обыкновенный нацизм. (16+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.40 День Патриарха. (0+)
- 00.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.45 Курск. Плечом к плечу. (16+)
- 03.15 И вот был случай на войне... Пехотинец. (12+)

Православный календарь

23 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Попразднство Богоявления.  
Свт. Григория, еп. Нисского.



Прп. Дометиана, еп. Мелитинского. Прп. Маркиана пресвитера. Прп. Павла Комельского (Обнорского). Прп. Антипы Валаамского (Афонского). Свт. Феофана, Затворника Вышенского. Блж. Феозвы диаконисы, сестры свт. Григория Нисского. Прп. Макария Писемского. Щмч. Зиновия пресвитера. Щмч. Петра пресвитера. Анатолія, митр. Одесского.

Поста нет.

« Многие кажутся сами себе благо- разумными и не могут представить, что мнимое их благоразумие обратится во вред душе их».

Прп. Ефрем Сирин

**ПЕРВЫЙ**



19.45 «Поле чудес». (16+)

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

**РОССИЯ**



09.55 О самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
  - 09.00 Вести
  - 09.30 Местное время
  - 09.55 О самом главном. (12+)
  - 11.00 Вести
  - 11.30 «60 минут». (12+)
  - 13.00 «Наши». (12+)
  - 14.00 Вести
  - 14.30 Вести. Местное время
  - 14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
  - 17.00 Вести
  - 17.30 Прямой эфир. (16+)
  - 18.30 «60 минут». (12+)
  - 20.00 Вести
  - 21.10 Вести. Местное время
  - 21.30 «Один в один». (12+)
  - 00.30 «Истории Большой Страны». (12+)
  - 01.30 «УКРАДИ МЕНЯ». (12+)
- Агнии 19 лет, и никто не называет её иначе как «эта несносная дочка босса». И это сущая правда: отец, директор солидной фирмы, так избаловал свою любимицу, что теперь от её капризов страдает не только он сам, но и все окружающие.

**НТВ**



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.55 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 «Сегодня».
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
- 22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 02.10 «Инфоцит». (16+)
- 02.45 «Квартирный вопрос». (0+)
- 03.35 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

**СТС**



12.40 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
  - 06.05 «Мультфильмы». (16+)
  - 07.00 Уральские пельмени. (16+)
- Смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные, но неизменно яркие! Они не актеры, они - мастера перевоплощения. В их богатом арсенале - убойные шутки, искромлетные шаржи и уморительные песни.
- 12.40 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
  - 01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
  - 02.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)
- Люси и Джош работают в крупном издательстве Нью-Йорка и ненавидят друг друга. Страстный поцелуй в лифте переворачивает всё вверх дном...
- 03.30 «ЦИРК». (16+)
  - 04.20 «6 кадров». (16+)
  - 04.35 «Мультфильмы». (0+)
  - 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ**



03.20 «Импровизация». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
  - 08.00 «Однажды в России». (16+)
  - 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
  - 20.00 «Однажды в России». (16+)
  - 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- Шоу «Comedy Club», которое многие называют просто «Камеди», запустилось на ТНТ в 2005 году и произвело фурор в мире юмора. Дерзкие и откровенные шутки неизвестных ребят разбирали на цитаты...
- 23.00 «Стендап рулетка». (18+)
- Новый юмористический проект ТНТ, в котором комики бросят вызов фортуны юмора, чтобы поймать за хвост денежный приз.
- 00.00 «Миллион вопросов». (16+)
  - 01.00 «Комеди Клуб». (16+)
  - 01.50 «Студия «Союз». (16+)
  - 03.20 «Импровизация». (16+)
  - 04.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**РЕН**



17.00 «Главные тайны мира». (16+)

- 05.00 18.00 03.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир 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+)
- 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
- 20.00 «ЧЕСТНЫЙ ВОР». (16+)
- 21.50 «ВЗЛОМЩИК». (16+)
- 23.40 «УБИЙСТВА ПО ОТКРЫТЫМ КАМЕР». (18+)
- 01.20 «ОНА». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.30 Кондитер. (16+)
- 08.30 Битва шефов. Звездный выпуск. (16+)
- 11.00 Большие девочки. (16+)
- 19.30 Работяги. (16+)
- 22.10 Самородки. (16+)
- 23.50 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (18+)
- 02.50 Пятница News. (16+)
- 03.20 На ножах. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
  - 06.10 Улетное видео. (16+)
  - 13.00 Улетные животные. (16+)
  - 15.00 Притворщики. (16+)
  - 17.00 Решала. (16+)
  - 22.00 Опасные связи. (16+)
- На телеканале «ЧЕ!» появилась программа о защите честных отношений. Ее ведущие помогают заявителям опровергнуть или установить факт измены и разоблачить обманщиков.
- 23.00 Опасные связи. (18+)
  - 02.40 Утилизатор. (16+)
  - 03.30 Утилизатор. (12+)

**ОТР**

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.25 «Почитаем!» (12+)
- 11.40 Специальный репортаж. (12+)
- 15.15 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
- 17.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 «Ректорат с Анатолием Торкуновым». (12+)
- 21.25 «О ЛЮБВИ». (12+)
- 22.40 «ЖАСМИН». (12+)
- 00.15 «МИНАРИ». (12+)
- 02.10 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 03.20 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)

**Ю**

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
  - 11.00 «Мама в 16». (16+)
  - 12.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
  - 16.30 Барышня-крестьянка. (16+)
  - 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
  - 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
  - 01.55 «Измены». (16+)
- Вы увидите реальные истории людей столкнувшихся с обманом. Чтобы вывести изменщиков на чистую воду, ведущие проекта уже расставили скрытые камеры, завербовали сеть агентов и приготовили соблазнительные приманки.
- 03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

**МИР**

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 06.15, 10.10, 17.15 Дела судебные. (16+)
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
- 18.40 Независимость. Миссия выполнена. (12+)
- 19.20 Миллион за 5 минут. (16+)
- 20.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
- 22.00 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 23.55 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
- 01.15 Рожденные в СССР. (16+)
- 01.40 Наше кино. (16+)
- 03.00 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)

**ПОБЕДА**

- 04.35 «Путь к Победе» (16+)
  - 05.30 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)
  - 07.05 «72 МЕТРА». (16+)
  - 09.40 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
  - 16.40 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
- Наступление фашистов на Советский Союз разворачивается согласно плану «Барбаросса». Вражеские войска продвигаются вглубь страны. Главным героям придется встретиться с врагом лицом к лицу и отбить захваченных в плен ученых и их родных.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
  - 01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
  - 02.30 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Бокварь». «Смешарики». «Царевны». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Барбоскины». (0+)
- 10.45 «Студия Каляка-Малыки». (0+)
- 11.10 «Чик-Чирикано». (0+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
- 15.25 «Буба». (6+)
- 16.00 «Геройчики». (0+)
- 17.25 «Фиксики». (0+)
- 18.00 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.25 «Чик-Чирикано». (0+)
- 20.00 «Семь королевств». (0+)
- 20.30 «Сказка на ночь». (0+)
- 21.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 21.35 «Барбоскины». (0+)
- 22.05 «Турбозавры». (0+)
- 22.30 «Фиксики». (0+)
- 23.05 «ДиноСити». (0+)
- 23.35 «Буба». (6+)
- 00.30 «Котики, вперед!» (0+)
- 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 01.35 «Тима и Тома». (0+)
- 02.00 «Лунтик». (0+)
- 02.30 «Четверо в кубе». (0+)
- 03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 05.00 «Фиксики». (0+)

**МУЛЬТ**

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 08.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Тима и Тома». (0+)
- 09.30 «Лунтик». (0+)
- 10.00 «Фиксики». (0+)
- 10.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 13.00 «Волшебная кухня». (0+)
- 13.25 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- 16.00 «Турбозавры». (0+)
- 16.50 «Геройчики». (0+)
- 17.25 «Фиксики». (0+)
- 18.00 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.25 «Чик-Чирикано». (0+)
- 20.00 «Семь королевств». (0+)
- 20.30 «Сказка на ночь». (0+)
- 21.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 21.35 «Барбоскины». (0+)
- 22.05 «Турбозавры». (0+)
- 22.30 «Фиксики». (0+)
- 23.05 «ДиноСити». (0+)
- 23.35 «Буба». (6+)
- 00.30 «Котики, вперед!» (0+)
- 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 01.35 «Тима и Тома». (0+)
- 02.00 «Лунтик». (0+)
- 02.30 «Четверо в кубе». (0+)
- 03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 05.00 «Фиксики». (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**365 ДНЕЙ ТВ**

- 01.30 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+)
- 02.00 Монологи императоров. (16+)
- 02.45 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 03.50 Ним: музей под открытым небом. (12+)
- 05.00, 09.05 Народный фронт Победы. (12+)
- 05.30, 09.35 Сквозь времена. (12+)
- 06.00 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 06.25 Северный морской путь. (16+)
- 07.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 07.40 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 08.10 Боги Египта. (16+)
- 10.10 Город с характером. (12+)
- 11.05 Рассекреченные материалы. (16+)
- 12.00 Ледоколы войны. (12+)
- 12.45 Секреты истории. (16+)
- 14.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 15.05 Герасимовы. (12+)
- 16.00 Герои подполья. (12+)
- 16.15 Историкограф. (12+)
- 17.00 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 17.30 Семь дней истории. (12+)
- 17.40 Артековский закат. (12+)
- 18.45 Тайное становится явным. (12+)
- 19.00, 23.00 Забытые войны России. (12+)
- 20.00 Русская история. (12+)
- 21.25 Забытый полководец. (12+)
- 21.55 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 22.25 Найти и рассказать. (12+)

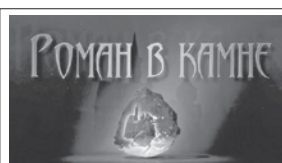
**VIIU HISTORY**

- 06.05 Первая мировая. (16+)
- 07.00 Форт Рохтас, Пакистан. (12+)
- 07.30, 08.20 Утопия инженерии. (16+)
- 09.15 Легенды Европы: Париж. (12+)
- 10.15 Легенды Европы: Шотландия. (12+)
- 11.15, 11.40 Родовые проклятия. (16+)
- 12.10 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
- 13.10 Загадки планеты Земля. (16+)
- 14.00 История вещей. (16+)
- 14.25 Игры империй: Китайская империя. (16+)
- 15.25, 16.15 Утопия инженерии. (16+)
- 17.10 Легенды Европы: Греция. (12+)
- 18.10 Легенды Европы: Норвегия. (12+)
- 19.10 Загадки планеты Земля. (16+)
- 20.00 Родовые проклятия: Проклятие безумного монаха. (16+)
- 20.25 Родовые проклятия: Проклятие дракона. (16+)
- 20.50 Французский орёл в изгнании. (16+)
- 21.55 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)
- 22.55 Аугусто Пиночет: переворот, пытки, Запад. (16+)
- 23.45, 00.35 Утопия инженерии. (16+)
- 01.25, 02.20 Легенды Европы. (12+)
- 03.15, 03.40 Родовые проклятия. (16+)
- 04.05 Фаберже, сотворение легенды. (12+)

**ИСТОРИЯ**

- 06.00, 03.25 Петра. Город-легенда. (12+)
- 06.55, 04.20 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
- 07.45, 05.05 Париж: невероятное наследие выставки 1900-го года. (12+)
- 08.45 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
- 09.35, 10.35 Жемчужины ЮНЕСКО. (12+)
- 11.30 Первые на Марсе. Неслетая песня Сергея Королева. (12+)
- 12.25, 00.00 СССР. Империя наоборот. (12+)
- 13.15 Наследие Жака Кусто. (12+)
- 14.10 Дуэль разведок. Россия-Япония. Гибель японского дракона. (12+)
- 14.55 Иллюминаты. Всевидящее око. (16+)
- 15.55 Личное. Валентина Талызина. (12+)
- 16.40 Исчезнувшая столица Галлии. (12+)
- 17.40 Вожди народов. Уинстон Черчилль. (12+)
- 18.30 1783 год. Начало небесной гонки. (12+)
- 19.30 Гениальный примитив. Загадка Исаковского. (12+)
- 20.15 Египет - вдохновение Франции. (12+)
- 22.15 Фрэнк Синатра. Голос Америки. (12+)
- 23.10 Людмила Савельева. После бала. (12+)
- 01.40 Кто убил Неандертальца? (12+)
- 02.40 Прощание с песняром. Владимир Мулявин. (12+)

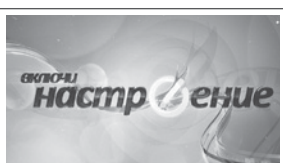
РОССИЯ К  
РОССИЯ К  
Культура



21.35 «Роман  
в камне»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 18.45 «Древнерусский детектив. Андрей Боголюбский»
- 07.50 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 08.20 12.45 «Забывшее ремесло»
- 08.35 22.00 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.45 «Феномен Кулибина»
- 13.00 «Острова»
- 13.45 «Иван Федорович Шпонька и его тетушка»
- 15.00 «Дом полярников»
- 15.45 «Энигма»
- 16.45 Письма из провинции
- 17.15 Российские мастера концертной сцены
- 19.45 01.15 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 21.35 «Роман в камне»
- 23.45 «МОЙ ПАПА БАРЫШНИКОВ»
- 02.00 «Запечатленное время»

ТВЦ ТВЦ



06.00  
«Настроение»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
- 12.30 «ЛИШНИЙ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ЛИШНИЙ». (12+)
- 17.00 «Актёрские драмы. В титрах не значился». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ТИХИЕ ВОДЫ». (12+)
- 20.00 «ТИХИЕ ВОДЫ-2». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Хорошие песни». (12+)
- 00.40 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (12+)
- 02.15 «Петровка, 38». (16+)
- 02.30 «ОЗНОБ». (12+)
- 05.35 «Москва резиновая». (16+)
- 05.55 «Владимир Меньшов. Поздняя слава». (16+)

3 ТВ-3



14.00 Вернувшиеся.  
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Порча». (16+)
- 14.00 Вернувшиеся. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Вернувшиеся. (16+)
- 16.20 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 19.15 «ДЖОН УИК-2». (16+) США, 2017 г. Боевик. В ролях: Киану Ривз, Риккардо Скмарчо, Иэн Макшейн, Руби Роуз. Возвратив себе «Мустанг» и заключив с Тарасовым мир, Джон решает отойти от дел. Но не тут-то было...
- 21.45 «ЭКСПАТ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ЭКСПАТ». (16+)
- 00.00 «ЯМАКАСИ». (18+)
- 01.45 «ИНЦИДЕНТ В СИНДЗЮКУ». (18+)
- 03.45 «ВАРВАРЫ». (16+)
- 05.00 Мистические истории. (16+)

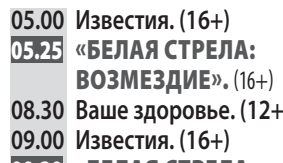
ДОМАШНИЙ



10.40 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 04.50 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 19.00 «ДВА КРЫЛА». (16+)
- 23.25 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 02.00 «Верну любимого». (16+)
- 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 «6 кадров». (16+)

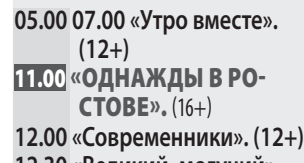
5 5-й КАНАЛ



05.00 Известия. (16+)

- 05.25 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 08.30 Ваше здоровье. (12+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 Светская хроника. (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 12.35 13.25 15.05 02.45 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 11.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 17.15 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 12.00 «Современники». (12+)
- 12.30 «Великий, могучий». (12+)
- 13.00 18.30 «Спортивная семья». (12+)
- 13.15 16.30 «МУРКА». (16+)
- 14.15 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.45 «День вместе». (12+)
- 15.15 02.00 «Формула здоровья». (12+)
- 15.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.30 «Футбол губернии». (12+)
- 18.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.30 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.45 «ПОЙТИ И НЕ ВЕРНУТЬСЯ». (16+)
- 02.30 «Такие разные». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 06.15 12.35 13.25 15.05 02.45 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 11.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 17.15 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 Новости
- 07.05 19.30 22.00 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция из Таиланда
- 19.55 Футбол. Зимняя серия. «Зенит» (Россия) - Сборная Иордании. Прямая трансляция
- 22.35 Футбол. «Торино» - «Кальяри». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 01.55 Центральный круг. (12+)
- 06.00 «Вячеслав Платонов. Тренер победы». (12+)
- 06.55 05.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.20 «бхб». (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Орбита». (6+)
- 09.30 «Что за спорт?» (12+)
- 10.05 11.25 Биатлон. Чемпионат России. (0+)
- 12.45 14.45 16.00 22.20 01.45 02.30 Спецрепортаж. (12+)
- 13.05 Биллиард. Суперлига. (0+)
- 15.00 «Вид сверху». (12+)
- 15.25 21.50 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.15 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 18.25 География спорта. (12+)
- 18.55 Футбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 20.55 «Светлана Ромашина. На волне мечты». (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 02.05 «Страна спортивная-2024. Как это было». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 07.40 «ПОСЛЕ». (18+)
- 09.30 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 11.15 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- 13.00 «ПОСЛЕ. ДОЛГО И СЧАСТЛИВО». (16+)
- 14.50 «ДУБЛИКАТ». (16+)
- 16.45 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 19.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 21.05 «ДОРΙΑН ГРЕЙ». (16+)
- 23.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.00 «МУШКЕТЁРЫ». (16+)
- 02.45 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 04.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 04.45 «ДЖЕЙН Эйр». (16+)
- 05.30 «Отель у овечек». Мультфильм. (6+)
- 06.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.05 «Царевны». (6+)
- 08.10 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 09.55 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СКОРОВИЩАМИ». (16+)
- 11.55 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 13.45 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 15.25 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 17.00, 17.55 «ПРАКТИКА». (16+)
- 18.55 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 21.40 «9 РОТА». (16+)
- 00.15 «БРАТСТВО». (16+)
- 02.05 «ТАНКИ». (16+)
- 03.35 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 05.10 «Летучий корабль». Мультфильм. (6+)
- 06.00 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.00 «КАТОК И СКРИПКА». (12+)
- 07.50 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)
- 09.45 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЬ». (12+)
- 11.25 «ПОДРАНКИ». (16+)
- 13.05 «МАЧЕХА». (12+)
- 14.40 «БЕЗОТЦОВЩИНА» (12+)
- 16.20 «МУЖИКИ!». (12+)
- 18.05 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 20.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
- 22.45 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
- 00.05 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
- 01.30 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 06.05 «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.45 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА» (16+)
- 15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 18.10 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ГОРЬКО!». (16+)
- 22.50 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)
- 00.30 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (12+)
- 01.55 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛИ ПИАНИНО». (6+)
- 03.20 «ДВА ДНЯ». (16+)
- 05.00, 07.30, 13.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.10, 13.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.15 Суббота News. (16+)
- 01.30 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)
- 02.30, 02.50, 03.10, 03.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.50 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
- 16.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- В разгаре расследование нападения на олигарха, поэтому Юля, Даша и Никита объединяются...
- 23.05 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Долгожданная свадьба Полины и Антона превращается в арену боевых действий...
- 01.30 Даёшь молодёжь! (16+)
- 02.35 «МАРГОША». (16+)
- Наташа не понимает, что скрывают от неё родители.
- 04.10 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (0+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Паломница. Валаам. 3 серия. (12+)
- 12.15 День Патриарха. (0+)
- 12.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.25, 13.55, 14.20 Монастырская кухня. (0+)
- 14.50 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ ОЧАРОВАНИЕ...» (0+)
- 16.40 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
- СССР, 1980 г.
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 День ангела: Мученица Татиана. (0+)
- 21.05, 03.10 Константин Ушинский. Отец русской школы. (0+)
- 22.00 Следы империи. (12+)
- 23.35 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 00.30, 01.00, 01.30, 02.00 День Патриарха. (0+)
- 02.40 День ангела: Мученица Татиана. (0+)
- 03.55 От подъёма до отбоя... (0+)
- 04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

24 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Попразднство Богоявления.  
Прп. Феодосия Великого, общих житий начальника.



Прп. Михаила Клопского, Новгородского. Прп. Феодосия Антиохийского. Сщмчч. Николая, Феодора и Владимира пресвитеров. Св. Владимира исп., пресвитера. Елецкой иконы Божией Матери.

Постный день.  
Разрешается рыба.

«Иные называют благоразумными тех, которые умеют разумно распорядиться в чувственном, но настоящие благоразумники те, которые владеют своими пожеланиями».

Прп. Марк Подвижник

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 10.00 Лайкер. (16+)
- 11.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 12.00 Top15 Like FM. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Самый лучший день. (16+)
- 17.00 Новое Радио. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 К 50-летию Юрия Шатунова «Здесь был Юра». (16+)
- 21.20 Лихие хиты. (16+)
- 23.00 Dance chart. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)
- Настоящий караоке-клуб у вас дома!

ПЕРВЫЙ



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

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота».
- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Моей душе покоя нет...» (12+)
- 11.05 Поехали! (12+)
- 12.15 «Это я не вернулся из боя». (12+)
- 12.45 «Наше всё». (12+)
- 13.35 «ПроУют». (0+)
- 14.25 «РОЗЫГРЫШ». (12+)
- 16.15 «Дмитрий Харатьян. Я ни в чем не знаю меры». (12+)
- 17.05 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Народный ледниковый». (0+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Своя колея». (16+)
- 23.10 «ЧЕРНЫЙ ЯЩИК». (16+)
- 01.35 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



11.50 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.50 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.50 «Парад юмора». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 20.50 Вести. Местное время
- 21.00 «МУЖ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
- Софья Синицына потратила лучшие годы своей жизни, обеспечивая своего возлюбленного, начинающего писателя...
- 00.40 «МАРУСЯ». (12+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым

- 04.35 «Непрощенный». (16+)
- 06.20 «Жди меня». (12+)
- 07.20 «Смотр». (0+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
- 20.20 «МСТИТЕЛЬ: СТРАШНЫЙ ЛЕС». (16+)
- 00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 01.05 Квартирник НТВ. (16+)
- 02.25 «Дачный ответ». (0+)
- 03.20 «ПИНГВИН НАШЕГО ВРЕМЕНИ». (16+)

СТС



08.00 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 08.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС ДУЛИТТЛ». (6+)
- 11.55 «ХВОСТАТЫЕ ПРИШЕЛЬЦЫ». (6+)
- 13.55 «ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (6+)
- 15.35 «ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА: УТРАЧЕННАЯ ТАЙНА». (12+)
- 17.20 «РОБОТ АРИ». (6+)
- 19.10 «МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (16+)
- 21.00 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
- 22.45 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (16+)
- 01.00 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
- 02.40 «ПРОХОДИМЦЫ». (16+)
- 04.25 «Мультфильмы». (16+)
- 05.50 Ералаш. (6+)

ТНТ



21.00 «Конфетка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.20 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 21.00 «Конфетка». (16+)
- 23.00 «Stand up». (18+)
- Возвращение в эфир культового шоу, в котором комики делятся своими мыслями, и делают это невероятно смешно. Зрителей ждёт куча сюрпризов: новые лица со свежими шутками и возвращение культовых героев жанра
- 00.00 «АПОКАЛИПСИС». (18+)
- 1517 год. Полуостров Юкатан. В один день рушится мир индейца по имени Лапа Ягуара. Его деревню захватывает соседнее племя, уничтожая хижины, забирая местных жителей в плен.
- 02.25 «Студия «Союз». (16+)
- 03.50 «Импровизация». (16+)
- 05.20 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)

REN



15.00 «СОВБЕЗ». (16+)

- 05.00 01.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «Добровэфире». (16+)
- 20.00 «57 СЕКУНД». (16+)
- США, 2023 г. Фантастический триллер. В ролях: Джош Хатчерсон, Морган Фриман, Грег Джерманн. Техноблогер Франклин случайно предотвращает покушение на известного визионера...
- 21.50 «МЕГАН: К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
- 23.50 «ГЕЙМЕР». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- Ведущие программы «Секреты на кухне» снова удивляют! На этот раз - блюдами из капусты. Камилла Дмитриева приготовит чебуреки из капусты. Вадим Абрамов поделится рецептом капустной лазаньи.
- 05.20 Пятница News. (16+)
- 05.50 «Конек-Горбунко». (12+)
- 07.00 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)
- 09.00 Битва шефов. (16+)
- 23.10 Работяги. (16+)
- 01.40 «13-Й РАЙОН». (18+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 10.20 «Шоу Доктора Зубаревой». (16+)
- 11.00 Барышня-крестьянка. (16+)
- 14.00 «Чудо из ада». (12+)
- «Чудо из ада» - реалити, в котором родители избалованных мажоров-подарков обращаются за помощью, а их капризные чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи.
- 15.40 «Жизнь после шоу». (16+)
- 17.35 «Мама в 16». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (16+)
- 03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)
- 06.30 Большой кэш. (16+)
- Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность.
- 07.15 Улётное видео. (16+)
- 10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 19.30 Охотники. (16+)
- 22.30 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.20 Большой кэш. (16+)
- 02.10 iПочик-2. (16+)
- 03.40 iПочик. (16+)

МИР

- 05.00, 08.55, 04.55 Мультфильмы. (6+)
- 05.45 Все, как у людей. (6+)
- 06.10 «КУРЬЕР». (16+)
- 08.20 Исторический детектив с Николаем Валувым. (16+)
- 09.30 Наше кино. (16+)
- 10.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10 «СТARIKI-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
- 12.05, 16.15, 19.10 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
- 18.40 История 30-летия. Формируя будущее. (12+)
- 21.55 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (16+)
- Первая из картин трилогии о гардемаринах, в основе сюжета которой - политические и любовные интриги русского царского двора.
- 03.25 Наше кино. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 16.05 «Календарь». (6+)
- 10.30 «ЧУЧЕЛО». (12+)
- 12.40 «О ЛЮБВИ». (12+)
- 13.50 «Почитаем!» (12+)
- 15.05 «ВЕСЕННИЙ ДОЖДЬ». (12+)
- 15.30 «ФОТОГРАФ». (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.30 «Друзья человечества». (12+)
- 20.35 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 21.45 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)
- 23.45 «ЧЕРНАЯ КОШКА, БЕЛЫЙ КОТ». (18+)

ПОБЕДА

- 05.15 «ПЕРВЫЙ ОСКАР» (16+)
- 07.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 08.50 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 18.30 «СПЕЦНАЗ». (16+)
- Спецназ военной разведки - это элита вооруженных сил России. Но страна не знает своих героев в лицо. Их лица и их работа - это государственный секрет. Реальные и, в то же время, невероятные события из жизни спецназа на Северном Кавказе, в Косово, в Таджикистане, в Афганистане, в Москве и Санкт-Петербурге...
- 01.00 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
- 02.40 «НЕБЕСНАЯ КОМАНДА». (16+)
- 04.05 «ОДНА ВОЙНА». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Путешествия», «Три кота». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Черепашки». (0+)
- 08.50 «Волшебная кухня». (0+)
- 10.00 «Съедобное или несъедобное: Иван Леванов и панкейки». (0+)
- 10.25 «Царевна и дракон. Магическая книга». (0+)
- Продолжение приключений царевны Варвары в волшебном мире!
- 12.00 «Семья на ура!» (0+)
- 12.30 «Мешарики». (0+)
- 14.00 «Детский сад для зверят». (6+)
- Невероятно увлекательные истории о рождении и взрослении детёнышей различных животных в зоопарках и заповедниках. В главных ролях - пушистые и хвостатые, пугливые и игривые малыши всех видов и размеров! Здесь всё как в обычном детском саду - много игр и шалостей, а ещё важные жизненные уроки, полученные от старших.
- 14.30 «Ну, погоди!» (0+)
- 15.35 «Геройчики». (0+)
- 17.50 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
- 19.30 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 22.35 «Дикие скричеры!» (6+)
- 23.00 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Алиса и Льюис». (0+)
- 02.55 «Малышарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Чик-Чириконо». (0+)
- Чириконо - многолетняя семья воробьёв из птичьего города. Мама Елена занимается йогой и готова на всё ради своих близких. Папа Аркадий работает инженером, любит рыбалку и иногда ведёт себя по-детски. Старшая дочь Василиса мечтает стать известной, подросток Макс отлично учится, близнецы Рома и Боря обожают розыгрыши, а крошка Алина помогает семье решать и создавать новые проблемы.
- 10.55 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 12.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 16.00 «Мини-Мишки». (0+)
- 19.00 «МУЛЬТПремьера!» (0+)
- 19.20 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- В городе, населенном разными зверушками, живут зайчата - брат и сестра Зайчик и Маруся. Они никогда не сидят на месте: им всё интересно, зайчата исследуют мир, но ещё не всё знают о правилах безопасности в нём. Поэтому они частенько попадают в неприятности - по неосторожности, увлечённые игрой, или потому что забыли правила поведения, которым их учили взрослые дома и в школе. Хорошо, что отважные спасатели - белочка Муся, ёж Чук и волк Станислав - никогда не дремлют!
- 21.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 02.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)
- 01.05, 04.50, 21.30 Народный фронт Победы. (12+)
- 01.35, 05.20 Сквозь времена. (12+)
- 02.05 Северный морской путь. (16+)
- 03.05 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.20 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 03.55 Боги Египта. (16+)
- 06.00 Пешком по Москве. (6+)
- 06.15 Город с характером. (12+)
- 07.10 Рассекреченные материалы. (16+)
- 08.05 Ледоколы войны. (12+)
- 08.50 Секреты истории. (16+)
- 10.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 11.10 Герасимовы. (12+)
- 12.00 Историю: Подлинное в историческом художественном романе. (12+)
- 13.00, 17.25, 22.30 Забытый полководец. (12+)
- 13.30, 17.55 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 14.00 Артековский закат. (12+)
- 15.00, 19.00 Забытые войны России. (12+)
- 16.00 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
- 18.25 Найти и рассказать: Демянский котёл. (12+)
- 20.00 Русская история: Женщины во власти. (12+)
- 22.00 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 23.05 Коктейль Молотова. (16+)

HISTORY

- 06.10 Утопия инженерии. (16+)
- 06.55 Легенды Европы: Прованс. (12+)
- 07.55 Легенды Европы: Испания. (12+)
- 09.00, 09.50, 10.40 Утопия инженерии. (16+)
- 11.30 Легенды Европы: Венеция. (12+)
- 12.25 Легенды Европы: Альпы. (12+)
- 13.30 Легенды Европы: Бургундия. (12+)
- 14.30 Родовые проклятия: Кеннеди. (16+)
- 14.55 Родовые проклятия: Сказочное проклятие. (16+)
- 15.25, 16.10 Загадки планеты Земля. (16+)
- 17.00 Викторианская эпоха на пленке. (16+)
- 18.25 Принц Альберт: герой викторианской эпохи. (16+)
- 19.25, 19.50, 20.15, 20.40, 21.05, 21.30 История вещей. (16+)
- 21.55 Убийство на железной дороге: Первое убийство на железной дороге. (16+)
- Мы расследуем известные преступления, совершённые на железных дорогах Британии...
- 22.50, 23.50, 00.50, 01.45 Первая мировая. (16+)
- 02.40 Убийство на железной дороге: Тело в туннеле. (16+)
- 03.25 Убийство на железной дороге: Убийца полицейских. (16+)
- 04.15 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)
- 05.05 Фаберже, сотворение легенды. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)
- 06.55 Марина Влади. Моя правда. (16+)
- 07.40 Любовь посреди войны. (12+)
- 08.40 Русская Антарктида. XXI век. (16+)
- 10.20 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
- 11.10 Взятие Бастилии. Хроника революции. (12+)
- 12.15 Великий и ужасный Жук. (12+)
- 13.05 Ку-клукс-клан. Американская история. Рождение невидимой империи. (16+)
- 14.10 Ку-клукс-клан. Американская история. Возрождение. (16+)
- 15.15 Генерал Дуглас. Прерванный полёт. (12+)
- 16.05 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)
- 17.00 Марина Влади. Моя правда. (16+)
- 17.50 Любовь посреди войны. (12+)
- 18.50 Русская Антарктида. XXI век. (16+)
- 20.30 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
- 21.20 Взятие Бастилии. Хроника революции. (12+)
- 22.20 Великий и ужасный Жук. (12+)
- 23.10 Генерал Дуглас. Прерванный полёт. (12+)
- 00.05, 01.05 Ку-клукс-клан. Американская история. (16+)
- 02.05 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)
- 02.55 Марина Влади. Моя правда. (16+)

РОССИЯ К  
Культура



09.30 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 Мультфильмы
- 08.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ»
- 09.30 «Мы - грамотеи!»
- 10.10 «Запечатленное время»
- 10.40 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН»
- 13.00 Черные дыры. Белые пятна
- 13.40 00.50 «Сенин день»
- 14.25 «Рассказы из русской истории»
- 15.35 Спектакль «Волки и овцы»
- 18.45 «Предки наших предков»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Линия жизни
- 20.45 Концерт «Планета МГУ: через века и пространства». К 270-летию Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова
- 22.50 «КЛАН». (18+)
- 01.30 «Искатели»
- 02.20 Мультфильмы
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

- 06.35 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.00 «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 09.05 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 10.05 Мифы о еде. (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.40 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.05 14.45 «ЕЛЕНА И КАПИТАН». (12+)
- 17.05 «ЗМЕИ И ЛЕСТНИЦЫ». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкивым
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.50 «Тайная комната. Королева Камилла». (16+)
- 00.35 «Русские тайны. Охота на русские». (16+)
- 01.15 Спецрепортаж. (16+)
- 01.40 «Хватит слухов!» (16+)

ТВ-3



04.45 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и СуперКот». (6+)
- 09.45 «ВРЕМЯ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- 11.30 «ВСПОМНИ ВСЕ». (16+)
- 13.45 «ЭКСПАТ». (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «ЭКСПАТ». (16+)
- 16.15 «ДЖОН УИК-2». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «ДЖОН УИК-2». (16+)
- 18.45 «ДЖОН УИК-3». (16+)
- 21.30 «ХИТМЕН: ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ХИТМЕН: ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО». (16+)
- 00.15 «ТАЧКА №19». (18+)
- 01.45 «ДАРЫ СМЕРТИ». (18+)
- 03.00 «ИНЦИДЕНТ В СИНДЗЮКУ». (16+)
- 04.45 Мистические истории. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)

- 06.30 «ДЕТИ ВЕТРА». (16+)
- 10.15 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (16+)  
Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Крылова, Анатолий Лобозкий, Игорь Сигов. Маруся с матерью и отчимом 10 лет живёт в Германии. Похоронив родителей, ставших жертвой кровавой бойни, Маруся откладывает свою свадьбу и впервые едет в Россию.
- 14.45 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ. ПАУТИНА». (16+)  
Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Анатолий Лобозкий, Ольга Веникова, Евгений Шириков. Маруся в отпуске по уходу за ребёнком, но помогает в офисе отцу.
- 19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)
- 22.55 «КОШКИН ДОМ». (16+)
- 02.40 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 08.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 09.00 Страна советов. (16+)
- 09.30 18.35 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 10.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 15.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 20.25 «НАШ СПЕЦНАЗ». (16+)
- 00.00 Известия. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.40 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» (6+)
- 07.50 09.15 «КОРТИК». (12+)
- 09.45 «Мужики». (16+)
- 12.30 Родная. (16+)
- 13.15 «Тыл». (16+)
- 14.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 16.00 19.20 «ЕРМАК». (16+)
- 21.15 Галерея звезд. (12+)
- 22.55 «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)
- 00.25 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 01.55 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Ми-ми мишки». (0+)
- 11.00 «МУРКА». (16+)
- 12.00 «Открытая наука». (12+)
- 12.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 13.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «ПОЙТИ И НЕ ВЕРНУТЬСЯ». (16+)
- 14.45 «Современники». (12+)
- 15.15 «Великий, могучий». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ТРАССА». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Открытая наука». (12+)
- 20.15 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 21.00 «ЗОВИ МЕНЯ ДРОЗД». (16+)
- 23.00 «Марафон». (12+)
- 00.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буран» - «Дизель» Пенза. (12+)
- 01.45 «Малая сцена». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Что за спорт?» (12+)
- 06.30 Центральный круг. (12+)
- 07.00 Новости
- 07.05 17.00 19.30 22.00 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.30 13.40 Биатлон. Кубок России. Спринт. Прямая трансляция
- 11.15 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Прямая трансляция из Ижевска
- 14.55 Бокс. (16+)
- 17.20 Футбол. Чемпионат Германии. Прямая трансляция
- 19.50 Футбол. Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 22.50 Футбол. «Вальядолид» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.55 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 02.25 Автоспорт. Рождественская гонка чемпионов. Трансляция. (6+)
- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 09.20 11.50 Новости
- 07.55 08.10 11.30 18.40 Спецрепортаж. (12+)
- 08.30 Небесная грация. (0+)
- 08.50 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 09.25 10.00 Лыжные гонки. Кубок России. спринт. Квалификация. Прямая трансляция
- 10.30 География спорта. (12+)
- 11.00 02.15 «Большой хоккей». (12+)
- 11.55 Автоспорт. Рождественская гонка чемпионов. Прямая трансляция
- 16.30 05.00 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 16.55 20.35 Биатлон. Кубок России. Спринт. (0+)
- 18.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 21.55 Лыжные гонки. Кубок России. Спринт. (0+)
- 00.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)  
Мы знаем о звездах всё!
- 06.50 Плейлист | Зима. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Лайкер. (16+)
- 11.00 Короли Чартов. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Топ-30. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 За гусли - да. Короли русского фолка. (16+)
- 17.00 Битва поколений. (16+)
- 18.30 Новая Песня года-2024. (16+)
- 21.05 Народное диско. (16+)
- 22.30 Наше. (16+)
- 23.20 Танцпол. (16+)
- 02.00 Карaoke хит. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.45 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 09.05, 10.00, 11.00, 11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 12.45 «ДОРИАН ГРЕЙ». (18+)
- 14.50 «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
- 16.55 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 19.00 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 20.55 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)
- 22.45 «НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА». (16+)  
Романтическая фантазия-комедия, США, 2007 г.
- 00.30 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 02.00 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 03.50 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (12+)
- 05.25 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 13.55 «ПРАКТИКА». (16+)
- 14.55 «ТАНКИ». (16+)
- 16.40 «БРАТСТВО». (16+)
- 18.45 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.00 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 22.30 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 00.10 «ДУЯЛЯНТ». (16+)
- 02.00 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (16+)
- 04.10 «Трое из Простоквашино». Мультфильм. (6+)
- 04.30 «Каникулы в Простоквашино». «Каникулы Бонифация». Мультфильмы. (6+)
- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». Мультфильм. (6+)
- 08.15 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.40 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 11.05 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.40 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 14.00 Мультфильмы. (6+)
- 18.00 «ЧАРОДЕИ». (12+)
- 21.00 «КОРОЛЕВА БЕЗКОЛОЛОНКИ». (12+)
- 22.25 «ЗОЛУШКА». (12+)
- 00.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (16+)
- 01.40 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
- 06.05 «ТАКСИ 5». (18+)
- 08.20 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
- 05.05 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
- 07.15 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 08.50 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!» (16+)
- 10.20 «КРАСАВИЧ СО СТАЖЕМ». (16+)
- 12.10 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 14.05 «ЖЕНИХ». (16+)
- 15.45 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 17.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
- 19.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)
- 21.35 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
- 23.45 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 06.05 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.10 «Заяц, который любил давать советы». (0+)
- 07.15 «Младший брат». Мультфильм. (0+)
- 07.25 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
- 09.10 «ПОСЛЕДНИЕ КАНИКУЛЫ». (12+)
- 10.50 «ПРИМОРСКИЙ БУЛЬВАР». (12+)
- 12.10 «УЛОВЛЕНИЕ НА БЕРЕГЕ». (12+)
- 14.45 «СТЯПУХА». (12+)
- 16.00 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 00.25 «СПУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
- 02.00 «ЧЕТВЕРТЫЙ». (16+)
- 03.10 «БЕГСТВО МИСТЕРА МАК-КИНЛИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- Сериал. Драма, исторический фильм, Россия, 2014 г. В ролях: Алексей Демидов, Карина Андоленко, Полина Уварова, Василиса Немцова, Агриппина Стеклова
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТАНКИ ГРЯЗИ НЕ Боятся». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)  
В ролях: Алексей Секирин, Сергей Колешня, Людмила Гаврилова, Илья Нартов
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)  
Для хоккейной команды «Медведи» из небольшого провинциального города наступила чёрная полоса: очередная игра закончилась поражением и тренер, окончательно разочаровавшийся в своих подопечных, сбрасает команду прямо посреди сезона. Но на одной из тренировок ребят ждёт большой сюрприз - новый тренер Сергей Макеев. Он молод и амбициозен, к тому же имеет игровой опыт в НХЛ...
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- 05.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 День ангела: Мученица Татиана. (0+)
- 05.40 Санкт-Петербургская духовная академия. Путь к служению. (0+)
- 06.15 Константин Ушинский. Отец русской школы. (0+)
- 07.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 «Девочка и робот». Урок 28. (0+)
- 08.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Пилигрим. Великий северный путь. (6+)
- 10.55 Святцы России. (6+)
- 12.05, 12.35, 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 В поисках Бога. (12+)
- 14.30 Профессор Осипов. (0+)
- 15.00 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (12+)
- 16.50 «МОЙ ДОБРЫЙ ПАПА». (12+)
- 18.10 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
- 20.00 Паломница. Оптина пустынь. 1 серия. (12+)
- 21.15 Простые чудеса. (12+)
- 22.15 Русский мир. (12+)
- 23.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 Паломница. Оптина пустынь. 1 серия. (12+)
- 02.45 Профессор Осипов. (0+)
- 03.15 Русский мир. (12+)
- 04.10 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

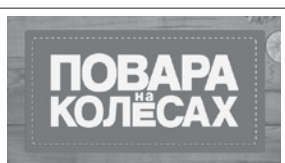
25 января  
Седмица 31-я по Пятидесятнице.  
Суббота по Богоявлению. Глас 5.  
Попразднство Богоявления. Мц. Татианы  
и с нею в Риме пострадавших.



Свт. Саввы, архиеп. Сербского. Прп. Мартинаана Белозерского. Мч. Мертия. Мч. Петра Авессаломита. Прп. Евпраксия Тавенской. Прп. Пахомия Кенского. Икон Божией Матери, именуемых «Акафистная» и «Млекопитаельница».

Поста нет.  
«Всеми поступками должно руководить благоразумие. Ибо без благоразумия и все то, что по видимому прекрасно, от несвоевременности и несоблюдения меры превращается в порок». Свт. Василий Великий

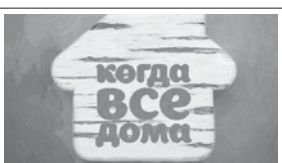
ПЕРВЫЙ



11.05 «Повара на колесах». (12+)

- 06.00 Новости  
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)  
06.55 «Часовой». (12+)  
07.25 «Здоровье». (16+)  
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)  
09.10 «Непутевые заметки». (12+)  
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь других». (12+)  
11.05 «Повара на колесах». (12+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
14.00 «ЛАДОГА».. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)  
21.00 «Время»  
23.00 «КЕНТАВР». (18+)  
00.50 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым

- 05.10 «ПРЯНИКИ ИЗ КАРТОШКИ». (16+)  
07.20 «В кругу друзей»  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»  
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
11.45 «Донбасс. Зеркало для героев». (12+)  
13.00 Большие перемены  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
01.30 «ПРЯНИКИ ИЗ КАРТОШКИ». (16+)

НТВ



20.20 «Ты не поверишь!» (16+)

- 04.45 «КОНТРАКТ НА ЛЮБОВЬ». (16+)  
06.30 «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+)  
12.00 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
14.00 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 Человек в праве. (16+)  
17.00 Следствие вели... (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели»  
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)  
21.25 «Звезды сошлись» (16+)  
23.00 «Трибьют Валерии». (6+)  
01.15 «Основано на реальных событиях». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
07.05 «Зов джунглей». (6+)  
08.50 «Альфа и Омега: Клыкостая братва». (0+)  
10.25 «Коты Эрмитажа». (6+)  
12.05 Впервые на СТС. «Гномы в доме». (6+)  
13.45 «Зверогонщики». (6+)  
15.40 «Крутые яйца-2». (6+)  
17.25 Впервые на СТС. «Крутые яйца: Миссия «Пингвин». (12+)  
19.15 «ВОССТАНИЕ». (16+)  
Земля захвачена инопланетными машинами, которые уже уничтожили все крупные города и теперь охотятся за выжившими людьми. Впервые на СТС.  
21.00 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)  
23.10 «2067: ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)  
01.30 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ-2». (16+)  
03.05 «ЦИРК». (16+)  
04.15 «6 кадров». (16+)  
04.35 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.15 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)  
09.15 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)  
18.30 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)  
21.00 «Титаны». (16+)  
Искусственный интеллект бросает вызов сильнейшим людям России. Проанализировав огромный объем данных, нейросеть создала серию сложнейших испытаний, чтобы проверить, на что способно тело человека.  
23.00 «Шоу Воли». (16+)  
Каждую неделю Павел вместе подведёт итоги уходящей недели и сделает это в своей фирменной юмористической манере  
00.00 «Конфетка». (16+)  
01.50 «Студия «Союз». (16+)  
04.15 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
10.30 «Наука и техника». (16+)  
11.30 «Купи-продай». (16+)  
13.00 «Легенды и мифы». (16+)  
14.00 «Неизвестная история». (16+)  
15.00 «БЕЗБИЛЕТНЫЙ ПАССАЖИР». (16+)  
16.45 «МАЛЫШКА С ХАРАКТЕРОМ». (16+)  
18.40 «ИГРА ГАННИБАЛА». (16+)  
Канада, 2018 г. Триллер. В ролях: Генри Кавилл, Александра Даддарио.  
20.35 «МИЗАНТРОП». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
Блюда во фритюре способны удивлять. Это решили доказать ведущие программы «Секреты на кухне».  
05.30 Пятница News. (16+)  
06.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (12+)  
07.00 «Пламенное сердце». (6+)  
08.50 Как люди живут. (16+)  
12.30 Погнали! (16+)  
23.00 Работяги. (16+)  
01.40 «КТО ТАМ?» (18+)  
03.10 Пятница News. (16+)  
03.40 Гастротур. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.50 Барышня-крестьянка. (16+)  
12.55 «Жизнь после шоу». (16+)  
15.00 «Мама в 16». (16+)  
16.50 «Модель XL». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
Признания и скандалы, ревность и интриги, драки и танцы. На что только не идут ребята, чтобы обрести долгожданное счастье с любимым человеком. Чувства и эмоции участников раскрываются с новой силой этой весной на ваших глазах.  
00.05 «Измены». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 08.00 09.00 Утилизатор. (12+)  
07.30 08.30 09.30 Утилизатор. (16+)  
10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)  
Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана.  
19.30 Решала. (16+)  
22.30 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
01.20 Большой кэш. (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)  
06.20 «РОДНЯ». (16+)  
08.20 Диктор делает. (16+)  
09.30 Фазендалайф. (6+)  
10.00, 16.00 Новости  
10.10 «ЕЛКИ-ПАЛКИ». (16+)  
12.00, 16.15, 19.30, 01.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)  
Лариса - следователь и прекрасный работник, а также мать двоих сыновей и привлекательная женщина. Ее профессиональный стиль - придавать минимум значения материальным уликам, результатам экспертиз и анализов.  
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)  
03.15 Наше кино. История большой любви. (16+)  
04.05 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 16.05 «Календарь». (6+)  
09.30 Все по-взрослому  
11.25 «Моя история». (16+)  
12.10 Кино на все времена. (12+)  
15.20 «Закулисье». (12+)  
17.00 «День вместе». (12+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
19.55 «МНЕ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ». (16+)  
22.40 «ДЕНЬГИ». (12+)  
00.10 Документальный фильм «Блокада». (16+)  
01.05 «УЧЕЛО». (12+)

ПОБЕДА

- 05.30 «СОЛДАТИК». (12+)  
06.50 «ЛЁТЧИК». (16+)  
08.30 «ТАНКИ». (16+)  
10.10 «ТУМАН». (16+)  
13.15 «ТУМАН-2». (16+)  
16.00 «ШТРАФАТ». (16+)  
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей. Среди них - вор-законник Антип Глымов, карточный шулер Лёша Шустров, бывший священник Тимофей Менделеев, политзаключенные, вороватые деревенские мужики...  
01.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)  
02.20 «СМЕРШ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик», «Грузовичок Лёва». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Лапозавры». (0+)  
10.00 «Еда как в сказке». (0+)  
10.25 «Семь королевств». (0+)  
В Семи королевствах правят маленькие волшебники - принцы и принцессы! У каждого из них есть особый друг-питомец - фантастический дракончик. Эти волшебные создания всегда готовы помочь своим хозяевам, а также доставить их в место назначения. На них можно ездить верхом, лететь по воздуху и даже перемещаться под водой! Все волшебники владеют тремя уникальными способностями, а справиться с магическими миссиями им помогает наставница - мудрая фея Звездочка.  
12.00 «Студия красоты». (0+)  
12.15 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
Отважные спасатели белочка Муся, ёж Чук и волк Станислав спешат на помощь!  
14.00 «У меня лапки». (0+)  
14.30 «Ералаш». (6+)  
16.00 «Это супер!» (0+)  
Эта программа - обо всем самом интересном!  
16.25 «Царевны». (0+)  
18.35 «Косечки-собачки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Команда Флоры». (0+)  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.00 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Алиса и Льюис». (0+)  
02.55 «Малышарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)  
10.55 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
Добро пожаловать на круглогодичный курорт повышенной комфортности! Здесь каждый отдыхающий найдет себе занятие по душе. Активному Зайцу не удаётся насладиться отдыхом на курорте в полной мере, потому что его неустанно преследует хулиган и пройдоха Волк, который вертится поблизости. Между агрессивно настроенным Волком и миролюбивым Зайцем постоянно вспыхивают разные конфликты - от борьбы за внимание очаровательной Косули Ули до соперничества за главный приз в велогонках.  
12.00 «Маша и Медведь». (0+)  
Знаменитый мультсериал «Маша и Медведь» пришелся по душе детям и взрослым с самой первой серии. И неудивительно, ведь это замечательная сказка, добрая и веселая, которая заговорила на одном языке с малышами и родителями всего мира, рассказав удивительную историю дружбы девочки Маши и Медведя - причем не просто, а бывшего артиста.  
16.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
20.00 «Маша и Медведь». (0+)  
00.00 «Маша и Медведь». (0+)  
02.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Боги Египта. (16+)  
00.55, 17.30 Народный фронт Победы. (12+)  
01.25, 04.35 Сквозь времена. (12+)  
02.00 Город с характером. (12+)  
02.50 Рассекреченные материалы. (16+)  
03.50 Ледоколы войны. (12+)  
05.10 Секреты истории. (16+)  
07.05, 21.50 Россия научная. Великие имена. (12+)  
07.30 Герасимовы. (12+)  
08.20 Историада. (12+)  
09.15, 13.45, 18.30, 21.20 Забытый полководец. (12+)  
09.50 Уроки Нюрнберга. (12+)  
10.15 Артековский закал. (12+)  
11.20, 15.05 Забытые войны России. (12+)  
12.15 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)  
14.15 История одной фотографии. (6+)  
14.30 Найти и рассказать. (12+)  
16.05 Русская история: Женщины во власти. (12+)  
18.05 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
19.05 Коктейль Молотова. (16+)  
20.00 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)  
20.35 Освободители: Краснодар. Город в плену. (16+)  
22.10 Монологи императоров: Сима Жуй. (16+)  
23.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Утопия инженерии. (16+)  
06.40 Церковь успения Богородицы. (12+)  
07.10 Легенды Европы: Север. (12+)  
08.10 Легенды Европы: Париж. (12+)  
09.10, 10.00, 10.55 Утопия инженерии. (16+)  
11.45 Легенды Европы: Шотландия. (12+)  
12.50 Легенды Европы: Греция. (12+)  
13.50 Легенды Европы: Норвегия. (12+)  
14.50 Родовые проклятия: Проклятие безумного монаха. (16+)  
15.15 Родовые проклятия: Проклятие дракона. (16+)  
15.40, 16.30, 17.20 Загадки планеты Земля. (16+)  
18.10 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)  
19.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)  
20.00 Игры империй: Жестокость кельтов. (16+)  
21.00 Игры империй: Ацтеки: столкновение империй. (16+)  
21.55 Убийство на железной дороге: Убийство на поезде в Ньюкасле. (16+)  
22.50, 23.50, 00.50, 01.45 Первая мировая. (16+)  
02.40, 03.25 Убийство на железной дороге. (16+)  
04.10 Аугусто Пиночет: певорот, пытки, Запад. (16+)  
05.00 Французский орёл в изгнании. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)  
06.45 Взятие Бастилии. Хроники революции. (12+)  
07.45 Великий и ужасный Жук. (12+)  
08.35, 20.25, 05.05 Ку-клукс-клан. Американская история. Рождение невидимой империи. (16+)  
09.40, 21.25 Ку-клукс-клан. Американская история. Возрождение. (16+)  
10.45 Генерал Дуглас. Прерванный полёт. (12+)  
11.35 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)  
12.30 Марина Влади. Моя правда. (16+)  
13.15 Любовь посреди войны. (12+)  
14.15 Русская Антарктида. XXI век. (16+)  
15.55 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)  
16.45 Взятие Бастилии. Хроники революции. (12+)  
17.45 Великий и ужасный Жук. (12+)  
18.35 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)  
19.35 Генерал Дуглас. Прерванный полёт. (12+)  
22.30 Марина Влади. Моя правда. (16+)  
23.20 Кельты: Нерассказанная история. Рассвет кельтов. (16+)  
00.15 Любовь посреди войны. (12+)  
01.15 Русская Антарктида. XXI век. (16+)  
02.40 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)  
03.25 Взятие Бастилии. Хроники революции. (12+)

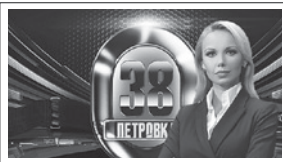
РОССИЯ К  
Культура



16.55  
«Пешком...»

- 06.30 Мультфильмы
- 07.35 «Первые в мире»
- 07.55 «ПРОСТИ НАС, САД...»
- 10.15 Тайны старого чердака
- 10.40 «Человек в шляпе. Анатолий Ромашин»
- «ДЛИННЫЙ ДЕНЬ»
- 12.45 Дом ученых
- 13.15 Неизвестные маршруты России
- 14.00 «Невский ковчег»
- 14.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 15.15 «БЕЛЫЙ КЛЫК»
- 16.55 «Пешком...»
- 17.25 «Романтика ромansa»
- 18.20 «Толстые и тонкие»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН»
- 22.50 Гала-концерт победителей и лауреатов Международного конкурса вокалистов и концертмейстеров Хиблы Герзмава
- 00.50 «БЕЛАЯ МАФИЯ»
- 02.30 «Мена». «Кот, который умел петь»

ТВЦ



01.25 «Петровка, 38». (16+)

- 06.10 «ТИХИЕ ВОДЫ». (12+)
- 07.45 «ТИХИЕ ВОДЫ-2». (12+)
- 09.35 «ПАРИЖАНКА». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.30 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Ночь Вампира». (16+)
- 15.50 «Настоящий детектив. Клуб киллеров». (16+)
- 16.40 «90-е. Кто правит миром?» (16+)
- 17.25 «ВСЁ СНАЧАЛА». (16+)
- 21.30 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
- 00.15 События
- 00.30 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
- 01.25 «Петровка, 38». (16+)
- 01.35 «МИНУС ОДИН». (16+)
- 04.35 «Шуранова и Хочинский. Леди и бродяга». (16+)
- 05.25 Московская неделя. (12+)

ТВ-3



08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 «Леди Баг и Супер-Кот из Альтернативной Вселенной: Приключения в Париже». (6+)
- 12.15 «СОЗДАТЕЛЬ ИГР». (16+)
- 14.30 «БЛОНДЫ». (16+)
- В опасности популярный актер Дубов. Неизвестные сожгли автомобиль артиста и засыпали его угрозами...
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «БЛОНДЫ». (16+)
- 23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 00.00 «АТЛАНТИДА». (18+)
- 01.45 «ОХОТНИК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)
- 03.30 «ЯМАКАСИ». (16+)
- 05.00 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)

- 06.00 «Предсказания: 2025». (16+)
- 06.50 «КОШКИН ДОМ». (16+)
- 11.00 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (16+)
- Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Лоза, Александр Никитин, Павел Гончаров, Ярослав Бойко. Жизнь домохозяйки Виктории Невской - как ожившая рождественская картинка. У неё есть приёмная дочка Маша, сын Ник и заботливый, любящий муж Борис. Но всё меняется в один день, когда муж не приходит домой.
- 15.00 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2». (16+)
- 19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)
- 22.55 «ДЕТИ ВЕТРА». (16+)
- 02.30 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ. ПАУТИНА». (16+)
- 05.35 «6 кадров». (16+)
- 05.40 «Предсказания: 2025». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 «НАШ СПЕЦНАЗ-3». (16+)

09.00 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)

Известный шеф-повар Василий Емельяненко отправляется в гости к звездам. Он узнает, как они обустроивают свои дома, что сделали своими руками. А главное, выяснит, что у них в холодильнике.

09.30 «НАШ СПЕЦНАЗ-3». (16+)

19.05 «ТАЙФУН». (16+)

23.05 «ПЕРЕХВАТ». (16+)

00.50 «КЛАССИК». (16+)

09.30 «НАШ СПЕЦНАЗ-3». (16+)

19.05 «ТАЙФУН». (16+)

23.05 «ПЕРЕХВАТ». (16+)

00.50 «КЛАССИК». (16+)

06.30 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!». (12+)

07.35 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)

09.00 «Новости недели». (16+)

09.25 «Служу России». (12+)

12.20 «Война миров». (16+)

13.10 «Код доступа». (12+)

15.40 «Секретные материалы». (16+)

18.00 «Главное». (16+)

19.40 «Легенды советского сыска». (16+)

23.00 «Фетисов». (12+)

23.40 «КОРТИК». (12+)

01.10 «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

10.00 «Бумажки». (0+)

11.00 «Такие разные». (12+)

12.00 «Неделя». (12+)

12.30 «Марафон». (12+)

13.30 «Территория успеха». (12+)

14.00 «Здоровый интерес». (12+)

14.15 «СЕНСАЦИЯ». (16+)

16.00 «Диалоги с прошлым». (12+)

16.30 «Просто жизнь». (12+)

17.00 «Точка.ру». (12+)

17.30 «Спортивная семья». (12+)

17.45 «ТРАССА». (16+)

19.30 «Неделя». (12+)

20.00 «Современники». (12+)

20.30 «Формула здоровья». (12+)

21.00 «СЕНСАЦИЯ». (16+)

С помощью вполне живой Сондры Прански. Сондра – американская студентка, изучающая журналистику, приезжает к друзьям в Лондон.

22.45 «Марафон». (12+)

23.45 «Диалоги с прошлым». (12+)

00.15 «Точка.ру». (12+)

00.45 «Футбол губернии». (12+)

01.15 «Формула здоровья». (12+)

01.45 «Малая сцена». (12+)

03.15 «СЕНСАЦИЯ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 08.00 16.00 19.00 Новости
- 08.05 16.05 19.05 22.00 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.20 Лыжная страна
- 09.50 12.25 Лыжные гонки. Кубок России. Прямая трансляция
- 11.15 14.20 Биатлон. Кубок России. Масс-старт. Прямая трансляция
- 15.20 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 16.50 Футбол. «Удинезе» - «Рома». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 19.50 Футбол. «Лечче» - «Интер». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 22.50 Футбол. «Барселона» - «Валенсия». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.55 «Что за спорт?» (12+)
- 02.25 Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Olimpbet Суперлига. Женщины. (6+)
- 06.00 06.55 Биатлон. Кубок России. Спринт. (0+)
- 07.50 10.00 12.50 Новости
- 07.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 09.45 12.35 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 01.50 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 10.30 03.10 Бокс. Кубок России. Финалы. (16+)
- 12.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 14.55 02.40 «Что за спорт?» (12+)
- 15.25 «Здоровый образ» (12+)
- 16.00 05.15 Лица Страны. (12+)
- 16.15 17.30 Биатлон. Кубок России. Масс-старт. (0+)
- 18.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
- 19.10 23.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.40 Лыжная страна. (12+)
- 20.10 21.35 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)
- 00.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)

МУЗЫКА

- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Тееп чарт. (16+)
- 08.55 Плейлист | Зима. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.30 Лига клипов. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-Сториз. (16+)
- 12.30 Плейлист | Зима. (16+)
- 14.00 Dance chart. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 За гусли - да. Короли русского фолка. (16+)
- 18.00 Лихие хиты. (16+)
- 19.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 21.05 Муз'итив. (16+)
- 22.30 Наше. (16+)
- 23.20 Золотая лихорадка. (16+)
- 01.20 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «ЛЕВ». (16+)
- 07.40 «НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА». (16+)
- 09.25, 10.20, 11.15, 12.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.10 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 15.05 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)
- 17.00 «ПРИГОВОР». (16+)
- 19.00 «ЖИЗНЬ ДЭВИДА ГЕЙЛА». (18+)
- 21.30 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
- Триллер, США, Великобритания, Испания, 2015 г.
- 23.45 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
- 20.50 «НЕПОСЛУШНИК» (16+)
- 22.55 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 01.00 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 01.30 «ШАХМАТИСТ». (16+)
- 03.10 «ЛЕВ». (16+)
- 05.00 «Гость из космоса». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 11.55, 13.00, 13.55 «ПРАКТИКА». (16+)
- 14.55 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 17.05 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
- Романтическая комедия, Россия, 2016 г.
- 19.05 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
- 20.50 «НЕПОСЛУШНИК» (16+)
- 22.55 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 01.00 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 02.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 03.55 «ЧИЖИК-ПЫЖИК ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». Мультфильм. (6+)
- 08.10 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 09.45 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 11.10 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 12.50 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 14.10 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (16+)
- 15.45 «ХОЛОП». (16+)
- 17.45 «ТАКСИ-2». (16+)
- 19.25 «ТАКСИ-3». (16+)
- 21.00 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 22.55 «ЗАВТРАКУ ПАПЫ». (16+)
- 00.35 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 02.05 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013-2019 гг. Желание Бакина исполняется, но не совсем так, как он хотел. Макеев просит Антипова оказать ему ответную услугу.
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 06.05 «Лиса и волк». (0+)
- 06.15 «Новогоднее путешествие». Мультфильм. (0+)
- 06.30 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
- 06.45 «ПОЛУСТАНОК». (16+)
- 08.05 «СЫН». (16+)
- 09.45 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (12+)
- 12.10 «ГОСТЬ С КУБАНИ» (12+)
- 13.25 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
- 15.25 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ» (12+)
- 17.15 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 19.00 «СУЕТА СУЕТА». (12+)
- 20.35 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 23.00 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)
- 00.50 «КРАХ». (18+)
- 03.45 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (12+)
- 05.10 «НА ГРАФСКИХ РАЗВЛИНАХ». (12+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТАНКИ ГРЯЗИ НЕ БОЯТСЯ». (16+)
- Сериал. Молодёжная патристическая комедия. В ролях: Сергей Сотников, Евгений Кулаков, Андрей Булатов, Вероника Агапова
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2016 г.
- 14.00, 22.00, 06.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Евангелие в слух. (0+)
- 05.50 В поисках Бога. (12+)
- 06.20 Профессор Осипов. (0+)
- 06.55 Святныи России. (6+)
- 08.00 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. Оптина пустынь. 1 серия. (12+)
- 14.00 Афанасий и Феодосий Череповецкие. Подвижники русского севера. (0+)
- 14.50 Русский мир. (12+)
- 16.00 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- СССР, 1964 г.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «САДИСЬ РЯДОМ, МИШКА!» (6+)
- СССР, 1977 г.
- 21.20 День Ангела: Святая Нина. (0+)
- 21.55 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.55 День Патриарха. (0+)
- 23.05, 04.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.35 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.00 Щипков. (12+)
- 03.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

26 января  
Неделя 31-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Попразднство Богоявления.  
Мчч. Ермила и Стратоника.



Прп. Иринарха, затворника Ростовского.  
Прп. Елеазара Анзерского. Мч. Петра Анийского.  
Прп. Иакова, еп. Низибийского. Прп. Максима Кавсокалива.

Поста нет.

«Если ты будешь благоумен, то ни зверь, ни человек не только не причинят тебе никакого вреда, но еще принесут весьма великую пользу».

Свт. Иоанн Златоуст

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.

**П**осле надоевших оттепелей вдруг пошел снег. Он был густым, пушистым и приятно скрипел под ногами. Вдоль тротуаров и дорог всего за пару дней выросли белые сугробы.

– Ну наконец-то настоящая зима! – воскликнул Петрович, глядя в окно. – Укроет все снежком, пропадет слякоть – как хорошо!

– Хорошо-то хорошо, – сказала в ответ стоявшая рядом жена, – да ничего хорошего. Если снег сегодня не прекратится, придется тебе в субботу или в воскресенье на дачу ехать.

– Это зачем еще? – удивился Петрович.

– Затем, что теплицу нужно будет от снега чистить. Помнишь, в прошлом году у соседней теплицы не выдержала напавшего снега и рухнула? Пришлось им спешно новую ставить. У тебя есть желание возиться с новой теплицей?

# Зимние загадки



**К**онечно, такого желания у Петровича не было – весной он любил ходить за первыми грибами, и перспектива обменять прогулку в лесу на установку новой теплицы его отнюдь не обрадовала.

– Да не вопрос, съезжу, конечно, – Петрович был готов ехать прямо сейчас. – Все почищу, все в порядок приведу.

– Вот и хорошо, – удовлетворенно кивнула жена. Снег так и не прекратился, сугробы за следующие дни выросли едва не вдвое, и в субботу Петрович отправился на дачу.

Теплица, как и предсказывала жена, была щедро

засыпана снегом сверху донизу и выглядела как один огромный сугроб. С Петровича сошло семь потов, пока он сбрасывал с крыши теплицы снег и расчищал прилегающую территорию.

Умаявшись от непривычной физической работы, Петрович решил попить чаю прежде, чем спускаться в подвал за соленьями и компотами, привезти которые наказала жена. Когда чайник уже всюю кипел, в дверь вдруг постучали. Нежданным гостем оказался тот самый сосед, теплица которого в прошлом году сломалась под гнетом снега.

– Ба! Какие люди! – воскликнул Петрович. – Ну заходи, выпей со мной чаю.

Чай был как никогда кстати. А уж каким вкусным оказалось печенье, пачку которого забыли когда-то в кухонном шкафу!

**З**а чаем разговорились о том о сем, обсудили перспективы снега на теплицах и, конечно, виды на урожай. Друг сосед как-то хитренько улыбнулся и сказал:

– Мне тут внучка загадку загадала. Я, признаюсь честно, сразу до правильного ответа не додумался. А вот ты, сыщик, сможешь? – Нудавай свою загадку, – улыбнулся в ответ Петрович.

– Хорошо, вот тебе загадка: на дереве сидело двадцать воробьев, одного поймала кошка – сколько воробьев осталось на дереве?

**Н**у ты даешь! – расхохотался Петрович. – Это ж загадка для детского сада! Ни одного воробья не осталось – все улетели, как только кошку увидели.

– Потому ты и сыщик, – кивнул одобрительно сосед. – А меня б в сыщики не взяли, – и тоже рассмеялся.

– А давай я тебе теперь загадку загадаю? – предложил Петрович. – Она, правда, посложнее, но воробей там тоже фигурирует.

– А давай! – с готовностью согласился сосед. – Но загадку ты мне пока не говори, если я сразу не догадаюсь. Хочу, чтобы у меня было время подумать.

**Н**у хорошо, как скажешь, – согласился Петрович. – Вот тебе загадка: в некотором месте стоит длинный, в не-

сколько километров, высокий мост. Он выдерживает нагрузку в 30 тонн, и ни грамм больше. На мост въезжает груженная фура, которая вместе с водителем весит ровно 30 тонн. В середине моста на фуру садится воробей, который весит 35 грамм, но мост при этом не рушится, и фура спокойно едет дальше. Почему не разрушился мост?

– Вот эта загадка так загадка, – покачал головой сосед. – Тут мне точно нужно подумать.

– Ну думай, думай, – улыбнулся Петрович. – А мне пора в подвал, за соленьями.

**Виктория АНДРЕЕВА**

## Разгадайте загадку Петровича – почему не разрушился мост?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 2:** мужчина в костюме и юноша, не сговариваясь, указали на верзилу в клетчатой рубашке. Тот, в свою очередь, указал на юношу, а потом и вовсе заявил, что ничего не видел. Если верзила ничего не видел, зачем же он указал на юношу? Чтобы отвести подозрения от себя, потому что это именно он ударил потерявшего.

Рис. Ирина Светлова

### СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

**20 января** Восход: 8 ч. 15 м. Заход: 16 ч. 52 м. Долгота дня: 8 ч. 37 мин.

Убывающая Луна в знаке Весов

**21 января** Восход: 8 ч. 14 м. Заход: 16 ч. 54 м. Долгота дня: 8 ч. 40 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

**22 января** Восход: 8 ч. 13 м. Заход: 16 ч. 56 м. Долгота дня: 8 ч. 43 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

**23 января** Восход: 8 ч. 12 м. Заход: 16 ч. 58 м. Долгота дня: 8 ч. 46 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

**24 января** Восход: 8 ч. 10 м. Заход: 16 ч. 59 м. Долгота дня: 8 ч. 49 мин.

Убывающая Луна в знаке Стрельца

**25 января** Восход: 8 ч. 09 м. Заход: 17 ч. 01 м. Долгота дня: 8 ч. 52 мин.

Убывающая Луна в знаке Стрельца

**26 января** Восход: 8 ч. 08 м. Заход: 17 ч. 03 м. Долгота дня: 8 ч. 55 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

### НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 ЯНВАРЯ

#### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

**20 ЯНВАРЯ** В 1944 году Великий Новгород был освобожден от немецко-фашистских захватчиков.

**21 ЯНВАРЯ** В 1945 году в Москве принято решение об основании главного Ботанического сада.

В 1954 году на воду спущена первая в мире атомная подводная лодка.

**22 ЯНВАРЯ** В 1506 году в Ватикане создана Швейцарская гвардия.

В 1724 году Пётр I издал указ об обязательности знания служащими государственных учреждений Российской империи законов и уставов.

В 1905 году началась Первая Русская революция.

**23 ЯНВАРЯ** В 1881 году в Большом театре в Москве состоялась премьера оперы Петра Ильича Чайковского «Евгений Онегин».

**24 ЯНВАРЯ** В 1935 году в продаже появилось первое баночное пиво.

**25 ЯНВАРЯ** С 1755 года отмечается День рождения Московского государственного университета (МГУ).

В 1918 году была принята Декларация прав трудящегося и эксплуатируемого народа.

**26 ЯНВАРЯ** В 1525 году вышел первый печатный вариант карты Руси.

В 1905 году в Южной Африке добыт самый крупный в мире алмаз весом 3106 карат (621,2 г).

#### ИМЕНИННИКИ

##### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

**20 ЯНВАРЯ.** Иоанн, Пахомий.  
**21 ЯНВАРЯ.** Антоний, Василий, Виктор, Георгий, Димитрий, Илия.  
**22 ЯНВАРЯ.** Павел, Филипп.  
**23 ЯНВАРЯ.** Анатолий, Григорий, Макарий, Феофан.  
**24 ЯНВАРЯ.** Владимир, Михаил, Николай, Феофор.  
**25 ЯНВАРЯ.** Петр, Савва, Татяна.  
**26 ЯНВАРЯ.** Елеазар, Пётр.

#### ПРАЗДНИКИ

##### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

**20 ЯНВАРЯ** ■ День делопроизводительной службы МВД РФ ■ Всемирный день любителей сыра  
**21 ЯНВАРЯ** ■ День инженерных войск России ■ Международный день объятий  
**22 ЯНВАРЯ** ■ День войск авиации ПВО РФ  
**23 ЯНВАРЯ** ■ День ручного письма (День почерка) ■ Всемирный день пирога ■ День свекрови  
**24 ЯНВАРЯ** ■ День госслужащего в России ■ Международный день образования  
**25 ЯНВАРЯ** ■ День студента (Татьянин день) ■ День штурмана ВМФ РФ ■ День Генерального штаба ВС РФ  
**26 ЯНВАРЯ** ■ Международный день таможенника ■ День супругов

### НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

#### Федосеево тепло – на весну уже пошло

**20 января** считалось днем Ивана-Бражника. В этот день внимательно следили за погодой: ясное небо сулило засушливое лето, южный ветер предвещал лето суровое.

Про **21 января**, день Емельяна зимнего, в народе говорили: «Мели, Емелья, твоя неделя!» – связано это было с частыми вечерними пересказами небылиц и сказок.

**22 января**, в Филиппов день, подмечали: если на Филиппа ясно – значит, летом будет урожай.

По погоде **23 января**, в день Григория-летоуказателя, строили прогнозы на лето. Если в этот день метель, холод – жди засушливое лето. А оттепель и снег предвещали лето дождливое.

Про **24 января**, Федосеев день, в народе говорили так: «Федосеево тепло – на весну уже пошло».

Считалось, что оттепель в этот день обещала раннюю дружную весну.

Многие приметы в Татьянин день, **25 января**, говорили о ранней весне.

Среди этих примет – ясное звездное небо. На Ермилов день, **26 января**, было принято наблюдать за поведением кошки: скребет когтями пол – к метели, стену – к ненастью, по половицам катается – быть оттепели, лапку лижет – жди скорых ясных дней.

– Ты мясо как готовишь?  
– По настроению.  
– ????  
– Чем хуже настроение, тем нежнее отбивные.



## 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

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

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

№ 03 (480).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 14.01.2025 г. Дата производства: 14.01.2025 г. Дата выхода в свет: 15.01.2025 г. Тираж 44 190 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 4263 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 816 560 экз.  
Розничная цена свободная.  
Еженедельная семейная газета для читателей 12+  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media  
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
Копирование без указания источника запрещено.



**ВЕРА**  
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек  
104,5 FM

Губкин  
104,0 FM

Задонск  
103,9 FM

Липецк  
97,9 FM

Москва и область  
100,9 FM

Мосолово  
101,0 FM

Орёл  
95,6 FM

Осташков  
99,4 FM

Ржев  
102,4 FM

Рязань  
102,5 FM

Смоленск  
88,4 FM

Старый Оскол  
104,0 FM

Тверь  
89,4 FM

ДОСТУПНО  
ОНЛАЙН

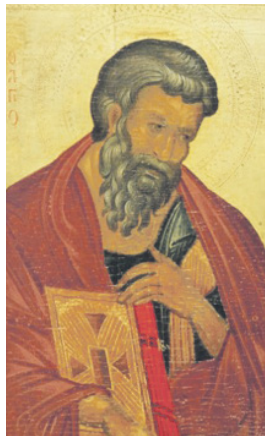
RADIOVERA.RU

12+

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

## «...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»



Услышав же Иисус, что Иоанн отдан под стражу, удалился в Галилею и, оставив Назарет, пришел и поселился в

Капернауме приморском, в пределах Завулоновых и Неффалимовых, да сбудется реченное через пророка Исаию, который говорит: земля Завулонова и земля Неффалимова, на пути приморском, за Иорданом, Галилея языческая, народ, сидящий во тьме, увидел свет великий, и сидящим в стране и тени смертной воссиял свет. С того времени Иисус начал проповедовать и говорить: покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное. (Мф. 4:12-17)

Начало покаяния – осуждение грехов. Осуди и ты свои грехи; этого достаточно для Господа к твоему оправданию, потому что осудивший свои грехи не так скоро решится опять впасть в них. Святитель Иоанн Златоуст (36, 395).

Из «Настольной книги священнослужителя», издание Московской Патриархии

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 26 января, в воскресенье.

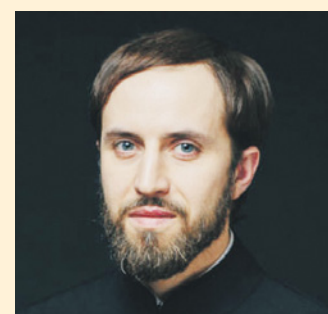
Э то чтение начинается с того, что Иисус Христос, услышав, что пророк Иоанн Предтеча взят под стражу, уходит из Иудеи в Галилею и поселяется в Капернауме. Иоанн обличал местного правителя Ирода Антипу в безнравственности, за что и был заключен в темницу. Из Писания мы знаем, что в итоге это заключение закончится для Предтечи казнью. В таком случае уход Спасителя на север, в другую область, внешне выглядит фактически как уход от проблемы. Вместо того, чтобы потребовать от Ирода Антипы освободить Иоанна Крестителя или обратиться к римскому прокуратору Понтию Пилату за помощью, Христос просто уходит от этих проблем.

У видев происходящее в такой перспективе, многие из нас возмутились бы этим, как привыкли возмущаться всякой несправедливостью. Но с чего мы решили, что в мире должна восторжествовать справедливость? Может быть, в нем естественно право сильного, которым пользовался Ирод?

С библейской точки зрения, ответ очевиден. Корень несправедливости, как и любого другого непра-

вильного поведения человека, – в грехе, в испорченности и слабости нашей воли. Борьбаться с явными социальными проблемами, конечно, нужно – и сам Иоанн Предтеча призывал людей к жизни по закону, но все же в первую очередь бороться надо было с причинами болезни, а не только с ее проявлениями. Силой можно принудить человека к нужному тебе поведению, но сделать его по-настоящему справедливым и даже праведным можно только изнутри, вместе с ним. Внешне кажется, что Христос уходит от трудной задачи – переубедить Ирода, но на самом деле он берет на себя задачу еще более трудную.

О смысляя поступок Спасителя, важно понять, что Он не только от кого-то уходит, важно увидеть, к кому Он идет. Христос идет в те галилейские города, которые находились недалеко от языческих земель, там, где духовное состояние людей было особенно сложным. Неслучайно в пророчестве Исаии говорится о людях, сидящих во тьме и тени смертной. Обратитесь к истинному пути очень сложно, но Мессия начинает именно с них. Их Он призывает к покаянию и изме-



Комментирует священник Стефан Домусчи

нению жизни. Можно сказать, что Он не стал требовать справедливости здесь и сейчас, но действовал так, чтобы справедливость в итоге восторжествовала.

Р ешая свои земные проблемы, люди обычно бывают недовольны и говорят о вине других. Однако с христианской точки зрения важно помнить две вещи. Во-первых, атмосфера в обществе зависит от каждого из нас, от нашей личной доброты, справедливости и порядочности. И, во-вторых, цель праведной жизни, к которой мы призваны, не в том, чтобы идеально устроиться в этом мире, но в том, чтобы стяжать свет Царства Небесного в себе и явить его тем, кто живет вокруг нас.

Фото предоставлено радио «Вера»

## ПОДПИСКА на 2025 год

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2025 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 1-е полугодие 2025 года\*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
238,48 ₺	476,96 ₺	715,44 ₺	953,92 ₺	1192,40 ₺	1430,88 ₺

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

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

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

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

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



инструкция онлайн-подписки на сайте [podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru) и через мобильное приложение «Почта России»

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

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



**П2912**

«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!



Похудеть, сохраняя в рационе макароны, – это реальность.

**Б**ольшее того, диетологи даже включают их в рекомендации по питанию худеющим, относя макароны к сложным углеводам. Правда, с важными оговорками.

# Еда стройняшек – макароны



## Группа А

Калорийность макарон из твердых сортов пшеницы (группа А) составляет 111,6 ккал на 100 г (в отварном виде). Макароны групп Б и В незначительно отличаются по калорийности, но производятся из пшеницы мягких сортов, что значительно снижает содержание полезных веществ, особенно белка. Да-да, в макаронах группы А содержится до 15 г растительного белка на 100 г продукта. Благодаря этому они усваиваются медленно и поддерживают длительное чувство насыщения. Макароны категории Б и В приравниваются к вкусной, но бесполезной еде. Сюда относятся, например, лапша быстрого приготовления.

## Кстати

### Продукт для счастья и красоты

Знаете ли вы, что во время варки в макаронах образуется триптофан – аминокислота, которая требуется для выработки гормона счастья – серотонина? Кроме того, эта аминокислота улучшает сон.

## Цветные варианты

Разноцветные макароны не менее полезны, чем классические, при условии, что окрашены натуральными красителями: морковь (придает оранжевый цвет), свеклой (фиолетовый), шпинатом (зеленый), чернилами каракатицы (черный).



## А если без пшеницы?

Кроме макарон из белой пшеничной муки можно встретить продукт из цельнозерновой, кукурузной, гречневой, амарантовой, рисовой и других видов муки. Они также полезны. Правда, такие макароны непривычны на вкус и могут иметь другую текстуру.

– Официант, я же заказывал морепродукты! – Я и принёс макароны по-флотски.



Татьяна МИХАЛЁВА

## Полезные компаньоны

Даже макароны группы А потеряют всю свою полезность при неправильном выборе компаньона – в сочетании с сосисками, магазинными соусами, сливочным маслом. А если их еще и обжаривать на сковороде, то от мечты похудеть можно вовсе отказаться. Но если же вы настроены на стройность решительно, «подружитесь» макаронами с морепродуктами, овощами и зеленью. Изредка допускается компания с нежирным мясом. Тогда и калорийность будет незначительная, и польза большая.

## Мнение специалиста

### Внимание на состав

Разъяснить нам некоторые аспекты правильного употребления макарон мы попросили нутрициолога Веронику Гусакову.



– Есть мнение, что более разваренные макароны менее калорийны за счёт того, что больше впитывают в себя воды. Так ли это на самом деле?

– Макароны при варке действительно могут впитывать воду и увеличиваться в объёме, но при этом их исходная калорийность не меняется.

– А в чём польза макарон, сваренных альденте?

– Макароны альденте содержат больше витаминов и минералов, так как при длительной варке часть витаминов может разрушаться или вымываться в воду. При выборе макарон лучше ориентироваться на содержание белков и углеводов в составе. Макароны из белой муки содержат около 11 г белка и меньше неперевариваемых пищевых волокон (клетчатки), примерно 1-2 г. А макароны из цельнозерновой муки содержат 14 г белка и 3 г клетчатки.

– Имеет ли значение, утром есть макароны или вечером?

– Важнее учитывать общее количество потребляемых углеводов и калорий в течение дня. Нет прямых научных доказательств того, что употребление углеводов в вечернее время влечет за собой набор веса. Однако в первой половине дня наш организм нуждается в быстрых источниках энергии, от этого будет зависеть самочувствие и продуктивность. Поэтому утром и в обед качественные макароны принесут больше пользы.

## НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

## Готовь телегу зимой

Благодаря зимушке-зиме в русском языке появилось немало особенных словосочетаний, фразеологизмов, которые мы и сегодня успешно употребляем. Например, «готовь сани летом, а телегу – зимой».

**1** Этот фразеологизм появился и закрепился в языке благодаря наблюдениям за природой. В старину земледельцам погодные условия диктовали время посадки, уборки урожая и подготовки к зиме. Какое словосочетание определяло внезапность события, непредсказуемость известия, заставшего врасплох?

- а) Как снег на голову.
- б) Дотянуть до белых мух.
- в) Налетел как снежный ком.



**2** «У него зимой снега не выпросишь» – так говорят о жадном, скупом человеке. «Нужен как прошлогодний снег» – так образно скажут о человеке бесполезном. А как приветствуют человека, которого давно не видели, но рады встретить?

- а) Зимой и летом одним цветом.
- б) Сколько лет, сколько зим.
- в) Зима-лето, зима-лето – как быстро годы летят.

**3** «Белые мухи полетели», «Дотянули до белых мух» – укор звучит в этих фразах нерасторопным хозяевам, дотянувшим с уборкой до холодов. О первом снеге сложили не менее поэтичные пословицы, например: «Не расти траве после осени, не расти цветам по снегу». Продолжите эту: «Лето протопали, осень прохлопали, а тут...»

- а) ...и зима, и ее протопали.
- б) ...зима хороша, сама пришла.
- в) ...и снег на голову.

## ОТВЕТЫ

1-а. Как снег на голову. 2-б. Сколько лет, сколько зим. 3-в. Лето протопали, осень прохлопали, а тут и снег на голову.

ДОМАШНИЙ ПОВАР №1 / 2025

## БЛИНЫ И БЛИНЧИКИ

12+

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

## Дорогие друзья!

В серии «Домашний повар» готовится к выходу в свет наш новый сборник рецептов «Блины и блинчики».

В этом журнале вы найдете:

- рецепты самых разнообразных блинов и блинчиков: больших и маленьких, пышных и кружевных, сладких и несладких;
- рецепты блинов с припеком и начинкой;
- рецепты блинчиков из круп, овощей и других продуктов;
- рецепты низкокалорийных и постных блинов и блинчиков;
- рецепты начинок для блинов – сладких, сытных и постных;

- рецепты оладий;
- рецепты блинов и оладий национальных кухонь мира;
- рецепты сладких и несладких соусов к блинам, блинчикам и оладьям;
- рецепты вкуснейших блюд из блинов – курников, бабок, блинных пирогов.

А также: количество порций и время приготовления, калорийность и полезные советы по выбору муки и других ингредиентов для приготовления блинов и блинчиков.

Благодарим читателей за рецепты любимых блинов и блинчиков.

Готовьте вместе с нами, и ни один блин не выйдет комом!

Номер в продаже с 24 января!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



Реклама

Говядина – универсальное мясо, способное украсить самый изысканный стол. Все без исключения части говяжьей туши используются для приготовления очень вкусных и сытных блюд.

**Р**оскошный стейк и рубленый бифштекс, густой гуляш и наваристые щи, сытные салаты и великолепные закуски – все это и многое другое можно приготовить из разных отрубов говядины. А какой прекрасный бульон получается из говяжьих костей! Ни один другой с ним не сравнится. Не случайно самые восхитительные соусы французской кухни имеют в основе именно говяжий бульон.

# От оссобуко до гуляша – ГОВЯДИНА

## Везде вкусна



### Говядина, тушённая со сметаной

Хорватская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 232 ккал.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**  
 ■ 400 г говядины ■ 1 лимон  
 ■ 1 луковица ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 1 ст. л. жирной сметаны ■ 1 ст. л. муки  
 ■ растительное масло  
 ■ по щепотке тмина и молотого красного перца  
 ■ молотый черный перец  
 ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Мясо нарезать ломтиками толщиной 1 см (как на отбивные), хорошо отбить, сбрызнуть лимонным соком, оставить на полчаса при комнатной температуре.
- 2 Мясо посолить, поперчить, обвалить в муке, обжарить в сотейнике на растительном масле с двух сторон до румяной корочки, отложить.
- 3 Лук нарезать мелкими кубиками, чеснок измельчить.
- 4 В том же сотейнике обжарить лук до прозрачности, добавить чеснок, жарить еще 30-40 секунд.
- 5 Вернуть в сотейник мясо, посыпать тмином, влить столько кипятка, чтобы он лишь немного прикрывал мясо, тушить под крышкой на небольшом огне до готовности мяса (40-50 минут).
- 6 Сметану разбавить кипятком до жидкого состояния, добавить красный перец, перемешать, влить в сотейник; томить под крышкой еще 7-10 минут.

### Оссобуко с гремолотой

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 170 ккал.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**  
 ■ 1 телячья голяшка  
 ■ 1 банка консервированных помидоров в с/с ■ 1 стакан мясного бульона  
 ■ 1 луковица ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 1 морковь  
 ■ 1 стебель сельдерея  
 ■ 1 лимон ■ большой пучок петрушки ■ 2 ст. л. муки  
 ■ растительное (оливковое) масло ■ молотый черный перец ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук, морковь и сельдерей нарезать кубиками, чеснок и петрушку очень мелко порубить, с лимона снять цедру, с помидоров снять шкурку.
- 2 Голяшку порубить на медальоны, обвалить в муке, обжарить в глубоком сотейнике на оливковом масле до уверенной румяной корочки, извлечь из сотейника, отложить.
- 3 Обжарить лук, добавить треть чеснока, жарить еще 30 секунд, добавить морковь и сельдерей, жарить, помешивая, еще 5-7 минут, добавить помидоры, готовить еще 5-7 минут.
- 4 Перемешать, вернуть в сотейник голяшку, влить горячий бульон (при отсутствии – кипяченую воду), посолить, поперчить, тушить под крышкой на небольшом огне до готовности (2-2,5 часа).
- 5 Приготовить гремолату: соединить петрушку, оставшийся чеснок и лимонную цедру, добавить оливковое масло (1-2 ст. л.), перемешать.
- 6 Подавать с картофельным пюре, отварным рисом или со свежим багетом; идеально подать гремолату.

### Классический суп-гуляш

Венгерская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 127 ккал.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**  
 ■ 1 кг говядины  
 ■ 500 г картофеля  
 ■ 100 г свиного сала  
 ■ 3 крупных помидора  
 ■ 2 моркови ■ 2 луковицы  
 ■ 2 стебля сельдерея  
 ■ 1 болгарский перец  
 ■ 1 головка чеснока  
 ■ 2 ст. л. паприки ■ пучок петрушки ■ специи (тмин, чили) ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сало нарезать мелкими кубиками, растопить в казане (или в кастрюле с толстым дном).
- 2 Мясо нарезать крупными кубиками, лук – мелкими кубиками, остальные овощи – крупными кубиками, чеснок раздавить плоской стороной ножа.
- 3 Мясо обжарить на растопленном сале до румяной корочки.
- 4 Добавить в казан лук и чеснок, обжаривать все вместе еще 3-5 минут.
- 5 Добавить остальные овощи, паприку, специи, посолить, влить 2 литра горячей воды, тушить под крышкой до готовности мяса.
- 6 При подаче посыпать рубленой петрушкой.

– Дружище, я вижу, ты ешь мясо, а говорил, что вегетарианец...  
 – А у меня сегодня разгрузочный день!



### Салат с отварной говядиной по-грузински

Грузинская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 135 ккал.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**  
 ■ 200 г отварной говядины  
 ■ 1 банка красной консервированной фасоли  
 ■ 1 красная луковица  
 ■ 2 зубчика чеснока  
 ■ 1 красный сладкий перец  
 ■ 0,5 стакана грецких орехов  
 ■ пучок кинзы  
 ■ 5 ст. л. растительного масла  
 ■ 1 ст. л. красного винного уксуса ■ 1 ч. л. хмели-сунели  
 ■ молотый черный перец  
 ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, некрупно порубить.
- 2 Мясо нарезать небольшими кубиками, лук – тонкими полукольцами, перец – соломкой, чеснок мелко порубить (или пропустить через пресс), кинзу порубить.
- 3 Фасоль откинуть на дуршлаг, промыть, обсушить.
- 4 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, посыпать хмели-сунели, перемешать.
- 5 Хорошо взбить масло с уксусом, заправить салат.

### Говядина по-корейски

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**  
 ■ 600 г говяжьей вырезки  
 ■ 130 мл соевого соуса  
 ■ 1 луковица ■ 1 головка чеснока ■ 4 стебля зеленого лука ■ 3 ст. л. растительного (кунжутного) масла  
 ■ 1 ст. л. сахара  
 ■ 1 ст. л. кунжутных семечек  
 ■ 1,5 ч. л. молотого черного перца ■ листья зеленого салата для подачи



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Мясо нарезать очень тонкими ломтиками, лук – тонкими полукольцами; выложить в небольшую емкость.
- 2 В чашу блендера поместить очищенный чеснок, зеленый лук, соевый соус, кунжутное масло, сахар и молотый перец, взбить до однородности, залить мясо с луком, емкость затянуть пищевой пленкой, убрать в холодильник на 1 час.
- 3 Обжарить мясо вместе с луком на гриле небольшими порциями.
- 4 При подаче выложить куски мяса на салатные листья, посыпать кунжутом.

95 лет назад, 15 января 1930 года, в России был установлен первый светофор. Наша викторина об очень важном помощнике водителя и пешехода – светофоре.

# Красный, жёлтый, зелёный

**1** Первый электрический светофор в России установили в начале 1930 года на пересечении проспектов Невского и Литейного в Ленинграде. Сигнал светофора переключался вручную специальным регулировщиком. После такая же система регулирования дорожного движения появилась в Москве, на углу улиц Петровки и Кузнецкого Моста. Это случилось 30 декабря этого же, 1930 года. В каком российском городе впервые испытали светофорную систему «зелёная волна»?

- а) Нижний Новгород. б) Ростов-на-Дону.  
в) Смоленск.

**2** Светофор поначалу называли сигнальной мачтой. Связано это было с особенностями работы устройства: первоначально оно устанавливалось на столбы с разноцветными сигнальными фонарями. Затем это устройство стали называть автоматическим семафором (по аналогии со «старшим братом» – железнодорожным семафором). Слово «светофор» вошло в русский язык только в 1932 году, когда его включили в Большую советскую энциклопедию, а в 1940-м – «светофор» был включён и в Словарь русского языка. Д.Н. Ушакова. Слово «светофор» произошло от русского «свет» и греческого «фор(ос)». Что дословно обозначает слияние этих двух слов?

- а) Несущий свет. б) Направленный свет.  
в) Указующий свет.

**3** До конца 50-х не было специального светофора для пешеходов. И при переходе улицы им приходилось ориентироваться на светофорные сигналы для автомобилей. В 1960-х годах в России стали устанавливать специальные светофоры для пешеходов. Они имели прямоугольную форму и состояли из двух секций с лампами. Что первоначально на цветных секциях было написано красными буквами, а что – зелёными?

- а) Красными буквами было написано «пропусти авто», а зелёными – «переходи».  
б) Красными буквами было написано «хода нет», а зелёными – «шагай».  
в) Красными буквами было написано «стойте», а зелёными – «идите».

**4** Выбор цветов для светофора – это результат многолетних исследований и приобретённого опыта. Первоначально красная линза светофора означала «внимание», а проезжать разрешалось на белый цвет. Зелёный, кстати, в те далёкие времена запрещал движение. Такая цветовая схема оказалась крайне неудачной, и в первую очередь потому, что даже уличные фонари освещения мешали вечером разглядеть водителям белый сигнал светофора. В итоге к 40-м годам прошлого века остановились на зелёном в качестве разрешающего проезда цвета. Жёлтый цвет был выбран как предупреждающий, а красный цвет стал запрещающим движением сигналом светофора. Как вы думаете, что в итоге повлияло на выбор запрещающего красного?

- а) Большая длина красных волн среди видимых цветов.  
б) Красный цвет вызывает ассоциации с опасностью.  
в) Хорошо виден и днём и ночью.

**5** А ещё есть интересная история, связанная со светофорами. Вернее, с их изображением, рисунком. Так, в 1935 году поэт Сергей Михалков выпустил первую книгу о Дяде Стёпе. Там есть такие строки: «Рассуждать Степан не стал –/ Светофор рукой достал...» (тот висел над проезжей частью), «Степана с этих пор/ Малыши в Москве прозвали:/ Дядя Стёпа-Светофор». Иллюстрации к книге нарисовал художник А.М. Каневский. Кстати, эта детская книга не раз переиздавалась. И вот в 1959 году (в этот год СССР присоединился к «Конвенции о дорожном движении») иллюстрации Каневского отредактировали. Какое единственное изменение было внесено в его рисунки?

- а) Разместили красный свет светофора сверху.  
б) Добавили в рисунок светофора разделяющий жёлтый.  
в) Поменяли зелёный и красный местами.



ОТВЕТЫ

1-б. Ростов-на-Дону. 2-а. Несущий свет. 3-в. Красными буквами было написано «стойте», а зелёными – «идите». 4-а, б. С точки зрения физики волна чем длиннее, тем на большем расстоянии она будет видна, поэтому цветом опасности и остановки стал красный. На интуитивном уровне красный сигнал также связан с опасностью. 5-а, в. Красный цвет был размещён сверху. До 1959 года в Москве светофоры светили/сигналили сверху «зеленым». С 1969 года началась постепенная замена места сигналов зелёный/красный во всех светофорах страны.

НА ДОСУГЕ



## Найди 10 отличий Снегири объявились!

С приходом холодов ветки деревьев украшают «зимние» птички – снегири.

Ответы: 1. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 2. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 3. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 4. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 5. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 6. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 7. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 8. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 9. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа. 10. Изменился цвет сердца слева, цвет сердечка справа.

Реклама 16+

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 24 ЯНВАРЯ

5 секретов не обрести жирком за зиму

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ СПЕЦИАЛЬНЫЙ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ №01 2025

### ЛИШНИЙ ВЕС и ПОХУДЕНИЕ

КАЛЕНДАРЬ ПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ СОВЕТЫ АСТРОЛОГА

КАЧАЕМ ЛИМФУ и стройнеем

КАК СБРОСИТЬ ВЕС после застолья

Секреты ПРАВИЛЬНОГО ПЕРЕКУСА

РЕЗЕКЦИЯ ЖЕЛУДКА равно рак?

Выбираем МЯСО для «СТРОЙНОЙ» диеты

**НОВЫЙ ЖУРНАЛ**

## ЖУРНАЛ ПОЛНОСТЬЮ ПОСВЯЩЕН ОЧЕНЬ АКТУАЛЬНОЙ И ДЛЯ МНОГИХ ЖИЗНЕННО ВАЖНОЙ ТЕМЕ ЛИШНЕГО ВЕСА И ПОХУДЕНИЯ.

Он станет вам надежным другом и помощником на пути к фигуре своей мечты! Телу стройному, здоровому и красивому. Обсуждать все будем смело и откровенно. Говорить о самом важном:

- ◆ как привести себя в порядок после застолья;
- ◆ есть или не есть мясо, и если есть, то какое и сколько;
- ◆ чем может быть опасна резекция желудка и подарит ли она тонкую талию;
- ◆ зачем и как «гонять» лимфу;
- ◆ что кинуть в сумочку для перекуса.

Поговорим о правильной подушке для стройности. О правильном ведении дневника питания и тренировок. И самое главное – как отвлечь себя от непреодолимого желания совершить набег на холодильник и как сохранить надолго достигнутые результаты.

**Все самое нужное и полезное будет в нашем журнале ежемесячно!**

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Читай,  
худей  
и молодей!



Мы запускаем для вас  
**2 новых интересных**  
и **очень полезных**  
журнала



**В ПРОДАЖЕ С 21 ФЕВРАЛЯ**



**В ПРОДАЖЕ С 24 ЯНВАРЯ**

В торговых сетях  
**АШАН, ОКЕЙ, Пятерочка,**  
**Глобус, Лента, Перекресток,**  
а также в киосках прессы

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ЯНВАРЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Доброжелательность Овнов, а также их чувство юмора располагают к себе окружающих. Прекрасный период для романтических свиданий. Открыв миру свои таланты и способности, вам не составит труда произвести впечатление на любого человека.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Звезды благоприятно влияют на любые начинания Львов. У вас могут появиться новые возможности для работы. Следует побавить личный эгоизм. С большим уважением относитесь к людям, и вы увидите, как многие проблемы уйдут без какого-либо вмешательства.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам необходимо вспомнить и осмыслить цель, ради которой выбрали тот путь, по которому следует. Стоит научиться рационально использовать свою энергию, иначе есть риск накопить лишние дела. Старайтесь искать во всем положительные стороны.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
На протяжении всей недели Водолеям предстоит выполнять рутинную работу. У вас могут возникнуть проблемы в общении с близкими и друзьями. Но этого можно избежать, если вы будете готовы к компромиссам. Будьте требовательны к себе и внимательны к ситуации.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцов ожидает активный период. Вам удастся удивить коллег своей трудоспособностью. Также не стоит забывать и о хорошем отдыхе, на пользу пойдет посещение кино или театров. Вполне возможно, что это даст толчок вашему давно забытому увлечению.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Девам не стоит быть доверчивыми и наивными. Не самое лучшее время для знакомств и походов в многолюдные места. Оставайтесь дома и проведите время со своими близкими. Старайтесь решать проблемы рационально и грамотно – такая тактика быстро принесет вам успех.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
У Близнецов будет наблюдаться повышенная активность в профессиональной сфере, а также в творчестве. Удачу принесут дела, связанные с расширением вашего поля деятельности. Поездки, переговоры, новые знакомства – старайтесь использовать этот период по максимуму.

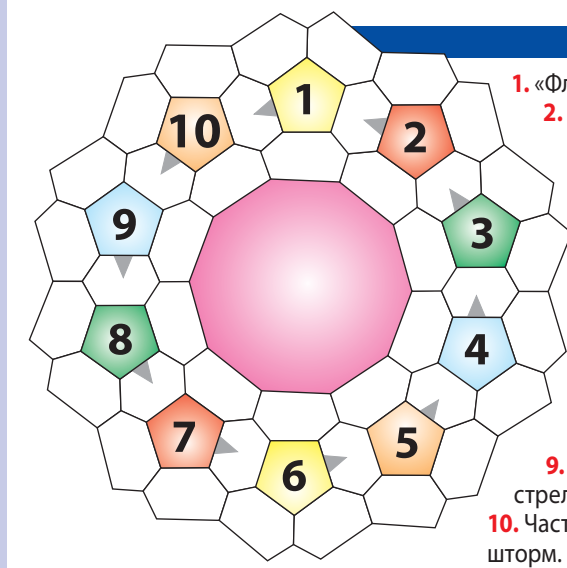
**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
У Весов наступает благоприятный период. В этот период вы особенно привлекательны, окружающие будут чувствовать себя с вами легко и позитивно. Возможно, вам предстоит встреча со старыми друзьями, у которых будут выгодные и заманчивые предложения.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Ракам следует слушать и принимать к сведению все полученные рекомендации. Они, скорее всего, будут полезными и своевременными. Проявите заботу и любовь к близким и родным, сделайте им подарок. Проявляйте больше романтики в отношениях с любимым человеком.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Упорство и работоспособность Скорпионов вызывают у многих восхищение. На этой неделе вам все будет под силу. Однако не стоит злоупотреблять терпением близких, посвящая все время работе. Семейные дела могут потребовать вашего неперемного участия.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Козерогам предстоит случай проявить свои таланты. Вы будете по достоинству оценены, если не испугаетесь возросшего к вам интереса. При этом не стоит тратить время на пустые разговоры. Не принимайте участия в интригах, иначе можете сами стать жертвой сплетен.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыб ожидает активный период. Могут появиться непредвиденные обстоятельства, которые нарушат ваши планы. Действовать надо будет быстро, но все-таки взвешивайте каждое свое решение. Излишняя спешка может привести к негативным последствиям в будущем.



**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

1. «Флюиды» от натопленной печи.
2. Контактная в глазу.
3. Благородный мексиканский герой в маске.
4. Пьер, сыгравший блондина в черном ботинке.
5. «Глазастое» имя для ботаников.
6. Профессиональный инструмент дровосека.
7. И лодочки, и сандалии на полке в коридоре.
8. Итальянский композитор, создатель «Травиаты».
9. Мелкие свинцовые шарики для стрельбы из охотничьего ружья.
10. Часть водоема, где корабли пережидают шторм.

Ответы: 1. Тепло. 2. Линза. 3. Зорро. 4. Рихард. 5. Анята. 6. Топор. 7. Обувь. 8. Верди. 9. Дробь. 10. Бухта.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ЯНВАРЯ

### КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

**ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (903) 792-47-73**

**ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru**

**ЦЕНА** Стоимость срочного объявления от **300** рублей за 1 выход

**КАК ОПЛАТИТЬ**

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 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*

### ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

#### ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (книги, газеты, журналы) В КИОСКИ

**Мы предлагаем:**

- ✓ Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- ✓ Подходящий вам график работы: 2/2, 3/3 и 7/7;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ Своевременная оплата труда от 7 500 рублей за неделю;
- ✓ Возможность подработки;
- ✓ Вакансия подходит для КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА

**Телефоны для связи:**  
**8 (952) 956-14-98, 8 (473) 277-27-00**

### КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

**По горизонтали:** Остол. Мычание. Персонал. Сенаж. Институт. Нос. Винил. Сквер. Комната. Хоббит. Сувенир. Кукуруза. Жилет. Ботаник.

**По вертикали:** Стресс. Омоним. Пыл. Кашемир. Чихание. Сплин. Мазурка. Новолуние. Вековуха. Инженер. Стоик. Обручи. Страз. Руно.

**ПРИГЛАШАЕМ:**

### ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

**График: 4 дня в неделю**

- Получение печатной продукции на складе, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

**8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09** Антон Юрьевич

**КУПЛЮ**

- 8 (999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, портсигары, литые фигуры, часы, ювелирные изделия. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

# МОЖНО ЛИ ЖИТЬ БЕЗ ТАБЛЕТОК, ЕСЛИ ВЫ ГИПЕРТОНИК?

## ТАЙНА, КОТОРУЮ ОТ НАС СКРЫВАЮТ



### ВАЖНО

**Представьте санаторий для политработников 60-х годов. Обеспеченные люди, немного за 40, сидят в очереди. Их утро часто начинается с приёма скипидарных ванн. Процедуры благоприятно сказываются на сосудах и, соответственно, общем состоянии. И поэтому были так популярны. Этот способ разработал талантливый доктор А.С. Залманов. Недаром он был лечащим врачом семьи В.И. Ленина. Со временем эта методика канула в лету. Но на смену ей пришли новые технологии борьбы с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. О современном надёжном лечении мы Вам сегодня и расскажем.**

Действительно, с давлением шутки плохи. Оно, как магнитом, притягивает инфаркт, инсульт и острое нарушение мозгового кровообращения. Возможно ли не допустить смерти от этих факторов, если уже немного за 50?

Врачи единогласны: необходимо следить за давлением, сосудами, питанием и многим другим. А также всю жизнь принимать медикаменты. И они, безусловно, правы! В том, что беречь и сохранять своё здоровье нужно всю жизнь!

#### Как сохранить здоровье?

А всем ли подходят только медикаментозные методы лечения? Любая химия — вещь достаточно агрессивная для всего организма. Дачники знают наверняка, это как химическое удобрение. Добавили чуть больше, и урожай может быть загублен.

Так почему люди не задумываются, когда травят свой организм другой "химией"?

Мало того, подавляющее большинство препаратов от давления вызывают вялость и усталость. И даже способны спровоцировать психические заболевания. А также коллапс, сопровождаемый резким падением давления. Вот что действительно страшно! В первые месяцы лечения гипотензивными препаратами от АГ учащаются падения. Что значительно повышает риск перелома шейки бедра. А это не просто может навсегда приковать к постели.

Но и сократить сроки жизни! И это, не говоря уже о том, что со временем препараты могут вызвать привыкание.

Так существует ли щадящая альтернатива?

Совсем недавно появился новый уникальный подход в лечении давления. Который позволяет Вам и Вашим сосудам чувствовать себя полноценно! Спешим познакомить Вас с современным аппаратом «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО».

Ему практически нет равных в своей сфере! Вы удивитесь, ведь с ним, пенсии может хватать больше, чем на квартплату и аптеки!

#### Лечение гипертонии на дому

Что объединяет сердечно-сосудистые заболевания? То, что именно сосуды при этом — слабое звено.

«НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» активизирует рецепторы сосудов. Благодаря направленным коротким электроимпульсами низкой частоты. Которые мягко дублируют сигналы здоровых сосудов. И Ваш мозг начинает воспринимать их как свои.

При этом, в норму приходит тонус Ваших сосудов. Они становятся более эластичными, прочными и чистыми.

Словно после химчистки и, заметьте, это без всякой химии!

«НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» — хороший аналог санаторно-курортных процедур! И одновременно словно штат высококлассных специалистов. Прямо у Вас дома. Это же просто потрясает!

#### Возраст — это не болезнь

Постойте, но ведь кровообращение питает все наши органы.

Получается, что при лечении «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» также нормализуется работа не только сердца, но и мозга. А это уже хорошая профилактика не только инсульта и инфаркта! Но и мозговой, лёгочной и почечной недостаточности. А также риска ишемии, тромбоза и потери зрения. И всё это для Вас — в одном аппарате. А после курса применения «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО», показатели давления становятся стабильными. Часто говорят, что виной всем болезням — возраст. Но мы то с Вами знаем секрет. Возраст — не повод списать всё на гипертонию! Это повод внимательнее следить за своим здоровьем.

#### Современный способ

Технология новая, однако корнями она уходит в далёкое прошлое. Раньше давление лечили скипидарными ваннами, а сегодня Вам нужно лишь надеть браслет и нажать кнопку. «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» работает без датчиков и сложных настроек. Его конструкция сделана так, что Вы легко справитесь с ним «одной рукой».

Об автоматических настройках уже позаботились производители.

А Вам осталось только разместить аппарат на запястье. Не нужно больше терпеть — ни минуты мучений гипертонии! Больше никаких долгих процедур, ведь сеанс займет всего 5–7 минут!

Представляете, какое минимальное время! Даже программа новостей длится дольше.

#### Одобрённое качество

Его клинические исследования прошли в крупнейших клиниках. В том числе, в главном военном клиническом госпитале им. Н.Н. Бурденко. И Санкт-Петербургском государственном медицинском университете им. И.П. Павлова. А значит, под контролем. Этот контроль, как Вы понимаете, был строжайшим! В итоге серьёзных испытаний аппарат «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» получил регистрационное удостоверение медицинского изделия. И он достоин этого гордого звания!

#### Лучшие технологии

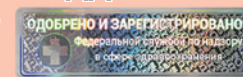
Вам не нужно больше жить под гул из собственной головы! Аппарат «НЕЙРОДЭНС-КАРДИО» возвращает бразды правления обратно Вашему мозгу. А Ваши сосуды при этом начнут возвращать себе былую эластичность. Это уже не просто профилактика страшных заболеваний: инсульта, инфаркта, сбоев в работе сердца, мозга, лёгких. Это настоящая профилактика возрастных изменений! И пока все Ваши знакомые будут оставлять своё время в поликлиниках, Вы будете наслаждаться жизнью. Возьмите своё здоровье в свои руки прямо сейчас! Сделайте для него этот простой шаг. Позвоните прямо сейчас. Ведь один звонок на бесплатный номер горячей линии 8 (800)-777-83-16 может подарить Вам годы жизни. Теперь выбор за Вами — набрать номер, дать шанс своему здоровью. Или доживать оставшиеся годы, просиживая в бесконечных очередях поликлиник.

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 800 777-83-16**

**ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЁВЫХ ПОДДЕЛОК!**

Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100%-ная гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Бесплатная доставка. www.prodex.ru. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.