

№13
(542)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 30 марта по 5 апреля 2026 года

ТЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

**КОРМИМ СЕМЬЮ
ПОЛЕЗНЫМИ
ЗАВТРАКАМИ**

стр. 28

**ГДЕ ПРОХОДИТ
ГРАНИЦА
ИСКРЕННОСТИ?**

стр. 4

**АНАСТАСИЯ
МАЛЬКОВА-
МАКЕЕВА**
**НА БУДУЩЕЕ НИЧЕГО
НЕ ЗАГАДЫВАЮ**

стр. 2

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
ВХОД ГОСПОДЕНЬ
В ИЕРУСАЛИМ**

стр. 8

**ВЫБИРАЕМ
КОМФОРТНЫЙ
СТИЛЬ В ОДЕЖДЕ**

стр. 30

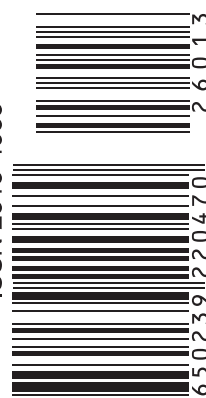
**КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
И ЗДОРОВЬЯ
НА АПРЕЛЬ**

стр. 26

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото из личного архива Анастасии Мальковой-Макеевой
Фотограф: Татьяна Турмалин

ISSN 2313-4933



4 165 0239 12204701 26013

12+

Анастасия Малькова-Макеева заявляет о себе всегда ярко и убедительно. Талантливая, красивая, постоянно в центре зрительских симпатий и внимания.

Недавно Анастасия Малькова-Макеева вышла на сцену в главной роли в итальянской комедии «Филумена Мартурано» по пьесе Эдуардо де Филиппо. Мы поговорили с Анастасией о спектакле, о новой премьере и концертах перед бойцами СВО, просто о жизни и о семье.

Всегда оставаться собой

– Настя, правда, что удивились, когда режиссёр Игорь Касилов предложил вам роль главной героини в пьесе «Филумена Мартурано»?

– Я просто задала ему вопрос: почему я? Мы настолько с ней разные. А он ответил: «Смотри не на обстоятельства, а на эмоциональную составляющую, на характер героини. Ты такая же, как она. Ты борешься и идешь до конца, как Филумена, которая всегда шла к своей цели...»

Кстати, цель у Филумены была простая – она всю жизнь мечтала о настоящей семье. Как я. Да-да, несмотря на то что большую часть жизни я отдавала творчеству, профессии, я всегда старалась создать свою семью. Так что у нас с Мартурано цель и пути прохождения к ней в чем-то похожи.

Когда я приступила к репетициям, стала сильно заморачиваться над тем, как сыграть свою героиню, показать ее внутренний мир. На это режиссер сказал: «Не надо ничего играть. Оставь себя собой». И я невероятно благодарна Игорю за то, что он угадал меня, понял мою суть. Было очень волнительно выходить на сцену, потому что с моей стороны это была не игра, я будто исповедовалась перед зрителем. Быть искренней и честной очень сложно, потому что приходится рассказывать про свою внутреннюю боль. Театр – это не всегда про развлечение, это еще про очищение и познание, про размышления. И хотя наш спектакль – ко-

Анастасия МАЛЬКОВА-МАКЕЕВА:

На будущее ничего не загадываю



Детали

300 концертов для героев

– Вы часто выступаете с концертами перед бойцами СВО. Дав более 300 концертов, вместе с супругом – вашим директором и продюсером – получили медали «Участнику СВО».

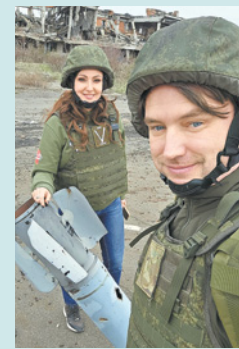
Поделитесь своими впечатлениями об этих концертах, встречах...

– Когда приезжаем в Донецк с концертами, в первую очередь ощущаем силу русского народа, Россию-матушку, ее широкую многострадальную душу. Это не пафос, а скорее какое-то пронзительное чувство бесконечной признательности и любви к своей земле, к нашим ребятам. Все они наши защитники, наши герои.

медия и, как положено комедии, очень смешной, в нем есть много чего для глубоких раздумий. И спасибо коллегам и зрителям за то душевное подключение, которое я почувствовала, находясь на сцене.



Рядом с ними как-то все сразу встает на свои места – и в сердце, и в голове. Ты многое начинаешь понимать, осмысливать, ты словно прозреваешь. Кстати, именно в поездках по воинским частям у меня родились многие песни. А еще после этих встреч, после этих поездок часто вспоминаю свое детство – как с дедом ходили на рыбалку, как лазила в соседний сад за яблоками, бабушкины пироги... Вспоминаю свой дом, всю свою большую семью. И от этого светлеет на душе. Для меня все это очень важно.



ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Самые яркие работы впереди

– Насколько знаю, вот уже больше двух лет, как вы не снимаетесь в кино, хотя фильмография у вас солидная...

– Одно время съемки действительно шли чередой, я работала параллельно сразу в нескольких фильмах. Но в какой-то момент вдруг остановилась и взяла паузу, поскольку просто устала, да и стала щепетильнее в выборе сценариев. В результате не заметила, как выпала из обоймы (улыбается). Но я уверена, что обязательно вернусь в кино, но не в роли роковых соблазнительных красоток, которых мне частенько предлагали сыграть. Я открыта к предложениям. С большим удовольствием снимусь в какой-нибудь мистической истории, в сказке, в психологическом триллере.

– Можете назвать картины, которые считаете этапными в своей биографии?

– Конечно, этапным стал Фильм «Всадник по имени Смерть», когда я первый раз сыграла у Карена Шахназарова. Очень интересными получились и роль, и сам фильм. Еще – «И все-таки я люблю», где моей партнершей была Вера Валентиновна Алентова. Много было разных проектов. Один из таких – фильм «Георг», где сыграла супругу музыканта Асту Саар. В «Анне Карениной» Карен Шахназаров доверил мне роль Бетси Тверской. Но я уверена, что самые интересные, самые яркие работы еще впереди. Такое у меня внутреннее ощущение.

«Пой да гуляй»

– Недавно состоялась премьера, и в марте у вас ещё одна – мюзикл «Обручённые», где вы играете роль королевы.

– Да, это так...

– А дальше?..

– Я дописываю моноспектакль под названием «Пой да гуляй». Он почти весь основан на моих авторских песнях. И здесь есть важный момент. Меня зритель знает как Анастасию Макееву, но я взяла фамилию мужа и теперь позиционирую себя как Малькова-Макеева. Для меня важно, что я мужнина жена, чтобы подчеркнуть причастность мужа к своей жизни и моей – к его. Я рада, что все мои песни на цифровой площадке выходят именно под двойной фамилией. Вышло уже больше 20 треков. Они о том, о чем поет моя душа. Мне бы хотелось, чтобы люди это услышали и поняли.

«Люблю делать подарки»

– Господь щедро одарил вас разными таланта-

ми. Вы сумели ими правильно распорядиться. А есть ещё что-то в вашей жизни, возможно, на бытовом уровне, что является усадой для сердца и души? Кто-то любит готовить, кто-то – разводить цветы...

– С недавних пор я взялась рукодельничать, вязать. Не так давно на день рождения режиссера Светланы Сергеевны Дружининой связала шаль, потом маме, подруге связала свитер... Я люблю делать подарки. В них частица моей души. Еще я рисую, выступаю в качестве дизайнера, придумываю наряды для своих концертов. Потом они складываются в коллекцию. Хочется многое делать своими руками. Я не знаю, что ждет меня впереди. И на будущее ничего не загадываю. Сами обстоятельства жизни нередко определяют наши желания и поступки – что делать, к чему стремиться. Посмотрим, что откроет во мне нынешний жизненный этап. Пока и для меня это остается загадкой.

Мария СУХАНОВА



Денис Никифоров представил «Хозяина»

Телеканал НТВ продолжает работу над третьим сезоном остросюжетной драмы «Хозяин». С момента событий последних серий прошел год. Егора оправдали, и он вместе с Мариной переехал жить в город. Таранцев продолжает служить в полиции вместе со следователем Сергеевым (Евгений Славский) и новыми коллегами: операми Протасом (Иван Бровин), Жигулиным (Сергей Шаталов) и Зайцем (Руслан Ягудин). Неожиданно для всех у Лиды (Анна Бачалова), бывшей жены Сергеева, похищают дочь Милану (Анастасия Екатеринбургская). Ее нынешний муж и отец девочки Одинцов (Олег Филипчик) – руководитель крупного регионального банка. Ради дочери он готов на все. К поиску Миланы также подключаются Таранцев и Сергеев. Но чем больше они узнают об обстоятельствах происшествия, тем более запутанной оказывается эта история.

– Мой герой Таранцев повзрослел, но никак не может найти свое место в этом сложном, неоднозначном мире, – рассказывает Денис Никифоров. – И постоянно задается вопросами о совести, чести и достоинстве.

Фото PR НТВ

Павел Деревянко рассказал о Чехове и о себе

В эфире телеканала СТС 30 марта состоится премьера сериала «Как Деревянко Чехова играл» (производство «Арт Пикчерс Вижн»).

В режиссерском кресле – Фёдор Стуков. Роли в сериале сыграли Павел Деревянко, Андрей Некрасов, Елена Симонова, Никита Вашикидзе, Сергей Шакуров, Виктор Добронравов, Максим Лагашкин, Роман Евдокимов и другие артисты.

По сюжету Павел Деревянко решает замахнуться на роль своего великого земляка Антона Павловича Чехова, чтобы получить признание за драматический вклад в искусство. Правда, на пути к заветному образу становится правнучка Чехова из Таганрога (Елена Симонова).

– Сам я из Таганрога, поэтому все чеховские места знаю, – рассказывает Павел Деревянко. – И в театре Моссовета играю в «Трех сестрах» и «Дяде Ване», в общем, все совпало.

Фото телеканала СТС



Евгений Ткачук сыграет Емельяна Пугачёва

Начались съёмки масштабной многосерийной эпической сериальной драмы «Капитанская дочка» – экранизации знаменитой одноимённой повести Александра Сергеевича Пушкина. Производством проекта занимается ON Студия при участии кинокомпании Star Media, телеканала «Россия» и при поддержке Института развития интернета (АНО «ИРИ»).

Главные роли в картине исполняют Олег Савостюк, Евгения Леонова, Евгений Ткачук, Егор Корешков, Фёдор Добронравов и Антон Лапенко. В кресле режиссера-постановщика – Дмитрий Литвиненко.

– Мой процесс погружения в роль Емельяна Пугачёва еще не закончен: слушаю лекции, смотрю документальные фильмы, перечитываю повесть Александра Сергеевича, – рассказывает исполнитель роли Пугачёва Евгений Ткачук. – Играть в картине по классике – это возможность прикоснуться к фундаментальным вопросам истории.

Премьерный показ сериала состоится в онлайн-кинотеатре «КИОН», а телепремьера «Капитанской дочки» запланирована в эфире телеканала «Россия».

Фото телеканала «Россия»

У «Полярного» – новый сезон

Телеканал ТНТ и 1-2-3 Production объявляют о старте съёмок шестого сезона сериала «Полярный». Зрителей ждет новая глава в жизни города, который, кажется, видел уже все, но Полярный только начинает удивлять. Шестой сезон самого северного комедийного сериала страны обещает встречу с любимыми героями, а также знакомство с новыми. Парк «Царь горы» выходит на стабильную самоокупаемость, туристический поток растет, жизнь идет своим чередом. Именно в этот момент судьба подкидывает Вите Мясику (Михаил Пореченков) интересное предложение.

Съемки нового сезона сериала по традиции пройдут в Кировской области и на горнолыжных склонах Москвы. Помимо Михаила Пореченкова, к своим ролям в проекте вернуться: Катерина Шпица, Мария Кравченко, Иван Охлобыстин, Ян Цапник, Олег Гаас, Инга Оболдина и другие. Режиссером-постановщиком сериала стал Авет Оганесян.

У Анастасии Сорокиной – главная роль

Телеканал «Домашний» завершил съёмки сериальной мелодрамы «Игра на своём поле» (производство кинокомпании «Леондра Продакшн»).

В ролях в фильме заняты Анастасия Сорокина, Виталий Татаринич, Артём Карасев, Мария Срогович и другие артисты. Режиссер-постановщик проекта – Кира Ангелина.

В центре сюжета – Алина Кислинская (Анастасия Сорокина), известный невропатолог. Однажды врачи находят у Алины неизлечимую болезнь, она скрывает правду от род-



ных и продолжает работать. Но судьба готовит новые удары. Алина узнает, что муж все это время обманывал ее. Сможет ли Алина победить болезнь, спасти свое дело и принять любовь человека, который верит в чудо?

– Алина – человек, для которого помогать другим – не просто профессия, а смысл жизни, – рассказывает Анастасия Сорокина. – Она делает это самоотверженно, с полной самоотдачей. При всей своей хрупкости она обладает невероятной внутренней силой. Эта женщина не из тех, кто впадает в отчаяние. Я бы очень хотела, чтобы наш сериал стал поддержкой для тех, у кого сейчас непростые времена: чудеса случаются не только с теми, кто в них верит, а с теми, кто продолжает идти вперед, несмотря ни на что.

Фото пресс-службы телеканала «Домашний»

СОГР № RU.77.99.22.003.E.002441.09.24 от 04.09.2024 г.
*Коллагенгидролизат. *Геленк Нарунг.



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Геленк Нарунг – источник коллагена Здоровье суставов и позвоночника

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Активизирует выработку внутрисуставной жидкости.
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).

Спрашивайте в аптеках вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва +7(495) 220-76-76

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

НЕ РАВНЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВУ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как строить отношения с напарником

Идеальный напарник – это не тот, кто с вами во всём согласен. Это тот, кто прикрывает тыл, пока вы на передовой, и на кого можно положиться в стрессовой ситуации. Фундамент таких отношений строится на трёх китах: доверии, уважении к личным границам и взаимовыручке.



Разделение обязанностей

Классическая проблема: «Я вкалываю, а он прохлаждается». Чтобы избежать обид, важно с первого дня проговаривать зоны ответственности. Честный диалог о том, кто за что отвечает, снижает напряжение эффективнее любого тайм-менеджмента.

Человечность

Мы часто забываем, что за рабочими функциями стоит живой человек с его настроением, проблемами и привычками. Умение вовремя промолчать, не заметить мелкую оплошность или предложить помощь, когда напарник «тонет», – это инвестиция в долгосрочные отношения.

Дружба дружбой, а служба службой

Психологи советуют соблюдать дистанцию: не выносить сор из избы, не жаловаться руководству за спиной коллеги, но и не позволять перекладывать на вас чужие обязанности. Здоровые отношения с напарником – это симбиоз профессионализма и человеческого тепла. Когда такой баланс найден, работа перестает быть просто работой, превращаясь в пространство для роста и поддержки.

В современном мире, где психологические тренинги призывают нас «быть собой» и «говорить всё как есть», вопрос об искренности в отношениях стоит как никогда остро.

Мы привыкли считать, что честность – это абсолютное благо, а любое утаивание – путь к предательству. Но на самом деле существует тонкая грань, за которой правда перестает быть актом доверия и превращается в акт насилия. Где она проходит?

Первый рубеж: спасайся кто может

В эпоху онлайн-знакомств появился термин «хардболлинг» – стиль общения, при котором человек с порога, без обиняков, озвучивает все свои намерения и ожидания: «Я не готов к детям», «Я ищу только секс», «У меня проблемы с алкоголем». Казалось бы, вот она – вершина искренности, экономия времени и нервов.

Однако психологи предупреждают: такая открытость часто пугает сильнее, чем манипуляции. Почему? Потому что за этим часто стоит не столько честность, сколько нежелание проявлять эмпатию и выстраивать диалог. Особенно опасна излишняя честность в начале отношений. Фразы вроде «я не верю в серьезные отношения», сказанные в первые недели знакомства, могут ранить партнера настолько глубоко, что он запомнит это навсегда. Даже если ваши чувства позже изменятся, шрам от этих слов останется. Здесь искренность заканчивается там, где начинается неумение считаться с чувствами другого.

Эмпатия важнее

Самая опасная зона, где искренность должна уступить место такту, – это уязвимые места партнера. Психологи приводят целый список ситуаций, где «правда-матка» может стать губительной.

Во-первых, это интимная сфера. Если партнер старается, а у него пока не все получается, сказать ему в лоб «у тебя ничего не выходит» – значит подорвать его уверенность в себе на корню. Мудрость заключается в том, чтобы помочь человеку стать лучше, не уничтожив его достоинство.

Во-вторых, это оценка значимых для него людей. Ваш партнер обожает свою взбалмошную мать или странных друзей детства. Ваше честное и аргументированное мнение о том, что вы «ненавидите его семью», не изменит его родственных связей, но создаст пропасть между вами. В данном случае честность не добродетель, а провокация конфлик-

Где проходит ГРАНИЦА ИСКРЕННОСТИ



– Как выглядит обет молчания?
– «Я буду говорить правду, только правду, ничего кроме правды».

та, который не имеет конструктивного решения.

Искренность должна быть дозированной. Есть вещи, которые принадлежат только нам:

наша личная история, наши внутренние процессы. Не обязательно врать, но держать что-то при себе – это не ложь, это сохранение своей целостности.

Подведём черту

Зрелая искренность – это не поток сознания и не выворачивание души наизнанку. Это способность быть подлинным, но при этом сохранять ответственность за то, как ваши слова отразятся на близком человеке. Это умение выбирать не только между «правдой» и «ложью», но и между «правдой сейчас» и «правдой потом», между «правдой в лоб» и «правдой, упакованной в любовь».

Настоящая близость строится не на тотальной прозрачности, а на умении доверять друг другу настолько, чтобы иметь право на свои личные «закрытые комнаты» в душе, не боясь, что за этим последует осуждение или недоверие. Искренность заканчивается там, где начинается территория чужой души, вход в которую возможен только по приглашению, а не по ордеру на «честность».

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Лисы, на прививку!

Лисы часто становятся жертвами такого опасного заболевания, как бешенство. В середине прошлого века болезнь распространилась по территории Швейцарии. Власти приняли решение вакцинировать лис. Но их же не вызовешь в поликлинику, а отлавливать поодиночке слишком сложно. Поэтому ветеринары ввели вакцину в куриные головы и раскидали их в лесу. Спустя непродолжительное время бешенство было побеждено, а лисы – и целы, и сыты.



Эволюция за детей

Женщина ходит дома в тёплых носках и кофте, а мужчина – в футболке и шортах. Знакомо? На это есть три научные причины. Во-первых, у женщин более острая сосудистая реакция на холод – сосуды сужаются быстрее, чтобы сохранить тепло внутри тела (защищая будущее потомство). Во-вторых, женский организм так устроен эволюционно: мужчины исторически были охотниками и больше времени проводили на холоде, а женщины согревались у домашнего очага. И в-третьих, хоть у женщин и больше подкожного жира, он не греет, а работает как изолятор, не пропускает тепло от внутренних органов к коже.

В путешествие – на трамвае

Если вам нравится путешествовать и при этом использовать необычный транспорт, рассмотрите... трамвай. К примеру, в Германии можно прокатиться на нем из города Крефельда в город Виттен. Правда, придется сделать восемь пересадок, зато вы преодолеете больше 100 км. А вот самая протяженная трамвайная сеть выстроена в Санкт-Петербурге. Если по разу прокатиться на каждом маршруте, то получится расстояние 440 км.



Ученики Ньютона

Выдающийся физик Исаак Ньютон стал профессором Кембриджа в 26 лет. Вместе с отличным жалованьем и прочими привилегиями он получил обязанность раз в неделю читать лекции и помогать студентам, у которых возникали вопросы. Но лектор из Ньютона получился неважный: объяснял плохо, перескакивал с темы на тему. В результате за 30 лет преподавания всего три студента смогли с благодарностью вспомнить о его занятиях.

Светлана СИДОРЧУК

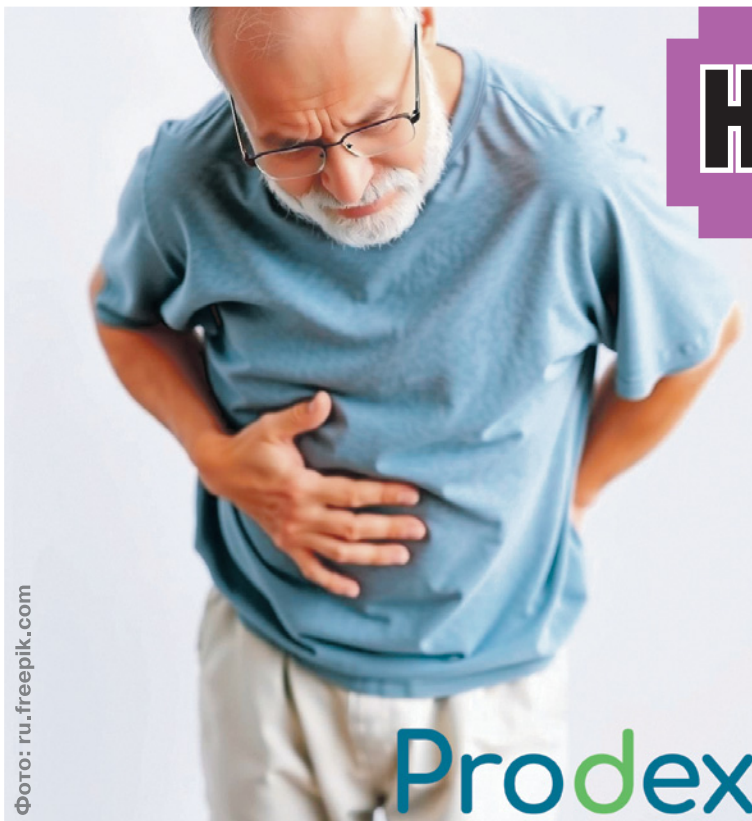


Фото: ru.freepik.com

Prodex

НЕ КЛИЗМОЙ ЕДИНОЙ...

СОВРЕМЕННАЯ МЕДИЦИНА ПРОТИВ ЗАПОРОВ

Как же не допустить такого? Как решить проблему запоров?

Современная высокотехнологическая медицина дала ответ!

ВЕРНУТЬ ДВИЖЕНИЕ КИШЕЧНИКА!

И этот ответ — медицинский аппарат «Impulse Neuro» («Импульс Нейро»). Почему именно он?

Потому, что этот аппарат использует современную потрясающую нейроимпульсную терапию! Это инновационная высокотехнологическая медицина! Но если вы думаете, что такая доступна лишь элите — ошибаетесь! «Импульс Нейро» производится в России и доступен практически всем! Как он работает? Импульсы аппарата напрямую действуют на мышцы и нервы ЖКТ! Причём используются сразу два «механизма». Стимуляция мышц и нейростимуляция нервов кишечника. Впечатляющее достижение науки и технологии! Что же это за импульсы такие?

ИМПУЛЬСЫ ЗДОРОВЬЯ

EMS импульсы активируют работу мышц живота и самого кишечника. Идёт интенсивный массаж. Наконец-то получается опорожнение без «химии» и клизмы! И даже укрепятся сфинктеры (кишечный, мочевого).

Вы чувствуете, как уходят спазмы и боли. Остаются в прошлом запоры и мучения! И это лишь половина возможностей для Вас! TENS-импульсы проходят в глубину тела к нервам кишечных мышц. Импульсы «будят» их! Заставляют сокращаться. И мощно улучшают перистальтику!

Прямое действие! Самое мощное и эффективно! Неудивительно, что скоро Вы можете получить регулярное облегчение как по часам. Прощайте, запоры! Вот так с «Импульс Нейро» Вы получаете великолепную возможность прямой двойной терапии ЖКТ! При регулярном использовании со временем может восстанавливаться перистальтика!

А ЖИЗНЬ-ТО НАЛАЖИВАЕТСЯ!

Только представьте, какое счастье: застоя в ЖКТ больше нет! Прошли как дурной сон эти туалетные мучения. Облегчение теперь без проблем!

Больше нет боли и проблем со здоровьем из-за запоров. Нет воспалений и болей кишечника. Нет рисков его травм и разрывов. Отступил риск рака, отказа печени и почек.

Нет мучений от гниения в кишечнике и дисбактериоза. Больше нет болезненного и стесняющего вздутия.

И поболтать в гостях с соседкой можно, не стесняясь громкого кваканья и переливов в животе. И можно нормально питаться в полное своё удовольствие!

Иногда и жареной картошечки попробовать. И не пить воду, когда она уже не лезет в горло и живот раздулся. Попить нормального горячего чая с пироженкой или сладкой булочкой, а не чуть тёплую бурду. С радостью забыть про жёсткие диеты и ограничения. Конечно, всё в меру.

Но и это просто счастье какое-то! Вот уж точно — облегчение и радость жизни! И не только от счастливого «расставания» с запорами и вздутиями ЖКТ.

НЕ ТОЛЬКО ЗАПОРЫ! НОРМАЛИЗАЦИЯ РАБОТЫ ОРГАНОВ ЖКТ

«Импульс Нейро» — это замечательное достижение современной высокотехнологической медицины! С большими возможностями. Например, «Импульс Нейро» может помочь:

- При дискинезии желчевыводящих путей;
- При синдроме раздражённого кишечника;
- Снять спазмы кишечника (колит) и облегчить боли.

Получается, может восстановиться нормальная работа всего ЖКТ и улучшится само качество жизни! Но и это ещё не всё!

«Импульс Нейро» помогает снимать зажимы нервных окончаний. Спазмы кровеносных и лимфатических сосудов. Нормализовать кровоток, лимфодренаж, снять отёки и воспалительные процессы! Очистить организм от токсинов, нормализовать обмен веществ. И даже запустить восстановление повреждённых тканей органов!

А восстановление органов — это же как бы их омоложение! Разве не здорово: почувствовать себя моложе?! Вернуть силы, бодрость и энергичность. Да просто хорошее настроение! Разве этого мало? Ведь это и есть радость жизни! И это теперь доступно!

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НА ЗДОРОВЬЕ!

«Импульс Нейро» — высокотехнологический медицинский аппарат, зарегистрированный Росздравнадзором. Его возможности весьма широки. А управление аппаратом исключительно простое! Всё расписано и наглядно показано рисунками. Доступно всем без проблем! И ещё замечательно удобно пользоваться аппаратом можно не только дома. Его можно брать на дачу и в любую поездку! И это спасительное средство будет всегда под рукой.

И с ним можно не просто наладить опорожнение и забыть про запоры. Можно наладить работу всего ЖКТ! Избавиться от воспаления. Можно помочь своему кишечнику и органам восстановиться!

Начнётся новая, спокойная и приятная жизнь. Будто перестал мучить большой зуб. Больше нет проблемы! Нет мучений, и Вы будто стали моложе. Даже внешний вид может улучшиться, ведь страдания больше не портят его. Благодать! Такой универсальный эффективный современный аппарат несомненно нужен всем! А уж тем, кто мучается с запорами, он просто необходим!

Не откладывайте решение проблемы. Завтра всё равно ничего не изменится. Ну так зачем продлевать свои мучения?! Звоните прямо сейчас! Заказывайте медицинский аппарат «Импульс Нейро» и забудьте о запорах! И будьте здоровы и счастливы!

Однажды в Риме произошла трагическая история. Она началась 15 августа 1511 года. Когда португальцы захватили город Малакку и священного белого слона. Португальский король подарил его папе Льву X. Слона привезли в Рим и дали имя Ханно. Все им восхищались и старались угостить вкусеньким. Вот только оказался «не в слона корм». У бедного слона начались запоры. Денег на его лечение не пожалели. В лучших традициях Средневековья давали пилюли с золотом. Но золото не помогло, и слон умер. Трагическая история...

А КАК ЛЕЧИЛИ ЗАПОРЫ У ЛЮДЕЙ?

Но и у людей в те времена дела с лечением запоров были не лучше. Вот как Вам средневековый рецепт: выпить стакан ртути? Чтобы её тяжесть выдавила «пробку»?

Жуть! Но на что не пойдёшь, когда болезненно растягивает кишки? Раздувает живот. И ничего не можешь сделать. И некуда деваться от этих мучительных болей.

Так мало того! Запоры — это не просто «механическая» проблема. Это удар по здоровью всего организма.

И со временем всё становится только хуже. Даже есть опасность для жизни... Да вот сами посмотрите.

К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ ЗАПОРЫ?

Запоры неизбежно приводят к геморрою с его болями и кровью. Проктиты (боль, слизь, кровь). Могут появиться полипы (вплоть до кишечной непроходимости, а значит, и непростой операции).

Возникает хронический колит (воспаление толстого кишечника с болями, кровью и слизью). Растёт опасность рака прямой кишки.

Кал перекрывает кишечник, и газы не могут выйти. Вот Вам вздутие, боли и травмы. Так и это ещё не всё!

Вдобавок идёт отравление организма — каловая интоксикация.

Под ядовитый удар попадают нервная система, почки и печень. Вам становится плохо. Накатывает слабость. Болит голова.

Неизбежно начинается воспаление. От отравления состояние ЖКТ и организма становится плачевным.

Из-за отравления растёт даже вероятность развития деменции. Здоровье рассыпается в труху... Всё это ужасно больно, крайне неприятно и действительно опасно. Надо лечиться. А как обычно лечат запоры?

КАК ОБЫЧНО ЛЕЧАТ ЗАПОРЫ?

Обычно у нас используют от запоров слабительные или клизму.

Вот только на самом деле и это не лечение. А только устранение последствий. Только сейчас «пробку» убрать.

А дальше-то что? Ведь перистальтику кишечника они не восстанавливают. Даже хуже того! Со временем идёт привыкание к «допингу», и это приводит к лениости кишечника.

Он уже не желает сам двигаться. И приходится повышать дозы слабительных. Да и клизмы не безобидны.

А со временем могут стать мучительно болезненными. Из-за постоянных микротравм. И так до конца жизни. Вы этого хотите? А ведь дальше всё будет только хуже и хуже...



ЗАБРОНИРУЙТЕ СЕЙЧАС –
ОПЛАТИТЕ ПОТОМ!

ЗВОНИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 444-90-19
WWW.PRODEX.RU¹

РЕКОМЕНДУЕМ*

ПРЕСОВАННЫЕ РОСТКИ
ПШЕНИЦЫ

Помогают избавиться организму от скопления опасных токсинов и шлаков



ДОСТАВКА
ЗА НАШ СЧЕТ!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 25.03.2026 г. по 25.04.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, импульс девайс, импульс нейро. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

19 марта в прокат вышла картина «Домовёнок Кузя – 2» – продолжение первой части сказки о волшебном домашнем помощнике.

Режиссер Виктор Лакисов вновь оживляет любимых героев: Кузя продолжает приключения вместе с девочкой Наташей и ее семьей, Баба-яга осваивается в мире людей, а в доме появляется загадочная домовенка Тихоня. Правда, Кощей, которого играет Иван Охлобыстин, немного нарушит их идиллию. Мы поговорили с актером о съемках фильма «Домовенок Кузя», любимых сказках, путешествиях и творческих планах.

Сделано с душой и юмором

– Иван, ваш персонаж – Кощей – появляется во втором фильме. Как понимаю, пришлось для этого посмотреть первый. Каковы ваши впечатления от увиденного?

– Да, пришлось сначала глянуть первый фильм, чтобы войти в курс дела. Впечатления очень теплые. Экранизация клева – все сделано с душой, с юмором. Очень смешные главные домовые ЖК – Нафаня и Корга, посмеялся от души. Да и вообще, мне кажется, что в таких проектах максимально важно сохранять детскость. Именно это и получилось сделать в первой части.

– Уверена, что вы давно и хорошо знаете сказку про Домовёнка Кузя. Насколько, на ваш взгляд, режиссёр сохранил интонацию этого произведения, его смысловую нагрузку?

– Интонация сохранена – это по-прежнему доброе кино для всей семьи. Но у режиссера, разумеется, свое видение, более современное, под стать нынешнему времени. Поэтому появляются новые детали: например, Баба-яга у нас получилась модная и вполне доброжелательная, а еще возникает новый персонаж – домовенок Тихоня, точнее «домовенка».

Обратно в детство

– Сказке про Домовёнка Кузя уже более 50 лет, а она по-прежнему актуальна. Лично вам что в ней больше всего нравится?

– Я вообще люблю сказки за свет и добро, которое

Иван ОХЛОБЫСТИН:

// Человек, как ни крути, существо немного волшебное



они несут, и уверен на сто процентов, что это высшая форма художественного творчества. Поэтому я с удовольствием откликаюсь на такие проекты. Для взрослого поколения сказки – это возможность немного поностальгировать и вернуться в далекое детство, вспомнить, каким было мироощущение тогда.

– Когда читаешь про Кузя, начинаешь думать о том, что, возможно, и в твоём доме где-то тихо и незаметно живёт такой же Кузя, который создаёт и сохраняет в доме добрую атмосферу. В вашем доме, в вашей большой семье кто выполняет роль такого Кузи?

– Дома у нас главная Оксанка, несмотря на то, что она бывшая актриса (хоть бывших актрис не бывает), она с легкостью управляет со всеми делами. А домовых у нас нет: семья большая, шесть детей, трое внуков – они всех домовых распугали (смеется).



Злодей с эмоциями и душой

– Как создавался образ Кощей? В нашем сознании существует стереотип внешнего восприятия этого сказочного героя. А какого Кощей нам покажете вы?

– Когда работал над образом Кощей, мне хотелось показать, что за привычным злодейским фасадом есть что-то живое и человеческое. Любовь, привязанность – вот что я старался подчеркнуть, особенно в его отношениях с героиней Екатерины Стуловой, которая исполнила роль молодой Яги.

Хочется, чтобы зритель понял: это не просто сказочный злодей, а человек с эмоциями, со своей маленькой душой. Ну, иногда темной, но все же душой.

– Где снимали сказку, в каких локациях? Что больше всего впечатлило вас?

– Снимали в Москве. У нас там как раз Кощей с трудом пытается попасть в торговый центр... и познакомиться с настоящей московской жизнью.

Бывает, приезжаешь на съемки, а у всех пустые, как у коров, глаза. А тут – совсем другое дело: все знали, чего хотят, и горели этим. Вот это больше всего меня впечатлило.

«Лучшее в провинции – люди»

– Как телеведущий, вы выступали в самых разных проектах. Какие сегодня у вас отношения с телевидением? Есть предложения?

– Предложений много, но я не горделивый человек, редко соглашаюсь. В основном хожу друзей поддержать – Бориса Корчевникова, например, или в передачи о близких людях. Вот сегодня вспомнили Мамонтова Петра Николаевича.

– С некоторых пор вы стали открывать для себя глубинку России, её уютную неповторимую провинциальность. Проехали, как понимаю, очень много разных городков и деревень. Есть среди них место, где вы бы хотели поставить дом? Где почувствовали, что это место – ваше?

– Мое детство прошло в деревне – с бабушкиными пирогами и тарзанкой над старой плотиной. Помню, как вся деревня собиралась за одним огромным столом на майские праздники и пели – например, «Гляжу в озера синие». Светлые, невозвратные дни... Очень хочется туда вернуться. Да, как водится, уже не получится.

По милости Божьей, я исколесил всю Россию, видел много хороших мест, но самое лучшее – это люди. В провинции живут очень хорошие люди, и, честно, мы все для них работаем, так как они – наши зрители.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

В планах – карьера деда

– Самому не хотелось бы снять сказку?

– Оставляю это поле для продюсеров Сарика Андреасяна и Гевонда Андреасяна. Думаю, лучше них это пока ни у кого не получается.

– Вы пишете книги. Какие темы вас сегодня волнуют?

– Когда-нибудь, несомненно, если Господь отмерит мне необходимую для этого долю таланта, я напишу книгу о нынешних временах. Столько событий! Думается мне, это должна быть целая эпопея.

– Вы пробуете себя в самых разных профессиях: актёр, сценарист, режиссёр, писатель, продюсер, телеведущий. В чём ещё хотел бы проявить себя Иван Охлобыстин, что попробовать? Есть сегодня мечта, для осуществления которой вы делаете конкретные шаги?

– Пока все, в чем я сейчас хочу проявить себя, – это быть хорошим дедом. Прошу много внуков, все остальное в жизни считаю неважным. Хочу целую армию внуков. Пока в наличии три бойца, но, как говорит молодежь, пахнет работой. Я их обожаю до неприличия. Перед ними у меня, как у человека, полностью отключается функция сопротивления.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Не стесняйтесь мечтать. Пусть все ваши мечты становятся вашим планом действий, а не просто фантазией. Ну и, конечно, пусть в вашей жизни всегда остается место для сказки. Потому что без нее жизнь быстро превращается в бухгалтерию, а человек, как ни крути, существо иррациональное и немного волшебное.

Хорошее зрение без операции

Военная разработка поможет вашим глазам



Елена Викторовна, г. Киров

«Год назад зрение стало мутным – все время будто пелена перед глазами, очки только раздражали. Врачи поставили катаракту, говорили об операции, жить с таким зрением было тяжело. Решила попробовать «Дюна-Око». Пользовалась аккуратно, строго по инструкции. Постепенно туман исчез, глаза перестали уставать, и необходимость в операции отпала, картинка стала ясной. Сейчас спокойно обхожусь без очков, чувствую, что глаза «ожили».



Виктор Леонидович, г. Самара

«Долгое время мучился с глаукомой: глаза болели, появлялись вспышки, зрение будто «плавало». Плюс сказали, что начинается дистрофия сетчатки. Начал пользоваться аппаратом «Дюна-Око» с огромной надеждой. И результат порадовал – боли ушли, вспышек больше нет, вижу четко, спокойно читаю и работаю без напряжения. Давление в глазах пришло в норму, общее состояние глаз заметно лучше.

Время очков, операций на глаза и тотальной слепоты из-за глаукомы и катаракты заканчивается. Военные медицинские технологии развиваются так стремительно, что уже сегодня каждому стало доступно возвращение зрения без хирургических вмешательств и лекарств – естественно и комфортно, прямо у себя дома. Такую возможность дает современный офтальмологический аппарат «Дюна-Око».

Что это за прибор и какое отношение к нему имеют военные? На этот вопрос нам ответил врач-офтальмолог высшей категории Максим Денисович.

нений сетчатки, помутнения хрусталика, отслоения и гипоксии тканей глаза. Возникла необходимость в методе, который восстанавливает зрение быстро, эффективно и без скальпеля. Тогда и начались засекреченные разработки по воздействию на глаз световыми волнами определенной длины.

— Получается, «Дюна-Око» – это прямой наследник закрытых военных технологий?

— Именно. Изначально устройства этого типа предназначались исключительно для летчиков, разведчиков и высших чинов. Но с годами стало очевидно: заболевания глаз приобрели масштаб эпидемии, каждый третий пенсионер слепнет от катаракты! Чтобы сделать технологию доступной, ученые доработали ее для лечения в домашних условиях. Так появился медицинский офтальмологический аппарат «Дюна-Око» – удобный, эффективный, понятный в применении и не требующий специальной подготовки для использования. Теперь каждый может использовать лазерную технологию, которой раньше пользовалась только элита.

— А как работает «Дюна-Око»? В чем суть технологии?

— В основе работы «Дюна-Око» лежит лазерная терапия. В аппарат встроен

интеллектуальный источник света, который одновременно излучает инфракрасный поток, пульсирующий красный свет и электромагнитные волны. Ин-

фракрасное излучение улучшает кровообращение и снимает воспаление, пульсирующий красный свет восстанавливает клетки сетчатки и улучшает остроту зрения, а электромагнитные волны нормализуют метаболизм и микроциркуляцию. Эта тройная лечебная лазерная волна действует с высокой точностью, как это бывает только у военных: очищает хрусталик, нормализует внутриглазное давление, восстанавливает сетчатку, очищает сосуды глаз, улучшает питание и насыщение клеток глаз кислородом. Как следствие, возвращается четкое зрение.

— Лазерные технологии для улучшения зрения просто поражают своей эффективностью...

— Совершенно точно. Лазерные технологии, на основе которых работает «Дюна-Око», считают одним из самых успешных открытий в медицине. Они удостоивались Нобелевской премии и различных наград офтальмологических обществ. Офтальмологический аппарат «Дюна-Око» – это «лазерная шлифовка» глаз, которая устраняет пелену, туман, мушки перед глазами. Я видел, как после лечения офтальмологическим аппаратом «Дюна-Око» люди плакали от счастья, потому что впервые за много лет видели мир четко, без очков и линз. «Дюна-Око» действует мягко, но глубоко, не травмируя ткани. И, в отличие

от других методов, лазерная волна легко преодолевает зрительный барьер и проникает даже в самые отдаленные участки органов зрения.

— Сколько нужно применять офтальмологический аппарат «Дюна-Око»?

— Большинство людей замечают улучшение уже через неделю, применяя аппарат всего около 7 минут в день. Полный же курс составляет от 14 до 28 дней. Он возвращает хорошее зрение и избавляет от катаракты, глаукомы, дальнозоркости, близорукости, дистрофии сетчатки, ретинопатии, устраняет воспалительные заболевания глаз. После лечения офтальмологическим аппаратом «Дюна-Око» исчезают покраснение, раздражение, сухость, слезотечение, «мушки», туман перед глазами, повышается контрастность, уходит светобоязнь. Человек снова видит четко. Глаза фактически получают вторую жизнь.

Не теряйте время! Начните пользоваться аппаратом «Дюна-Око» как можно скорее. Ведь каждая минута промедления – это шаг навстречу к слепоте и потерянный шанс снова хорошо видеть! Воспользуйтесь возможностью восстановить свое зрение. Те, кто позвонит с 25 марта до 22 апреля 2026 года по телефону 8-800-300-77-70, смогут получить «Дюна-Око» по минимальной цене от производителя. Для этого при звонке назовите номер предложения 9941*. При обращении специалисты проконсультируют вас и ответят на все вопросы.



Максим Денисович



Кто-то обрекает себя на слепоту...

А те, кто выбрал аппарат «Дюна-Око», снова хорошо видят

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Начало пути на Голгофу: Страстная седмица



Твердость веры твоей обнаруживается не тогда, как тебе прислушивают и выслушиваешь ты льстивые речи, но когда переносишь гонения и побои».

Преподобный Ефрем Сирийский



Лазарева суббота

4 апреля 2026 года Церковь празднует воскресение праведного Лазаря.

Праздник всегда приходится на субботу накануне двенадесятого праздника – Входа Господня в Иерусалим. Эти два праздника соединяют два поста, которые готовят православных христиан к празднику Воскресения Господня, Пасхе Христовой. Первый из постов – сорокадневный Великий пост, заканчивается в пятницу, 3 апреля, накануне Лазаревой субботы. Следующий за ним второй пост начинается со Страстной седмицы.

Смерть во спасение: верить во Христа

Давайте вспомним те далекие великие дни. Недалеко от Иерусалима, в селении Вифания, жил праведный Лазарь со своими сестрами Марфой и Марией. Спаситель любил эту дружную семью, с радостью приходил к ним в гости, иногда оставался на отдых и даже ночлег. В доме Лазаря все были рады встрече с Христом.

Когда Иисус Христос был со Своими учениками вдали от Иерусалима, ему передали от сестер Марфы и Марии печальную весть – их брат Лазарь смертельно заболел, они просили Христа прийти в Вифанию и по-

мочь умирающему. В Евангелии от Иоанна сказано, что, когда Иисус услышал весть от сестер, он сказал, что болезнь Лазаря не к смерти, но к славе Божией.

И Христос засобирался в Вифанию. Ученики стали отговаривать Иисуса Христа, дескать, путь долог и полон опасностей. Но Христос стоял на своем. Более того, уже в начале пути к сестрам Спаситель пророчески сообщил ученикам: «Наш друг Лазарь заснул, но Я иду разбудить его».

История события

Когда Господь подошел к Вифании, Лазарь уже четыре дня лежал в гробовой пещере. Многие жители пришли к Марфе и Марии утешить их в печали. Марфа, услышав, что идет Иисус Христос, вышла к Нему навстречу и, увидев Иисуса, сказала Ему, что если бы Спаситель был тут, то не умер бы брат ее. Утешая Марфу, Спаситель ответил ей, что ее брат воскреснет.

И вот Марфа, позвав сестру Марию вместе с учениками Христа, идет вслед за Иисусом к гробу брата. Подойдя к

месту похорон, Спаситель просит отвалить камень, которым завалили вход в гробовую пещеру. Камень был отвален. Вся процессия остановилась и ждала, что будет дальше. И тут Спаситель громко обратился к умершему: «Лазарь, иди вон!» Иоанн описывает вышедшего Лазаря так: «...умерший, обвитый по рукам и ногам погребальными пеленами, с перевязанным платком лицом». После воскресения Лазаря многие уверовали во Христа.

Слово Богочеловека освободило из плена ада душу Лазаря. Время страданий Господа приблизилось. Воскрешение мертвого, разлагающегося тела показало образ будущего воскресения людей для бессмертной жизни.

В Евангелии от Иоанна говорится, что праведный Лазарь еще раз встречался с Христом за 6 дней до Голгофы и Воскресения Христова. Сам Лазарь, вернувшись к земной жизни, прожил еще тридцать лет, приводя людей к вере. После Воскресения Христова Лазарь уплыл на Кипр, где стал первым епископом Китии (современная Ларнака).

Вход Господень в Иерусалим

5 апреля 2026 года Православная церковь отмечает один из великих двенадцатых праздников – Вход Господень в Иерусалим, или Вербное воскресенье.

При всей своей торжественности этот день и один из самых трагических праздников Церкви. Он предвещает Страстную седмицу, крестные муки Спасителя, но и предстоящую радость Воскресения.



Торжественная встреча

По утверждению евангелистов, во всей земной жизни Иисуса Христа не было более величественной и праздничной встречи Спасителя, когда тысячи и тысячи жителей Иерусалима встречали Иисуса как царя, которого возьмет в свои руки власть земную, освободит народ от владычества римлян.

И как показал дальнейший ход истории, только Спаситель знал, что именно Он освободит людей от рабства греха и, смертью смерть поправ, подарит им Царствие Небесное. А еще Иисус точно знал, что этот усталый пальмовыми ветвями путь – начало пути на Голгофу. И как мы знаем из Святого Писания, совсем скоро эта толпа уже будет неистово кричать и требовать казни Христа. Ученики Спасителя только после смерти и Воскресения поняли подлинный смысл этого торжественного входа в Иерусалим.

Почему Спаситель выбрал этот день

Последняя неделя земной жизни Иисуса Христа начинается

с торжественного прибытия в Иерусалим на молодом осле в сопровождении учеников. Этот день был выбран не случайно, как утверждает Амвросий Медиоланский, «Христос вступил в Иерусалим в день избрания агнца, которого, согласно иудейской традиции, надлежало заколоть на Пасху». Спаситель вошел в город именно тогда, когда избирался пасхальный агнец.

Воскресенье вай, или Вербное

В символике событий этого праздника важное место занимают пальмовые ветви. В те времена пальмовая ветвь была символом торжества. Ветвями встречали жители Иерусалима первосвященника Симона, который освободил город от язычников. Пальма также и символ мужества. С ветвями пальмы встречали победителей и знатных лиц. Встреча Иисуса Христа с пальмовыми ветвями (вайями) стала традиционной для праздника. Вход Господень в Иерусалим называют еще праздником вай.

Христианство, пришедшее на Русь в X веке, заменило ветви пальм на ветви вербы. И праздник вай стал называться Вербным воскресеньем.

По древней традиции, накануне праздника ветви вербы освящают.

КСТАТИ

Торжественное прибытие Иисуса Христа в Иерусалим описано четырьмя евангелистами: Матфеем (21. 1-11), Марком (11. 1-11), Лукой (19. 28-40) и Иоанном (12. 12-19).

Завтра мы едем на золотую свадьбу моих бабушки и дедушки.

Их история любви удивительная. Они жили за тысячи километров друг от друга, и, казалось, ничто не предвещало их встречу. Но цепочка случайностей повернула их жизни и их судьбы.

Его величество Случай

Настя родилась и жила в небольшом городке. Девушка мечтала о большой и красивой любви, о которой читала в книгах. После школы в областном центре поступила в институт. Там она сдружилась с Верой, чья семья жила на берегу Байкала. Девушки договорились, что один из летних месяцев они проведут вместе у озера.

Евгений родился в семье кадрового военного. Вопрос о выборе профессии перед ним никогда не стоял – несколько поколений в семье служили родине, передавая традиции, опыт и боевые навыки. На выпускном курсе летние сборы неожиданно были перенаправлены в Забайкалье.

До встречи бабушки и дедушки оставалось немного времени...

Дорогой длинной

Настя впервые ехала в поезде. До места назначения было несколько дней пути. Когда девушка вошла в купе, там уже сидели две попутчицы.

– Здравствуйте, – тихо произнесла она.

– И вам не хворать, – улыбнулась новая соседка по купе.

– Проходи, располагайся, – кивнула та, что помоложе. – Да ты не бойся, мы не кусаемся.

Только Настя разложила вещи на своей нижней

По дороге на Байкал...



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

полке, как в купе вошла старушка. Она осмотрела всех пассажиров и произнесла:

– Я буду спать на нижней полке, а ты, – указала она на Настю, – полезай наверх.

И Настя, и попутчицы оторопели от таких прямых указаний и засмеялись.

– Эх, молодежь, вам лишь бы развлекаться, пожалели бы бабушку. Я всю жизнь на поездах проездила, а ты, – старушка снова указала на Настю, – видно, впервые в такую даль. Не знаешь, как себя в поезде вести...

– Простите, бабушка, – произнесла Настя и полезла на верхнюю полку. – Хочу немного отдохнуть.

– Валентина Степановна звать меня. Отдыхать она собралась. От чего устала? – решила продолжить разговор старушка.

Но в купе после столь бурного знакомства воцарилось молчание.

...К третьему дню путешествия Насте уже изрядно надоела дорога. Утешало одно – до конечного пункта оставалось совсем немного, утром ее станция.

Непредвиденные обстоятельства

Девушка уже стояла в коридоре вагона с чемоданом, когда из ее купе раздался шум. Проводница не шелохнулась – за эту поездку старушка вымотала нервы и ей.

– Степановне нашей совсем плохо, кажись, того... – испуганно крикнула одна из попутчиц. – Нужно искусственное дыхание!

На станции вместе с Настей на перрон спустили бабушку...

– Оставайся с ней, скорая уже едет, – скомандовала дежурная по перрону. – А я побегу тебе

помощников позову с силами.

Девушка смотрела на беспомощное тело попутчицы, и ее сердце сжималось от сострадания.

– Все будет хорошо, – Настя гладила сухую руку старушки. – Сейчас придут врачи и помогут.

Валентина Степановна на секунду приоткрыла глаза и прошептала:

– Не оставляй меня одну здесь.

Насте казалось, что секунды спрессовались в минуты, а минуты – в часы. Наконец-таки приехала скорая.

– Инфаркт, – резюмировал врач и, кивнув Насте, добавил: – ты поедешь с нами.

Машина скорой помощи поехала в другую сторону от поселка, где ждала подруга. С этого момента спланированный отпуск превратился в непредсказуемый калейдоскоп событий.

Вот и больница. Валентину Степановну поместили в реанимацию. Настя твердо для себя решила быть рядом с ней. Она чувствовала ответственность за эту несчастную пожилую женщину. Наконец вышел врач.

– Мы сделали все, что могли. Трудно делать какие-либо прогнозы, будем надеяться на лучшее. А вы можете идти домой.

– Спасибо вам, доктор! – выдохнула Настя.

И чайник с кипятком

Уже вечерело, когда Настя вышла из больницы. Незнакомый городок, до поселка, где ждала подруга, – почти сотня километров. Оказалось, автобус в ту сторону ходит раз в сутки. Мобильных телефонов в ту пору не было, а сообщить о своем местонахождении как-то надо. На той же улице Настя увидела почтамт.

– Примите, пожалуйста, телеграмму, – протянула телеграфистке заполненный бланк.

Женщина прочитала текст, взглянула на адрес и ахнула:

– Ой! А там же карантин вчера объявили! Вроде все строго. Как же вы туда поедете?

– Что же мне делать?

– Иди пока, девонька, в гостиницу, тут недалеко. А там видно будет, или карантин снимут, или билет новый удастся достать.

Настя отправилась в гостиницу. Едва девушка взяла ключ от комнаты,

как администратор получил информацию: прибывают курсанты военного училища, то ли для создания полевого лагеря, то ли для дальнейшей отправки куда-то.

Из окна своего номера девушка видела, как молодые, все рослые, красивые словно на подбор ребята в форме заходили в гостиницу. Неожиданно с одним из них она пересеклась взглядом. Настя смутилась и быстро отошла от окна.

Они встретились на следующий день: Настя шла по длинному коридору из своей комнаты, а Женя с горячим чайником в руках – ей навстречу. Как так получилось, что они в прямом смысле столкнулись друг с другом, до сих пор никто из них не может понять. Кипяток из чайника выплеснулся девушке на юбку.

– Ой! – вскрикнула Настя и приподняла подол, не давая жгучей воде коснуться кожи.

– Прости, я не хотел! – закричал парень и бросился помогать ей придерживать юбку.

Девушка подняла голову и увидела те же глаза. Молодые люди смотрели друг на друга, и мир вокруг перестал существовать.

...
За праздничным столом среди детей, внуков и правнуков дедушка снова признавался бабушке в любви.

– Любимая моя Настенька, наша встреча – не случайность. Мы были предназначены друг для друга.

– Да, Женя, это судьба.

ЕЛИЗАВЕТА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Судоку

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

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

7 ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженемся!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженемся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 «Время героев». (16+)
- 01.10 Подкаст Лаб. (16+)

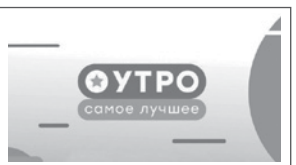
РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
- Урбанас срочно продаёт таксопарк: его внук тяжело заболел и нуждается в дорогостоящем лечении. Алла так и не пришла на развод, что воодушевило Васю. Он уверен, что она по-прежнему его любит.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

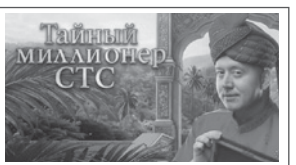
УТРО НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.40 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (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 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
- Капитан Евгений Чагин, прибыв на вызов, где фермер убил троих бандитов, выясняет, что фермер - его одноклассник, и немного «корректирует» место преступления.
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Ч.Т.Д.». (16+)
- 01.15 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

СТС СТС



06.35 Тайный миллионер. (16+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 06.35 Тайный миллионер. (16+)
- 08.45 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
- 09.55 «ПЛАКСА». (16+)
- 12.00 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ». (16+)
- 19.00 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
- После того, как роль Ломоносова отдал другому актёру, Павел решает замахнуться на роль своего великого земляка, чтобы получить признание за драматический вклад в искусство.
- 21.00 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)
- 23.20 «ПОБЕГ». (18+)
- 01.45 «88 МИНУТ». (16+)
- 03.20 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 03.40 «СЛОН ПО ИМЕНИ БЕНДЖАМИН». (12+)
- 05.10 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ ТНТ



21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 09.00 «Выжить в Стамбуле». (16+)
- 11.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
- 20.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 23.30 «НЕПОСЛУШАНАЯ». (18+)
- Двадцатилетняя Эля - студентка и будущий эколог. Однажды в ее университет приезжает Матвей, глава строительной компании, чтобы рассказать о плане застройки на месте старинного лесопарка.
- 01.30 «ТЕКСТ». (18+)
- Илья Горюнов семь лет отсидел в тюрьме по ложному обвинению в распространении наркотиков.
- 03.35 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

REN



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

- 05.00 18.00 00.30 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 20.00 «Безумные факты». (16+)
- 17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.25 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)
- 22.30 23.25 «БАРРАКУДА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | ПЯТНИЦА | ЧЕ! | ЧЕ | ОТР | ОТР |
|--|--|---|--|-----|
| <p>05.00 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>В этом выпуске программы «Секреты на кухне» ведущие поделятся рецептами завтраков.</p> <p>05.20 Пятница News. (16+)</p> <p>05.50 Гастротур. (16+)</p> <p>06.40 Битва шефов. (16+)</p> <p>08.40 Гастротур. (16+)</p> <p>09.50 Адский шеф. (16+)</p> <p>13.00 Битва шефов. (16+)</p> <p>22.50 Выживальщи. Миссия Альфа. (16+)</p> <p>01.50 Пятница News. (16+)</p> <p>02.20 Черный список. (16+)</p> <p>04.10 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>04.30 Пятница News. (16+)</p> | <p>06.10 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)</p> <p>Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях.</p> <p>18.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>19.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>00.00 Заступницы. (16+)</p> <p>02.20 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> | <p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение</p> <p>11.00 23.50 05.10 «В поисках утраченного искусства». (16+)</p> <p>15.15 «Это сделано в России». (12+)</p> <p>15.25 «ДВОЕ В ПУТИ». (16+)</p> <p>16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)</p> <p>17.00 «Формула здоровья». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>20.45 «ПУТЬ К ПРИЧАЛУ». (16+)</p> <p>22.15 03.35 «МАЙОР». (16+)</p> <p>00.35 «Моя история». (16+)</p> | <p>04.50 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>05.50 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)</p> <p>07.20 «НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЯМИ». (16+)</p> <p>09.00 «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (16+)</p> <p>12.20 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)</p> <p>15.40 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)</p> <p>19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-6». (16+)</p> <p>Ноябрь 1941 года. После выполнения боевого задания в Харькове Елагина и Мирский прибывают в Ростов-на-Дону.</p> <p>23.00 «БРАТ-2». (16+)</p> <p>01.05 «МЕТРО». (16+)</p> <p>03.15 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)</p> | |

ДЕТСКИЕ

- | КАРУСЕЛЬ | МУЛЬТ |
|--|--|
| <p>05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)</p> <p>О приключениях Лунтика, удивительного пушистого существа, родившегося на Луне и свалившегося с нее на Землю.</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «Царевны». (0+)</p> <p>09.05 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)</p> <p>09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</p> <p>09.35 «Беби Борн». (0+)</p> <p>09.40 «Три кота». (0+)</p> <p>Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.</p> <p>11.00 «Диностер». (6+)</p> <p>11.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)</p> <p>11.30 «Геройчики». (0+)</p> <p>13.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)</p> <p>13.45 «Карбот». (6+)</p> <p>14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)</p> <p>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</p> <p>14.40 «Барбоскины». (0+)</p> <p>16.40 «Край Бебис». (0+)</p> <p>16.45 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>17.50 «Барбоскины». (0+)</p> <p>19.00 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>21.15 «Лунтик». (0+)</p> <p>22.15 «Инфинити Надо». (6+)</p> <p>22.45 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)</p> <p>23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)</p> <p>01.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> | <p>06.00 Время малышей. (0+)</p> <p>07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)</p> <p>07.15 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.10 «Бумажки». (0+)</p> <p>08.30 «Барбоскины». (0+)</p> <p>09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</p> <p>09.30 «Фиксики». (0+)</p> <p>11.00 «Чик-Чирикино». (0+)</p> <p>12.00 Время малышей. (0+)</p> <p>12.50 «Жила-была Царевна». (0+)</p> <p>13.15 «Простоквашино». (0+)</p> <p>14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)</p> <p>15.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)</p> <p>15.30 Время малышей. (0+)</p> <p>17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)</p> <p>17.25 «Мини-Мишки». (0+)</p> <p>18.30 «Лунтик». (0+)</p> <p>19.00 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>19.45 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>20.40 «Бумажки». (0+)</p> <p>21.00 «Барбоскины». (0+)</p> <p>21.30 «Буба». (6+)</p> <p>22.15 «Поленки». (0+)</p> <p>22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</p> <p>23.30 «Семь королевств». (0+)</p> <p>00.10 «Простоквашино». (0+)</p> <p>01.00 «Барбоскины». (0+)</p> <p>01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>02.30 «Бодо Борода. БОДОПутешествия». (0+)</p> <p>03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)</p> <p>04.05 «Фиксики. Самое время!» (0+)</p> |

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | 365 ДНЕЙ ТВ | VJU HISTORY | VJU HISTORY | ИСТОРИЯ |
|---|--|--|---------|
| <p>00.00 Римские инженеры: Акведук в Ниме. (12+)</p> <p>00.50 Гагарин. Второй виток вокруг Земли. (12+)</p> <p>01.40 Боевые знамена Отечества: Северная война. (12+)</p> <p>01.55, 07.25, 11.30, 14.30, 19.15, 23.25 Русская история. (12+)</p> <p>04.00 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>04.20 Это подкаст. История. (12+)</p> <p>05.20, 08.50, 12.50 Великие битвы России. (12+)</p> <p>06.10 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)</p> <p>06.45, 18.40 Сквозь времена. (12+)</p> <p>08.10, 12.05 Освобождение: решающие битвы. (12+)</p> <p>09.40, 13.45 Уроки Нюрнберга. (12+)</p> <p>10.05 Коктейль Молотова. (16+)</p> <p>11.00 Крепости России. Звенигород. (12+)</p> <p>14.10 Русский музей: увидеть невидимое: Тайна «Летнего пейзажа». (12+)</p> <p>16.00, 16.45 Нобелевские лауреаты. (16+)</p> <p>17.30 Секреты истории: Моляр сбрасывает маску. (16+)</p> <p>20.00 Святой Архипелаг. (12+)</p> <p>20.55 Революция LIVE: #завашуинашусвободу. Фильм первый. (12+)</p> <p>21.50 Крепости России. Коломна. (12+)</p> <p>22.25 Семь дней истории. (12+)</p> <p>22.35 Всемирное наследие. Россия: Псков - великий город на реке Великая. (12+)</p> | <p>06.00 48 часов до победы. (16+)</p> <p>06.50 Путеводитель Путифа: Лиссабон: король Тежу. (16+)</p> <p>07.45 Чудеса ЮНЕСКО: Италия. (12+)</p> <p>08.45, 09.40 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)</p> <p>10.35, 11.35 Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид. (12+)</p> <p>12.30, 13.20 Охотники за утраченным искусством. (16+)</p> <p>14.10 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)</p> <p>15.10 Обратный отсчет до Голгофы. (16+)</p> <p>16.05 Путеводитель Путифа: Лондон: апогей империи. (16+)</p> <p>17.05 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)</p> <p>18.05, 19.00 Внутри пирамид. (12+)</p> <p>20.00 Охотники за утраченным искусством: Мона Лиза. (16+)</p> <p>20.50 Охотники за утраченным искусством: Ян Вермеер. (16+)</p> <p>21.40, 22.30 Высадка в Нормандии: глазами солдат. (16+)</p> <p>23.20 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)</p> <p>00.20 Обратный отсчет до Голгофы. (16+)</p> <p>01.15, 02.10 Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид. (12+)</p> <p>03.00, 03.50 Охотники за утраченным искусством. (16+)</p> <p>04.35 История вещей. (16+)</p> <p>05.15 Высадка в Нормандии. (16+)</p> | <p>06.00, 06.45, 15.35, 16.25, 01.10, 02.00 Настоящая война престолов. (12+)</p> <p>07.40, 02.45 Спасённые шедевры России. Ткани. (12+)</p> <p>08.25, 03.35 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)</p> <p>09.20, 04.25 Вторая мировая война. Герои против изменников. Россия. (12+)</p> <p>10.15 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)</p> <p>11.10 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)</p> <p>12.05 Призрак из каменного века. (12+)</p> <p>13.00 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)</p> <p>13.50, 23.25 Индокитай. Забытая война. (12+)</p> <p>14.50 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)</p> <p>17.15 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)</p> <p>18.05 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)</p> <p>19.00 Вторая мировая война. Герои против изменников. Китай. (12+)</p> <p>19.50 Франция. Путешествие во времени. (12+)</p> <p>20.50, 05.15 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)</p> <p>21.40 Последние часы Помпей. Новые загадки. (12+)</p> <p>22.35 Человек без маски. Георг Отс. (12+)</p> <p>00.25 Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)</p> | |

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

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



20.05 Правила жизни



08.55 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)



19.45 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)



07.25 Давай разведёмся! (16+)

07.20 «Первые в мире»
07.35 Черные дыры. Белые пятна
08.15 «Невский ковчег»
08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 Наблюдалась
11.10 01.05 «XX век»
11.45 «ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА»
13.30 Линия жизни
14.25 «Забывшее ремесло»
14.40 «Основатель»
15.25 Агора
16.30 «Передвижники»
17.15 Рахманиновские дни
18.20 Рассказы из русской истории
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Больше, чем любовь
21.35 Сати. Нескучная классика...
22.15 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»
00.10 «Шампольон и Рамсес Второй»

06.00 «Настроение»
08.15 «Смех, дрожь и видео». (16+)
08.55 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
10.50 «Городское собрание». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «КОЧЕВНИЦА: ХРУСТАЛЬНЫЕ СЛЁЗЫ». (16+)
16.55 «Алексей Петренко. По прозвищу Зверь». (16+)
18.10 «МОИ ЗВЕРИ». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Обжалованию не подлежит. Ироды». (16+)
01.30 «Плохие парни». (16+)
02.10 «Дорогие товарищи. Ночь Вампира». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
19.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)
Юрий Бахтин - следователь, приезжает в город Бережнянск, чтобы расследовать серию загадочных убийств. Жители поговаривают, что всему виной русалка, именно она уносит жизни невинных людей.
19.45 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
Сомов встречается со своим человеком в спецслужбе. Некий Георгий намекает ему на утечку информации...
23.00 «ИЗВЕРЖЕНИЕ». (16+)
01.30 Кадони шоу. (16+)
02.15 Экстра такси. (16+)
02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 02.40 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
19.00 «ОДНОФАМИЛЬЦЫ». (16+)
23.15 «Понять. Простить». (16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.20 «Знахарка». (16+)
01.45 «Верну любимого». (16+)
02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
03.30 Одна за всех. (16+)
04.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.30 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
08.05 Фирменный рецепт. (12+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.45 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 01.20 «СВОИ-7». (16+)
23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
02.05 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.50 13.25 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
14.10 15.05 17.15 03.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
18.50 «Специальный репортаж». (16+)
20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
00.55 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Просто жизнь». (12+)
13.00 «ПУЛЯ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ТРЮКАЧ». (16+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.30 «Собрание сочинений». (12+)
17.45 «Территория успеха». (12+)
18.15 22.45 «Новости Культуры». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.45 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
22.00 01.30 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
22.15 «Точка.ру». (12+)
23.00 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (16+)
03.00 «Живет Россия». (12+)
03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 «Культурные». (12+)
06.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
07.05 11.35 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.30 Смешанные единоборства. (16+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
14.55 Человек из футбола. (12+)
15.30 «Наскар. Ведущее наследие». (16+)
16.30 Смешанные единоборства. (16+)
17.45 Громко. Прямая трансляция
19.00 Хоккей. Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
23.00 Профессиональный бокс. (16+)
00.00 «Пеле. Король футбола». (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 03.30 04.05 Биатлон. Чемпионат России. (6+)
07.50 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
08.20 01.40 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
10.10 13.25 01.20 «Страна спортивная». (12+)
10.30 16.55 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
11.00 13.20 16.20 Новости. (0+)
11.05 13.40 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
12.55 Сюрприз. (12+)
15.30 Что за спорт?». (12+)
16.00 23.55 Спецрепортаж. (12+)
16.25 04.40 «Дело №». (16+)
17.20 «Владимир Башкиров. Любовь, растворённая в воздухе». (16+)
18.25 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
20.25 Профессиональный бокс. (16+)
22.40 Есть тема! (16+)
00.15 Громко. (12+)
05.05 «Это футбол!» (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.40 «АГЕНТ НА УИКЕНД». (16+)
07.15 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
08.55, 10.45 «УБИЙСТВА В...» (16+)
12.35 «ЛЕОН». (16+)
14.55 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)
17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
18.15 «КИНГ-КОНГ». (16+)
Приключенческий боевик, США, 1976 г.
20.45 «КИНГ-КОНГ ЖИВ». (16+)
Приключенческий боевик, США, 1986 г.
22.45, 00.30 «УБИЙСТВА В...» (16+)
02.15 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
03.20 «ПОМПЕИ». (16+)
05.00 «КИНГ-КОНГ». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.05 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)
09.30 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
11.20 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
13.45 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
15.30 «ОГНИВО». (12+)
17.25, 18.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «9 РОТА». (16+)
21.25 «СВОЛОЧИ». (16+)
23.15, 00.10 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
01.00 «ТИХАЯ ЗАСТАВА» (16+)
02.30 «НЕБО». (16+)
04.35 «Тайна третьей планеты». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000 АКТЮН
05.55 «КТО НЕ СПРЯТАЛСЯ». (16+)
07.20 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
08.50 «ДРУГОЙ МИР». (16+)
10.50 «ДРУГОЙ МИР II: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
12.30 «ПСЫ ВОИНЫ». (18+)
14.05 «ОН - ЭТО ПУЛЯ». (18+)
16.05 «ОХОТА НА КОРОЛЯ». (18+)
17.40 «ПИРАНЫ 3D». (16+)
19.00 «ПИРАНЫ 3DD». (16+)
20.15 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
Триллер, Австралия, 2010 г.
21.45 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНОСТР ГЛУБИНЫ». (16+)
23.15 «ПЕС-ПРИЗРАК: ПУТЬ САМУРАЯ». (16+)
01.15 «БРАТЯ СИСТЕРС». (16+)
03.10 «СОЛНЦЕСТОЯНИЕ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
15.00, 17.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Четыре жены. (16+)
21.30, 22.40 Богиня шопинга. (16+)
23.30 «КЛОН». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, фантастика, Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурило Бенниси, Джованна Антонелли
00.20 Суббота News 2026. (16+)
00.30 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
01.30, 02.20 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.00, 03.40 «Ты - моя жизнь». (16+)
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 Апокалипсис. Глава 6. (16+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 День ангела: Преподобный Алексий. Человек Божий. (0+)
11.35 День Патриарха. (0+)
11.45, 12.15, 12.40, 13.10 Монастырская кухня. (0+)
13.30 «ВОРОТА В НЕБО». (0+)
15.20 «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА». (12+)
17.10 «ВОЗМЕЗДИЕ». 1 серия. (6+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводами). (0+)
19.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 5 серия. (0+)

20.15, 04.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
20.55 Поле битвы. (16+)
21.30 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
22.10 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
23.25 Прямая линия жизни. (16+)
00.20 День Патриарха. (0+)
00.30, 01.20 Апокалипсис. Главы 1-2. (16+)
02.30 День ангела: Преподобный Алексий. Человек Божий. (0+)
03.00 Поле битвы. (16+)
03.30 В поисках Бога. (12+)
03.55 Профессор Осипов. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Короли Чартов. (16+)
07.00, 07.30, 18.20 10 самых! (16+)
08.00 Хиты по-русски. (16+)
08.25, 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 Звёзды озвёзд. (16+)
10.00 Плейлист | Весна. (16+)
11.00 Без кутюр. (16+)
11.30 Топ-30. (16+)
14.00 Плейлист | Весна. (16+)

15.30 Лига клипов. (16+)
16.00 Звёзды с приветом. (16+)
17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.55 Плейлист | Весна. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Немаленький принц. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Топ-30. (16+)
00.25 Плейлист | Весна. (16+)
01.00 Золотая лихорадка (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.50 «КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+)
02.40 «МОЙ КУЗЕН». (18+)
04.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)
06.05 «1+1». (16+)
08.15 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
09.55 «СУПЕРБАТЯ МАРИО». (18+)
11.50 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)
14.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)
15.55 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
17.40 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
21.15 «ДМБ». (16+)
22.50 «ВСТРЕТИМСЯ ВЧЕРА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.30 «АФОНЯ». (16+)
09.15 Мультфильмы. (0+)
10.55 «БРЫЗГИ ШАМПАНСКОГО». (16+)
12.45 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
14.25 «ОРЕЛ И РЕШКА». (18+)
15.55 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
17.20 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (16+)
18.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
20.30 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (16+)
22.00 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
23.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ МСЬЕ ПЕРРИШОНА». (16+)
01.10 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (18+)
02.40 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)
04.25 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.10 «Три кота». Мультсериал. (6+)
05.40 «Царство против разбойников». Мультфильм. (6+)
06.50 «Щелкунчик и волшебная флейта». Мультфильм. (6+)
08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА» (16+)
12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОИНЫ». (16+)
19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
23.30 Вечер вместе. «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (16+)
01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
03.30 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
Россия, 2011 г. В ролях: Максим Матвеев, Екатерина Вилкова

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.45 «РАВЕТКИ». (16+)
Наденька, обслуживая Ларину в кафе, успевает рассказать ей все сплетни о Гушле, Мише и Жанне. Кира убегает из дома после попытки папы помирить ее с матерью. Гуцул и Миша договариваются забыть все обиды и действовать сообща. Жанна из-за боязни быть отчисленной меняет стиль.
14.00 «МАМОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
22.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» (16+)
00.45 «МАРГОША». (16+)
03.45 Даёшь молодёжь! (16+)

Православный календарь

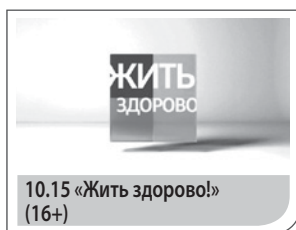
30 марта
Седмица 6-я Великого поста (седмица ваий). Глас 1.
Прп. Алексия, человека Божия.


Прп. Макария, игумена Калязинского, чудотворца. Мч. Марина. Свт. Патрикия, просветителя Ирландии. Прп. Парфения Киевского. Сщмч. Александра пресвитера. Сщмч. Виктора пресвитера.

Постный день.

« Простить – значит не просто не мстить, а покрыть грех брата молчанием и забвением. »
Свт. Николай Сербский

ПЕРВЫЙ



10.15 «Жить здорово!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

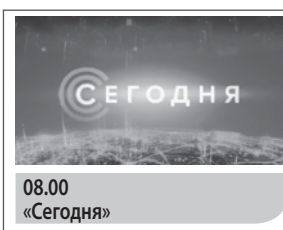
РОССИЯ



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
Алла открывает собственный таксопарк «Народный». Он быстро набирает популярность среди жителей города, пока у Васи в «Колесе» дела идут «под откос». Тем временем у одного из таксистов Аллы, Кири, случается несчастье: внезапно заболела мама.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

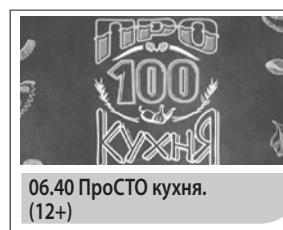
НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.45 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (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 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
Чегин рассказывает Жукку подробности о поездке в лес. Он выясняет, что Габи приехала к ресторану «Двор», пересела в неизвестную машину и исчезла.
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 01.15 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

СТС



06.40 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 06.40 ПроСТО кухня. (12+)
- 07.40 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
- 09.55 «ПЛАКСА». (16+)
- 15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
- 16.55 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
- 21.00 «СТУКАЧ». (16+)
- 23.20 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
Стэн в панике - его ждёт срок за мошенничество. И его очень пугает тюремное заключение. Чтобы обезопасить себя от разного рода неожиданностей, Стэн обращается за помощью к Мастеру боевых искусств, который сможет научить его паре приёмов.
- 01.20 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
- 03.00 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 03.20 «НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ». (16+)
- 05.05 «100 мест, где поесть». (16+)

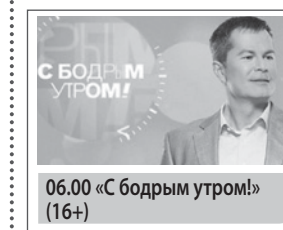
ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
- 18.30 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 23.30 «ЖЕНИХ». (12+)
Приехав на деревню к своей невесте, немец Гельмут вынужден познакомиться не только с ее родней, но и с Толиком-алкоголиком - бывшим мужем любимой Аленушки. А заодно детально изучить особенности национальной свадьбы, которая просто невозможна без драки...
- 01.10 «ВАСАБИ». (16+)
Детектив Юбер, который сначала бьет, а потом думает, отправляется в Японию, где находит дочь. В день своего совершеннолетия, она получит доступ к двумстам миллионам долларов.
- 02.40 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 18.00 00.55 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
- 17.00 01.50 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.25 «ПЛЕТЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 22.30 23.25 «ТРОЙНАЯ УГРОЗА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 06.00 Гастротур. (16+)
- 06.40 Битва шефов. (16+)
- 08.30 Молодые ножи. (16+)
- 09.50 Адский шеф. (16+)
- 12.40 Черный список. (16+)
- 14.40 Черный список. На кухне. (16+)
- 22.00 Что я наделала?! (16+)
- 23.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
- 02.00 Пятница News. (16+)
- 02.20 Черный список. (16+)
- 04.25 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 06.30 «Званый ужин». (16+)
- 08.30 «Муж напрокат». (16+)
- 10.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 12.15 «Супермама». (16+)
- 14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.20 «Чадо из ада. Предки». (16+)
Подростков перевоспитали - беремся за их родителей! Встречайте премьеру на телеканале «Ю».
- 19.30 «Чадо из ада». (12+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Измены». (18+)
- 01.50 «Неотложка». (16+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.10 Улётное видео. (16+)
Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.
- 14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)
- 18.00 Дорожные войны. (16+)
- 19.30 Улётное видео. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.00 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.30 Дорожные драмы. (16+)

МИР

- 05.00, 03.25 Понять. Простить. (16+)
- 05.45, 06.15, 10.10 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (16+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (16+)
- 18.30 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 20.25, 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)
- 21.50, 22.35 Игра в кино. (16+)
- 23.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
- 00.00 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 00.50 Первый Евразийский канал. (12+)
- 02.00 «ДЕТИ КАПИТАНА ГРАНТА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 00.00 05.10 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 15.15 «СОВСЕМ ПРОПАЩИЙ». (16+)
- 17.00 «Такие разные». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 20.45 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
- 22.20 03.35 «ПЯТАЯ ПЕЧАТЬ». (16+)
- 00.45 «Преодоление». (12+)
- 01.40 Отражение. Итоги. (12+)

ПОБЕДА

- 04.45 «Путь к Победе». (16+)
- 05.45 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)
- 07.20 «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. Простые люди оказываются втянуты в конфликт двух ведомств - КГБ и МВД.
- 15.00, 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-6». (16+)
- 23.00 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)
- 01.10 «ЕГЕРЬ». (16+)
- 02.55 «Я - УЧИТЕЛЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 09.05 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
- 09.20 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.35 «Беби Борн». (0+)
- 09.40 «Три кота». (0+)
- 09.45 «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 11.00 «Диностер». (6+)
- 11.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.30 «Геройчики». (0+)
- 13.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 13.45 «Карбот». (6+)
- 14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям!
- 14.40 «Барбоскины». (0+)
- 16.40 «Край Бебис». (0+)
- 16.45 «Ум и Хрум». (0+)
- 17.50 «Барбоскины». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15 «Лунтик». (0+)
- 22.15 «Инфинити Надо». (6+)
Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо»!
- 22.45 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
- 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10 «Бумажки». (0+)
- 08.30 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Фиксики». (0+)
- 11.00 «Чик-Чирикино». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 12.50 «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15 «Простоквашино». (0+)
- 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 14.15 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 15.30 Время малышей. (0+)
- 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25 «Мини-Мишки». (0+)
- 18.30 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.40 «Бумажки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Буба». (6+)
- 22.15 «Поленки». (0+)
- 22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 23.30 «Семь королевств». (0+)
- 00.10 «Простоквашино». (0+)
- 01.00 «Барбоскины». (0+)
- 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 02.30 «Бодо Борода. БОДОпутешествия». (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
- 04.05 «Фиксики. Самое время!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Это подкаст. История: Гуманитарные проекты Анатоля Демидова в годы Крымской войны. (12+)
- 00.55, 04.50, 08.50 Великие битвы России. (12+)
- 01.50 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 02.20, 14.40 Сквозь времена. (12+)
- 03.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.15, 07.30, 10.30, 15.15, 19.25, 23.20 Русская история. (12+)
- 04.00, 08.05 Освобождение: решающие битвы. (12+)
- 04.45, 17.45 Семь дней истории. (12+)
- 05.40, 09.45 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 06.05 Коктейль Молотова. (16+)
- 07.00 Крепости России. Звенигород. (12+)
- 10.10 Русский музей: увидеть невидимое: Тайна «Летнего пейзажа». (12+)
- 12.00, 12.45 Нобелевские лауреаты. (16+)
- 13.30 Секреты истории: Мольтер сбрасывает маску. (16+)
- 16.00 Святой Архипелаг. (12+)
- 16.55 Революция LIVE: #завашуинашувободу. Фильм первый. (12+)
- 17.55 Крепости России. Коломна. (12+)
- 18.35 Всемирное наследие. Россия: Псков - великий город на реке Великая. (12+)
- 20.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
- 21.35 Казаки. (16+)
- 22.30 Георгий - Победоносец. (16+)

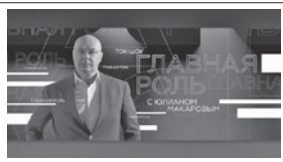
VJU HISTORY

- 06.00 Высадка в Нормандии: глазами солдат. (16+)
- 06.50 Путеводитель Путифара. (16+)
- 07.45 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)
- 08.40 Сканируя прошлое. (16+)
- 09.35 Обратный отсчёт до Голгофы. (16+)
- 10.35, 11.35 Внутри пирамид. (12+)
- 12.30, 13.20 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 14.10 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)
- 15.05 Чаплин против ФБР. (16+)
- 16.05 Путеводитель Путифара. (16+)
- 17.05 100 чудес света. (16+)
- 18.05, 19.00 Внутри пирамид. (12+)
- 20.00 Охотники за утраченным искусством: «Крик» Мунка. (16+)
- 20.25 Охотники за утраченным искусством: Портрет Адели Блох-Бауэр I. (16+)
- 20.50 Родовые проклятия: Кеннеди. (16+)
- 21.15 Родовые проклятия: Сказочное проклятие. (16+)
- 21.40, 22.30 Во имя справедливости. (16+)
- 23.20 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)
- 00.20 Чаплин против ФБР. (16+)
- 01.15, 02.10 Внутри пирамид. (12+)
- 03.00, 03.45 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 04.35 История вещей. (16+)
- 05.15 Во имя справедливости. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 01.10 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)
- 06.55, 02.05 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
- 07.45, 02.50 Призрак из каменного века. (12+)
- 08.45, 03.45 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
- 09.35, 19.05 Индокитай. Забытая война. (12+)
- 10.30 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)
- 11.15, 12.10, 20.50, 21.45 Настоящая война на престолов. (12+)
- 12.55 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)
- 13.45 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)
- 14.40, 00.20 Вторая мировая война. Герои против изменников. (12+)
- 15.30 Франция. Путешествие во времени. (12+)
- 16.30 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)
- 17.20 Последние часы Помпей. Новые загадки. (12+)
- 18.15, 04.30 Человек без маски. Георг Отс. (12+)
- 20.05, 05.15 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
- 22.35 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)
- 23.30 Спасённые шедевры России. Ткани. (12+)

РОССИЯ К
Культура



19.45 Главная роль

- 07.20 Театральная летопись
- 07.50 18.35 «Шампольон и Рамсес Второй»
- 08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.10 «XX век»
- 12.00 «ДЕНЬ БЕЗ ЧИСЛА»
- 13.00 «Жизнь замечательных идей»
- 13.30 22.15 «ТАЙНА ЭДИНА ДРУДА»
- 15.00 «Век детской книги»
- 15.30 Кристальные истории
- 15.45 Сати. Нескучная классика...
- 16.30 «Коллекция»
- 17.15 Рахманиновские дни
- 18.15 Семидесятые
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.30 Белая студия
- 00.10 «Викинг Ролло - от изгнанника до завоевателя»
- 01.40 «Рахманинов»

ТВЦ



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 10.35 «Актерские драмы. Печки-лавочки». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КОЧЕВНИЦА: РОСТОВСКАЯ ЦАРЕВНА». (16+)
- 16.55 «Ренат Ибрагимов. Усталый многоженец». (16+)
- 18.10 «МОИ ЗВЕРИ-2». (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Звёздные сантиметры». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Настоящий детектив. Красный перец». (16+)
- 01.30 Хроники московского быта. (16+)

ТВ-3



09.00 «Слепая». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 15.30 «Слепая». (16+)
- 18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)
Больше всех Бахтин вызывает недоверие у опытного оперативника по фамилии Орел. Он считает, что Бахтин может занять место Парфеновой и, как следствие, уволить его.
- 20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
Антошин крайне недоволен вмешательством Сомова в свою личную жизнь. Тайком от отца Катя собирается уехать в Лондон. Она передает Антошину письмо для Сомова с признанием.
- 23.15 «ВЕДЬМИНА ДОСКА». (18+)
- 01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

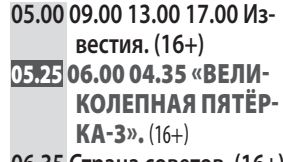
ДОМАШНИЙ



12.50 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 02.40 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 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «ТОТ САМЫЙ ДЕНЬ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.30 Одна за всех. (16+)
- 04.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)

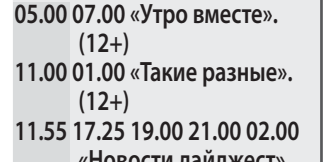
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)

- 05.25 06.00 04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 06.35 Страна советов. (16+)
- 08.40 Знание - сила. (12+)
- 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-7». (16+)
- 23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 01.15 «СВОИ-7». (16+)
- 02.00 «СЛЕД». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «Тайны военной разведки». (16+)
- 11.55 13.25 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 14.10 15.05 17.15 03.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «АЛЛЕГРО С ОГНЕМ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГОРНОЕ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 01.00 «Такие разные». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
- 12.15 «Азбука Православия». (12+)
- 12.30 «Понятная политика. Донбасс». (12+)
- 13.00 «ПУЛЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ТРИОКАЧ». (16+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 00.30 04.00 «Документальное кино». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ЗАПРЕТНАЯ КУХНЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** Матч ТВ
- 06.00 «Культовые». (12+)
- 06.30 «Дело №». (16+)
- 07.00 09.00 15.25 Новости
- 07.05 17.45 22.30 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 15.05 03.40 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 01.00 «Эволюция спорта». (12+)
- 10.30, 12.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Прямая трансляция
- 15.30 «Рафаэль Надаль». (12+)
- 16.30 Смешанные единоборства. К. Данкан - Т. Маккинни. UFC. Трансляция из США. (16+)
- 19.00 Футбол. Россия - Мали. BetBoom матч сборной. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 00.00 «Наскар. Ведущее nasledие». (16+)
- 02.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Женщины. 10 км. Трансляция из Кировска. (6+)
- 04.00 Новости. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА** Матч Страна
- 06.00 «Владимир Башкиров. Любовь, растворённая в воздухе». (16+)
- 07.05 13.25 «Страна спортивная». (12+)
- 07.20 05.30 Спортсмен. (12+)
- 07.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 09.35 Громко. (12+)
- 10.40 Небесная грация. (6+)
- 11.00 13.20 19.25 Новости. (0+)
- 11.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 13.40 Династия. (12+)
- 14.10 По домам. (12+)
- 14.25 19.30 «бхб». (12+)
- 14.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 16.55 00.55 «Это футбол!» (12+)
- 17.25 Баскетбол. Winline Basket Cup. Прямая трансляция
- 19.55 01.25 Спецрепортаж. (12+)
- 20.15 22.10 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 01.40 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

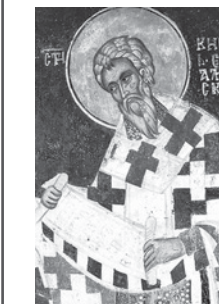
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 07.15 «КИНГ КОНГ ЖИВ». (16+)
- 09.15, 11.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)
- 13.05 «КОД 8». (16+)
- 14.40 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (18+)
- 18.05 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
- 19.40 «ГИПНОТИК». (16+)
Детективно-фантастический триллер. США, Великобритания, 2023 г.
- 21.20, 23.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)
- 01.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (18+)
- 01.40 «МИЛИАРД». (16+)
- 03.20 «ЛИБЕРАЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 05.00 «Мойдодыр». Мультфильм. (6+)
- 05.20 «Волк и телёнок». Мультфильм. (6+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Царевны». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.35 «СВОЛОЧИ». (16+)
- 10.25 «9 РОТА». (16+)
- 12.55 «ТУРИСТ». (16+)
- 14.40 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 17.15, 18.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
- 19.00 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)
- 22.20, 23.15 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 01.00 «ВОРОВКА». (16+)
- 01.40 «МИЛИАРД». (16+)
- 03.20 «ЛИБЕРАЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 05.00 «Мойдодыр». Мультфильм. (6+)
- 05.20 «Волк и телёнок». Мультфильм. (6+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 АКЦИОН
- 05.20 «НА ГЛУБИНЕ СТРАХА». (16+)
- 06.45 «БЕЗДНА СТРАХА». (16+)
- 08.00 «ПИРАНЫ 3D». (16+)
- 09.15 «ПИРАНЫ 3DD». (16+)
- 10.35 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
- 12.05 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНСТР ГЛУБИНЫ». (16+)
- 13.35 «ВОЛНА». (16+)
- 15.25 «РАЗЛОМ». (18+)
- 17.15 «ТУННель: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
- 19.00 «2012: ЦУНАМИ». (16+)
- 20.50 «ПИРАНЫ 3D». (16+)
- 22.20 «НЕВОЗМОЖНОЕ» (16+)
- 00.10 «13-Й РАЙОН». (16+)
- 01.30 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)
- 02.55 «ЯМАКАСИ: СВОБОДА В ДВИЖЕНИИ». (16+)
- 04.20 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- суббота!** СУББОТА!
- 05.00, 11.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 11.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
- 15.00, 17.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Четыре жены. (16+)
- 21.30, 22.50 Богиня сыска. (16+)
Романтический эксперимент про обыск и свидание.
- 00.00 «КЛОН». (16+)
- 01.00 Суббота News. (16+)
- 01.10 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 02.10, 02.50 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 03.30, 04.10 «Ты - моя жизнь». (16+)
- 04.45 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 Апокалипсис. Глава 7. (16+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Бугабашское чудо. (6+)
- 11.55 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 «ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН». (12+)
- 17.15 «ВОЗМЕЗДИЕ». 2 серия. (6+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 6 серия. (0+)
- 20.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55 Поле битвы. (16+)
- 21.30 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 22.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.05 Птичка. 1 серия. (0+)
- 01.00, 01.50 Апокалипсис. Главы 3-4. (16+)
- 02.35 Неизвестная Европа: Морские разбойники, или Охотники за святынями. (0+)
- 03.00 Поле битвы. (16+)
- 03.30 Русский мир. (12+)
- 04.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

Православный календарь

31 марта
Седмица 6-я Великого поста
(седмица ваий). Глас 1.
Свт. Кирилла,
архиеп. Иерусалимского.



Мчч. Трофима и Евкарпия. Прп. Анина монаха. Сщмч. Димитрия пресвитера, прмц. Наталии.

Постный день.

« Прощай – получивший прощение; милуй – помилованный. Человеческое любие приобретает человеколюбие, пока есть к тому времяя». Свт. Григорий Богослов

МУЗЫКА

- МУЗ** МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 07.00 Звёзды на утро. (16+)
- 08.00 Хиты по-русски. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Приехали! (16+)
- 11.30 10 самых! (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Моя волна. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Звёздный разбор. (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Вместо лжи красивых фраз. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Короли Чартов. (16+)
- 23.00 Лихие хиты. (16+)
- 00.00 Наше. (16+)
- 01.00 Хиты по-русски. (16+)

- КИНОКОМЕДИЯ**
- 00.25 «КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ 2». (16+)
- 03.15 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 05.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 07.20 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
- 09.10 «БАТЯ 2. ДЕД». (12+)
- 10.50 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?» (16+)
- 12.50 «МЭР ПОНЕВОЛЕ» (16+)
- 14.30 «ЖЕНИХ». (16+)
- 16.10 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
- 17.55 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)
- 19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (16+)
- 21.35 «1+1». (16+)
- 23.40 «НЕНАСТОЯЩИЙ ПАПА». (18+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 08.20 Мультфильмы. (16+, 0+)
- 10.25 «АВАРИЯ». (16+)
- 12.55 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
- 14.15 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+)
- 15.55 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (16+)
- 17.30 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
- 19.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 21.00 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+)
- 22.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)
- 00.05 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (16+)
- 01.55 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (16+)
- ДОМ КИНО** ДОМ КИНО
- 05.20 «Фиксики против крабов». Мультфильм. (6+)
- 06.40 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 23.30 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)
СССР, 1988 г. В ролях: Анна Самохина, Валентин Гафт
- 01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
В ролях: Равшана Куркова, Ян Цапник, Артём Каченко, Валерий Гаркалин
- СТC LOVE** СТC LOVE
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 09.45 «РАНЕТКИ». (16+)
- 13.55 «МАМОЧКИ». (16+)
Рома пользуется тем, что не может выйти из квартиры, отказывается от любой работы по дому. Андрей и Вика не могут сойтись во мнениях относительно имени дочери. А к Ане приходит гениальная бизнес-идея.
- 17.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
- 22.05 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» (16+)
- 00.55 «МАРГОША». (16+)
Марго представляется невестой Гоши. Мама в восторге: наконец-то её сын оступился...
- 03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
- Проскурин попал в аварию. К счастью, он остался жив, но получил серьёзные травмы, требующие долгого восстановления. Следователь Григорич сообщает Проскурину, что авария была подстроена.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

НТВ



17.50 «ДНК». (16+)

- 04.45 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- 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 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
- Зоя Шентис рассказывает, что делала алиби бывшей жене депутата Сельдина, а устроил ее на работу Артур Лентулов. Сельдин забирает из полиции заявление Зои...
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 01.45 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

СТС



02.25 «Кино в деталях». (18+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 06.40 Просто кухня. (12+)
- 07.40 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
- 09.55 «ПЛАКСА». (16+)
- 11.00 «ПЛАКСА-2». (16+)
- Группа «Плакса» отправляется на конкурс в Москву. У Маши появляется возможность попасть на закрытый концерт её любимой группы.
- 15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
- 16.50 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
- 21.00 «ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- 23.00 «НЯНЬКИ». (16+)
- 00.55 «ДЕДУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 02.25 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 03.10 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 03.50 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 05.20 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
- 19.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 23.30 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- Россия, 2040 год. В стране многое изменилось, особенно некоторые семейные услуги. Теперь, чтобы расторгнуть брак - нужно очень много средств. Не проще ли вернуться в прошлое, чтобы никогда не встретиться и прекратить отношения на начальном этапе?
- 01.25 «СИМОНА И МИСТЕР СКУНС». (6+)
- Симона привыкла жить на ферме среди природы и домашних животных. Но пришло время переезжать в столицу к дяде Филиппу, которому нужна помощь.
- 03.20 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 01.05 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Момент в истории». (16+)
- 17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «Безумные факты». (16+)
- 20.25 «ЗАПАДНЯ». (16+)
- 22.40 23.25 «В ПАУТИНЕ ОБМАНА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- Ведущие поделятся секретами приготовления домашнего фастфуда.
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 06.00 Битва шефов. (16+)
- 07.50 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
- 21.40 На ножах с Галиной Алексеевной. (16+)
- 22.50 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
- 01.40 Пятница News. (16+)
- 02.00 Черный список. (16+)
- 04.10 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 06.10 «Званый ужин». (16+)
- 08.05 «Муж напрокат». (16+)
- 10.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 12.10 «Супермама». (16+)
- 14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.15 «Мама в 16». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (18+)
- 01.55 «Неотложка». (16+)
- Чудовищные травмы, редкие диагнозы и врачи, которые борются за каждую жизнь - добро пожаловать в настоящее отделение скорой помощи.
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.10 Улётное видео. (16+)
- 14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)
- 18.00 Дорожные войны. (16+)
- Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны!»! Делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником!
- 19.30 Улётное видео. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.15 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.40 Дорожные драмы. (16+)

МИР

- 05.00, 03.25 Понять. Простить. (16+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
- 06.15, 10.10, 18.30 Дела судебные. (16+)
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
- 20.25, 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)
- 21.50, 22.35 Игра в кино. (16+)
- 23.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
- 00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
- 02.00 «ТАХИР И ЗУХРА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 00.00 05.10 «Искусство Великого шёлкового пути и династии Тан». (16+)
- 15.15 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
- 17.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 «МИМИНО». (16+)
- 22.20 03.35 «ПАРИЖ В АВГУСТЕ». (16+)
- 00.45 «Очень личное» с Виктором Лошаком. (12+)
- 01.40 Отражение. Итоги. (12+)

ПОБЕДА

- 04.25 «Путь к Победе». (16+)
- 05.25 «ТАНКИ». (16+)
- 07.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
- 10.50 «ЛАДОГА». (16+)
- 15.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-6». (16+)
- 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)
- Литва, 1944 года. Майор Елагина и старшина Федоренко едут за новым назначением в штаб Фронта в Минске, но по пути их машину обстреливают не известные.
- 23.00 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
- 00.35 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)
- 02.05 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 09.05 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
- 09.20 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
- 09.35 «Беби Борн». (0+)
- 09.40 «Три кота». (0+)
- 10.45 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)
- Хотите знать обо всём на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах.
- 11.10 «Диностер». (6+)
- 11.25 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.40 «Буба». (6+)
- 13.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 13.45 «Карбот». (6+)
- 14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Барбоскины». (0+)
- 16.40 «Край Бебис». (0+)
- 16.45 «Ум и Хрум». (0+)
- 17.50 «Барбоскины». (0+)
- 19.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 21.15 «Ералаш». (6+)
- 22.15 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.45 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
- 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10 «Бумажки». (0+)
- 08.30 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Фиксики». (0+)
- 11.00 «Чик-Чирикино». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 12.50 «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15 «Простоквашино». (0+)
- 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 14.15 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 15.30 Время малышей. (0+)
- 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25 «Мини-Мишки». (0+)
- 18.30 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.40 «Бумажки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Буба». (6+)
- 22.15 «Поленки». (0+)
- 22.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 23.30 «Семь королевств». (0+)
- 00.10 «Простоквашино». (0+)
- 01.00 «Барбоскины». (0+)
- 01.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 02.30 «Бодо Борода. БОДПутешествия». (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
- 04.05 «Фиксики. Самое время!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 04.10 Освобождение: решающие битвы. (12+)
- 00.40, 04.55 Великие битвы России. (12+)
- 01.30, 05.45 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 01.55 Коктейль Молотова. (16+)
- 02.50 Семь дней истории. (12+)
- 03.00 Крепости России. Звенигород. (12+)
- 03.35, 06.35, 11.20, 15.25, 19.20, 22.30 Русская история. (12+)
- 06.10 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)
- 08.05, 08.50 Нобелевские лауреаты. (16+)
- 09.35 Секреты истории: Мольтер сбрасывает маску. (16+)
- 10.45 Сквозь времена: Владычная палата Новгородского кремля. (12+)
- 12.00 Святой Архипелаг. (12+)
- 13.00 Революция LIVE: #завашинуашусвободу. Фильм первый. (12+)
- 13.50 Крепости России. Коломна. (12+)
- 14.20 Обыкновенная История. (6+)
- 14.35 Всемирное наследие. Россия: Псков - великий город на реке Великая. (12+)
- 16.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
- 17.35 Казаки. (16+)
- 18.30 Георгий - Победоносец. (16+)
- 20.00 Римские инженеры: Чудо Таррагоны. (12+)
- 20.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 21.25 Донбасс. Память поколений. (16+)

VJU HISTORY

- 06.00 Во имя справедливости. (16+)
- 06.45 Англия Агаты Кристи. (12+)
- 07.35 100 чудес света. (16+)
- 08.30 Сканируя прошлое. (16+)
- 09.25 Последняя тайна Мэрилин. (12+)
- 10.25, 11.25 Внутри пирамид. (12+)
- 12.25, 12.50 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 13.15, 13.40 Родовые проклятия. (16+)
- 14.05 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)
- 15.05 Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)
- 16.00 Путеводитель Путифара. (16+)
- 17.00 100 чудес света. (16+)
- 18.00, 19.00 Внутри пирамид. (12+)
- 20.00, 20.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 20.50 Родовые проклятия: Проклятие безумного монаха. (16+)
- 21.15 Родовые проклятия: Проклятие дракона. (16+)
- 21.40, 22.25 Военные заводы. (12+)
- 23.15 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)
- 00.15 Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)
- 01.10, 02.05 Внутри пирамид. (12+)
- 02.55, 03.20 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 03.45, 04.10 Родовые проклятия. (16+)
- 04.30, 04.55 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 15.25, 01.10, 05.05 Индокаиты. Забытая война. (12+)
- 06.50, 02.05 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)
- 07.40, 08.30, 18.05, 18.55, 02.50, 03.35 Настоящая война престолов. (12+)
- 09.20 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)
- 10.10 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)
- 11.05 Вторая мировая война. Герои против изменников. Китай. (12+)
- 11.50 Франция. Путешествие во времени. (12+)
- 12.50 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)
- 13.40 Последние часы Помпей. Новые загадки. (12+)
- 14.35 Человек без маски. Георг Отс. (12+)
- 16.25 СССР. Империя наоборот. Азербайджан. (12+)
- 17.15 Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
- 19.45 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)
- 21.35 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)
- 22.35, 04.20 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
- 23.20 Призрак из каменного века. (12+)
- 00.20 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

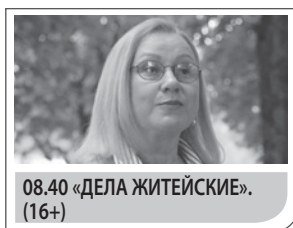
5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



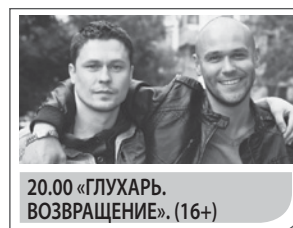
21.30 Власть факта

06.30 Диалоги о животных
07.20 Театральная летопись
07.50 18.35 «Викинг Ролло»
08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 Наблюдатель
11.10 01.10 «XX век»
13.00 «Жизнь замечательных идей»
13.30 22.15 «ТАЙНА ЭДИНА ДРУДА»
15.00 «Век детской книги». «20-е годы»
15.30 Кристальные истории
15.45 Белая студия
16.30 Библиейский сюжет
17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
18.15 Семидесятые
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 «Кастинг в прошлом веке»
21.30 Власть факта
00.10 «Тайны карнакских мегалитов»



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
10.35 «Актёрские драмы. Любимые, но непутёвые». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ПРИШЕЛЕЦ». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «КОЧЕВНИЦА: СЕРАЯ МЫШКА». (16+)
16.55 «Ирина Мирошниченко. Одиночество по расчёту». (16+)
18.10 «МОИ ЗВЕРИ-3». (16+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Охота на маньяка». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)
02.10 Мифы о еде. (16+)



20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)
В семье Натальи Шевляковой не все спокойно. Отношения у Измайлова с сыном на грани, но оба тщательно скрывают это от Натальи. Узнав о том, что Бахтин в городе, Измайлов приглашает его на семейный ужин.
20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
В ОВД привезли задержанного за вождение в нетрезвом виде известного ученого-фармацевта Болтнева. Разбив при задержании пробирку, Глухарёв и Зимина узнают, что в ней содержался опасный вирус...
23.15 «КРОВЬ И ШОКОЛАД». (18+)
01.15 Дневник экстрасенса. (16+)



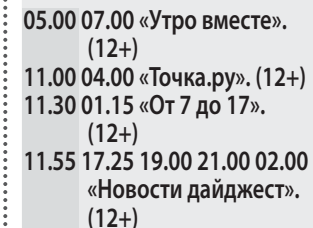
11.50 «Порча». (16+)

06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Понять. Простить». (16+)
11.50 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
19.00 «ЦВЕТОЧНОЕ ОЗЕРО». (12+)
22.55 «Понять. Простить». (16+)
00.00 «Порча». (16+)
01.00 «Знахарка». (16+)
01.25 «Верну любимого». (16+)
01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.20 Тест на отцовство. (16+)
03.10 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)



11.50 «Порча». (16+)

05.00 09.00 13.00 Известия. (16+)
05.25 09.30 04.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
01.15 «СВОИ-7». (16+)
02.00 «СЛЕД». (16+)
★ ЗВЕЗДА
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.50 13.25 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИН-ЗОНА КРУЗО». (12+)
14.10 15.05 17.15 03.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
18.50 «Специальный репортаж». (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». (12+)



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 04.00 «Точка.ру». (12+)
11.30 01.15 «От 7 до 17». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 «Документальное кино». (12+)
12.30 00.45 «Футбол губернии». (12+)
13.00 «ПУЛЯ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ТРОКАЧ». (16+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Такие разные». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
23.00 «ПАРНИ НЕ ТАНЦУЮТ». (16+)
Тони оставил свою дочь, когда она была совсем маленькой. Теперь, когда ему за пятьдесят, он решает найти ее. Узнав, что она преподаватель танцев, он записывается на один из ее уроков.
01.45 «Полицейский вестник». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 «Культовые». (12+)
06.30 Человек из футбола. (12+)
07.00 09.00 13.30 15.25 Новости
07.05 17.45 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 15.05 03.40 Специальный репортаж. (12+)
09.25 01.00 «Эволюция спорта». (12+)
10.00 Лыжная страна
10.30 12.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Прямая трансляция
13.35 Есть тема! Прямая трансляция
15.30 «Роджер Федерер. Путь чемпиона». (12+)
16.30 Профессиональный бокс. Д. Лебедев - Р. Джонс. Трансляция из Москвы. (16+)
19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
23.00 Смешанные единоборства. (16+)
00.00 «Рафаэль Надаль». (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 07.20 14.30 23.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
09.10 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
11.00 13.20 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.00 16.00 22.20 Спецрепортаж. (12+)
13.25 Небесная грация. (6+)
13.40 01.25 «Страна спортивная». (12+)
14.00 Лыжная страна. (12+)
16.25 «Человек из футбола». (12+)
16.55 21.55 «бхб». (12+)
17.25 19.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
19.30 «Вид сверху». (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
01.40 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур. (6+)
03.35 Биатлон. Чемпионат России. (6+)
05.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 У-Дачный чарт. (16+)
07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
08.10 Тееп чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Плейлист | Весна. (16+)
11.00 Top-30: Русский плей-лист недели. (16+)
13.00 Лихие хиты. (16+)
14.00 Плейлист | Весна. (16+)

15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Хит-Сториз. (16+)
18.55 Плейлист | Весна. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Тайна, покрытая маем. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Top-30. (16+)
00.00 Плейлист | Весна. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
05.55 «ГИПНОТИК». (16+)
Детективно-фантастический триллер, США, Великобритания, 2023 г.
07.25 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
09.05, 10.55 «УБИЙСТВА В...». (16+)
12.45 «НОЙ». (16+)
15.20 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНСТР ГЛУБИНЫ». (16+)
17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
18.05 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
Криминальная комедия, Франция, Италия, 2003 г.
19.40 «ВАСАБИ». (16+)
Комедийный боевик, Франция, Япония, 2001 г.
21.15, 23.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)
00.50 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
01.50 «ЛЕОН». (16+)
04.00 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Царевны». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.15 «ВОРОВКА». (16+)
09.55 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)
13.15 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
17.15, 18.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «БРАТ». (16+)
20.50 «БРАТ 2». (16+)
23.05, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
00.55 «СЕСТРЫ». (16+)
02.15 «ЭЛАСТИКО: ДВЕНАДЦАТЫЙ ИГРОК». (16+)
04.55 «Три толстяка». Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
06.05 «БАЗА «КЛЕЙТОН». (16+)
07.40 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)
09.25 «ЦУНАМИ 3D». (16+)
11.00 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)
12.55 «2012: ЦУНАМИ». (16+)
14.45 «ТУННель: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
16.35 «МИДУЭЙ». (16+)
19.00 «ВОЗДУШНЫЙ БОЙ». (16+)
Военный боевик, США, Новая Зеландия, 2020 г.
20.25 «Ю-571». (16+)
Военный боевик, США (К-19». (16+)
Историческая военная драма, США, Великобритания, Германия, 2002 г.
00.45 «КОСТОЛОМ». (16+)
02.10 «КОЛОМБИАНА». (16+)
03.45 «ЗАЛОЖНИЦА 2». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 09.30 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
09.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
15.00, 16.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
18.40 Четыре жены. (16+)
21.10, 22.20 Богиня свиданий. (16+)
Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху.
23.30 «КЛОН». (16+)
00.25 Суббота News 2026. (16+)
00.40 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
01.30, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.10, 03.50 «Ты - моя жизнь». (16+)
04.25 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.45 «ПРИШЕЛЬЦЫ В АМЕРИКЕ». (16+)
03.55 «СУПЕРБАТЯ МАРИО». (18+)
05.50 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)
07.55 «Я ХУДЕЮ». (16+)
09.50 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)
11.45 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
13.30 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
15.15 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (16+)
17.25 «НЕНАСЫТНЫЕ ЛЮДИ». (18+)
19.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
21.25 «БАТЯ 2. ДЕД». (12+)
23.05 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.45 «Плюшевый бум». Мультфильм. (6+)
06.50 «Большое путешествие». Мультфильм. (6+)
08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
В ролях: Константин Хабенский, Михаил Пореченков, Сергей Селин
12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
23.30 Вечер вместе. «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
03.25 «ДИКИЕ ПРЕДКИ». (16+)
Россия, 2022 г. В ролях: Анна Уколова, Камилл Ларин, Инга Оболдина, Алексей Булдаков

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.45 «РАНЕТКИ». (16+)
Мише и Нине предстоит открыть правду друг о друге. Гуцул переживает в общезжитие к своей группе. Арсений пытается сблизиться с Тоней.
13.55 «МАМОЧКИ». (16+)
17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
Лёху приглашают работать на сыроварню к конкурентам. ... Пока хозяйка нет на ферме, Полина приглашает в гости свою подружку Катю. ...
22.05 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
00.55 «МАРГОША». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

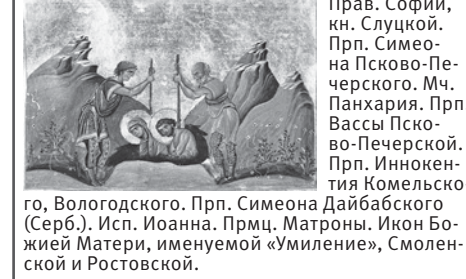
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 Апокалипсис. Глава 9. (16+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Птичка. 1 серия. (0+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.15, 13.45, 14.15 Монастырская кухня. (0+)
14.45 «МОРЕ СТУДЕНОЕ». (0+)
16.40 «В ТВОИХ РУКАХ ЖИЗНЬ». (0+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
19.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 7 серия. (0+)

20.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
20.55 Поле битвы. (16+)
21.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
22.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
23.55 День Патриарха. (0+)
00.05 Птичка. 2 серия. (0+)
01.00, 01.45 Апокалипсис. Главы 5-6. (16+)
02.40 Неизвестная Европа: Людвиг Второй: безумие или стремление к святости? (0+)
03.05 Поле битвы. (16+)
03.35 Простые чудеса. (12+)
04.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

Православный календарь

1 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица ваий). Глас 1. Мчч. Хрисанфа и Дарии и с ними мчч. Клавдия трибуна, Иларию, жены его, Иасона и Мавра, сынов их, Диодора пресвитера и Мариана диакона.



Прав. Софии, кн. Слуцкой. Прп. Симео-на Псково-Печерского. Мчч. Панхария. Прп. Вассы Псково-Печерской. Прп. Иннокентия Комельского, Вологодского. Прп. Симеона Дайбабского (Серб.). Исп. Иоанна. Прмц. Матроны. Икон Божией Матери, именуемой «Умиление», Смоленской и Ростовской.
Постный день.
«...Ничто так не уподобляет нас Богу, как то, когда мы прощаем людей злых, которые обижают нас».
Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ



00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
- Алла возвращается после смены домой и обнаруживает там Митю, маленького сына Проскурина, которого на время привезла его бывшая жена. Отец, несмотря на костыли, играет с мальчиком в футбол.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

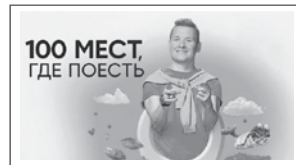
НТВ



14.00 «Место встречи»

- 04.55 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (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 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
- Жук и Чагин находят родителей Макса и выясняют, что он прячется на даче своей девушки Лизы, но Глеб опережает полицию.
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Поздняков». (16+)
- 00.55 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

СТС



06.00 «100 мест, где поест». (16+)

- 06.00 «100 мест, где поест». (16+)
- 06.55 Просто кухня. (12+)
- 07.55 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
- 10.05 «ПЛАКСА-2». (16+)
- 15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
- 16.50 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
- 21.00 «МАСТЕР». (16+)
- Бывший морской пехотинец Левон Кейд, потеряв жену, решил уйти в отставку и жить обычной жизнью, чтобы быть хорошим отцом для своей дочери.
- 23.20 «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)
- Легендарный киллер на склоне лет надеется заслужить прощение дочери и поучаствовать в жизни внука.
- 01.30 «СТУКАЧ». (18+)
- 03.10 «МОЙ ДРУГ МИСТЕР ПЕРСИВАЛЬ». (6+)
- 04.40 Уральские пельмени. (16+)

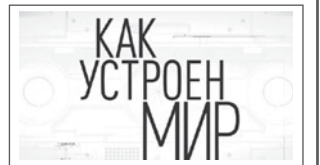
ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
- 19.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 23.30 «СОБИРАТЕЛЬ ДУШ». (18+)
- По оценкам ФБР, лишь один из пяти серийных убийц попадает в руки закона. Остальные продолжают жить среди нас. Агент Ли Харпер охотится за одним из таких неувловимых чудовищ по прозвищу Длинноногий.
- 01.30 «ДВА, ТРИ, ДЕМОН, ПРИДИ!» (18+)
- Ритуал, призывающий в наш мир заблудшие души, превратился в развлечение на вечеринке. Правила просты: произнести заклятие перед мумифицированной рукой и пустить призрака в свое тело.
- 03.00 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Как устроен мир». (16+)

- 05.00 18.00 01.10 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
- 20.30 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
- Самый отчаянный бандит Дикого Запада Бэн Уэйд арестован... Но его сообщники на свободе и не намерены отдавать без боя своего босса. Никто не решается помочь своему одинокому шерифу.
- 23.25 «21 МОСТ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.20 Гастротур. (16+)
- 07.00 Битва шефов. (16+)
- 09.10 Молодые ножи. (16+)
- 10.30 Адский шеф. (16+)
- 13.40 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Новые пацанки. (16+)
- 22.00 Умнее всех. (6+)
- 23.30 Выживальщи. Миссия Альфа. (16+)
- 02.10 Пятница News. (16+)
- 02.40 Черный список. (16+)
- 04.00 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ

- 06.20 Улётное видео. (16+)
- 14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)
- 16.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)
- 18.00 Дорожные войны. (16+)
- 19.30 Улётное видео. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- Люди встречаются, влюбляются, женятся. А потом приходят сомнения. Он задержался на работе? Она спрятала телефон? Что это: усталость и недопонимание или... измена?
- 03.15 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 00.00 05.10 «Наследие Шекспира». (16+)
- 15.15 «МИМИНО». (16+)
- 17.00 «Здоровая среда». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (16+)
- 20.45 «НЕ ГОРИЮ!» (16+)
- 22.20 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)
- 00.45 «Очевидно. Вероятно». (12+)
- 01.25 Специальный репортаж. (12+)
- 01.40 Отражение. Итоги. (12+)

ОТР

- 03.45 «Путь к Победе». (16+)
- 04.45 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)
- 07.10 «МИРНЫЙ АТОМ». (16+)
- 11.10 «БЛИЗНЕЦ». (16+)
- После провалившейся операции разведчик Павел Руднев случайным образом находит потерянного в детстве брата-близнеца Андрея Полетаева, который работает рядовым следователем в местном РОВД.
- 15.00, 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)
- 23.00 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)
- 00.45 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
- 02.35 «ТРЕНЕР». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 09.05 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
- 09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.35 «Беби Борн». (0+)
- 09.40 «Три кота». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- Кинотеатральный сезон в разгаре! Криворучка работает над очередной постановкой - сказкой «Теремок»! И ей необходимо смастерить прочный и симпатичный Теремок! Как это сделать - подскажет Мастер Лена!
- 11.00 «Диностер». (6+)
- 11.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.30 «Буба». (6+)
- 13.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 13.45 «Карбот». (6+)
- 14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Барбоскины». (0+)
- 16.40 «Край Бебис». (0+)
- 16.45 «Ум и Хрум». (0+)
- 17.50 «Барбоскины». (0+)
- 19.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15 «Лунтик». (0+)
- 22.15 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.45 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
- 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10 «Бумажки». (0+)
- 08.30 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Фиксики». (0+)
- 11.00 «Чик-Чирикино». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 12.50 «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15 «Простоквашино». (0+)
- 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 14.15 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 15.30 Время малышей. (0+)
- 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.30 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.40 «Бумажки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Буба». (6+)
- 22.15 «Поленкины». (0+)
- 22.30 «Фиксики». (0+)
- 23.30 «Семь королевств». (0+)
- 01.00 «Простоквашино». (0+)
- 01.10 «Барбоскины». (0+)
- 01.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 02.30 «Бодо Борода. БОДОпутешествия». (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
- 04.05 «Фиксики. Самое время!» (0+)
- 05.30 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Освобождение: решающие битвы. (12+)
- 00.45, 20.55 Великие битвы России. (12+)
- 01.40 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 02.05 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)
- 02.30, 07.30, 11.25, 15.20, 18.30, 23.15 Русская история. (12+)
- 03.55 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 04.15, 05.00 Нобелевские лауреаты. (16+)
- 05.45 Секреты истории. (16+)
- 06.55 Сквозь времена. (12+)
- 08.10 Святой Архипелаг. (12+)
- 09.10 Революция LIVE: #завашуинашувольную. Фильм первый. (12+)
- 10.00 Крепости России. Коломна. (12+)
- 10.35 Всемирное наследие. Россия: Псков - великий город на реке Великая. (12+)
- 12.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
- 13.30 Казаки. (16+)
- 14.30 Георгий - Победоносец. (16+)
- 16.00 Римские инженеры: Чудо Таррагона. (12+)
- 16.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 17.25 Донбасс. Память поколений. (16+)
- 20.00 Это подкаст. История: Фельдмаршал Дибич - последний полный Георгиевский кавалер. (12+)
- 21.45 Позыиной «Царь». (16+)
- 22.20 Всемирное наследие. Россия: Коломна. (12+)

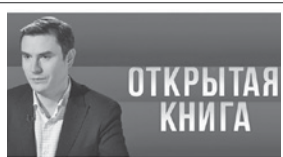
VIIU HISTORY

- 06.00 Военные заводы. (12+)
- 06.50 Путеводитель Пути-фара. (16+)
- 07.45 100 чудес света. (16+)
- 08.40 Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)
- 09.40 Магнат: как разбогател Аристотель Онассис. (16+)
- 10.40, 11.35 Внутри пирамид. (12+)
- 12.35, 13.00 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 13.25, 13.50 Родовые проклятья. (16+)
- 14.15 Последняя тайна Мэрилин. (12+)
- 15.15 Сканируя прошлое: По следам янтарного пути. (16+)
- 16.10 Путеводитель Пути-фара: Санкт-Петербург: восточный государь. (16+)
- 17.10 100 чудес света. (16+)
- 18.10, 19.05 Досье Тутанхамона. (16+)
- 20.00, 20.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 20.50 Родовые проклятья: Проклятье ястребов. (16+)
- 21.15 Родовые проклятья: Проклятье Павлинского трона. (16+)
- 21.40, 22.35 Военные заводы. (12+)
- 23.20 Последняя тайна Мэрилин. (12+)
- 00.20 Сканируя прошлое. (16+)
- 01.10, 02.05 Внутри пирамид. (12+)
- 02.55, 03.15 Охотники за утраченным искусством. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)
- 06.45, 01.10 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)
- 07.40, 02.00 Вторая мировая война. Герои против изменников. Китай. (12+)
- 08.30, 02.45 Франция. Путешествие во времени. (12+)
- 09.25, 03.40 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)
- 10.20 Последние часы Помпей. Новые загадки. (12+)
- 11.15 Человек без маски. Георг Отс. (12+)
- 12.05, 21.45, 04.25 Индокитай. Забытая война. (12+)
- 13.05 Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
- 13.50, 14.45, 23.35, 00.20 Настоящая война престолов. (12+)
- 15.30, 05.15 Спасённые шедевры России. Ткани. (12+)
- 16.20 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)
- 17.20 Вторая мировая война. Герои против изменников. Россия. (12+)
- 18.10 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)
- 19.10 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
- 20.00 Призрак из каменного века. (12+)
- 20.55 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
- 22.45 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.05 Открытая книга

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 Театральная летопись
- 07.45 18.35 «Тайны карнакских мегалитов»
- 08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.15 Наблюдалец
- 11.10 01.15 «XX век»
- 13.00 «Жизнь замечательных идей»
- 13.30 22.15 «ТАЙНА ЭДИНА ДРУДА»
- 15.00 «Век детской книги». «40-е годы»
- 15.30 Кристальные истории
- 15.45 «2 Верник 2»
- 16.30 «Пряничный домик»
- 17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
- 18.15 Семидесятые
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 «Вокзал для двоих»
- 21.35 Энигма
- 00.15 «Аббатство Ключи»
- 02.30 «Роман в камне»

ТВЦ



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 10.35 «Актерские драмы. Вон из искусства!» (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 02.55 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ПОСЛЕДНЯЯ ПЕСНЯ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КОЧЕВНИЦА: СТРАСТИ ПО ЛЕВИТАНУ». (16+)
- 16.55 «Як Йоала. Горькая лаванда». (16+)
- 18.10 «МОИ ЗВЕРИ-4». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады. Не по специальности». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «90-е. Генералы». (16+)
- 01.30 «Следствие ведёт КГБ. Привет из Непала». (16+)

ТВ-3



10.00 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 15.30 «Слепая». (16+)
- 18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)
- У Парфеновой погибает дочь Лиза. Оказывается, сын Шевляковой был ее хорошим другом и тяжело переживает потерю Лизы, он винит себя в ее смерти. Измайлов не замечает проблемы сына, так как занят решением своих.
- 20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- Агапов приходит в себя в компании Тощего и его поделщика Тимура. Возвращать карточный долг он по-прежнему отказывается и признается, что работает в милиции.
- 23.15 «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ». (18+)
- 01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ



14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «КРАСОТА В ТВОИХ ГЛАЗАХ». (16+)
- 23.00 «Понять. Простить». (16+)
- 00.05 «Порча». (16+)
- 01.05 «Знахарка». (16+)
- 01.30 «Верну любимого». (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 03.15 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
- 05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 07.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
- 08.25 Ваше здоровье! (12+)
- 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 01.40 «СВОИ-7». (16+)
- 23.05 00.55 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 День ангела. (6+)
- 02.25 «СЛЕД». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.55 13.25 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)
- 14.20 15.05 17.15 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «Цитадель». (12+)
- 00.25 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (12+)
- 02.00 «НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 03.30 «Здоровая среда». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 «Футбол губернии». (12+)
- 12.30 01.30 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 «ПУЛЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ТРОУКАЧ». (16+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 22.30 03.00 «Великий, могучий». (12+)
- 18.30 «Новости Культуры». (12+)
- 18.45 01.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 00.45 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
- Бунт заключенных на корабле страшен вдвойне. Слишком много ненависти на ограниченном пространстве.

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Культовые». (12+)
- 06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 11.35 17.45 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 12.35 03.40 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 01.00 «Эволюция спорта». (12+)
- 10.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Вид сверху». (12+)
- 14.55 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 15.30 «Пеле. Король футбола». (12+)
- 16.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 23.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 00.00 «Роджер Федерер. Путь чемпиона». (12+)
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Лыжная страна. (12+)
- 06.30 07.15 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 08.00 Небесная грация. (6+)
- 08.20 15.15 22.00 «Страна спортивная». (12+)
- 08.40 11.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 10.30 05.30 «бхб». (12+)
- 11.00 13.20 16.20 Новости. (0+)
- 12.55 16.55 «Вид сверху». (12+)
- 13.25 02.00 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
- 15.35 Сюрплас. (12+)
- 16.00 19.55 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 16.25 Диназия. (12+)
- 17.25 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 17.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
- 20.10 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 03.50 Смешанные единоборства. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.55 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 07.25 «ВАСАБИ». (16+)
- 09.05, 10.50 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 12.40 «ВАВИЛОН Н. Э.» (16+)
- 14.30 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 18.10 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (16+)
- 20.10 «ПРИШЕЛЬЦЫ 2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+)
- 22.30, 00.15 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.55 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 02.55 «КАТАСТРОФА». (16+)
- 04.25 «РУБЕЖ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Царевны». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.10 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
- 09.25 «ДУХLESS». (16+)
- 11.10 «ДУХLESS 2». (16+)
- 13.05 «БРАТ». (16+)
- 14.55 «БРАТ 2». (16+)
- 17.15, 18.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
- 19.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 20.45 «ПОСЛЕДНИЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
- 23.10, 00.05 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 01.00 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 02.35 «СВОЛОЧИ». (16+)
- 04.10 «Конек-Горбунок». Мультфильм. (6+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 АКТЮН
- 05.15 «САМЫЙ ПЬЯНЫЙ ОКРУГ В МИРЕ». (16+)
- 07.10 «БАНДА КЕЛЛИ». (16+)
- 09.00 «МИДУЭЙ». (16+)
- 11.25 «Ю-571». (16+)
- 13.25 «К-19». (16+)
- 15.50 «ВОЗДУШНЫЙ БОЙ». (16+)
- 17.15 «НА ГРАНИ». (16+)
- 19.00 «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)
- 21.25 «22 МИЛИ». (16+)
- Боевик, США, Китай, Колумбия, 2018 г.
- 23.00 «УБИЙЦА 2. ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- Боевик, США, Мексика, 2018 г.
- 01.05 «ОХОТА НА КОРОЛЯ». (18+)
- 02.25 «ОН - ЭТО ПУЛЯ». (18+)
- 04.15 «ПСЫ ВОЙНЫ». (18+)
- СУББОТА!** СУББОТА!
- 05.00, 13.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 13.20 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
- 15.00, 17.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Четыре жены. (16+)
- 21.30 Богиня свиданий. (16+)
- 22.50 Богиня сыска. (16+)
- 00.10 «КЛОН». (16+)
- 01.00 Суббота News 2026. (16+)
- 01.10 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 02.10, 02.50 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, Турция, 2019 г.
- 03.30, 04.10 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.45 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 Апокалипсис. Глава 10. (16+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Птичка. 2 серия. (0+)
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.15, 13.45, 14.10, 14.40 Монастырская кухня. (0+)
- 15.05 «МУЖСКИЕ ТРЕВОГИ». На берегу. 1 серия. (0+)
- 16.45 «МУЖСКИЕ ТРЕВОГИ». В океане. 2 серия. (0+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 8 серия. (0+)
- 20.20 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00 Поле битвы. (16+)
- 21.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 22.45 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.05, 00.55, 01.45 Апокалипсис. Главы 7, 9, 10. (16+)
- 02.35 Неизвестная Европа: Люксембургский Эхтернах, или Почему паломники прыгают. (0+)
- 03.05 Поле битвы. (16+)
- 03.35 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 04.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

Православный календарь

2 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица ваий). Глас 1. Мц. Фотины (Светланы) самаряныни, ее сыновей мчч. Виктора, нареченного Фотином, и Иосии.



Мцц. Анатолии, Фото, Фотиды, Параскевы, Кириакии, Домнины и мчч. Севастиана. Прпп. Иоанна, Сергия, Патрикия и прочих, во обители св. Саввы убиенных. Мцц. Александры, Клавдии, Евфрасии, Матроны, Иулианы, Евфимии и Феодосии. Свт. Никиты исп., архиеп. Аполлонадского. Прп. Евфросина Синозерского, Новгородского. Сщмч. Владимира пресвитера. Сщмч. Василия диакона.

Постный день.

«Кто ради Бога для сохранения мира переносит жестокие слова человека грубого и неразумного, тот назовется сыном мира и может приобрести мир в душе, теле и духе».

Прп. Авва Исайя (Скитский)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 Яндекс.Музыка. (16+)
- 07.00, 07.30 10 самых! (16+)
- 08.00 Хиты по-русски. (16+)
- 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.30 Звездный разбор. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love Radio чат. (16+)
- 17.00 Короли Чартов. (16+)
- 18.20 Хит-Сториз. (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.30 Тайна, покрытая маем. (16+)
- 21.05 От андеграунда до «Оскара». (16+)
- 22.00 Прогноз по году. (16+)
- 23.00 Фан-зона. (16+)
- 00.00 Плейлист | Весна. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.40 «ДМБ». (16+)
- 02.10 «ВСТРЕТИМСЯ ВЧЕРА». (16+)
- 03.30 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
- 05.10 «МЭР ПОНЕВОЛЬЕ». (16+)
- 06.50 «ЖЕНИХ». (16+)
- 08.35 «СУПЕРБРАТЯ МАРИО». (18+)
- 10.30 «1+1». (16+)
- 12.35 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
- 14.25 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)
- 15.55 «БОЛЬШОЙ СТЭН» (18+)
- 17.50 «ДРАКУЛОВ». (16+)
- 19.30 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 21.20 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)
- 23.25 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.20 «СЕМЬ НЯНЕК». (16+)
- 08.40 «Хочу бодаться!» Мультфильм. (0+)
- 08.55 «Снежная королева». Мультфильм. (0+)
- 10.05 «СТРАХОВОЙ АГЕНТ». (16+)
- 11.20 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (16+)
- 13.00 «ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 14.45 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 16.35 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 19.55 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (16+)
- 21.30 «ЛЮБОВЬ В СССР». (18+)
- 23.10 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
- 01.50 «ВАСИЛИЙ И ВАСИЛИСА». (16+)

ДОМ КИНО

- 04.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.40 «Лунтик. Возвращение домой». Мультфильм. (6+)
- 06.50 «Большое путешествие. Вокруг света». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА» (16+)
- 23.30 Вечер вместе. «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+)
- Россия, 2018 г.
- 01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 03.30 «ГОСТИ». (16+)
- Россия, 2019 г. В ролях: Юрий Чурсин, Ангелина Стречина

СТС LOVE

- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 09.45 «РАНЕТКИ». (16+)
- Дядя Петя ищет способ отговорить жену от спринта.
- 14.00 «МАМОЧКИ». (16+)
- Вике предлагают подработку, вот только куда деть Варю? Рома по полной включается в воспитание младшего сына.
- 17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 22.10 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 00.50 «МАРГОША». (16+)
- Марго убедительно просит Радугу быть объективной при выдаче Гальяно списка со своими заключениями о сотрудниках.
- 03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПЕРВЫЙ



21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон». (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Голос». (12+)
- 23.30 «ЛУЧШАЯ ЖИЗНЬ». (18+)
- 01.45 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.00 Прямой эфир. (16+)

- 05.00 Утро России
 - 09.00 Вести
 - 09.30 Местное время
 - 09.55 О самом главном. (12+)
 - 11.00 Вести
 - 11.30 Вести. Местное время
 - 12.00 «60 минут». (12+)
 - 14.00 Вести
 - 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
 - 16.30 Вести
 - 17.00 Прямой эфир. (16+)
 - 18.00 «60 минут». (12+)
 - 20.00 Вести
 - 21.10 Вести. Местное время
 - 21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)
 - 00.10 «Истории Большой Страны». (12+)
 - 01.10 «ЗДРАВСТВУЙ, СЕСТРА». (12+)
- Елена, школьная учительница, живёт одна и больше всего на свете мечтает найти свою сестру Вику, с которой её разлучили в детстве. Двадцать лет назад после гибели родителей девочки оказались в детдоме, а вскоре Вику удочерили, и с тех пор сёстры не виделись.

НТВ



17.55 «Жди меня». (12+)

- 04.30 «ПЁС». (16+)
 - 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 - 08.00 «Сегодня»
 - 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
 - 09.25 «ПЁС». (16+)
 - 10.00 «Сегодня»
 - 10.35 «ПЁС». (16+)
 - 13.00 «Сегодня»
 - 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 - 14.00 «Место встречи»
 - 16.00 «Сегодня»
 - 16.50 «ДНК». (16+)
 - 17.55 «Жди меня». (12+)
 - 19.00 «Сегодня»
 - 20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
- Жук, Фомин и Щекин, отследив дорожные камеры, выясняют, где находится черный фургон Глеба, но обнаруживают его уже сожжённым.
- 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
 - 02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
 - 03.00 «ХОЗЯИН». (16+)

СТС



08.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Уральские пельмени. (16+)
- Смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные, но неизменно яркие! Они не актеры, они - мастера перевоплощения. В их богатом арсенале - убийные шутки, искрометные песни.
- 08.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 - 15.05 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- Жители многоэтажного дома решили создать общий чат, чтобы решать возможные проблемы в отношениях с обслуживающей дом организацией и общаться с соседями.
- 16.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 - 19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 - 21.00 Шоу «Уральские пельмени»

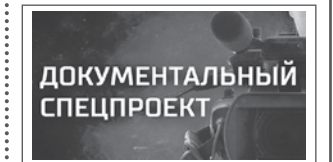
ТНТ



23.00 «Stand up». (18+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 - 15.00 «ДЕМИС И МАРИНА». (16+)
- Марафон скетчкома с Демисом Карибидисом и Мариной Кравец. В каждом эпизоде Демис и Марина появляются в неожиданных образах, а также играют самих себя. Каждая серия - со своей сюжетной линией, отражающей не только закулисы шоу-бизнеса и телевидения, но и повседневные проблемы...
- 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
 - 22.00 «Комеди Клуб-2025. Лучшее». (16+)
 - 23.00 «Stand up». (18+)
- Снова лучшие комики страны выходят на сцену, чтобы говорить честно, смело и без цензуры. Острые шутки, искренние монологи, неожиданные темы - здесь никто не остаётся равнодушным.
- 00.00 «Женский стендап». (18+)
 - 03.30 «Однажды в России». (16+)

РЕН



09.00 «Документальный спецпроект». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 - 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 - 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
 - 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
 - 10.00 «Засекреченные списки». (16+)
 - 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 - 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 - 13.00 17.00 03.35 «Тайны Чапмана». (16+)
 - 18.00 02.50 «Главные тайны мира». (16+)
 - 20.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)
- США, 2010 г. Боевик. В ролях: Николас Кейдж, Эмбер Хёрд, Билли Берк.
- 21.50 «СЁРФЕР». (16+)
 - 23.45 «АКУЛЬЕ ОЗЕРО». (18+)
 - 01.35 «АПОЛЛОН 18». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.20 Гастротур. (16+)
- 07.00 Битва шефов. (16+)
- 09.20 Умнее всех. (6+)
- 10.40 Адский шеф. (16+)
- 13.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
- 16.00 Новые пацанки. (16+)
- 19.00 Выживали. Миссия Альфа. (16+)
- 00.10 Прекрасное далёко. (16+)
- 01.20 Пятница News. (16+)
- 01.40 Черный список. (16+)
- 04.20 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны. (16+)
 - 07.30 Улётное видео. (16+)
 - 12.30 Улетные животные. (16+)
 - 17.00 «+100500». (16+)
- популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополосов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их специально для «ЧЕ!».
- 00.00 Опасные связи. (18+)
 - 02.30 «+100500». (18+)
 - 03.30 «+100500». (16+)
 - 05.20 «Женский 100500». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 «Человек и судьба». (16+)
- 11.25 «Почитаем!» с Егором Серовым. (16+)
- 11.45 «Нескучное дело». (12+)
- 15.15 «НЕ ГОРИЮ!» (16+)
- 17.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 «Ректорат». (12+)
- 21.25 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)
- 23.40 «ДОГМЭН». (18+)
- 01.15 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 - 07.00 «Муж напрокат». (16+)
- Вы устали от собственного мужа, а он от вас? Вам надоели ежедневные скандалы? Тогда попробуйте расстаться и провести несколько дней с партнерами, которые вам кажутся идеальными!
- 09.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 - 14.15 «Мама в 16». (16+)
 - 17.30 «Селянка-горожанка». (16+)
 - 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 - 00.00 «Измены». (18+)
 - 01.45 «Неотложка». (16+)
 - 03.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00 Понять. Простить. (16+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
- 06.15, 10.10, 18.30 Дела судебные. (16+)
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 16.15 Обману. Нет. (16+)
- 16.35, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
- 19.30 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
- 22.25 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦУ». (16+)
- 00.10 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
- 01.30 «АРИНКА». (16+)
- 02.45 «ШУМИ ГОРОДОК». (16+)
- 04.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
 - 06.00 «ПОБЕГ». (16+)
 - 08.00 «СПЕЦНАЗ». (16+)
- Спецназ военной разведки - это элита вооруженных сил России. Но страна не знает своих героев в лицо, так как их лица и их работа - это государственная тайна. 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.
- 15.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)
 - 19.00 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
 - 02.10 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
 - 03.40 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Буба». (6+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.35 «Лунтик». (0+)
 - 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- Каляка-Малыка и его подружка Тася приглашают детей в удивительную студию рисования!
- 11.10 «Тима и Тома». (0+)
 - 13.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
 - 13.45 «Карбот». (6+)
- Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.
- 14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
 - 14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
- Победитель трёх этапов Школьной спортивной лиги по армейскому рукопашному бою! Обладатель золотой медали соревнований в рамках Фестиваля единоборств! В гостях у Никиты и Алины - Леон Двалишвили!
- 14.40 «Три кота». (0+)
 - 16.40 «Лео и Тиг». 10 лет приключений. (0+)
 - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 21.15 «Крутой Майк». (6+)
- Забавные приключения мопса Майка и озорных енотов.
- 23.00 «Дикие скричеры!» (6+)
- «Дикие скричеры» приглашают зрителей в мир головокружительных баттлов, смелых героев и невероятных превращений!
- 23.15 «Простоквашино». (0+)
 - 01.35 «Мешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10 «Бумажки». (0+)
- 08.30 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Фиксики». (0+)
- 11.00 «Чик-Чирикино». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 12.50 «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15 «Простоквашино». (0+)
- 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 14.15 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
- 15.30 Время малышей. (0+)
- 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.30 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.40 «Бумажки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Буба». (6+)
- 22.15 «Поленьки». (0+)
- 22.30 «Фиксики». (0+)
- 23.30 «Семь королевств». (0+)
- 00.10 «Простоквашино». (0+)
- 01.00 «Барбоскины». (0+)
- 01.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 02.30 «Бобо Борода. БОДОпутешествия». (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
- 04.05 «Фиксики. Самое время!» (0+)
- 05.30 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 00.45 Нобелевские лауреаты. (16+)
- 01.30 Секреты истории. (16+)
- 02.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 02.55 Сквозь времена. (12+)
- 03.30, 07.25, 11.20, 14.30, 19.15, 22.45 Русская история. (12+)
- 04.10 Святой Архипелаг. (12+)
- 05.10 Революция LIVE: #завашуинашусвободу. Фильм первый. (12+)
- 06.00 Крепости России. Коломна. (12+)
- 06.35, 18.20 Всемирное наследие. Россия. (12+)
- 08.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
- 09.30 Казаки. (16+)
- 10.30 Георгий - Победоносец. (16+)
- 12.00 Римские инженеры. (12+)
- 12.50, 21.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 13.25 Донбасс. Память поколений. (16+)
- 16.00 Это подкаст. История: Фельдмаршал Дибич - последний полный Георгиевский кавалер. (12+)
- 16.55 Великие битвы России: Молодинская битва. (12+)
- 17.45 Поэзия «Царя». (16+)
- 20.00 Освобождение: решающие битвы: Баграмян против Фришнера. Бросок к Балтике. (12+)
- 20.45 Великие битвы России: Полтавская битва. (12+)
- 22.15 Крепости России. Сергиев Посад. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Военные заводы. (12+)
- 06.50 Путеводитель Путифаара. (16+)
- 07.45 100 чудес света. (16+)
- 08.45 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)
- 09.45 Чаплин против ФБР. (16+)
- 10.40, 11.35 Досье Тутанхамона. (16+)
- 12.30, 12.55 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 13.20, 13.45 Родовые проклятья. (16+)
- 14.10 Магнат: как разбогател Аристотель Онассис. (16+)
- 15.10 Сканируя прошлое. (16+)
- 16.05 Путеводитель Путифаара: Венеция: серенсимо. (16+)
- 17.05 100 чудес света. (16+)
- 18.05 Затерянная пирамида Египта. (12+)
- 19.00 Помпеи: истоки. (12+)
- 20.00, 20.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 20.50, 21.15 Родовые проклятья. (16+)
- 21.40 Военные заводы. (12+)
- 22.30 Камбоджа, Пол Пот и красные кхмеры. (16+)
- 23.20 Магнат: как разбогател Аристотель Онассис. (16+)
- 00.20 Сканируя прошлое. (16+)
- 01.10, 02.00 Досье Тутанхамона. (16+)
- 02.50, 03.10 Охотники за утраченным искусством. (16+)
- 03.35, 03.55 Родовые проклятья. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 00.20 Последние часы Помпеи. Новые загадки. (12+)
- 06.50, 01.15 Человек без маски. Георг Отс. (12+)
- 07.40, 17.25, 02.00 Индо-китай. Забытая война. (12+)
- 08.40, 02.55 Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
- 09.30, 10.20, 19.10, 19.55 Настоящая война престолов. (12+)
- 11.10 Спасённые шедевры России. Ткани. (12+)
- 11.55 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)
- 12.55 Вторая мировая война. Герои против изменников. Россия. (12+)
- 13.45 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)
- 14.45 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
- 15.35 Призрак из каменного века. (12+)
- 16.35 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
- 18.20 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)
- 20.50, 03.40 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)
- 21.45, 04.30 Вторая мировая война. Герои против изменников. Китай. (12+)
- 22.35 Франция. Путешествие во времени. (12+)
- 23.35 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)
- 05.15 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)

РОССИЯ К
Культура

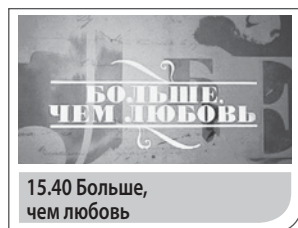
ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



15.40 Больше, чем любовь



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой



08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)



13.35 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 «Отцы и дети»
- 07.50 «Аббатство Ключи: Второй Рим»
- 08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.40 Новости культуры
- 10.15 Шедевры старого кино
- 11.50 «Острова»
- 12.45 Открытая книга
- 13.15 «Первые в мире»
- 13.30 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»
- 15.10 «Запечатленное время»
- 15.40 Больше, чем любовь
- 16.30 Письма из провинции
- 17.15 «АЛЕКО»
- 18.15 Семидесятые
- 18.35 Царская ложа
- 19.45 «Роман в камне»
- 20.15 Линия жизни
- 21.10 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ»
- 22.45 «2 Верник 2»
- 23.35 «АДУЯ И ЕЁ ТОВАРКИ»
- 02.00 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку»

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 11.50 «ЖЕМЧУЖНАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 12.35 15.00 «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ». (16+)
- 14.50 Город новостей
- 16.55 «Актёрские драмы. Понять и простить». (16+)
- 18.10 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
- 20.05 «ПЕРСИДСКАЯ БИРЮЗА». (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Русские тайны. Ученики Ванги». (16+)
- 00.00 «90-е. Ночная жизнь». (18+)
- 00.45 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 02.10 «Петровка, 38». (16+)
- 02.25 «Денежное дерево». (16+)
- 05.20 «Москва резиновая». (16+)
- 05.40 «Актёрские драмы» (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 «Порча». (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ТУННЕЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
- Норвегия, 2020 г. В канун Рождества, когда множество людей уезжают праздновать, происходит авария. В туннеле в результате происшествия вспыхивает пожар. Ситуацию осложняет снежная буря, которая накрыла норвежские горы.
- 21.45 «В ПАСТИ ОКЕАНА». (16+)
- Австралия, 2020 г. Обычная туристическая поездка пятерых друзей превращается в настоящий кошмар, когда они оказываются в открытом океане в надувной лодке...
- 23.30 «НЕЧТО. МОНСТР ИЗ ГЛУБИН». (18+)
- 01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

- 06.30 03.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 02.45 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.50 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «ЭТО НЕ МОЙ МУЖ». (16+)
- 22.55 Уютное утро. (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 04.25 Одна за всех. (16+)
- 04.45 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
- 05.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 07.40 18.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
- 08.30 Ваше здоровье! (12+)
- 09.30 13.30 17.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 19.35 «ПИЛИГРИМ-3». (16+)
- 23.10 Светская хроника. (16+)
- 00.10 01.00 Они потрясли мир. (16+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.05 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 10.10 «Жить после». (16+)
- 11.55 13.25 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)
- 14.25 15.05 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ». (12+)
- 16.40 17.15 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 «Музыка+». (12+)
- 00.55 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 17.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 12.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 13.30 «Великий, могучий». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 18.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 15.30 02.00 «Документальное кино». (12+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 18.00 03.00 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
- 18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.00 «Адрес истории». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.30 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «САМАЯ ДЛИННАЯ НЕДЕЛЯ». (16+)
- 03.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ: СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!». (16+)

СПОРТ

- 06.00 «Культурные». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 09.00 Новости
- 07.05 11.50 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 Небесная грация. (6+)
- 09.25 «Эволюция спорта». (12+)
- 10.00, 12.30 Биатлон. Кубок Содружества. Прямая трансляция из Мурманска
- 14.25 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Прямая трансляция из Кировска
- 16.45 Смешанные единоборства. Опе FC. Прямая трансляция из Таиланда
- 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 21.55 Футбол. «Райо Вальекано» - «Эльче». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 00.00 Евротур. (12+)
- 02.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Трансляция из Кировска. (6+)
- 06.00 08.40 13.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 07.50 11.35 15.15 «Страна спортивная». (12+)
- 08.10 20.55 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 10.30 05.30 «Вид сверху». (12+)
- 11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)
- 11.05 Династия. (12+)
- 11.55 04.10 «Владимир Баширов. Любовь, растворённая в воздухе». (16+)
- 13.05 По домам. (12+)
- 15.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.00 Небесная грация. (6+)
- 16.25 Что за спорт?. (12+)
- 16.50 21.25 Биатлон. Кубок Содружества. (6+)
- 18.35 05.15 Спецрепортаж. (12+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 23.20 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 01.55 Футзал. Суперлига. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.15 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНСТР ГЛУБИНЫ». (16+)
- 07.40 «НОЙ». (16+)
- 10.10, 12.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 13.55 «ДЖОН УИК 4». (16+)
- Боевик, США, Германия, 2023 г.
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 18.10 «МЕХАНИК». (16+)
- Боевик, США, 2011 г.
- 19.50 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
- Приключенческий боевик, Франция, США, 2016 г.
- 21.35, 23.25 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.10 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 02.05 «ГИПНОТИК». (16+)
- 03.35 «КОД 8». (16+)
- 05.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 05.30 «Царевны». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.25 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 10.05 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (12+)
- 12.10 «ЕЛКИ 10». (16+)
- 13.55 «ЕЛКИ 11». (6+)
- 15.35 «МОЁ ЛЮБИМОЕ ПРИВИДЕНИЕ». (12+)
- 17.10, 18.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
- 19.00 «ПО ШУЧЬЕМО ВЕЛЕНИЮ». (6+)
- 21.05 «ОГНИВО». (12+)
- 23.00, 23.55 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 00.45 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)
- 03.45 «ТУРИСТ». (16+)
- 05.20 «А вдруг получится!..» Мультфильм. (6+)
- 05.50 «АВТОБАН». (16+)
- 07.30 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)
- 09.05 «22 МИЛИ». (16+)
- 10.40 «УБИЙЦА 2. ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 12.45 «НА ГРАНИ». (16+)
- 14.30 «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)
- 16.55 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)
- 19.00 «ХИТМЕН. ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО». (16+)
- Криминальный триллер, США, 2023 г.
- 21.00 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (16+)
- Криминальный триллер, США, 2014 г.
- 23.00 «ФЛЕШБЭК». (16+)
- 00.50 «ИГРА ГАННИБАЛА». (16+)
- 02.20 «Я, АЛЕКС КРОСС» (16+)
- 03.50 «БАЗА «КЛЕЙТОН». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 15.00, 17.10 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Четыре жены. (16+)
- 21.30 Богиня шопинга. (16+)
- В модной битве участницы за три часа и 15 тысяч рублей должны собрать образ, который покори фэшн-эксперта Даниила Грачева и блогеров Романа Каграманова и Машу Минюгарову.
- 22.40 Богиня свиданий. (16+)
- 00.00 «КЛОН». (16+)
- 00.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 01.50, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 03.10, 03.50 «Ты - моя ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.25 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.40 «РАНЕТКИ». (16+)
- Ларин пришел к врачу, чтобы выяснить, делала Мариана аборт или нет. Гуцул признает в новенькой Юле известную певицу соул. Она раскалывается. Ларина сорится с дочерью.
- 13.55 «МАМОЧКИ». (16+)
- 17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- Боря и Нина собираются в свой первый совместный отпуск. А на ферме начинается эпидемия...
- 22.10 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- 03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Апокалипсис. Глава 11 (16+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Старец Филипп. Луганское чудо. (0+)
- Старец Филипп Луганский - один из самых почитаемых на Донбассе, он известен многими предсказаниями и пророчествами.
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.10, 13.40, 14.05 Монастырская кухня. (0+)
- 14.25 «В ТВОИХ РУКАХ ЖИЗНЬ». (0+)
- СССР, 1959 г.
- 16.15 «ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН». (12+)
- СССР, 1955 г.
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 9 серия. (0+)
- 20.30 День Ангела: Преподобный Серафим Вырицкий. (0+)
- 21.05, 21.55, 22.45, 23.35, 00.25 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 5-9 серии. (0+)
- 01.25, 01.55, 02.25, 02.55 Поле битвы. (16+)
- 03.25 Бугабаское чудо. (6+)
- 04.10 Приди и виждь. Цикл Аркадия Мамонтова «Специальный корреспондент». (0+)

Православный календарь

3 апреля
Седмица 6-я Великого поста
(седмица вай). Глас 1.
Прп. Серафима Вырицкого.



Прп. Иакова еп., исп. Свт. Кирилла, еп. Катанского. Свт. Фомы, патриарха Константинопольского. Сщмч. Владимира пресвитера.

Постный день.

«Если Милосердый врачует кого, то не требует от него иного воздаяния, кроме сожаления, слез и исключительной любви».

Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 Русский чарт. (16+)
- 07.00 «ЯНАМУЗТВ». (16+)
- 08.10 Тееп чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Love Radio чат. (16+)
- 10.00 Народный микрофон. (16+)
- 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.30 Без кутюр. (16+)
- 12.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Приехали! (16+)
- 13.30 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (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 Жара в Дубае. (16+)
- 20.50 Народное диско. (16+)
- 21.45 Танцпол. (16+)
- 23.00 Dance чарт. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Карaoke хит. (16+)

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 «Счастье у обрыва». (12+)</p> <p>11.10 «Вспомнить всё». (12+)</p> <p>12.15 Премьера. «Рокот космодрома». (12+)</p> <p>13.10 Премьера. «Слово не воробей». (12+)</p> <p>14.10 «Игры, в которые играют люди». (12+)</p> <p>15.35 «30 лет вместе». «Больше чем спорт». (12+)</p> <p>17.00 18.20 Русский вызов. Турнир сильнейших фигуристов</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 «Что? Где? Когда?» (16+)</p> <p>22.45 «Команды». (16+)</p> <p>23.50 «Нам Джун Пайк: Луна - первый телевизор». (18+)</p> <p>01.45 Подкаст Лаб. (16+)</p>	 <p>12.00 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «Наши. Военкоры». (12+)</p> <p>12.00 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>13.00 Большие перемены</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Большой юмористический концерт к 70-летию Ефима Шифрина. (16+)</p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.50 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>20.50 Вести. Местное время</p> <p>21.00 «СУДЬБА ПОВСЮДУ ВСТРЕТИТСЯ». (16+)</p> <p>В ролях: Анастасия Рысева, Иван Батарев, Глафира Тарханова.</p> <p>00.40 «СВЕТЛАНА». (12+)</p>	 <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>04.40 «УБЕЙ МЕНЯ! НУ, ПОЖАЛУЙСТА». (16+)</p> <p>06.20 «Жди меня». (12+)</p> <p>07.20 «Смотр». (0+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 «Неограниченные возможности». (16+)</p> <p>09.20 «Едим дома». (0+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>13.00 «Сатья». (16+)</p> <p>14.00 «Поедем, поедим!» (16+)</p> <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.20 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>17.00 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.20 «Ты не поверишь!» (16+)</p> <p>21.20 «Секрет на миллион». (16+)</p> <p>23.50 Квартирник НТВ. (16+)</p> <p>01.35 ЧП. Расследование. (16+)</p>	 <p>06.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>08.50 Просто кухня. (12+)</p> <p>10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)</p> <p>11.00 «ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ В ВЫХОДНЫЕ?» (16+)</p> <p>12.05 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-3». (12+)</p> <p>13.50 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ: ГРАНДИОЗНОЕ БУРУНДУКЛЮЧЕНИЕ». (12+)</p> <p>15.40 «КОРОЛЕВСКАЯ НЯНЯКА». (12+)</p> <p>17.35 «ШАНХАЙСКИЙ ПЕРЕВОЗЧИК». (16+)</p> <p>19.25 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)</p> <p>21.10 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)</p> <p>23.20 «ХЕЛЛБОЙ». (18+)</p> <p>01.35 «ДРУГОЙ МИР-2: ЭВОЛЮЦИЯ». (18+)</p> <p>03.10 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)</p> <p>04.40 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)</p>	 <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «Время завтрака». (16+)</p> <p>Утреннее кулинарное шоу на ТНТ - это больше, чем просто готовка. Антон и Камилла Дмитриевы вместе с приглашённой звездой делятся любимыми рецептами и секретами идеального утра.</p> <p>09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.55 «Новая битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>Участники проходят сложные проверки, сталкиваются с реальными историями и пытаются доказать, что их дар - не иллюзия.</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>02.20 «Женский стендап». (18+)</p> <p>03.45 «Однажды в России». (16+)</p>	 <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>05.00 03.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>16.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>16.55 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «Добровэфир». (16+)</p> <p>20.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)</p> <p>21.40 «ВЫШКА». (16+)</p> <p>23.45 «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)</p> <p>02.05 «ТЕХАССКАЯ РЕЗНЯ БЕНЗОПИЛОЙ 3D». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
<p>05.00 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>05.50 Пятница News. (16+)</p> <p>06.10 «Простоквашино». (0+)</p> <p>07.00 Умнее всех. (6+)</p> <p>08.30 Мамы Пятницы. (16+)</p> <p>09.00 Черный список. На кухне. (16+)</p> <p>23.00 «НА КРАЮ ЗЕМЛИ». (18+)</p> <p>01.20 Черный список. (16+)</p> <p>03.20 Пятница News. (16+)</p> <p>03.50 Черный список. (16+)</p> <p>04.20 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>04.30 Пятница News. (16+)</p>	<p>06.10 Улётное видео. (16+)</p> <p>08.30 Автоблог Че! (16+)</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)</p> <p>18.50 «+100500». (16+)</p> <p>21.10 «Женский 100500». (16+)</p> <p>21.40 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.00 «ОПЕРАЦИЯ В КРАСНОМ МОРЕ». (18+)</p> <p>2015 год. В арабском государстве Иевер происходит государственный переворот и вспыхивает гражданская война.</p> <p>02.20 Большой кэш. (16+)</p> <p>03.50 Утилизатор. (12+)</p> <p>04.15 Утилизатор. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 15.50 «Календарь». (12+)</p> <p>09.25 03.30 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)</p> <p>11.00 12.05 «ДЕЖА ВЮ». (16+)</p> <p>15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>17.30 «Точка.ру». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>19.15 «Очень личное». (12+)</p> <p>19.55 «Вспомнить всё». (16+)</p> <p>20.20 «ПРОГУЛКА». (16+)</p> <p>21.50 «ВАТЕЛЬ». (16+)</p> <p>23.35 «ПЧЕЛОВОД». (16+)</p> <p>03.00 «Конструкторы будущего». (12+)</p>	<p>05.00 Ранние пташки. «Буба». (6+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.35 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.40 «Бумажки». (0+)</p> <p>09.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>10.20 «Мастер Витя и Мотор». (0+)</p> <p>12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)</p> <p>12.20 «Винни-Пух». (0+)</p> <p>12.30 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)</p> <p>12.45 «Винни-Пух и день забот». (0+)</p> <p>13.05 «Смешарики». (0+)</p> <p>14.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)</p> <p>16.00 «Большое Шоу». (6+)</p> <p>16.30 «Оранжевая королева». (0+)</p> <p>17.50 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)</p> <p>19.30 «Побег из цирка». (6+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>21.15 «Семь королевств». (0+)</p> <p>23.00 «Дикие скричеры!» (6+)</p> <p>23.15 «Бременские музыканты». (0+)</p> <p>23.40 «По следам бременских музыкантов». (0+)</p> <p>23.55 «Бобик в гостях у Барбоса». (0+)</p> <p>00.10 «Снежная королева». (0+)</p> <p>01.10 «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+)</p> <p>01.15 «Замок лгунов». (0+)</p> <p>01.35 «Смешарики». (0+)</p>	<p>05.05 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)</p> <p>06.30 «КАЛАШНИКОВ». (16+)</p> <p>08.10 «ПО ЛЕЗВИЮ БРИТ-ВЫ». (16+)</p> <p>16.00 «ПО ЗАКОНОМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. СТАЛИНГРАД». (16+)</p> <p>Август 1942 года. На подступах к Сталинграду идут ожесточенные бои. На фоне растущего напряжения активизировались бандитские группировки и немецкие диверсанты. Светлана Елагина и Егор Шилев прибывают в город на помощь местной военной прокуратуре.</p> <p>00.00 «ВЕСУРИ». (16+)</p> <p>01.30 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)</p> <p>03.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Буба». (6+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.35 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.40 «Бумажки». (0+)</p> <p>09.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>10.20 «Мастер Витя и Мотор». (0+)</p> <p>12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)</p> <p>12.20 «Винни-Пух». (0+)</p> <p>12.30 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)</p> <p>12.45 «Винни-Пух и день забот». (0+)</p> <p>13.05 «Смешарики». (0+)</p> <p>14.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)</p> <p>16.00 «Большое Шоу». (6+)</p> <p>16.30 «Оранжевая королева». (0+)</p> <p>17.50 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)</p> <p>19.30 «Побег из цирка». (6+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>21.15 «Семь королевств». (0+)</p> <p>23.00 «Дикие скричеры!» (6+)</p> <p>23.15 «Бременские музыканты». (0+)</p> <p>23.40 «По следам бременских музыкантов». (0+)</p> <p>23.55 «Бобик в гостях у Барбоса». (0+)</p> <p>00.10 «Снежная королева». (0+)</p> <p>01.10 «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+)</p> <p>01.15 «Замок лгунов». (0+)</p> <p>01.35 «Смешарики». (0+)</p>	<p>06.00 «Лео и Тиг». (0+)</p> <p>В лесах Приморского края России родился леопард по имени Лео. Однажды он встречает тигренка по имени Тиг, и они становятся настоящими друзьями. В первом сезоне мультфильма зверята открывают для себя и зрителей удивительный мир родного края.</p> <p>11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</p> <p>11.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>Приключения неутомимых озорников: буро-медвежьего Кешки, белого - по имени Тучка, и их подружки Лисички. Иннокентий любит гаджеты и технику, Тучка - дитя природы, а Лисичка обожает печь пироги и угощать ими своих многочисленных друзей. Из каждой серии дети узнают что-то новое...</p> <p>12.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>12.05 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)</p> <p>Образовательно-развлекательный мультсериал, из которого дети узнают о природе вещей. В первом сезоне друзья посещают пекарню, заводы, поезда, пароходы и разбираются, как все устроено, и какие бывают профессии.</p> <p>12.10 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.20 «Мини-Мишки». (0+)</p> <p>12.30 «Лео и Тиг». (0+)</p> <p>17.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>19.00 МультПремьера. (0+)</p> <p>19.40 «Лео и Тиг». (0+)</p> <p>00.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>03.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p>		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
<p>00.00 Святой Архипелаг. (12+)</p> <p>00.55 Революция LIVE: #завашинушусвободу. Фильм первый. (12+)</p> <p>01.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)</p> <p>02.05 Крепости России. Коломна. (12+)</p> <p>02.35 Семь дней истории. (12+)</p> <p>02.40, 14.20 Всемирное наследие. Россия. (12+)</p> <p>03.30, 07.30, 10.30, 15.15, 18.45, 23.05 Русская история. (12+)</p> <p>04.05 Стелные орлы сопротивления. (12+)</p> <p>05.40 Казаки. (16+)</p> <p>06.40 Георгий - Победоносец. (16+)</p> <p>08.05 Римские инженеры. (12+)</p> <p>08.55, 17.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)</p> <p>09.25 Донбасс. Память поколений. (16+)</p> <p>12.00 Это подкаст. История. (12+)</p> <p>12.55, 16.45, 20.45 Великие битвы России. (12+)</p> <p>13.45 Позывной «Царь». (16+)</p> <p>16.00 Освобождение: решающие битвы: Баграмян против Фришера. Бросок к Балтике. (12+)</p> <p>18.15 Крепости России. Сергиев Посад. (12+)</p> <p>20.00 Освобождение: решающие битвы: Говоров против Грассера. Эстонский рубеж. (12+)</p> <p>21.35 Монологи императоров: Ли Цуньшюя. (16+)</p> <p>22.25 Крепости России. Серпухов. (12+)</p> <p>22.55 Обыкновенная История. (6+)</p>	<p>06.00 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)</p> <p>07.05, 08.05, 09.05, 10.05 100 чудес света. (16+)</p> <p>11.05 Внутри пирамид: Саккара: тайны погребённой пирамиды. (12+)</p> <p>12.05 Внутри пирамид: Дахшур: загадка проклятой пирамиды. (12+)</p> <p>13.05 Внутри пирамид: Хеопс: откровения тайных пирамид. (12+)</p> <p>14.05 Внутри пирамид: Менкаура: последняя пирамида Гиза. (12+)</p> <p>15.00 Внутри пирамид: Пепи II: нерушимая гробница. (12+)</p> <p>16.00 Внутри пирамид: Чёрная пирамида: погребённое мегастроение. (12+)</p> <p>17.00 Женщины в жизни Элвиса. (16+)</p> <p>17.50 Загадка Шалыпина. (16+)</p> <p>18.35 История автомобилей: Массовое производство: конец 19 века. (16+)</p> <p>19.35 История автомобилей: Период подъёма длиною в 30 лет. (16+)</p> <p>20.35 История автомобилей: Разрушаем мифы: с 1970-х до наших времён. (16+)</p> <p>21.35, 22.25 Высадка в Нормандии: глазами солдата. (16+)</p> <p>23.15, 00.10 Во имя справедливости. (16+)</p> <p>01.00 Камбоджа, Пол Пот и красные кхмеры. (16+)</p> <p>01.45 Затерянная пирамида Египта. (12+)</p> <p>02.30 Помпеи: истоки. (12+)</p> <p>03.25, 04.10 Досье Тутанхамона. (16+)</p> <p>05.05 Путеводитель Пути-фара. (16+)</p>	<p>06.00, 14.50, 23.45 Джеки Чан: создавая легенду. (12+)</p> <p>06.55, 15.45, 00.45 Вторая мировая война. Герои против изменников. Польша. (12+)</p> <p>07.45, 16.40, 01.30 Марлон Брандо. Актёр по имени «Желание». (16+)</p> <p>08.45, 17.40, 02.50 Вожди народов. Чан Кайши. (12+)</p> <p>09.35, 18.25, 02.25 Корни Египта. Золотая пыль. (12+)</p> <p>10.05, 18.55 Корни Египта. Письменность. (12+)</p> <p>10.35, 19.25, 03.35 Вторая мировая война. Идеальный шторм. (16+)</p> <p>11.20, 20.15, 04.20 Мастер оборонительных сооружений. (12+)</p> <p>Себастьян Ле Претр де Вобан, вероятно, лучший военный архитектор и инженер в истории. Бесконечно копируемая по всему миру, его уникальная система укреплений защищала Францию от вторжений, делая Людовика XIV самым могущественным монархом своего времени.</p> <p>12.20, 21.15, 05.15 Человечество с планеты Кин-дзадза. Георгий Данелия. (16+)</p> <p>13.10, 22.05 Настоящая война престолов. Людовик XIV. Детство под солнцем. (12+)</p> <p>13.55, 22.50 Настоящая война престолов. Мазарини - главный кукловод Франции. (12+)</p>	

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

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВ-3

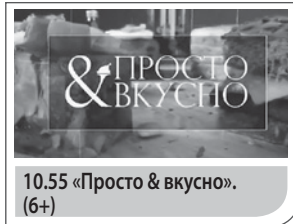
ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

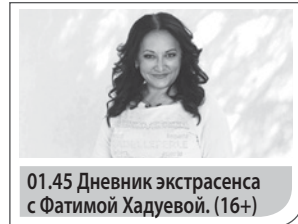
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



18.35 Линия жизни



10.55 «Просто & вкусно». (6+)



01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)



10.15 Уютное утро. (16+)

- 06.30 Библийский сюжет
08.30 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ»
10.00 Мы - грамотеи!
10.45 «Об Анне Ярославне через тысячелетия»
11.35 «ИЩУ ЧЕЛОВЕКА»
13.10 Война Элины Быстрицкой
13.30 «Земля людей»
13.55 Черные дыры. Белые пятна
14.40 «Коллекция»
15.10 01.45 «Заповедное»
15.55 Рассказы из русской истории
16.50 Энигма
17.30 «БОЛЬШОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»
18.35 Линия жизни
19.30 Новости культуры
19.50 «А ТЕПЕРЬ, ДАМЫ И ГОСПОДА...»
22.00 Агора
23.00 Игорь Бутман и Московский джазовый оркестр
00.30 «МАЛЕНЬКОЕ ОДОЛЖЕНИЕ»

- 06.20 «Православная энциклопедия». (6+)
06.50 «МУЖ В ХОРОШИЕ РУКИ». (12+)
09.00 «Здоровый смысл». (16+)
09.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
10.05 Мифы о еде. (16+)
10.55 «Просто & вкусно». (6+)
11.30 14.30 23.35 События
11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
12.55 14.45 «ШАХМАТНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)
17.15 «ТАЁЖНАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
22.10 «Право знать!» (16+)
23.45 «Тайная комната. Болезни Третьего рейха». (16+)
00.25 «Следствие ведёт КГБ. Игра ва-банк». (16+)
01.05 «10 самых...» (16+)
01.35 «Хватит слухов!» (16+)
02.00 «Алексей Петренко. По прозвищу Зверь». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.45 «КОД «М»: В ПОИСКАХ ШПАГИ Д'АРТАНЬЯНА». (12+)
11.45 «ВЫПУСТИ МЕНЯ». (16+)
13.30 «РЯД 19». (16+)
15.00 «В ПАСТИ ОКЕАНА». (16+)
17.00 «ТУННель: ОПАСНО для жизни». (16+)
19.00 «ХИЩНИКИ». (16+)
Кения, 2021 г. Обычное сафари в заповеднике Кении превращается в сущий кошмар из-за одной ошибки. Однако нападение носорога становится лишь первым испытанием...
21.00 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ». (16+)
22.45 «ПИРАНЬИ ЗДД». (16+)
00.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (18+)
01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

- 06.20 «ПЕРВЫЙ ДЕНЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
10.15 Уютное утро. (16+)
10.50 «ЕЁ ТАЙНА». (16+)
Россия, 2025 г. Мелодрама. В ролях: Евдокия Лаврухина, Ефим Архипов. Парикмахер Дарья Калинина обращается к гадалке Лине, чтобы снять венец безбрачия. Во время обряда Дарье передается способность видеть прошлое людей при прикосновении.
19.00 «ЧУЖИЕ ЛЮДИ». (16+)
Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Фурса, Антон Денисенко. Счастливая Вера Васильева ждёт ребёнка от любимого мужчины и собирается за него замуж, когда всплывает неприглядная правда...
23.15 «И РАСЦВЁЛ ПОДСОЛНУХ...» (16+)
02.55 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
05.25 «УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ». (16+)

- 05.00 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
09.00 Страна советов. (16+)
09.30 «Стройнадзор». (16+)
«Стройнадзор» - настоящий телевизионный спасательный круг для всех, кто сталкивается с проблемами покупки, ремонта и содержания жилья.
19.35 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
00.00 Известия. Главное. (16+)
01.05 Светская хроника. (16+)
02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
★ ЗВЕЗДА
07.05 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)
09.15 «Второе мнение». (12+)
10.35 «Не факт!» (12+)
11.35 «Легенды кино». (12+)
12.25 13.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
14.45 01.40 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)
16.20 19.25 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)
21.15 Галерея звезд. (12+)
22.55 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)
02.50 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Смешарики 2». (0+)
11.00 «Здоровая среда». (12+)
12.00 «Специальный репортаж». (12+)
12.15 «Великий, могучий». (12+)
12.45 «Точка.ру». (12+)
13.15 «Здоровый интерес». (12+)
13.30 «САМАЯ ДЛИННАЯ НЕДЕЛЯ». (16+)
15.00 «Адрес истории». (12+)
15.30 «Просто жизнь». (12+)
16.00 «ВИОЛЕТТА ИЗ АТАМАНОВКИ». (16+)
18.00 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «Арт-Проспект». (12+)
20.15 «Служу Отечеству». (12+)
20.30 «Точка.ру». (12+)
21.00 «КРЫМСКИЙ МОСТ: СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!». (16+)
22.45 «НЕФТЬ». (16+)
23.30 «Адрес истории». (12+)
00.00 «Малая сцена». (12+)
01.30 «Марафон». (12+)
02.30 «Такие разные». (12+)
03.30 «НАСТЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. (16+)
07.00 09.00 Новости
07.05 16.25 19.15 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 «Команда МАТЧ». (0+)
09.25 «Век нашего спорта». (12+)
10.00 Матч! Парад. (6+)
10.30, 12.30 Биатлон. Кубок Содружества. Прямая трансляция из Мурманска
14.25 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Уралмаш» (Екатеринбург). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
17.05 Футбол. «Мальорка» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Прямая трансляция
19.30 Футбол. «Ахмат» (Грозный) - «Краснодар». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
21.45 Футбол. «Атлетико» - «Барселона». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
01.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА
06.00 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
08.00 Волейбол. Суперлига. (6+)
09.50 Что за спорт?». (12+)
10.15 18.55 05.35 Страна смотрит спорт. (12+)
10.40 01.35 Небесная грация. (6+)
11.00 16.20 19.20 Новости. (0+)
11.05 «Человек из футбола». (12+)
11.35 16.00 18.35 «Страна спортивная». (12+)
11.55 Футзал. Суперлига. Прямая трансляция
13.55 16.55 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. Прямая трансляция
15.35 «Век нашего спорта». (12+)
16.25 01.10 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
19.25 21.25 Биатлон. Кубок Содружества. (6+)
23.20 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
01.55 Футзал. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.30 PRO-новости. (16+)
06.50 Плейлист | Весна. (16+)
07.40 Звезды о звездах. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Звезды на утро. (16+)
10.00 У-Дачный чарт. (16+)
11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
12.00 PRO-новости. (16+)
12.30 Звездный разбор. (16+)
- 13.00 Top-30. (16+)
15.00 Приехали! (16+)
15.30 Хит-Сториз. (16+)
16.00 От «Экспоната» Шнуурова до «Баклажана» Тимати. (16+)
17.00 Премия МУЗ-ТВ. (16+)
19.30 Народное диско. (16+)
20.30 Танцпол. (16+)
22.30 Dance чарт. (16+)
23.30 Танцпол. (16+)
01.00 Караоке хит. (16+)
02.00 Лайкер. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
06.40 «ПРЕДУСЛОВИЕ». (16+)
08.25 «МЕХАНИК». (16+)
10.00 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
11.50, 12.45, 13.45, 14.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
15.40 «ЗОНА 414». (16+)
17.20 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
19.00 «ВРЕМЯ». (16+)
Фантастический триллер, США, 2011 г.
21.00 «57 СЕКУНД». (16+)
Фантастический триллер, США, 2023 г.
22.40 «ОГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
Фантастический боевик, США, 2023 г.
00.40 «ДЖОН УИК 2». (16+)
Боевик, США, Гонконг
02.30 «ДЖОН УИК 3». (16+)
04.30 «ДЖОН УИК 4». (16+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Смешарики». «Просто-квашино», «Три кота», «Царевны». Мультсериалы. (6+)
10.00, 10.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ПРОКЛЯТИЕ МАСТЕРА». (16+)
11.40, 12.30 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ЛИБЕРЕЯ». (16+)
13.25 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
15.10 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
17.15 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (12+)
18.45 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
20.20 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
22.05 «ВАСИЛИСА И ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ». (16+)
23.50 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
02.10 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 ACTION
05.30 «ОРУЖЕЙНЫЙ БАРОН». (16+)
07.25 «БАНДИТ». (16+)
09.30 «ФЛЕШБЭК». (16+)
11.25 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (16+)
13.25 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)
15.30 «КАРАЮЩАЯ ДЛАНЬ». (16+)
Боевик, США, 2024 г.
17.25 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
19.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
20.55 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
23.05 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
01.05 «ТУННель: ОПАСНО для жизни». (16+)
02.40 «2012: ЦУНАМИ». (16+)
04.25 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)
- суббота!** СУББОТА!
05.00, 11.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
11.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
15.00, 16.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
18.50 Четыре жены. (16+)
21.10, 22.40 Богиня сыска. (16+)
00.00 «КЛОН». (16+)
00.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, Мексика, 1989 г. В ролях: Виктория Руффо, Хайме Гарса, Адриана Парра
01.50, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.20, 04.00 «Ты - моя жизнь». (16+)
04.40 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
00.40 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
02.45 «ЖЕНИХ». (16+)
04.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
06.15 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
08.05 «МОЙ КУЗЕН». (18+)
10.05 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
11.50 «1+1». (16+)
14.00 «ДРАКУЛОВ». (16+)
15.35 «НЕНАСЫТНЫЕ ЛЮДИ». (18+)
17.40 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (16+)
21.35 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
23.20 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
Комедия, Россия, 2017 г.
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
06.55 «ДУБРАВКА». (16+)
08.20 «ПРОПАЛО ЛЕТО». (16+)
09.45 «САДКО». (12+)
11.20 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАЛА». (16+)
13.00 «Ты - мне, я - тебе». (16+)
14.35 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (16+)
19.30 «ДЕВЧАТА». (16+)
21.20 Мосфильм. Золотой век: Мосфильм Медицинский. (16+)
21.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (16+)
23.05 «ЗЕРКАЛО». (16+)
01.00 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (18+)
03.20 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
04.40 «КНЯЗЬ УДАЧА АНДРЕЕВИЧ». (16+)
- ДОМ КИНО** ДОМ КИНО
04.45 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
05.15 «Смешарики. Дежавю». Мультфильм. (6+)
06.30 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
08.00 «Чудо-Юдо». (6+)
09.30 «ЗОЛУШКА». (12+)
11.00 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (12+)
12.30 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
21.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТА». (16+)
00.20 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
01.50 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (16+)
03.20 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
- СТС LOVE** СТС LOVE
06.00 6 кадров. (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.25 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Для хоккейной команды «Медведи» из небольшого провинциального города наступила чёрная полоса: очередная игра закончилась поражением и тренер, окончательно разочарованный в своих подопечных, бросает команду прямо посреди сезона. Но на одной из тренировок ребят ждёт большой сюрприз - новый тренер Сергей Макеев. Он молод и амбициозен, к тому же имеет игровой опыт в НХЛ...
22.30 Сердца за любовь (16+)
01.35 На выход! (16+)
04.00 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 Церковь и мир. (0+)
05.20 Завет. Жизнь Христа. (6+)
06.05 Всех радостей радость. (0+)
Фильм про Локотскую икону Божией Матери: об истории происхождения образа, чудесах и исцелениях, связанных с ней.
07.15 Моя большая семья. (6+)
08.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
09.10 Простые чудеса. (12+)
10.10 Лето Господне. Лазарева суббота. (6+)
12.00 Глобус православия. (12+)
- 13.00 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 4 серия. (6+)
14.30, 15.20, 16.10 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 5-7 серии. (0+)
Сериал. Греция, 2022 г.
17.00 Всенощное бдение. Прямая трансляция. (0+)
19.30, 20.30 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 8-9 серии. (0+)
21.35 Простые чудеса. (12+)
22.35 Русский мир. (12+)
23.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.50 Спас-стрим. (0+)
02.20, 03.15 Птичка. 1-2 серии. (0+)
04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

4 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Лазарева суббота. Глас 1. Воскрешение праведного Лазаря.



Сщмч. Василия, пресвитера Анкирского. Мц. Дросиды, дочери царя Траяна, и с нею дев Аглаиды, Аполлинарии, Дарии, Мамфусы, Таисии. Прп. Исаакия Далматского.

Постный день. Разрешается рыбная икра.

«Верный признак отпущения нам грехов состоит в том, когда мы ощущаем в сердце нашем, что мы точно простили ближним все согрешения их против нас». Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ



06.55 «Часовой». (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» с Дм. Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Будем жить!» (16+)
13.15 «Видели видео?» (0+)
14.40 «Песни о главном» (12+)
16.20 «Магия кино». (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «До Ре». (12+)
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым

- 05.25 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Предательство». (12+)
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.40 «Предательство». (12+)
02.40 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)

НТВ



15.00 «Своя игра». (0+)

- 04.40 «ПАПЫ!». (6+)
06.40 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
00.00 «Звезды сошлись». (16+)
01.35 «Основано на реальных событиях». (16+)

СТС



10.35 «Стражи Арктики». (6+)

- 05.15 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
06.45 «ВОЛШЕБНОЕ ЗЕРКАЛО, ИЛИ ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (6+)
08.35 «Дозор джунглей». (6+)
10.35 «Стражи Арктики». (6+)
12.30 Премьера! Тайный миллионер. (16+)
14.55 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)
17.00 Премьера! Суперниндзя. Дети. (12+)
21.05 «ТЕРМИНАТОР: ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ». (16+)
23.25 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (18+)
01.30 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
02.55 «РЭМБО-2». (16+)
04.25 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
04.40 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



07.00 «Однажды в России». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
09.45 «Битва экстрасенсов». (16+)
15.50 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+)
Финал самого экстремального реалити на ТНТ. Несколько месяцев участники из звёздной и народной команд проходили испытания на выживание и боролись за главный приз - 10 миллионов рублей.
21.00 «Титаны». (16+)
Кто выдержит до конца? Шоу «Титаны. Битва сезонов» проходит свой экватор, и борьба становится всё жёстче. Каждый новый этап - проверка на прочность, где цена ошибки растёт.
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.20 «Титаны». (16+)
03.00 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

REN



11.00 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
11.00 «Наука и техника». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «Легенды и мифы». (16+)
17.00 «ПРЕСТУПНИК». (16+)
19.10 «МЕДАЛЬОН». (16+)
США, 2012 г. Боевик.
21.05 «БОРДЕРЛЕНДС». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Документальный спецпроект». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 «Простоквашино». (0+)
07.10 Умнее всех. (6+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Гастротур. (16+)
10.00 Как люди живут. (16+)
16.00 Погнали! (16+)
22.00 Погнали. Дос. (16+)
23.00 «РЫЦАРЬ ТЕНЕЙ». (16+)
01.10 Черный список. (16+)
03.10 Пятница News. (16+)
03.40 Черный список. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.55 «Супермама». (16+)
08.55 «Мама в 16». (16+)
12.00 «Беременна в 45». (16+)
Вся наша жизнь - это борьба со стереотипами. Когда замуж? Когда станешь мамой? Преодоление, разочарование, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидят зрители в новом реалити о женщинах, которые решили стать мамами после 45.
15.00 «Мама в 16». (16+)
18.00 «Ждули». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Измени». (18+)
01.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.20 Утилизатор. (16+)
08.20 Автоблог Че! (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)
15.00 «СОЛДАТЫ-9». (16+)
18.50 «+100500». (16+)
21.10 «Женский 100500». (16+)
21.40 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.20 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.
02.00 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.25 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
08.00 Диктор делает. (16+)
08.30 Фазендалайф. (6+)
09.00, 10.10 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
11.05, 13.15 Дела судебные. (16+)
15.05 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
18.15 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКУЮ». (16+)
20.10 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
00.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
00.50 «ОПЕКУН». (16+)
02.10 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВАДЬЯНИЕ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Календарь». (12+)
11.25 12.05 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)
13.35 05.45 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
20.15 «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ». (16+)
21.50 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)
23.30 «Фильм Нуар». (16+)
00.15 «ДВОЙНАЯ СТРАХОВКА». (16+)

ПОБЕДА

- 05.30 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
06.50 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
08.20 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
10.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. СТАЛИНГРАД». (16+)
18.00 «ЧЕРНЫЙ ПЁС». (16+)
Сериал. Россия, Беларусь, 2018 г.
По мотивам романов Николая Чергинца о майоре спецназа Андрее Рубцове.
19.50 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)
22.05 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ИМПЛАНТ». (16+)
00.10 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
02.15 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
07.40 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
08.25 «Барбоскины». (0+)
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
10.20 «Простоквашино». (0+)
12.00 «Студия красоты». (0+)
12.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
14.00 «У меня лапки». (0+)
Программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
14.30 «Царевны». (0+)
16.00 «Это супер!» (0+)
16.15 «Два хвоста». (6+)
17.30 «Фиксики. Самое время!» (0+)
Профессор Чудаков с помощью фиксика Альфа изобретает машину времени. Но ее возможности ограничены: человек путешествовать во времени не сможет. В другую эпоху можно отправить только фиксиков и ненадолго. Зато с их помощью удастся узнать научные секреты прошлого, добыть цифровые копии предметов и создать уникальные экспонаты для музея.
19.40 «Горошек и компания». (6+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Турбозавры». (0+)
23.00 «Дикае скричеры!» (6+)
23.15 «Король Шакир». (6+)
01.35 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - это первый российский мультсериал, который заговорил на одном языке с детьми и взрослыми во всем мире, рассказав о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для неё одной.
11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
На круглогодичном курорте повышенной комфортности отдыхают всем известные Заяц и Волк. Первый с радостью бы довольствовался разными активностями, если бы не козни второго.
11.30 «Маша и Медведь». (0+)
00.00 «Маша и Медведь». (0+)
03.00 «Маша и Медведь». (0+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
01.30 Казаки. (16+)
02.30, 18.55 Обыкновенная История. (6+)
02.40 Георгий - Победоносец. (16+)
03.35, 06.35, 11.15, 14.45, 19.05 Русская история. (12+)
04.10 Римские инженеры. (12+)
05.00, 13.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
05.30 Донбасс. Память поколений. (16+)
08.00 Это подкаст. История. (12+)
09.00, 12.45, 16.45 Великие битвы России. (12+)
09.50 Позывной «Царь». (16+)
10.20 Всемирное наследие. Россия: Коломна. (12+)
12.00 Освобождение: решающие битвы: Баграмян против Фризенера. Бросок к Балтике. (12+)
14.15 Крепости России. Сергиев Посад. (12+)
16.00 Освобождение: решающие битвы: Говоров против Грассера. Эстонский рубеж. (12+)
17.35 Монологи императоров: Ли Цуньской. (16+)
18.25 Крепости России. Серпухов. (12+)
20.00 Нобелевские лауреаты: Прохоров и Басов: лазерный дуэт. (16+)
20.45 Нобелевские лауреаты: Гинзбург и Абрикосов: СВЕРХпроводники в мире будущего. (16+)
21.30 Секреты истории. (16+)
23.30 Сквозь времена. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Путеводитель Путифа: Лондон: апогей империи. (16+)
07.05 Путеводитель Путифа: Неаполь: духовная жизнь и вулканы. (16+)
08.05 Путеводитель Путифа: Париж: город света. (16+)
09.05 Родовые проклятия: Проклятье безумного монаха. (16+)
09.25 Родовые проклятия: Проклятье дракона. (16+)
09.50 Родовые проклятия: Проклятье ястребов. (16+)
10.15 Охотники за утраченным искусством: Творчество Винсента Ван Гога. (16+)
11.05 Охотники за утраченным искусством: Потерянные сокровища. (16+)
12.00 Охотники за утраченным искусством: Мона Лиза. (16+)
12.50 Охотники за утраченным искусством: Ян Вермеер. (16+)
13.40, 14.30 Досье Тутанхамона. (16+)
15.30 Затерянная пирамида Египта. (12+)
16.20 Помпеи: истоки. (12+)
17.20, 18.15, 19.10 Короли Африки. (12+)
20.00 Сканируя прошлое: Наследие рудных гор. (16+)
20.55 Сканируя прошлое: Байи: затонувшая жемчужина Рима. (16+)
21.45, 22.35, 23.25, 00.15, 01.05 Военные заводы. (12+)
01.50, 02.40, 03.35 100 чудес света. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 14.50, 23.45 Корни Египта. Золотая пыль. (12+)
06.25, 15.20, 00.10, 04.50 Корни Египта. Письменность. (12+)
06.55, 15.45, 00.40 Вторая мировая война. Идеальный шторм. (16+)
07.45, 16.35, 01.30 Мастер оборонительных сооружений. (12+)
08.40, 17.35, 02.25 Человек с планеты Кин-дза-дза. Георгий Данелия. (16+)
09.35, 18.25 Настоящая война престолов. Людовик XIV. Детство под солнцем. (12+)
10.20, 19.15 Настоящая война престолов. Мазарини - главный кукловод Франции. (12+)
11.10, 20.05, 03.10 Джеки Чан: создавая легенду. (12+)
12.10, 21.05, 04.05 Вторая мировая война. Герои против изменников. Польша. (12+)
12.55, 21.50 Марлон Брандо. Актёр по имени «Желание». (16+)
13.55, 22.50, 05.15 Вожди народов. Чан Кайши. (12+)
Их имена известны всему миру, они управляли судьбами целых народов, но мало кто помнит, чем именно им это стоило и какими они вошли в мировую историю. Проект, который рассказывает о биографии значимых мировых фигур 20 века.

РОССИЯ К
Культура



17.15
Пешком...

- 06.30 **Лето Господне**
- 07.05 «Мультфильмы»
- 07.50 «БОЛЬШОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»
- 08.55 Тайны старого чердака
- 09.25 02.05 Диалоги о животных
- 10.05 Больше, чем любовь
- 10.45 Телеспектакль «Игра»
- 12.35 Неизвестные маршруты России
- 13.15 «Невский ковчег»
- 13.45 «Игра в бисер»
- 14.25 Иллюзион
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 Пешком..
- 17.45 «Эстрада, которую нельзя забыть»
- 18.35 «Об Анне Ярославне через тысячу лет»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «Дочери первых космонавтов. Наталия и Оксана Попович»
- 21.05 «ЧЕЛОВЕК У ОКНА»
- 22.45 Шедевры мирового музыкального театра
- 00.35 «ИЩУ ЧЕЛОВЕКА»
- 02.50 «Великолепный Гоша»

ТВЦ



11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)

- 05.30 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
- 07.00 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 09.00 «ПЕРСИДСКАЯ БИРЮЗА». (16+)
- 10.55 Полезная программа. (6+)
- 11.30 00.05 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Смерть в варьете». (16+)
- 15.50 «Настоящий детектив. Семейные ценности». (16+)
- 16.40 «Охота на маньяка. Дело незнакомца в лифте». (16+)
- 17.30 «РОКОВОЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 21.20 00.20 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 01.10 «Петровка, 38». (16+)

ТВ-3



08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 «КРОВЬ И ШОКОЛАД». (16+)
- 13.00 «ВНЕ ВРЕМЕНИ». (16+)
- 15.15 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «ХИЩНИКИ». (16+)
- 19.00 «ХИЩНЫЕ ТВАРИ». (16+)
- 16+ Австралия, Канада, США, 2025 г.
- Зефир приехала в Австралию в поисках хорошего места для серфинга...
- 21.00 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА». (16+)
- Великобритания, Канада, США, 2017 г.
- В индейской резервации «Ветреная река» егеря находят тело молодой индианки Наталии...
- 23.15 «ДОРОГА В ОДИН КОНЕЦ». (18+)
- 01.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

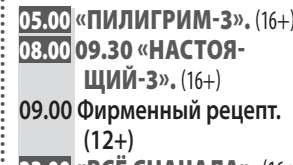
ДОМАШНИЙ



10.30 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ». (16+)
- 09.25 Метод Рогова. (16+)
- 10.30 Пять ужинов. (16+)
- 10.45 «ЖИЗНЬ БЕЗ ОБИД». (16+)
- Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Анна Королева, Александр Волков, Андрей Миллюхин.
- Вера - учительница и строгая мать, привыкшая контролировать жизнь семьи. Однажды её сын Матвей привёл в дом девушку Яну...
- 15.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПАМЯТИ». (16+)
- Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Елена Доница, Андрей Аладьин.
- Жизнь Алёны как картинка из глянцевого журнала: уютный дом, двое детей, любящий муж Дима.
- 19.00 «РЫБКА ЗОЛОТАЯ». (16+)
- 23.00 «ХОЧУ ТЕБЕ ВЕРИТЬ». (16+)
- 02.35 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 «ПИЛИГРИМ-3». (16+)

- 08.00 09.30 «НАСТОЯЩИЙ-3». (16+)
- 09.00 Фирменный рецепт. (12+)
- 23.00 «ВСЁ СНАЧАЛА». (16+)
- Заклученный Павел Стахов получает врачебное заключение: ему осталось жить не более шести месяцев... Павел предлагает своему бывшему партнёру по бизнесу и другу детства, Геннадию, все свои акции в обмен на помощь в организации побега.
- 02.45 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 04.55 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 14.00 «Улика из прошлого». (16+)
- 15.40 «Секретные материалы». (16+)
- 16.30 «Загадки века». (12+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (12+)
- 01.45 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Смешарики 2». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Документальное кино». (12+)
- 14.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 14.45 «ВИОЛЕТТА ИЗ АТАМАНОВКИ». (16+)
- 16.45 «Просто жизнь». (12+)
- 17.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 17.45 «КРЫМСКИЙ МОСТ: СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Точка.ру». (12+)
- 20.30 «Адрес истории». (12+)
- 21.00 «НАСТЯ». (16+)
- 22.30 «НЕФТЬ». (16+)
- Скромная продавщица из магазина канцелярских принадлежностей мечтает о счастье. Мечта - это единственная возможность для девушки быть счастливой, ибо она не красавица и осознает это.
- 23.15 Юта. «В глубине твоего сердца». (16+)
- 00.30 «Точка.ру». (12+)
- 01.00 «Здоровая среда». (12+)
- 02.00 «Малая сцена». (12+)
- 03.30 «НАСТЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00 09.00 Новости
- 07.05 15.15 01.15 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 Лыжная страна
- 09.55, 13.50 Биатлон. Кубок Содружества. Прямая трансляция
- 11.45, 13.50 Биатлон. Кубок Содружества. Прямая трансляция из Мурманска
- 12.45 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 16.15 Футбол. «Динамо» (Махачкала) - «Балтика» (Калининградская область). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 18.30 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Локомотив» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.40 Футбол. «Интер» - «Рома». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 23.45 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 01.10 04.00 Новости. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 06.55 22.10 23.40 Биатлон. Кубок Содружества. (6+)
- 07.45 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (6+)
- 09.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 11.00 16.20 19.20 Новости. (0+)
- 11.05 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 11.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 11.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
- 13.55 Волейбол. Кубок России. Прямая трансляция
- 16.25 «Человек из футбола». (12+)
- 16.55 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. Финал. Прямая трансляция
- 19.00 Небесная грация. (6+)
- 19.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.50 Лыжная страна. (12+)
- 20.20 21.10 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 23.10 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 05.30 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Звезды с приветом. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 10.30 Без курюр. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 МузРаскрутка. (16+)
- 12.30 Хит-Сториз. (16+)
- 13.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Приехали! (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка (16+)
- 17.00 От «Экспоната» Шнурова до «Баклажана» Тимати. (16+)
- 18.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 20.00 Top-30. (16+)
- 22.00 Фан-зона. (16+)
- 23.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 02.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

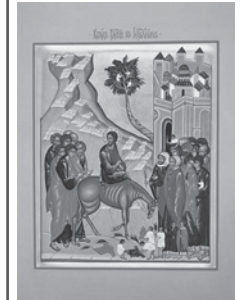
- TV1000 TV1000 РУССКОЕ
- 07.15 «ЗОНА 414». (16+)
- 09.00 «57 СЕКУНД». (16+)
- 10.45 «ВРЕМЯ». (16+)
- Фантастический триллер, США, 2011 г.
- 12.45, 13.40, 14.40, 15.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 16.35 «УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ». (16+)
- Детектив, Великобритания, 1974 г.
- 19.00 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+)
- Детектив, Великобритания, 1978 г.
- 21.40 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)
- Детектив, США, 2019 г.
- 00.10 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИКОВ». (16+)
- 01.45 «КИНГ-КОНГ». (16+)
- 03.55 «КИНГ КОНГ ЖИВ». (16+)
- TV1000 TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Царевны», «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. БЕДНАЯ ЛИЗА». (16+)
- 11.40, 12.35 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ТРИНАДЦАТОЕ КОЛЛЕНО». (16+)
- 13.25 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (12+)
- 14.55 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
- 16.35 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
- 18.10 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)
- 20.05 «АДАМ И ЕВА». (16+)
- 21.45 «ГОВОРЯТ ЗЕМЛЯ!». (16+)
- 23.45 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 01.15 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 02.55 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ 2». (16+)
- TV1000 TV1000 АКТЮН
- 06.10 «ВОЛНА». (16+)
- 08.05 «РАЗЛОМ». (16+)
- 09.55 «ОГРАБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
- 11.30 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
- 13.30 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
- 15.05 «ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ». (16+)
- 17.00 «СХВАТКА». (16+)
- Приключенческий триллер, США, 2012 г.
- 19.00 «ВЫЖИВШИЙ». (16+)
- Триллер, США, Гонконг, Тайвань, 2015 г.
- 21.30 «ХАГЕН. В ДОЛИНЕ НИБЕЛУНГОВ». (16+)
- Фэнтези-боевик, Германия, Чехия, 2024 г.
- 00.00 «ЦЕНТУРИОН». (16+)
- 01.35 «ПИРАНЫ 3DD». (16+)
- 02.45 «ПИРАНЫ 3D». (16+)
- 04.00 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
- суббота! СУББОТА!
- 05.00, 08.40 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 08.20 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
- 15.00, 16.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 18.50 Четыре жены. (16+)
- 21.30 Богиня свиданий. (16+)
- Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху.
- 22.40 Богиня шопинга. (16+)
- 23.50 «КЛОП». (16+)
- 00.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 01.40, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 03.10, 03.50 «Ты - моя ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.25 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.50 «Побег из курятника». Мультфильм. (12+)
- 08.20 «Реальная белка». Мультфильм. (12+)
- 10.00 «Все псы попадают в рай». Мультфильм. (12+)
- 11.30 «МИНИМАКС». (16+)
- 13.00 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ. ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
- 14.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (16+)
- 16.40 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
- 18.20 «СУПЕРБОБРОВЫ». (16+)
- 20.00 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 21.40 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
- 23.40 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 01.30 «ДУБЛЕР». (16+)
- СТC LOVE STC LOVE
- 06.00 6 кадров. (16+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 10.30 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- «Медведи» приезжают в другой город, чтобы встретиться с соперниками на их территории. Хоккеисты знакомятся с местными обычаями весьма неординарным способом, и у ребят появляется возможность показать, что они настоящая команда не только на льду. Не без помощи Казанцева и Романенко над Макеевым гущаются тучи. Но для него есть и приятные новости...
- 22.30 Сердца за любовь. (16+)
- 01.45 На выход! (16+)
- 04.10 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Завет. (6+)
- 06.05 Россия в Святой Земле. (0+)
- 07.20 Пророки: Иона. (0+)
- 07.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Лето Господне. Вход Господень в Иерусалим. (6+)
- 14.15 Русский мир. (12+)
- 15.20 Святые дети. (6+)
- 16.30 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 18.00 Щипков. (12+)
- 18.10 «В КВАДРАТЕ 45». (12+)
- 19.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 20.45 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 21.45 Церковь и мир. (0+)
- 22.10 «МОРЕ СТУДЕНОЕ». (0+)
- СССР, 1954 г. В ролях: Николай Крючков, Валентин Грачев, Геннадий Юдин
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 01.30 Щипков. (12+)
- 01.40 Глобус православия. (12+)
- 02.30 Церковь и мир. (0+)
- 02.50 Святые дети. (6+)
- 03.50 За Христом. (0+)
- 04.15 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

5 апреля
Неделя 6-я вайи (Вербное воскресенье).
Глас 2. Вход Господень в Иерусалим.



Прмч. Никона еп. и 199 учеников его. Мчч. Филита, Лидии, супруги его, Македона, Феопрепия, Крониды и Амфилохия, чад их. Прп. Никона, игумена Киево-Печерского. Мч. Василия Мангазейского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Макария пресвитера. Сщмчч. Василия, Стефана пресвитеров, прмч. Илии, прмчц. Анастасии и Варвары, мч. Алексия. Прп. Сергия исп.

Постный день. Разрешается рыба.
«Любовь много прощает. И любовь прощает все. Гордое самооправдание противно любви».
Свт. Николай Сербский

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

Оперативная обстановка в районе была беспокойной – за один только месяц произошло три ограбления ювелирных магазинов, ни одно из которых не удалось раскрыть по горячим следам. Потому этим вечером вызов на ограбление был воспринят довольно нервно.

– Да сколько ж у нас в районе этих ювелирных?! – воскликнул в сердцах молодой опер.

– Хватает... – уныло ответил тот, что постарше. – Пока все не обнесут...

– Отставить каркаты! – рявкнул майор Петрович. – Еще не хватало...

– Вы только не подеритесь, – буркнул дежурный, наблюдавший сцену. – Было б из-за чего... Водитель вас уже ждался, между прочим, а в комиссионку.

– Как это в комиссионку? – удивился молодой опер.

Подозрительное ограбление



– А вот так, – дежурный, на которого теперь смотрела вся группа, удовлетворенно откинулся в кресле. – Эта комиссионка недавно открылась, но популярностью уже пользуется. Даже мы с женой заглядывали как-то из любопытства. Тут недалеко, пара кварталов всего.

– То есть мало нам было «ювелирных» грабителей, теперь еще и это... – проворчал опытный опер.

– Да наверняка одна шайка-лейка, – не сомневался опер молодой.

– Вот совсем не факт, – покачал головой Петрович.

Их встретил участковый, пока группа осматривалась, он отвел Петровича в сторону и рассказал о заведении кое-что, возможно, относящееся к делу. В частности, что охраны в магазине нет, только сигнализация, которую включают на ночь и в выходные, и что хозяин, по словам работников, жадный, платит им мало, и вообще очень подозрительный тип.

– Чем же он подозрительный?

– Не местный он. Живет в другом конце города, а комиссионку здесь открыл. Зачем?

– И это все? – удивился Петрович.

– Все, – ответил участковый. – Но подозрительное же!

– Ты думаешь? – Петрович с явным сомнением покачал головой. – Ладно, это все потом, а сейчас к делу.

Помещение магазина было небольшим, но густо уставленным витринами и витринками с самыми разнообразными вещами. За прилавком на деревянном стуле сидел, держась за затылок, молодой человек. Лицо его было несчастно.

Петрович попросил рассказать, что произошло.

– Пришел покупатель, здоровый такой мужик, попросил показать ему часы подороже, – с готовностью отозвался молодой человек. – Я и выложил на

прилавок все, что было, а он стал их рассматривать. Тут я слегка отвлекся: телефон зазвонил, и я вынул его из кармана, чтобы сбросить вызов. Нам в присутствии покупателей нельзя по телефону... Ну, сбросил я вызов, глаза поднимаю, а на меня пистолет наставлен. Огромный такой, черный... Так страшно стало! А этот сгреб все часы в кулачище, ударил меня пистолетом по затылку, а дальше я не помню – наверное, сознание потерял. Очнулся – ни покупателя, ни часов...

Часы действительно были дорогие? – уточнил Петрович.

– Да, очень, – подтвердил молодой человек. –

Всего пять штук, но каждый стоят, как крыло от «боинга».

– Понятно, – нахмурился Петрович. – Это все?

– Все, – молодой человек кивнул и снова схватился за затылок, поморщившись от боли.

– Что ж, тогда вам придется проехать с нами. А по дороге подумать о явке с повинной. Чистосердечное признание, знаете ли, облегчает наказание. Также хорошо бы вам сдать своего поделщика, которому вы передали часы. Если, конечно, не хотите один за кражу в особо крупном размере отвечать.

Вы как в воду глядели, Николай Петрович, – уже сидя в машине, восхитился младший опер. – Действительно ведь совсем не одна шайка-лейка оказалась. А как же наши «ювелирщики»?

– Их тоже поймать, не сомневайтесь, – уверенно ответил майор. – Пусть не получилось по горячим следам, все равно поймать. И не таких ловили.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович не поверил в версию работника комиссионки?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 12: окно разбил Стёпа, и только он один из четырех мальчиков сказал неправду.

Рис. Ирины Световой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

30 марта Восход: 6 ч. 01 м. Заход: 18 ч. 54 м. Долгота дня: 12 ч. 53 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

31 марта Восход: 5 ч. 58 м. Заход: 18 ч. 56 м. Долгота дня: 12 ч. 58 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

1 апреля Восход: 5 ч. 56 м. Заход: 18 ч. 57 м. Долгота дня: 13 ч. 01 мин.

Растущая Луна в знаке Весов

2 апреля Восход: 5 ч. 54 м. Заход: 18 ч. 59 м. Долгота дня: 13 ч. 05 мин.

Полнолуние, Луна в знаке Весов

3 апреля Восход: 5 ч. 51 м. Заход: 19 ч. 01 м. Долгота дня: 13 ч. 10 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

4 апреля Восход: 5 ч. 49 м. Заход: 19 ч. 02 м. Долгота дня: 13 ч. 13 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

5 апреля Восход: 5 ч. 47 м. Заход: 19 ч. 04 м. Долгота дня: 13 ч. 17 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

30 МАРТА

В 1613 году Иван Су-санин совершил свой подвиг.

В 1934 году в Мурманске состоялась первая Полярная Олимпиада.

31 МАРТА

В 1966 году СССР был осуществлен запуск первого искусственного спутника Луны.

1 АПРЕЛЯ

В 1938 году состоялась первая широкая презентация растворимого кофе.

2 АПРЕЛЯ

В 1833 году вышло в свет полное издание романа А.С. Пушкина «Евгений Онегин».

3 АПРЕЛЯ

В 1966 году советская межпланетная станция «Луна-10» первая в мире вышла на орбиту Луны.

4 АПРЕЛЯ

В 1147 году в летописи впервые упомянут город Москва.

В 1719 году началось строительство Ладожского канала.

В 1932 году биохимик Ч.Г. Кинг впервые выделил витамин С.

5 АПРЕЛЯ

В 1722 году Якоб Рогевен открыл остров Пасхи.

В 1913 году Нильс Бор предложил планетарную модель строения атома, которая впоследствии стала основой квантовой механики.

В 1977 году начался выпуск автомобиля повышенной проходимости ВАЗ-2121 «Нива».

В 1991 году основана российская авиационная группа пилотажа «Русские Витязи».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

30 МАРТА. Александр, Алексей, Виктор, Макарий.

31 МАРТА. Дмитрий, Кирилл, Наталия, Трофим.

1 АПРЕЛЯ. Дария, Иннокентий, Иоанн, София.

2 АПРЕЛЯ. Александра, Иулиания, Клавдия, Никита, Савва, Севастиан, Феодосия.

3 АПРЕЛЯ. Владимир, Кирилл, Серафим.

4 АПРЕЛЯ. Василий, Исаакий.

5 АПРЕЛЯ. Анастасия, Варвара, Илия, Константин, Лидия, Никон, Сергей, Стефан.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

30 МАРТА ■ День войск ракетно-космической обороны (РКО) РФ ■ День ремесленника

31 МАРТА ■ День лимонов и апельсина

1 АПРЕЛЯ ■ День смеха

■ Международный день птиц

2 АПРЕЛЯ ■ Международный день детской книги

■ Международный день проверки фактов

3 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день вечеринки

■ Всемирный день водных животных

4 АПРЕЛЯ ■ День веб-мастера ■ Международный день интернета ■ Международный день моркови

5 АПРЕЛЯ ■ День геолога ■ День неонатолога

■ День закупщика и тендерного специалиста

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Кириллов марток продерёт холодок

30 марта считалось днем Алексея Тёплого. В этот день было принято наблюдать за ручьями: если они большие, то и половодье будет большим.

Про 31 марта, день Кирилла – Дери полоза, было много приговорок: «На Кирилла и спереди, и сзади – зима» (то есть нужно было опасаться весенних заморозков); «На Кириллов марток продерет холодок».

1 апреля называли днем Дарьи Грязной, поскольку снег начинал таять и появлялось много грязи во дворах. Если ночью облака затягивали небо и звезд было не видно, то ждали потепления.

На Фотинью Колодезницу, 2 апреля, наблюдали за погодой: синие облака предвещали тепло

и дожди, теплая погода днем и холодная ночью сулили скорое приближение погожих дней.

В день Кирилла Катанника, 3 апреля, следили за деревьями. Если береза распускала листья раньше, чем ольха, то лето будет засушливое.

На 4 апреля, день Василия Солнечника, гадали на солнце: если оно всходит в красных кругах, то урожай будет богатым.

В Никонов день, 5 апреля, наблюдали за животными: кошка кашляет или чихает – к дождю, белка из гнезда вышла – к теплу.

– Любимый, я нашла твою заначку и спустила её в ресторане с подружками...

– Ничего страшного, дорогая, это я тебе на новую шубу копил.



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. +7 (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. +7 (495) 937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Отдел подписки:

Тел. +7 (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

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

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

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон департамента рекламы:

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

№ 13 (542).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 24.03.2026 г.

Дата изготовления: 24.03.2026 г. Срок годности не ограничен

Дата выхода в свет: 25.03.2026 г. Тираж 50 440 экз.

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

Заказ 4132 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 853 850 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.

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

Ни один похудевший человек не скажет, что стройность далась ему легко.

Кому-то было мучительно менять рацион, кому-то пришлось привыкать к физическим нагрузкам, а кто-то даже решился на операцию. И все же похудение часто – единственный путь к здоровью. Что сделать, чтобы не свернуть с него? Об этом мы поговорили с психологом Мариной Даренковой.



«Возраст» привычек

– **Марина, похудение начинается со смены вредных привычек на полезные. Откуда взялось утверждение, что привычка формируется за 21 день?**

– Все началось с американского пластического хирурга Максвелла Мальца. В 1960 году он написал книгу «Психоконверсия», которая стала бестселлером, в ней была такая фраза: «Похоже, нашему мозгу нужен минимум 21 день, чтобы адаптироваться к серьезным изменениям». В книге он написал именно про адаптацию к новому, а не про формирование привычки делать зарядку. Но сработало «испорченное радио».

У меня лишний вес только потому, что во мне живут сразу несколько принцев!



Вообще же, все индивидуально и зависит от сложности привычки: выпить стакан воды проще, чем отжиматься каждый день. На самом деле важно не то, сколько дней вы продержались, а то, что вы делаете, когда срываетесь. Упали – встали и пошли дальше. Если пропустили день, ничего страшного. Исследования показывают, что один пропуск не убивает привычку. А вот два подряд – уже риск.

Между «хорошо» и «плохо»

– **Если мотивация снизилась, что нужно сделать в первую очередь?**

– Наш мозг ленив, он экономит энергию. Если спортзал далеко, фор-



ма не поглажена, а тренировка длится час, мозг включит режим «сопротивления». Дайте ему слабину. Снизьте планку до неприличия. Не можете

пробежать 5 км? Выйдите на 15-минутную прогулку быстрым шагом. Ваша задача сейчас – просто не разорвать связь с привычкой.

Найдите свою личную, теплую и желанную цель. Распечатайте картинку, запишите чувство («я хочу чувствовать легкость в теле»). Когда мотивация падает, мы смотрим не на список «надо», а на эту картинку, и вспоминаем свое «хочу».

– **А чего делать наоборот не стоит?**

– Не стоит ставить себе ультиматумы, включать внутреннего диктатора. Это прямой билет к чувству вины. Вина – это не топливо, это якорь. Снижение мотивации – это не «Все пропало». Это сигнал «Пора что-то поменять в процессе». Услышьте этот сигнал, проявите к себе чуть больше доброты и хитрости. И тогда спорт или здоровое питание перестанут быть пыткой и станут просто частью вашей счастливой жизни.

Подготовила
Татьяна МИХАЛЁВА

Кстати

Правильные привычки – это выполнимо

Делать замеры

Когда результат измерим, достигать его будет проще. Например, поставьте для себя ежедневную цель по количеству шагов. Не надо сразу стремиться к 10 тысячам, если раньше вы проходили две. Для начала достаточно будет и 5 тысяч. А затем оценивайте ежедневные результаты. Увеличивайте количество шагов по чуть-чуть, и чтобы обязательно цель была для вас выполнима. Кроме шагов, можно считать количество съеденных и потраченных калорий, сколько длился ваш сон, а также делать еженедельные замеры объемов тела.

Спать

Как бы банально это ни звучало, сон – ваш надежный друг на пути к похудению. Бесполезно считать калории и заниматься спортом, если вы будете недосыпать. Поэтому обязательно ложитесь спать до 23.00 и спите не менее 8 часов.

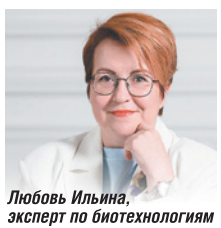
Выбирать свой путь

Кому-то для большей мотивации важен элемент соревнования, а кому-то достаточно просто вести дневник питания. Включайте в рацион не только полезные продукты, но и те, которые вам нравятся. То же самое касается и спорта. Похудение должно доставлять вам в первую очередь удовольствие и желание продолжать.

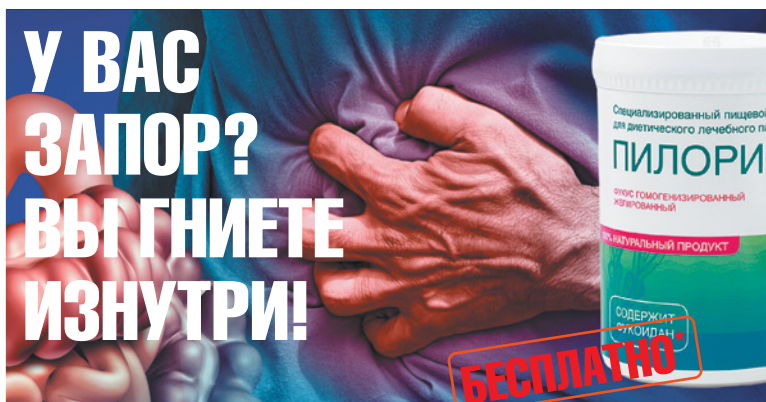
СТРАШНАЯ СТАТИСТИКА

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 запускать 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



Любовь Ильина, эксперт по биотехнологиям



ПИЛОРИС: российские ученые нашли спасение

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

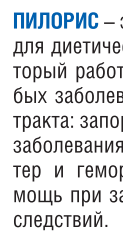
СЛАБИТЕЛЬНЫЕ. ЧТО НЕ ТАК?

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 фукус.

Принимать **ПИЛОРИС** можно без ограничений, с ним уже с первого дня приема стул становится легким, безболезненным и регулярным!



Звоните по бесплатной федеральной линии:

8-800-100-55-60



***2031**

Код вашего подарка*» **ПИЛОРИС-ЗАЩИТА**»

СОСТАВ НА 100% НАТУРАЛЬНЫЙ

- ✓ **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.

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. **ПИЛОРИС** поможет справиться с запорами легко, быстро и без усилий, вернет вам силы, энергию и радость жизни! **Позвоните прямо сейчас и получите банку ПИЛОРИСА в подарок!***



ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

6 апреля

Убывающая Луна в Стрельце
Блюдо дня – салат с тунцом, отварным яйцом и зеленым горошком, в нем оптимально сочетаются легкие формы белка и клетчатка. А для здоровья спины полезно повисеть на турнике.

7 апреля

Убывающая Луна в Стрельце
Особенно эффективны мезотерапия, RF-лифтинг и другие процедуры. А чашечка горячего шоколада простимулирует выработку дофамина – что еще надо для счастья?

1 апреля

Растущая Луна в Весах
Апрель Луна встречает в знаке Весов, а значит, пора уравновесить несовершенство мира своей красотой. Питание и окраска волос, маникюр, спа-процедуры, шопинг... Сияем сами – и делаем мир вокруг ярче!

2 апреля

Луна в Весах, полнолуние
Стоит избегать физических перегрузок, достаточно упражнений на растяжку с утра и прогулки перед сном. Важно соблюдать питьевой режим: минеральная вода, клюквенный морс, зеленый чай.

3 апреля

Убывающая Луна в Скорпионе
Хороший день для визита к терапевту, начала лечения или курса оздоровительных процедур. Солнце светит уже достаточно ярко, поэтому не пренебрегаем кремом с SPF.

4 апреля

Убывающая Луна в Скорпионе
В эти лунные сутки стоит быть готовыми к счастливым случайностям. Поэтому надеваем весенний наряд, капельку духов на запястье перед выходом из дома – и вперед!

5 апреля

Убывающая Луна в Скорпионе
День подходит для эпиляции, шугаринга. Словом, избавляемся от ненужного. И обязательно подпитываемся новыми положительными эмоциями – через хороший фильм или книгу.

8 апреля

Убывающая Луна в Козероге
Самое время подумать над обновлением гардероба: Козерог, хозяин лунных суток, придаст смелости. В трендах кружево и горошек, все оттенки шоколада и легкие струящиеся ткани.

9 апреля

Убывающая Луна в Козероге
Сегодня хорошо укрепить мышцы тренировкой, а затем подпитать их котлетками из индейки – там не только белок, но и витаминные группы В. А потом как следует выспаться.

10 апреля

Луна в Козероге, последняя четверть
Окончание рабочей недели можно «отпраздновать» ударным заплывом в бассейне. Домашние маски на основе кокосового масла или сметаны добавят волосам блеска и силы.

11 апреля

Убывающая Луна в Водолее
Что, если сегодня дать бой пыли, скопившейся за зиму в доме? Обновить занавески, пройтись влажной тряпкой по верхушкам шкафов? Дышать сразу станет легче! А потом – отдых, ароматная ванна и иван-чай.

12 апреля

Убывающая Луна в Водолее
Сегодня день созерцания прекрасного. Можно отправиться на прогулку, полюбоваться весной или даже устроить себе фотосессию. Спина и шея оценят расслабляющий массаж и будут благодарны.

13 апреля

Убывающая Луна в Рыбах
Хорошее время для полезных нововведений: можно начать подсчитывать калории или взять курс на здоровое питание. Или явиться, наконец, в спортзал – и как следует проработать мышцы рук и пресса.

14 апреля

Убывающая Луна в Рыбах
День подходит для ухода за бровями, ресницами, ноготочками – и прочих мелких ритуалов красоты, которые так иногда нужны. А на обед не возбраняется тарелочка борща: свекла – кладезь полезностей.

15 апреля

Убывающая Луна в Овне
Утро начинаем с разминки-зарядки, уделяем внимание суставам: плечевым, коленным. Скрипят? Надо почаще тренироваться! И... почему бы не порадовать себя мороженым – прямо на улице, как в детстве?

16 апреля

Убывающая Луна в Овне
Яичница со шпинатом и тертым сыром – идеальный завтрак на сегодня: насытит надолго, обеспечит организм и железом, и кальцием. Кстати, день подходит для проверки здоровья зубов и их отбеливания.

17 апреля

Луна в Тельце, новолуние
Нынче лучше не планировать важных покупок и выходов в свет, многим будет комфортнее наедине с собой или с самыми близкими и любимыми. Питаем и увлажняем кожу, выполняем дыхательные практики.

18 апреля

Растущая Луна в Тельце
Хорошо бы начать день с пробежки или танцев. Затем контрастный душ с кофейным скрабом, кофе с корицей и мускатным орехом – и вот вы уже бодры и готовы к субботним приключениям.

19 апреля

Растущая Луна в Близнецах
Благоприятный период для встреч с друзьями, занятий любимым хобби. А в рационе неплохо ввести чернослив – например, потушив с ним курицу или телятину. Заодно и кишечник будет работать бодрее.

20 апреля

Растущая Луна в Близнецах
Весеннее настроение сегодня может вдохновить на прогулку, но позаботьтесь, чтобы обувь была удобная и по сезону. Кстати, если вдруг беспокоят вены на ногах – самое время записаться к флебологу.

21 апреля

Растущая Луна в Раке
Звезды располагают к экспериментам – в макияже, стиле одежды, в творчестве... А фруктовый салат с медово-йогуртовой заправкой и орешками в качестве перекуса и сил придаст, и взбодрит.

22 апреля

Растущая Луна в Раке
Кожа сегодня восприимчива к гиалуроновой кислоте и питательным маслам. Добавьте в меню салат с лососем и авокадо – и она засияет изнутри! А идеальный вид активности сегодня – йога или легкая прогулка.

23 апреля

Растущая Луна во Льве
Если вы давно планировали устроить разгрузочный день, чтобы дать организму отдохнуть, – считайте, что он уже наступил. Готовим на завтрак огуречно-шпинатный смузи, пьем травяные чаи.

24 апреля

Луна во Льве, первая четверть
Если общение с кем-то из знакомых нарушило ваше душевное равновесие – не стоит восстанавливать его с помощью торта или пиццы. Велопробулка поможет сжечь негативные эмоции.

25 апреля

Растущая Луна во Льве
Продолжаем наш детокс, сегодня он – информационный. Как можно меньше соцсетей и новостей, как можно больше живых и ярких впечатлений от прогулки, встречи с подругами... А может, от свидания?

26 апреля

Растущая Луна в Деве
Нынче стоит избегать копченых и соленых закусок. Лучше будем приобщаться к прекрасному: например, сходя на поэтический вечер, концерт любимой группы, в кино или театр.

27 апреля

Растущая Луна в Деве
Если вы не влюблены, а сердце все равно колотится не в лад, – возможно, стоит посетить кардиолога. Кстати, для работы сердечной мышцы тоже важен белок: не приготовить ли яйца пашот на завтрак?

28 апреля

Растущая Луна в Весах
Хороший день для выбора мелкой бытовой техники и гаджетов для здоровья, например, увлажнителя воздуха. Зарядка для ума тоже будет очень кстати: попробуйте выучить стихотворение или решить кроссворд.

29 апреля

Растущая Луна в Весах
Побалуйте свои ножки ванночкой с морской солью и кремом с ментолом – для легкого шага. В меню сегодня – витаминный бум: салат с болгарским перцем и петрушкой, и киви на десерт. Иммунитет скажет спасибо!

30 апреля

Растущая Луна в Скорпионе
День без суеты: ароматерапия, маска для лица, массаж головы... В рационе – морепродукты с бурым рисом: цинк, железо, омега-3 и витамины. Чтение или ведение дневника – почему бы и нет?



Календарь красоты и здоровья

Боль в суставах или спине?

Восстановите хрящи и позвонки. Верните радость движения!



Постоянная, изматывающая боль, которая не отпускает ни днем, ни ночью... Каждый шаг – пытка. Даже обычная прогулка превращается в настоящее испытание. А что дальше: операция или инвалидное кресло? Беспомощность? Зависимость от близких? Так чувствуют себя люди, больные артритом, артрозом, остеохондрозом, имеющие грыжи... Что же делать в данной ситуации, чтобы избежать непоправимого, мы спросили врача-ревматолога Семена Валерьевича.

— Семен Валерьевич, как помочь людям с заболеваниями опорно-двигательного аппарата?

— Есть решение, способное поднять людей с больными суставами на ноги. Это настоящая революция в медицине. Наши ученые разработали лечебный прибор «Геска». Его преимущество в том, что он не просто снимает боль, а восстанавливает суставы, хрящи и позвонки

на клеточном уровне. Очень важно, что этот медицинский прибор подходит для применения в домашних условиях и не требует специальной подготовки.

— Можете объяснить подробнее?

— За счет специальных режимов воздействия «Геска» стимулирует выделение особых веществ, которые начинают формировать на месте поврежденных хрящей и ослабленной костной ткани новые молодые клетки. Они буквально «латают» суставы в местах истирания и разрушения, увеличивают плотность костей.

— Что за специальные режимы?

— «Геска» работает в трех лечебных режимах:

- **Фототерапия** снимает боль и спазмы мышц. Она обеспечивает большее поступление кислорода и питательных веществ к суставам. Работает как массаж, только изнутри. Это позволяет устранить застои и скованность, улучшить лимфоотток, вывести солевые отложения.

- **Магнитное поле** запускает процессы регенерации: увеличивается количество новых хондроцитов (клеток хряща) и остеобластов (клеток костной ткани), нормализуется состав и вязкость внутрисуставной жидкости, снимается воспаление и отек, восстанавливается хрящевой матрикс.

- **Инфракрасное излучение** проникает глубоко в ткани, активирует митохондрии – «энергостанции» клеток, что ускоряет обновление хрящевой и костной ткани.

Благодаря этим лечебным воздействиям «Геска» не просто облегчает состояние, а обеспечивает полноценное восстановление разрушенных суставов, хрящей и позвонков. Они буквально молодеют.

— От каких заболеваний может избавить медицинский прибор «Геска»?

— От артрита, артроза, остеохондроза, межпозвоночных грыж, радикулита, невралгии и многих других болезней. Помогает восстановиться после травм и растяжений. Хочу отметить, что прибор зарегистрирован в Росздравнадзоре как медицинское изделие. Но самое лучшее доказательство эффективности «Гески» – это сами люди, вернувшиеся к полноценной жизни. Еще недавно они ходили с палочкой, а сегодня бодро шагают, держа за руку внуков. А на место боли и скованности в их жизнь пришли поездки и любимые занятия. «Геска» дает возможность восстанавливать суставы и позвоночник дома, без операций и таблеток.



 **МЕДИЦИНСКИЙ ПРИБОР**

«ГЕСКА» — жизнь без боли и ограничений



Галина Федоровна
г. Иваново

До того, как я приобрела «Геску», думала, что моя жизнь закончилась. Каждый день начинался с мучений: шею, как будто, тисками сжимали, от нее боль в руку отдавала, пальцы немели. Даже чашку удержать не могла. Целый букет болячек был – остеохондроз, межпозвоночная грыжа, невралгия. Врачи советовали операцию, но я откладывала, страшно было. Дрогнет рука у хирурга – и я инвалид. Плакала от боли, но терпела. Сейчас все иначе. Я легко поворачиваю голову, нет ни спазмов, ни боли, ни онемения. Про операцию теперь даже не думаю – так мне стало хорошо. Теперь я просто радуюсь каждому дню и забываю, что когда-то жила с такой болью.

— Вадим, что у Вас было со спиной?

— Да ужас был... Врачи радикулит ставили. Советовали беречься. А как побережешься в частном доме? Зимой дрова, снег. А летом огород – вот на нем меня и скрутило. Однажды так стрельнуло в спине, что я согнулся пополам, еле до дома дошел.

— Что-то из лекарств Вы использовали?

— Нет, я больше медицинские приборы уважаю. Заказал себе «Геску».

— Как сейчас себя чувствуете?

— Лучше не бывает. По хозяйству работаю, наклонюсь – спина гибкая и не болит совершенно.



Вадим Андреевич
г. Вичуга



Мария Тихоновна
г. Екатеринбург

— Мария Тихоновна, Вы ходите без палочки?

— Ага! Палочка в углу пылится. Я теперь ей только шторы поправляю.

— Помню, в прошлую нашу встречу Вы себя «тортилой» называли, еле передвигались.

— Так и было! Два часа могла идти до магазина. Да еще хруст в коленях стоял такой, будто орехи щелкала. Один сосед сердобольный посоветовал купить медицинский прибор «Геска».

— Сейчас колени уже не хрустят?

— Что ты! «Плыву, как фея» на своих ногах! Какой там артрит? Какой артроз? Ночью от боли не вскакиваю, как раньше. Утром встала и пошла без долгой «разминки» и без какого-либо обезболивающего.

**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ**

**ПРОМОКОД
9324**

**ЗВОНИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС**

телефон для заказа
и консультации
специалиста

8-800-300-77-70

Доставка и звонки бесплатные

ВНИМАНИЕ! Специальное ценовое предложение действует только с 25 марта до 22 апреля 2026 года*

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Полезный завтрак – достойный выбор для тех, кто заботится о своём здоровье. Первый приём пищи может дать нам заряд энергии на весь день, обеспечить старт хорошей работоспособности, способствовать отличному самочувствию.

По мнению диетологов, правильный завтрак должен быть в первую очередь сбалансированным и состоять из 20-30 г белка, сложных углеводов, клетчатки и небольшого количества жиров. Сложные углеводы важны в качестве источника энергии, дающего длительное чувство сытости, клетчатка необходима для улучшения пищеварения, а жиры – для лучшего усвоения витаминов и хорошего вкуса пищи.

Полезные ЗАВТРАКИ

– А как ты догадалась, что твой парень при деньгах?
– А он как-то рассказал, что на завтрак пожарил яичницу сразу из трёх яиц!



Оладьи из тыквы и яблока с творогом

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 186 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г мякоти тыквы
- 1 стакан простокваши
- 100 г творога ■ 1 яблоко
- 1 яйцо ■ 60-70 г муки
- 50 г изюма ■ 20-40 г сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя
- растительное масло
- корица ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Тыкву и яблоко натереть на терке.
- 2 Творог растереть с солью, сахаром и яйцом, добавить тыкву и яблоко, перемешать.
- 3 В творожную смесь добавить простоквашу, муку и разрыхлитель, перемешать до однородности, добавить изюм и корицу, перемешать еще раз.
- 4 Противень выстлать бумагой для выпечки, смазать ее растительным маслом.
- 5 Выложить на противень ложкой оладьи на расстоянии друг от друга.
- 6 Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 15 минут, затем оладьи перевернуть и выпекать еще 10 минут.

Утро молодожёнов.
– Любимая, что ты всё листаешь кулинарную книгу?

– Хочу сварить тебе на завтрак яйцо, да никак не найду рецепт...



Пшённая каша с сухофруктами

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 186 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 стакана молока
- 1 стакан сухофруктов
- 2/3 стакана пшена
- 60 г сливочного масла
- 1-2 ст. л. сахара ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Пшено несколько раз промыть горячей водой, высыпать в кастрюлю с толстым дном, залить 2 стаканами воды, довести до кипения, варить на среднем огне до выпаривания жидкости.
- 2 Влить в кастрюлю молоко, довести до кипения, посолить, варить на небольшом огне, помешивая, 20 минут.
- 3 Сухофрукты залить кипятком, через 15 минут воду слить, фрукты отжать, крупные нарезать на 2-3 части.
- 4 Добавить в кашу сахар, масло и сухофрукты, перемешать, через 5 минут снять с огня, накрыть кастрюлю крышкой, укутать полотенцем на 10-15 минут.

Омлет с цукини и сыром

Европейская кухня. На 2 персоны. Калорийность (на 100 г): 170 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 яйца ■ 50 г сыра
- 1 молодой цукини
- 0,5 стакана молока
- 4-5 веточек зелени
- растительное масло ■ соль
- молотый черный перец



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Цукини нарезать ломтиками, сыр натереть на терке, зелень порубить.
- 2 Обжарить цукини на растительном масле до румяности, переложить на тарелку.
- 3 Яйца взбить с молоком и солью, половину смеси вылить на сковороду, готовить под крышкой на небольшом огне 2-3 минуты.
- 4 Выложить на омлет жареный цукини, посолить, поперчить, залить оставшейся яичной смесью, готовить под крышкой еще 2-3 минуты.
- 5 Аккуратно перевернуть омлет, посыпать зеленью, готовить на среднем огне 2 минуты; подавать немедленно.

Котлеты из брокколи

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 64 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кочан брокколи
- 1 зубчик чеснока
- 80 г тертого сыра ■ 1 яйцо
- 3 ст. л. муки
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Капусту разобрать на соцветия, опустить на 4 минуты в кипящую подсоленную воду, аккуратно откинуть на дуршлаг, переложить в чашу блендера и хорошо измельчить.
- 2 В одной глубокой миске соединить брокколи, яйцо, муку, сыр и пропущенный через пресс чеснок, посолить, поперчить, тщательно перемешать.
- 3 Жарить котлеты на хорошо разогретом растительном масле, выкладывая массу на сковороду ложкой, с двух сторон до золотистого цвета.

Салат с авокадо и моцареллой

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 158 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 авокадо
- 200 г моцареллы (маленькие шарики)
- 200 г помидорок черри
- 1 красная луковица
- 1 огурец ■ 1 лимон
- 4 ст. л. растительного (оливкового) масла
- 1 ст. л. бальзамического уксуса ■ 3 веточки базилика
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Огурец нарезать тонкими ломтиками, лук – тонкими перьями (или полукольцами), базилик (только листики) – тонкими полосками, черри и моцареллу разрезать пополам, из лимона выжать сок.
- 2 Авокадо очистить, нарезать небольшими кубиками, сбрызнуть лимонным соком.
- 3 Сделать заправку: соединить масло, бальзамический уксус и оставшийся лимонный сок, посолить, взбить до однородности.
- 4 Соединить все ингредиенты, поперчить, заправить, перемешать.



Филодендроны – это тропические лианы, которые очень полюбились цветоводам благодаря высокой декоративности и большому видовому разнообразию.

В домашних условиях хорошо себя чувствуют, растут и радуют глаз несколько десятков видов филодендронов. И при этом они неприхотливы и достаточно быстро растут.

Освещение

В зависимости от разновидности филодендрону требуется разное количество света. Так, например, филодендрон лазящий или краснеющий довольно хорошо переносит недостаток света и может расти в глубине комнаты вдали от окна или даже при искусственном освещении. Но в большинстве своем филодендроны не станут мириться с тенью. Особенно это касается пестролистных форм. Из-за недостатка света растение начнет вытягиваться, листья будут мельчать, рисунок на листьях – бледнеть. Поэтому для них самым оптимальным будет размещение или возле окна южного направления, или на подоконниках восточных и западных окон.

Лиана на любой вкус



Температура

В летний период для филодендрона предпочтительны более высокие температуры – очень нравятся цветам, если воздух прогревается до 22-28 градусов. Зимой предпочтительный температурный диапазон – в пределах 18-20 градусов. Следует помнить, что филодендроны очень плохо переносят сквозняки и резкие температурные перепады, а также нахождение на холодных подоконниках (может выручить подложенный под горшок пенопласт или другой теплоизолирующий материал). Кроме того, филодендроны не переносят близкое соседство с приборами отопления.

Полив

Полив филодендроны предпочитают регулярный. Не следует допускать пересыхания почвы, пусть она остается при следующем поливе чуть влажной. Но после каждого полива обязательно надо сливать излишек воды из поддона. При недостаточном поливе цветок загустит: листья могут засыхать и опадать. Летом, особенно в жаркую погоду, поливают чаще, зимой, в более прохладных условиях, реже. Использовать воду для полива лучше отстоянную, комнатной температуры или чуть теплее.

Детали

Сердечные листья

В зависимости от разновидности листья филодендрона могут очень различаться по длине и размеру. Самые большие в ширину достигают почти метра. Что интересно, филодендроны не имеют определенной формы листа. Пока листья молодые, они напоминают сердечко, но по мере роста их форма и размер меняются. Чаще всего листья становятся темно-зеленого цвета, реже можно встретить растение с красноватыми листьями.

Кстати

Что в имени твоём?

Название растения – филодендрон – образовалось из двух древнегреческих слов: **phileo** (любить) и **dendron** (дерево). Имя полностью передает главную черту растения – цепляться корнями за ближайшие деревья, превращая их в свою опору.

Влажность

Лучше всего филодендроны себя чувствуют при повышенной влажности. Можно увлажнять воздух из пульверизатора вокруг растения, протирать листья влажной тряпочкой, купать под душем. Если растение крепится к опоре, обмотанной мхом, можно увлажнять эту опору. Можно поставить растение на поддон с влажным керамзитом.

Пересадка

Молодые растения, как правило, пересаживают ежегодно. Более взрослые экземпляры достаточно пересаживать раз в 2-3 года. Если филодендрон очень крупный, допустимо лишь обновить в горшке верхний слой земли. Но в любом случае грунт должен быть рыхлым, воздухо- и водопроницаемым. И обязательно при пересадке примерно на четверть высоты горшка добавляют слой керамзита, а лишь потом грунт. Благодаря этому корни растения с легкостью будут поглощать необходимое количество воды, а излишки влаги не будут застаиваться и закислять почву.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

доступно
онлайн

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...и встретил Его народ, ибо слышал, что Он сотворил это чудо»



За шесть дней до Пасхи пришел Иисус в Вифанию, где был Лазарь умерший, которого Он воскресил из мертвых. Там приготовили Ему вечерю, и Марфа служила, и Лазарь был одним из возлежавших с Ним. Мария же, взяв фунт драгоценного мира, помазала ноги Иисуса и отерла волосами своими ноги Его; и дом наполнился благоуханием от мира. Тогда один из учеников Его, Иуда Симонов Искарот, который хотел предать Его, сказал: Для чего бы не продать это миро за триста динариев и не раздать нищим? Сказал же он это не потому, чтобы заботился о нищих, но потому что был вор. Он имел при себе денежный ящик и но-

сил, что туда опускали. Иисус же сказал: оставьте ее; она сберегла это на день погребения Моего. Ибо нищих всегда имеем с собою, а Меня не всегда. Многие из Иудеев узнали, что Он там, и пришли не только для Иисуса, но чтобы видеть и Лазаря, которого Он воскресил из мертвых. Первосвященники же положили убить и Лазаря, потому что ради него многие из Иудеев приходили и веровали в Иисуса. На другой день множество народа, пришедшего на праздник, услышав, что Иисус идет в Иерусалим, взяли пальмовые ветви, вышли навстречу Ему и восклицали: осанна! благословен грядущий во имя Господне, Царь Израилев! Иисус же, найдя молодого осла, сел на него, как написано: Не бойся, дочь Сионова! се, Царь твой грядет, сидя на молодом осле. Ученики Его сперва не поняли этого; но когда прославился Иисус, тогда вспомнили, что так было о Нем написано, и это сделал Емму. Народ, бывший с Ним прежде, свидетельствовал, что Он вызвал из гроба Лазаря и воскресил его из мертвых. Потому и встретил Его народ, ибо слышал, что Он сотворил это чудо. (Ин, 12: 1-18)

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 5 апреля, в воскресенье.

Помню, в конце 1980-х годов, когда мой отец-священник служил в маленьком селе, в храм пришла молодая женщина. Я не помню ни ее лица, ни имени, помню только наш разговор. Она спросила: «Что вы все здесь делаете и для чего все это? Не лучше ли потратить это время для того, чтобы пройтись по селу и собирать мусор?..» В одной проповеди я услышал ответ на ее вопрос. Он не был дословным, но он объяснял церковную точку зрения на проблему соотношения религиозного и социального. Проповедник сказал так: когда нам говорят, что вместо храмов мы должны строить детские дома, мы отвечаем, что строим храмы для того, чтобы ни у кого не возникло мысли отдать своего ребенка в детский дом. Подобным образом можно рассуждать и о мусоре на улицах, и о любом

печальном явлении, присутствующем в нашей жизни.

Однако главная цель не в этом. Церковь – не социальный проект, и в том, чтобы свести суть христианства к решению социальных проблем, можно видеть серьезную подмену, о которой рассказывает в прочитанном нами евангельском отрывке. Когда, комментируя жертвенный порыв Марии, Иуда говорит, что деньги можно было бы раздать нищим, он как раз эту подмену совершает. И, указывая ему на Себя, Христос говорит, что Он и Его дело важнее нищих. Помощь нищим не решает проблемы греха и неправды в мире. В свою очередь смерть и воскресение Спасителя приносят в мир возможность не просто справедливого социального устройства, но преображения жизни. Это преображение отличается от социальных реформ тем, что носит



Комментирует священник Стефан Домусчи

не общественный, но личный характер и принимается человеком в глубине сердца. Люди, которые не понимали этого, встречали Христа как царя земного и ждали от Него переустройства жизни и социальной справедливости. Однако Господь пришел не для того, чтобы изменить мир, но для того, чтобы изменить и исцелить человека в мире. Пока человек не исцелен, с миром ничего невозможно сделать. Но если человек предал свою жизнь Богу и смотрит на мир через призму Его воли, он и в мире ведет себя как чадо Божье.

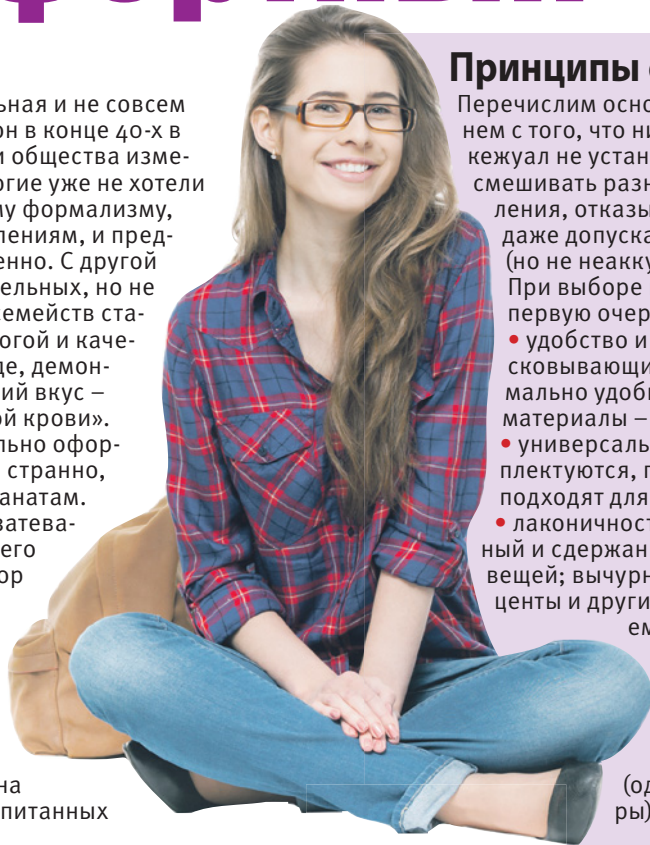
Пожалуй, самый комфортный стиль в одежде – это кежуал. Он многообразен и вместе с тем очень индивидуален, лаконичен и даже скромен. Но главное – исключительно удобен.

КЕЖУАЛ – КОМФОРТНЫЙ СТИЛЬ

Английское слово кежуал переводится как «небрежный, случайный, непринужденный». И в этом, собственно, и заключается стиль: одежда будто бы подобрана без малейших усилий, случайным образом. Образ при этом никак не похож на картинки из модных журналов, но выглядит, тем не менее, законченным и актуальным. Главная изюминка кежуал в том, что каждый образ индивидуален и уникален, двух одинаковых просто не существует.

Немного истории

Происхождение стиля – отдельная и не совсем обычная история. Зародился он в конце 40-х в Великобритании. Потребности общества изменились – с одной стороны, многие уже не хотели возвращаться к традиционному формализму, присущему предыдущим поколениям, и предпочитали одеваться расслабленно. С другой стороны, молодежь из состоятельных, но не относящихся к аристократии семейств стала отдавать предпочтение дорогой и качественной, но неброской одежде, демонстрируя тем самым, что хороший вкус – отнюдь не привилегия «голубой крови». По одной из версий, окончательно оформился стиль благодаря, как ни странно, британским же футбольным фанатам. Едва не на каждом матче они затевают бесконечные драки, из-за чего попали под пристальный надзор полиции. Чтобы избавиться от внимания властей, фанаты отказались от клубной символики и стали одеваться в костюмы, рубашки поло и спортивную обувь (преимущественно британских брендов) – и стали похожи не на отчаянных хулиганов, а на воспитанных юношей из приличных семей.



Принципы стиля

Перечислим основные принципы стиля. Начнем с того, что никаких жестких требований кежуал не устанавливает. Можно и нужно смешивать разные концепции и направления, отказываться от строгих норм и даже допускать некоторую небрежность (но не неаккуратность). При выборе гардероба кежуал следует в первую очередь обращать внимание на:

- удобство и комфорт (свободный, не сковывающий движений крой, максимально удобная обувь и качественные материалы – основа стиля);
- универсальность (все вещи легко комбинируются, прекрасно сочетаются и подходят для любого случая);
- лаконичность и простота (образ спокойный и сдержанный, состоящий из базовых вещей; вычурные аксессуары, яркие акценты и другие «украшательства» неприемлемы);
- минимализм (чистые цвета, простые линии);
- многослойность;
- неброские аксессуары;
- спортивные элементы (одежда, обувь, головные уборы).

Направления кежуал

- Внутри стиля есть несколько направлений, отличающихся друг от друга небольшими, но важными нюансами.
- **Стрит-кежуал (уличный)** – самый свободный и поэтому самый интересный, максимально выражающий индивидуальность. Уличный кежуал допускает яркие детали, насыщенные оттенки и другие признаки актуальных трендов.
- **Смарт-кежуал** – самый элегантный. Легким оттенком формализма напоминает деловой стиль, но при этом довольно комфортный. Такую одежду можно выбрать для офиса, но при отсутствии строгого дресс-кода.
- **Спорт-кежуал** – максимально расслабленный и удобный. Предполагает обилие спортивных вещей, в том числе и обуви, а также многослойность. Существует также **бизнес-кежуал**, предлагающий замену строгих офисных комплектов чуть менее формализованными аналогами. А также **кежуал-шик**, предполагающий премиальное качество: натуральные материалы, спокойные оттенки, идеальная посадка по фигуре.

Светлана ИВАНОВА

КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА АПРЕЛЬ

Фазы Луны:
1 апреля – растущая Луна, 2 апреля – полнолуние, с 3 по 16 апреля – убывающая Луна, 17 апреля – новолуние, с 18 по 30 апреля – растущая Луна.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
30 	31 	1 Выкладываем на яровизацию клубни картофеля.	2 Подготавливаем почвенные смеси для рассады и пересадки растений.	3 Готовим грядки для посева и копаем ямы для посадки растений в садах.	4 Поливаем и подкармливаем овощные и декоративные культуры в закрытом грунте.	5 Ведем борьбу с возбудителями болезней растений.
6 Проводим обрезку и подкормку плодовых деревьев и ягодных кустарников.	7 Сеем на рассаду сорта поздней белокочанной капусты.	8 Мульчируем приствольные круги плодовых деревьев и ягодников.	9 Пропалываем сорняки, прореживаем всходы, рыхлим почву.	10 Выкладываем на яровизацию клубни картофеля. Подкармливаем луковичные.	11 Очищаем теплицы и готовим их к эксплуатации.	12 Реставрируем и по необходимости поливаем газон.
13 Поливаем и подкармливаем рассаду овощных и декоративных культур.	14 Ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений в садах.	15 Поливаем и подкармливаем рассаду, комнатные растения.	16 В садах подготавливаем почву для посева и пересадки растений.	17 Проводим санитарную обрезку роз, плодовых деревьев и кустарников.	18 Боремся с вредителями и возбудителями болезней растений.	19 Сажаем рассаду томата, перца сладкого, баклажана в теплицы.
20 Посев в открытом грунте однолетних декоративных растений.	21 Высаживаем красивоцветущие кустарники.	22 Поливаем растения. Высаживаем декоративные деревья и кустарники.	23 Если позволяет погода, проводим посев на грядки семян салата, укропа, петрушки.	24 Проводим прививки плодовых деревьев и кустарников, посадку плодовых деревьев.	25 Проводим прививки плодовых деревьев и декоративных кустарников.	26 Сеем в открытом грунте салат, руколу, пекинскую капусту, укроп, петрушку.
27 Проводим реставрацию газона, посадку деревьев и декоративных кустарников.	28 Проводим посев лекарственных и декоративных однолетних растений.	29 Проводим пересадку и деление многолетних цветов.	30 Сажаем корнеплоды, картофель, луковичные, а также однолетники в грунт.			

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
На этой неделе Овнам стоит уделить внимание привычным делам и позитивному общению с коллегами. Спокойный подход поможет лучше понимать других людей и находить с ними общий язык. Не торопитесь с выводами – дайте ситуации развиваться естественно.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам неделя обещает быть размеренной и комфортной. Постарайтесь придерживаться привычного ритма. Внимание к деталям, ищите радость в повседневности. Общение с любимым человеком принесет ощущение стабильности и уверенности.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Близнецам стоит сосредоточиться на важных задачах и не отвлекаться на второстепенные. Последовательность и внимательность помогут избежать лишней суеты и избыточного напряжения. Не берите на себя слишком много – лучше двигаться постепенно.

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам полезно обратить внимание на свое внутреннее состояние и эмоциональный настрой. Спокойствие и доброжелательность помогут сохранить гармонию в отношениях с окружающими. Не стоит заикливаться на мелочах. Переключитесь на приятные и привычные занятия.

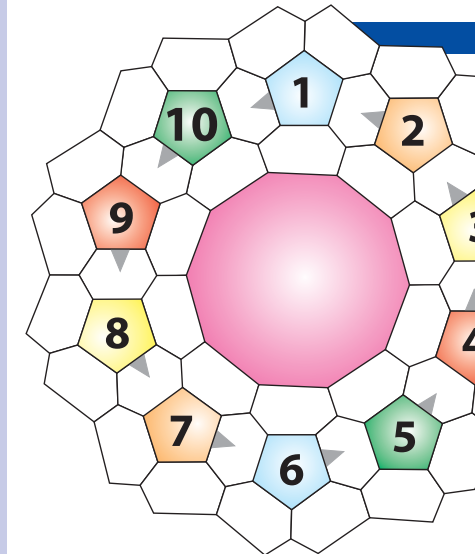
ЛЕВ (23.07 – 22.08)
У Львов неделя подойдет для активного взаимодействия с коллегами, соседями, домочадцами. Ваше участие, внимание и готовность поддержать будут замечены и оценены. Старайтесь сохранять баланс между инициативой и тактичностью. Такое общение подарит настроение.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девам стоит заняться упорядочиванием задач и наведением порядка. Небольшие, но регулярные усилия дадут ощутимый результат. Не забывайте делать паузы и давать себе время на отдых. Теплое и спокойное общение с близкими создаст ощущение уюта и внутреннего равновесия.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам неделя принесет ровный эмоциональный фон. Это хорошее время, чтобы замедлиться и прислушаться к своим ощущениям. Простые радости и комфортная обстановка помогут восстановить силы. Избегайте лишней спешки – умеренность сейчас особенно важна.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионам стоит проявить внимательность. Ваше умение чувствовать ситуацию поможет избежать недоразумений и сохранить гармонию в общении. Не забывайте учитывать мнение других людей. Дружелюбный настрой и спокойный тон создадут благоприятную атмосферу.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам лучше не спешить с решениями. Неделя располагает к обдуманному шагам и спокойному анализу. Полезно обсудить свои мысли с близкими – это поможет взглянуть на ситуацию с другой стороны. Совместное времяпрепровождение подарит приятные эмоции.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Голубой самоцвет ювелира.
2. Старинные сложные женские головные уборы на каркасе из китового уса, металла, крахмаленного полотна или твердой бумаги.
3. Бегун имени графа Орлова.
4. Опасные рыбы.
5. Научное название салата посевого.
6. Воины легкой кавалерии.
7. Боярский род, из которого была Мария Федоровна, мать царевича Дмитрия Углицкого.
8. Где река берет начало?
9. Гора – обитель Зевса.
10. Норковая мечта дамы.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам подойдет размеренный и устойчивый ритм. Сосредоточьтесь на повседневных делах и не перегружайте себя дополнительными задачами. Последовательность и аккуратность позволят справиться со всем без лишнего напряжения.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям стоит уделить внимание своим интересам и привычным занятиям. Небольшие инициативы и творческий подход сделают неделю более приятной и насыщенной. Не забывайте делиться хорошим настроением с окружающими. Теплое общение подарит позитив.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам рекомендуется сохранять спокойствие и не поддаваться лишним переживаниям. Лучше сосредоточиться на том, что приносит удовольствие. Уютная обстановка и привычные занятия помогут восстановить силы. Теплые слова и внимание близких окажутся важными.

Ответы: 1. Топаз. 2. Атырпак. 3. Рысак. 4. Акулы. 5. Латук. 6. Уланьы. 7. Натие. 8. Исток. 9. Олимп. 10. Манто.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

ЦЕНА Стоимость строчного 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

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

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: Нимфа. Медонос. Напарник. Сифон. Политика. Болид. Код. Пикап. Доброта. Розыск. Комбайн. Зверобой. Аллея. Балаган.

По вертикали: Ревизор. Логотип. Дон. Икание. Фантик. Самосад. Вклад. Контейнер. Диаспора. Покой. Прибалт. Дрозд. Измена. Кора.

КУПЛЮ

8 (999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны, йены, шекели, канадские доллары старого образца и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, часы. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:
8 (903) 792-47-73

