

№16  
(545)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 20 по 26 апреля 2026 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ЧТО НОВЕНЬКОГО  
ПОСЕЯТЬ  
НА ДАЧЕ?**

стр. 28

**ВЕТРОВКА  
НА ВЕСНУ:  
ПРИНТЫ,  
ФАСОНЫ,  
ДЛИНА**

стр. 30

**ВАСИЛИЙ  
КЛЮЧАРЁВ**

**ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ОБРАТНАЯ  
СТОРОНА ИНТЕЛЛЕКТА**

**КОГДА ЛЮБИМЫЙ –  
МАМЕНЬКИН  
СЫНОК**

стр. 4

**ВЫБИРАЕМ  
ОБЕДЕННЫЙ  
СТОЛ**

стр. 8

**ВКЛЮЧИТЕ  
В МЕНЮ  
СТЕЙКИ  
ИЗ ОВОЩЕЙ**

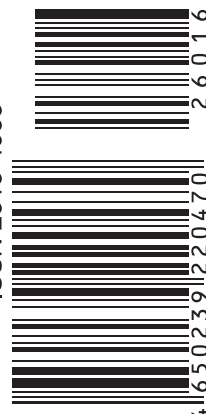
стр. 27

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото телеканала «Россия»

ISSN 2313-4933



4 165 0239 12204701 26016

Российский нейробиолог, популяризатор науки, профессор Василий Ключарёв искренне радуется старту нового сезона шоу «Удивительные люди» на телеканале «Россия», где 10 лет назад он впервые выступил в качестве члена жюри.

**И** теперь признается, что эта программа разрушила привычные стереотипы о возможностях человеческого мозга и продолжает доказывать каждый своим выпуском, что невозможное возможно.

### Участие в шоу меняет человека

– Василий Андреевич, десять лет назад вы впервые выступили в качестве эксперта в шоу «Удивительные люди», можно сказать, юбилей. Признать, страшно было начинать?

– Когда мне предложили поучаствовать в этом проекте, я испытал настоящий шок, ведь никакого телевизионного опыта до этого не было. Больше скажу: я человек замкнутый, и для меня публичные разговоры и общение с незнакомыми людьми своего рода стресс. Был уверен, что вообще на это не способен. Но мне предложили попробовать, и я попал на шоу, которое меня изменило.

– Странно слышать от вас, что вы человек не публичный, в то время как являетесь преподавателем со стажем...

– Как преподаватель я более-менее чувствую себя комфортно, это все-таки знакомые студенты, родные стены. А в шоу мне предложили незнакомую аудиторию и новые обстоятельства, и от такой ситуации с незнакомыми людьми я сильно нервничал. Человек, который хоть немножко нервничает, в положении полной неопределенности начинает чувствовать еще больший стресс. Поэтому я решил, что не справлюсь, но в результате рискнул. Мне потребовалось время, чтобы адаптироваться к этой ситуации. Но она научила меня держать удар и еще много чему другому. Например, четко выражать свои мысли. Я иначе теперь разговариваю, стараюсь говорить предельно конкретно, формулируя свои мысли так, как того требует ограниченное эфирное время.

**Василий КЛЮЧАРЁВ:**

# Движение – это обратная сторона интеллекта



### И невозможное возможно

– Десять лет – солидный срок. Не устали за это время удивляться?

– Конечно, удивляться становится все сложнее и сложнее – и телезрителей, и членов жюри. И это настоящий вызов для режиссеров, для постановщиков, для тех, кто ищет героев. Но каждый год я вспоминаю кого-нибудь из участников, например, Бориса Голика, который меня просто потряс. Он мог говорить наоборот, петь наоборот, разворачивая речь в обратном направлении. Я был настолько поражен, что пригласил его в лабораторию нашего института когнитивных нейронаук. Помню совершенно ошарашенных коллег, которые сказали мне в перерыве, что это невозможно с точки зрения сложности всего происходящего. И каждый год есть такие невероятные люди, которые разрушают твои представления о том, что это невозможно.

– Признаться, вас больше привлекают номера, связанные с интеллектом или физическими возможностями человека?

– Коллеги меня тоже об этом спрашивают, считают, раз я ученый, мне в первую очередь интересен интеллект. На самом деле мне интересно смотреть и на способности, связанные с интеллектом, и на физические возможности человека. Это как минимум равноценные стороны нашего мозга. Как это ни парадоксально звучит, но для нейробиолога движение не менее любопытно по сложности своей природы, чем разные интеллектуальные функции. Считается, что мозг посвящен сложным когнитивным процессам, связанным с мышлением, памятью, вниманием. На самом деле 80 % нейронов посвящено координации движения, и управлять им сложнее, чем многими вычислительными функциями.

### Если захотеть, можно научиться

– Как вы считаете – уникальные способности, которые демонстрируют участники шоу, это

### Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Как эксперт шоу «Удивительные люди» желаю каждому посмотреть хотя бы один из наших выпусков. Возможно, увиденное вас заинтересует и послужит тому, что вы захотите тоже развить свои способности, стать участниками нашего проекта. В нем много всего любопытного, что может заставить вас выйти на улицу и заняться активностями, ведь движение – это обратная сторона вашего интеллекта. Развитие в себе интеллектуальных и физических способностей сделает вас более гармоничными и счастливыми.

в большинстве своём результат долгих тренировок или врождённые способности?

– Расскажу маленькую историю по этому поводу. В одном из выпусков участник шоу продемонстрировал, что он помнит последовательность из десяти тысяч цифр. Я впервые видел человека, который может запомнить такой объем информации. Подошел к нему в перерыве и сказал: «Артём, это невероятно!» В ответ на мое восхищение он сказал: «Василий Андреевич, вы тоже так сможете». Казалось бы, звучит фантастически, но это именно так: надо лишь выбрать подходящую технику и тренироваться. Уникальными способностями от рождения обладают лишь где-то 20 % «удивительных людей», остальные 80 проявляют невероятную настойчивость, чтобы развить в себе эти способности.

– Есть какие-то ожидания от предстоящего нового сезона?

– Ожидания у меня оптимистичные. Возможно, этот сезон будет еще интереснее предыдущего. Есть такое подозрение (смеется).

**Александр АНОХИН**

### ПОДРОБНОСТИ

## Как сохранить мозг молодым

– Читатели определённо ждут ответа на важный для каждого вопрос – как сохранить молодость мозга, его функционал как можно дольше?

– На этот счет существует три доказанных фактора. В первую очередь, это активное движение. Чтобы поддерживать мозг в хорошем состоянии, надо много двигаться. Вторая составляющая – мозг должен трудиться, все время быть задействованным в чем-то, связанным с мышлением, условно говоря, от изучения языков до головоломок. И, наконец, еда. Состояние мозга во многом за-

висит от того, какой именно диеты вы придерживаетесь. Также не менее важен сон. 7-9 часов необходимо человеку для восстановления и оптимального функционирования нервной системы.

– Вы пишете книги, которые востребованы читателем. Не было желания написать ещё одну – по следам выступлений «Удивительных людей»?

– Честно скажу, мне приходила такая идея – рассказать о нашем проекте, удивительных людях с точки зрения науки. Но пока такую задачу мне одному точно не осилить.

Одна из участниц шоу поразила Василия Андреевича своими знаниями о кофе.





## Героиня Светланы Ивановой живёт в Аргентине

На Первом канале телевизионная премьера оригинального проекта Premier – сериала «Эль Русо». Съёмки проходили в Аргентине, производством занималась кинокомпания «Новые люди» при поддержке Института развития интернета (АНО «ИРИ») и онлайн-кинотеатра Premier. Режиссером сериала выступил Сергей Мокрицкий. Главные роли исполнили Светлана Иванова и Семён Серзин. На экране зрители также увидят Бориса Каморзина, Максима Севриновского, Никиту Тезина, Марину Ворожищеву, Нила Бугаева, Владимира Антоника, Павла Акимкина, Марину Лебедеву и других актеров. В съемках «Эль Русо» были заняты и аргентинские актеры. Среди них – Моро Англери, Мартина Салазари, Даминьяна Гандучи.

Далекая, жаркая Аргентина. Тихий полуостров в стороне от Буэнос-Айреса. Там уже давно живет община русских староверов, сохраняя язык, свою веру и свой уклад жизни. Мария (Светлана Иванова), одна из них, растит сына в глухой деревне вдали от внешнего мира. Павел (Семён Серзин) – полицейский, русский эмигрант, не знающий пощады к преступникам. И вот по стечению обстоятельств их жизням теперь угрожает преступная группировка, а их любви – близкие люди...

Фото предоставлено пресс-службой Первого канала

## Мария Аронова вернулась к роли

Онлайн-кинотеатры PREMIER и START объявили о завершении съёмки второго сезона сериала «Олд-скул». В продолжении истории об учительнице математики к своим ролям вернулись: Мария Аронова, Ефим Шифрин, Роман Маякин, Павел Савинков, Игорь Хрипунов, Надежда Жарычева, Дэниел Барнс и другие артисты.

Во втором сезоне Мария Павлова (Мария Аронова) будет стараться глубже и лучше понять мир современных подростков и, конечно, попытается наладить отношения с дочерью. Директор школы (Павел Савинков) переживает кризис среднего возраста, а личная жизнь Натальи (Надежда Жарычева) и Бояна (Дэниел Барнс) обретает неожиданные повороты. Тем временем в школе появляются новые сотрудники – завхоз Леонид (Ефим Шифрин) и преподаватель Юлия (Елизавета Воронова).

Фото START/PREMIER



## Антон Хабаров снова стал майором Чубиным

В эфире телеканала НТВ премьера второго сезона сериала «Страх над Невой» – «Страх над Невой. Огненный круг». К главным ролям в сериале вернулись Антон Хабаров (майор Владимир Чубин) и Андрей Фролов (капитан Егор Фёдоров).

Лето 1970 года. Ленинград. Три человека во дворе НИИ, совершив загадочный обряд, гибнут на глазах у десятков свидетелей. Город замер в ужасе. За распутывание этого сложного дела берется майор Чубин (Антон Хабаров). В процессе следствия выясняется, что все загадочные убийства связаны с каким-то новым тайным культом. И тогда перед Владимиром Чубиным встает важный вопрос: речь о возвращении культа Чернобога или теперь следствие имеет дело с чем-то новым, неизведанным и еще более опасным?

«Страх над Невой. Огненный круг» – это совместный проект онлайн-кинотеатра «Иви» и телеканала НТВ, производством которого занималась «Студия РоЕл». Режиссер проекта – Илья Максимов. В ролях во втором сезоне так же заняты Карина Разумовская, Виктория Заболотная, Евгения Лыкова, Евгений Серзин, Сергей Яценюк, Александр Нестеров, Андрей Шарков, Роман Грибков и другие актеры.

Фото онлайн-кинотеатра «Иви»/PR НТВ



## Дмитрий Исаев окажется «Под ударом»

На телеканале ТВЦ 18 апреля состоится премьера четырёхсерийной остросюжетной мелодрамы «Под ударом». Режиссер проекта – Александр Сухарев. Главную мужскую роль – успешного бизнесмена Игоря Викторовича Артамонова – в сериале исполнил Дмитрий Исаев. Также в картине снялись Евдокия Лаврухина, Илья Алексеев, Кира Кауфман, Леа Поляхова, Марк Миловидов, Павел Савинов, Сергей Кореньков, Игорь Кулачко, Артём Русин и другие артисты.



По сюжету Ольга (Евдокия Лаврухина) устраивается няней в семью Артамоновых. Глава семейства достойно несет выпавшие на его долю испытания: жена Галина (Кира Кауфман) страдает тяжелым психическим заболеванием. Однажды, гуляя с дочкой хозяев Аней (Леа Поляхова), Ольга видит в городе женщину, похожую на Галину. Это кажется ей странным: ведь жена Артамонова не выходит из дома. На следующий день Галина падает с лестницы и в бессознательном состоянии попадает в больницу. А Аня находит у себя письмо от матери, в котором та предупреждает дочь о страшной опасности и умоляет ее бежать из дома.

– Мой герой Артамонов интересен именно своим двуличием, – рассказывает Дмитрий Исаев. – Играть такого персонажа, конечно, было не просто. Но это довольно яркая роль, где можно позволить себе некие неожиданные проявления себя.

Фото телеканала ТВЦ

## Про Золушку будет новый фильм

Студия Yellow, Black and White, телеканал «Россия» и кинокомпания ТЕМП запускают работу над экранизацией «Золушки». Режиссерами фильма по мотивам легендарной сказки станут Клим Шипенко и Соня Карпунина.

– Браться за такую сказку – большая ответственность для нас, – рассказывает Клим Шипенко. – Это история, которую любят многие поколения детей и их родителей. Нам важно сохранить уважение к советской экранизации, но рассказать ее современным киноязыком. Я уверен, Соня Карпунина как сорежиссер привнесет в проект не только свой талант, но и тонкое ощущение героини, женский взгляд на эту историю. Мне кажется, именно это позволит нашей «Золушке» заговорить и с детьми, и со взрослыми на понятном и живом языке, сохранив веру в чудо, которое может случиться с каждым.

Планируется, что премьера новой «Золушки» состоится зимой 2028 года.

# БОЛЬ В СУСТАВАХ НЕ ТЕРПИТЕ! СЕКРЕТ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СУСТАВОВ ОТКРЫТ!

КАЖДОЕ УТРО — СКОВАННОСТЬ. КАЖДЫЙ ШАГ — БОЛЬ. ВАШИ СУСТАВЫ ГОЛОДАЮТ БЕЗ «СТРОЙМАТЕРИАЛОВ». МАЗИ И ТАБЛЕТКИ ЛИШЬ ГЛУШАТ БОЛЬ, ОСТАВЛЯЯ ПРИЧИНУ НЕТРОНУТОЙ. ИСТИННОЕ РЕШЕНИЕ — ГЛУБОКОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ СУСТАВОВ ИЗНУТРИ.

## ПОЧЕМУ «АРТРО-КОМПЛЕКС» ОТ ФАРМЭЛЬ РАБОТАЕТ?

В основе — синергия пяти мощных компонентов, усиливающих друг друга.

1. **Гиалуроновая кислота** — жидкий имплант: стирает хруст и боль.
2. **Морской коллаген** — встраивается в хрящ, заполняя трещины.
3. **Кальций** — останавливает разрушение костей.
4. **Ламинария** — гасит воспаление, снимает отёк.
5. **Инулин** — доставляет кальций точно в кости и хрящи.



«После аварии мне говорили об эндопротезировании. «Артро-комплекс» стал последним шансом. Через 5 месяцев боли ушли. На МРТ специалист развёл руками: «Хрящ восстановился, будто травмы не было». Такого эффекта я не ожидал. Теперь я снова за рулём». — Михаил, 58 лет.

«Артро-комплекс» работает по принципу: поставка веществ - снятие воспаления - запуск регенерации.

**Хватит терпеть боль! Выберите восстановление.**  
**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС: 8-800-444-60-35**



**1 000 РУБ\***

\*скидка при покупке 3-х банок

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Как правильно сравнивать вакансии

Сравнивать офферы по принципу «где больше оклад» – самая популярная и самая опасная стратегия. Чтобы выбор был осознанным, используйте формулу «Чистый лист». Вот три конкретных шага.

## Деньги к одному знаменателю

Сравнивайте только «чистые» доходы (на руки после уплаты НДФЛ). Если в вакансии указана зарплата «грязными» – вычтите 13%. Далее посчитайте стоимость реального часа работы. Пример: оклад 80 000 в штате (22 дня по 8 часов) = 455 руб./час. Фриланс 100 000 без соцпакета и отпуска – это часто работа в выходные, и в пересчете на часы ваш «дорогой» проект может оказаться дешевле штатной должности.

## Оценка «трудозатрат»

Что входит в эти деньги?  
 ● Переработки: оплачиваются или это «корпоративная культура»? Умножьте 2-3 часа ежедневного овертайма на 22 рабочих дня. Это крадет у вас 50+ часов в месяц бесплатно.  
 ● Стабильность: в стартапе зарплата может задержаться, в госкомпании – нет.  
 ● Бонусы: ДМС, обучение, абонемент в зал. Посчитайте их рублем (страховка стоит ~30-50 тыс. рублей в год). Это реальные деньги, которые не облагаются налогом.

## Карта и потолок

Самая дорогая вакансия сегодня – та, где нет роста завтра. Спросите, когда меняли зарплату в прошлый раз и на сколько? Если в компании потолок 100 000, а оффер на 90 000 – вы уперлись в лимит. Если в другой фирме старт 80 000, но потолок специалиста 150 000 – через год вы обгоните первую. Не верьте грандиозным цифрам без контекста. Переведите все в часы и сравните риски. Лучшая вакансия – не та, где больше платят, а та, где платят честно и оставляют время эти деньги потратить.

# Когда любимый – маменькин сыночек

«Он такой заботливый!» – так начинается история любви с мужчиной, который позже окажется классическим маменькиным сыночком.

С начала его связь с матерью кажется трогательной: он звонит ей каждый день, советуется по любому вопросу. Но розовые очки быстро разбиваются о реальность: в ваших отношениях есть треть лишняя, и эта треть – его мама.



Все говорят, что я маменькин сыночек... Но мама сказала, что это неправда!



## Приметы «сыночки-корзиночки»

Именно так принято называть в интернете мужчин, которые, став взрослыми, так и не сепарировались от мамы. Распознать такого кавалера можно уже на первом месяце свиданий по следующим признакам:

- **Культ матери.** Фраза «Моя мама – самая лучшая» звучит постоянно.
- **Советчик номер один.** Он не выбирает работу, машину или кофе без ее одобрения. «Мама сказала, что так лучше».
- **Телефонная зависимость.** Звонки матери – 3-5 раз в день. Он не может их игнорировать даже в интимные моменты.
- **Бытовая беспомощность.** До 30-40 лет мама гладит его

рубашки, покупает продукты и лечит насморк.

- **Финансовая пуповина.** Зарплата уходит в общий кошелек с мамой, или он регулярно получает от нее деньги («на карманные расходы»).
- **Ревность.** Мать ревнует сына к вам, а он поощряет эту ревность: «Ты что, хочешь, чтобы я забыл про маму?»
- **Отсутствие границ.** Мать может зайти без звонка, переставить вещи в вашем шкафу, крикливо выговаривать то, как вы воспитываете детей. В любой критической ситуации такой мужчина выбирает мать. Если вы узнаете свою ситуацию, знайте: в этом треугольнике лишняя именно вы.

## Четыре сценария ада

Жизнь в треугольнике с его мамой может протекать по одному из четырех сценариев.

- 1. Роль любовницы.** Вы – тело для секса и быта, а его душа и мысли принадлежат маме.
- 2. Роль старшей сестры.** Вы пытаетесь научить его готовить, планировать бюджет. Но он сопротивляется: «Мама сделает лучше». Вы устаете быть его родительницей.
- 3. Война на два фронта.** Вы говорите: «Я не хочу, чтобы мама приходила без звонка». В ответ: «Ты ревнуешь». Мама жалуется на «стерву, которая отнимает сыночка». Вы – злодейка.
- 4. Жизнь по указке.** Све-кровь воспитывает ваших детей, муж поддерживает. Ваши протесты разби-ваются о стену: «Она же выростила меня нормальным». (Спойлер: нет).

## Что делать, если вы не готовы расстаться

**1 Прекратите быть «второй мамой».** Не стирайте его носки, не решайте его проблемы. Он не повзрослеет, пока вы делаете за него все.

**2 Перестаньте конкурировать с матерью.** Не доказывайте, что вы лучше. Вы никогда не выиграете. Вместо этого ставьте условия: «Либо ты сам планируешь наш бюджет, либо я ухожу».

**3 Говорите о своих чувствах, а не о его маме.** Не «твоя мама ужасна», а «я чувствую себя одинокой и ненужной, когда ты отменяешь наши планы ради ее каприза».

**4 Будьте готовы уйти.** Если он не хочет меняться даже под угрозой потери вас, он никогда не изменится. Уходите без сожалений.

*Любить маменькиного сыночка – значит быть вечно второй. Вы не сможете его «перелюбить» или «перевоспитать» терпением. Единственное, что здесь лечится, – это ваша собственная привычка терпеть и спасать. Если через год, пять или десять лет ничего не изменится – вы готовы с этим жить? Если нет, уходите сегодня.*

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Почему они такими вырастают?

Корни уходят в детство. Чаще всего это происходит в семьях, где отец отсутствовал или был пассивным, а мать была гиперпекающей и тревожной, внушая: «Мир опасен, только я тебя люблю». Мать использовала сына как «эмоционального мужа»: жаловалась на жизнь, делала его своим советником. Мальчик вырастает с убеждением: мать – единственный источник безопасности. Любая другая женщина подозрительна, она может бросить. А мама – никогда.

## Пчелиная геометрия

Все знают, что пчелы – гениальные строители. Их шестиугольные соты – пример того, как построить максимально вместительные и прочные ячейки, используя минимум материала. Но это не все. Ученые обнаружили, что пчелы могут решать математические задачи. Например, они способны «просчитать» кратчайшие расстояния между цветами, чтобы собрать максимальное количество нектара.

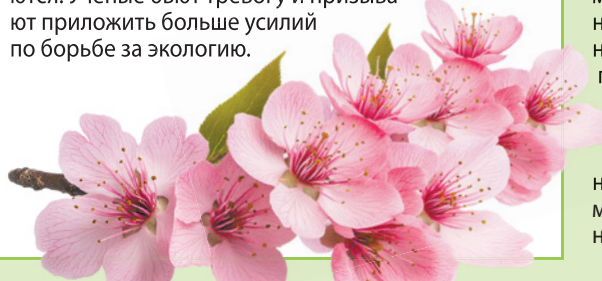


## Буханка из бронзового века

На территории современной Турции археологи обнаружили один из самых древних образцов хлеба. Буханка найдена практически в нетронутом виде. Анализ показал, что она была выпечена примерно 5000 лет назад. Уже в то время люди были знакомы с закваской и дрожжами, а также умели поддерживать нужную температуру в печи. Но самое главное – состав хлеба. Он испечен из полбяной муки грубого помола и чечевицы. Современные диетологи такой состав точно оценили бы очень высоко!

## Сакура грустит...

Биологи отмечают еще одно печальное последствие глобального потепления: известная на весь мир сакура с её нежными розовыми лепестками постепенно перестает радовать людей цветением. Из-за повышения температуры сроки цветения начинают сдвигаться, при этом бутоны не успевают раскрыться полностью и осыпаются. Ученые бьют тревогу и призывают приложить больше усилий по борьбе за экологию.



## Немного круглых чисел

Почему люди любят круглые числа? Их проще запоминать? Они поражают воображение? Круглые числа красиво выглядят? Выберите подходящий вариант на свой вкус. А мы для примера сообщим вам несколько фактов, основанных на круглых числах. Железо превращается в газ при температуре 5000 градусов Цельсия. стакан воды можно вскипятить, если орать на него 80 лет подряд. А вот миллионный день нашей эры наступит 26 ноября 2738 года.

Светлана СИДОРЧУК



СУСТАВЫ

# ЗДОРОВЫЕ НОГИ ПРИЗНАК ДОЛГОЛЕТИЯ

**По словам медиков, четверть людей, у которых болят ноги, умирают в течение пяти лет. И дело тут вовсе не в суставах или коленях... Инсульт и инфаркт — вот истинная причина. Только вдумайтесь, каждый год в мире 15 миллионов человек умирает за доли секунд. А ведь это больше, чем численность Москвы. Представляете? А те, кто выжил, зачастую остаются парализованными и не способны защититься от нового удара.**



Фото: ru.freepik.com

Почему так происходит? Это проблема с сосудами. Посмотрите, как меняется ваша кожа с годами, она теряет упругость и слабеет. То же самое происходит и внутри нас. Мало того, что сосуды теряют упругость, так это еще и приводит к отложениям на их стенках. Закупорка артерий, а дальше смерть! Ведь органы начинают работать на износ... Эх, если бы мы были внимательнее к себе, то жили бы 120 лет! Только как это сделать? Ведь можно экспериментировать с разными препаратами до бесконечности, но результата не будет. И, что делать тогда?

## РЕШЕНИЕ ЕСТЬ

Перед медицинским сообществом была поставлена задача найти альтернативу привычным медикаментам, и выйти на новый эффективный уровень лечения.

Так в Москве, в срочном порядке, состоялась внеплановая конференция высокотехнологичного, медицинского оборудования. Передовые разработчики представляли свои изобретения. И цель была достигнута!

Фурор произвел аппарат высокочастотной электротерапии НАДЕЖДА. А знаете, в чем секрет этого аппарата? В его глубоком воздействии на наши органы. Ведь наш организм, подобен механизму, работа которого построена на энергии. И внутри нас, есть целые энергетические станции-митохондрии. Которые отвечают за жизнь клеток и формируют здоровье органов. И если страдает одна клетка, то по цепочке, начинают страдать и другие.

Отсюда боль, воспаление и вот вы уже не можете подняться с сумкой по лестнице.

Хоть таблетки пейте, хоть уколы делайте, но проблему вы не решите. Не отчаивайтесь, ведь теперь у вас есть НАДЕЖДА! Инновационный аппарат HiTop терапии, благодаря которому вы вернете себе здоровье и долголетие, которые не купишь ни за какие деньги.

## НАГРАДА ДЛЯ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА

Именно наши инженеры смогли внедрить мощную высокочастотную терапию в такой компактный современный аппарат. И все, что вам нужно-приложить электрод к вашим ногам, и нажать кнопку. Уже с первых минут вы почувствуете, как боль сменяется теплом и расслаблением. Ваше дыхание начинает выравниваться, а ноги становятся теплыми.



Несколько лет назад начала испытывать боли в спине – поясница к вечеру не давала разогнуться. Поняла, что возраст начинает брать свое и стала искать способ, как избавиться от этого, мягко говоря, неприятных ощущений. Казалось, что поиски средства ни к чему не приведут. Я почти уже смирилась с тем, что до конца жизни будут терпеть, пока в газете не вышла статья про «Надежду». Прочитав об аппарате, решила попробовать, мол, если это не поможет, то тогда уже ничто не поможет. Первые две процедуры привыкала к аппарату, но при этом начала чувствовать изменения. Боль постепенно утихала, наступала долгожданная легкость. Как и было написано в статье, попробовала пройти целый курс. Буквально каких-то 10 процедур, и боль перестала меня донимать. Появилась подвижность, о которой я уже и не мечтала вовсе. Теперь аппарат «Надежда» – мой надежный помощник, постоянно беру его с собой на огород!

**Добролюбова Светлана Викторовна, 61 год, г. Саратов**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 15.04.2026 г. по 15.05.2026 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 "Тоток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, сэлфдокс. Реклама.

Prodex

Будто кто-то укрыл их теплым пледом. Да, что говорить, тут не грех и задремать!

Лечение профессионального уровня теперь доступно для домашнего применения! Ведь НАДЕЖДА уже прошла все необходимые клинические испытания. Так, аппарат был протестирован в городской больнице №23 г. Санкт-Петербурга. Множество людей вернули себе здоровье благодаря НАДЕЖДЕ. Ведь действенность этой разработки составила более 85%.

## ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- Заболевания опорно-двигательного аппарата (артрозы, миалгия, мышечная атрофия, ушибы, вывихи)
- Заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, болезнь артерий, заболевания сосудов)
- Заболевания центральной и периферической нервной системы (остеохондроз, дорсопатия, радикулит, невралгия)
- Заболевания мочеполовой системы
- Заболевания бронхолегочной системы

К тому же, высокое качество аппарата было отмечено и вознаграждено на масштабных Российских конкурсах. Ведь НАДЕЖДА стала лауреатом «100 лучших товаров России». А также, НАДЕЖДА получила Золотой знака качества «Всероссийская марка. Знак качества XXI века» а вслед, взяла и платину!

Тысячи людей избавились от боли в ногах и смогли укрепить свое здоровье. Ведь НАДЕЖДА может помочь в лечении 60 болезней и заменить вам половину аптечки, то и всю!

Счастливые обладатели НАДЕЖДЫ больше не боятся инсульта и инфаркта. Присоединяйтесь и вы, к числу счастливых!

## ТУМАН РАССЕИТСЯ

Вы только представьте, как можно жить на пенсии... не перебираясь хромыми шагами по квартире, а активно. Усаживайтесь поудобнее, берите в руки НАДЕЖДУ, и лечитесь. С НАДЕЖДОЙ, боль, которая мешала Вам жить годами, останется лишь воспоминанием.

А все потому, что НАДЕЖДА запустит целый каскад оздоровительных процессов внутри вас. Пройдет боль, плохое кровоснабжение, а с ними и угроза инсульта и инфаркта. Ведь НАДЕЖДА действует очень глубоко, в сравнении с привычными средствами. Наладится работа нервной системы, а ведь все болезни от нервов.

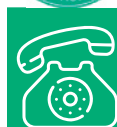
И главное, что вы буквально остановите старость. Понимаете? После нескольких процедур вы просто не узнаете свои ноги. Отекшие щиколотки обретут форму, спадут отеки, а значит, снизится нагрузка с ваших суставов. И каждое движение будет даваться вам с легкостью!

С аппаратом НАДЕЖДА вам не нужно бояться за свое здоровье! Ведь это настолько уникальный аппарат, что, сегодня, он должен быть в каждом доме! Обладатели НАДЕЖДЫ, уже перестали делать уколы и горстями пить лекарства. Ведь они нашли способ вернуть здоровье полностью, а не на 20%! Вот они современные технологии! Жизнь без НАДЕЖДЫ невозможна, особенно когда это касается здоровья. Подарите себе не просто надежду, а здоровье и уверенность в завтрашнем дне. Позвоните нам прямо сейчас, и закажите аппарат НАДЕЖДА. Вы обретете надежного домашнего доктора и неиссякаемый источник здоровья и долголетия! Не ждите особого случая, ведь, более подходящего момента не будет! Заказывайте НАДЕЖДУ и будьте здоровы!

**УСТАЛИ ОТ НОЮЩЕЙ БОЛИ В СУСТАВАХ?  
ВАШИ НОГИ СКОВАННЫ ПО УТРАМ?  
ВЫ СЛЫШИТЕ ХРУСТ ПРИ ХОДЬБЕ?  
ВЫ ОГРАНИЧЕНЫ В ДВИЖЕНИЯХ  
И АКТИВНОЙ ЖИЗНИ?**

**ХВАТИТ ТЕРПЕТЬ!**

Звоните прямо сейчас и мы расскажем, как избавиться от ваших проблем!\*



МЕДИЦИНСКОЕ ЗАВЕДЕНИЕ  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

НАДЕЖДА

www.prodex.ru

8 (800) 333-56-71

WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ:

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ РОССИИ!



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Из всех зрелищных и волнительных шоу на телевидении «Суперниндзя. Дети» на СТС – чемпион по эмоциям!

**Н**евозможно оставаться равнодушным, глядя, как дети проходят сложную полосу препятствий и преодолевают себя. Третий сезон проекта это только подтвердил. Город Минеральные Воды, 86 метров трассы, новички и сильнейшие участники предыдущих сезонов – и сердце замирает от восхищения! Мы поговорили с одним из бессменных ведущих шоу – Василием Артемьевым, чтобы узнать, что еще ждет зрителей в этот раз.

## Про спорт и про жизнь

– Василий, каждый сезон шоу «Суперниндзя. Дети» – это не только про спорт, но и трогательные истории. Как вы справляетесь с этим?

– Безусловно, когда слышишь такие истории, невозможно остаться равнодушным, потому что здесь и про боль утраты, и про проблемы со здоровьем детей или их близких, и про непростые семейные ситуации. Что меня радует: несмотря на то, что жизнь у наших героев часто непростая, именно спорт помогает им чувствовать себя счастливыми. Для них он как лучик света в темном царстве. Тогда понимаешь, что «Суперниндзя» – не просто классное масштабное шоу, но и шанс стать частью большого сообщества, где тебя уважают, принимают и ценят.

– Что ещё вас самого по-человечески цепляет в этом проекте?

– Опять же, наши смелые и трогательные участники, которые, несмотря на юный возраст, сталкиваются со взрослыми проблемами. Сама идея проекта, когда после просмотра зрители решают заняться спортом, а родители маленьких атлетов начинают понимать ценность спорта. И, конечно же, то, как наше шоу формирует образ порядочного современного человека: сильного, смелого, дисциплинированного, со стержнем и характером, выносливого и закаленного испытаниями благодаря спорту. Вот эта способность встать после падения, она ведь не только про спорт, но и в целом про жизнь.

**Василий АРТЕМЬЕВ:**

# «Суперниндзя» формирует образ современного человека»

Третий сезон «Суперниндзя. Дети» – на СТС по воскресеньям в 17.00.



## Уровень растёт год от года

– Поддерживаете ли вы участников и после съёмок?

– Конечно, случаются разные форматы социальной поддержки и благотворительных инициатив. Мы в той или иной форме стараемся привлечь внимание к проблемам наших героев, потому что чувствуем ответственность и не можем пройти мимо.

– Как с каждым сезоном меняется ваше ощущение проекта?

– Становится интереснее, потому что сложнее. Из года в год растёт уровень участников и, соответственно, полоса препятствий становится масштабнее и разнообразнее. От этого и сверхожидания: пройдет ли кто-то полосу в этот раз? К счастью, всегда есть тот, кто справляется с препятствиями и вызывает невероятный восторг, удивление, что невозможное возможно.

– Уровень участников растёт, потому что ниндзя-спорт стал популярным?

– Да, думаю, популярность нашего телепроекта сыграла немалую роль в развитии этого вида спорта. Отсюда и появление новых ниндзя-залов, и специализированных уличных площадок в регионах. Причем открывают их наши участники взрос-



лой версии «Суперниндзя», которые также становятся тренерами и воспитывают юных атлетов.

## Дети более эмоциональны

– Для вас чем взрослая версия шоу принципиально отличается от детской?

– Наверное, тем, что дети, конечно же, ярче выражают свои эмоции. Они искреннее и честнее, все-таки взрослым участникам куда сложнее быть открытыми. Да и в целом в нашей культуре будто и нет такой традиции – говорить о своих чувствах публично. В этом смысле дети как раз еще далеки от всего этого и на съемках могут показывать разную гамму чувств: и хохотать, и плакать, и радоваться, и смеяться. При этом они отходчивы: если полчаса назад ребенок ходил расстроенным, то через время уже улыбается и играет с ребятами.

– Вам самому хотелось бы попробовать свои силы на полосе препятствий?

– Если честно, каждый раз, когда ее вижу, будто возвращаюсь в детство. Конечно, в данном случае у нас специализированная полоса препятствий, а не детская игровая площадка, но все равно это мальчишковое желание попробовать всегда присутствовало. Опять же, скорее протестировать, серьезно проходить всю полосу не планировал. Я понимаю, что сравниться с нашими участниками, с их уровнем подготовки будет слож-

но. Все-таки в моем виде спорта – регби – требуются совершенно другие навыки. Безусловно, у меня есть силовая база, я могу быстро бегать, но в ниндзя-спорте все иначе устроено, и мой опыт здесь не особенно актуален.

## Бег на пользу себе и людям

– После окончания профессиональной карьеры в регби как поддерживаете форму?

– По-разному. Есть зал, есть бег, которым я серьезно занялся еще в рамках нашего благотворительного телепроекта «Бегающий ниндзя», который мы с каналом СТС сняли в прошлом году. Таким образом не только свою физическую форму поддерживаю и в целом бросаю себе вызов – впервые пробежал ультрамарафон в Геленджике, – но и помогаю исполнить мечту участника шоу «Суперниндзя. Дети» Миши Лапшичёва. Ведь после наших съемок в его родной деревне в Ростовской области появилась специальная уличная площадка. Это, конечно же, сильно мотивировало, больше, чем моя любовь к спорту.

– Сейчас продолжаете заниматься бегом?

– Да, регулярно бегаю. Два или три раза в неделю у меня дистанция в десять-пятнадцать километров. При этом слушаю аудиокниги, так что в такие моменты отдыхаю не только телом, но и душой.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

### От регби до хоккея

– Вы, как и участники шоу, тоже ещё в детстве поняли, что спорт – ваш путь?

– Да, попробовал разные виды спорта, но, так как рос в девяностые, выбор был небольшой. В итоге оказался в регби, потому что родился в Зеленограде, где и развивался этот спорт. В какой-то момент понял, что меня захватило и это то, что мне нужно.

– Сейчас следите за соревнованиями? Какой ещё спорт интересен как зрителю?

– Конечно, слежу, иногда и в роли ведущего на российских регбийных матчах. Также мне интересна легкая атлетика, могу посмотреть футбольные и хоккейные матчи, если какое-то значимое событие.

– Семья поддерживает ваши спортивные увлечения?

– Дочка с семи лет занимается волейболом. Мы с супругой поддерживаем ее на соревнованиях. Иногда можем вместе побегать или покататься на велосипедах, а еще мы поклонники зимних видов спорта, вот дочь уже стоит на сноуборде. Любим отправляться в небольшие поездки и, конечно же, все вместе смотрим шоу «Суперниндзя» и «Суперниндзя. Дети».

# «Серый занавес» падает: узнайте правду о приборе, который возвращал хорошее зрение космонавтам

1961 год навсегда вошел в историю как время величайшего триумфа – человек впервые покорил космос. Но за парадными хрониками, знаменитой улыбкой Юрия Гагарина и ликующими толпами скрывалась другая, невидимая миру драма. Орбитальные полеты стали колоссальным испытанием на прочность, и самым уязвимым звеном человеческого организма внезапно оказалось зрение.

Чудовищные перегрузки, влияние невесомости и пугающий «серый занавес» перед глазами ставили под угрозу не только космические миссии, но и будущее пилотов. Мало кто знает, что именно эта засекреченная проблема заставила советских ученых совершить прорыв, который спустя десятилетия спустился с небес на землю. О том, какая неразрывная связь существует между орбитальными перегрузками, забытыми технологиями и нашими с вами глазами, мы поговорили с врачом-офтальмологом Виктором Петровичем.

— Виктор Петрович, расскажите, пожалуйста, какие именно проблемы со зрением возникли у космонавтов?

— Смотрите. Гагарин летит. Перегрузки – чудовищные. Глаза – самые чувствительные – кричат: «Хозяин, мы ничего не видим!» У него этот самый «серый занавес» падает перед глазами. Цифры на приборах расплываются. Он слепнет на несколько секунд. Но для космоса несколько секунд – это вечность. А теперь представьте, что происходит с глазами космонавтов, которые проводят на орбите месяцы? Невесомость – это не только романтика. В невесомости внутриглазная жидкость приливает к глазам и буквально «давит» на глазное яблоко сзади, сплющивая его. Сетчатка истончается, хрусталик мутнеет, внутриглазное давление растет.

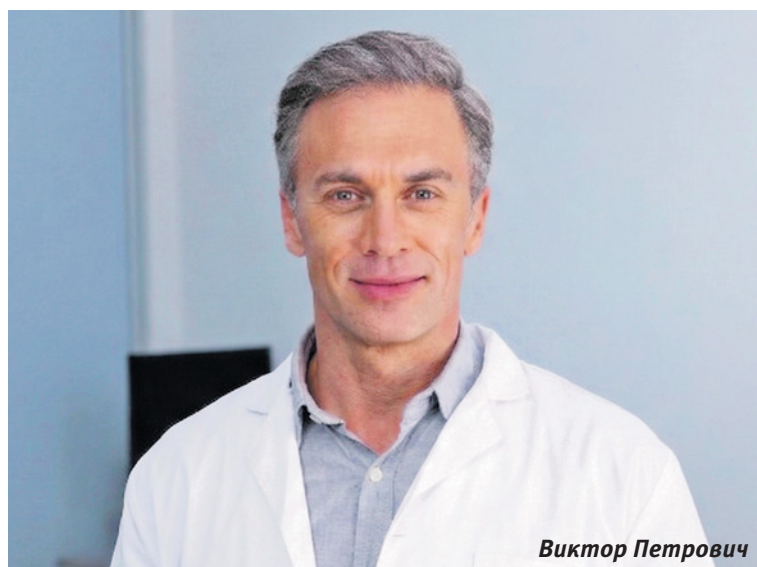
— А как же в те времена помогали космонавтам возвращать хорошее зрение?

— Вы знаете, в 1960-м открыли лазерные технологии, которые даже удостоились Нобелевской премии. А в 1961-м, в тот самый год, когда Гагарин риско-

вал глазами в космосе, на Земле начали применять лазер в медицине. Оказалось, что излучение определенной длины волны проникает в клетки глаз и... будит их. Клетки, которые уже умирали, начинали снова работать. И тогда родилась мысль: на основе лазерных технологий создать медицинский прибор для космонавтов, который будет восстанавливать их глаза после полета. Испытания первых образцов проходили в режиме абсолютной секретности. Испытуемыми были не только космонавты, но также обычные люди с тяжелыми формами глазных болезней, которым тогдашняя медицина уже не могла помочь. Результаты были потрясающими. Люди начинали четко видеть без очков и операций. Им снимали диагнозы катаракта, глаукома, дистрофия сетчатки, дальнозоркость, близорукость и многие другие.

— Виктор Петрович, неужели этот прибор так и остался засекреченным чудом только для избранных?

— В этом главная сенсация! Спустя десятилетия гриф секретности пал. Ученым удалось адаптировать ту самую космическую лазерную технологию в медицинском аппарате «Геска». Исцеляющий лазер, спасавший зрение легендарным космонавтам, спустился на Землю. Теперь он возвращает ясность глаз каждому из нас! «Геска» не только лечит симптомы. Она устраняет заболевания глаз полностью с помощью безопасных лазерных режимов. Излучение проникает глубоко в ткани глаза, пробуждает клетки, заставляет их обновляться. Помутнения хрусталика рассасываются. Давление при глаукоме нормализуется естественным путем. Сетчатка просыпается



Виктор Петрович

и начинает работать заново, возвращается эластичность тканей. Пришла эпоха восстановления зрения без операций для всех, не только для космонавтов. Вместе с болезнями уходят симптомы: помутнение, «мушки» перед глазами, вспышки, боли, резь,

слезоточивость, сухость, усталость к вечеру, сужение поля зрения.

— А как пользоваться «Геской»?

— Прибор абсолютно прост, предназначен для домашнего ис-

пользования. В нем все интуитивно понятно, сможет разобраться любой человек без какой-либо медицинской или технической подготовки.

— Что скажете тем, кто откладывает заботу о глазах на потом?

— Катаракта и глаукома не прощают промедления. Пока вы ждете, что все пройдет само, болезнь день за днем прогрессирует. Каждое упущенное «завтра» – это прямой путь к слепоте. Но зачем рисковать, если технологии восстановления, спасавшие космонавтов, теперь доступны каждому? Сделайте шаг навстречу здоровью. Аппарат «Геска» – это ваш шанс видеть мир четко во всех красках, а не сквозь пелену. Это возможность избавиться от рези и «мушек», комфортно работать и снова наслаждаться чтением без очков. Всего несколько минут применения «Гески» в день на протяжении трех недель обеспечат вам четкость зрения на долгие годы. Хорошее зрение – это реально! С 15 апреля до 13 мая 2026 г. можно получить «Геску» по минимальной цене от производителя. Для этого позвоните по телефону 8-800-300-77-70 и сообщите номер специального предложения 0593\*. При обращении специалисты помогут вам и ответят на все интересующие вопросы о медицинском приборе «Геска».



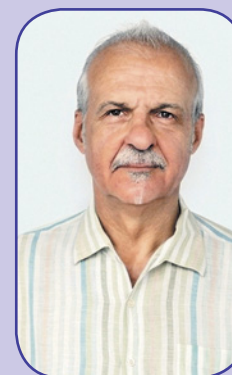
## Медицинский прибор



Валерия Ярославна,  
г. Йошкар-Ола

Из-за катаракты у меня перед глазами плыл туман, предметы расплывались, отчего порой я даже терялась и не вписывалась в проемы. То о косяк билась, то спотыкалась о порог, набивая синяки и шишки. Поэтому решила попробовать медицинский аппарат «Геска». По-

сле двух недель использования никакого песка и рези в глазах нет. Я перестала носить очки, зрение хорошее и катаракты врач не находит!



Денис Николаевич,  
г. Санкт-Петербург

На фоне дальнозоркости развилась глаукома. Зрение сильно ухудшилось. Да, еще врач говорил, что глазное давление аж 32 единицы и это опасно. Мне было страшно, что во все перестану видеть. Знакомая посоветовала попробовать «Геску». Применял этот прибор, как положено, и глазное давление стало 18 единиц и теперь вижу отлично! Ни тебе боли в глазах и голове, ни радужных кругов, ни слез постоянных!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Чтобы худеть, нужно правильно питаться. Мы предлагаем проверить себя и ответить на несколько вопросов нашей викторины, посвященной теме еды.

# Какое же оно, правильное питание?

**1** Какую роль в процессе похудения играют белки?

- а) Ускоряют процесс сжигания жира.
- б) Способствуют сохранению мышечной массы.
- в) Задерживают воду в организме.
- г) Способствуют увеличению жировой массы.

**2** Какой из этих напитков можно считать наилучшим для утоления жажды без лишних калорий?

- а) Зеленый чай без сахара.
- б) Домашний лимонад без консервантов.
- в) Компот из сухофруктов.



**3** Какой из следующих принципов питания является основным для поддержания стройности?

- а) Всю неделю питаться правильно, а в выходные переключаться на фастфуд.
- б) Разнообразное питание с учетом потребностей организма.
- в) Чем меньше углеводов, тем лучше.
- г) Каждый прием пищи запивать чистой водой и ничем больше.

**4** Что из следующего является наиболее питательным и полезным источником жиров при похудении?

- а) Сало.
- б) Майонез на оливковом масле.
- в) Авокадо.

**5** Что приготовить на ужин, чтобы не перегрузить организм перед сном?

- а) Рыбу/яйца с овощами.
- б) Что-то мясное, только без хлеба.
- в) Овощной салат.

**6** Какой из этих продуктов является лучшим источником клетчатки?

- а) Белый рис.
- б) Огурцы.
- в) Яблоки.
- г) Арбуз.

**7** Какой из этих продуктов является низкокалорийным источником белка, идеальным для снижения веса?

- а) Куриная грудка без кожи.
- б) Говядина.

## ОТВЕТЫ

**1-6.** Белки – строительный материал для мышц, участвуют в восстановлении тканей и поддерживают сытость.

**2-а.** Зеленый чай – одно из лучших средств для утоления жажды в жару, так как он не только восполняет баланс жидкости, но и благодаря антиоксидантам помогает организму переносить зной, охлаждая его изнутри. И конечно, главное его преимущество – это ноль калорий.

**3-6.** Сбалансированное питание включает в себя все необходимые макро- и микроэлементы. Это значит, что ежедневно должно быть достаточное количество белков, жиров, углеводов, витаминов и минералов. Важно учитывать индивидуальные потребности организма, такие как уровень физической активности, возраст, пол и состояние здоровья.

**4-в.** Несмотря на высокую питательную ценность, авокадо считают диетическим продуктом из-за высокого содержания ненасыщенных жирных кислот. При употреблении с достаточным количеством клетчатки, которая тоже есть в авокадо, они продлевают чувство сытости.

**5-а.** Перед сном лучше всего съесть легкие белковые продукты или овощи, которые не перегружают желудок, помогают уснуть и утоляют голод.

**6-в.** Яблоки богаты клетчаткой. Среднего размера яблоко обеспечивает до 20 % суточной потребности данного вещества. Часть волокон – растворимые (пектин). Кстати, благодаря данному виду клетчатки поддерживается жизнедеятельность полезных микроорганизмов и угнетается рост и развитие патогенных.

**7-а.** Куриная грудка – один из лучших низкокалорийных источников высококачественного белка (23-31 г на 100 г продукта) при минимальном содержании жиров (менее 2 %) и отсутствии углеводов. Калорийность грудки составляет около 110-140 ккал на 100 г.

Удалось решить проблему лишнего веса: теперь весь свой вес считаю нужным.

## СТРАНА СОВЕТОВ

Кухонный стол – это «остров» семейных разговоров, место для душевных посиделок с друзьями и плацдарм для домашних заготовок.

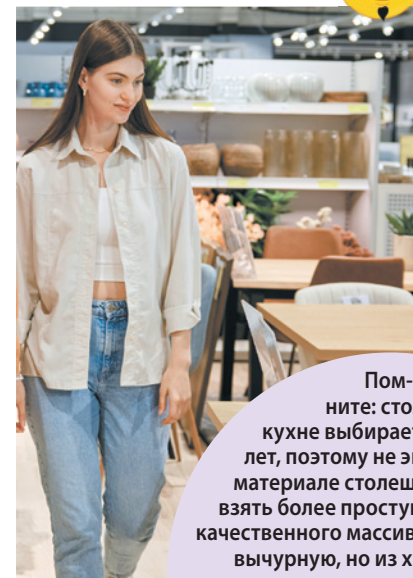
**Р**азберем три главных параметра для его выбора: форму, стиль и материал.

# Обеденный стол: ищем баланс между стилем и материалом



Муж и жена поссорились. Муж возвращается с работы и видит на столе записку:

«Обед в «Книге о вкусной и здоровой пище» на странице 227, а ужин – на странице 317».



Помните: стол на кухне выбирается на 5-10 лет, поэтому не экономьте на материале столешницы. Лучше взять более простую форму, но из качественного массива или камня, чем вычурную, но из хрупкого ДСП.

## Форма зависит от пространства

Форма стола диктует не только внешний вид, но и эргономику помещения.

- **Прямоугольный:** классика жанра. Идеален для вытянутых кухонь. Самый вместительный вариант, но из-за острых углов требует свободного пространства для прохода. Лучше всего ставить его к стене, чтобы освободить центр комнаты.
- **Квадратный:** уютный вариант для маленьких семей (2-4 человека). За ним легко общаться, он занимает мало места. Но если вы ждете гостей, рассадить больше четверых будет уже проблематично.
- **Круглый (овальный):** самый социальный вариант. Нет острых углов – отлично для семей с детьми. Круг и овал визуально сглаживают геометрию узкой кухни, делая ее просторнее.
- **Трансформер:** решение для малогабариток. Складывающиеся стенки, выдвигающиеся секции или раздвижной механизм позволяют получить просторную поверхность для праздника, а в будни сэкономить место.

### СОВЕТ

Оставляйте минимум 60-70 см от края стола до стены или другой мебели, чтобы свободно отодвигать стул.

## Материал для долговечности и эстетики

Материал столешницы определяет, как долго стол сохранит «товарный вид» после попадания вина, ножа или горячей кастрюли.

### Массив дерева (дуб, бук, ясень, сосна)

Это статус, экологичность и тепло натурального материала. Дуб и бук твердые и почти не боятся царапин, но дороги. Сосна мягкая, но дешевая и легко «ловит» вмятины. Главный минус дерева – чувствительность к влаге и перепадам температур (нужны подставки под горячее и скатерти).

### ЛДСП/МДФ

Бюджетный сегмент. Огромный выбор цветов и текстур. МДФ качественнее и плотнее, чем ЛДСП. Но оба варианта боятся воды на стыках и сколах – набухают. Кромка должна быть качественной (лучше ПВХ 2 мм).

### Кварцевый агломерат или искусственный акрил

Премиум-класс. Не боится ничего: ни ножа, ни горячей сковороды (до 180 °С), ни красного вина. Акрил позволяет бесшовные стыки и любые формы, но мягче кварца. Минус – высокая цена и вес. На натуральном мраморе остаются пятна от кислоты.

### Стекло

Визуально невесомый вариант для кухонь-студий. Ударопрочное закаленное стекло (от 6 мм) выдерживает огромные нагрузки. Но уход за ним непростой: разводы, отпечатки пальцев и звон посуды.

## Стиль работает на идею

**Классика и прованс** диктуют использование массива дерева (лучше состаренного или тонированного) с резными ножками. Цвета – молочный дуб, венге, патина. Форма – овальная или прямоугольная с закругленными углами.

**Скандинавскому стилю** соответствуют светлое дерево (бук, береза) или белый пластик на тонких металлических ножках. Легкость, функциональность, минимум декора. Хороши раздвижные механизмы.

**Лофт и индустриал** оправдывают грубые материалы. Столешница из состаренного массива, бетона или имитации камня + черный металлический каркас. Цель – создать ощущение прочности и «мужского» характера.

**Современный минимализм** приветствует геометричные формы, глянец или матовый пластик, стекло. Часто используется сочетание белого и черного, серого и дерева. Ножки – простые, прямые, без завитушек.

Светлана СИДОРЧУК

Иногда надо остано-  
виться и оглянуться  
назад – посмотреть  
как бы со стороны:  
всё ли делаешь пра-  
вильно?

# Дыхание любви

**Н**е для того, чтобы  
исправить, а что-  
бы убедиться –  
именно так и должно  
быть. В последнее время  
я постоянно прокручива-  
ла в голове свою жизнь.  
Вывод напрашивался  
сам собой: надо что-то  
менять. Но от правильных  
мыслей к разумным дей-  
ствиям перейти бывает  
крайне сложно.

## Из автобуса – на собеседование

В то утро я как обычно  
ехала в автобусе на давно  
уже нелюбимую работу.  
Мне оставалось пару оста-  
новок, когда вошел кон-  
тролер. Я приготовила для  
проверки свой проездной,  
но инспектор не дошла до  
меня, задержалась у маль-  
чугана лет десяти.

– Билет не покупал,  
проездной забыл, денег у  
меня нет, – оправдывался  
мальчишка.

– Тогда звони родите-  
лям, едем до конечной...

Мальчик зашмыгал но-  
сом, из всех сил стараясь  
сдержать слезы.

– Да отпустите маль-  
чишку, – обратился ря-  
дом стоящий мужчина. –  
Может, и вправду забыл  
проездной. Давайте я за  
него заплачу.

И далее мужчина молча  
достал портмоне, отсчитал  
необходимую сумму и за-  
платил за мальчика. Про-  
ведив незнакомца взгля-  
дом, я невольно подумала:  
какой добрый и хороший  
человек. Доехала до сво-  
ей остановки, поднялась в  
офис, села за стол и опять  
вспомнила о мужчине из  
автобуса. Не поверите, це-  
лый день то и дело я вспо-  
минала о нем. Словом, ве-  
чером у меня было навяз-  
чивое желание увидеть  
его снова...

Через некоторое время  
я решила поменять рабо-  
ту, записалась на бесе-  
дование в перспективной  
компании. Я успешно про-  
шла все тесты на несколь-  
ких уровнях, оставалось  
последнее и самое важ-  
ное – встреча с руково-  
дителем.

– Завтра с ва-  
ми встретится наш  
управляющий, от это-  
го разговора будет  
зависеть, берем мы  
вас или нет, – ска-  
зал мне кадровик. –  
Обычно после моей  
рекомендации Игорь  
Дмитриевич беседует с  
претендентом не более  
10-15 минут.

От волнения я не спала  
полночи. На ватных ногах  
зашла в кабинет управ-  
ляющего и потеряла дар  
речи – это был тот самый  
мужчина, который запла-  
тил за мальчика в автобусе.

– Добрый день, – произ-  
нес он, поднимая глаза от  
документов. – Вы, должно  
быть, Кристина?

– Да, здравствуйте, – от-  
ветила я, пытаясь скрыть  
волнение.

Мы проговорили дол-  
ше пятнадцати минут.  
Управляющий внимательно  
смотрел и слушал меня.  
Я рассказывала о сво-  
их достижениях на пре-  
жних местах работы, о том,  
как важно для меня взаи-  
модействие с коллегами  
и создание дружелюбной  
атмосферы. Он кивал го-  
ловой и улыбался.

– Вы знаете, я тоже ве-  
рю в командный дух. Это  
помогает не только в ра-  
боте, но и в жизни. Мы все  
должны поддерживать  
друг друга и ближнего.

– Как тогда в автобусе, –  
вырвалось у меня.

Он удивленно припод-  
нял бровь.



“  
В душе к люб-  
ви заложено стрем-  
ление”.  
Данте Алигьери

– Я ехала в том же ав-  
тобусе и видела, что вы  
оплатили проезд мальчу-  
гану.

– Думаю, что это нор-  
мально, – немного сму-  
щаясь, ответил он. – Это  
было совсем не сложно и  
правильно.

Собеседование я про-  
шла успешно, и мне по-  
казалось, что тот разго-  
вор стал для меня чем-то  
большим, чем просто со-  
беседование.

## Новая сотрудница

Я получила желаемое  
место. Мне казалось, что  
Игорь Дмитриевич, кото-  
рый внимательно следил

за деятельностью  
каждого сотрудни-  
ка, за моей работой на-  
блюдал чуть больше. Я  
чувствовала, что он мне  
симпатизирует.

Вскоре в офисе появи-  
лась новенькая – Марина.  
Она была красивой, яр-  
кой дамочкой, уверенной  
в себе. Такую трудно не  
заметить. С первого взгля-  
да было понятно, что она  
знает, как привлечь к себе  
внимание, и не стесняется  
использовать свои внеш-  
ние данные для достиже-  
ния целей.

Новая сотрудница бы-  
стро завоевала симпатии  
коллег мужчин и переключи-  
лась на управляющего.  
Я видела, как она пыта-  
лась флиртовать с ним. Но

безуспешно. Однако Ма-  
рина не собиралась сда-  
ваться.

Мы работали над важ-  
ным контрактом, и ин-  
формация о нем была  
конфиденциальна. Ма-  
рина решила воспользо-  
ваться ситуацией. Под  
предлогом обсуждения  
проекта она мастерски  
выуживала информацию  
о деталях. Ничего не по-  
дозревая, я делилась с  
ней некоторыми рабочи-  
ми моментами. Вскоре  
эту информацию получи-  
ли конкуренты.

– С тобой хочешь погово-  
рить управляющий, – не  
глядя в глаза, сказала мне  
секретарша Катя.

Игорь Дмитриевич был  
краток и сух:

– Появилась информа-  
ция о том, что некоторые  
данные были переданы  
конкурентам. Колле-  
ги говорят, что  
к этому причаст-  
ны вы.

– Это не-  
правда!

– Помол-  
чите. Назна-  
чено внутрен-  
нее расследование.

Вы очень меня разочаро-  
вали.

Я не сомневалась, что  
это Марина меня подста-  
вила. С каждым днем си-  
туация становилась все  
хуже. Коллеги избегали  
общения со мной, а шеп-  
от за спиной становился  
все громче. Марина на-  
слаждалась и использо-  
вала каждый момент, что-  
бы подставить меня еще  
больше.

Выход был один – разо-  
блачить Марину.

## Тайное становится явным

Мне помог айтишник Ми-  
ша. Он нашел переписку  
Марины с конкурентами.

– Игорь Дмитриевич, у  
меня есть доказательства  
моей невиновности и под-  
тверждение того, что меня  
подставили, – я протянула  
управляющему папку.

Он внимательно просмо-  
трел бумаги, а затем взгля-  
нул на меня. В его глазах  
читалась смесь удивления,  
облегчения и радости.

На Марину было жалко  
смотреть, она кричала,  
ругалась, обвиняла, но  
это уже не имело никако-  
го значения. Ее уволили...

Когда вся эта история  
закончилась, я почувство-  
вала невероятное облег-  
чение. Но на этом сюрпри-  
зы не закончились. Игорь  
Дмитриевич подошел ко  
мне после собрания.

– Вы проявили неверо-  
ятную стойкость и умение  
справляться с трудностя-  
ми. Я восхищен.

Я смутилась от компли-  
мента и попыталась пере-  
вести разговор на другую  
тему.

– Я хочу сказать тебе  
еще кое-что. Я давно чув-  
ствую к вам, к тебе боль-  
ше, чем просто профес-  
сиональное уважение... –  
его голос стал мягче. – Ты  
мне нравишься.

– Мне вы тоже нрави-  
тесь, – призналась я, не  
скрывая потрясения...

А через еще через месяц  
мы с Игорем подали заяв-  
ление в ЗАГС.

КРИСТИНА

### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



## Судоку

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

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

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

### 1 ★★★★★

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

### 2 ★★★★★

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

### 3 ★★★★★

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

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

<p><b>7</b> ПЕРВЫЙ</p>	<p>РОССИЯ <b>1</b> РОССИЯ</p>	<p><b>НТВ</b></p>	<p><b>СТС</b> СТС</p>	<p><b>ТНТ</b> ТНТ</p>	<p><b>REN</b></p>
 <p>16.05 «Мужское / Женское». (16+)</p>	 <p>20.00 Вести</p>	 <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p>	 <p>07.40 Тайный миллионер. Секреты сезона. (16+)</p>	 <p>21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p>	 <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p>
<p>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 «В ПАРКЕ ЧАИР». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.05 «Время героев». (16+) 01.05 Подкаст.Лаб. (16+) 03.00 Новости</p>	<p>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 «ТЁПЛЫЙ ВЕТЕР С СЕВЕРА». (16+) Супруги Игорь и Марта Пронины работают в отделении нейрохирургии одной из московских клиник. Марта самоотверженно спасает пациентов, а Игорь больше озабочен своей карьерой. 00.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.35 «КУЛАГИНЫ». (16+) 03.00 Вести 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)</p>	<p>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 «ВЫСШАЯ МЕРА». (16+) Находясь в отпуске в Минске, Егор Таболин случайно оказывается на месте преступления: убит коллекционер икон... 22.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 00.20 «Сегодня» 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+) 01.15 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». (16+)</p>	<p>05.00 «100 мест, где поесть». (16+) 06.45 100 мест и одна кухня. (16+) 07.10 Премьера! 100 мест и одна кухня. (16+) 07.40 Тайный миллионер. Секреты сезона. (16+) 08.40 Супериндязя. Дети. (12+) 12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+) 17.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА-2». (16+) 21.10 «100 ЯРДОВ». (16+) После смерти уважаемого мастера ушу двое его учеников становятся непримиримыми врагами. 23.20 «БРЮС ЛИ: РОЖДЕНИЕ ДРАКОНА». (16+) 01.10 «ПОСЛЕДНЯЯ ПУЛЯ». (16+) 02.35 Сториз. (16+) 02.55 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (12+) 04.30 «100 мест, где поесть». (16+)</p>	<p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+) 09.00 «Сокровища императора». (16+) 12.20 «САШАТАНЯ». (16+) 19.00 «УНИВЕР: 15 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+) 21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+) На этот раз аферисту Саше Рубинштейну бороться со злом - одним из олигархов города - поможет целая ОП! Правда, не организованная преступная группировка, а пенсионная. Но, кажется, второе звучит опаснее! 00.40 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+) Аферист и мастер перевоплощений Саня превратился в разных персонажей. На этот раз ему придется стать бабушкой... 02.10 «Однажды в России». (16+) 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+) 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	<p>05.00 18.00 02.15 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+) 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 «Дикий, дикий мир». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «Безумные факты». (16+) 20.25 «ВАРЯГ». (16+) 23.25 «ТОМИРИС». (18+)</p>

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

<p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <p>05.00 Секреты на кухне. (16+) 06.20 Пятница News. (16+) 06.50 Гастротур. (16+) 07.40 «Культур-Мультиур». (16+) 09.00 Гастротур. (16+) 10.00 Адский шеф. (16+) 12.50 Битва шефов. (16+) 23.00 Выживали. Миссия Альфа. (16+) 01.30 Пятница News. (16+) 01.50 Черный список. (16+) 03.40 Секреты на кухне. (16+) 04.30 Пятница News. (16+)</p>	<p><b>ЧЕ!</b> ЧЕ</p> <p>06.15 Улётное видео. (16+) 14.00 «СОЛДАТЫ-10». (16+) 18.00 Дорожные войны. (16+) Программа «Дорожные войны» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны!» Делайте выводы! Лучшее быть зрителем, чем участником! 19.30 Улётное видео. (16+) 21.00 Влад решает. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 03.30 Решала. (16+)</p>	<p><b>ОТР</b> ОТР</p> <p>06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение 11.00 00.20 05.15 «Вспышки света». (16+) 15.15 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+) 16.45 «Новости Совета Федерации». (12+) 17.00 «Формула здоровья». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 20.45 «СВОЙ». (16+) 22.10 «МЕФИСТО». (16+) 01.00 «Моя история». (16+) 01.45 Отражение. (12+) 02.10 «Большая страна». (12+)</p>
<p><b>Ю</b></p> <p>05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+) 06.00 «Званый ужин». (16+) 07.50 «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! 10.00 «Моя свекровь - монстр». (16+) 12.05 «Супермама». (16+) 14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+) 16.20 «Беременна в 45». (16+) 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Измены». (18+) 02.00 «Неотложка». (16+)</p>	<p><b>МИР</b></p> <p>05.00 «СВАДЬБА». (16+) 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день 06.15, 00.05 Наше кино. (16+) 06.55, 10.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+) 10.10 Белорусский стандарт. (12+) 13.15 Мировое соглашение. (16+) 14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (16+) 20.25, 21.10 Миллион за 5 минут. (16+) 21.50, 22.35 Игра в кино (16+) 00.55 Первый Евразийский канал. (12+) 02.00 «ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (16+) 03.25 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)</p>	<p><b>ПОБЕДА</b></p> <p>04.45 «Путь к Победе». (16+) 05.45 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+) 08.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+) 15.20 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+) 22.50 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+) Четверых друзей навсегда сплотило детдомовское детство, и если у друга беда, то ему не придется коротать время в одиночестве. Так случилось у следователя Семёна Портного, который обнаружил на торговой базе партию бракованной обуви из некачественных материалов. 00.25 «КЛАССИК». (16+) 02.10 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)</p>

**ДЕТСКИЕ**

<p><b>КАРУСЕЛЬ</b> КАРУСЕЛЬ</p> <p>05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Новенькие». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Три кота». (0+) 10.15 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+) 10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 10.45 «Простоквашино». (0+) 13.15 «Династия». (6+) 13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+) 13.45 «Инфинити Надо». (6+) 14.15 «Минифорс. Сила динозавров». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! 14.40 «Маша и Медведь». (0+) 16.40 «ЛОЛ Сюрприз. Шпионы». (6+) 16.50 «Барбоскины». (0+) 19.30 «Три кота и море приключений». (0+) Приключения семейства любимых котиков в отпуске на море. 20.35 «Три кота». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.15 «Лунтик». (0+) 22.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+) 22.45 «Метал Кард Бот». (6+) 23.10 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+) 23.25 «Герои Энвелла». (6+) 01.00 «Приключения Пети и Волка». (12+) 02.30 «Маша и Медведь». (0+)</p>	<p><b>МУЛЬТ</b> МУЛЬТ</p> <p>06.00 Время малышей. (0+) 07.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+) 07.25 «Маша и Медведь». (0+) 08.15 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+) 08.30 «Барбоскины». (0+) 09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 09.30 «Простоквашино». (0+) 10.45 «Бумажки». (6+) 11.00 «Маша и Медведь». (0+) 12.00 Время малышей. (0+) 13.00 «Буба». (6+) 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+) 14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 15.10 «Сказочный патруль». (0+) 16.00 Время малышей. (0+) 17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.25 «Лунтик». (0+) 18.55 «Кошечки-собачки». (0+) 19.40 «Маша и Медведь». (0+) 20.45 «Бумажки». (0+) 21.00 «Барбоскины». (0+) 21.30 «Тюленьки». (6+) 21.50 «Буба». (6+) 22.30 «Фиксики». (0+) 23.30 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.00 «Сказочный патруль». (0+) 01.00 «Барбоскины». (0+) 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 02.35 «Волшебная кухня». (0+) 03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+) 04.00 «Простоквашино». (0+) 05.10 «Лунтик». (0+)</p>
---	--

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

<p><b>365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <p>00.00 Боги Египта. (16+) 00.55 Сквозь времена. (12+) 01.25 Русь изначальная. (12+) 02.00 Операция «Украина». Преступление без наказания. (16+) 02.55, 22.05 Обыкновенная История. (6+) 03.05, 07.05, 11.05, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+) 04.00 Это подкаст. История. (12+) 04.55, 08.55, 12.50 Семь дней истории. (12+) 05.05, 09.05, 12.55 Великие битвы России. (12+) 06.00, 10.00, 17.55 Русское наследие. Южные рубежи. (12+) 06.20, 10.20, 18.20 Историкограф. (12+) 08.00 Имена нелегальной разведки. (12+) 12.00 Самая дорогая награда. (12+) 13.50 Монологи императоров. (16+) 14.30 Русский музей: увидеть невидимое: «Куликовская битва»: разоблачение мифа. (12+) 16.00 Шит и меч: легенды госбезопасности: Группа «А». Эпоха Зайцева. (16+) 16.40 Хронотоп: Славянская азбука. (12+) 17.10 Морские сражения: Григорий Щедрин. Огненная кругосветка. (12+) 20.00 У истоков русской археологии. (12+) 21.00 Революция LIVE: #романовдолженуйти! Фильм 4. (12+) 22.15 Россия глазами иностранцев: Казань. (12+)</p>	<p><b>VJU HISTORY HISTORY</b></p> <p>06.00 Ответить за убийства. (16+) 07.25 Центральная площадь и кафедральный собор Лимы, Перу. (12+) 07.55 Древние цивилизации Азии. (16+) 08.45 Хунань: мир «Аватара». (12+) 09.40 Египетские мумии: тайны бальзамирования. (16+) 10.35, 11.35 Эпические воительницы. (16+) 12.30, 13.20 Настоящая война престолов. (16+) 14.15 Тайны древнего Египта. (16+) 15.10 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+) 16.05 100 чудес света. (16+) 17.10 Древние цивилизации Азии. (16+) 18.00, 19.00 Осада Мальты: воины Господа. (16+) 20.00, 20.50 Настоящая война престолов. (16+) 21.45 Битва оружейников: «Виски» против «Тэнг». (16+) 22.30 Освобождение Европы: Венская наступательная операция. (16+) 23.10 Тайны древнего Египта. (16+) 00.05 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+) 01.00, 01.50 Эпические воительницы. (16+) 02.45, 03.30 Настоящая война престолов. (16+) 04.15 100 чудес света. (16+) 05.20 Битва оружейников. (16+)</p>	<p><b>ИСТОРИЯ</b></p> <p>06.00, 23.45 Космический камикадзе. Угол атаки Георгия Берегового. (12+) 06.45, 00.35 Спутник. Русское чудо. (12+) 07.35, 01.20 Спасённые шедеры России. Иконы. (12+) 08.25, 04.20 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+) 09.20, 05.15 Вторая мировая война. Герои против изменников. Советская Украина. (12+) 10.10 Замки Леванта. (12+) 11.10 Вожди народов. Никита Хрущёв. (12+) 12.00, 12.30 Корни Египта. (12+) 12.55 Вторая мировая война. Битва за Берлин. (16+) 13.50 Битва на Сомме. (12+) 14.50 Вера, надежда, любовь Елены Серовой. (12+) 15.40, 16.25 Настоящая война престолов. (12+) 17.10 СССР Империя наоборот. (12+) 18.00, 03.35 Салют-7. История одного подвига. (12+) 18.50, 02.50 Алексей Леонов. Прыжок в космос. (12+) 19.40, 02.05 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва. (12+) 20.30, 21.20 Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь. (12+) 22.10 Второй. Герман Титов. (12+) 22.55 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)</p>
---	--	--

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии фильмов (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется 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



18.15 Рассказы из русской истории

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 Черные дыры. Белые пятна
- 08.00 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 09.30 «Невский ковчег»
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.00 «XX век»
- 13.00 Линия жизни
- 13.55 22.15 «ИДИОТ»
- 14.55 02.15 «ЦСДФ: Точка отсчета»
- 15.55 Агора
- 17.15 С. Рахманинов. Концерт №3 для фортепиано с оркестром
- 18.15 Рассказы из русской истории
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 «Свидетели времени»
- 21.30 Сати. Нескучная классика...
- 23.10 «Морфология депрессии»
- 00.15 «Настоящая война престолов»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 05.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.50 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 10.50 00.35 04.30 «Петровка, 38». (16+)
- 11.00 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 03.00 «АННА И ТАЙНА ПРОШЛОГО». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «НАСТЕНЬКА: КАНКАН СМЕРТИ». (16+)
- 16.55 «Легенды эстрады. Музыка нас связала». (16+)
- 18.10 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: ТАЙНА ИМЕНИ». (16+)
- 20.05 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: СЛАДКОЕ ДЕЛО». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.50 «Жёны диктаторов». (16+)

ТВ-3



01.15 Кадони шоу. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.00 «Порча». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 15.30 «Порча». (16+)
- 16.00 «Слепая». (16+)
- 19.00 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)  
Следователь Андрей Климов заявляется на сходку криминальных авторитетов и на глазах у всех задерживает вора в законе по прозвищу Сорока. После успешного задержания начальство намекает Климову, что скоро его ждет повышение. В тот же день вечером он поздравляет с днем рождения дочку, счастливо засыпает и просыпается... в общей камере СИЗО.
- 23.15 «МАКСИН ХХХ». (18+)
- 01.15 Кадони шоу. (16+)
- 02.00 Экстра такси. (16+)
- 02.30 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



13.15 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Прости меня...» (16+)
- 11.30 «Беду отведу». (16+)
- 12.40 «Знахарка». (16+)
- 13.15 «Верну любимого». (16+)
- 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.25 «СУДЬИ И СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ И ЧАШКА ЧАЯ». (16+)
- 22.55 «Прости меня...» (16+)
- 00.00 «Беду отведу». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.25 «Верну любимого». (16+)
- 01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.20 Тест на отцовство. (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 04.35 Давай разведёмся! (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
- 05.30 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 08.05 Фирменный рецепт. (12+)
- 08.40 Знание - сила. (12+)
- 09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 17.30 02.00 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-8». (16+)
- 23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 01.15 «СВОИ-7». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «Москва - фронту». (16+)
- 11.25 13.25 15.05 17.15 02.15 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «СОШЕДШИЕ С НЕБЕС». (12+)
- 01.00 «Шумшу. Последний бой». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «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 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.10 «Служу Отечеству». (12+)
- 17.30 «Фолиант». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Безопасная дорога». (12+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.45 22.45 00.15 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.15 «Великий, могучий». (12+)
- 23.00 «ЭТОТ НЕГОДАЙ СИДОРОВ». (12+)
- 00.30 «Точка.ру». (12+)
- 01.00 «Арт-Проспект». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** 10.00 12.55 15.35 Новости
- 10.05 Плавание. Кубок России. Финал. (6+)
- 10.55 Дзюдо. Чемпионат Европы. (12+)
- 11.45 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.30 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчёт». (12+)
- 15.40 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.35 Плавание. Кубок России. Финал. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 19.05 Громко. Прямая трансляция
- 20.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 21.35 Футбол. «Лечче» - «Фиорентина». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 00.55 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура. (6+)
- 01.55 «Эволюция спорта». (12+)
- МАТЧ! ТВ** 06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
- 10.00 18.50 Что за спорт? (12+)
- 10.30 22.15 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 11.00 13.10 16.20 19.20 Новости. (0+)
- 11.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 12.35 13.15 18.35 «Страна спортивная». (12+)
- 12.55 15.45 16.00 22.40 Спецрепортаж. (12+)
- 13.35 01.20 Плавание. Кубок России. (6+)
- 14.20 Дзюдо. Первенство России. (12+)
- 16.25 05.05 Лучшая лига мира. (12+)
- 16.50 Футзал. Суперлига. (6+)
- 19.25 02.20 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивного. (6+)
- 20.25 03.15 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 23.00 Есть тема! (16+)
- 00.20 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000** 06.10 «ТАЙНА ХЕОПСА». (16+)
- 07.45 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (16+)
- 10.05, 12.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 13.40, 15.20 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 17.00, 17.55 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 18.50 «ЭЛЬДОРАДО: В ПОИСКАХ ХРАМА СОЛНЦА». (16+)
- Фэнтези-боевик, США, Перу, 2010 г.
- 20.40 «ЭЛЬДОРАДО: ДОРОГА К ЗОЛОТОМУ ГОРОДУ». (16+)
- Фэнтези-боевик, США, Перу, 2010 г.
- 22.25, 00.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.45 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (16+)
- 03.10 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
- 05.20 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
- VIJU TV1000 РУССКОЕ** 05.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «БУЛКИ». (16+)
- 10.10, 11.00 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.55 «ПО ЛЮБВИ». (16+)
- 13.10 «МЫ РОЖАЕМ!» (16+)
- 15.10 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 17.05 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
- 19.00 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
- 21.45 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (16+)
- 23.35, 00.25 «ТРИГГЕР». (16+)
- 01.20 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)
- 03.00 «ОН - ДРАКОН». (16+)
- 04.45 Мультфильмы. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «ИГРА КИЛЛЕРА». (18+)
- 02.40 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
- 04.50 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИНКЛЮЗИВ». (16+)
- 06.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 08.20 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 09.55 «ГОРЬНЫЧ». (6+)
- 11.45 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 13.20 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
- 15.30 «ХОЛОП ИЗ ПАРИЖА». (16+)
- 17.35 «МАДАМ ПАРФЮМЕР». (16+)
- 19.30 «ПЛАГИАТОР». (18+)
- 21.55 «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (12+)

- VIJU TV1000 АКТЮН** 06.15 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
- 08.10 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
- 09.55 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 11.25 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)
- 12.55 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)
- 14.50 «БАЛЕРИНА». (16+)
- 16.55 «КОНЕЦ СВЕТА». (16+)
- 19.00 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
- 20.35 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)
- Фэнтези-боевик, США, 2018 г.
- 22.35 «ХЕЛЛБОЙ: ПРОКЛЯТИЕ ГОРБУНА». (16+)
- 00.10 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
- 01.55 «ЛАРГО ВИНЧ 2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
- 03.45 «ГАНМЕН». (16+)

ДОМ КИНО

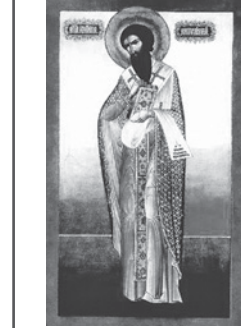
- 05.05 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.25 «Чудо-Юдо». Мультфильм. (6+)
- 06.40 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 23.30 Вечер вместе. «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- Сериал. Россия, 2020 г. В ролях: Константин Юшкевич, Илья Шляга
- 02.00 «РУСАЛКИ». (16+)
- Сериал. Россия, 2018 г. В ролях: Иева Андреева, Пётр Фёдоров, Михаил Горевой, Дарья Мороз
- 02.55 «В БАНЮ!» (16+)
- Россия, 2024 г. В ролях: Михаил Тройник, Фёдор Лавров, Юлия Александрова

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** 05.00 Апокалипсис. (16+)
- 06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Церковь и мир. (0+)
- 10.25 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 11.20 День Патриарха. (0+)
- 11.30, 12.00 Монастырская кухня. (0+)
- 12.25 «ЗВЕЗДЫ НА КРЫЛЬЯХ». (0+)
- 14.00 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (6+)
- 16.00, 04.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 17.25 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильм 1. (6+)
- 18.35 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСА НА НЕБЕСА». 14 серия. (0+)
- 19.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 20.45 Поле битвы. (16+)
- 21.15 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 22.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Прямая линия жизни. (16+)
- 01.05 Возвращение домой. Однажды в Великом Устюге... (0+)
- 01.35 Блаженный милостивые... (0+)
- 02.10 Поле битвы. (16+)
- 02.40 Глобус православия. (12+)
- 03.25 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

20 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.  
Прп. Георгия, исп., митр. Митленского.



Мч. Каллиопия.  
Мч. Руфина  
диакона, Акилины  
и с ними 200 воинов.  
Прп. Даниила  
Переяславского.  
Прп. Серапиона  
монаха. Сщмчр. Аркадия  
Прмц. Евдокии.

Поста нет.

«Ничто не приносит такой пользы людям, как умение отказываться от своеволия; поистине от этого человек преуспевает более, чем от всякой другой добродетели».

Прп. Авва Дорофей

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ** 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Короли чартов. (16+)
- 07.00, 07.30 10 самых! (16+)
- 08.00 Хиты по-русски. (16+)
- 08.25, 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 Звёзды о звёздах. (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 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 От Борисова до Пересильд. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Топ-30. (16+)
- 00.25 Плейлист | Весна. (16+)
- 01.00 Золотая лихорадка. (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 «В ПАРКЕ ЧАИР». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ



18.00 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ТЁПЛЫЙ ВЕТЕР С СЕВЕРА». (16+)
Марта обнаруживает, что ремонтные работы в больнице оплачены, но не выполнены, подрядчик существует только на бумаге, а повреждение крыши больницы и медицинского оборудования устроены намеренно.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.35 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
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 «ВЫСШАЯ МЕРА». (16+)
Артема Борщевского убивают в СИЗО. Убийцей оказывается один из заключённых, «заказанный» авторитетом Жорой Людоедом.
22.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «Захар Прилепин. Уроки русского». (16+)
01.15 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». (16+)

СТС



02.40 Сториз. (16+)

- 05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
06.45 100 мест и одна кухня. (16+)
07.15 Премьера! 100 мест и одна кухня. (16+)
07.40 «100 мест, где поесть». (16+)
08.45 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
10.35 «ВИОЛА В БУТСАХ». (16+)
12.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
17.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА-2». (16+)
21.05 «КОДЕКС КИЛЛЕРА». (16+)
23.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (18+)
01.05 «КОСМИЧЕСКАЯ КОЛОНИЯ». (18+)
02.40 Сториз. (16+)
03.00 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (16+)
04.30 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «УНИВЕР: 15 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
Гриша и Алиса сидят в засаде в квартире преступника, и Гриша ударяется в воспоминания - он думает о времени, когда только перевелся в Барвиху. Тогда он был скромнягой, но ему пришлось измениться...
23.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
Говорят, яблочко от яблони не далеко падает. Саня Рубинштейн - не единственный аферист в семье. В 1980 родственник Саша - Вова Рубинштейн проворачивал аферы похлеще...
00.45 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)
02.15 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Военная тайна». (16+)

- 05.00 «Военная тайна». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
01.10 «С бодрым утром!» (16+)
04.25 «Новости». (16+)
06.00 «Военная тайна». (16+)
12.30 «СОВБЕЗ». (16+)
16.30 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
19.30 Информационная программа 112. (16+)
23.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Легенды и мифы». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
02.05 «100 вопросов обо всем». (16+)
20.00 «МИЗАНТРОП». (16+)
20.30 «СПИСОК ПОДОЗРЕВАЕМЫХ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.10 Гастротур. (16+)
07.00 Пятница News. (16+)
07.30 «Культур-Мультиур». (16+)
08.50 Черный список. На стройке. (16+)
19.00 Черный список. Ремонт. (16+)
20.10 Черный список. (16+)
21.20 Черный список. На кухне. (16+)
22.10 Что я надела?! (16+)
23.10 Выживалити. Миссия Алфа. (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 Черный список. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ

- 06.00 Улётное видео. (16+)
«Улетное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои поездки заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения.
14.00 «СОЛДАТЫ-10». (16+)
18.00 Дорожные войны. (16+)
19.30 Улётное видео. (16+)
21.00 Влад решает. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Решала. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
11.00 00.05 05.05 «Шамбор: замок, король и архитектор». (16+)
15.15 «СВОЙ». (16+)
16.40 «На приёме у главного врача». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
20.45 «СЛУЧАЙ СПОЛЫНИНЬИ». (16+)
22.20 03.20 «МНЕНИЯ СТОРОН». (16+)
01.00 «Преодоление». (12+)
01.45 Отражение. (12+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
05.55 «Званый ужин». (16+)
07.50 «Муж напрокат». (16+)
10.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
12.05 «Супермама». (16+)
14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.20 «Чудо из ада. Предки». (16+)
Подорожков перевоспитали - берёмся за их родителей! Встречайте премьеру на телеканале «Ю».
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
02.00 «Неотложка». (16+)
03.40 «Моя-твоя еда». (0+)
04.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 04.40 Понять. Простить. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15, 00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
07.05, 10.10 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (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+)
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)
01.50 «ЛЕНИН В ОКТЯБРЕ». (16+)

ПОБЕДА

- 03.55 «Путь к Победе». (16+)
04.50 «КАДИШ». (16+)
06.15 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)
08.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
15.50 «ПЛАМЯ ПОД ПЕПЛОМ». (16+)
22.25 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)
Четверо мальчишек и девочка - друзья навеки. Они строили планы на каникулы, но... пришла война. Война, которая заставила по-другому смотреть на жизнь и сделать выбор - главный в жизни - выбор собственной совести.
00.15 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
01.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
03.30 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Новенькие». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «При кот». (0+)
10.15 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
10.45 «Парк Турум-Бурум». (0+)
Открываем мир веселья «Парк Турум-Бурум».
11.00 «Простоквашино». (0+)
13.15 «Диностер». (6+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.15 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Маша и Медведь». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрприз. Шпионы». (0+)
16.50 «Барбоскины». (0+)
19.30 «Лунтик. Возвращение домой». (0+)
Милый инопланетянин Лунтик очень скучает по маме и однажды решает найти путь домой.
20.45 «Лунтик». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Лунтик». (0+)
22.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)
22.45 «Метал Кард Бот». (6+)
23.10 «Фьюжен Макс. Новая эра». (6+)
23.25 «Герои Эввелла». (6+)
01.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
02.30 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
07.25 «Маша и Медведь». (0+)
08.15 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.30 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.30 «Простоквашино». (0+)
10.45 «Бумажки». (6+)
11.00 «Маша и Медведь». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Буба». (6+)
14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
15.10 «Сказочный патруль». (0+)
16.00 Время малышей. (0+)
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
18.55 «Кошечки-собачки». (0+)
19.40 «Маша и Медведь». (0+)
20.45 «Бумажки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Тюленьки». (6+)
21.50 «Буба». (6+)
22.30 «Фиксики». (0+)
23.30 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
00.00 «Сказочный патруль». (0+)
01.00 «Барбоскины». (0+)
01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.35 «Волшебная кухня». (0+)
03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.00 «Простоквашино». (0+)
05.10 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Это подкаст. История. (12+)
00.55, 04.55, 08.50 Семь дней истории. (12+)
01.05, 05.05, 08.55 Великие битвы России. (12+)
02.00, 06.00, 13.55 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
02.20, 06.20, 14.20 Историкограф. (12+)
03.05, 07.05, 11.05, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
04.00 Имена нелегальной разведки. (12+)
08.00 Самая дорогая награда. (12+)
09.50 Монологи императоров. (16+)
10.30 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)
12.00 Щит и меч: легенды госбезопасности: Группа «А». Эпоха Зайцева. (16+)
12.40 Хронотоп: Славянская азбука. (12+)
13.10 Морские сражения: Григорий Щедрин. Огненная кругосветка. (12+)
16.00 У истоков русской археологии. (12+)
17.00 Революция LIVE: #романовдолженуйти! Фильм 4. (12+)
18.05 Обыкновенная История: Серп и коса. (6+)
18.15 Россия глазами иностранцев: Казань. (12+)
20.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)
21.00 Найти и рассказать: Демянский котёл. (12+)
21.35 Русь изначальная: Точка отсчета Российской государственности. (12+)
22.05 Операция «Украина». Американский след. (16+)
23.50 Битва оружейников. (16+)

VIIU HISTORY

- 06.00 Освобождение Европы. (16+)
06.45 100 чудес света. (16+)
07.45 Древние цивилизации Азии. (16+)
08.40 Китай: империя времени. (16+)
09.40 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)
10.35, 11.35 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
12.35, 13.25 Настоящая война престолов. (16+)
14.15 Тайны древнего Египта: Последние секреты Сфинкса из Гизы. (16+)
15.15 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
16.10 100 чудес света. (16+)
17.10 Древние цивилизации Азии: Торговцы с Рюкю. (16+)
18.05, 19.00 Осажденные крепости. (16+)
20.00, 20.50 Настоящая война престолов. (16+)
21.40 Битва оружейников: Микоян против Шмюда. (16+)
22.30 Освобождение Европы: Огненный штурм Буды и Пешта. (16+)
23.10 Тайны древнего Египта. (16+)
00.05 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
01.00, 01.55 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
02.45, 03.35 Настоящая война престолов. (16+)
04.20 100 чудес света. (16+)
05.20 Битва оружейников. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 23.00 Замки Леванты. (12+)
06.55, 00.00 Вожди народов. Никита Хрущёв. (12+)
07.45, 08.15, 00.50, 01.15, 05.30 Корни Египта. (12+)
08.40, 01.45 Вторая мировая война. Битва за Берлин. (16+)
09.35 Битва на Сомме. (12+)
10.30 Вера, надежда, любовь Елены Серовой. (12+)
11.20, 12.10 Настоящая война престолов. (12+)
12.55 СССР. Империя наоборот. Азербайджан. (12+)
13.45 Салют-7. История одного подвига. (12+)
14.35 Алексей Леонов. Прыжок в космос. (12+)
15.20 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)
16.15, 17.05, 02.30, 03.15 Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь. (12+)
17.55, 04.00 Второй. Герман Титов. (12+)
18.45, 04.45 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)
19.35 Космический камиквадзе. Угол атаки Георгия Берегового. (12+)
20.20 Спутник. Русское чудо. (12+)
21.10 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)
22.10 Вторая мировая война. Герои против изменников. Советская Украина. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



10.15  
Наблюдатель

- 07.20 Легенды мирового кино
- 07.45 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 09.10 00.10 «Настоящая воина престолов»
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.00 «XX век»
- 12.10 14.40 «Забываемое ремесло»
- 13.00 Больше, чем любовь
- 13.45 22.15 «ИДИОТ»
- 14.55 02.10 «ЦСДФ: Точка отсчета»
- 15.45 Сати. Нескучная классика...
- 16.30 Эрмитаж
- 17.15 Гала-концерт в БЗК. Запись 1966 года
- 18.15 «Петр Великий»
- 19.00 Уроки русского. Чтения
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.30 Белая студия
- 23.10 «Побег из одиночества»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



13.45 «Мой герой».  
(12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 10.35 «Актёрские драмы. Вредные родители». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 03.00 «АННА И ТАЙНА ПРОШЛОГО». (12+)
- 13.45 04.55 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «НАСТЕНЬКА: БЛАГИЕ НАМЕРЕНИЯ». (16+)
- 16.55 «Легенды эстрады. Французский поцелуй». (16+)
- 18.10 20.05 «БАБЬЕ ЦАРСТВО». (16+)
- 22.35 05.30 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Братва и звёзды». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 04.35 «Петровка, 38». (16+)

ТВ-3



11.00 Гадалка.  
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.00 «Порча». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 15.30 «Порча». (16+)
- 16.00 «Слепая». (16+)
- 18.00 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)
- В семье Нестеровых продолжают скрывать от матери братьев-близнецов гибель Алексея. Емельянова просит у Игнатъева содействия, но тот заявляет, что Андрей уже признался в убийстве родных.
- 23.15 «КОРАБЛЬ ПРИЗРАКОВ». (18+)
- Лайнер «Королева Мэри» называют самым злоедем судном в истории. Про него ходят легенды и страшные мифы о загадочных смертях и несчастных случаях.
- 01.45 Мистические истории. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

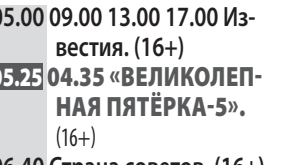
ДОМАШНИЙ



13.50 «Голоса ушедших душ».  
(16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Прости меня...» (16+)
- 11.30 «Беду отведу». (16+)
- 12.40 «Знахарка». (16+)
- 13.15 «Верну любимого». (16+)
- 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.25 «СУДЬИ И СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ И ЧАШКА ЧАЯ». (16+)
- 22.55 «Прости меня...» (16+)
- 00.10 «Беду отведу». (16+)
- 01.10 «Знахарка». (16+)
- 01.35 «Верну любимого». (16+)
- 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.30 Тест на отцовство. (16+)
- 04.10 «6 кадров». (16+)
- 04.30 Давай разведёмся! (16+)

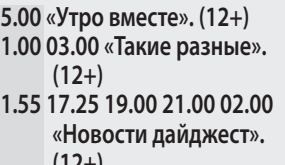
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Из-вестия. (16+)

- 05.25 04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 06.40 Страна советов. (16+)
- 08.40 Знание - сила. (12+)
- 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-8». (16+)
- 23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 01.20 «СВОИ-7». (16+)
- 02.05 «СЛЕД». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.25 13.25 15.05 17.15 02.00 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «ВТОРОЙ РАЗ В КРЫМУ». (12+)
- 01.00 «Шумшу. Последний бой. Курильская десантная операция». (12+)

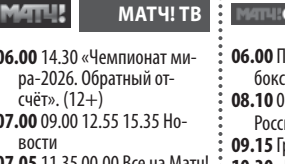
ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 03.00 «Такие разные». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 18.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Безопасная дорога». (12+)
- 13.00 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- 15.45 «Спецрепортаж». (12+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.10 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
- 17.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 «Документальное кино». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 04.30 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО СЦЕНАРИЮ». (16+)

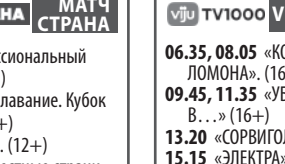
СПОРТ



06.00 14.30 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчёт». (12+)

- 07.00 09.00 12.55 15.35 Новости
- 07.05 11.35 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Трансляция из Грузии. (12+)
- 10.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 15.40 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.15 Плавание. Кубок России. Финал. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 19.00 Футбол. ЦСКА - «Ростов» (Ростов-на-Дону). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.50 Футбол. «Интер» - «Комо». Кубок Италии. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 01.25 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 06.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 08.10 01.20 Плавание. Кубок России. (6+)
- 09.15 Громко. (12+)
- 10.30 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 11.00 12.50 16.25 18.50 Новости. (0+)
- 11.05 00.20 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)
- 12.00 16.30 18.35 22.40 Спецрепортаж. (12+)
- 12.15 Небесная грация. (6+)
- 12.35 «Страна спортивная». (12+)
- 12.55 Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция
- 16.00 22.15 «бхб». (12+)
- 16.50 Футзал. Суперлига. (6+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 20.55 05.35 Лучшая лига мира. (12+)
- 21.20 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивной. (6+)
- 23.00 Есть тема! (16+)

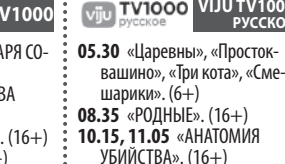
КИНО И СЕРИАЛЫ



06.35, 08.05 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)

- 09.45, 11.35 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 13.20 «СОРИГОВОЛА». (16+)
- 15.15 «ЭЛЕКТРА». (12+)
- 17.00, 17.55 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 18.45 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
- Приключенческая комедия. Франция, Бельгия, 2020 г.
- 20.10 «ЯГУАР». (16+)
- Приключенческая комедия. Франция, 1996 г.
- 22.10, 23.55 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.35 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 03.20 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 05.05 «Королевские каникулы». Мультфильм. (6+)

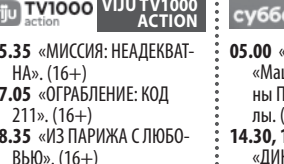
МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ



07.50 «Маугли. Ракша».

- Мультфильм. (0+)
- 08.15 «Маугли. Похищение». Мультфильм. (0+)
- 08.35 «Маугли. Последняя охота Акелы». Мультфильм. (0+)
- 08.55 «Маугли. Битва». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Маугли. Возвращение к людям». Мультфильм. (0+)
- 09.45 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ!» (16+)
- 11.25 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 14.00 «БЫЛО У ОУЦА ТРИ СЫНА». (16+)
- 16.30 «ГАРАЖ». (16+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
- 20.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)

ДОМ КИНО



04.35 «Три кота».

- Мультсериал. (6+)
- 05.25 «Белка и Стрелка. Каринская тайна». Мультфильм. (6+)
- 06.40 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 23.30 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- В ролях: Константин Юшкевич, Илья Шляга
- 02.10 «РУСАЛКИ». (16+)
- Сериал. Россия, 2018 г.
- В ролях: Иева Андреевайтэ, Пётр Фёдоров
- 03.00 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (16+)
- Россия, 1995 г. В ролях: Елена Корикова, Дмитрий Щербина, Леонид Куравлёв, Людмила Артемьева

СПАС



05.00 «Маша и Медведь».

- «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 14.30, 15.20, 16.10, 17.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 20.10, 21.30, 22.40 Богиня сыска. (16+)
- «Богиня сыска» - романтический эксперимент про обман и свидание.
- 00.00 «КЛОН». (16+)
- 00.55 Суббота News 2026. (16+)
- 01.10 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 02.00, 02.50 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 03.30, 04.10 «Ты - моя жизнь». (16+)
- 04.40 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

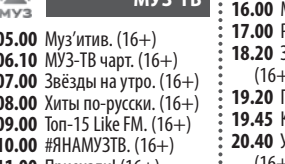
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ



05.00 Апокалипсис. (16+)

- 06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.30 Лето Господне. Радоница. (6+)
- 14.15 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 16.00, 04.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 16.55 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 17.25 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильм 2. (6+)
- 18.35 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 15 серия. (0+)
- 19.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 20.45 Поле битвы. (16+)
- 21.15 «КООРДИНАТЫ НЕИЗВЕСТНЫХ». (12+)
- СССР, 1957 г.
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.10 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Возвращение домой. Ограбление по-ростовски. (0+)
- 00.50 Кто заплатил Ленину: тайна века. (0+)
- 01.40 Старицкий монастырь. (0+)
- 02.10 Поле битвы. (16+)
- 02.40 Глобус православия. (12+)
- 03.25 Простые чудеса. (12+)

МУЗЫКА



05.00 Муз'итив. (16+)

- 06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 07.00 Звёзды на утро. (16+)
- 08.00 Хиты по-русски. (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+)

МУЗ-ТВ



15.20 В десятку! (16+)

- 16.00 Моя волна. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20 Звёздный разбор. (16+)
- 19.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Унесённые временем. (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+)

Православный календарь

21 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Радоница.  
Поминание усопших. Глас 1.  
Апп. от 70 Иродиона, Агава, Асинкрита,  
Руфа, Флегонта, Ерма и иже с ними.

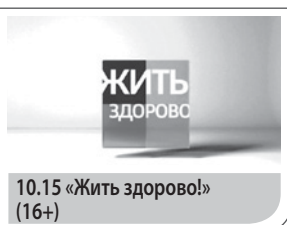


Мч. Павлин. Свт. Келестина, папы Римского. Свт. Нифонта, еп. Новгородского. Прп. Руфа, затворника Печерского. Сщмч. Сергия пресвитера.

Поста нет.

« Бог для того и создал нас и привел в бытие, чтобы сделать участниками вечных благ, чтобы даровать Царство Небесное, а не для того, чтобы ввергнуть в геенну и предать огню...»  
Свт. Иоанн Златоуст

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 «В ПАРКЕ ЧАИР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости  
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.00 «Малахов». (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 «ТЁПЛЫЙ ВЕТЕР С СЕВЕРА». (16+)  
От Димки Марта узнаёт, что опека и полиция забрали Тому в приют. Директор приюта Евгения Алексеевна понимает, что ситуация подстроена, она обещает Марте свою помощь и поддержку. Марта решает бороться...  
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

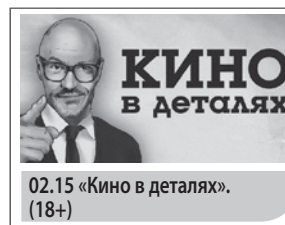
НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

04.35 «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 «ВЫСШАЯ МЕРА». (16+)  
В Костроме Таболин знакомится со следователем Арутюновым...  
22.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
00.20 «Сегодня»  
00.40 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)  
01.45 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». (16+)

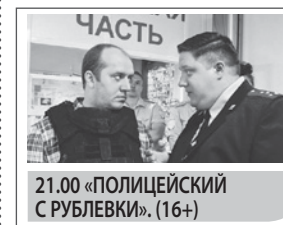
СТС



02.15 «Кино в деталях». (18+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)  
06.45 100 мест и одна кухня. (16+)  
07.15 Премьера! 100 мест и одна кухня. (16+)  
07.45 «100 мест, где поесть». (16+)  
08.50 «НЕОЖИДАННЫЕ СВЯЗИ». (16+)  
10.40 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)  
12.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)  
17.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА-2». (16+)  
21.05 «ИЗВЕРЖЕНИЕ». (16+)  
23.50 «ВЫЖИВШИЕ: БЕТОННАЯ УТОПИЯ». (18+)  
02.15 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
03.00 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)  
04.30 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
19.00 «УНИВЕР: 15 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)  
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
23.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)  
Беспредельная комедия с Александром Петровым и Сергеем Буруновым. Герои задаются вопросом, как спасти родное ОВД от закрытия? По мнению ушлого копа Гриши Измайлова, нужно сперва чуть преступить закон, а затем раскрыть собственное преступление. Однако игра в «медвежатников» у полицейских сразу не задается, и новые беды растут как снежный ком.  
00.55 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)  
02.25 «Однажды в России». (16+)  
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)  
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

05.00 18.00 01.10 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». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Момент в истории». (16+)  
17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «Наука и техника». (16+)  
20.50 «ОТРЯД ПРЕСТУПНИКОВ». (16+)  
23.25 «ПОД ОГНЁМ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.40 Гастротур. (16+)  
06.20 Пятница News. (16+)  
06.50 «Культур-Мультиур». (16+)  
08.00 Битва шефов. (16+)  
10.20 Адский шеф. (16+)  
13.10 Битва шефов. (16+)  
19.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
21.40 Черный список. На кухне. (16+)  
23.30 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
02.00 Пятница News. (16+)  
02.30 Черный список. (16+)  
04.10 Секреты на кухне. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
05.55 «Званый ужин». (16+)  
07.50 «Муж напрокат». (16+)  
10.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
12.05 «Супермама». (16+)  
14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.20 «Мама в 16». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Измены». (18+)  
02.00 «Неотложка». (16+)  
Чудовищные травмы, редкие диагнозы и врачи, которые борются за каждую жизнь - добро пожаловать в настоящее отделение скорой помощи.  
03.40 «Моя-твоя еда». (0+)  
04.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)  
14.00 «СОЛДАТЫ-10». (16+)  
18.00 Дорожные войны. (16+)  
19.30 Улётное видео. (16+)  
21.00 Влад решает. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому на телеканале появилась программа о защите честных отношений.  
03.30 Решала. (16+)

МИР

05.00, 04.40 Понять. Простить. (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день  
06.15, 00.05 Наше кино. (16+)  
06.40 «ХОД КОНЕМ». (16+)  
08.20 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НО-ФЕЛЕТ?». (16+)  
10.10 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 Дела судебные. (16+)  
20.25, 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)  
21.50, 22.35 Игра в кино. (16+)  
00.55 Первый Евразийский канал. (12+)  
02.00 «ДЕТИ КАПИТАНА ГРАНТА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 ОТРАЖЕНИЕ  
11.00 00.10 05.10 «История двух сестер. Джеки Кеннеди». (16+)  
12.05 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ. Удмуртская Республика  
15.15 «СЛУЧАЙ С ПОЛЫНИНЫМ». (16+)  
17.00 «Открытая наука». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (16+)  
22.20 03.25 «ДИПАН». (16+)  
01.00 «Очень личное». (16+)  
01.45 ОТРАЖЕНИЕ. (12+)

ПОБЕДА

05.10 «Путь к Победе». (16+)  
06.10 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)  
08.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)  
15.50 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+)  
Василий Русаков с отличием оканчивает Саратовское танковое училище. На дворе грохочет война, но это не мешает Василию влюбиться. И теперь в нем борются боевой командир и безрассудный юнец, и нередко в этом внутреннем споре безрассудный юнец побеждает.  
23.30 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)  
01.10 «ЛЁТЧИК». (16+)  
03.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Новенькие». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Три кота». (0+)  
10.05 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)  
10.15 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)  
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (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.  
11.05 «Простоквашино». (0+)  
13.15 «Диностер». (6+)  
13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
13.45 «Инфинити Надо». (6+)  
14.15 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Маша и Медведь». (0+)  
16.40 «ЛОЛ Сюрприз». (6+)  
16.50 «Барбоскины». (0+)  
19.30 «Побег из цирка». (6+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.15 «Лунтик». (0+)  
22.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)  
22.45 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.10 «Фьюжен Макс. Новая эра». (6+)  
23.25 «Герои Эввелла». (6+)  
01.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)  
02.30 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)  
07.25 «Маша и Медведь». (0+)  
08.15 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)  
08.30 «Барбоскины». (0+)  
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
09.30 «Простоквашино». (0+)  
10.45 «Бумажки». (6+)  
11.00 «Маша и Медведь». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Буба». (6+)  
14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)  
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
15.10 «Сказочный патруль». (0+)  
16.00 Время малышей. (0+)  
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
18.55 «Кошечки-собачки». (0+)  
19.40 «Маша и Медведь». (0+)  
20.45 «Бумажки». (0+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.30 «Тюленьки». (6+)  
21.50 «Буба». (6+)  
22.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
23.30 «Просто о важном. Про Мир и Гошу». (0+)  
00.00 «Сказочный патруль». (0+)  
01.00 «Барбоскины». (0+)  
01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
02.35 «Волшебная кухня». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Простоквашино». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

01.00 События в истории. (12+)  
01.55, 04.50 Семь дней истории. (12+)  
02.05, 10.10 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)  
02.25, 10.30 Историограф. (12+)  
03.10 На пути к Великой Победе. (12+)  
04.00 Самая дорогая награда. (12+)  
04.55 Великие битвы России. (12+)  
05.50 Монологи императоров. (16+)  
06.30 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)  
07.05, 11.15, 15.10, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)  
08.00 Шит и меч: легенды госбезопасности: Группа «А». Эпоха Зайцева. (16+)  
08.45 Хронопол. (12+)  
09.15, 14.10 Обыкновенная История. (6+)  
09.25 Морские сражения. (12+)  
12.05 У истоков русской археологии. (12+)  
13.05 Революция LIVE. (12+)  
14.20 Россия глазами иностранцев. (12+)  
16.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)  
17.00 Найти и рассказать. (12+)  
17.35, 20.50 Русь изначальная. (12+)  
18.05 Операция «Украина». Американский след. (16+)  
20.00 Боги Египта. (16+)  
21.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
21.35 Освобождение Европы. (12+)  
22.20 Шахматные партии холодной войны. (16+)

VJU HISTORY

06.00 Освобождение Европы. (16+)  
06.50 100 чудес света. (16+)  
07.45 Древние цивилизации Азии. (16+)  
08.35 Китай: империя времени. (16+)  
09.35 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)  
10.35, 11.30 Осажденные крепости. (16+)  
12.30, 13.20 Настоящая война престолов. (16+)  
14.10 Тайны древнего Египта. (16+)  
15.10 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)  
16.10 100 чудес света. (16+)  
17.10 Древние цивилизации Азии: Потомки айнов. (16+)  
18.00, 19.00 Осажденные крепости. (16+)  
20.00 Настоящая война престолов: Восход Короля-Солнца. (16+)  
20.50 Настоящая война престолов: Восход Короля-Солнца. (16+)  
21.40 Битва оружейников: Миль против Сикорского. (16+)  
22.25 Битва оружейников: Морозов против Келлера. (16+)  
23.10 Тайны древнего Египта: Талис: тайна серебряного фараона. (16+)  
00.10 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)  
01.05, 02.00 Осажденные крепости. (16+)  
02.50, 03.35 Настоящая война престолов. (16+)  
04.20 100 чудес света. (16+)  
05.20 Битва оружейников. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 23.50 Битва на Сомме. (12+)  
06.55, 00.50 Вера, надежда, любовь Елены Серовой. (12+)  
07.45, 08.35, 01.35, 02.20 Настоящая война престолов. (12+)  
09.20 СССР. Империя наоборот. (12+)  
10.10 Салют-7. История одного подвига. (12+)  
10.55 Алексей Леонов. Прыжок в космос. (12+)  
11.45 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)  
12.40, 13.30 Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь. (12+)  
14.20 Второй. Герман Титов. (12+)  
15.10 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)  
15.55 Космический камикадзе. Угол атаки Георгия Берегового. (12+)  
16.45 Спутник. Русское чудо. (12+)  
17.35 Спасённые шедевры России. Иконы. (12+)  
18.25, 03.00 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)  
19.25 Вторая мировая война. Герои против изменников. Советская Украина. (12+)  
20.15, 05.05 Замки Леванта. (12+)  
21.10, 03.55 Вожди народов. Никита Хрущёв. (12+)  
22.00, 22.30, 04.40 Корни Египта. (12+)  
23.00 Вторая мировая война. Битва за Берлин. (16+)

РОССИЯ К  
Культура

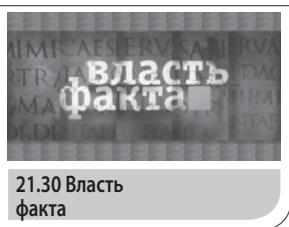
ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ  
ВОРОНЕЖ



21.30 Власть факта



14.50 Город новостей



09.00 «Слепая». (16+)



07.05 Давай разведёмся! (16+)

07.20 Легенды мирового кино  
**07.45 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»**  
 10.15 Наблюдатель  
 11.10 01.00 «XX век»  
 11.50 «Памяти Людмилы Арининой»  
 13.00 Больше, чем любовь  
**13.45 22.15 «ИДИОТ»**  
 14.40 «Забытое ремесло»  
 14.55 «ЦСДФ: Точка отсчета»  
 15.35 Белая студия  
 16.30 Библейский сюжет  
 17.15 Гала-концерт в БЗК. Запись 2016 года  
 18.30 «Роман в камне»  
 19.00 Уроки русского. Чтения  
 19.45 Главная роль  
 20.05 Правила жизни  
 20.35 Спокойной ночи, малыши!  
**20.50 «МИХАИЛ КОЗАКОВ: НЕЗАКОНЧЕННЫЙ РАЗГОВОР»**  
 21.30 Власть факта  
 23.10 «Дети - формула счастья»  
 01.35 «Вечерний свет»

06.00 «Настроение»  
 08.15 «Доктор И...» (16+)  
**08.40 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА».** (16+)  
 10.35 04.45 «Актёрские драмы. Сыграть вождя». (16+)  
 11.30 14.30 17.50 22.00 События  
**11.50 03.00 «АННА И ТАЙНА НОЧИ».** (12+)  
 13.45 «Мой герой». (12+)  
 14.50 Город новостей  
**15.05 «НАСТЕНЬКА: КОСТИК».** (16+)  
 16.55 «Легенды эстрады. Загнать звезду». (16+)  
**18.10 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: ПОСЛЕДНИЙ УЖИН».** (16+)  
**20.05 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: ОПАСНАЯ ПРАКТИКА».** (16+)  
 22.35 «Хватит слухов!» (16+)  
 23.05 Хроники московского быта. (16+)  
 00.00 События. 25-й час  
 00.35 04.30 «Петровка, 38». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
 08.30 «Леди Баг и Суперкот». (6+)  
 09.00 «Слепая». (16+)  
 10.00 «Порча». (16+)  
 11.00 Гадалка. (16+)  
 15.30 «Порча». (16+)  
 16.00 «Слепая». (16+)  
**18.00 «ПОДСУДИМЫЙ».** (16+)  
 У себя дома Нестеров застаёт Николь, которая дружна с его женой и была любовницей Дмитрия. Он привозит Николь в загородный дом и убивает в тот момент, когда Николь разговаривает по телефону с его женой.  
**23.15 «ВОРОНЯ ЛОЩИНА».** (16+)  
 19-й век. Молодой Эдгар - один из лучших кадетов престижной академии Вест-Пойнт. Вернувшись с учений, он с четырьмя сокурсниками, отправляется в путешествие.  
 01.15 Мистические истории. (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
 07.05 Давай разведёмся! (16+)  
 08.05 Тест на отцовство. (16+)  
 10.20 «Прости меня...» (16+)  
 11.25 «Беду отведу». (16+)  
 12.40 «Знахарка». (16+)  
 13.15 «Верну любимого». (16+)  
 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)  
**14.25 «СУДЬИ И СУДЬБЫ».** (16+)  
**19.00 «ДОРОГОЙ СЕРДЦА».** (16+)  
 23.00 «Прости меня...» (16+)  
 00.05 «Беду отведу». (16+)  
 01.05 «Знахарка». (16+)  
 01.35 «Верну любимого». (16+)  
 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)  
 02.25 Тест на отцовство. (16+)  
 03.15 «6 кадров». (16+)  
**03.40 «СУДЬИ И СУДЬБЫ».** (16+)

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)  
**05.25 09.30 04.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)  
 08.25 «Стройнадзор». (16+)  
**09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6».** (16+)  
 17.30 «СЛЕД». (16+)  
 22.20 «СВОИ-8». (16+)  
 23.05 «СВОИ-5». (16+)  
 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)  
 00.30 «СВОИ-5». (16+)  
 01.20 «СВОИ-7». (16+)  
 02.05 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)  
 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
**11.25 13.25 15.05 17.15 02.00 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ».** (16+)  
 18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
 20.10 «Секретные материалы». (16+)  
 22.45 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)  
**23.15 «ШЕСТОЙ».** (12+)  
 01.00 «Шумшу. Последний бой. Курильская десантная операция». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)  
 11.00 «Такие разные». (12+)  
 11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)  
 12.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)  
 12.30 00.30 «Футбол губернии». (12+)  
**13.00 «ЗОРГЕ».** (16+)  
 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
 14.30 «День вместе». (12+)  
**15.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ».** (16+)  
 15.45 «Безопасная дорога». (12+)  
**16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА».** (16+)  
 17.10 «Полицейский вестник». (12+)  
 17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)  
 18.00 04.30 «Документальное кино». (12+)  
 18.30 «Азбука Православия». (12+)  
 18.45 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)  
 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)  
 20.00 22.00 03.30 «Здоровая среда». (12+)  
**23.00 «ЗОЛОТАЯ ДЮНА».** (16+)

СПОРТ

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ  
**06.00** «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчёт». (12+)  
**07.00** 09.00 12.55 Новости  
**07.05** 11.35 17.15 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция  
**09.05** 12.35 Специальный репортаж. (12+)  
**09.25** Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Трансляция из Грузии. (12+)  
**10.30** Греко-римская борьба. Чемпионат Европы. Трансляция из Албании. (12+)  
**13.00** Есть тема! Прямая трансляция  
**14.30** Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Прямая трансляция из Грузии  
**19.00** Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция  
**21.50** Футбол. «Аталанта» - «Лацио». Кубок Италии. 1/2 финала. Прямая трансляция  
**01.25** «Вид сверху». (12+)  
**01.55** «Эволюция спорта». (12+)

**МАТЧ СТРАНА** МАТЧ СТРАНА  
**06.00** Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)  
**08.05** 16.00 Спецрепортаж. (12+)  
**08.25** 04.35 Плавание. Кубок России. (6+)  
**09.50** География спорта. (12+)  
**10.30** 04.10 «бхб». (12+)  
**11.00** 13.10 16.20 19.20 Новости. (0+)  
**11.05** 00.20 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)  
**12.00** Греко-римская борьба. Чемпионат Европы. (12+)  
**12.55** По домам. (12+)  
**13.15** Что за спорт? (12+)  
**13.45** Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)  
**16.25** «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)  
**16.55** Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция  
**18.35** Небесная грация. (6+)  
**19.25** Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция  
**21.55** Фехтование. Чемпионат России. (6+)  
**23.00** Есть тема! (16+)  
**02.20** Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**VIJU TV1000** **VIJU TV1000**  
**06.20** «ЯГУАР». (16+)  
**08.05** «СОКРОВИЩА ДЖУН-ГЛЕЙ». (16+)  
**09.40, 11.25** «УБИЙСТВА В...» (16+)  
**13.10** «КОЛЬЦА ДРАКОНА». (12+)  
**15.00** «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)  
**17.00, 17.55** «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
**18.45** «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)  
 Романтическая комедия, США, 2009 г.  
**20.25** «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
 Романтическая комедия, США, Канада, 2008 г.  
**22.10, 23.55** «УБИЙСТВА В...» (16+)  
**01.35** «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)  
**03.20** «ГОНКА ВЕКА». (16+)  
**04.55** «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (16+)

**VIJU TV1000 РУССКОЕ** **VIJU TV1000 РУССКОЕ**  
**05.30** «Даревный». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)  
**07.45** «Смешарики. Начало». Мультфильм. (16+)  
**09.20, 10.10** «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)  
**11.00** «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)  
**12.30** «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)  
**13.55** «НОЧНАЯ СМЕНА». (16+)  
**15.40** «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)  
**17.10** «С 8 МАРТА, МУЖЧИНЫ!» (16+)  
**19.00** «БУЛКИ». (16+)  
**20.45** «АТЕЛЬ-МАТЕЛЬ». (16+)  
**22.30, 23.25** «ТРИГГЕР». (16+)  
**00.20** «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (16+)  
**01.50** «ВАСИЛИЙ». (16+)

**VIJU TV1000 ACTION** **VIJU TV1000 ACTION**  
**05.30** «ПРОЩАЙ!». (16+)  
**07.15** «ЧАС ИСТИНЫ». (16+)  
**09.15** «КРАЙНЕ ОПАСЕН». (16+)  
 Триллер, США, 2024 г.  
**10.45** «ЗАСАДА». (16+)  
**12.30** «ОТРАДЬ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)  
**14.25** «УЦЕЛЕВШИЙ». (16+)  
**16.35** «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)  
**19.00** «АНТИГАНГ». (16+)  
 Фантастический боевик, Франция, 2012 г.  
**21.10** «НАПРОЛОМ». (16+)  
 Фантастический боевик, США, Великобритания, Канада, 2013 г.  
**00.55** «АНТИГАНГ». (16+)  
**02.25** «АНТИГАНГ: СМЕНА». (16+)  
**03.55** «СЕЗОН УБИЙЦ». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ** **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**  
**00.55** «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)  
**03.20** «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)  
**04.55** «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)  
**06.30** «НЕПОСЛУШНИК» (12+)  
**08.40** «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
**10.20** «ХОЛОП ИЗ ПАРИЖА». (16+)  
**12.25** «МАДАМ ПАРФЮМЕР». (16+)  
**14.15** «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)  
**15.55** «ВАСАБИ». (18+)  
**17.40** «НЯНЬКИ». (12+)  
**19.30** «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (12+)  
**21.05** «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕДАТЬ». (18+)

**07.25** Мультфильмы. (0+)  
**09.20** «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИЙ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)  
**10.35** ПРОЩАЛЬНАЯ ГАСТРОЛЬ «АРТИСТА». (16+)  
**12.05** «ГОРОД ПРИНЯЛ». (16+)  
**13.30** «ВЫСОТА». (16+)  
**15.15** «ЗМЕЕЛОВ». (16+)  
**17.00** «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)  
**18.20** «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)  
**20.00** «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (16+)  
**21.55** «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (16+)  
**23.35** «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (16+)  
**02.05** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)

**04.50** «Три кота». Мультсериал. (6+)  
**05.25** «Три кота и море приключений». Мультфильм. (0+)  
**06.30** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
**12.20** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
**23.30** «БАЛАБОЛ-4». (16+)  
 Сериал. Россия, 2020 г. В ролях: Константин Юшкевич, Илья Шляга  
**02.10** «РУСАЛКИ». (16+)  
 Сериал. Россия, 2018 г. В ролях: Иева Андреевайтэ, Пётр Фёдоров  
**03.00** «АРТИСТКА». (16+)  
 Россия, 2007 г. В ролях: Евгения Добровольская, Александр Абдулов, Мария Аронина, Юрий Степанов

**06.00** Даёшь молодёжь! (16+)  
**07.00** «Три кота». (0+)  
**10.10** «КАДЕТСТВО». (16+)  
**15.00** «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)  
**17.40** «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
**22.05** «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)  
 Катя и ее подруга Саша Вострикова становятся свидетелями странного происшествия. На распродаже в Торговом центре десятки людей внезапно подверглись массовому гипнозу, в том числе и Саша. Более того, под шумок, у инкасатора были похищены деньги.  
**01.10** «МАРГОША». (16+)  
**04.15** Даёшь молодёжь! (16+)

МУЗЫКА

**МУЗ-ТВ**  
**05.00** Муз'итив. (16+)  
**06.10** У-Дачный чарт. (16+)  
**07.00** #НАМУЗТВ. (16+)  
**08.10** Teen чарт. (16+)  
**08.40, 15.00, 18.00, 21.40** PRO-новости. (16+)  
**09.00** Тор чарт Европы плюс. (16+)  
**10.00** Плейлист | Весна. (16+)  
**11.00** Топ-30. (16+)  
**13.00** Лихие хиты. (16+)  
**14.00** Плейлист | Весна. (16+)

**15.20** В десятку! (16+)  
**16.00** Народный микрофон. (16+)  
**17.00** Яндекс.Музыка. (16+)  
**18.20** Хит-Сториз. (16+)  
**18.55** Плейлист | Весна. (16+)  
**19.45** Кто следующий? (16+)  
**20.40** Обеспеченный Ангел. (16+)  
**22.00** Топ-30. (16+)  
**00.00** Плейлист | Весна. (16+)  
**01.00** Золотая лихорадка. (16+)  
**03.00** Караокинг. (16+)

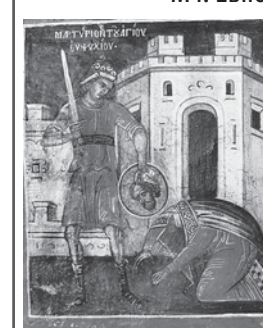
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**  
**05.00** Апокалипсис. (16+)  
**05.40** «Сны на Вознесение, или Забытая тайна Циолковского». Мультфильм. (0+)  
**06.00, 08.00** Утро на СПАСЕ. (0+)  
**10.00** Возвращение домой. Ограбление по-ростовски. (0+)  
**10.35, 16.00** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
**11.30** День Патриарха. (0+)  
**11.40, 12.10, 12.35** Монастырская кухня. (0+)  
**13.00** «ПРИТЧИ-2». (0+)  
**14.10** «КООРДИНАТЫ НЕИЗВЕСТНЫХ». (12+)  
**16.55** Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

**СПАС**  
 17.25 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильм 3. (6+)  
 18.35 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». (0+)  
 19.35 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)  
 20.45 Поле битвы. (16+)  
 21.15 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (0+)  
 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)  
 00.10 День Патриарха. (0+)  
 00.20 Возвращение домой. Похитители в белых халатах. (0+)  
 00.50 Восстание из пепла: Расстрелянный рай. (12+)  
 01.45 И вот был случай на войне...: Командир. (12+)  
 02.05 Поле битвы. (16+)

Православный календарь

22 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.  
Мч. Евпсихия.



Мчч. Дисана еп., Мариавы пресвитера, Авдвиева и прочих 270. Прмч. Вадима архимандрита и 7 учеников его. Мч. Гавриила.

Постный день. Разрешается рыба.  
« Для человека создал Бог небо, украшенное звездами, для человека создал Он землю – и люди возделывают ее для себя. Не чувствующие такого Божия промысления – несмысленны душою». Прп. Антоний Великий

ПЕРВЫЙ



14.00 «Большая игра». (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 «В ПАРКЕ ЧАИР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости.  
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

05.00 Утро России.  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
16.30 Вести  
17.00 «Малахов». (16+)  
18.00 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «ТЁПЛЫЙ ВЕТЕР С СЕВЕРА». (16+)  
Дима и Тома становятся свидетелями преступления, и после этого пропадают. Преступники могли их похитить или устранить. Начинаются масштабные поиски с участием МЧС и кинологов.  
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.00 «48-й Московский Международный кинофестиваль. Торжественное закрытие»  
03.20 «КУЛАГИНЫ». (16+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

04.50 «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 «ВЫСШАЯ МЕРА». (16+)  
После покушения с использованием угнанного «Москвича» Таболин выходит на след рецидивиста Пономарева...  
22.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
00.20 «Сегодня»  
00.40 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». (16+)  
04.10 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

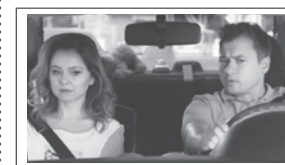
СТС



04.15 Уральские пельмени. (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)  
06.45 100 мест и одна кухня. (16+)  
07.15 Премьера! 100 мест и одна кухня. (16+)  
07.40 «100 мест, где поесть». (16+)  
08.50 «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+)  
У Сэнди счастливый брак, двое прекрасных детей и она считает свою жизнь идеальной.  
10.40 «АЛОХА». (16+)  
12.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)  
17.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА-2». (16+)  
21.05 «КАТАСТРОФА». (16+)  
23.15 «КРУШЕНИЕ МИРА». (18+)  
01.20 «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)  
02.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)  
04.15 Уральские пельмени. (16+)

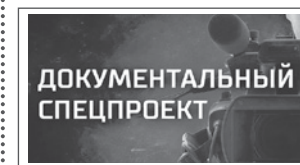
ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
19.00 «УНИВЕР: 15 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)  
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
23.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ-2». (16+)  
Сотрудники отдела полиции планируют праздновать Новый год за городом в компании друзей и коллег. Но обстоятельства в лице преступников, ограбивших крупное ювелирное предприятие, ставят праздник под угрозу. Смогут ли рублевские полицейские вернуть украденные драгоценные камни стоимостью в миллионы долларов?  
00.40 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)  
02.20 «Однажды в России». (16+)  
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)  
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Документальный спецпроект». (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 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
16.00 Информационная программа 112. (16+)  
17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)  
19.00 Информационная программа 112. (16+)  
20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)  
21.00 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)  
23.00 «Новости». (16+)  
23.25 «ЗВЕРИНАЯ ЯРОСТЬ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)  
06.10 Гастротур. (16+)  
06.50 Пятница News. (16+)  
07.10 «Культур-Мультиур». (16+)  
08.40 Битва шефов. (16+)  
10.50 Адский шеф. (16+)  
13.30 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
15.50 Четыре жены. (16+)  
19.00 Новые пацанки. (16+)  
22.00 Умнее всех. (12+)  
23.10 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
01.30 Пятница News. (16+)  
02.00 Черный список. (16+)  
03.50 Секреты на кухне. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
05.55 «Званный ужин». (16+)  
07.50 «Муж напрокат». (16+)  
10.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
12.05 «Супермама». (16+)  
14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.20 «Ждули». (16+)  
Реалити о девушках, которые состоят в отношениях по переписке с мужчинами, находящимися в местах лишения свободы.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Измены». (18+)  
02.00 «Неотложка». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)  
14.00 «СОЛДАТЫ-10». (16+)  
18.00 Дорожные войны. (16+)  
19.30 Улётное видео. (16+)  
21.00 Влад решает. (16+)  
«Влад решает» - новое реалисти-расследование, в котором самый известный «решала» страны Влад Чижов вместе с командой единомышленников поднимает расследования на новый уровень.  
00.00 Опасные связи. (18+)  
03.30 Решала. (16+)

МИР

05.00, 04.40 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+)  
20.25 Миллион за 5 минут. Дети. (6+)  
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 00.05 05.05 «Мари Тюссо: легенда в воске». (16+)  
15.15 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (16+)  
16.45 «Нескучное дело». (12+)  
17.00 «Здоровая среда». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)  
22.20 03.20 «КОРСАЖ». (16+)  
01.00 «Очевидно. Вероятно». (12+)

ПОБЕДА

04.20 «Путь к Победе». (16+)  
05.20 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОННИ. (16+)  
06.35 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)  
08.00 «ОХОТА НА ГАУЛЯЙТЕРА». (16+)  
17.50 «ГРУЗУФ». (16+)  
Июнь 1965 года. Родион Стоцкий, за три года работы начальником милиции, превратил Грузуф в самое спокойное место южного берега Крыма. Здесь даже пляжные мошенники предпочитают не работать. Но в начале нового курортного сезона, за пару дней, происходит сразу несколько преступлений.  
01.05 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Три кота». (0+)  
10.05 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)  
10.15 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)  
10.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)  
11.00 «Простоквашино». (0+)  
13.15 «Династия». (6+)  
13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
13.45 «Инфинити Надо». (6+)  
14.15 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Маша и Медведь». (0+)  
16.40 «ЛОЛ Сюрприз». (6+)  
16.50 «Барбоскины». (0+)  
19.30 «Принцесса и дракон». (6+)  
Про принцессу Варвару, оказавшуюся в настоящей сказке.  
20.35 «Мультипелки. Шоу». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.15 «Лунтик». (0+)  
22.15 «Тобот. Герои Дейдо». (6+)  
22.45 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.10 «Фьюжен Макс. Новая эра». (6+)  
23.25 «Герои Энвелла». (6+)  
01.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)  
02.30 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)  
07.25 «Маша и Медведь». (0+)  
08.15 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)  
08.30 «Барбоскины». (0+)  
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
09.30 «Простоквашино». (0+)  
10.45 «Бумажки». (6+)  
11.00 «Маша и Медведь». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Буба». (6+)  
14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)  
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
15.10 «Сказочный патруль». (0+)  
16.00 Время малышей. (0+)  
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
18.55 «Кошечки-собачки». (0+)  
19.40 «Маша и Медведь». (0+)  
20.45 «Бумажки». (0+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.30 «Тюленьки». (6+)  
21.50 «Буба». (6+)  
22.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
23.30 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
00.00 «Сказочный патруль». (0+)  
01.00 «Барбоскины». (0+)  
01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
02.35 «Волшебная кухня». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Простоквашино». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.50 События в истории. (12+)  
01.50 Монологи императоров. (16+)  
02.25 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)  
03.00 Семь дней истории. (12+)  
03.10 На пути к Великой Победе. (12+)  
04.00 Щит и меч: легенды госбезопасности: Группа «А». Эпоха Зайцева. (16+)  
04.40, 10.10, 21.25 Обыкновенная История. (6+)  
04.50 Хронотоп. (12+)  
05.25 Морские сражения. (12+)  
06.10 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)  
06.30, 22.20 Историкограф. (12+)  
07.15, 11.10, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)  
08.05 У истоков русской археологии. (12+)  
09.05 Революция LIVE. (12+)  
10.20 Россия глазами иностранцев. (12+)  
12.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)  
13.00 Найти и рассказать. (12+)  
13.35, 16.50 Русь изначальная. (12+)  
14.05 Операция «Украина». Американский след. (16+)  
16.00 Боги Египта. (16+)  
17.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
17.35, 21.35 Освобождение Европы. (12+)  
18.20 Шахматные партии холодной войны. (16+)  
20.00 Это подкаст. История. (12+)  
20.55 Элемент познания. (12+)

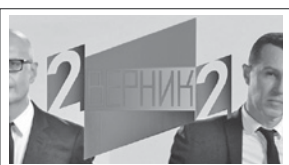
VJU HISTORY

06.00 Битва оружейников. (16+)  
06.40 Монастыри святого Иоанна и святого Георгия Хозевита. (12+)  
07.05 100 чудес света. (16+)  
08.00 Древние цивилизации Азии. (16+)  
08.55 Тайны древнего Египта. (16+)  
09.50 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+)  
10.45, 11.45 Осажденные крепости. (16+)  
12.40, 13.35 Настоящая война престолов. (16+)  
14.25 Тайны древнего Египта: Тутанхамон: проклятое сокровище. (16+)  
15.25 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)  
16.25 100 чудес света. (16+)  
17.20 Королевский гид: Праздники. (16+)  
18.15, 19.10 Амазонки. (16+)  
20.00, 20.50 Настоящая война престолов. (16+)  
21.40 Битва оружейников: Королёв против Брауна. (16+)  
22.25 Битва оружейников: Калашников против Гарранда. (16+)  
23.10 Тайны древнего Египта: Тутанхамон: проклятое сокровище. (16+)  
00.10 Древняя крепость Дуньхуан. (12+)  
01.10, 02.00 Осажденные крепости. (16+)  
02.55, 03.40 Настоящая война престолов. (16+)  
04.25 100 чудес света. (16+)  
05.20 Битва оружейников. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 03.35 СССР. Империя на оборот. Азербайджан. (12+)  
06.45, 23.45 Салют-7. История одного подвига. (12+)  
07.35, 00.35 Алексей Леонов. Прыжок в космос. (12+)  
08.25, 01.20 Первые на Марсе. Несетая песня Сергея Королёва. (12+)  
09.15, 10.05 Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь. (12+)  
10.55 Второй. Герман Титов. (12+)  
11.45 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)  
12.35 Космический камикэде. Угол атаки Георгия Берегового. (12+)  
13.20 Спутник. Русское чудо. (12+)  
14.15 Спасённые шедевры России. (12+)  
15.05 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)  
16.05, 02.10 Вторая мировая война. Герои против изменников. Советская Украина. (12+)  
16.50 Замки Леванта. (12+)  
17.50 Вожди народов. Никита Хрущёв. (12+)  
18.40, 19.10 Корни Египта. (12+)  
19.35, 02.50 Вторая мировая война. Битва за Берлин. (16+)  
20.30, 04.20 Битва на Сомме. (12+)  
21.25, 05.15 Вера, надежда, любовь Елены Серовой. (12+)  
22.15, 23.05 Настоящая война престолов. (12+)

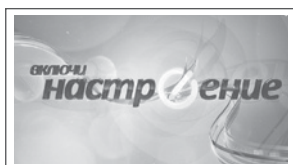
РОССИЯ К  
Культура



15.35  
«2 Верник 2»

07.20 Легенды мирового кино  
07.45 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»  
10.15 Наблюдатель  
11.10 01.00 «XX век»  
13.00 Больше, чем любовь  
13.45 «ВОЛОДЯ БОЛЬШОЙ, ВОЛОДЯ МАЛЕНЬКИЙ»  
14.55 02.10 «ЦСДФ: Точка отсчета»  
15.35 «2 Верник 2»  
16.30 Моя любовь - Россия!  
17.15 «Посвящение Свято-тославу Рихтеру». Концерт в БЗК  
18.25 «Роман в камне»  
19.00 Уроки русского  
19.45 Главная роль  
20.05 Открытая книга  
20.35 Спокойной ночи, малыши!  
20.50 Кино о кино. «Золушка»  
21.40 «Энигма. Фабио Луизи»  
22.10 Закрытие 48-го Московского международного кинофестиваля  
23.15 «Зелёный золотой запас»

ТВЦ



06.00  
«Настроение»

06.00 «Настроение»  
08.10 «Доктор И...» (16+)  
08.40 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА». (16+)  
10.35 «Актёрские драмы. Второй шанс». (16+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 03.00 «АННА И ТАЙНА НОЧИ». (12+)  
13.45 04.55 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 «НАСТЕНЬКА: ОТЦЫ И ДЕТИ». (16+)  
16.55 «Легенды эстрады. За муж за поклонника». (16+)  
18.10 «ПАПА ДЛЯ ВСЕХ». (16+)  
22.35 «10 самых...» (16+)  
23.05 «Актёрские драмы. Циркачи в кино». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 04.35 «Петровка, 38». (16+)  
00.50 «Охота на маньяка». (16+)

ТВ-3



11.00 Гадалка.  
(16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
09.00 «Слепая». (16+)  
10.00 «Порча». (16+)  
11.00 Гадалка. (16+)  
15.30 «Порча». (16+)  
16.00 «Слепая». (16+)  
18.00 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)  
Трое беглецов находятся всего в шаге от свободы, но их замечает охранник. Однако вместо того, чтобы поднять тревогу, он помогает им сбежать. Сорока и Аюпан сразу же прячутся на заброшенном заводе недалеко от тюрьмы.  
23.15 «2:22». (16+)  
2:22 по полудню. Безоблачное небо внезапно озаряет мощная световая вспышка. Приборы навигации выходят из строя. Два пассажирских самолета неизбежно должны столкнуться в воздухе.  
01.15 Мистические истории. (16+)

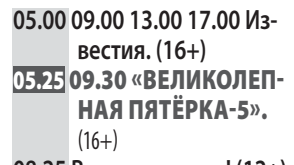
ДОМАШНИЙ



12.40 «Знахарка». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.15 Давай разведёмся! (16+)  
08.15 Тест на отцовство. (16+)  
10.25 «Прости меня...» (16+)  
11.30 «Беду отведу». (16+)  
12.40 «Знахарка». (16+)  
13.15 «Верну любимого». (16+)  
13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.25 «СУДЬИ И СУДЬБЫ». (16+)  
19.00 «ДОРОГОЙ СЕРДЦА». (16+)  
23.00 «Прости меня...» (16+)  
00.05 «Беду отведу». (16+)  
01.05 «Знахарка». (16+)  
01.35 «Верну любимого». (16+)  
02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)  
02.25 Тест на отцовство. (16+)  
03.15 «6 кадров». (16+)  
03.50 «СУДЬИ И СУДЬБЫ». (16+)

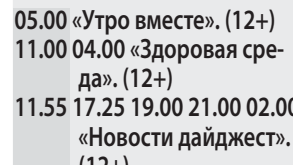
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)

05.25 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)  
08.25 Ваше здоровье! (12+)  
09.35 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)  
17.30 «СЛЕД». (16+)  
22.20 «СВОИ-8». (16+)  
23.05 00.55 «СВОИ-5». (16+)  
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)  
00.30 День ангела. (0+)  
01.40 «СВОИ-8». (16+)  
02.30 «СЛЕД». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 04.00 «Здоровая среда». (12+)  
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)  
12.00 «Точка.ру». (12+)  
12.30 00.30 «Футбол губернии». (12+)  
13.00 «ЗОРГЕ». (16+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)  
15.45 «Азбука Православия». (12+)  
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)  
17.10 «Безопасная дорога». (12+)  
17.30 «Открытая наука». (12+)  
18.00 «От 7 до 17». (12+)  
18.30 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)  
18.45 «Специальный репортаж». (12+)  
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 22.00 03.00 «Арт-Проспект». (12+)  
20.30 22.30 «Мастерская спорта». (12+)  
23.00 «ЖИВОЙ». (16+)  
01.00 «Такие разные». (12+)

ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)  
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
11.00 23.15 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)  
13.25 15.05 17.15 «БЕЗ ПРАВА НА ВЫБОР». (16+)  
18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
20.10 «Код доступа». (12+)  
22.45 «Между тем». (12+)  
01.05 «Шумшу. Последний бой». (12+)  
01.40 «СВИДАНИЕ НА МЛЕЧНОМ ПУТИ». (12+)  
03.10 «ШЕСТОЙ». (12+)

СПОРТ

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ  
06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчёт». (12+)  
07.00 09.00 12.55 Новости  
07.05 11.35 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция  
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)  
09.25 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Трансляция из Грузии. (12+)  
10.30 Греко-римская борьба. Чемпионат Европы. Трансляция из Албании. (12+)  
13.00 Есть тема! Прямая трансляция  
14.30 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Прямая трансляция из Грузии  
17.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция из Сириуса  
19.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Краснодар». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция  
21.50 «После футбола» с Георгием Черданцевым  
23.55 03.55 Новости. (0+)  
01.25 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)

**МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА  
06.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)  
07.40 12.55 16.00 03.10 Спецрепортаж. (12+)  
07.55 «бхб». (12+)  
08.25 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)  
11.00 13.10 16.20 Новости. (0+)  
11.05 00.20 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)  
12.00 Греко-римская борьба. Чемпионат Европы. (16+)  
13.15 Фехтование. Чемпионат России. Рапира. (6+)  
14.40 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивной. (6+)  
16.25 По домам. (12+)  
16.40 Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция  
18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция  
20.55 05.35 Лучшая лига мира. (12+)  
21.55 Фехтование. Чемпионат России. (6+)  
23.00 Есть тема! (16+)

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+)  
09.00 Дачный плейлист Радио Дача. (16+)  
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
11.00 Плейлист | Весна. (16+)  
11.30 Звёздный разбор. (16+)  
12.25 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 10 самых! (16+)  
18.55 Плейлист | Весна. (16+)  
19.45 Кто следующий? (16+)  
20.40 От уюлов до скальпеля. Как хуеют звёзды. (16+)  
21.40 PRO-новости. (16+)  
22.00 Прогноз по году. (16+)  
23.00 Фан-зона. (16+)  
00.00 Плейлист | Весна. (16+)  
01.00 Хиты по-русски. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**VIJU TV1000 РУССКОЕ** VIJU TV1000 РУССКОЕ  
06.25 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
08.05 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)  
09.45, 11.35 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
13.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)  
15.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ 2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)  
Приключенческий фэнтези-боевик, США, 2006 г.  
17.00, 17.55 «КОМИССАР РЕК». (18+, 16+)  
18.45 «1+1». (16+)  
Комедия, Франция, 2011 г.  
20.50 «ЗЕЛЁНАЯ КНИГА». (16+)  
Комедия, США, 2018 г.  
23.10, 01.00 «УБИЙСТВА В...». (16+)  
02.35, 04.00 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)

**VIJU TV1000 РУССКОЕ** VIJU TV1000 РУССКОЕ  
05.30 «Царевны». «Простоквашино». Мультсериалы. (6+)  
07.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
08.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
08.55 «БАТЯ». (16+)  
10.20, 11.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)  
12.00 «ЗА ПАЛЬЧА!». (16+)  
13.40 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)  
15.35 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)  
17.15 «АТЕЛЬ-МАТЕЛЬ». (16+)  
19.00 «МЫ РОЖАЕМ!». (16+)  
21.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)  
22.55, 23.55 «ТРИГГЕР». (16+)  
00.50 «ПО ЛЮБИЮ». (16+)  
02.00 «ЗЯТЬ». (16+)  
03.15 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)  
04.35 Мультфильмы. (6+)

**VIJU TV1000 АКТЮН** VIJU TV1000 АКТЮН  
05.25 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)  
07.20 «ЧАРЛИ-ПУЛЯ». (16+)  
08.55 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)  
11.20 «РИДДИК». (16+)  
13.20 «МАКС СТИЛ». (16+)  
14.55 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
17.10 «КОЛОМБИАНА». (16+)  
19.00 «БАЛЕРИНА». (16+)  
Боевик, США, Венгрия, 2025 г.  
21.05 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (16+)  
Комедийный боевик, Китай, 2019 г.  
23.00 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)  
Комедийный боевик, Китай, США, 2022 г.  
00.50 «СТРИНГЕР». (16+)  
02.35 «ТРИ ДЕВЯТКИ». (16+)  
04.15 «НАБЕРЕЖНАЯ ОРФЕВР, 36». (16+)

**СУББОТА!** СУББОТА!  
05.00, 09.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)  
09.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)  
14.30, 15.20, 16.10, 17.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)  
18.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
20.10, 21.30 Богиня свиданий. (16+)  
Три девушки и три свидания. (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+)  
03.40, 04.20 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ** МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ  
01.20 «ГОРЫНЫЧ». (6+)  
04.00 «ЗА СЛОВА ОТВЕЧАЮ». (16+)  
05.50 «НЕПОСЛУШНИК 2». (12+)  
07.55 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)  
09.50 «КРАСОТКИ». (16+)  
11.40 «ПЛАГИАТОР». (18+)  
14.05 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)  
15.40 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (12+)  
17.20 «ВОСХИТИТЕЛЬНО!». (16+)  
19.30 «ИГРА КИЛЛЕРА». (18+)  
21.20 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)  
Комедия, приключения  
23.00 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
Комедия, США, 2023 г.

**ДОМ КИНО** ДОМ КИНО  
04.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
05.05 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». Мультфильм. (6+)  
06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)  
Сериял. Россия, 2021 г.  
В ролях: Константин Юшкевич, Илья Шляг  
02.10 «РУСАЛКИ». (16+)  
Сериял. Россия, 2018 г.  
В ролях: Иева Андреева, Пётр Фёдоров, Михаил Горевой, Дарья Мороз  
03.05 «РАШН ЮГ». (16+)  
Россия, 2021 г. В ролях: Стася Милославская, Роман Мадянов

**СТС LOVE** СТС LOVE  
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
07.00 «Три кота». (0+)  
10.15 «КАДЕТСТВО». (16+)  
14.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)  
17.30 «ОТЕЛ» «ЭЛЕОН». (16+)  
21.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)  
Институт археологии в ужасе. Один за другим погибают или пропадают сотрудники, работавшие в группе, изучающей мумифицированные останки скифской жрицы.  
01.05 «МАРГОША». (16+)  
Зимовский плетёт интриги, чтобы наконец расправиться с Марго...  
04.05 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС** СПАС  
05.00 Апокалипсис. (16+)  
06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
10.00 Возвращение домой. Похитители в белых халатах. (0+)  
10.35, 16.00, 04.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
11.30 День Патриарха. (0+)  
11.40, 12.10 Монастырская кухня. (0+)  
12.35 «ПРИТЧИ-4». (0+)  
14.10 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (0+)  
16.55 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)  
17.25 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильм 4. (6+)

18.35 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 17 серия. (0+)  
19.35 «Безогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)  
20.45 Поле битвы. (16+)  
21.15 «ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)  
СССР, 1958 г.  
23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)  
00.10 День Патриарха. (0+)  
00.20 Возвращение домой. Случай в городе N. (0+)  
00.50 Соль земли. (12+)  
01.45 И вот был случай на войне...: Пехотинец. (12+)  
02.05 Поле битвы. (16+)  
02.35 Глобус православия. (12+)  
03.25 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

23 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.  
Сщмч. Григория V, патриарха Константинопольского.

Мчч. Терентия, Помпия, Африкана, Максима, Зинона, Александра, Феодора и иных 33. Мчч. Иакова пресвитера, Азадана и Авдия диакона, Персидских. Прмчч. многих священной обители Пантократора, в Дау Пендела (Аттика) пострадавших. Сщмч. Флегонта пресвитера. Мчч. Димитрия.

Поста нет.

«Смотри на всякого человека <...> как на величайшее чудо Божией премудрости и благодати».  
Прав. Иоанн Кронштадтский

ПЕРВЫЙ



21.45 «Голос». Новый сезон. Финал. Прямой эфир. (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». Новый сезон. Финал. (12+)  
23.55 «30 лет вместе». «Фабрика звёзд». (12+)  
01.35 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



05.00 Утро России

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «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 «ДИРЕКТОР ПО СЧАСТЬЮ». (12+)  
Детский психолог Лиза вынуждена уйти из детского сада и устроиться на работу в офисе. Её новая должность не совсем обычная - «директор по счастью». И отныне она должна демонстрировать всем пример счастливого человека...

НТВ



00.20 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)

04.40 «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 «ВЫСШАЯ МЕРА». (16+)  
Юлия, сбежавшая от похитителей, помогает составить фоторобот одного из бандитов, Фаида. Но ему удается уйти от преследования.  
00.20 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)  
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)  
03.00 «ВЗЛОМ». (16+)

СТС



10.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

05.00 Уральские пельмени. (16+)  
«Уральские пельмени» - российское творческое объединение из Екатеринбурга, работающее в комедийном жанре. Смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные, но неизменно яркие! Творческий тандем Андрея Рожкова, Дмитрия Брекоткина, Дмитрия Соколова, Сергея Нетиевского, Вячеслава Мясникова, Максима Ярицы, Сергея Исаева, Сергея Ершова и Юлии Михалковой не оставит равнодушным даже самого строгого критика. Они не актеры, они - мастера перевоплощения. В их богатом арсенале - убойные шуточки, искромлетные шаржи и уморительные песни.  
10.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

ТНТ



23.30 «Stand up». (18+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
16.00 «УНИВЕР: 15 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)  
20.00 «Комеди Клуб». (16+)  
Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шуточки, точные попадания в актуальные темы и разнос звезд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.  
22.00 «Однажды в России». (16+)  
Новый сезон самого народного и любимого шоу страны возвращается с невероятной энергией! Зрителей ждут острые шуточки, бесчисленное количество приглашенных звезд и абсурдные, но очень близкие к жизни зарисовки.  
23.30 «Stand up». (18+)  
00.30 «Женский стендап». (18+)  
04.15 «Однажды в России». (16+)

REN



06.00 «С бодрым утром!» (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». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 17.00 04.05 «Тайны Чапмана». (16+)  
18.00 03.25 «Главные тайны мира». (16+)  
20.00 «Безумные факты». (16+)  
20.30 «ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)  
22.30 «ЧАСОВОЙ МЕХАНИЗМ». (16+)  
00.15 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (18+)  
01.55 «ГОД 10». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.50 Гастротур. (16+)  
06.30 Пятница News. (16+)  
06.50 «Культур-Мультиур». (16+)  
08.20 Новые пацанки. (16+)  
11.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
14.10 Черный список. На кухне. (16+)  
19.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
00.20 «Культур-Мультиур». (16+)  
01.30 Пятница News. (16+)  
01.50 Черный список. (16+)  
03.40 Секреты на кухне. (16+)

Ю

05.00 09.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
06.55 «Муж напрокат». (16+)  
14.20 «Мама в 16». (16+)  
17.30 «Селянка-горожанка». (16+)  
Реалити-эксперимент «Селянка-горожанка» - это возможность для двух девушек из разных слоев общества переосмыслить собственную жизнь. Преуспевающая жительница мегаполиса и простая деревенская труженица на три дня поменяются жизнями.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Измены». (18+)  
02.00 «Неотложка». (16+)  
03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные войны. (16+)  
08.15 Улётное видео. (16+)  
12.30 Утилизатор. (16+)  
14.30 Автоблог Че! (16+)  
16.30 «+100500». (16+)  
Популярный обзор прикольных роликов. Ведущий находит в интернете самые безумные видео и комментирует. Самые смешные версии происхождения - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра.  
23.00 «+100500». (18+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Улётное видео. (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+)  
19.30 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)  
21.05 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)  
23.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (18+)  
01.35 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРНОМ». (16+)  
03.00 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА». (16+)  
04.20 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОВАТОВА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10  
11.25 «Почитаем!». (16+)  
11.45 «Нескучное дело». (12+)  
15.15 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)  
17.00 «Специальный репортаж. Безопасность». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (16+)  
22.15 «АГЕНТ-117». (16+)  
23.50 «АГЕНТ 117: МИССИЯ В РИО». (18+)  
01.25 «СВОИ». (16+)  
03.15 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)

ПОБЕДА

03.35 «Путь к Победе». (16+)  
04.40 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)  
06.20 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЬЕ». (16+)  
08.00 «ШТРАФНИК». (16+)  
1946 год. Капитан Советской армии Игнат Белов едет с фронта домой. Ему становится известно, что в поезде готовится ограбление дипломатов, которые возвращают вывезенные фашистами драгоценности.  
20.00 «СУВОРОВЕЦ 1944». (16+)  
21.40 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (16+)  
23.30 «РУБЕЖ». (16+)  
01.15 «Я - УЧИТЕЛЬ». (16+)  
02.45 «ЕДИНИЧКА». (16+)  
04.35 «ПОРТНОМ ИЗ БРУКЛИНА». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)  
07.00 «С бодрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Ум и Хрум». (0+)  
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)  
11.10 «Буба». (6+)  
13.45 «Инфинити Надо». (6+)  
14.15 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)  
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
Победительница Чемпионата Москвы по сноуборду! Обладательница двух бронзовых медалей Первенства России! Член сборных Москвы и России! В гостях у Марка и Маши - Дарья Бочкова!  
14.40 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
17.30 10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)  
В лесах Приморского края России родился леопард по имени Лео. Он очень редкого вида, поэтому у него нет сородичей и сверстников на многие километры вокруг. Но довольно скоро Лео нашел себе верного друга - молодого тигра по имени Тиг. Незрелые друзья ни дня не могут прожить без приключений, всё вокруг представляет для них интерес.  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.15 «Маша и Медведь». (0+)  
23.00 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.15 «Приключения Пети и Волка». (12+)  
02.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)  
07.25 «Маша и Медведь». (0+)  
08.15 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)  
08.30 «Барбоскины». (0+)  
09.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
09.30 «Простоквашино». (0+)  
10.45 «Бумажки». (0+)  
11.00 «Маша и Медведь». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Буба». (6+)  
14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)  
14.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
15.10 «Сказочный патруль». (0+)  
16.00 Время малышей. (0+)  
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
18.55 «Кошечки-собачки». (0+)  
19.40 «Маша и Медведь». (0+)  
20.45 «Бумажки». (0+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.30 «Тюленьки». (6+)  
21.50 «Буба». (6+)  
22.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
23.30 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
00.00 «Сказочный патруль». (0+)  
01.00 «Барбоскины». (0+)  
01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
02.35 «Волшебная кухня». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Простоквашино». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Щит и меч: легенды госбезопасности: Группа «А». Эпоха Зайцева. (16+)  
00.40 Хронотоп. (12+)  
01.10 Морские сражения. (12+)  
01.55 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)  
02.15, 18.20, 22.20 Историограф. (12+)  
03.05 События в истории. (12+)  
04.05 У истоков русской археологии. (12+)  
05.05 Революция LIVE. (12+)  
06.10, 17.25 Обыкновенная История. (6+)  
06.20 Россия глазами иностранцев. (12+)  
07.10, 11.05, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)  
08.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)  
09.00 Найти и рассказать. (12+)  
09.35, 12.50 Русь изначальная. (12+)  
10.05 Операция «Украина». Американский след. (16+)  
12.00 Боги Египта. (16+)  
13.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
13.35, 17.35, 21.35 Освобождение Европы. (12+)  
14.20 Шахматные партии холодной войны: Радиоматч СССР - США. (16+)  
16.00 Это подкаст. История: «Русский взгляд» Карла Маркса. (12+)  
16.55, 20.55 Элемент познания. (12+)  
20.00 Имена нелегальной разведки: Виктор Лягин. (12+)  
21.30 Семь дней истории. (12+)

HISTORY

06.00 Битва оружейников. (16+)  
06.40 Дворец Хишама, Палестина. (12+)  
07.05 100 чудес света. (16+)  
08.05 Королевский гид: Праздники. (16+)  
08.55 Тайны древнего Египта: Последние секреты Сфинкса из Гизы. (16+)  
09.55 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)  
10.50, 11.40 Амазонки. (16+)  
12.30, 13.25 Настоящая война престолов. (16+)  
14.15 Хунань: мир «Аватара». (12+)  
15.10 Египетские мумии: тайны бальзамирования. (16+)  
16.05 100 чудес света. (16+)  
17.10 Королевский гид: Свадьбы. (16+)  
18.05 Самурай: Охотники за головами. (16+)  
19.00 Ролло Викинг: от изгнанника до завоевателя. (16+)  
20.00, 20.50 Настоящая война престолов. (16+)  
21.45, 22.30 Битва оружейников. (16+)  
23.10 Хунань: мир «Аватара». (12+)  
00.10 Египетские мумии: тайны бальзамирования. (16+)  
01.00, 01.50 Амазонки. (16+)  
02.35, 03.20 Настоящая война престолов. (16+)  
04.00 100 чудес света. (16+)  
05.00 История вещей. (16+)  
05.20 Битва оружейников. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 06.45, 22.55, 23.45 Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь. (12+)  
07.40, 02.15 Второй. Герман Титов. (12+)  
08.25, 03.00 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)  
09.15, 03.45 Космический камикадзе. Угол атаки Героя Берегового. (12+)  
10.05, 04.30 Спутник. Русское чудо. (12+)  
10.55 Спасённые шедевры России. Иконы. (12+)  
11.45 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)  
12.45 Вторая мировая война. Герои против изменников. Советская Украина. (12+)  
13.35, 01.25 Замки Леванта. (12+)  
14.30 Вождь народов. Никита Хрущёв. (12+)  
15.20, 15.50 Корни Египта. (12+)  
16.20, 05.15 Вторая мировая война. Битва за Берлин. (16+)  
17.10 Битва на Сомме. (12+)  
18.10 Вера, надежда, любовь Елены Серовой. (12+)  
18.55, 19.45 Настоящая война престолов. (12+)  
20.30 Салют-7. История одного подвига. (12+)  
21.20 Алексей Леонов. Прижок в космос. (12+)  
22.10 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)  
00.40 СССР. Империя наоборот. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



19.00 «Роман в камне»

06.30 Диалоги о животных  
07.20 Легенды мирового кино  
**07.45 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»**  
09.10 «Настоящая война престолов»  
10.20 Шедевры старого кино  
12.00 Открытая книга  
12.45 «Забывшее ремесло»  
13.00 Власть факта  
13.40 Спектакль «Сизиф и Камень». 65 лет режиссеру Анатолию Праудину  
14.50 «Свидетели времени»  
15.35 Энигма  
16.30 Письма из провинции  
17.15 «Загадки древних строк»  
18.00 «Первые в мире»  
18.15 «Царская ложа»  
19.00 «Роман в камне»  
19.45 01.50 «Искатели»  
20.35 Линия жизни  
**21.30 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ»**  
23.05 «2 Верник 2»  
**00.15 «МАРЧЕЛЛИНО, ХЛЕБ И ВИНО»**

ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

06.00 «Настроение»  
**08.15 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: ТАЙНА ИМЕНИ».** (16+)  
**10.10 11.50 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: СЛАДКОЕ ДЕЛО».** (16+)  
11.30 14.30 17.50 События  
**12.30 15.05 «ПОД УДАРОМ».** (16+)  
14.50 Город новостей  
16.55 «Легенды эстрады. Пережить 90-е». (16+)  
**18.10 «ПАПА ДЛЯ ВСЕХ-2».** (16+)  
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой  
23.05 «Русские тайны. Загадка Жириновского». (16+)  
00.00 «90-е. Пипл хавает». (16+)  
**00.40 «ПИРАТЫ XX ВЕКА».** (12+)  
02.05 «Петровка, 38». (16+)  
**02.25 «ТАЙНА РИМСКИХ ЦИФР».** (16+)  
05.50 «Большое кино». (16+)  
06.15 «10 самых...» (16+)

ТВ-3



08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
09.00 «Слепая». (16+)  
10.00 «Порча». (16+)  
11.00 Гадалка. (16+)  
15.30 «Порча». (16+)  
16.00 «Слепая». (16+)  
**19.00 «ЛУЛУ И БРИГГС».** (16+)  
Военный Джексон Бриггс из-за травмы головы не может вернуться в боевой строй, так как получает отказы. Когда умирает его сослуживец, Джексон получает задание доставить на похороны нервную овчарку Лулу.  
**21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ».** (16+)  
Прекрасная Бу, девушка из маленькой деревушки, находит на берегу океана бутылку с запиской и приезжает в Гонконг по адресу, указанному в ней.  
**23.45 «ВЕЛИКИЙ ФОКУСНИК».** (18+)  
02.00 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



23.35 «Прости меня...» (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.25 Давай разведёмся! (16+)  
08.25 Тест на отцовство. (16+)  
10.40 «Прости меня...» (16+)  
11.45 «Беду отведу». (16+)  
12.55 «Знахарка». (16+)  
13.30 «Верну любимого». (16+)  
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)  
**14.35 «О ЧЁМ ОНА МОЛЧИТ».** (16+)  
**19.00 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ».** (16+)  
23.00 Уютное утро. (16+)  
23.35 «Прости меня...» (16+)  
00.40 «Беду отведу». (16+)  
01.35 «Знахарка». (16+)  
02.05 «Верну любимого». (16+)  
02.30 Тест на отцовство. (16+)  
**03.20 «СУДЬИ И СУДЬБЫ».** (16+)  
**05.55 «ПРИЗРАЧНАЯ СВЯЗЬ».** (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)  
**05.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)  
**07.55 09.30 17.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7».** (16+)  
08.30 Ваше здоровье! (12+)  
**09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6».** (16+)  
**18.20 «СЛЕД».** (16+)  
23.10 Светская хроника. (16+)  
00.10 Они потрясли мир. (16+)  
**01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ».** (16+)

**ЗВЕЗДА**  
**05.40 00.55 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ».** (12+)  
09.20 «Ищу своих». (12+)  
10.10 «Любовь на линии огня». (16+)  
**11.10 13.25 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (12+)  
**14.00 15.05 17.15 «ПОДЛЕЖИТ УНИЧТОЖЕНИЮ».** (16+)  
19.40 «Загадки века». (12+)  
20.30 «Война миров». (16+)  
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)  
23.30 «Музыка+». (12+)  
**03.05 «СВИДАНИЕ НА МЛЕЧНОМ ПУТИ».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 «От 7 до 17». (12+)  
11.30 17.45 «Арт-Проспект». (12+)  
11.55 17.25 19.00 «Новости дайджест». (12+)  
12.00 18.45 «Специальный репортаж. Безопасность». (12+)  
12.15 «Азбука Православия». (12+)  
12.30 03.00 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)  
13.00 «Здоровая среда». (12+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 «Великий, могучий». (12+)  
15.30 «Футбол губернии». (12+)  
**16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА».** (16+)  
17.10 «Фолиант». (12+)  
18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)  
18.30 02.15 «Новости Культуры». (12+)  
19.10 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 01.15 «Живет Россия». (12+)  
20.30 «Просто жизнь». (12+)  
21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)  
22.00 «Малая сцена». (12+)  
**23.30 «ОФЕЛИЯ».** (16+)

СПОРТ

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ  
06.00 «Чемпионат мира-2026. Обратный отсчёт». (12+)  
07.00 09.00 12.55 Новости  
07.05 11.35 21.30 00.55 Все на Матч! Прямая трансляция  
09.05 «Небесная грация». (6+)  
09.25 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Трансляция из Грузии. (12+)  
10.30 борьба. Чемпионат Европы. Трансляция из Албании. Женская. (12+)  
12.35 Лица страны. (12+)  
13.00 Есть тема! Прямая трансляция  
14.30 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. Прямая трансляция из Грузии  
17.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция из Сириуса  
18.55 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/2 финала. Прямая трансляция  
21.50 Футбол. «Бетис» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Прямая трансляция  
00.00 Евротур. (12+)  
**МАТЧ! СТРАНА**  
06.00 20.50 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)  
08.05 «Страна спортивная». (12+)  
08.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)  
10.15 По домам. (12+)  
10.30 04.10 «Это футбол!» (12+)  
11.00 13.10 19.40 Новости. (0+)  
11.05 00.20 Тяжёлая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)  
12.00 Женская борьба. Чемпионат Европы. (12+)  
12.55 02.25 Небесная грация. (6+)  
13.15 Фехтование. Чемпионат России. Рапира. (6+)  
14.25 Профессиональный бокс. Прямая трансляция  
19.45 Страна смотрит спорт. (12+)  
20.15 05.35 Лучшая лига мира. (12+)  
23.00 Есть тема! (16+)  
02.45 «Век Динамо». (16+)  
03.45 «Дело №». (12+)  
04.35 Плавание. Кубок России. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**VJU TV1000 RUSSKOE**  
05.30 «Зелёная книга». (16+)  
07.40 «1+1». (16+)  
09.45, 11.40 «УБИЙСТВА В...» (16+)  
13.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ 3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)  
15.10 «ТАЙНА ХЕОПСА». (16+)  
17.00, 17.55 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
18.45 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)  
Триллер, Франция, Бельгия, 2024 г.  
22.05 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)  
Мелодрама, Франция, Великобритания, США, 2005 г.  
00.20, 02.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)  
03.25 «ЭЛЬДОРАДО: В ПОИСКАХ ХРАМА СОЛНЦА». (16+)  
05.05 «ЭЛЬДОРАДО: ДОРОГА К ЗОЛОТОМУ ГОРОДУ». (16+)  
**VJU TV1000 RUSSKOE**  
05.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)  
06.10 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)  
06.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
07.20 «Смешарики». (6+)  
08.05 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (16+)  
09.50 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)  
11.30 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ» (16+)  
14.20 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ». (16+)  
17.00 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ПРЕДСТОЯНИЕ». (16+)  
20.10 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ЦИТАДЕЛЬ». (16+)  
23.05, 00.05 «ТРИГГЕР». (18+)  
01.00 «12». (16+)  
03.35 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)  
05.10 «Гадкий утёнок». Мультфильм. (6+)

**КИНОКОМЕДИЯ**  
00.35 «КРАЖА В МУЗЕЕ». (18+)  
02.50 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)  
04.25 «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)  
06.35 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)  
08.10 «ХОЛОП ИЗ ПАРИЖА». (16+)  
10.15 «МАДАМ ПАРФЮМЕР». (16+)  
12.10 «ВАСАБИ». (18+)  
13.55 «НЯНЬКИ». (12+)  
15.40 «ИГРА КИЛЛЕРА». (18+)  
17.30 «ЛОТТЕРЕЯ». (16+)  
19.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
21.45 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)  
23.40 «ЗАЧЕТНАЯ ПРИНЦЕССА». (16+)  
**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**  
07.50 Мультфильмы. (0+)  
08.20 «Подпись неразборчива». Мультфильм. (16+)  
08.40 «Русалочка». Мультфильм. (16+)  
09.15 «Дюймовочка». Мультфильм. (0+)  
09.45 «КО МНЕ, МУХТАР!» (16+)  
11.15 «ДУШЕЧКА». (16+)  
12.45 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)  
14.25 «ПЕНА». (16+)  
15.55 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (16+)  
17.35 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ». (16+)  
20.00 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)  
21.35 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (16+)  
02.25 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (16+)

**VJU TV1000 ACTION**  
06.05 «АВАЙЛОН Н. Э.» (16+)  
07.45 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)  
09.55 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)  
11.50 «ОТПЕТЫЕ НЕКУДА». (16+)  
13.40 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (16+)  
15.35 «КОЛОМБИАНА». (16+)  
17.25 «ЗАЩИТНИК». (16+)  
19.00 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)  
Криминальный боевик, Великобритания, США, 2012 г.  
20.45 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)  
Комедийный боевик, США, Китай, Гонконг, 2016 г.  
22.40 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)  
Комедия, Франция, 2018 г.  
00.40 «ДЖОН УИК 2». (16+)  
02.35 «ДЖОН УИК 3». (16+)  
04.40 «ДЖОН УИК 4». (16+)  
**СУББОТА!** СУББОТА!  
05.00, 11.55 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)  
11.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)  
14.30, 15.30, 16.20, 17.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.  
17.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
20.10, 21.10 Богиня шопинга. (16+)  
22.20 Богиня свиданий. (16+)  
23.40 «КЛОП». (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+)

**ДОМ КИНО** ДОМ КИНО  
04.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
05.15 «Плюшевый бум». Мультфильм. (0+)  
06.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
23.30 «СУПЕРБОБРОВЫ» (16+)  
Россия, 2016 г. В ролях: Павел Деревянко, Оксана Акиньшина, Роман Мадянов  
01.10 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)  
Россия, 2018 г. В ролях: Ирина Пегова, Павел Деревянко, Оксана Акиньшина  
02.35 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (16+)  
Россия, 2020 г.  
04.30 «БЛОКБАСТЕР». (16+)  
**СТС LOVE** СТС LOVE  
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)  
07.00 «Три кота». (0+)  
10.15 «КАДЕТСТВО». (16+)  
Между суворовцами третьего и второго взводов состоялся футбольный матч. Сырников пробует пробить Левакова. В училище появляется новый врач. Экстремального вида создание женского пола: кто это? Ответ: лучшая подруга Саши Ноздревой - Ленка Самохина.  
15.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)  
17.35 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
22.05 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ-2». (16+)  
01.10 «МАРГОША». (16+)  
04.10 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 Апокалипсис. Глава 20. (16+)  
06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
10.00 Возвращение домой. Случай в городе N. (0+)  
10.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
11.30 День Патриарха. (0+)  
11.40, 12.10 Монастырская кухня. (0+)  
12.35 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (6+)  
СССР, 1968 г. В ролях: Надежда Румянцева, Виталий Соломин  
14.10 «ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)  
16.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
16.55 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)  
17.25 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильм 5. (6+)  
18.30, 19.40, 20.50, 22.00 «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 14-17 серии. (0+)  
Сериал рассказывает о жизни преподобного Паисия и его семьи, описывает его путь к монашеству.  
23.10 Метанойя. (12+)  
00.20, 00.50, 01.20, 01.50 Поле битвы. (16+)  
02.20, 03.15, 04.05 Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию. Фильмы 1-3. (6+)

Православный календарь

24 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.  
Сщмч. Антипы, еп. Пергама Асийского.  
Мчч. Прокусы и Мартинаиана. Прп. Фармуфия. Прп. Иоанна, ученика Декаполита. Прпп. Иакова Железноборовского и Иакова Брылевского, сподвижника его. Свт. Варсонофия, еп. Тверского. Свт. Каллиника Черниковского (Рум.). Сщмч. Николая пресвитера.  
Постный день. Разрешается рыба.  
«Благодать Святого Духа пишет на сердцах верующих закон жизни по Евангелию».  
Свт. Тихон Задонский

МУЗЫКА

**МУЗ-ТВ**  
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 Music Awards-2024. (16+)  
19.20 Топ-30. (16+)  
21.45 Народное диско. (16+)  
23.00 Dance чарт. (16+)  
00.00 Танцпол. (16+)  
02.00 Караоке хит. (16+)

ПЕРВЫЙ



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

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Пророк в своем отечестве». (12+)
11.10 «Владимир Жириновский. Прямая речь». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Наше всё. Сделано в России». (12+)
13.05 «ШИФР». (16+)
17.05 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
22.45 «Команды». (16+)
23.45 «Прокофьев наш». (16+)
00.45 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



09.00 «Формула еды». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 Петросян-шоу. (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 «ПРЕРВАННЫЙ ПОЛЁТ». (16+)
Акушер-гинеколог Света счастлива в браке с Михаилом, талантливым кардиохирургом...
00.40 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ДРУГ». (12+)

НТВ



03.05 «Дачный ответ». (0+)

- 04.45 «ПОСТОРОННИЙ». (16+)
06.20 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Неограниченные возможности». (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Сатья». (16+)
14.00 «Поедем, поедим!» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Секрет на миллион». (16+)
23.45 Основано на реальных событиях. (16+)
01.45 Квартирник НТВ. (16+)
03.05 «Дачный ответ». (0+)

СТС



08.50 ПроСТО кухня. (12+)

- 05.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.50 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Премьера! 100 мест, где поесть. (16+)
12.00 Премьера! «Чем заняться в выходные?» (16+)
13.00 «ПРОБУЖДАЮЩАЯ СОВЕСТЬ». (16+)
15.00 «ПРОБУЖДАЮЩАЯ СОВЕСТЬ-2: ДАР ЗМЕИ». (12+)
17.05 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)
20.40 «ВА-БАНК». (16+)
Чтобы оплачивать учёбу в колледже, Ричи погружается в мир азартных игр онлайн.
22.35 «ЭФФЕКТ ПАРАДОКСА». (16+)
00.20 «ИСЧЕЗНУВАШАЯ». (18+)
02.55 «КОДЕКС КИЛЛЕРА». (16+)
04.25 Сториз. (16+)

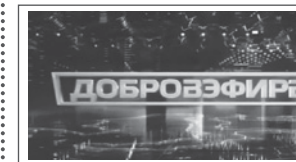
ТНТ



12.00 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
09.00 «Время завтрака». (16+)
Утреннее кулинарное шоу на ТНТ - это больше, чем просто готовка. Антон и Камилла Дмитриевы вместе с приглашённой звездой делятся любимыми рецептами, историями и секретами идеального утра.
09.30 «Однажды в России». (16+)
12.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
15.55 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
Продолжение главного мистического проекта страны.
21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
02.20 «Женский стендап». (18+)
03.45 «Однажды в России». (16+)

РЕН



19.00 «Добровзфире». (16+)

- 05.00 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
16.30 «Новости». (16+)
16.55 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровзфире». (16+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «БРАТСТВО». (16+)
22.10 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
00.55 «МОНГОЛ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.40 Гастротур. (16+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.00 Умнее всех. (12+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Черный список. На кухне. (16+)
14.50 Погнали! (16+)
23.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (18+)
01.40 «Культур-Мультиур». (16+)
02.50 Пятница News. (16+)
03.10 Черный список. (16+)
03.50 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
05.45 «Супермама». (16+)
07.40 10.00 «Селянка-горожанка». (16+)
09.30 «Доктор-Ревизор». (16+)
Беспокоят хроническая усталость, лишний вес и тревожность? Превентивный врач Дмитрий Семирядов станет вашим «Доктором-Ревизором»: он найдёт корень проблем прямо в вашем холодильнике.
11.40 «Чад из ада. Предки». (16+)
14.50 «Беременна в 45». (16+)
17.55 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Измены». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 Улетные животные. (16+)
08.10 Автоблог Че! (16+)
Добро пожаловать в лабораторию нестандартных впечатлений. Здесь не будет скучных технических характеристик и нудных обзоров. Только безумные эксперименты, сумасшедшие изобретения и увлекательные путешествия.
10.00 «СОЛДАТЫ-10». (16+)
14.00 «СОЛДАТЫ-11». (16+)
18.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.20 Большой кэш. (16+)
02.10 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.35, 06.10, 07.20 Мультфильмы. (12+)
05.45 «Всё, как у людей». (6+)
06.25 Родившиеся в СССР (16+)
06.50 Исторический детектив. (16+)
07.35 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)
08.20 «ХОД КОНЕМ». (16+)
10.10 Предварительный диагноз. (12+)
10.20 «ЗА СПИЧКАМИ» (16+)
12.20, 13.15 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
14.45 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
16.15 «АФЕРИСТЫ». (16+)
18.50 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)
20.15 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (16+)
22.00 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Календарь». (12+)
09.30 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ!». (16+)
11.00 12.05 «НЕ БУДИТЕ СПЯЩЕГО ПОЛИЦЕЙСКОГО». (16+)
12.40 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (16+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Точка.ру». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
19.15 «Очень личное». (16+)
20.40 «СВОИ». (16+)
22.30 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
00.10 «ТАКСА». (18+)
01.30 «УНЕСЁННЫЕ ВЕТРОМ». (16+)

ПОБЕДА

- 06.00 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
07.45 «ВОЛКОВ ДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
10.10 «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
12.00 «СОБОР». (16+)
1700 год. Время радикальных перемен в Российской империи, великих реформ Петра I. Юный крепостной Иван Старшов без памяти влюбляется в дочь своего барина - Марию. Иван ни за что не готов смириться с тем, что юная княжна, дающая надежду на взаимность, ему не пара.
00.05 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)
02.55 «ВИКИНГ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
07.40 «Простоквашино». (0+)
08.40 «Бумажки». (0+)
09.10 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Съедобное или несъедобное: Маша Уланова и печеньки». (0+)
На кухне - повар и художник Маша! Чему учат на уроке функциональной грамотности, как проще всего выучить скороговорку и где живут какапо? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
10.20 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)
12.15 «Барбоскины». (0+)
14.00 «Зоомания». (6+)
Познавательный сериал для всей семьи, представляющий собой видеознциклопедию животного мира.
14.20 «Чик-Чиркино». (0+)
16.00 «Большое Шоу». (6+)
16.30 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
19.30 «Фиксики. Большой секрет». (6+)
20.40 «Фиксипелки». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Ум и Хрум». (0+)
23.00 «Дикие скричеры!» (6+)
23.15 «Приключения Пети и Волка». (12+)
02.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Геройчики». (0+)
Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Кого здесь только нет: и загадочный пушистый инопланетянин Бублик, и отважный петух-танучка Ко-Ко, и благородная ящерница-самурай О-Раш, и милая куколка Пинки, и воинственный плюшевый заяц Генерал Де-Кроль со своими роботами, и, конечно, отважные супергерои Флай и Глория. Все эти игрушки обожают игры, веселье, соревнования, приключения и вечеринки.
11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
11.30 «Геройчики». (0+)
17.50 «Геройчики». (0+)
19.00 МУЛЬТПремьера! (0+)
19.40 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - это первый российский мультсериал, который заговорил на одном языке с детьми и взрослыми во всем мире, рассказал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя.
03.00 «Маша и Медведь». (0+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 У истоков русской археологии. (12+)
00.55 Революция LIVE. (12+)
02.00, 03.00, 13.25 Обыкновенная История. (6+)
02.10 Россия глазами иностранцев. (12+)
03.10 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
05.00 Найти и рассказать. (12+)
05.35, 08.50 Русь изначальная. (12+)
06.05 Операция «Украина». Американский след. (16+)
07.05, 11.05, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
08.00 Боги Египта. (16+)
09.20, 21.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
09.35, 13.35, 17.35, 21.40 Освобождение Европы. (12+)
10.20 Шахматные партии холодной войны: Радиоматч СССР - США. (16+)
12.00 Это подкаст. История: «Русский взгляд» Карла Маркса. (12+)
12.55, 16.55 Элемент познания. (12+)
14.20, 18.20 Историограф. (12+)
16.00 Имена нелегальной разведки: Виктор Лягин. (12+)
17.30 Семь дней истории. (12+)
20.00 Морская пехота: Петсамо-Киркенесская операция. (12+)
20.40 Монологи императоров: Чжу Хоучжао. (16+)
22.25 Сквозь времена: Российская национальная библиотека. (12+)

VIIU HISTORY

- 06.00 Тайны древнего Египта. (16+)
07.00, 08.00, 09.00 100 чудес света. (16+)
09.55, 10.50, 11.40, 12.30, 13.20, 14.10 Настоящая война престолов. (16+)
15.05 Самураи: Охотники за головами. (16+)
16.00 Ролло Викинг: от изгнанника до завоевателя. (16+)
17.00 Египетские мумии: тайны бальзамирования. (16+)
17.55 Боги Египта: Глава 1: Рождение мира. (16+)
18.50 Боги Египта: Глава 2: любовь и смерть. (16+)
19.45 Боги Египта: Глава 3: войны и бессмертие. (16+)
20.35 Клеопатра: тайна мумифицированной руки. (16+)
21.35 Освобождение Европы: Венская наступательная операция. (16+)
22.15 Битва оружейников: «Виски» против «Тэнг». (16+)
23.05 Битва оружейников: Микоян против Шмюда. (16+)
23.50 Битва оружейников: Миль против Сикорского. (16+)
00.35 Битва оружейников: Морозов против Келлера. (16+)
01.15, 02.05 Осада Мальты: войны Господа. (16+)
03.00, 03.50, 04.45 Осажденные крепости. (16+)
05.35 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 14.35, 23.15 Статья Аль Пачино. (12+)
С самого первого фильма он поразил зрителей своим мастерством. Пачино не играл, он становился героем. Актёр-загадка. Документальный фильм расскажет нам историю звезды, выпускавшей хит за хитом, погруженного в работу, потерявшего себя из-за алкоголя, но в итоге получившего свой заслуженный успех.
06.45, 15.25, 00.05, 04.30 Шутки большого человека. Евгений Моргунов. (12+)
07.35, 16.15, 00.55 Тайны замков самураев. (12+)
08.30, 17.10, 01.45, 05.15 Вожди народов. Франклин Рузвельт. (12+)
09.20, 18.00, 02.30 Корни Египта. Легенда о парусах. (12+)
09.50, 18.30 Корни Египта. Страна многих даров. (12+)
10.20, 19.00, 03.00 Самоубийство после Чернобыля. Академик Лёгасов. (12+)
11.10, 19.50 Флоренция. Город гениев. (12+)
12.10, 20.50, 03.45 Олег Борисов. По главной улице с оркестром. (12+)
12.55, 21.40 Настоящая война престолов. Людовик XIV - один король, один закон... (12+)
13.45, 22.25 Настоящая война престолов. Людовик XIV. Шах и мат. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



16.45 Романтика романса

- 07.05 «Чиполлино»
- 07.50 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ»
- 09.25 Мы - грамотеи!
- 10.10 Больше, чем любовь
- 10.50 «ДЕТИ ДОН КИХОТА»
- 12.05 «Земля людей»
- 12.35 Черные дыры. Белые пятна
- 13.15 Эрмитаж
- 13.45 К 65-летию Александра Князева
- 14.35 Рассказы из русской истории
- 15.35 01.05 «Выдра - изгнание из рая»
- 16.30 «Первые в мире»
- 16.45 Романтика романса
- 17.35 Телеспектакль «Родственники»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Рассекреченная история»
- 20.15 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ»
- 22.00 Агора
- 23.00 «БИТЬ АСТРИД ЛИНДГРЕН». (18+)
- 02.00 «Искатели»

ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

- 06.40 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.05 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: СВИДЕТЕЛЬ ПРЕСТУПЛЕНИЯ». (16+)
- 09.00 «БАБЬЕ ЦАРСТВО: ТАЙНЫ ЗЕЛЁНОЙ РОЩИ». (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.30 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.10 14.45 «ВЕРНИТЕ МНЕ МУЖА». (16+)
- 17.10 «ЗАБЫТЫЙ ОСТРОВ». (16+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкивым
- 22.10 «Право знать!» (16+)
- 23.45 «Следствие ведёт КГБ. Последний аккорд». (16+)
- 00.25 Прощание. (16+)
- 01.10 «10 самых...» (16+)
- 01.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 02.10 «Легенды эстрады. Музыка нас связала». (16+)

ТВ-3



02.45 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «ВЕЛИКИЙ ФОКУСНИК». (16+)
- 12.15 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ». (16+)
- 14.45 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)
- 16.45 «ВРАТА ВОИНОВ». (16+)
- Джек Бронсон умело справляется с врагами в компьютерных играх, однако в реальной жизни считает себя трусом, так как старается избегать конфликты.
- 19.00 «АКСЕЛЬ». (16+)
- 21.00 «КТО Я». (16+)
- 23.00 «СТРЕЛОК». (18+)
- Герой войны на пенсии отправляется на курорт в горы вместе со своими детьми, однако случайно становится свидетелем наркосделки. Теперь он вынужден защищать свою семью, так как вмешался в сделку.
- 01.15 «КУКУШКА». (18+)
- 02.45 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



09.45 Уютное утро. (16+)

- 06.30 «ПРИЗРАЧНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 09.45 Уютное утро. (16+)
- 10.20 «ОТЕЛЬ НА ОБОЧИНЕ». (16+)
- Возле оживлённой трассы, в 50 километрах от государственной границы, стоит небольшой мотель. Его владелица, Лариса, унаследовала бизнес от родителей. Работа тяжелая, а её сын Илья даже не думает помочь матери, только тянет из неё деньги.
- 14.40 «ЭТО НЕ МОЙ МУЖ». (16+)
- Рита работает врачом в перинатальном центре и каждый день помогает другим женщинам стать матерями.
- 19.00 «ТАЙНЫЙ ДНЕВНИК МОЕЙ СЕСТРЫ». (16+)
- 23.15 «ПРИЗРАК НА ДВОИХ». (16+)
- 01.00 «СУДЬБИ И СУДЬБЫ». (16+)
- 05.20 «ТОКСИЧНЫЙ РОМАН». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)

- 09.00 Страна советов. (16+)
- 09.30 «Стройнадзор». (16+)
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 11.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 12.15 18.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 17.35 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 00.00 Известия. Главное. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.50 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (12+)
- 09.15 «Второе мнение». (12+)
- 10.35 «Не факт!» (12+)
- 11.05 «Мужики». (16+)
- 12.10 «К 80-летию В.В. Жириновского». (16+)
- 13.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 16.20 19.25 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». (12+)
- 19.55 «БЕЗ ПРАВА НА ВЫБОР». (16+)
- 00.40 «СЫЩИК». (12+)
- 03.00 «ИВАН ДА МАРЬЯ». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Смешарики 2». (0+)
- 11.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.00 «Точка.ру». (12+)
- 12.30 «Специальный репортаж. Безопасность». (12+)
- 12.45 «Азбука Православия». (12+)
- 13.00 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.15 «ОФЕЛИЯ». (16+)
- 15.00 «Живет Россия». (12+)
- 15.30 «Просто жизнь». (12+)
- 16.00 «Новости Культуры». (12+)
- 16.15 «ПОДРЫВ». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.15 «Новости Культуры». (12+)
- 20.30 «Понятная политика. Донбасс». (12+)
- 21.00 «В ЛЕСАХ СИБИРИ». (16+)
- 22.45 «НЕФТЬ 2». (16+)
- 23.30 «Александр Розенбаум «Неужели это было...». (16+)
- 01.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ИВАНОВЫ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 09.00 11.45 Новости
- 07.05 21.30 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 «Команда Матч». (0+)
- 09.25 Тяжелая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)
- 10.30 борьба. Чемпионат Европы. (12+)
- 11.50 Регби. «Динамо» (Москва) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). Суперкубок России. Прямая трансляция
- 14.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 17.05 Футбол. «Хетафе» - «Барселона». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 19.15 Футбол. «Рубин» (Казань) - ЦСКА. МИР Российской Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.50 Футбол. «Атлетико» - «Атлетик». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.10 Спортивная гимнастика. Кубок России. Трансляция из Сириуса. (6+)
- 06.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
- 08.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 10.10 Небесная грация. (6+)
- 10.30 03.50 Страна смотрит спорт. (12+)
- 11.00 12.50 18.35 Новости. (0+)
- 11.05 00.05 Тяжелая атлетика. Чемпионат Европы. (12+)
- 11.55 Женская борьба. Чемпионат Европы. (12+)
- 12.55 Футзал. Суперлига. Прямая трансляция
- 14.55 Спортивная гимнастика. Кубок России. Прямая трансляция
- 18.40 Фехтование. Чемпионат России. Сабля. Прямая трансляция
- 19.45 03.05 «Страна спортивная». (12+)
- 20.00 Сюрплас. (12+)
- 20.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 22.00 Синхронное плавание. Чемпионат России. (6+)
- 01.05 Регби. Суперкубок России. (12+)

МУЗЫКА

- 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 Плейлист | Весна. (16+)
- 13.00 Премияльный чарт. (16+)
- 15.00 Приехали! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Суд или абсурд? (16+)
- 17.00 Жара Music Awards-2025. (16+)
- 20.05 Народное диско. (16+)
- 21.00 Танцпол. (16+)
- 22.35 Dance чарт. (16+)
- 23.35 Танцпол. (16+)
- 01.00 Караоке хит. (16+)
- 02.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.30 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
- 08.00 «ЯГУАР». (16+)
- 10.00, 10.50, 11.45, 12.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.35 «ЭРА ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- 15.35 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)
- 17.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: БАЛЛАДА О ЗМЕЯХ И ПЕВЧИХ ПТИЦАХ». (16+)
- 20.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
- 23.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
- 01.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 02.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ 2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 04.10 «БИБЛИОТЕКАРЬ 3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 05.30 «Царевны». «Три кота». «Простоквашино». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.50, 11.40, 12.35 «АДВОКАТЪ АРДАШЕВЪ. МАСКАРАД СО СМЕРТЬЮ». (16+)
- 13.20 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
- 15.30 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ: СХВАТКА». (16+)
- 17.20 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
- 19.20 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
- 21.30 «ФАНТОМ». (16+)
- 23.05 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
- 00.55 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 02.15 «С 8 МАРТА, МУЖЧИНЫ!». (16+)
- 03.55 «Чинк: Хвостатый детектив». Мультфильм. (6+)
- 05.15 «Ёжик в тумане». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ». (16+)
- 09.50 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- 11.50 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)
- 13.45 «ЗАЩИТНИК». (16+)
- 15.20 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
- 17.05 «ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 19.00 «ОТСТУПНИКИ». (16+)
- Криминальная драма, США, Гонконг, 2006 г.
- 21.35 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)
- Гангстерский боевик, США, Германия, 2005 г.
- 23.30 «КОЗЫРНЫЕ ТУЗЫ». (16+)
- 01.15 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)
- 03.05 «ХЕЛЛБОЙ: ПРОКЛЯТИЕ ГОРБУНА». (16+)
- 04.40 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
- 05.45 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «Князь Владимир». Мультфильм. (12+)
- 07.20 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». Мультфильм. (6+)
- 08.35 «Три богатыря и свет клином». Мультфильм. (12+)
- 09.55 «МАРШ-БРОСОК». (16+)
- Россия, 2003 г. В ролях: Александр Балуев, Сергей Гармаш
- 12.10 «СПЕЦНАЗ». (16+)
- 19.10 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
- 23.00 «ЭКИПАЖ». (16+)
- Россия, 2016 г.
- 01.15 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
- 03.30 «ЧУДО». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 17.30 Четыре жены. (16+)
- 20.10, 21.30, 22.40 Богиня сыска. (16+)
- Сможет ли холостяк выбрать себе девушку по внешнему виду ее квартиры? Он изучит все - одежду, книги, содержимое шкафов и полок. Но согласится ли девушка на свидание после ответного обыска у парня дома?
- 00.00 «КЛОН». (16+)
- 01.00 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- 02.00, 02.40 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 03.20, 04.00 «Ты - моя жизнь». (16+)
- 04.35 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 06.00 6 кадров. (16+)
- 07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 10.05 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Макеев находит нового второго тренера. Жена Романенко думает, что Макеев подставил её мужа. У «Медведев» появляется новый нападающий. Ответственная игра с «Титаном» переносится, и Бакин оказывается перед нелёгким выбором...
- 22.30 Сердца за любовь (16+)
- 01.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- В офисе доктора Васнецова случился пожар. Делать ничего - придется брать работу на дом!
- 03.50 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Завет. Жизнь Христа. (6+)
- 05.55 Апокалипсис. Глава 21. (16+)
- 07.05 Моя большая семья. (6+)
- 08.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.05 Простые чудеса. (12+)
- 10.05 Пилигрим. Великий северный путь. (6+)
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.00 Церковь и мир. (0+)
- 12.25 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 5 серия. (6+)
- «Христиане - вне закона. Гонения императоров Деция и Валериана».
- 13.55 Профессор Осипов. (0+)
- 14.25, 15.55 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». 1-2 серии. (12+)
- 17.15 В поисках Бога. (12+)
- 17.45 «ДВЕРЬ БЕЗ ЗАМКА». (0+)
- СССР, 1973 г.
- 19.40 Простые чудеса. (12+)
- 20.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 21.55 Русский мир. (12+)
- 23.00 Русский ковчег с Яном Таксвором. (12+)
- 00.00 Спас-стрим. (16+)
- 01.45 Свидетельницы Воскресения. (0+)
- 02.45 Чернобыльская литургия. (6+)
- 03.30 Приход. (0+)
- 04.00 Русский мир. (12+)

Православный календарь

25 апреля  
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.  
Прп. Василия исп., еп. Парийского.



Сщмч. Зинова, еп. Веронийского. Прп. Исаака Сирина в Сполете Итальянском. Прмчч. Мины, Давида и Иоанна. Прп. Анфусы девы. Прп. Афанасия игумена. Прмч. Сергия Муромской и Бельничской икон Божией Матери.

Поста нет.  
« Лишенные славы христианства не лишены другой славы, полученной при создании: они - образ Божий. Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ

## ВИДЕЛИ ВИДЕО?

13.10 «Видели видео?» (0+)

- 06.00 Новости  
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)  
06.55 «Часовой». (12+)  
07.25 «Здоровье». (16+)  
08.30 «Союзмультфильм». (0+)  
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)  
09.30 «Мечталлион». (12+)  
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих». (12+)  
11.10 «Повара на колесах». (12+)  
12.15 «Чернобыль. Как это было». (16+)  
13.10 «Видели видео?» (0+)  
14.15 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (12+)  
16.00 «Пророк в своем отечестве». (12+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «85 лет великому тренеру Мишину». Праздник на льду. (0+)  
21.00 «Время»  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



10.10 Сто к одному

- 05.25 «ПОТЕРЯННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)  
07.20 «В кругу друзей»  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома»  
09.25 Утренняя почта  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)  
12.00 «Доктор Мясников». (12+)  
13.00 Судьба человека. (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 «Весёлые ребята». (16+)  
17.00 Вести (12+)  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.30 «Владимир Жириновский». (12+)  
00.35 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
03.10 «ПОТЕРЯННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)

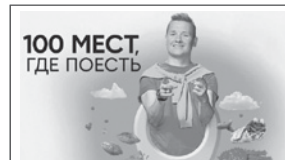
НТВ



10.20 «Первая передача». (16+)

- 04.45 «ГРАЖДАНКА НАЧАЛЬНИЦА». (16+)  
06.40 «Центральное телевидение». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
12.00 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
14.00 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 Человек в праве. (16+)  
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели с Владимиром Чернышевым»  
20.20 «Маска». (12+)  
00.45 «Звезды сошлись». (16+)  
02.15 «БОБРЫ». (16+)  
03.55 «Следствие вели...» (16+)

СТС



05.05 «100 мест, где поесть». (16+)

- 05.00 Сториз. (16+)  
05.05 «100 мест, где поесть». (16+)  
06.35 Просто кухня. (12+)  
07.05 «100 мест, где поесть». (16+)  
08.00 «Чем заняться в выходные?» (16+)  
09.05 «Мастер Кид». (6+)  
11.00 «Приключения панды». (6+)  
12.50 Впервые на СТС! «Ляя и волшебная карта». (12+)  
14.50 «ОХОТА НА МОНСТРА-2». (12+)  
17.00 Премьера! Суперниндзя. Дети. (12+)  
21.00 «ВОЙНА МИРОВ: ВТОРЖЕНИЕ». (16+)  
22.55 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ДЕМОНОВ». (16+)  
00.50 «ИЗВЕРЖЕНИЕ». (16+)  
02.55 «КАТАСТРОФА». (16+)  
04.25 Сториз. (16+)  
04.45 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



09.00 «Битва пикников». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)  
09.00 «Битва пикников». (16+)  
Состязание лучших барбекю-шефов страны. В каждом выпуске 2 шеф-повара из разных уголков России готовят по 2 блюда прямо на природе, а гости пикника и кулинарный эксперт Мирко Дзаго оценивают блюда и выбирают победителя.  
09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)  
15.20 «Новая битва экстрасенсов». (16+)  
18.00 «Сокровища императора». (16+)  
21.05 «Титаны». (16+)  
23.45 «Шоу Воли». (16+)  
01.05 «Титаны». (16+)  
Кто выдержит до конца? С каждым выпуском финал становится всё ближе, а борьба всё жёстче.  
03.25 «Однажды в России». (16+)  
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)  
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
11.00 «Наука и техника». (16+)  
12.00 Информационная программа 112. (16+)  
12.30 «Новости». (16+)  
13.00 «Неизвестная история». (16+)  
14.00 «Легенды и мифы». (16+)  
15.00 «ГРАЧИ». (16+)  
16.30 «Новости». (16+)  
16.45 «ГРАЧИ». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)  
23.55 «Документальный спецпроект». (16+)  
01.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.50 Гастротур. (16+)  
06.30 Пятница News. (16+)  
06.50 «Культур-Мультиур». (16+)  
08.30 Мамы Пятницы. (16+)  
09.00 Гастротур. (16+)  
10.00 Как люди живут. (16+)  
16.10 Погнали! (16+)  
23.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ: НАЗАД В БУДУЩЕЕ». (18+)  
01.20 «Культур-Мультиур». (16+)  
03.00 Пятница News. (16+)  
03.20 Черный список. (16+)  
03.50 Секреты на кухне. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
06.55 «Супермама». (16+)  
09.00 «Мама в 16». (16+)  
12.00 «Беременная 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.  
15.05 «Мама в 16». (16+)  
18.05 «Ждули». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.00 «Измени». (18+)  
02.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)  
09.00 Автоблог Че! (16+)  
10.00 «СОЛДАТЫ-11». (16+)  
18.00 «+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: лежать в ванне со змеями, собирать тараканов голыми руками и брить голову налысо.  
02.15 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.00 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ» (16+)  
05.35 Мультфильмы. (12+)  
06.40 «ЗА СПИЧКАМИ». (16+)  
08.35 Диктор делает. (16+)  
09.05 Фазендалайф. (6+)  
09.40, 10.10 «Ты - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (16+)  
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день  
11.35, 13.15 «АФЕРИСТЫ». (16+)  
13.30 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (16+)  
16.35, 18.15 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (16+)  
18.55 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (16+)  
20.35 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (16+)  
22.30 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)  
00.00 Вместе. (16+)  
00.50 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 16.00 «Календарь». (12+)  
09.30 Всё по-взрослому  
11.25 12.05 «ОСКАР». (16+)  
14.05 «Большая страна». (12+)  
17.00 «День вместе». (12+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
19.15 «Клуб главных редакторов» с Павлом Гусевым. (16+)  
20.00 «НЕСЕННЫЕ ВЕТРОМ». (16+)  
23.35 «ПАСПОРТ». (16+)  
01.15 «Весной». (12+)  
02.00 «АГЕНТ-117». (16+)

ПОБЕДА

- 05.25 «СЕСТРЕНКА». (12+)  
07.00 «СОЛДАТИК». (12+)  
История о волнующих и героических событиях, произошедших в жизни самого маленького солдата - героя Великой Отечественной войны, шестилетнего Сережи Алешкова.  
08.30 «СУВОРОВЕЦ 1944». (16+)  
10.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)  
12.00 «ОБНИМАЯ НЕБО». (16+)  
Сериял. Россия, 2014 г.  
00.00 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)  
01.30 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)  
03.00 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Беби Борн». (0+)  
07.40 «Царевны». (0+)  
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)  
Ведущие Дарья Сагалова и ее дочери, Стефания и Милослава будут готовить по рисункам. Раньше они готовили по сказкам, а теперь превращают чудесные рисунки, которые присылают зрители в невероятные угощения.  
10.20 «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.  
12.00 «Студия красоты». (0+)  
12.15 «Маша и Медведь». (0+)  
14.00 «У меня лапки». (0+)  
Программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.  
14.30 «Простоквашино». (0+)  
16.00 «Это супер!» (0+)  
16.15 «Барбоскины». (0+)  
19.30 «Чик-Чиркино». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.15 «Чик-Чиркино». (0+)  
23.15 «Приключения Пети и Волка». (12+)  
02.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Простоквашино». (0+)  
Дядя Фёдор продолжает жить в Простоквашино со своими друзьями. Теперь компания главных героев стала больше. Шарик, Матроскин, Хватайка, Печкин и родители Фёдора на месте. К ним прибавилась няня Маргарита Егоровна, младшая сестра Фёдора - Вера Павловна и её зверёк Тама-Тама.  
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. Между главными героями вспыхивают разного рода конфликты: от борьбы за внимание очаровательной козули Ули до соперничества за приз в велогонках.  
11.30 «Простоквашино». (0+)  
16.00 «Простоквашино». (0+)  
20.00 «Простоквашино». (0+)  
00.00 «Простоквашино». (0+)  
03.00 «Простоквашино». (0+)



## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)  
01.05 Найти и рассказать. (12+)  
01.40, 04.50 Русь изначальная. (12+)  
02.10 Операция «Украина». Американский след. (16+)  
03.10, 09.25 Обыкновенная История. (6+)  
03.20 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)  
05.20, 17.25 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
05.35, 09.35, 13.35, 17.40, 21.35 Освобождение Европы. (12+)  
06.20 Шахматные партии холодной войны. (16+)  
07.05, 11.05, 15.05, 19.05, 23.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)  
08.00 Это подкаст. История: «Русский взгляд» Карла Маркса. (12+)  
08.55, 12.55 Элемент познания. (12+)  
10.20, 14.20, 22.20 Историограф. (12+)  
12.00 Имена неформальной разведки: Виктор Лягин. (12+)  
13.30, 21.25 Семь дней истории. (12+)  
16.00 Морская пехота: Петсамо-Киркенесская операция. (12+)  
16.45 Монологи императоров: Чжу Хоучжао. (16+)  
18.25 Сквозь времена: Российская национальная библиотека. (12+)  
20.00 Шит и меч: легенды гобсеопасности: Решающая радиоигра. (16+)  
20.40 Кондратий Рылеев. Последнее письмо. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Древние цивилизации Азии: Воины Токугавы. (16+)  
07.00 Древние цивилизации Азии: Защитники Чосона. (16+)  
07.55 Древние цивилизации Азии: Торговцы с Рюкю. (16+)  
08.45, 09.40, 10.25, 11.20 Настоящая война престолов. (16+)  
12.10, 13.10 Осада Мальты: воины Господа. (16+)  
14.05, 15.05, 16.05 Осажденные крепости. (16+)  
17.05 Новый взгляд на доисторическую эпоху: Почему вымерли гигантские насекомые? (16+)  
18.00 Новый взгляд на доисторическую эпоху: Тайна пернатых драконов. (16+)  
19.00 Новый взгляд на доисторическую эпоху: Зарождение млекопитающих. (16+)  
20.00 Человек и море: затонувшая древность. (12+)  
21.00 Тайна Денисовского человека. (12+)  
21.55 Освобождение Европы. (16+)  
22.40, 23.25, 00.10, 00.55 Битва оружейников. (16+)  
01.35 Самураи: Охотники за головами. (16+)  
02.25 Ролло Викинг: от изгнанника до завоевателя. (16+)  
03.20, 04.05 Амазонки. (16+)  
04.50 Королевский гид: Праздники. (16+)  
05.40 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 14.35, 23.15, 04.15 Корни Египта. Легенда о парусах. (12+)  
06.25, 15.05, 23.45, 04.40 Корни Египта. Страна могучих даров. (12+)  
06.55, 15.35, 00.15 Самоубийство после Чернобыля. Академик Лёгасов. (12+)  
07.45, 16.20, 01.05 Флоренция. Город гениев. (12+)  
08.40, 17.20, 01.55 Олег Борисов. По главной улице с оркестром. (12+)  
09.30, 18.10 Настоящая война престолов. Людовик XIV - один король, один закон... (12+)  
В эпоху, когда reshались судьбы целых народов, а одна корона могла стать причиной кровавого соперничества, сильнейшие династии Европы сошлись в бескомпромиссной борьбе. Эта захватывающая историческая сага переносит зрителя в суровый и противоречивый мир Средневековья, где личные амбиции, любовь и жажда власти определяли ход истории.  
10.15, 18.55 Настоящая война престолов. Людовик XIV. Шах и мат. (12+)  
11.10, 19.45, 02.40 Статья Аль Пачино. (12+)  
11.55, 20.40 Шутки большого человека. Евгений Моргунов. (12+)  
12.45, 21.30, 05.05 Тайны замков самураев. (12+)  
13.45, 22.25, 03.25 Вожди народов. Франклин Рузвельт. (12+)

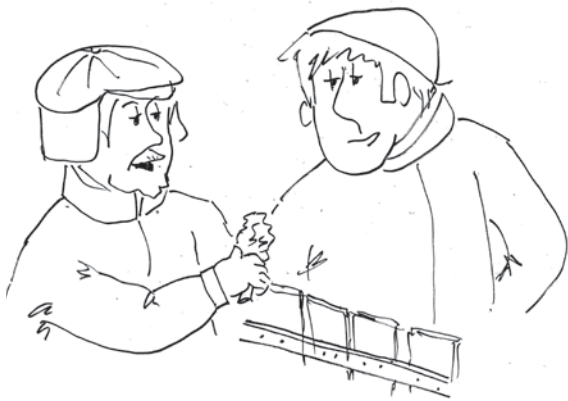


Уважаемые читатели, мы предлагаем вам детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Снег в этом году сходил долго – уж больно много навалило его за два последних зимних месяца. Многие боялись сильного половодья, но из-за постепенного повышения дневных температур при небольшом минусе по ночам снег таял медленно, и вода постепенно уходила в отмерзающую землю. Тем не менее воды все же было так много, что даже дачный пруд первый раз на памяти Петровича вышел из берегов. Поглазеть на столь редкое событие приезжали даже те дачники, которые раньше майских за город калачом не заманишь.

Но майор Петрович приехал не из-за пруда, хотя тоже сходил к нему из любопытства. Главное – кое-где в лесу уже сошел снег, образовались небольшие полянки, манящие прозрачной пока еще зеленью, среди которой наверняка уже подрастали первые весенние грибы.

# Весеннее настроение



Открытие грибного сезона – это для Петровича с малолетства персональный праздник. Ведь с этого дня начинается прекрасное время общения с лесом, с его тихой красотой, нежными запахами и чудесными звуками. Каждая прогулка по лесу оставляет после себя целый букет положительных эмоций, а если вернулся еще и с грибами, эти эмоции удваиваются.

Именно поэтому Петрович приехал в эту субботу на дачу рано. Он надел сапоги повыше, перекинул через плечо небольшую корзинку на ремне и

бодро зашагал в сторону леса.

– Ты как на свидание спешишь, – крикнул ему сосед, прочищающий водоотводную канавку возле своей калитки.

– Так и есть, – с удовольствием подтвердил Петрович, не сбавляя шаг. – Именно на свидание. С лесом!

В лесу было так хорошо, как бывает только весной. Звонкий птичий щебет казался волшебной музыкой, в чистом, будто хрустальном воздухе стоял тонкий аромат лопающихся почек и первых зеленых листочков. Петрович

так наслаждался щедростью весеннего леса, что совсем забыл про грибы. Так бы и не вспомнил, наверное, если бы не вышел на щедро залитую солнцем полянку, буквально усыпанную рыжими «барашками» строчков. Грибы были еще совсем маленькими, с грецкий орех, но их было много. Их морщинистые головки цвета ржавчины выглядывали из-под прелых прошлогодних листьев, жались к уже почти вросшим в землю упавшим березам, прятались под редкими ветками старых елей. Петрович искренне радовался каждому грибочку, аккуратно срезал заполненные землей корзины, чтобы не сломать, складывал в корзину. Только грибник понимает, какое это наслаждение – собирать первые грибы.

Петрович полюбился на свой первый в этом сезоне урожай и без сожаления отправился обратно: в лесу хорошо, но на даче его ждали неотложные дела.

Сосед увидел его издали и заранее подошел к калитке.

– Ну, как улов? – спросил он.

– На жаренку хватит, – отчитался Петрович и показал корзину, заполненную едва на треть.

– Да тут полкорзины грибов!

Они ж увариваются, – объяснил Петрович. – Строчки процентов на девяносто состоят из воды, так что из этой «полкорзины» едва пара порций выйдет, да и то скромных. Но мы с женой и этому рады.

– Понятное дело, – сказал сосед. – Я помню, угощали вы меня как-то, вкусные грибочки.

– И еще угостим, – заверил его Петрович. – Недельки через две грибов будет много, на всех хватит. Мы как-нибудь прямо здесь их приготовим, заходи в гости.

– Зайду, коли позовете, – обрадовался сосед.

– Конечно, позовем, не сомневайся, – уверил его Петрович.

– Как же хорошо иметь добрых соседей! – воскликнул сосед. – Никогда голодным не останешься.

О ба рассмеялись, и Петрович уже, было, повернулся к дому, как вдруг сосед остановил его вопросом:

– А загадку новую загадаешь? Уж больно я твои загадки разгадывать люблю.

– Хорошо, загадаю, – улыбнулся Петрович. – Вот тебе загадка: у тебя есть девять одинаковых на вид монет, одна из которых фальшивая. Ты знаешь, что вес фальшивой монеты чуть меньше, чем вес настоящей. Внимание, вопрос: как за два взвешивания найти фальшивую монету?

– Ну ты и загадки загадываешь... – задумчиво протянул сосед.

– Ты справишься, я в тебя верю, – улыбнулся Петрович в усы и направился к своей калитке.

Виктория АНДРЕЕВА



**А вы, дорогие читатели, догадаетесь?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 15:** большой и толстый кошелек просто не уместился бы в туго набитый маленький клатч.

Рис. Ирины Светловой

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

**20 апреля** Восход: 5 ч. 14 м. Заход: 19 ч. 29 м. Долгота дня: 14 ч. 15 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

**21 апреля** Восход: 5 ч. 12 м. Заход: 19 ч. 31 м. Долгота дня: 14 ч. 19 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

**22 апреля** Восход: 5 ч. 10 м. Заход: 19 ч. 33 м. Долгота дня: 14 ч. 23 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

**23 апреля** Восход: 5 ч. 08 м. Заход: 19 ч. 34 м. Долгота дня: 14 ч. 26 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

**24 апреля** Восход: 5 ч. 06 м. Заход: 19 ч. 36 м. Долгота дня: 14 ч. 30 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

**25 апреля** Восход: 5 ч. 04 м. Заход: 19 ч. 38 м. Долгота дня: 14 ч. 34 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

**26 апреля** Восход: 5 ч. 02 м. Заход: 19 ч. 39 м. Долгота дня: 14 ч. 37 мин.

Растущая Луна в знаке Девы

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 АПРЕЛЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 20 АПРЕЛЯ

В 1843 году вышел указ об организации переселения крестьян в связи с освоением Сибири.

#### 21 АПРЕЛЯ

В 1931 году в СССР выпущен первый советский экскаватор «Ковровец». В 1939 году в Ленинграде открылся первый в СССР трехзальный кино-театр «Москва».

В 1954 году СССР вступил в ЮНЕСКО.

#### 22 АПРЕЛЯ

В 1838 году пароход впервые пересекает Атлантический океан.

В 1975 году началось строительство Байкало-Амурской магистрали.

#### 23 АПРЕЛЯ

В 1911 году в Санкт-Петербурге открылась первая в России Международная воздухоплавательная выставка.

#### 24 АПРЕЛЯ

В 1833 году была запатентована газированная вода (День рождения газировки).

#### 25 АПРЕЛЯ

В 1719 году выходит первое издание романа Даниэля Дефо «Робинзон Крузо».

В 1918 году была создана советская символика «Серп и молот».

В 1928 году была использована первая собака-поводырь.

#### 26 АПРЕЛЯ

В 1962 году со спутника «Космос-4» проводится первая телевизионная съемка облачного покрова Земли из космоса.

В 1986 году произошла авария на Чернобыльской АЭС.

В 1997 году в России учрежден орден «За милосердие и исцеление».

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

20 АПРЕЛЯ. Аркадий, Георгий, Даниил, Евдокия

21 АПРЕЛЯ. Мария, Родион

22 АПРЕЛЯ. Анастасия, Вадим

23 АПРЕЛЯ. Александр, Димитрий, Максим,

Терентий, Феодор

24 АПРЕЛЯ. Григорий, Иоанн, Николай

25 АПРЕЛЯ. Василий, Сергей

26 АПРЕЛЯ. Марфа

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

20 АПРЕЛЯ ■ Национальный день донора

■ День мобилизационных подразделений МВД РФ

21 АПРЕЛЯ ■ День главбуха ■ День экскаваторщика

■ День местного самоуправления

22 АПРЕЛЯ ■ Международный день Матери-земли

23 АПРЕЛЯ ■ День велосипедиста

■ Всемирный день настольного тенниса

24 АПРЕЛЯ ■ Международный день солидарности молодежи

25 АПРЕЛЯ ■ День дочери

■ Международный день настольных игр

26 АПРЕЛЯ ■ День участников ликвидации

последствий радиационных аварий и катастроф

и памяти жертв этих аварий и катастроф

■ День снайпера

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### Ива зацвела – холода отвела

20 апреля считалось Акулиным днем. Дождь в этот день предвещал богатый урожай малины.

Если 21 апреля, в день Родиона Ледолома, солнечно, то и лето будет хорошим, а если пасмурно –

будь готов к лету мхурому. На Вадима Ключника, 22 апреля, было принято наблюдать за восходом солнца и облаками. Так, если восход солнца сопровождался белыми бликами, то в ближайшие дни

дождя не будет. В день Терентия Маревского, 23 апреля, многие ждали и радовались появлению солнца в тумане.

Именно эта примета обещала хлебобородный год. Распускание вербы 24 апреля, в день Антипа

Водогона, предвещало долгое и заметное потепление.

Про день Василия Парильщика, 25 апреля, говорили: «Антип (24 апреля) воду льет, Василий землю пару поддает», поскольку в этот день

обычно наступало сильное потепление. В день Фомаиды, 26 апреля, многие приметы были связаны с деревьями: дуб

распустился – к теплоте и погожему лету. А еще всех радовала цветущая ива: если она зацвела, значит, холодов больше не будет.

Для этого дня была даже специальная присказка: ива зацвела – холода отвела.

Две подружки. – А что такое деловая переписка? – Это когда вместо: «Вы там что, совсем офигели?», пишешь: «Добрый день, у меня есть несколько комментариев».



## 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. Полковная, 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

№ 16 (545).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 14.04.2026 г.

Дата изготовления: 14.04.2026 г. Срок годности не ограничен

Дата выхода в свет: 15.04.2026 г. Тираж 53 840 экз.

Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия,

г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70

Заказ 4135 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 851 530 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

# Как жить после 50 без боли в скрипящих суставах: учёные нашли ответ в глубинах моря

Для многих людей после 50 лет каждый новый день начинается с подвига. Он незаметен для окружающих, но требует колоссального напряжения. И заключается в том, чтобы просто встать с кровати.

«Колени как деревянные, ноют, спина не гнется, в суставах то скованность, то прострелы. И так изо дня в день», – рассказывают люди на приемах у специалистов.



Артроз, артрит, остеохондроз – эти диагнозы звучат как приговор, закрывающий доступ к активной жизни. Но, как утверждают специалисты, все не так трагично, как кажется. Оказывается, корень проблем часто в том, что по разным причинам – возраст здесь лишь одна из них – в организме становится меньше «строительного материала», необходимого для поддержания суставов в рабочем состоянии.

Речь идет об особом белке – коллагене. Это основа наших связок, сухожилий, суставов

и хрящей. Именно он обеспечивает им прочность, эластичность и амортизацию. После 30 лет выработка коллагена в организме начинает постепенно снижаться, а после 50 – почти прекращается. И тогда появляются проблемы: ткани хрящей истончаются, суставная жидкость «высыхает», возникают скрип, воспаление, боль.

Долгое время решением считались препараты с животным, чаще говяжьим, коллагеном. Но у него есть существенный минус: крупные молекулы плохо расщепляются в желудке и часто не доходят до цели. Результат – эффект минимальный или его вовсе нет.

Однако ученые нашли выход. Как оказалось, спасти суставы может коллаген, полученный из хрящей обитателей морских глубин – скатов и рыб. Он биологически

ближе человеческому, чем животный. А его крошечные – всего 2000–3000 дальтон – частицы (для сравнения: у животного коллагена – до 100000 дальтон) свободно проходят через кишечный барьер и с кровотоком попадают именно в суставы и хрящи.

На основе этих наблюдений и разработок были созданы капсулы «Морской коллаген». В их составе – три вида активного коллагена и витамин С, который помогает организму лучше их усваивать и направлять туда, где «тонко» или уже начинает «кваться». И результат не застав-

ляет себя ждать: ткани хрящей начинают восстанавливаться, суставы перестают скрипеть и болеть, а межпозвоночные диски становятся устойчивее к нагрузкам.

Кроме того, в организме запускается выработка собственного коллагена, и состояние связок улучшается естественным образом – изнутри.

Постепенно утренний «квест» с подъемом с кровати, скованность и боль сходят на нет. Возвращаются подвижность и возможность вести привычный образ жизни.

Иметь здоровые суставы и позвоночник возможно в лю-

бом возрасте! Сегодня капсулы «Морской коллаген» включены в нашу программу «Активное движение» для тех, кто страдает от заболеваний опорно-двигательного аппарата. Данная программа запущена по инициативе специалистов в области инноваций. С 15 апреля до 13 мая 2026 г. открыт реестр на льготное получение «Морского коллагена» напрямую от производителя – без аптечных наценок и посредников. Чтобы попасть в реестр, необходимо позвонить по телефону 8-800-303-05-55 и назвать оператору код 033\*.



## НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## СМЕРТЬ ОТ ЗАПОРА – РЕАЛЬНОСТЬ! ЧТОБЫ ОТ ЗАПОРОВ НЕ ЛОПНУЛА ТОЛСТАЯ КИШКА, СРОЧНО ПРИНИМАЙТЕ МЕРЫ!

Думаете, запоры безобидны? Нет! У них могут быть опасные последствия – отравление гнилостными ядами и разрыв толстой кишки. Например, именно из-за этого умер Элвис Пресли. Такое мнение выразил личный врач звезды Джордж Никополс в книге «Король и доктор Ник».

### Что происходит с кишечником во время запора?

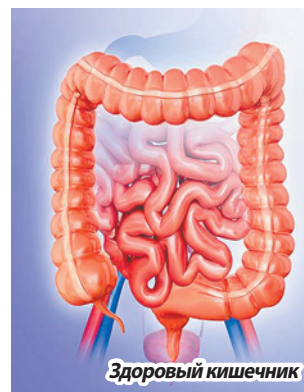
При запоре в толстой кишке может собираться несколько килограммов кала. Они растягивают кишку. Если каловые массы долго не выходят, то становятся твердыми, как камни. Тяжелая кишка может сдавливать простату,

матку, мочевой пузырь, желудок и другие органы. Возможно нарушение кровообращения и возникновение различных патологий. Если посмотреть на человека с запорами, у него часто серозеленый цвет лица, неприятный запах изо рта, метеоризм. Это может быть следствием гниения кала в кишечнике. Запоры могут приводить к головной боли, хронической усталости, тошноте и другим неприятным состояниям.



### В запущенных случаях может понадобиться операция

По словам Никополса, Элвис Пресли долго страдал от запоров и ничего с этим не делал. В итоге его кишка оказалась в настолько плачевном состоянии, что могла помочь только колостомия – операция, во время которой удаляют часть толстой кишки, а ее конец выводят наружу по передней части живота. Но «король рок-н-ролла» не мог жить с торчащими кишками, поэтому отказался от операции и умер.



Здоровый кишечник



Растянутый кишечник, как следствие запоров

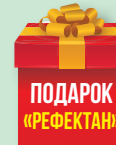
### Что может помочь побороть запоры?

Надежный способ, который способствует устранению запоров, это прием эликсира «Рефектан». Благодаря уникальной природной формуле он содействует нормализации эвакуации каловых масс и вредных ток-

синов из организма. Также облегчение процесса дефекации снижает нагрузку на анальное отверстие, что содействует устранению геморроя, если он был. Люди, которые принимали «Рефектан», отмечают, что их стул стал легким и регулярным, а самочувствие прекрасным!

### НАША СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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



Для этого сделайте 2 простых шага:

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

акции **708**

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК – «Рефектан» ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 15 апреля до 13 мая 2026 года\*

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

# Что за фишка такая – индекс сытости?



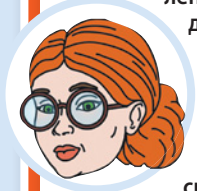
Машенька, девушка на выданье

Верочка, домохозяйка

Анна Адамовна, учительница

Галина Сергеевна, бизнесвумен

**1** – Девочки, а вы знаете, что существует индекс сытости продуктов? Вот, например, есть определенные продукты, которые надолго дают ощущение сытости и, соответственно, снижают аппетит, – у таких продуктов высокий индекс. А есть и такие, которые насыщают ненадолго, – у них индекс низкий.



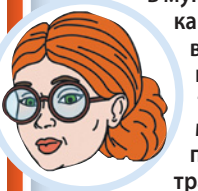
– Моя жена говорит, что сыроедение очень полезно для здоровья.  
– Не переживай, моя тоже готовить не умеет.

**2** – Тут интересно еще и то, что продукты с высоким индексом сытости, как правило, имеют небольшую калорийность даже при большом объеме. То есть можно съесть достаточно много такого продукта, полностью насытиться и при этом получить совсем немного калорий. Поэтому индекс сытости не стоит игнорировать, особенно тем, кто следит за своим весом.



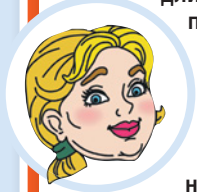
– По-другому этот индекс называют еще индексом насыщения. Потому что он показывает, в течение какого времени после употребления определенного продукта человек чувствует себя сытым, не ощущает голода. Если у продукта высокий индекс насыщения (или сытости), значит, что этот продукт не только отлично утоляет голод, но и помогает избежать переедания.

**3** – Мой самый любимый продукт с одним из самых высоких индексов сытости – варенная в мундире или печеная картошка. Причем, подчеркну, особенно ценной считается картошка, варенная в мундире или запеченная в коже. Я могу съесть, наверное, порции две или даже три такой картошки, особенно если она молоденькая. И как видите, совсем не поправляюсь, потому что после такой трапезы сыта очень надолго.



– А мои самые любимые продукты с высоким индексом сытости – бобовые: фасоль, чечевица и горох. Все бобовые очень сытные, вкусные и полезные. Я и супы из них варю, и горячие блюда готовлю. И в эту группу продуктов я всегда отношу крупы, особенно овсянку. И, конечно, всеми любимые макароны из твердых сортов пшеницы. Кстати, во время поста (а я всегда стараюсь держать пост) из всех названных мною продуктов можно приготовить потрясающе вкусные блюда, которые насыщают не хуже мясных.

**4** – Кстати, о мясе – у него, естественно, тоже высокий индекс сытости. Как и у других белковых продуктов: рыбы, яиц. Конечно, много мяса за один раз не съешь, но этого и не нужно, ведь белковые продукты способны насытить даже небольшими порциями. Мясо, рыба, яйца дают ощущение сытости быстро и очень надолго.



– А что же никто не говорит про сыр? Тоже продукт с высоким индексом сытости. Правда, не каждый, а только сыр длительного созревания – например, пармезан. Посыпьте тертым пармезаном легкий овощной салатик – и вот уже у вас отличное блюдо, которое и витаминами обеспечит, и насытит.

**5** – Кстати, мои любимые продукты с высоким индексом сытости – это овощи, особенно листовые, и фрукты. В этих продуктах высоко содержание клетчатки и очень мало калорий, поэтому для меня они идеальны. Клетчатка обеспечивает насыщение так надолго, что простой овощной салат на завтрак, особенно если в нем много салатных листьев или шпината, не дает мне проголодаться до самого обеда, даже перекуса не требуется.



– Самое важное в индексе сытости – это то, что, учитывая его, можно составить полностью сбалансированное меню, которое позволит не переесть и не поправиться. Но, девочки, обязательно нужно учитывать, что продукты с высоким индексом сытости в сочетании с белковыми продуктами чувство насыщения кратно увеличивают. Но главное, включая в рацион продукты с высоким индексом сытости, мы берем под контроль собственный аппетит и снижаем калорийность пищи, что лично для меня очень-очень важно.

**6** – Девочки, давайте без крайностей. Будем честны, индекс сытости – это всего лишь один из множества факторов, которые определяют полезность и важность для здоровья организма того или иного продукта. Составляя ежедневное меню, необходимо учитывать также состав продуктов, наличие или отсутствие в них полезных веществ: витаминов, минералов и так далее. Ну и конечно, в первую очередь нужно слушать собственный организм. Ведь то, что отлично насыщает одного, может быть совершенно неприемлемым для другого – например, из-за индивидуальных особенностей организма, личной непереносимости тех или иных продуктов, наличия хронических заболеваний...



– Ну вот, девочки, я считаю, что мы исчерпывающе разобрались с индексом сытости и можем теперь планировать свой рацион с учетом этих знаний. Надеюсь, здоровье наше от этого станет только крепче, талия тоньше, а настроение – лучше.

Стейки готовят не только из мяса. Не менее аппетитны и вкусны стейки из овощей. Кроме того, овощные стейки малокалорийны, поэтому их можно смело готовить в том числе и на ужин.

**Л**юбой овощ, который можно нарезать на плоские ломтики толщиной 1-1,5 см, подойдет для стейка. В первую очередь это все тыквенные: кабачок, цукини, патиссон, баклажан, тыква. Очень хороша в виде стейков капуста – белокочанная, краснокочанная, цветная, романеско, брокколи, кольраби. Интересны стейки из корнеплодов: свеклы, репы и особенно сельдерея. Готовят стейки на сковороде, в духовке и, конечно, на гриле. Последний вариант – самый низкокалорийный и самый полезный, так как в этом случае можно обойтись без масла.

# СТЕЙКИ ИЗ ОВОЩЕЙ



## Стейк из цветной капусты с орехами

Европейская кухня.  
На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г):  
85 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кочан цветной капусты
- горсть орехов
- 1 лимон
- 40 г сливочного масла
- растительное масло
- 0,5 ч. л. сушеного орегано
- молотый черный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 С лимона снять цедру на мелкой терке, орехи мелко нарубить.
- 2 Капусту нарезать на стейки толщиной 1 см, посолить, поперчить, посыпать орегано, сбрызнуть растительным маслом, обжарить на сильном огне по 5 минут с каждой стороны, выложить на подогретую тарелку.
- 3 В ту же сковороду высыпать орехи, добавить сливочное масло, перемешать, через 5 минут снять с огня.
- 4 При подаче полить стейки маслом с орехами, посыпать лимонной цедрой.

### ПОСЛОВИЦЫ

- **Всякому овощу свое время.**
- **Не вырастить овощей – не сварить и щей.**
- **Всякий день с овощами, да не всякий день со щами.**

## Стейк из баклажана

Американская кухня.  
На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г):  
132 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 баклажана
- 1-2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. соевого соуса
- 1 ч. л. копченой паприки
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Баклажаны нарезать вдоль ломтиками толщиной 1 см, чеснок измельчить.
- 2 Смешать 5-6 ст. л. масла, соевый соус, чеснок, паприку, соль и перец.
- 3 Ломтики баклажанов «искупать» в полученном маринаде, выложить на противень.
- 4 Запекать в духовке при 180-200 °С 15-20 минут.

### СОВЕТ

Таким же образом можно приготовить стейки из кабачков, цукини, патиссонов.

## Стейк из корня сельдерея

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 корень сельдерея
- 1 зубчик чеснока
- 1 ст. л. кленового сиропа (можно заменить медом)
- 1 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- 4 ст. л. растительного масла
- молотый черный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сельдерей очистить, нарезать кружками толщиной 1,5-2 см, чеснок измельчить.
- 2 Приготовить маринад: смешать масло, кленовый сироп, горчицу, соевый соус и чеснок.
- 3 Кружки сельдерея выложить на противень, посолить, поперчить, смазать маринадом.
- 4 Запекать при 200 °С 20 минут, затем перевернуть стейки, еще раз смазать маринадом, запекать 15 минут.

## Стейк из белокочанной капусты

Европейская кухня.  
На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г):  
62 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 небольшой кочан белокочанной капусты
- 1-2 зубчика чеснока
- 5 ст. л. растительного масла
- 1-2 ч. л. сухих прованских или итальянских трав
- молотый черный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Снять с капусты верхние зеленые листья, кочан нарезать на стейки толщиной 1,5 см.
- 2 Чеснок пропустить через пресс, добавить масло, соль и все специи, перемешать.
- 3 Капустные стейки «искупать» в масле со специями, выложить на противень.
- 4 Запекать в разогретой до 180-200 °С духовке 20 минут, перевернуть, запекать еще 10-20 минут.

### СОВЕТЫ

- Капусту для стейков лучше брать зимних сортов – она более плотная и вкусная.
- Таким же образом можно приготовить стейки из краснокочанной капусты и кольраби.

## Стейк из тыквы в соевом соусе

Европейская кухня.  
На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г):  
118 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г очищенной тыквы
- 3 ст. л. растительного масла
- 3 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- 1 ст. л. меда
- 2 зубчика чеснока
- молотый черный перец
- специи
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Тыкву нарезать ломтиками толщиной 1-1,5 см.
- 2 Приготовить маринад.
- 3 Смешать масло, соевый соус, мед, яблочный уксус и выдавленный чеснок. По вкусу добавить соль, перец и специи.
- 4 Ломтики тыквы намазать маринадом и оставить на 1,5-2 часа, изредка переворачивая.
- 5 Выложить ломтики на противень, застеленный пергаментной бумагой.
- 6 Запекать стейки в разогретой до 200 °С духовке около 40 минут до мягкости тыквы.
- 7 Подавать можно с сырным соусом, орехами и зеленью.

### СОВЕТ

Хорошо подойдут к тыквенным стейкам прованские травы.



Светлана ИВАНОВА

Чтобы садово-огородный сезон 2026 года радовал открытиями, посадите два-три растения, которые станут для вас новинкой.

Представляем культуры, из которых вы сможете выбрать те несколько растений, которые украсят ваш стол и огород в предстоящем сезоне.

# Новинки сезона: что необычного посеять?



## Фиолетовая цветная капуста

Любите цветную капусту? Выберите сорта лилового оттенка, который в этом сезоне в тренде. Яркие лиловые головки сохраняют цвет даже после варки.

- **Особенности выращивания:** Для всех регионов России рекомендуют выращивать через рассаду, в северных регионах овощ может развиваться только в условиях теплицы.
- **Сроки созревания:** 85-100 дней при посеве через рассаду и высадке в грунт в возрасте 45-60 дней.
- **Уход:** регулярный полив и рыхление, регулярные подкормки или наличие плодородной почвы.

## Вигна (спаржевая фасоль)

Эта экзотическая фасоль вырастит для вас стручки длиной до метра! Несмотря на размер, стручки остаются нежными и вкусными. Сорта «Макаретти» и «Факир» отлично зарекомендовали себя в российском климате.

- **Особенности выращивания:** необходимы прочные опоры. В северных регионах – только теплица, в средней полосе возможно выращивание в открытом грунте через рассаду.
- **Сроки созревания:** 70-90 дней.
- **Уход:** регулярный сбор урожая стимулирует образование новых завязей.



## Момордика (индийский огурец)

Быстрорастущая лиана с бугристыми оранжевыми плодами, которые при созревании раскрываются, показывая алые семена внутри. Очень эффектная и экзотичная! Плоды используют в кулинарии в незрелом виде – они напоминают огурец с пикантной горчинкой.

- **Особенности выращивания:** требуется опора, любит солнечные места. Во всех регионах, кроме юга, выращивать необходимо через рассаду.
- **Сроки созревания:** 85-100 дней.
- **Уход:** регулярный полив.

## Артишок

Деликатес для гурманов: едят нераскрывшиеся цветочные корзинки. Артишок достигает высоты от 1,5 до 2 метров.

- **Особенности выращивания:** артишок – многолетник, который требует много места (до 1 м между растениями), плодородной почвы. В северных регионах выращивается как однолетник через рассаду. В средней полосе может зимовать с укрытием.
- **Сроки созревания:** 120-130 дней.
- **Уход:** регулярный полив, подкормки несколько раз за сезон, если почва неплодородная.



## Пеpино (дынная груша)

Экзотический фрукт из Южной Америки, плоды напоминают маленькую дыньку с ароматом тыквы и дыни, по консистенции – как груша.

- **Особенности выращивания:** только через рассаду. Требуется формировки и опоры. В средней полосе и северных регионах растет только в теплице или комнате, на юге – в открытом грунте. Опылать нужно вручную кисточкой.
- **Сроки созревания:** 90-120 дней.
- **Уход:** стандартный – полив, рыхление, подкормки.

## Разноцветная морковь

Удивите близких: вырастите морковь, которая будет оранжевой снаружи и насыщенно-фиолетовой внутри (сорт Purple Haze F1) или фиолетовой снаружи и оранжевой внутри (сорт Cosmic Purple). А еще есть желтая морковь (сорта Yellowstone, Solar Yellow), белая морковь (сорта White Satin F1, Lunar White) и даже черная морковь (сорт «Черный Джек»).

- **Особенности выращивания:** высадка семенами в открытый грунт, подходит для всех регионов, для северных выбирайте ультраскороспелые сорта.
- **Сроки созревания:** в зависимости от сорта – 100-120 дней.
- **Уход:** стандартный для моркови – прореживание, полив, рыхление.



## Мангольд (лиственная свёкла)

Яркие разноцветные черешки и нежная зелень украсят и грядку, и тарелку. Растет с весны до заморозков.

- **Особенности выращивания:** растение холодостойкое, неприхотливое. Во всех регионах – прямой посев в грунт с апреля. Срезайте листья – будут расти новые.
- **Сроки созревания:** 60-80 дней (первый сбор).
- **Уход:** любит полив.



## Батат (сладкий картофель)

Батат – популярный в Азии овощ, кусты с клубнями со сладковатым вкусом, урожайный (до 2 кг с куста).

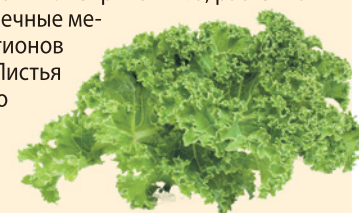
- **Особенности выращивания:** начинать проращивание клубней нужно еще зимой (в январе-феврале). Высаживать, когда почва прогреется минимум до +15 °С. В северных регионах – только в теплицах или высоких грядах-коробах.
- **Сроки созревания:** 90-120 дней.
- **Уход:** как за картофелем – полив, прополка, рыхление.



## Капуста кале (кейл)

Кудрявая красавица – самая полезная капуста в мире. Выдерживает морозы до -18 °С, становясь после заморозков только слаще.

- **Особенности выращивания:** неприхотлива, растет на любых почвах, любит солнечные места. Подходит для всех регионов прямым посевом в грунт. Листья можно срывать все лето до глубокой зимы.
- **Сроки созревания:** 70-90 дней.
- **Уход:** полив, прополка.



Валерия ПАШЕЧКИНА

НА ДОСУГЕ



## Найди 10 отличий Настольные игры для всех

В непогоду выручают настольные игры для всей семьи! Забавно, интересно, полезно.

Ответы: цветная капуста, фиолетовая морковь, разноцветная морковь, мангольд, батат, артишок, пеpино, момордика, вигна, фиолетовая цветная капуста.

Бугенвиллея – очень эффектное растение.

# Под облаком бугенвиллеи

**И** славится оно не цветами, которые на самом деле небольшие и малозаметные, а яркими прицветниками. Если соблюдать правила ухода за растением, оно непременно порадует вас целым цветущим облаком.

## Освещение

Бугенвиллея просто обожает хорошо освещенные места. Притенение требуется только на южном окне и в летний полдень, так как солнце может просто-напросто выжечь и зеленые листья, и красоту прицветников. На теплый период растение смело можно вынести на свежий воздух: балкон или летнюю веранду. Но при этом следует обязательно убедиться, что на него не попадут осадки, а сильный ветер не повалит горшок. Зимой будет нелишним досвечивание фитолампой.

## Температура

В летнее время достаточно комфортно себя чувствует в широком диапазоне температур от 20 до 30 градусов. С приходом осени бугенвиллея начинает готовиться к отдыху, поэтому нуждается в постепенном понижении температур – оптимальная температура зимовки – 10-15 градусов. При этом бугенвиллея не должна находиться на сквозняке или на холодном подоконнике, так как корни ее могут переохладиться. А это обстоятельство болезненно отразится на всем растении.

## Удобрение

В весенне-летний период каждые две недели вносят комплексные удобрения или специальные подкормки для цветущих растений.

## Полив

Для пышного цветения бугенвиллея нуждается в регулярном поливе, хотя небольшую засуху перенести сможет. В весенне-летний период особенно важно не допускать пересыхания грунта, так как в это время закладываются цветочные почки. Излишки воды обязательно удаляются из поддона. На пользу бугенвиллее пойдут регулярные опрыскивания. В осенне-зимний период количество полива значительно снижают. Но все-таки надо следить за грунтом и не допускать пересыхания почвы.

## Пересадка

Молодые растения пересаживают ежегодно. Примерно с пяти лет бугенвиллею пересаживают по мере необходимости – раз в 2-3 года, когда горшок станет мал. Новый горшок выбирают на 2-3 см больше предыдущего. В слишком просторном горшке растение будет цвести неохотно. Горшки должны быть не столько широкими, сколько глубокими. И обязателен дренажный слой на дне.

## Обрезка

Обрезкой можно влиять не только на размеры и форму бугенвиллеи, но и на ее цветение. Цветы появляются на молодых боковых побегах, поэтому очень желательно, чтобы их было как можно больше. А для этого осенью после цветения можно подрезать кончики веток, а в конце зимы удалить ослабленные или подсохшие побеги. Для того чтобы активнее росли боковые побеги, следует не забывать подрезать прошлогодние – примерно на треть их длины или чуть меньше, если растение небольшое.

**Муж с женой приходят в цветочный магазин. Выбирают букет. Продащица радостно обращается к мужчине: – Очень рада, что вы зашли к нам снова. Значит, вам понравился наш прошлый букет? Жена – мужу: – Это какой ещё прошлый букет?**

## Кстати

### Бумажный цвет

В некоторых странах бугенвиллею называют бумажным цветком. Связано это скорее всего с красивыми прицветниками, похожими на кусочки тонкой цветной бумаги.

## Размножение

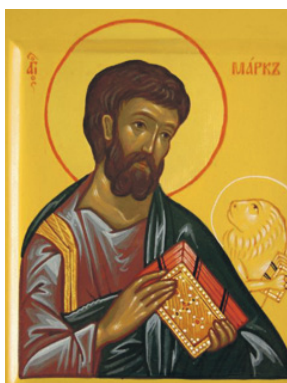
Бугенвиллея хорошо размножается черенкованием. Весной нарезают полуодревесневевшие черенки длиной около 10 см и ставят в емкость с водой для образования корней. Важно, чтобы эта емкость не находилась на холодном подоконнике.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



## ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

### «Он воскрес, Его нет здесь»



Пришел Иосиф из Аримафеи, знаменитый член совета, который и сам ожидал Царствия Божия, осмелился войти к Пилату, и просил тела Иисуса. Пилат удивился, что Он уже умер, и, призвав сотника, спросил его, давно ли умер? И, узнав от сотника, отдал тело Иосифу. Он, купив плащаницу и сняв Его, обвил плащаницю, и положил Его во гробе, который был высечен в скале, и привалил камень к двери гроба. Мария же Магдалина и Мария Иосиева смотрели, где Его полага-

ли. По прошествии субботы Мария Магдалина и Мария Иаковлева и Саломия купили ароматы, чтобы идти помазать Его. И весьма рано, в первый день недели, приходят ко гробу, при восходе солнца, и говорят между собою: кто отвалит нам камень от двери гроба? И, взглянув, видят, что камень отвален; а он был весьма велик. И, войдя во гроб, увидели юношу, сидящего на правой стороне, облеченного в белую одежду; и ужаснулись. Он же говорит им: не ужасайтесь. Иисуса ищите Назарянина, распятого; Он воскрес, Его нет здесь. Вот место, где Он был положен. Но идите, скажите ученикам Его и Петру, что Он предвзряет вас в Галилее; там Его увидите, как Он сказал вам. И, выйдя, побежали от гроба; их объят трепет и ужас, и никому ничего не сказали, потому что боялись. (Мк, 15: 43-47, 16:1-8)

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 26 апреля, в воскресенье.

**Х**ристос воскрес! Для современно-го человека очевидность является одной из основ мировоззрения. Если нечто не очевидно, оно отвергается как ложное. Но что может быть важнее очевидности?

**В** отрывке из Евангелия от Марка мы видим рассказ о том, как Иосиф и мирноносицы бережно, с большой любовью и почтением снимают со креста тело Спасителя. Все это происходит в свете очевидного провала того проекта, который в их сознании олицетворял собой их Учителя. Неслучайно Иосиф назван членом совета, ожидающим Царствия Божия. Люди порой не интересуются родственниками при жизни и уж тем более их телами после смерти, живя только тем, что выгодно им

самим. Однако для Иосифа, Никодима и мирноносиц в общении со Христом были важны не собственные перспективы, все это они делали из любви к Учителю и верности Ему. Окружающие могли решить, что это бессмысленно и о казненном преступнике лучше не думать, чтобы не навлечь на себя подозрения. Однако, несмотря на все внешние очевидности, верность опыту общения со Христом, которая наполняла их сердца, была для них важнее всего. И ответ Христов не заставил себя долго ждать, т.к. самые верные, вернувшиеся ко гробу при первой возможности, стали свидетелями воскресения.

**В** нашей жизни вера редко опирается на



Комментирует священник Стефан Домусчи

очевидность, потому что Бог очень деликатен с нами и уважает нашу свободу. Однако наша вера сегодня – это не просто уверенность в правильности каких-то утверждений, но и вера тем людям, которые когда-то пережили опыт встречи со Христом, воскресшим после страшной казни. Они показали, что не все можно увидеть глазами и не менее важно развивать сердечное, духовное зрение, ведь только оно позволит увидеть присутствие Бога в мире.

**?** Подскажите, когда в этом году будет Радоница? Я заметила, что каждый год – в разное время. Я, как старшая в семье, всех родных оповещаю, и мы собираемся в Радоницу у мамы на могилке.  
Т.И. Сизова

**П** о традиции Радоница празднуется во вторник, который следует сразу после Фомина воскресенья. Именно в этот день посещают храм, а затем ходят на кладбище, убирают могилки. В этом году поминальный день Радоница приходится на 21 апреля. Для напоминания о дне поминовения:  
• Радоница в 2027 году – 11 мая;  
• Радоница в 2028 году – 25 апреля;  
• Радоница в 2029 году – 17 апреля;  
• Радоница в 2030 году – 7 мая.

ВОПРОС – ОТВЕТ КОГДА ПРАЗДНУЕТСЯ РАДОНИЦА



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

Ветровка – прекрасный выбор для неустойчивой погоды поздней весны. Лёгкая ветровка и от прохладного ветра защитит, и не займёт много места в сумке, если солнышко начнёт сильно пригревать.

**В** этом сезоне в моде ветровки самых разных конфигураций. Но основной принцип всех моделей – сочетание комфорта и функциональности. Очень важно, чтобы ветровка была максимально удобна, только тогда она будет выглядеть по-настоящему стильно и модно.

## Основные трендовые модели этого года

### Бомбер оверсайз

Бомбер давно уже стал классикой, любимой и мужчинами, и, конечно, женщинами. При всей своей брутальности бомбер легко вписывается в самые женственные образы, ничуть не добавляя им маскулинности. И романтик, и кежуал, и, разумеется, спортивный стиль принимают бомбер как свой естественный «ингредиент».

В этом году в моде бомберы оверсайз. Самые трендовые материалы сезона – кожа и замша, нейлон, атлас. Модели из атласа, с шелковистым блеском, могут вписаться даже в вечерний гардероб. Нейлоновые бомберы – классика спортивного стиля, легкие и практичные. Варианты из кожи и замши – очень красивые модели для тех, кто предпочитает более строгий стиль.

# Выбираем ВЕТРОВКУ на весну



### Куртка рабочего

Утилитарный стиль этих моделей, простой и лаконичный, сделал их вполне достойной альтернативой классическому тренчу. Плотный хлопок, прямой крой, крупные накладные карманы, контрастный воротник (из кожи, замши, вельвета) – эти вполне маскулинные детали совершенно очаровательно смотрятся в сочетании с максимально женственными вещами: платьями, юбками, нежными блузами. И конечно, вполне естественны сочетания с джинсами, футболками, худи – как минимум это удобно.

### Модели с воротником-стойкой и воротом-трубой

Такие модели стали популярными в тот же день, когда появились на модных подиумах. Что совсем не удивительно, ведь минимализм в большой моде, а эти ветровки можно носить без шарфа, ведь высокий воротник прекрасно защищает от ветра – еще один плюс к желанному (и актуальному) комфорту. Кроме того, воротник-стойка добавляет сдержанности и даже некоторой закрытости образу. Если этот штрих кажется излишне строгим, его легко можно «разбавить» легкими женственными вещами: платьем, юбкой, сарафаном.

## Кстати А какой длины?

Актуальная длина ветровок в этом сезоне – короткие или средней длины. Даже куртке рабочего, которая обычно опускается ниже бедер, лучше бы остановиться до.

### Ветровка на молнии

Лаконичные модели на молнии с небольшим воротником (отложным или стойкой) – это универсальное решение на каждый день. Такие ветровки могут быть выполнены из плотного хлопка с пропиткой или нейлона. Простота формы и отсутствие активных логотипов позволяет комплектовать их буквально с чем угодно: с джинсами и брючками, с платьями и сарафанами, с юбками любой длины (вплоть до макси), с балетками и даже с лодочками на небольшом каблучке. Именно контраст такой «спортивной» ветровки с женственными вещами выглядит очень свежо и достаточно функционально.

Светлана ИВАНОВА

### Актуальные принты

Особо модные принты сезона: «зебра», «замша», а также рисунки, отражающие любовь к активному отдыху (походные).

Пингвины давно стали символом Антарктики, её стражами и хранителями. Это удивительные, очень красивые птицы. Пингвины приспособились к экстремальным условиям жизни и развили необычные поведенческие стратегии.

# Удивительные ПИНГВИНЫ



**1** Императорские пингвины размножаются в разгар антарктической зимы, когда температура может опускаться ниже -40 °С, а ветер достигает ураганной силы. Самец после откладки яйца остаётся один и в течение примерно двух месяцев удерживает его на лапах, не питаясь и почти не двигаясь, чтобы сохранить тепло и не допустить гибели эмбриона. Даже кратковременный контакт яйца со льдом может привести к его замерзанию. Как называется специальная кожная складка, прикрывающая яйцо?

- а) Брюшная складка. б) Выводковая сумка.  
в) Защитный карман.

**2** Пингвины – одни из самых быстрых ныряльщиков среди птиц. Их тело имеет обтекаемую форму, плотные кости уменьшают плавучесть, а крылья эволюционировали в мощные ласты. Во время охоты они могут резко менять направление движения, преследуя косяки рыбы, и использовать струи пузырьков для снижения сопротивления воды. Какую максимальную скорость могут развивать пингвины под водой?

- а) 18 км/ч. б) 36 км/ч. в) 52 км/ч.

**3** Хотя внешние условия обитания пингвинов, как правило, ассоциируются с холодом, некоторые их виды живут в регионах с тёплым климатом. Эти виды пингвинов приспособились к жаре за счёт особенностей кровообращения и поведения: например, они держатся в тени скал и даже расправляют крылья для дополнительного охлаждения. Где обитает самый северный вид пингвинов?

- а) Индонезия. б) Галапагосы. в) Шри-Ланка.

**4** Чтобы пережить экстремальные холода, пингвины собираются в большие плотные группы, иногда насчитывающие тысячи особей. При этом они постоянно медленно перемещаются: особи с внешнего края постепенно продвигаются внутрь, а те, кто согрелся в центре, уступают место другим. Такая «живая система» позволяет снижать теплопотери и экономить энергию в условиях сильного ветра. Как называется подобное поведение птиц?

- а) Термогруппировка. б) Скучивание.  
в) Ротация.

**5** Во время линьки пингвины полностью теряют старые перья и на время остаются без защитного водоотталкивающего слоя. В этот период они не могут заходить в воду и добывать пищу, поэтому заранее накапливают значительные жировые запасы. Линька проходит быстро, но сопровождается заметным снижением активности. Сколько может длиться этот период у крупных видов?

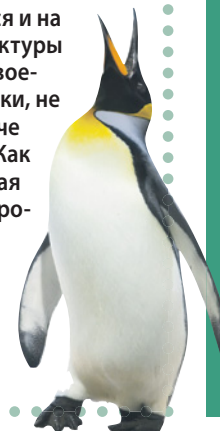
- а) Несколько часов.  
б) Несколько дней.  
в) Несколько недель.

**6** Императорские пингвины способны нырять на глубину более 500 метров и находиться под водой до 20 минут. Их организм при этом экономит кислород: сердечный ритм замедляется, а кровоснабжение перераспределяется к жизненно важным органам. Как называется такое физиологическое состояние?

- а) Брадикардия. б) Гипоксия.  
в) Анабиоз.

**7** Пингвины ловят скользкую добычу (рыбу и криль) с помощью клюва, внутренняя поверхность которого покрыта направленными назад шипами. Такие же выросты находятся и на языке. Эти структуры работают как своеобразные крючки, не позволяя добыче выскользнуть. Как называется такая особенность строения?

- а) Роговые шипы. б) Костные пластины.  
в) Хрящевые зубцы.



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 АПРЕЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 АПРЕЛЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Хорошая организация – залог успеха Овнов. Важная задача этой недели – успеть побольше, а лучше все. Вас ждет признание на работе, успех, решение сложных дел, приятное общение с любимым человеком. Выходные посвятите укреплению личных связей и отдыху.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Расположение звезд ведет Тельцов к нестабильному внутреннему состоянию. Не поддавайтесь манипуляциям, вам могут навязать свое мнение и сбить с толку. Если вы находитесь в растерянном состоянии, отдохните. Не стоит показывать всем напускной оптимизм.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Все будет способствовать тому, что Близнецам нужно развлечься. Дела отойдут на второй план, желание что-то решать сойдет на нет. Найдите повод, чтобы хорошо провести время. Постарайтесь проявить лучшие черты характера, протяните руку помощи, если нужно.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Неделя подарит Ракам много приятных моментов, прежде всего связанных с близкими и любимыми. Атмосфера располагает к отдыху, романтике и прогулкам. Начало недели благоприятно для рабочей деятельности. Ближе к выходным подарите себе немного приятных моментов.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Главная задача у Львов на грядущей неделе – действовать исключительно в своих интересах. Многие почувствуют на себе давление со стороны. Не поддавайтесь на манипуляции против вас, если уверены в своей правоте. Отстаивайте свою позицию и не давайте себя в обиду.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Девам самое время начинать новые дела и процессы. Даже те, которые казались невыполнимыми. Все внимание руководства и партнеров приковано к вам, посещайте светские рауты, деловые обеды. Так вы укрепите свои позиции для дальнейшего успешного развития.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Весам нужно подготовиться к встрече с новыми людьми, которые могут стать важными в вашей жизни. Возможно, вы найдете новых друзей. Хорошее время скорректировать цели и приоритеты. Не забывайте о позитивном настрое и обращайтесь меньше внимания на неурядицы.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Расположение звезд влияет на ритм жизни Скорпионов. В первую очередь вы можете почувствовать упадок сил и плохое самочувствие. Аккуратно относитесь к своей жизненной энергии. Лучшим вариантом будет провести время в спокойной атмосфере.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Хороший период во всех сферах жизни ожидает Стрельцов. На профессиональном уровне у вас царит стабильность. Руководство настроено положительно, с вашим мнением считаются. Коллеги поддерживают. В семейных отношениях все спокойно и наполнено доверием.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Ум Козерогов будет работать на полную мощность. Вы будете способны решить сложные задачи, которые раньше казались неразрешимыми. Возможно, вы найдете подход к решению проблем, который откроет вам новые возможности в карьере или личной жизни.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбам в какой-то момент будет казаться, что они управляют ситуацией, а порой придется полагаться на волю звезд. Неделя будет насыщенной, но не всегда вы сможете оказывать влияние на происходящее. Самое оптимальное – проявлять активность там, где это требуется.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Для многих Водолеев эта неделя будет связана с эмоциональными нагрузками. Вы испытаете более сильные эмоции, чем обычно. Будет достаточно даже малого повода для бури чувств. Не поддавайтесь искушению закатыть скандал или манипулировать эмоциями.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

- Непроизвольное раскрытие рта.
- «Верблюдозаправочная станция» в пустыне.
- Норвежский драматург, автор пьесы «Пер Гюнт».
- Профессия Кузьмича в кино.
- Французский писатель, поведавший нам о приключениях Пантагрюэля.
- Лавка, где торговали зерном.
- Группа строчек в статье.
- Контурное изображение предмета, очерченный силуэт.
- Селедочного роду-племени.
- Сушеный белый виноград.

Ответ: 1. Зевок. 2. Оазис. 3. Ибсен. 4. Егерь. 5. Рабле. 6. Лаваз. 7. Абзац. 8. Абрикос. 9. Иваси. 10. Сабза.

**ВСЁ ОБО ВСЁМ**

Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

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

**Мы предлагаем:**

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

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

**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.

**НЕДВИЖИМОСТЬ**

■ 8 (977) 410-44-07 Продам дом с участком в пгт Покровское ул. Лесная, 21 (80 км от Орла). Дом 62,8 м² (кирпич + щит): 4 сп., кухня, утепленная веранда, подвал, пластиковые окна; газ, вода, туалет. Участок 11 соток огорожен. Ворота для авто, всепогодный подъезд. Собственник. Тел.: 8 (977) 410-44-07. Возможен обоснованный торг!

**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

**ПОШИВ ОДЕЖДЫ**

■ ФКУ ИК-11 УФСИН России по РМ предлагает услуги по изготовлению швейной продукции из материалов заказчика – спецодежда (костюмы, куртки (муж./жен., летн./утепл.). Объемы, сроки изготовления – договорные. Условия поставки: самовывоз со склада изготовителя. Цена договорная (НДС не облагается). Тел.: 8 (834) 572-25-83

**СООБЩЕНИЯ**

■ Зачётная книжка 230511, выданная ОГУ им. Тургенева, г. Орёл на имя Новиков Иван Романович, в связи с утерей считать недействительной.

**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**


- Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка:  
ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400 000000225, 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.

**ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:**

**8 (903) 792-47-73**

Исправление дефектов речи	Немецкий "сударь"	Бесшабашный задор и бравада	Шарм лидера	Дворец в составе Эрмитажа	Южный знак на веники	Удержанная при расплате сумма	Народный артист СССР ... Канчели	Липовый подпоручик у Тынянова	Яркие вспышки света	"Плот" усталого пингвина	Причал на волнорезе	Жена Садко	Монета в Швеции	Морская сельдь
			В глазах в темноте расширяются				"Древко" штанги тяжелоатлета	Король, отец Реганы и Корделии				Горянка в "Герое нашего времени"		
Выигранная награда	Национальный сапожок у татар				Адам ..., которого читал Онегин	Кормовой лишайник из рода кладония				Земля на западе Германии				Актер ... Лето
			Переправа на быках, но не рогатых					Там жила Пенелопа		Порт на Азовском море	Ласковое слово к младенцу	Буква сразу после буки		
... идут, контора пишет	Дракон в китайских мифах			Истома киски на солнышке	Никльби в романе Диккенса			Враг Рикки-Тикки-Тави					Подруга Пчеленка в мультфильме	Жена Шурика в кино
			Сатирик и сценарист Аркадий ...					Фрикасе из кролика с овощами				См. фото	Белорусский грузовик (аббр.)	
Восточная сладость	Формат mp4	Снежный человек Тибета										Там вода становится электричеством		
"Покрывало" на голове наоборот	"Дитя не плачет, ... не разумеет"	Дон, последняя кинороль Высоцкого		Писатель XIX века Генри Дэвид ...				Фасон ворота рубашки	Чрезмерное напряжение, усилие	Знакомая Нильсу гусыня	Курагина у Толстого			
Электрический борец с комарами						Баранки в автомобилях	Инжир иначе		Тушеное мясо в остром соусе					
Писатель из Бразилии				Веслоногие пернатые										
Большой ... в Колорадо	Любитель драм на сцене					"Смотрелка" сквозь дверь								
				Никто ее не пугает, а она вся дрожит				"Густая вода" реки в начале зимы						



ТЕЛЕК	У	Л	К	Ш	У	Н	И	С	О	Н	О	Ч	Н	У	Х
Х	О	Е	У	Ц	У	У	В	Д	Л	В	Э	Л	Л		
К	А	У	Ш	И	П	К	Л	О	К	Л	У	В	У	В	
В	Ц	У	Ц	У	Н	У	Ф	Д	О	Л	У	И	Ш	К	Ф
Н	Э	У	Е	У					Х	У	В	К	В		
И	А	И	У	К	У	В			И	Т	Э	И	У	К	И
Э	У	В	У	Л	У	Н			Н	И	И	У	У	У	У
Ж	У	В	К	У	И				Ш	Н	У	У	У	У	У
И	У	В	В	У	У				Т	С	О	У	У	У	У
С	А	В	У	С	Ч	У	У	У	Э	У	У	У	У	И	У
У	У	У	У	У	У	У	У	У	Ж	И	К	У	У	У	У
У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У
И	Х	О	Ц	О	Ц	У	К	О	В	Т	С	У	А	У	У

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Вы можете оформить подписку на 2-е полугодие 2026 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**  
Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2026 года\*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
342,71 ₺	685,42 ₺	1028,13 ₺	1370,84 ₺	1713,55 ₺	2056,26 ₺

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

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

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

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

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

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

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



**П2912**  
«ТЕЛЕК Черноземье»



**ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

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