

Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№02
(250)

ТВ-программа с 16 по 22 января 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

35

КАНАЛОВ

ТВ

ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КРЕЩЕНИЕ
ГОСПОДНЕ

стр. 27

ДАРИТЕ
ЛЮБИМЫМ
КОМПЛИМЕНТЫ!

стр. 4

ВАЛЕРИЯ ЛАНСКАЯ

ВАЖНО СЛЫШАТЬ
И ЗНАТЬ, ЧТО ТЕБЯ ЛЮБЯТ!

стр. 2

ЗИМНИЕ
ЮБКИ
НА ЛЮБОЙ
ВКУС

стр. 28

БЕРЕЖЁМ
ЛИЦО
ОТ ВЕТРА
И МОРОЗА

стр. 9

5 РЕЦЕПТОВ
ДЛЯ СЕМЕЙНОГО
УЖИНА

стр. 8

12+

Фото Лиды Марковой

ISSN 2618-933X



9 772618 193373 23002

Валерия Ланская из тех актрис, которые умеют всё: играть, петь, танцевать, перевоплощаться в образ настолько, что можно и не узнать.

Она успевает сниматься в кино, выходить на подмостки сразу трех театров, гастролировать с концертами и преподавать в институте. Как она вписала в свой график еще участие в проекте «Ледниковый период» – загадка. Поэтому первый вопрос при встрече с актрисой был на эту тему.

Каток предпочла сцене

– Валерия, поделитесь с нашими читателями секретом, как можно успеть всё вышеперечисленное, когда в сутках 24 часа и хотя бы 5 из них должны уходить на сон...

– Во-первых, это вопрос самодисциплины, четкого планирования. Во-вторых, все мои занятия не всегда идут в параллели, для этого и существует планирование. Другое дело, когда возникают неожиданные предложения, как это случилось с шоу «Ледниковый период», и ты действительно вынужден был как-то перекраивать график или даже от чего-то отказываться.

– От чего, если не секрет, отказались, когда вам предложили участвовать в ледовом шоу?

– От нового спектакля, в котором хотела играть. Но желание участвовать в «Ледниковом периоде» победило. Я сделала выбор и не пожалела об этом.

Говорим и танцуем на одном языке

– Можно сказать, что вы долгожитель этого проекта, третий раз принимаете в нём уча-

Валерия ЛАНСКАЯ:

Важно слышать и знать, что тебя любят



стие. Первые два раза катались в паре с Алексеем Язудиным, теперь у вас в партнёрах – Роман Костомаров. С кем из них работать сложнее? Характеры у обоих не подарок.

– На самом деле психологически работать было со всеми легко и приятно.

Но с Романом мне кататься легче, потому что он танцор, выступал с Таней Навкой в танцах на льду, а Алексей был одиночником. Поэтому он вместе со мной учился всем подержкам.

– С Романом, стало быть, быстро нашли общий язык?



– Довольно быстро. Все очень удивляются, как он мягко со мной и предупредителен. Хотя, действительно, Роман требовательный, жесткий, но я сама очень требовательна к себе, поэтому мы сошлись. И поэтому редко слышу от него в свой адрес какое-то недовольство. Он меня и хвалит, и поддерживает, мы говорим и танцуем на одном языке.

– Не поверю, что всё в проекте было так гладко. Трудности всё равно неизбежны...

– Самое энерго- и времязатратное – это выбрать подходящую музыку, которая бы нравилась и откликнулась. Тем более, если учесть, что съемки шли два дня подряд, и приходилось придумывать два номера в неделю, а не один, как

это было раньше. И надо найти в себе ресурсы найти нужную музыку и сюжет, придумать что-то уникальное. При этом стоит не забывать, что в параллели у меня работа в театре, кино, концертная и преподавательская деятельность. Было очень сложно.

О театре, концертах и преподавании

– Расскажите читателям, над чем ещё сегодня работаете? Где вас можно увидеть?

– В Театре оперетты, где играю в нескольких мюзиклах, в театре «Школа современной пьесы», в Театре Мюзикла. Еще у меня активная концертная деятельность, выступаю с оркестром, веду много разных мероприятий. Еще впервые взяла курс в РАТИ (бывший ГИТИС, – Прим. ред.), где занимаюсь со студентами несколько раз в неделю по 6-7 часов. Мне очень нравится, хотя, когда весной мне сделали такое предложение, долго думала, оттягивая решение. Теперь не жалею, что согласилась. То, чему учу студентов, потом самой помогает в работе.

– Что в первую очередь хотите донести до учеников?

– Мы занимаемся пока азами, основой профессии. Несмотря на то что это музыкальный факультет, в дипломе у ребят будет написано «артист музыкального театра». Поэтому я делаю акцент на драматическое искусство, потому что музыкальный театр не может существовать без драматической основы. Ребята должны стать полноценными артистами, которые еще умеют и здорово петь.

Мало хорошего кино

– Вы ничего не говорите про кино, в то время как, знаю, много снимаетесь...

– Это действительно так. Но многое из того, что снято, пока лежит на полках Первого канала и ждет своего часа. К сожалению, в последнее время мало хорошего кино, интересных предложений. Меня это долгое время беспокоило. Но некоторое время назад что-то во мне изменилось, стала легче к этому относиться. Возможно, потому что много другой любимой работы, где я себя реализую. И мне это эмоционально достаточно. Конечно, если появится какое-то интересное кино, отличный сценарий, я с радостью окунусь в эту историю.

– При такой загруженности на работе, время для семьи как находите?

– Каждую свободную минуту стараюсь проводить с ребенком. Он уже ходит в школу, занимается в разных кружках, и круг его интересов обширен.

– На коньки не пробовали ставить?

– И не раз, но пока ему это неинтересно. Больше нравятся занятия гимнастикой или самооборонной, серьезно занимается плаванием.

Наталья АНОХИНА

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Самое главное – максимально позитивно, несмотря ни на что и вопреки всем трудностям, смотреть на жизнь. Избегать каких-либо конфликтов с близкими и чаще говорить им добрые слова, признаваться в любви, хвалить и не стесняться это делать. Потому что это очень важно – слышать и знать, что тебя любят.



ПОДРОБНОСТИ

– Мы с вами общаемся накануне самого волшебного праздника. Как обычно встречаете Новый год?

– Мы всегда отмечаем его в загородном доме большой компанией: моя семья, семья сестры, мамочка. Приглашаем друзей. У нас очень гостеприимный дом. Зажигаем в доме камин, на улице мангал... Уютно, вкусно, и все в любви.

– Часто удаётся выбирать за город, на воздух?

Место силы

– Хотелось бы больше. Этот дом, участок вокруг него – мое место силы, и когда у меня появляется свободный день или хотя бы половина дня, сразу еду туда, одна или с ребенком. Меня перезаряжает это место, мой дом, прекрасный зимой и летом.

– Наверное, разводите летом цветы? Слышала, вы

большая любительница этого дела...

– Я действительно давно занимаюсь цветами, в нашей квартире все подоконники в растениях, я очень люблю их сажать и ухаживать за ними. А летом я «отрываюсь» в саду. Здесь наши обязанности с мамой распределяются: она занимается больше огородом, я – цветами.

Мария Луговая в одном сериале сыграла 16 ролей

На Первом канале в 2023 году состоится множество премьер. Планируется, что в эфир выйдет и сериал «Нинель» режиссера Сергея Краснова.

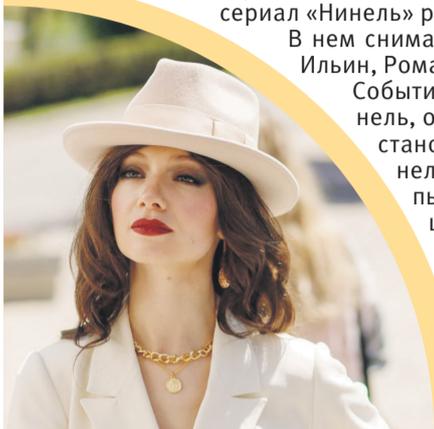
В нем снимались Мария Луговая, Александр Лазарев, Владимир Жеребцов, Андрей Ильин, Роман Маякин, Нил Кропалов, Дарья Михайлова и другие артисты.

События в сериале происходят в конце прошлого столетия. Главная героиня Нинель, обладающая уникальным актерским талантом, ради спасения своего отца становится напарницей известного афериста. Пока милиция бездействует, Нинель, перевоплощаясь в разных людей и вводя в заблуждение окружающих, пытается провести собственное расследование и доказать невиновность отца...

Большая часть съемок проекта прошла минувшим летом в Пятигорске. Специально для проекта на горе Горячая построили летний кинотеатр «Машук». Действие сериала разворачивается в 80-е, поэтому кинотеатр нужен был не современный, а ретро.

Сложнее всего пришлось Марии Луговой, которая за время съемок перевоплотилась в 15 персонажей, не считая саму героиню Нинель.

Фото Первого канала



Откройте, «Военная полиция»!

В 2023 году на телеканале НТВ состоится премьера остросюжетного боевика «Военная полиция». Герои – военные из отряда специального назначения, чья задача – поймать шпионов, которые хотят проникнуть в государственные структуры. Главные роли сыграли Александр Половцев, Дмитрий Паламарчук, Бекарий Цулукидзе, Артём Алексеев, Владимир Лесных, Андрей Родимов и Елизавета Нилова. Готовясь приступить к съемкам, актеры занимались с сотрудниками спецназа ФСБ: осваивали приемы рукопашного боя, учились обращаться с оружием. Много сцен снимали и в воде. Тяжелее всего пришлось Елизавете Ниловой, чья героиня по сюжету спасает свою жизнь в водах Балтийского моря. Сцену снимали в озере. Актриса призналась, что в такие моменты очень помогал режиссер картины Владимир Койфман.

– Даже когда Нилова падает – он всегда поднимет, обнимет и найдет именно те слова, которые необходимы, чтобы двигаться дальше! – говорит она.

Фото PR НТВ

Дмитрий Ульянов попал в переделку

Актер Дмитрий Ульянов снимается в многосерийном фильме «Очень синяя борода» для телеканала НТВ. Его герой – бизнесмен Виктор Ветров – попадает в сложную ситуацию: пропадает его жена, которую затем находят мертвой. Следственные органы считают, что преступление совершил маньяк. И теперь подозрение падает на Виктора. Жизнь идет под откос. Но вскоре на его пути встречается бывшая возлюбленная Инга, которая теперь работает следователем. Вместе им предстоит пройти сложный путь, найти преступника и отстоять личное счастье.

Фото PR НТВ



Вячеслав Макаров готовится к новому шоу

Телеканал НТВ готовит для своих зрителей очередной сюрприз: новый сезон легендарного шоу «Маска». Напомним: это музыкальное состязание звезд (певцов, актеров, шоуменов, блогеров и спортсменов), скрывающихся за масками. Суть шоу состоит в том, чтобы не только насладиться номерами, но и попытаться угадать: кто находится на сцене? Четвертый сезон передачи стартует в феврале. Пока все подробности держатся в тайне – известно лишь, что ведущим новой «Маски», как и прежде, будет шоумен и певец Вячеслав Макаров.

Фото из личного архива Вячеслава Макарова



«Сердце пармы» покоряет Австралию

В австралийском Мельбурне прошёл кинофестиваль «Russian Film Festival». Он был приурочен ко дням российского кино. В прошлые годы из-за пандемии фестиваль проходил в онлайн-формате, в этот же раз состоялся офлайн.

В эти дни аудитория увидела новый хит российского кинопроката – драму «Сердце пармы» режиссера Антона Мегердичева. Международный потенциал этой киноленты эксперты считают высоким – оригинальный сюжет, батальные сцены, переплетение истории и древних легенд могут покорить и зрителей.

Также в рамках фестиваля был показан драматический триллер «Одна» Дмитрия Суворова и комедия «Молодой человек» Александра Фомина.

Фото «Централ Партнершип»



Стоматология «КРОНВЕРК»



ОДИН ИЗ ЛУЧШИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

по съемным зубным протезам работает в нашей клинике!



40-летний опыт + современные материалы = **ОТЛИЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**



«ГОРЬКОВСКАЯ», УЛ. КРОНВЕРКСКАЯ, Д. 1

+7 (960) 233-11-11

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



РЕКЛАМА

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АКАДЕМИЧЕСКИЙ
ТЕАТР КОМЕДИИ
ИМЕНИ Н.П. АКИМОВА

Комедии

AKIMOVKOMEDIA.RU

АЛЕКСАНДР ОСТРОВСКИЙ

ЛЕС

28 и 29
ЯНВАРЯ

12+

РЕКЛАМА

ПРЕМЬЕРА

СЕКРЕТ УСПЕХА

Вопросы на собеседовании: в чём подвох?

Часто на собеседовании задают «неудобные» вопросы, цель которых – посмотреть, как быстро вы адаптируетесь, можете ли творчески мыслить и так далее. Нужно заранее подготовиться.



Расскажите о себе...

Цель такого вопроса – узнать о приоритетах соискателя. Не стесняйтесь уточнить: «О чем именно вы хотели бы услышать?» Разумеется, интервьюер не интересуется вашей коллекцией виниловых пластинок, ему важнее ваш деловой образ.

Расскажите о своих недостатках...

Тот случай, когда излишняя самокритика ни к чему. Лучше назвать «нейтральные» недостатки. Например: «Иногда я слишком увлекаюсь выполнением задания и ничего вокруг не замечаю».

Желаемый уровень зарплаты

Компания проверяет, может ли вас «купить». Тенденция последних лет такова: кто первым назвал сумму – соискатель или интервьюер – тот в проигрышной позиции.

Если бы вы были мультипликационным персонажем, то каким и почему?

Если вам задают «глупые» вопросы, значит, хотят узнать, как вы умеете действовать в нестандартной ситуации. Не отказывайтесь отвечать.

Почему вы хотите работать именно в нашей компании?

Если окажется, что соискатель вообще ничего не знает о компании, в которую устраивается, это сыграет против него. Поэтому важно перед собеседованием изучить сайт будущего места работы, почитать новости об этой компании, ценностях, которые в ней поддерживаются.

Мужчины, как правило, считают, что комплименты сильно переоценены.

Однажды в начале отношений сообщил женщине, что она красива, – и этого должно хватить на всю оставшуюся жизнь. А женщина между тем устроена так, что именно недостаток комплиментов может сделать ее исключительно несчастливой.

Почему это важно

Что такое женская энергия в семье? Это поддержка для всех, кто в ней нуждается. У мужа неприятности на работе – жена с помощью вкусного ужина и ласковых слов поможет снять напряжение и взглянуть на проблему иначе. Ребенок расстроен из-за ссоры с другом или плохой оценки – мама поможет разобраться со сложной задачей и даст совет, как восстановить отношения. Для всего этого нужна энергия, ведь женщина – отнюдь не вечный двигатель, который может автономно работать годами. Энергию она черпает из заботы и комплиментов. Видите, что жена приуныла? Подзарядите ее «батарейку» добрыми словами и искренним восхищением.

Живительная сила комплиментов



Соблюдаем правила

Говорим искренне

Если мужчина ежедневно будет выдавать заученный текст скороговоркой: «Ты уменясамаялучшаякрасиваяипрекрасная!», эффект окажется прямо противоположным. Потому что женщина поймет, что делаете вы это для галочки или, что еще хуже, в качестве подкупа. Поэтому первое правило: комплименты нужно говорить искренне, восхищаться от всего сердца.

Хвалим по делу

Фразы типа «Лучше тебя нет никого на свете» или «Ты самая красивая в мире» хороши только на стадии ухаживания. Потом они становятся общими. Вы же не первый год вместе! Можно было заметить что-то более

конкретное. Например, если мужчина видит, что жене удалась прическа или она скинула пару килограммов. Все, для чего она прилагала усилия, должно быть оценено близким человеком.

Создаём общую тайну

Когда люди долго живут вместе, у них вырабатывается «тайный код» из слов и жестов, понятный только им двоим. Он позволяет намекнуть любимому человеку на какое-то приятное событие в прошлом так, чтобы никто вокруг не догадался. Намеком может быть включенная потихоньку музыка со свидания, когда прозвучало первое признание в любви. Это может быть цитата из любимого фильма, которая много значит и так далее. Такие тайные послания объединяют двоих людей крепче, чем надписи «Я тебя люблю» на тротуаре под окном.

Чего не стоит говорить

Мы уже предупредили о недопустимости общих фраз и заученных выражений. Теперь поговорим о том, что еще не стоит говорить женщине, если нет задачи рассориться с ней раз и навсегда.

Комплименты одежде

«Эта кофточка на тебе отлично сидит!» или «В этих брюках ты стала стройнее на 10 кг». Такие фразы говорят женщине, что сама по себе она не очень, но с помощью хороших вещей это можно исправить. Согласитесь, не очень приятно... Лучше сказать, что женщина сегодня выглядит восхитительно и глаза ее сияют как-то по-особенному.

Комплименты возрасту

«Хотелось бы мне через 10 лет выглядеть так же, как ты в свои 50». Фраза, которая подчеркивает разницу в возрасте, плюс само упоминание возраста – не вариант для комплимента. Это тем более недопустимо, если говорящий не знает истинного возраста собеседницы. Можно легко попасть впросак, назвав 50-летнюю женщину гораздо моложе.

Комплимент как сравнение

«Ты такая стройная, не то что бывшая девушка твоего парня». Это выражение выдает в говорящем неделикатного и плохо воспитанного человека. Любые сравнения, даже с положительным оттенком, недопустимы.

На заметку

Какие похвалы льстят мужчинам

Мужчины тоже любят слышать в свой адрес комплименты. И вот что может их порадовать.

Слова про физическую форму

Если кто-то обратит внимание на развитую мускулатуру мужчины, он будет на седьмом небе от счастья!

Благодарность за заботу

Если он постарался порадовать женщину, приложил какие-то усилия, в ответ обязательно должны прозвучать слова благодарности и восхищения.

Выражение доверия

Мужчине важно знать, что женщина ему доверяет. Поэтому нужно подчеркивать это при каждом удобном случае.

Признание сексуальности

Каждому мужчине приятно слышать, что партнерша довольна им в интимном смысле. Это буквально окрыляет!

И в завершение напомним, что и комплименты в адрес мужчин должны быть искренними и не вымученными, иначе все усилия будут напрасными.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Обогнать Филеаса Фогга

Роман Жюль Верна «Вокруг света за 80 дней» был написан настолько ярко и убедительно, что читатели легко поверили в возможность такого путешествия. А некоторые даже взялись проверить. Через 17 лет после публикации 25-летняя американская журналистка Элизабет Кокрен решила повторить путь Филеаса Фогга и его спутников. Как и полагается репортеру, она официально зарегистрировала все этапы путешествия и регулярно отправляла отчеты в газету. Сам Жюль Верн следил за передвижениями искательницы приключений. Видимо, за прошедшие с момента публикации годы транспортная система значительно улучшилась, потому что Элизабет закончила путешествие за 72 дня.



Зачем пингвинам голые лапки?

Лапки у пингвинов очень напоминают утиные или гусиные.

Но самое главное – они голые, без шерсти, хотя пингвины обитают в гораздо более суровых условиях. Так почему же эволюция не позаботилась о том, чтобы согреть бедолаг? На самом деле это не так. Во-первых, вены и артерии в пингвинных лапах расположены близко друг к другу, поэтому горячая артериальная кровь согревает остывшую венозную. А во-вторых, температура лап чуть выше нуля по Цельсию позволяет пингвинам ходить по льду.



Загадочный Плутон

Плутон открыли лишь в XX веке. Год на Плутоне длится 248 земных лет, то есть прожить хотя бы один год на этой планете не смог бы ни один человек. Один день длится чуть меньше земной недели. Гравитация там такова, что 90-килограммовый человек весил бы на Плутоне около 5,5 кг. Однако там так холодно (средняя температура составляет -229 градусов), что вряд ли когда-нибудь туда ступит нога человека. И кстати, ученые не считают Плутон полноценной планетой.



Ужас с экрана

Сейчас при съемках ужасиков в ход идут компьютерные технологии, а полвека назад приходилось прибегать к более простым приемам. Например, в 1959 году на экраны вышел фильм «Тинглер» о пришельце из космоса, который проникал в позвоночник человека и начинал там паразитировать. В разгар сеанса экран гас, голос из динамика сообщал, что существо с экрана проникло в зал, и призывал сохранять спокойствие. А после этого кресла под зрителями неожиданно начинали вибрировать. Эффект был ошеломительный!

Светлана СИДОРЧУК

Как улучшить зрение всего за 5 минут в день?

Открытие, достойное Нобелевской премии!

«Всю жизнь проработала швеей. Зрение всегда было отличным. Но пять лет назад я заметила, что стала хуже видеть. С тех пор я начала стремительно терять зрение. Сейчас уже не только нитку в иголку вдеть не могу — все плывет. Даже собственные пальцы на вытянутой руке не вижу. Что дальше — слепота? А ведь мне еще и 60 нет! Страшно. Не хочу быть обузой родным...»

Таких людей с каждым годом становится все больше и больше. Поэтому мы решили серьезно разобраться в этой проблеме и выяснить, есть ли оно — лекарство от старости? И можно ли продлить молодость своих глаз?

БОЛЕЗНЬ КОРОТКИХ РУК

Первые неприятности со зрением, увы, начинаются уже в 45-50 лет. В один прекрасный день вы просто замечаете, что изображение кажется размытым. Буквы пляшут, сливаясь в одну строчку. И чтобы прочесть любимую газету, руку приходится отодвигать все дальше и дальше от глаз. Знакомая ситуация?

В народе это называется «болезнь коротких рук». Но это вовсе не болезнь, конечно, а естественный процесс. Такой же, как появление морщин и седых волос. Просто у кого-то это происходит быстрее, у кого-то — медленнее. Но рано или поздно, к несчастью, эта беда коснется всех нас. От нее, увы, не застрахованы даже люди с хорошим зрением.

А уж если есть хронические заболевания (такие, как, например, гипертония, диабет, шейный остеохондроз), дело и вовсе может закончиться разрушением сетчатки, помутнением хрусталика, а потом и слепотой.

Страшно! Но это вовсе не значит, что нужно смириться и опустить руки. Исправить ситуацию можно! Ведь современные технологии это позволяют. Причем без операции и в домашних условиях!

Еще мало кто знает, но ученые из Санкт-Петербурга разработали современный, уникальный по своим лечебным свойствам аппарат. Аппарат, который может помочь решить большинство проблем со зрением, — «Глазник»!

И сегодня мы хотим рассказать вам о нем. Ведь он без преувеличения может спасти чьи-то глаза и избавить ваших близких от необходимости ухода за инвалидом по зрению.

НОБЕЛЕВСКАЯ ПРЕМИЯ ЗА ИЗОБРЕТЕНИЕ

В 1964 году советский академик Александр Михайлович Прохоров получил Нобелевскую премию по физике за изобретение лазерных технологий. Это было по-настоящему гениальное открытие! Прорыв! Успешное применение лазера навсегда изменило медицину.

И на сегодняшний день лазерная терапия — это самый безопасный, а главное, эффективный способ лечения, который может помочь, казалось бы, даже в самых безнадежных ситуациях! Именно

такая технология и применяется в аппарате «Глазник».

«Глазник» — это новое слово в лечении заболеваний глаз! Создание этого аппарата по значимости можно сравнить разве что с первым полетом человека в космос!

В основе его работы лежит воздействие на глаза низкоинтенсивным монохроматическим лазерным излучением.

Раньше лечение лазером было доступно лишь в специализированных центрах, квоту в которые приходилось ждать годами. Или же в частных клиниках за большие деньги.

И только с появлением аппарата «Глазник» хорошее зрение стало доступно каждому! Тем более что лечиться им можно даже дома. Да и цена доступная!

Для одиноких людей с плохим зрением это настоящий подарок! Многие, кто уже прошел курс лечения, признаются: аппарат просто разделит их жизнь на до и после. «Глазник» в буквальном смысле открыл людям новый мир, полный ярких красок, ясный и четкий, без черных точек перед глазами и мутных пятен. А главное — почти все они смогли вернуться к нормальной жизни. Поразительно, но некоторые даже впервые за много лет увидели ясно лица своих родных! Согласитесь, это дорогого стоит. И уже никакими деньгами нельзя это измерить.

Думаем, вам будет интересно узнать, как же проходит лечение и как долго сохраняется эффект. Тогда читайте...

ЗАБУДЬТЕ О ТОМ, ЧТО БЫЛО РАНЬШЕ!

Забудьте все, что вы пробоvalи до этого. Ведь часто то, что нам рекомендуют, в лучшем случае только снимает симптомы и дает кратковременный эффект. Или же предлагают кардинальное решение, на которое не каж-



Внимание!
Остерегайтесь подделок!
Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100% гарантия, что вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



Кто-то довольствуется тем, что есть...



...а кто-то выбирает «Глазник»

дый решится, особенно если есть хронические заболевания. Но скажите честно, положила руку на сердце, у кого их нет после 50? То-то же!

Поэтому создатели аппарата «Глазник» пошли совсем другим путем. Во-первых, никаких сложных манипуляций. Для того чтобы начать лечение, достаточно просто надеть специальные очки и нажать кнопку. Минимум действий. Уж с этим справится любой. Процедура длится не более 5 минут!

Никакого риска! Гарантируем результат или вернем деньги!

Во-вторых, «Глазник» способствует разрастанию капиллярной сетки глаз. Больше капилляров — лучше питание тканей и кровотока. Это позволяет быстрее справиться с истощением глазных тканей и дистрофией.

Ведь именно это является первопричиной большинства глазных заболеваний! А как вы правильно понимаете, вовремя устранить причину — это уже 90% успеха в лечении любой болезни!

А для людей, страдающих диабетом, аппарат «Глазник» вообще незаменим. Ведь глаза для них — слабое место! Аппарат поможет справиться с главной проблемой — диабетическими сгустками в глазных капиллярах. И остановить потерю зрения.

«Глазник» также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые еще не атрофированы. То есть предотвращает дальнейшее ухудшение и, что важно, сохраняет здоровые участки.

В результате улучшается отток жидкости, диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, и происходит невероятное — функция нерва начинает восстанавливаться! Вы можете себе представить такое?!

Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фантастика! При этом многим, чтобы увидеть первые улучшения, требуется всего один курс процедур! А эффект от него держится длительное время!

КОМУ АППАРАТ «ГЛАЗНИК» МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

У этого аппарата очень широкий спектр применения. Вот только некоторые заболевания, с которыми он справляется ну просто на ура:

- глаукома (повреждение зрительного нерва при увеличенном внутриглазном давлении);
- катаракта (помутнение хрусталика);
- дистрофия, диабетическая ретинопатия и другие поражения сетчатки;
- частичная атрофия зрительного нерва;
- конъюнктивит (воспаление слизистой глаза);
- гнойное воспаление и герпес век;
- дистрофические заболевания и воспаления роговицы глаза;
- иридоциклит и хориоретинит (воспаление радужки и цилиарного тела глаза).

Уверены, многие из вас нашли в этом списке свой недуг. А после 45 лет мы советуем использовать «Глазник» для профилактики. Особенно если у вас есть хронические заболевания или кто-то из ваших близких родственников носит очки. Профилактический курс хотя бы раз в год поможет избежать огромных проблем в будущем. И пока ваши ровесники будут ходить по кабинетам, вы сможете видеть четко и наслаждаться всеми красками окружающего мира!

ОДОБРЕНО ПРОФЕССИОНАЛАМИ!

Аппарат «Глазник» — это настоящее сокровище! Он настолько уникален, что его даже нельзя ни с чем сравнить. Можно смело сказать, что пока аналогов у этого аппарата нет в России. И если уж говорить откровенно, за ее пределами тоже. Он особенный в своем роде!

И это не просто слова. Весь секрет в том, что для достижения качественного лечебного эффекта длина волны лазерного излучения должна быть 650 нанометров. Так вот, «Глазник» обладает такими параметрами. Просто поразительно, как такой компактный аппарат может давать такой эффект!

Теперь вы понимаете, почему среди профессионалов «Глазник»

получил самые высокие оценки! Его результатами были поражены даже заядлые скептики. Ведь, как показали исследования (на базе Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика И.П. Павлова), положительные изменения наблюдались в 89% случаев!

И это не просто цифры. За каждой из них стоят человеческие жизни! Только вдумайтесь: у 9 из 10 пациентов улучшилось зрение! 9 из 10! Представляете, насколько мощный лечебный эффект?!

Вы тоже хотите попасть в число этих счастливиц? Нет ничего проще. Специально для вас сейчас действует льготная федеральная программа.

ПРОВЕРЬТЕ, ЕСТЬ ЛИ У ВАС ЛЬГОТЫ

«Глазник» создан в России и защищен патентом от подделок.

Каждый пенсионер (повторяем, каждый!) при покупке аппарата «Глазник» попадает под льготную акцию «Результат или возврат денег». Если после проведения полного курса процедур результата не будет, вам вернут деньги! Вы абсолютно ничем не рискуете. Зато взамен получаете самое главное — ясное зрение!

Внимание! Льготный период ограничен, ведь бесконечно финансировать такие проекты просто не могут. Поэтому, если у вас плохое зрение и вы действительно нуждаетесь в лечении, не тяните время. Звоните прямо сейчас. Иначе ваша льгота просто пропадет или же ей воспользуются другие. Верните себе здоровье. И смотрите на мир своими глазами!

Телефон горячей линии для заказа:

8 (800) 333-17-38

Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**

Официальный интернет-магазин:

www.prodex.ru

433507, г. Димитровград, а/я 476

(В письме укажите свой номер телефона)

Также вы можете сделать заказ на **apteka.ru**

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. * Информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. * Акция действует с 02.11 до 06.12.2022г. ООО «Поток» ИНН 1660357143 / КПП 166001001 / ОГРН 1211600004550 Юрид.адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Доставка «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Для Фёдора Федотова, проснувшегося знаменитым после премьеры фильма «Серебряные коньки», прошедший год получился «урожаиным».

Работы столько, что спать приходилось в поездах, чтобы везде успеть. И хотя съемок было много, первая премьера случилась накануне Нового года...

Первые шаги – это всегда волнительно

– Фёдор, в декабре в прокате стартовал мультфильм «Щелкунчик и волшебная флейта», где вы подарили голос главному герою сказки – Принцу. Насколько знаю, это ваш первый опыт озвучивания...

– Да, и очень интересный. Не ожидал, что мне такой опыт предоставится. Было очень любопытно посмотреть, как делается озвучка, и тем более в этом поучаствовать.

– Первые шаги – это всегда непросто, волнительно. Что было сложнее всего?

– Сложность в том, что у меня было всего два дня на озвучку. Смотришь фильм и параллельно пытаешься понять, какой твой герой, как с ним разговаривать. И все это происходит здесь и сейчас. Другое дело, что озвучивание проходило в очень приятной обстановке. Режиссер не просто помогал, но с нами все обсуждал. Мы могли спокойно озвучивать свои идеи и тут же их воплощать. Что из этого получилось, судить зрителям.

Снялся в кино вместе с женой

– Какие ещё проекты с вашим участием мы увидим в этом году?

– Одна из ближайших премьер – 4-серийный фильм о Достоевском, в котором я снимался вместе со своей женой, актрисой Анастасией Грибовой-Федотовой. В январе прошлого года у нас родилась

Фёдор ФЕДОТОВ:

Общение с дочкой – чистое счастье

дочь, а уже через три недели мы с Настей вышли на съемочную площадку и сыграли в картине главные роли. Надеемся, что премьера произойдет этой зимой. Что любопытно: у меня была мечта сняться в кино с кем-нибудь из своих однокурсников. И так получилось, что первой из них оказалась моя любимая жена, с которой учились на одном курсе.

Еще на телеканале ТНТ ожидается третий сезон сериала «Мир! Дружба! Жвачка!». К этому проекту я подключился лишь в этом сезоне, первые два не видел, пришлось быстро их посмотреть и понять, что сериал мне очень симпатичен. С удовольствием работал над этой ролью, познакомился с ребятами, которые уже два сезона работали вместе, и был благодарен режиссеру Антону Фёдорову, который пригласил и утвердил меня на эту роль. У меня было полное с ним совпадение. Получилась очень счастливая история, которая, надеюсь, выйдет на экраны весной. Затем для Первого канала сняли картину «Любовь Советского Союза». Это подлинная история жизни звезды советского кино Валентины Серовой. Я играю молодого актера

Пашку Шпигеля, влюбленного в главную героиню.

Современный Юрий Деточкин

– Сейчас вы заканчиваете съемки в 6-серийной картине «Гнать», где вашими партнёрами по площадке стали Олег Меньшиков и Филипп Янковский...

– Партнеры у меня действительно суперпрофессиональные. В такой серьезной компании мы делаем серьезное кино, снимаем историю провинциального городка, где разворачиваются криминальные события. В них замешан молодой парень – автоугонщик по прозвищу Цыган, которого я играю. Цыган своего рода Робин Гуд: угоняет машины только у тех, кто, по его мнению, этого заслуживает. Так что мне много пришлось гонять на машине в кадре. Провел в ней всю осень и начало зимы...

В паре с чемпионкой мира

– Осень вы провели не только в машине, но и на коньках, стремительно

ворвавшись в середине проекта в шоу «Ледниковый период». Почему согласились параллельно участвовать в двух проектах?

– Изначально я отказался от участия в «Ледниковом периоде», правда, исключительно из-за занятости. В то время две картины с моим участием еще только заканчивали снимать, а сериал «Гнать» лишь начинался. Но когда чемпионка мира Евгения Медведева осталась без партнера, Илья Авербух мне снова позвонил. Попросил его поговорить с продюсерами сериала, где я снимался, и они, к моей радости, нашли общий язык. Мне важно было помочь Илье, Жене Медведевой, проекту, который любил и в котором в прошлом году даже выиграл в паре с замечательной Таней Волосожар. Когда все договоренности были достигнуты, я сразу включился в процесс и не просто не пожалел об этом, а даже подумал – сколько бы

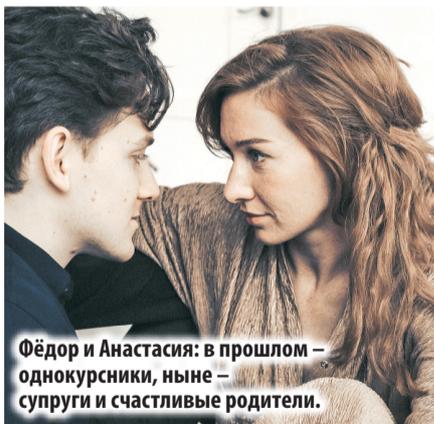
могли еще с Женей сделать, будь у нас чуть больше времени. Из-за моей загруженности все делали в авральном режиме. Но зато теперь с гордостью смотрю на трофей, который мы получили с Женей, заняв второе место.

– Со своими партнёрами по «Ледниковому периоду» поддерживаете отношения?

– С Таней Волосожар регулярно общаемся, интересуемся делами друга, делимся семейными радостями. Теперь и с Женей Медведевой на связи. Когда у нее был день рождения, праздновали все вместе.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю всем счастливого, доброго, благосклонного года! Здоровья и сил, чтобы сберечь себя и своих близких.



Фёдор и Анастасия: в прошлом – однокурсники, ныне – супруги и счастливые родители.



Одна из сильнейших пар «Ледникового периода» – Евгения Медведева и Фёдор Федотов.

ПОДРОБНОСТИ

– В начале нынешнего театрального сезона вы перешли служить из петербургского ТЮЗа в театр Ленсовета, уже сыграли в премьерном спектакле «Жизнь и мнения Тристрама Шенди»...

– Театр мне необходим. Именно он дает возможность профессионально расти, развиваться. И хотя я действительно теперь служу в театре Ленсовета, продолжаю играть и в ТЮЗе как приглашенный артист. ТЮЗ всегда в

«Театр никогда не оставлю»

моем сердце, как и социально-художественный театр (СХТ), который мы создали с моими однокурсниками. У меня в этом театральном сезоне времени на него очень мало, но все равно его не оставляю. В СХТ мы придумали новый формат встреч со зрителями, стали проводить киновечера. Сначала зрители смотрят фильмы, в

которых заняты артисты нашего театра, мои бывшие однокурсники, а после этого у них и создателей фильма я беру интервью. Мы провели три таких вечера, и вполне возможно, что в новом году продолжим этим заниматься.

– Фёдор, если у вас появляется время, как им распоряжаетесь?

– Весь день провожу с ребенком. Ульяне Фёдоровне 10 января исполнился годик. Для меня общение с ней – чистое счастье, отдушина. Рядом с ней я подзаряжаюсь и становлюсь абсолютно счастливым.

Наталья АНОХИНА

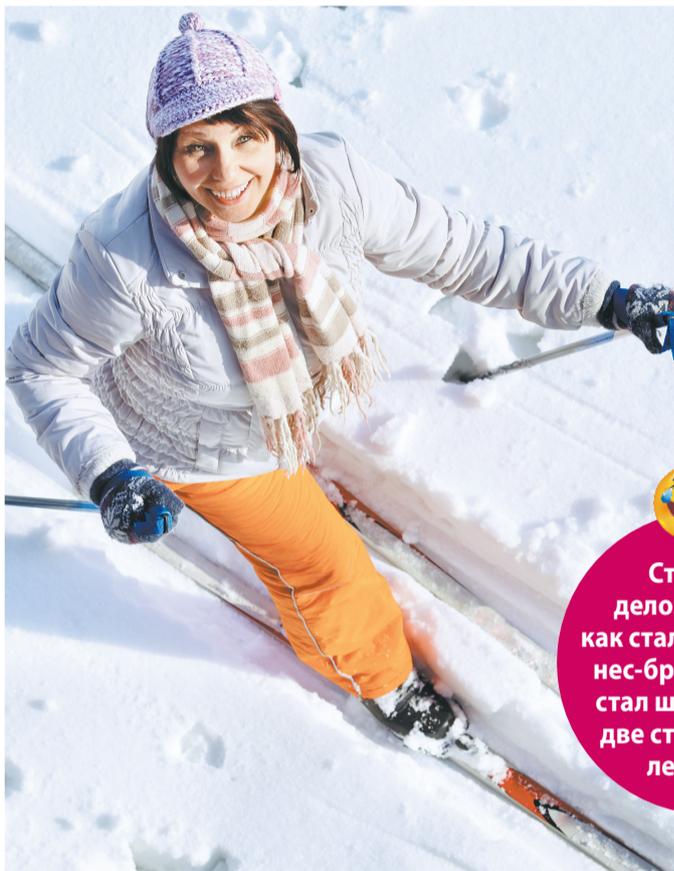
А вы знаете, что зимой организму в некотором отношении даже легче худеть, чем летом?

И самая главная причина, почему зимой мы поправляемся, заключается в том, что мы меньше двигаемся. Так чем можно себя занять, чтобы потратить больше калорий?

Домашние тренировки

Выходить из дома в сильный мороз или метель мало кому хочется. Но это не повод засесть перед телевизором и ничего не делать. Спортивные нагрузки обязательно получать только в фитнес-клубе. Можно устроить тренировку дома. Для начала – небольшая разминка. Выполните приседания, отжимания, выпады, упражнения на пресс («велосипед», «ножницы») и т.д. Все эти упражнения знакомы каждому с детства и не требуют какого-то дополнительного оборудования. Даже за 30-минутную тренировку вы и мышцы приведете в тонус, и калории потратите.

Больше движения – больше похудения



Театры, кино

А также музеи, выставки или поездки в другие города на экскурсии. Пища хоть и духовная, но заряжает энергией не меньше пищи телесной. И скука в это время вам точно грозить не будет, зато вы получите максимум движения и минимум еды.

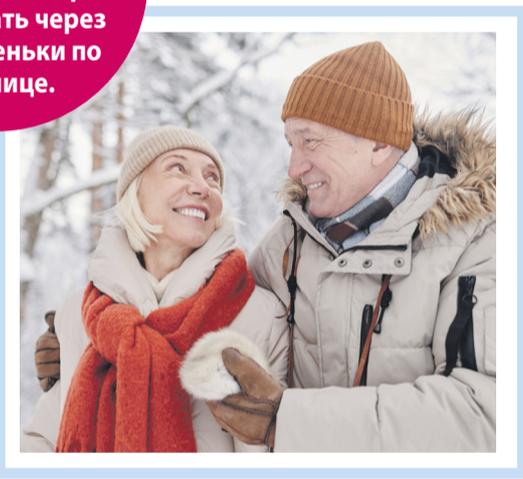
Больше света

Тяга к сладкому зимой может появиться из-за коротких световых дней и недостатка солнечного света. А сладкое содержит серотонин, поднимающий настроение, которого как раз и не хватает. Поэтому зимой так важно бывать чаще на солнце, включать больше искусственного света вечерами. И свободное время уделите себе и любимому хобби, благодаря которому также активно вырабатываются гормоны радости.

Странное дело: с тех пор, как стал носить фитнес-браслет, перестал шагать через две ступеньки по лестнице.

Прогулки

Когда погода благоволит, старайтесь больше гулять. Вы можете совершать прогулки одни, с детьми, внуками или с домашним питомцем. А можно пешую прогулку заменить катанием на лыжах или коньках. Кстати, за пешую прогулку вы потеряете порядка 300 ккал за час, а на лыжах и коньках – от 300 до 600 ккал. Самое главное, чтобы одежда была комфортной и по погоде.



Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Статика и динамика



Какими ещё упражнениями можно привести себя в форму, несмотря на зимние условия, нам расскажет тренер Елена Рощупкина.

– Можно ли подтянуть мышцы всего тела, если стоять в планке каждый день?
– Однозначно да! Планка включает в работу мышцы спины, рук, кора, ног и ягодиц. При регулярном выполнении упражнения будет повышаться выносливость всего тела, мышцы будут укрепляться и становиться плотнее. Это упражнение хорошо скажется и на осанке.
Еще один значимый плюс статических упражнений – это укрепление соединительной ткани, которая окружает связки и мускулатуру. В конечном итоге тело сможет существенно легче справляться с нагрузками.
– Насколько хороши статические упражнения? Или же их лучше чередовать с динамическими?
– В процессе выполнения статических упражнений задействуются мышцы красного типа волокон (или медленные волокна). Медленные мышцы обеспечивают основную выносливость организма, но они практически не поддаются гипертрофии, то есть росту. Красивые подтянутые формы создаются за счет работы белых волокон (быстрые мышцы), которые имеют взрывной тип, работают в динамике. Именно динамическая работа дает большее развитие и рост мышц, рост силовых возможностей в том числе.

Фото из личного архива Елены Рощупкиной

Специальный проект «Здоровая нация»*

СКАЧЕТ ДАВЛЕНИЕ – ЖДИ БЕДЫ! Пожилых россиян поразила настоящая эпидемия



«Здравствуйте! Общаюсь со своими сверстниками и ужаснусь: у каждого второго сердечная недостаточность! При этом никто из них ни на что не жаловался. Ну разве что давление скачет. Ну а у кого в нашем возрасте давление в порядке? И вдруг раз – и приступ, скорая, больница. Страшно. Посоветуйте, как себя обезопасить?» Нина, 72 года



«Добрый день! Уже много лет страдаю от перепадов давления. Что я только не пробовала, каких лекарств не пила. Если и помогало, то ненадолго. И все равно: понервничав – лежу с криком. Съем солёного – опять скачок. Голова раскалывается, сил нет. Подскажите, есть ли способ нормализовать давление надолго и без химии?» Lidia, 63 года

Ежегодно от сердечной недостаточности в России умирает больше миллиона человек. А причина чаще всего одна: разрушение сосудов и застой крови. Как результат – операция на открытом сердце с серьезными рисками и долгим восстановлением. Это огромные деньги либо квота, которую можно ждать очень долго.

Скачет давление – с сосудами беда!

Как понять, что проблемы с сосудами уже начались, и что есть огромная вероятность получить осложнения на сердце? Об этом нам «кричат» скачки давления. Если давление реагирует на погоду, на еду и на нервные стрессы и справиться с этими скачками Вы не можете – значит надо

срочно заняться своими сосудами.

Почему с возрастом разрушаются сосуды?

Ответ на этот вопрос был найден американскими учеными, которые были удостоены Нобелевской премии. Они выяснили, что кровообращение в нашем организме регулирует особое вещество – оксид азота. Он образуется внутри сосудов, вызывает их расслабление и расширение и разжижает кровь, сглаживая перепады давления. Но чем старше мы становимся, тем меньше оксида азота у нас вырабатывается, поэтому и начинаются проблемы с давлением.

Как восстановить давление?

Нужно увеличить синтез оксида азота в крови! В Европе создали комплекс «ПАНАЦЕЯ» (состоящий из двух продуктов Артериал и Корсиктал), который помогает восстановить сосуды и кровообращение. А сегодня этот комплекс стал доступен и нам.



Комплекс «ПАНАЦЕЯ» действует на главную причину проблем с сосудами и кровообращением – нехватку оксида азота, без которого восстановить давление после 60 лет очень сложно!

Действуя с удвоенной силой, активные вещества комплекса не только активизируют синтез оксида азота, способствуя расширению сосудов и очищению их от холестерина, но и не дают клеткам крови слипаться, предотвращая сгущение крови. В результате сосуды становятся эластичными, кровь – текучей, и давление быстро приходит в норму!

Благодаря комплексу «ПАНАЦЕЯ» Вы сможете забыть про скачки давления, снизить нагрузку на сердце и продлить годы активной жизни!

Звоните по бесплатному номеру и узнайте, где купить комплекс:

8 (800) 100-55-60

Код бесплатного подарка «НАЦИЯ-2023»

* При покупке трех комплексов «Панацея». БАД. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья». СГР № RU.77.99.11.003.E.001508.04.19 от 18.04.2019 г. СГР № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. Акция «Специальный проект «Здоровая нация» действует с 01.01.2023 по 01.08.2023. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8 (800) 100-55-60.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Собираясь всей семьёй за одним столом, мы хотим не только досыта поесть, но и приятно пообщаться. И чем вкуснее будет еда, тем приятнее наше общение. Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов вкуснейших блюд для тёплого семейного ужина.



Чтобы семейный ужин стал еще более приятным, задействуйте всю семью в его приготовлении. Например, старший ребенок может нарезать салат, а младший – разложить приборы и салфетки. Чем больше будет вовлеченность в процесс, тем вкуснее покажется результат.

Придумывайте вместе с детьми названия вашему ужину – это может стать хорошей семейной традицией. И неважно, какими будут эти названия, – важно, чтобы каждый принимал участие.

Усаживаясь за стол, забудьте все неприятности, случившиеся за день. Расскажите интересную историю со счастливым концом, поделитесь хорошими новостями, похвалите детей за их достижения, обсудите планы на выходные. Не стоит затрагивать темы, которые неприятны детям, – ужин должен приносить только положительные эмоции.



Из дневника холостяка: «Вымыл пол, вытер пыль, помыл посуду, почистил ванну и туалет, приготовил ужин. Хочется жениться...»



МЕНЮ

для семейного ужина



Куриные ньокки



Австрийская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 109 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г куриного фарша
- 1 луковица ■ 1-2 зубчика чеснока
- 2 яйца
- 1 ст. л. муки (с горкой)
- пучок зелени ■ специи
- молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук, чеснок и зелень измельчить.
- 2 В фарш добавить яйца, овощи, зелень, муку, соль и специи, перемешать.
- 3 Мокрыми руками сформировать шарики.
- 4 Выложить шарики в пароварку, готовить 20 минут.



Яичный салат



Американская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 97 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 5 яиц ■ пучок зеленого лука
- 50 г майонеза ■ молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, нарезать мелкими кубиками.
- 2 Лук (только зеленую часть) мелко нарезать.



- 3 Соединить яйца и лук, посолить, поперчить, заправить майонезом.

Рыбные фрикадельки под соусом бешамель



Албанская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 105 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 900 мл молока ■ 500 г рыбного фарша
- 1 крупная луковица ■ 3 ломтика черствой белой булки
- 2 зубчика чеснока
- 70 г сливочного масла
- 50 г тертого сыра ■ 1 яйцо
- 1 ст. л. муки ■ мускатный орех
- специи ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Булку раскрошить (в комбайне или на терке), залить 100 мл молока.

- 2 Лук и чеснок очень мелко нарубить, слегка обжарить на 20 г масла.

- 3 В фарш добавить жаренные овощи (вместе с маслом, на котором они жарились), яйцо, специи, соль, хлебные крошки (вместе с молоком), тщательно перемешать.

- 4 Сформировать из полученной массы шарики величиной с шарик для пинг-понга, выложить на устланный пекарской бумагой противень.

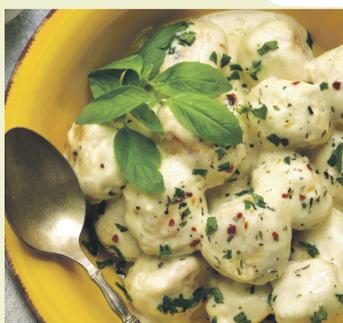
- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 10 минут.

- 6 Сделать соус бешамель: в сотейнике или ковше слегка (до легкого оттенка коричневого цвета) обжарить муку, добавить оставшееся масло, перемешать, влить небольшой струйкой остав-

шее молоко (теплое), постоянно помешивая, добавить щепотку мускатного ореха, варить до загустения (4-5 минут).

- 7 Переложить фрикадельки в форму для запекания, залить соусом бешамель, посыпать сыром.

- 8 Запекать 10 минут при 200 градусах.



Облепихово-сливочный десерт



Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 187 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г ягод облепихи (можно замороженных)
- 120 г сахара
- 1 ч. л. ванильного сахара
- 0,5 ч. л. корицы
- 300 мл сливок 20 %
- 14 г желатина

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Желатин замочить в 80 мл воды на 10-15 минут.
- 2 В ковшике нагреть сливки (не доводя до кипения), добавить 70 г сахара и половину ванильного сахара, размешать до полного растворения, добавить половину желатина, размешать до его растворения.
- 3 Дать сливочной массе немного остыть, разлить по

креманкам (стаканам, бокалам и т.п.), убрать в холодильник до застывания (~30 минут).

- 4 Облепиху положить в ковшик, добавить оставшийся сахар (включая ванильный), влить 60 мл воды, довести до кипения, варить 5 минут, снять с огня, пюрировать с помощью блендера, добавить корицу и оставшийся желатин, размешать до его полного растворения.

- 5 Дать смеси остыть и разлить ее поверх сливочной по креманкам; убрать в холодильник до полного застывания (4-6 часов).



Телятина в рубашке из картофеля



Хорватская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 219 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г телятины ■ 2 яйца
- 2 картофелины
- 1 небольшая луковица
- 1-2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. сметаны ■ 3 ст. л. муки
- пучок зелени ■ 1 стакан сливок
- 80 г тертого сыра
- растительное масло
- специи ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Картофель и лук натереть на терке (сок отжать), чеснок и зелень мелко нарубить.
- 2 Соединить все овощи в одной емкости, добавить яйца,

сметану, муку, соль и специи, хорошо перемешать.

- 3 Мясо нарезать порционно, хорошо отбить, обвалить в сметанно-картофельной массе, обжарить на растительном масле с двух сторон до румяной корочки.

- 4 Выложить обжаренное мясо в форму для запекания, залить сливками, посыпать сыром.

- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 7-10 минут.



Светлана ИВАНОВА

Бережём лицо от ветра и мороза

И снова собрались за чашечкой чая наши старые добрые знакомые: бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. Темой их обсуждения стал очень важный вопрос: как уберечь лицо от мороза и ветра?



Машенька,
девушка на выданье

Верочка,
домохозяйка

Анна
Адамовна,
учительница

Галина
Сергеевна,
бизнесвумен

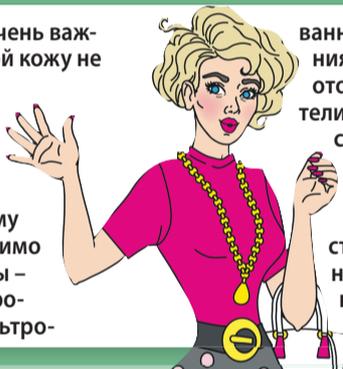
1 – Девочки, мороз и ветер буквально разрушают нашу кожу, и с этим надо что-то делать. Давайте делиться своими рецептами спасения. Я, например, раз в неделю делаю витаминные маски с дополнительными жирами: спермацетом, лецитином, натуральными растительными маслами. Для моей сухой кожи это оптимальный вариант.

2 – А у меня жирная кожа, и я делаю маски с веществами, обладающими противовоспалительными свойствами: экстрактами огурца, лаванды, чайного дерева, березовых почек, розмарина. Часто добавляю в маски прополис, он отлично питает кожу и при этом не делает ее еще более жирной. Кстати, перепад температур, когда приходишь с мороза в нагретое помещение, влияет на кожу еще хуже, чем мороз. Даже моя жирная кожа ведет себя, как смешанная, и местами начинает сохнуть.



– Вот поэтому очень важно именно зимой кожу не только усилительно питать, но и увлажнять. И не только снаружи, но и изнутри. Поэтому просто необходимо пить много воды – чистой, бутилированной или фильтро-

ванной. В помещениях с центральным отоплением нужны увлажнители воздуха. Если на работе с увлажнителями сложно, то уж дома-то можно их поставить, и желательно в каждой комнате. Единственное исключение – кухня, там и без увлажнителя, как правило, повышенная влажность.



3 – А я думаю, необходим комплексный подход, поэтому руководствуюсь правилом «вечером питание, утром увлажнение». Все жидкие уходовые средства – лосьоны, эмульсии, тоники – я еще осенью заменила на кремообразные, кремы – на более плотные, жирные, содержащие витамины D, E и K. Такие кремы создают на поверхности кожи защитный слой, который сохраняет необходимую влагу. Кстати, если кожа склонна к раздражению или покраснению, лучше выбирать кремы, содержащие алоэ.



4 – Да, все спиртосодержащие уходовые средства – тоники, лосьоны и т.д. – лучше вообще убрать, как минимум до весны. А кремы я выбираю с чуть менее плотной структурой, чем требуется для сухой кожи, содержащие ненасыщенные жирные кислоты.



Продавец, пытаясь продать шляпку молодой женщине: – Это белое перо на шляпке скидывает вам лет десять. – Да?! Тогда дайте мне ещё одно перо.



– Очень важно также использовать подходящую сезону косметику. Чтобы дополнительно не сушить кожу, лучше отказаться от рассыпчатой декоративной косметики. Зимой нужно использовать кремообразные или жидкие средства, и чем плотнее будут румяна, тени, тональный крем, подводка, тем лучше. И кстати: не жалейте тональника, ведь он не только скрывает недостатки кожи, но и защищает ее от неблагоприятных погодных факторов.



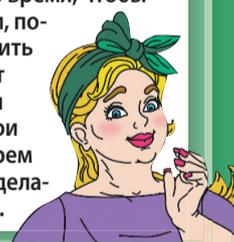
5 Почему у малышей такая свежая и розовая кожа? Каждые 26-30 дней кожа обновляется. Все дело в том, что с возрастом мы начинаем «сбрасывать кожу» реже. У детей отмершие клетки быстрее сбрасываются (обновление кожи происходит практически каждые три дня), и поэтому у малышей такая сияющая розовая кожа. Кстати, полноценный сон помогает коже дольше оставаться молодой. Здесь важную роль играет гормон сна – мелатонин.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

6 – Вот еще что очень важно: защищать кожу от ультрафиолета, особенно в солнечные дни. Ведь зимой солнце не менее активно, чем летом, просто мы не берем это в расчет. А тем временем солнечные лучи, несущие ультрафиолет, отражаются от снега и наносят нашей коже двойной удар. Поэтому исключительно полезно поверх косметики наносить пудру с серьезной защитой от УФ-излучения. Кстати, эта пудра вполне может быть рассыпчатой, коже это не повредит.



7 – А еще очень важно наносить крем вовремя. Например, если утром нанести увлажняющий крем и сразу выйти на улицу, верхние слои кожи могут просто замерзнуть. Влаге нужно время, чтобы уйти в нижние слои кожи, поэтому крем нужно наносить не позже чем за 40 минут до выхода из дома. И для вечернего ухода есть свои правила: питательный крем наносим за 1 час до сна, делаем маску за 2 часа до сна.



Парень спрашивает пожилую женщину: – Бабушка, скажите, пожалуйста, как быстрее попасть в больницу? – А ты скажи мне ещё раз «бабушка» – сразу там окажешься.

7 – И конечно, не забываем, наносим крем, делать легкий самомассаж или хотя бы похлопывания, чтобы активизировать кровообращение. Ведь чем активнее циркуляция крови, тем лучше кожа впитывает полезные вещества и быстрее восстанавливается.



ЦИФРЫ

Ученые утверждают, что каждую минуту наша кожа теряет около 40 тысяч омертвевших клеток. За все время жизни человек теряет в среднем 16-18 кг частичек кожи.

1 ПЕРВЫЙ



00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «**НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ: ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ**». (16+)
- 22.35 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
- 01.00 Подкаст. Лаб. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?». (12+)
- 16.00 20.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «**СКЛИФОСОВСКИЙ**». (16+)
- Брагин проходит реабилитацию. После долгого наркоза у него стали трястись руки, и он больше не может оперировать. Его жена Марина предлагает ему на время развехаться. В «Склифе» новые интерны - Алекс, Дима и Арина. Только один из них получит место в ординатуре.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «КАМЕНСКАЯ». (12+)
- 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 05.25 «**ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ**». (12+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 10.35 «**ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ**». (16+)
- 10.00 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «**БЕЗСОНОВЪ**». (16+)
- Во время суда над убийцей Федором Крюковым устраняют единственного свидетеля - Опочкину. Полиция бросается за убийцей в клетчатом пиджаке, но в суматохе хватает случайного прохожего. Им оказывается князь Безсонов.
- 22.00 «**ЧУЖАЯ СТАЯ**». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «**ЧУЖАЯ СТАЯ**». (16+)
- 00.25 «**ЧУМА**». (16+)
- 02.40 «**БОМБИЛА**». (16+)

СТС



11.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.15 «Пламенное сердце». (6+)
- 09.00 «**ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ**». (16+)
- 11.45 «**ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ**». (12+)
- 14.35 «**ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I**». (12+)
- 16.55 «**ЖЕНА ОЛИГАРХА**». (16+)
- 20.00 «**ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН**». (16+)
- 22.00 «**ШЕСТОЙ ДЕНЬ**». (16+)
- 00.25 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.20 «**ЗАВТРАК У ПАПЫ**». (12+)
- 02.45 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



21.00 «СТРИМ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «**УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА**». (16+)
- 13.30 «**САШАТАНЯ**». (16+)
- 17.00 «**УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ**». (16+)
- Сериал «Универ» становится лирической комедией с элементами драмы о жизни повзрослевших на десять лет героев. В их жизни многое изменилось.
- 20.00 «**САШАТАНЯ**». (16+)
- 21.00 «**СТРИМ**». (16+)
- 22.00 «**ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ**». (16+)
- 23.00 «**РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ**». (16+)
- 00.50 «Импровизация». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл. Спец-дайджест». (16+)
- 04.05 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.50 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.30 «Однажды в России». (16+)

REN



20.00 «ПО СООБРАЖЕНИЯМ СОВЕСТИ». (16+)

- 05.00 18.00 02.40 «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». (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 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «**ПО СООБРАЖЕНИЯМ СОВЕСТИ**». (16+)
- 22.35 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «**МОТЫЛЕК**». (18+)

5 5-Й КАНАЛ

- 06.50 09.30 «**УБИТЬ ДВАЖДЫ**». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 11.10 «**НАВОДЧИЦА**». (16+)
- 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 13.30 «**НАВОДЧИЦА**». (16+)
- 15.20 18.00 «**ОТПУСК ЗА ПЕРИОД СЛУЖБЫ**». (16+)
- 19.55 00.30 «**СЛЕД**». (16+)
- 22.20 «**ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5**». (16+)
- 23.10 «**ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2**». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)



- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 «**ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА**». (6+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 14.00 15.05 03.50 «**ПОЗЫВНОЙ «СТЯЯ»**». (16+)
- 18.55 «Восточный фронт». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «**ЛИХА БЕДА НАЧАЛО**». (12+)
- 00.55 «Бастions России». (12+)
- 03.10 «Зафронтовые разведчики». (16+)

ТВ-3

- 06.00 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 09.30 17.20 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 19.30 «**ОБМАНИ МЕНЯ**». (16+)
- 23.00 «**ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ**». (16+)
- 01.45 «**ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: ОСТРОВ КРИКУНОВ**». (16+)



- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера.
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 09.30 Утилизатор. (16+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.45 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.05 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.05 Давай разведёмся! (16+)
- 10.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.15 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 22.55 «Порча». (16+)
- 14.00 23.30 «Знахарка». (16+)
- 14.35 00.00 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «**ЕЁ СЕКРЕТ**». (16+)
- 19.00 «**ПЕРВОКУРСНИЦА**». (16+)
- 00.30 «Понять. Простить». (16+)



- 07.30 «Календарь». (12+)
- 10.10 18.00 «**СВОЯ ЗЕМЛЯ**». (16+)
- 11.30 «Диалоги без грима». (6+)
- 11.45 «**ВАКАНСИЯ**». (6+)
- 15.10 23.25 «**ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ**». (16+)
- 17.00 22.45 «Очень личное». (12+)
- 17.45 «Песня остается с человеком». (12+)
- 21.00 «**БАКЕНБАРДЫ**». (16+)
- 01.15 «Большая страна: открытие». (12+)
- 01.30 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | МИР | ПОБЕДА | ДОКТОР | VIASAT HISTORY |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 05.00, 10.20 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+) | 04.50 «Путь к Победе». (16+) | 06.00, 11.50, 18.25, 23.45 О самом главном. Синдром тазовой боли. (12+) | 06.00 Невероятные изобретения. (12+) |
| 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости | 05.50 «КЛЯТВА». (12+) | 06.50 На приёме у психолога. Гнев. (12+) | 06.25, 07.25 Война асов. (12+) |
| 10.10 Белорусский стандарт. (12+) | 08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+) | 07.20 Психология. Алкоголизм. (12+) | 08.20, 09.10 Музейные тайны. (12+) |
| 11.20 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+) | 13.40 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБ-БАТ». (16+) | 07.50, 13.45, 01.10 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+) | 10.00 Расшифрованные сокровища: Затерянный город фараонов. (12+) |
| 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+) | 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) | 08.50 О самом главном. Продукты-обманщики. (12+) | 10.50 Расшифрованные сокровища: Могила Тутанхамона: скрытые комнаты. (12+) |
| 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) | 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+) | 09.45 Добавки. Мармеладный рай. (12+) | 11.45 Время великанов. (12+) |
| 17.05 Мировое соглашение. (16+) | 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+) | 10.15 Медицинский квест. Стресс. (12+) | 12.40 Настоящий неандерталец. (12+) |
| 20.50 Слабое звено. (12+) | 20.50 Назад в будущее. (16+) | 11.05, 17.35 Я, человек. (12+) | 13.40, 14.30 Очень странные экспонаты. (12+) |
| 21.45 Назад в будущее. (16+) | 22.40 «КУЛИНАР». (16+) | 12.45, 13.15 10 решений доктора Карташёвой. (12+) | 15.20, 16.15 Королева Виктория и ее девять детей. (16+) |
| 01.15 Наше кино. История большой любви. (12+) | 01.15 Наше кино. История большой любви. (12+) | 14.45 Скажите, доктор! Болельщики. (12+) | 17.05 Расшифрованные сокровища: Поиски священного Грааля. (12+) |
| 01.40 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+) | 01.40 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+) | 15.15, 04.40 На приёме у косметолога. Профиль молодости. (12+) | 17.55 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+) |
| 03.00 «РАЗВОД». (16+) | 03.00 «РАЗВОД». (16+) | 15.40 О самом главном. Почему скачет давление? (12+) | 18.50, 19.35 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+) |
| | | 16.40 На приёме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+) | 20.30 Запретная история: Загадка пропавших сокровищ Японии. (12+) |
| | | 17.05 Это лечится. Постковидный синдром. (12+) | 21.20 Запретная история: Туринская плащаница. (12+) |
| | | 19.20, 02.05, 05.05 Теледоктор. (12+) | 22.15 Ирано-иракская война: Атака и контратака. (16+) |
| | | 20.15, 03.00 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+) | 23.10 Ирано-иракская война: Повышение ставок. (16+) |
| | | 21.05 О самом главном. Как не переплачивать за таблетки? (12+) | 00.10, 01.00 Королева Виктория и ее девять детей. (16+) |
| | | 22.00 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+) | 01.45, 02.35 Расшифрованные сокровища. (12+) |
| | | 22.45, 23.15, 03.45, 04.10 Большой скачок. (12+) | 03.20, 04.05 Очень странные экспонаты. (12+) |
| | | 00.40 Скажите, доктор! Маммология. (12+) | 04.50 Расшифрованные сокровища. (12+) |
| | | | 05.35 Невероятные изобретения. (12+) |

РОССИЯ К
Культура



08.30 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

06.30 07.00 07.30 08.20 10.00
15.00 19.30 23.30 Но-
вости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег»
07.35 «Новые люди»
08.30 16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
13.35 «Роман в камне»
14.05 Линия жизни
15.05 Новости. АРТ
15.20 «Восточный экспресс»
16.20 01.00 Цвет времени
18.10 01.15 Мастера миро-
вой концертной сцены
19.00 «Константин Станис-
лавский»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи,
малыши!»
20.45 «Оттаявший мир»
21.35 «Сати. Нескучная клас-
сика...»
02.00 «Храм»
03.00 Перерыв в вещании

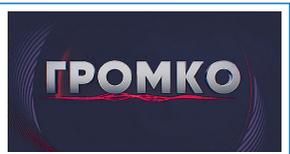
ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.45 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)
10.40 04.40 «Андрей Ростоц-
кий. Бег иноходца». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 Со-
бытия
11.50 03.10 «АННА-
ДЕТЕКТИВЬ-2». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 18.10 00.30 «Петровка,
38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Звезды лёгкого по-
ведения». (16+)
18.25 «СИНЧКА». (16+)
22.40 Специальный репор-
таж. (16+)
23.10 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.40 «Хроники перелома.
Горбачев против По-
литбюро». (12+)
01.25 «Вдовьи слезы». (16+)
02.05 «Февральская рево-
люция: Заговор или
неизбежность?» (12+)

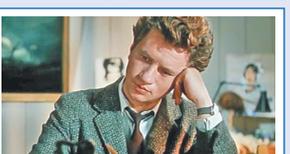
МАТЧ!
МАТЧ! ТВ



15.30 «Громко»

06.00 Профилактика на ка-
нале с 06.00 до 10.00
10.00 15.25 21.55 Новости
10.05 Специальный репор-
таж. (12+)
10.25 11.50 13.10 14.20 Биат-
лон. Par1 Чемпионат
России. Прямая транс-
ляция из Рыбинска
11.20 12.40 14.05 19.15 00.00
Все на Матч!
15.30 «Громко»
16.45 Хоккей. «Салават
Юлаев» - «Металлург».
Фонбет Чемпионат
КХЛ. Прямая транс-
ляция
19.55 Баскетбол. МБА -
«Зенит». Единая лига
ВТБ. Прямая транс-
ляция
22.00 Бильярд. «BetBoom
Лига Чемпионов».
Финал. Прямая транс-
ляция из Москвы
00.50 Автоспорт. «Yuka Fest
Ледовая миля». (0+)
02.00 Гандбол. ЦСКА - «Ма-
шека». СЕНА-Газпром
Лига. (0+)

СПБ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



00.50 «ЗАЙЧИК». (16+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Боль-
шой утренний эфир.
(16+)
11.15 «Главный врач». (12+)
12.10 «Пuls города. Репор-
таж». (12+)
12.20 «Залог успеха». (12+)
12.40 Малые родины. (6+)
13.10 15.15 19.20 22.30 Ново-
сти спорта. (12+)
13.15 «Культурная эволю-
ция». (16+)
14.25 05.35 «Забытый полко-
водец». (12+)
15.20 «Объясняем». (12+)
15.45 02.30 «РОЗЫСК». (16+)
19.15 22.25 «Бизнес-Петер-
бург». (12+)
19.30 «Такой футбол». (6+)
20.00 «Петербург - город
решений». (12+)
21.00 «Земля. Гид для путе-
шественников». (6+)
22.40 02.20 Степень защиты.
(16+)
22.50 Соль событий. (16+)
22.55 «КАРЬЕРА ДИМЫ
ГОРИНА». (6+)
00.50 «ЗАЙЧИК». (16+)

ЛЕНТВ 24
ЛЕНТВ24



21.20 «ПЯТЬ ДНЕЙ ОТДЫХА». (12+)

06.00 «СЕМЁН ДЕЖНЁВ». (12+)
07.20 «Снежный барс. Белый
отшельник». (6+)
08.10 «Война и мир Алексан-
дра I». (12+)
09.05 «ЖДИ МЕНЯ». (12+)
11.15 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВ-
СТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
13.15 «25-Й ЧАС». (16+)
15.35 «Выходные на коле-
сах». (6+)
16.00 Прямая линия с Губер-
натором Ленинград-
ской области. (6+)
17.30 «Малая дорога жизни». (12+)
18.00 «ТОРГСИН». (16+)
19.00 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24
Акценты». (12+)
19.40 05.05 «ЭКСПРОПРИ-
АТОР». (16+)
20.40 «Рожденный на Не-
вском пятакке». (12+)
21.20 «ПЯТЬ ДНЕЙ
ОТДЫХА». (12+)
23.40 «ИВАНОВЫ». (12+)
01.15 «Солдаты-призраки». (12+)

78
78 КАНАЛ



07.30 «Известия 78». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30
10.00 10.30 12.10 13.10
14.10 17.10 21.00 23.15
«Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 «Полезное
утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00
16.00 17.00 20.00
22.00 23.00 «Происше-
ствия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 «Телекурьер». (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 «Другой Петербург». (16+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 «Ступени Победы». (12+)
17.30 «Освобождение». (12+)
18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
19.00 «Интервидение». (12+)
20.10 01.30 «Открытая сту-
дия». (12+)
21.15 22.15 «Итоги дня». (16+)
23.45 «ЗНАХАРЬ». (16+)
02.15 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Доли-
на Муми-троллей». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, ма-
лыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Петронико». (0+)
08.00 «Супер МЯУ». (0+)
Яркий приключенческий
мультсериал создан по
книгам детского писателя
Олега Роя.
10.40 «Дракошия». (0+)
10.45 «Сказочный патруль». (0+)
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Лекс и Плу. Космиче-
ские таксисты». (6+)
16.35 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в
которых динозавры пре-
вращаются в машины!
18.25 «Край Бебис. Волшеб-
ные слезки». (0+)
Милые малыши с боль-
шим воображением иссле-
дуют удивительный мир.
18.35 «Волшебная кухня». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, ма-
лыши!» (0+)
20.45 «Барбоскины». (0+)
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.40 «Винтик и Шпунтик.
Веселье мастера». (0+)
22.55 «Живая игрушка». (0+)
23.05 «Горшочек каши». (0+)
23.15 «Гуси-лебеди». (0+)
23.40 «Четверо в кубе». (0+)
01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
02.50 «Котики, вперед!» (0+)
03.55 «Рэй и пожарный па-
труль. Команда Вивилз». (0+)
04.35 «Еда на ура!» (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000
05.30 «Роботы-поезда». Мульти-
сериал. (6+)
06.25 «Три и Радужное коро-
левство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Буба». Мультсериал.
(6+)
08.20 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
09.55 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
11.25 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
13.05 «ТУТСИ». (16+)
15.10 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИ-
НЫ». (16+)
17.30, 18.10 «СПАСАТЕЛИ
МАЛИБУ». (16+)
19.00 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦА-
РИ». (12+)
21.05 «НЕ ШУТИТЕ С
ЗОХАНОМ!» (16+)
23.05 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.» (16+)
01.10 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
03.25 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

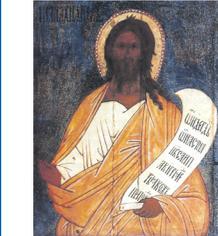
ДОМ КИНО
06.20 «Три кота». Мультсери-
ал. (6+)
06.50 «Иван Царевич и Серый
Волк». Мультфильм. (6+)
08.20 «Иван Царевич и Серый
Волк-2». Мультфильм. (6+)
09.45 «Три богатыря и на-
следница престола». Мульти-
фильм. (6+)
11.15 «Три богатыря и конь на
троне». Мультфильм. (6+)
12.55 «Конь Юлий и большие
скачки». Мультфильм. (6+)
14.20 «Илья Муромец и Со-
ловей-Разбойник». Мульти-
фильм. (6+)
15.45 «Добрыня Никитич и
Змей Горыныч». Мульти-
фильм. (6+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
03.00 «ИГРА». (16+)
04.40 «ПРО ЛЮБОФФ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Главное. С Анной Шаф-
ран. Новости на СПАСЕ. (16+)
06.50 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.
(0+)
10.30 Завет. (6+)
11.35 Святые России. (6+)
12.40 Простые чудеса. (12+)
13.30, 14.00, 14.30 Мона-
стырская кухня. (0+)
15.00 Истоки. (0+)
15.25 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО
ВСТРЕЧАЛИСЬ». (0+)
17.20 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКО-
ГО». (0+)
19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПА-
ПА». 5 серия. (16+)

Православный календарь

16 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Предпразднство Богоявления.
Прор. Малахии.

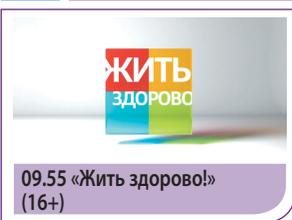


Мч. Гордия. Прп.
Женевьевы (Генко-
вефы) Парижской.
Сщмч. Василия пре-
свитера.

Поста нет.

« Искренно любящий Бога молит-
ся без всякого развлечения, рав-
но и молящийся без всякого развлече-
ния любит Бога искренно. Но не может
молиться без развлечения тот, чей ум
пригвожден к чему-либо земному. Итак,
не любит Бога тот, чей ум привязан к че-
му-либо земному.»
Прп. Максим Исповедник

ПЕРВЫЙ



09.55 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «Жить здорово!» (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 21.00 «Время»
 21.45 «НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ». (16+)
 22.40 «Большая игра». (16+)
 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
 01.00 Подкаст. Лаб. (16+)
 03.00 Новости
 03.05 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ». (16+)

05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 14.55 «Кто против?» (12+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ». (16+)
 Брагин уходит из «Склифа» и устраивается на работу в обычную районную поликлинику. Главврач поликлиники Тамара Сперанская берёт знаменитого хирурга в штат, хотя сомневается в серьёзности его намерений. У Успенской первый рабочий день в «Склифе».
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.05 «КАМЕНСКАЯ». (12+)
 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

05.20 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ!». (12+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 19.00 «Сегодня»
 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 16.45 «За гранью». (16+)
 17.50 «ДНК». (16+)
 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
 Безсонов, которому поручают расследовать мелкие бытовые преступления, мечтает о настоящем деле.
 22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
 00.20 «ЧУМА». (16+)
 02.35 «БОМБИЛА». (16+)

СТС



00.55 «ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО». (18+)

06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 10.00 Уральские пельмени. (16+)
 10.10 «ВОРОНИНЫ!». (16+)
 11.45 «ШЕСТОЙ ДЕНЬ». (16+)
 14.10 «РОДКОМ». (16+)
 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
 20.00 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
 22.30 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
 Бен Кэмпбелл был одним из самых талантливых студентов всемирно известного университета, но были задачи, которые даже он не мог решить. Например, где взять 300 тысяч долларов на обучение.
 00.55 «ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО». (18+)
 02.25 «6 кадров». (16+)

ТНТ



13.30 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
 08.30 «Модные игры». (16+)
 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
 17.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
 20.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 21.00 «СТРИМ». (16+)
 22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
 23.00 «БОТАН И СУПЕРБАБА». (16+)
 Премьера на ТВ! Стеснительный Иван, ученый из «Сколково», для встречи выпускников крадет девушку-андроида из научного центра и предлагает к её кибертелу лицо первой красавицы школы, чтобы выдать покорного робота за свою жену.
 00.30 «Импровизация». (16+)
 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
 04.40 «Открытый микрофон». (16+)
 06.20 «Однажды в России». (16+)

REN



20.00 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (16+)

05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
 11.00 «Как устроен мир». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (16+)
 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
 00.30 «ОВЕРЛОРД». (18+)

5-Й КАНАЛ

05.25 «КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО». (16+)
 06.55 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
 19.55 00.30 «СЛЕД». (16+)
 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
 ЗВЕЗДА
 05.15 14.00 15.05 03.45 «ПОЗЫВНОЙ СТАЯ». (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.15 00.55 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (16+)
 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
 13.20 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
 18.55 «Восточный фронт». (16+)
 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
 22.55 «Между тем». (12+)
 23.20 «ЖДИТЕ СВЯЗНОГО». (12+)

ТВ-3

06.00 09.15 Святочные гадания. (16+)
 06.15 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 17.20 «Слепая». (16+)
 11.15 Знаки судьбы. (16+)
 12.20 Мистические истории. (16+)
 13.30 Гадалка. (16+)
 19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
 23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
 01.45 «ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬЧИК». (16+)
 03.15 «СНЫ». (16+)
 05.45 «Мультфильмы». (0+)
 ЧЕ!
 06.00 Улётное видео. (16+)
 06.20 Идеальный ужин. (16+)
 08.00 Утилизатор. (12+)
 Самая неожиданная автомобильная викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер.
 09.30 Утилизатор. (16+)
 10.00 «+100500». (16+)
 11.30 Улётное видео. (16+)
 14.00 Охотники. (16+)
 16.00 21.00 Решала. (16+)
 19.00 Охотники. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 02.45 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
 08.40 Давай разведёмся! (16+)
 09.40 Тест на отцовство. (16+)
 11.50 «Понять. Простить». (16+)
 13.05 22.55 «Порча». (16+)
 13.35 23.30 «Знахарка». (16+)
 14.10 00.05 «Верну любимого». (16+)
 14.40 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+)
 19.00 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (16+)
 00.35 «Понять. Простить». (16+)
 ОТР
 06.40 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 11.30 «БАКЕНБАРДЫ». (16+)
 15.10 23.25 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
 16.00 00.15 «Испанская кровь». (12+)
 17.00 «Ректорат с Анатолием Торкуновым». (12+)
 17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
 21.00 «КАК Я СТАЛ...». (16+)
 22.45 «За дело!» (12+)
 01.05 «Большая страна: открытые». (12+)
 01.30 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
 05.00, 03.40 «РАЗВОД». (16+)
 06.20 «72 ЧАСА». (16+)
 08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)
 14.40 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
 1947 год. В обескровленной войной стране царят голод и разруха. Хлеб - на вес золота, а стоимость человеческой жизни равняется нулю. Города контролируются криминальными группировками: подобно черным кошкам, они приходят незамеченными под покровом ночи и легко исчезают с места преступления...
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
 02.10 «ПРИКАЗ: УНИЧОЖИТЬ». (16+)
 03.50 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
 ПЯТНИЦА
 05.00, 02.20, 04.10 Пятница News. (16+)
 05.20, 06.30 Кондитер. (16+)
 08.00, 09.00 На ножках (субтитры). (16+)
 10.10, 11.30 Черный список-2 (субтитры). (16+)
 13.00, 19.00 Кондитер-7. (16+)
 14.40, 16.40, 22.10 Битва шефов. (16+)
 20.30 Король десертов. Прямое дело. (16+)
 00.20 «СЛЕЗЫ СОЛНЦА». (16+)
 США, 2003 г.
 02.50, 03.30 «ДРЕВНИЕ». (18+)
 04.30 Зов крови-2. Ришат. (16+)

ПОБЕДА
 05.20 «Путь к Победе». (16+)
 06.20 «72 ЧАСА». (16+)
 08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)
 14.40 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
 1947 год. В обескровленной войной стране царят голод и разруха. Хлеб - на вес золота, а стоимость человеческой жизни равняется нулю. Города контролируются криминальными группировками: подобно черным кошкам, они приходят незамеченными под покровом ночи и легко исчезают с места преступления...
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
 02.10 «ПРИКАЗ: УНИЧОЖИТЬ». (16+)
 03.50 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
 ДОКТОР
 06.00, 11.50, 18.15, 23.40 О самом главном. Печень трески. Уникальные свойства. (12+)
 06.50, 07.20 10 решений доктора Карташевой. (12+)
 07.50, 13.45, 01.05 Мозг на прокачку. (12+)
 08.50 О самом главном. Почему скачет давление? (12+)
 09.45 На приёме у Кириллы Лыско. (12+)
 10.15 Правила жизни 100-летнего человека. Средняя полуса России. (12+)
 11.05 Я, человек. (12+)
 12.45 Теледоктор. (12+)
 14.45, 00.35 Скажите, доктор! (12+)
 15.15 Метод исследования. Диагностика ожирения. (12+)
 15.40 О самом главном. Как не переплатить за таблетки? (12+)
 16.40 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+)
 17.25 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. (12+)
 19.10 На приёме у косметолога. Эстетика лица. (12+)
 19.40 Метод исследования. Заболевания печени. (12+)
 20.05 Медицинский репортёр. Чем рискуют официанты на работе? (12+)
 20.35 Клинический случай. Спасти Булакова. (12+)
 21.00 О самом главном. Сыр: коровий и козий. (12+)
 22.00 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Тиммас. Селезёнка. (12+)
 22.45, 23.15 Медицинский репортёр. (12+)
 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

VIASAT HISTORY
 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
 06.25, 07.20 Ирано-иракская война. (16+)
 08.20, 09.05 Музейные тайны. (12+)
 09.55, 10.50 Расшифрованные сокровища. (12+)
 11.40, 12.30 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
 13.25, 14.15 Запретная история. (12+)
 15.05 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
 16.00 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
 16.55 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
 17.50 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
 18.40 Древние конструкторы: Тайны чудеса природы. (12+)
 19.35 Тайны мумий животных. (12+)
 20.35 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
 21.25 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
 22.20 Ирано-иракская война: Нарушение равновесия. (16+)
 23.15 Ирано-иракская война: Переломный момент. (16+)
 00.10 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
 01.05 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
 02.00, 02.45 Расшифрованные сокровища. (12+)
 03.35, 04.20 Запретная история. (12+)
 05.05 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)

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

РОССИЯ К КULTУРА



20.05 «Правила жизни»

- 06.35 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 «Купола под водой»
08.25 16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 XX век
11.50 «Роман в камне»
12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
13.35 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.15 00.30 «Алексей Ляпунов»
15.05 Новости. Книги
15.20 «Эрмитаж»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
18.10 01.10 Мастера мировой концертной сцены
19.00 «Константин Станиславский»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 09.59

TBC ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)
10.40 04.40 «Виктор Прескурин. Бей первым!» (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 03.15 «АННА-ДЕТЕКТИВ-2». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 18.10 00.30 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Дамские негодники». (16+)
18.20 «СИНЧКА-2». (16+)
22.40 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Ласточки КГБ». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.45 «90-е. С Новой Россией!» (16+)
01.25 «Советские мафии». (16+)
02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



07.05 Все на Матч!

- 07.00 10.00 12.55 14.20 21.55 Новости
07.05 14.25 18.15 22.00 01.00 Все на Матч!
10.05 13.00 01.45 Специальный репортаж. (12+)
10.25 Смешанные единоборства. К. Гастелум - Н. Имавов. UFC. Трансляция из США. (16+)
11.30 «Есть тема!»
13.20 Что по спорту? (12+)
13.50 03.35 «Ты в бане!» (12+)
15.55 Хоккей. «Толпар» - «Тюменский Легион». ОЛИМПЕТ Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция
19.00 Хоккей. ЦСКА - СКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
22.55 Футбол. Кубок Испании. 1/8 финала. Прямая трансляция
02.00 Гандбол. «Чеховские медведи» - «Пермские медведи». СЕНА-Газпром Лига. (0+)
03.30 Новости. (0+)

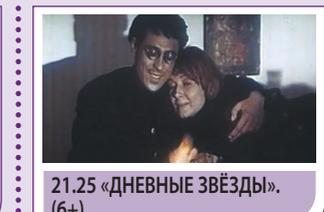
СПБ ЛЕНТВ 24



23.00 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (16+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)
11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
12.30 «Пульс города». (12+)
12.40 «Петербург. 320». (6+)
13.10 15.15 19.20 22.30 Новости спорта. (12+)
13.15 «Такой футбол». (6+)
13.50 «Промышленный клуб». (12+)
14.15 Соль событий. (16+)
14.20 «Зона особого внимания». (16+)
15.45 02.15 «РОЗЫСК». (16+)
19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
19.30 «Адаптация». (6+)
21.00 «Земля. Гид для путешественников». (6+)
22.40 02.05 Степень защиты. (16+)
22.50 «Фейкам - нет». (16+)
23.00 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (16+)
05.45 Малые родины. (6+)

СПБ ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



21.25 «ДНЕВНЫЕ ЗВЁЗДЫ». (6+)

- 07.40 08.40 15.15 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
08.00 19.00 23.00 02.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
09.05 «ЖДИ МЕНЯ». (12+)
11.00 13.00 15.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.15 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)
13.15 «25-Й ЧАС». (16+)
15.35 20.40 «Блокада снится ночами». (12+)
16.30 «Малая дорога жизни». (12+)
17.15 04.15 «Странствие Святого Луки», 27 оттенков черного». (12+)
18.00 «ТОРГСИН». (16+)
19.40 05.05 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
21.25 «ДНЕВНЫЕ ЗВЁЗДЫ». (6+)
23.40 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
01.30 «Вместе по России». (12+)

78 78 КАНАЛ



19.30 КХЛ. ЦСКА - СКА. Прямая трансляция. (12+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 23.15 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 22.00 23.00 «Происшествия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 «Телекурьер». (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 «Другой Петербург». (16+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 Ступени Победы. (12+)
17.30 «Освобождение». (12+)
18.00 «Вечер трудового дня». (12+)
18.45 «Подводный роман». (12+)
19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
19.30 КХЛ. ЦСКА - СКА. Прямая трансляция. (12+)
22.15 01.30 «Итоги дня». (16+)
23.45 «ЗНАХАРЬ». (16+)
02.15 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Машина Мокас». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.00 «Ник-изобретатель». (0+)
ЭТО весёлые истории про мальчишка-изобретателя и его удивительных роботов!
10.40 «Дракошия». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
11.05 «Сказочный патруль». (0+)
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
16.35 «Команда Флоры». (0+)
18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.35 «Черепашки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Барбошкины». (0+)
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.40 «Про бегемота, который боялся прививок». (0+)
22.55 «Паровозик из Ромашкова». (0+)
23.05 «Цветик-семиветик». (0+)
23.25 «Козлёнок, который считал до десяти». (0+)
23.40 «Четверо в кубе». (0+)
01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
02.50 «Котики, вперёд!» (0+)
03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

MULT МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышкой». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбошкины». (0+)
08.30, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Гурбозавры». (0+)
09.20 «Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)
09.50 «Моррики Дорик». (0+)
10.00 «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)
15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)
17.00 «Друзья на все времена. «Сказки о маленьком Лисёнке», «Он попался!» (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «ДиноСити». (0+)
18.30 «Простоквашино». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
22.30 «Смешарики. Пинкод». (0+)
23.00 «Спина к спине». (0+)
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Четверо в кубе». (0+)
00.30 «Домики». (0+)
01.00 «Друзья на все времена. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Бубба». Мультсериал. (6+)
08.50 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
11.20 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
13.20 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.» (16+)
15.25 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!» (16+)
17.25, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (16+)
20.55 «ИНТЕРВЬЮ С ВАМПИРОМ». (16+)
23.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
01.20 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
03.15 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.15 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.10 «Три коты». Мультсериал. (6+)
08.10 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ». (6+)
09.55 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
11.40 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
13.45 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
15.35 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
19.00 «КРЫМ». (16+)
20.50 «НЕБО». (12+)
23.10 «ЛЕТЧИК». (12+)
00.55 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
03.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.40 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
09.35 «Бука. Моё любимое чудовище». Мультфильм. (6+)
11.20 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
12.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
14.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
15.25 «Три богатыря. Ход кобы». Мультфильм. (6+)
16.50 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
Сериал. Россия, 2021 г.
03.00 «КЛАССИК». (16+)
04.40 «ПОБЕГ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.25 Суббота News 2023. (16+)
23.30 Богиня шоппинга (субтитры). (16+)
00.40 Богиня шоппинга. (16+)
01.30, 02.20 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
02.40 Барышня-крестьянка. (16+)
03.25 Мультсериалы. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.10 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (18+)
02.45 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
04.30 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
06.25 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
08.50 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
10.20 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
11.55 «ТЁРNER И ХУЧ». (16+)
13.45 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
15.40 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
17.50 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
19.30 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
21.10 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
23.20 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (6+)

МОСФИЛЬМ ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.25 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
08.20, 08.25 «Веселая карусель». Мультсериал. (0+)
08.35 «Золушка». Мультфильм. (0+)
08.55 «МЕРТВЫЕ ДУШИ». (12+)
16.15 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.40 «ГАРАЖ». (12+)
СССР, 1979 г. В ролях: Валентин Гафт, Ия Саввина, Андрей Мягков, Георгий Бурков, Светлана Немоляева
21.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
23.20 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
00.55 «ВИЙ». (12+)
02.00 В связи с профилактическими работами перерыв в вещании с 02.00 до 10.00

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
Сериал. Детективная мелодрама, Россия, 2005 г.
В ролях: Анна Большова, Эвклид Кюрдзидис, Ирина Гринева, Дмитрий Щербина, Александр Дьяченко
15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
11.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
Накануне собеседования в Бауманке у Даши сдают нервы. Даша просит Машу дать несколько уроков, как правильно носить мини юбку.
13.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
00.40 Дашь молодежь! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три коты». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

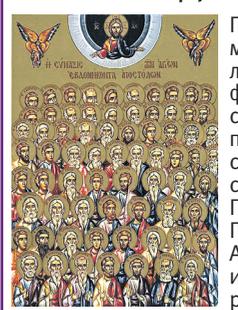
СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «ПАРЕНЬ ИЗ НАШЕГО ГОРОДА». (0+)
06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)
11.05 Простые чудеса. (12+)
11.55 Русский мир. (12+)
13.00 «Свёж» с Андреем Даниленко. (6+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Иаков Зеведеев. Иаков брат Господень. Иаков Алфеев. Цикл: Апостолы. (0+)

- 15.35 Сибирский ковчег. (0+)
16.00 «КАРЬЕРА ДИММИ ГОРИНА». (0+)
18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 5-6 серии. (16+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)
22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.05 Служба спасения семьи. (16+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 Апокалипсис. Глава 12. (18+)
01.20 Святые России. (6+)
02.20 Парсуна. С Владимиром Легкойдой. (6+)
03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

17 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Предпразднство Богоявления.
Собор 70 апостолов.



Прп. Феофиста, игумена Кукума Сикелийского. Свт. Евстафия I, архиеп. Сербского. Прмч. Зосимы, пустынноика Киликийского, и мч. Афанасия комментарисия. Прп. Ахилы, диакона Печерского. Сщмчч. Александра, Стефана и Филиппа пресвитеров. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«Любовь к Богу возбуждает в человеке любовь к деланию добродетелей, а этим увлекается в благотворение».

Прп. Исаак Сирин Ниневийский

1 ПЕРВЫЙ



22.40 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ». (16+)
- 22.40 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
- 01.00 Подкаст. Лаб. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 20.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- Марина начинает работать в Бурденко. Мартынов даёт ей понять, что рассчитывает на нечто большее, чем просто отношения между коллегами. Вместе с Мариной в Бурденко уходит и её ассистентка Василиса.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «Иван Зубков. Спаситель Ленинграда». (12+)
- 02.55 «КАМЕНСКАЯ». (12+)
- 04.45 Перерыв в вещании

НТВ НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 05.25 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
- 08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
- 08.25 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
- Убит владетель синематографа Лютаев. Сыщик Безсонов и Шукина встречает его камердинер Нырков и рассказывает, что Лютаева часто навещала «актрисулька» Антонина Кулакова. Безсонов решает ее допросить, но Кулакова убегает.
- 22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
- 00.25 «ЧУМА». (16+)
- 02.35 «БОМБИЛА». (16+)

СТС СТС



01.00 «ДЖЕК РАЙАН: ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 10.05 Уральские пельмени. (16+)
- 10.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 11.45 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
- 14.10 «РОДКОМ». (16+)
- 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 20.00 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: ВОЙНА». (16+)
- 22.45 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (12+)
- 2029 год. На гигантской космической станции Оберон астронавт Лео Дэвидсон обучает обезьян управлять летательными аппаратами.
- 01.00 «ДЖЕК РАЙАН: ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+)
- 02.35 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ТНТ



09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- 20.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «СТРИМ». (16+)
- 22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 23.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (16+)
- Друзья детства Беляев и Кичин встречаются на дне жизни. Беляев когда-то мечтал стать актером, но зарабатывает на жизнь, продавая бабулям сковородки, а Кичин давно пошел по наклонной и промышляет мелким хулиганством. Их объединяет общее дело и желание заработать легкие деньги.
- 00.45 «Импровизация». (16+)
- 03.15 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.50 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.25 «Однажды в России». (16+)

REN REN



20.00 «ТРИ ИКСА». (16+)

- 05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.15 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ТРИ ИКСА». (16+)
- 22.15 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.00 «Новости». (16+)
- 00.30 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
- 19.55 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 01.00 «СУДЬБА». (16+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 «Москва - фронту». (16+)
- 13.50 15.05 15.55 03.35 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ»-2». (16+)
- 18.55 «Восточный фронт». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
- 23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 01.45 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)
- 03.15 «СНЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- «Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (16+)
- 08.30 Утилизатор. (12+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.45 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.10 Тест на отцовство. (16+)
- 12.15 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 23.20 «Порча». (16+)
- 14.00 23.55 «Знахарка». (16+)
- 14.35 00.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.05 «ПЕРВОКУРСНИЦА». (16+)
- 19.00 «ХРУСТАЛЬНАЯ МЕЧТА». (16+)
- 01.00 «Понять. Простить». (16+)
- ОТР**
- 06.40 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 11.30 «КАК Я СТАЛ...». (16+)
- 15.10 23.30 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
- 16.00 «Преступление Бориса Пастернака». (16+)
- 17.00 «За дело!» (12+)
- 17.45 «Отчий дом». (12+)
- 21.00 «Ленинград. Блокада. Жизнь». (12+)
- 21.15 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)
- 22.50 «На приёме у главного врача». (12+)
- 01.30 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
- 05.00, 02.15 «РАЗВОД». (16+)
- 05.55 Мультфильмы. (6+)
- 08.20, 00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 08.50, 10.10 «ЛАДОГА». (12+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «КУЛИНАР». (16+)
- 00.55 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)
- ПОБЕДА**
- 05.20 «Путь к Победе». (16+)
- 06.20 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)
- 12.50 «БОЛЬШОЕ НЕБО». (12+)
- История о непростой жизни и судьбе двух друзей-летчиков из Сибири. Виктор Чертков - опытный пилот, любимец отряда, но при этом - казанова и весельчак, оказывающий знаки внимания всем симпатичным женщинам, кроме собственной жены. Сергей Ющенко - молодой, интеллигентный, подающий надежды пилот, поступивший в отряд к Виктору.
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 03.10 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
- ДОКТОР**
- 10.00 На приёме у психолога. Гнев. (12+)
- 10.30 Психология. Алкоголизм. (12+)
- 11.00 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. (12+)
- 11.45, 18.20, 23.40 О самом главном. Рак щитовидной железы. Группы риска. (12+)
- 12.45 На приёме у косметолога. Эстетика лица. (12+)
- 13.15 Метод исследования. Заболевания печени. (12+)
- 13.45, 01.00 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)
- 14.45 Скажите, доктор! Грибковые заболевания. (12+)
- 15.15, 04.25, 04.50 10 решений доктора Карташёвой. (12+)
- 15.45 О самом главном. Сыр: коровий и козий. (12+)
- 16.40 Медицинский репортёр. Чем рискуют официанты на работе? (12+)
- 17.10 Клинический случай. Спасти Булгакова. (12+)
- 17.35 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Тимус. Селезёнка. (12+)
- 19.20, 05.15 Медицинский квест. Запоры. (12+)
- 20.05, 02.45 Большой скачок. Игра в бога. (12+)
- 20.35, 03.10 Большой скачок. Канцерогены. (12+)
- 21.05 О самом главном. Рак шейки матки. (12+)
- 22.00 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
- 22.45, 03.35 Правила жизни 100-летнего человека. Средняя полоса России. (12+)
- 00.35 Скажите, доктор! Маточные патологии. (12+)
- 02.00 Медицинский квест. Стресс. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25, 07.20 Ирано-иракская война. (16+)
- 08.15, 09.00 Музейные тайны. (12+)
- 09.45 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
- 10.35 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
- 11.30 Древние конструкции: Тайные чудеса природы. (12+)
- 12.25 Тайны мумий животных. (12+)
- 13.25 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
- 14.15 Запретная история: Гадалка хрустальных черепов. (12+)
- 15.05, 16.05 Николай и Александр: последние монархи России. (12+)
- 17.00 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
- 17.50 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
- 18.45, 19.35 5000 лет истории Нила. (12+)
- 20.30 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
- 21.20 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
- 22.15, 23.15 Война в Корее. (12+)
- 00.15, 01.10 Николай и Александр: последние монархи России. (12+)
- 02.00, 02.50 Империя с Майклом Портилло. (12+)
- 03.35, 04.20 Запретная история. (12+)
- 05.05 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)

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

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

МАТЧ!
МАТЧ! ТВ

СПБ

ЛЕНТВ 24

78
78 КАНАЛ



16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 11.50 «Роман в камне»
- 12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
- 13.35 Искусственный отбор
- 14.20 00.30 «Борис Раушенбах»
- 15.05 Новости. Кино
- 15.20 «Библейский сюжет»
- 15.50 «Белая студия»
- 16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 18.00 01.10 Мастера мировой концертной сцены
- 19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 02.10 «Новые люди Переславыя и окрестностей»
- 03.00 Перерыв в вещании



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2». (12+)
- 10.40 04.40 «Люсьена Овчинникова. Улыбка сквозь слёзы». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВ-2». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 «СВОИ». (16+)
- 17.00 «Бес в ребро». (16+)
- 18.10 «СИНИЧКА-3». (12+)
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «Музыкальные приключения итальянцев в России». (12+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)



11.30 «Есть тема!» (16+)

- 06.00 «Есть тема!» (16+)
- 07.00 10.00 12.55 14.20 21.55 Новости
- 07.05 14.25 22.00 01.00 Все на Матч!
- 10.05 13.00 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Смешанные единоборства. С.С. Мавинн - Ч. Аллазов. Опе FC. (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.20 «Вид сверху». (12+)
- 13.50 География спорта. (12+)
- 15.55 Что по спорту? (12+)
- 16.25 Хоккей. «Авангард» - «Металлург». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 18.45 Хоккей. «Ак Барс» - «Салават Юлаев». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 21.25 «Ты в бане!» (12+)
- 22.55 Футбол. Кубок Испании. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 01.45 Волейбол. «Зенит-Казань» - «Динамо». (0+)
- 03.30 Новости. (0+)



19.30 «Губернаторский контроль». (6+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Путь города». (12+)
- 12.40 13.15 «ЗЕЛЕНЫЕ ЦЕПОЧКИ». (16+)
- 13.10 15.15 19.20 22.30 Новости спорта. (12+)
- 15.45 03.00 «РОЗЫСК». (16+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Губернаторский контроль». (6+)
- 21.00 «Ленинградский дневник». (12+)
- 21.40 «Непокоренная красота». (6+)
- 22.40 02.50 Степень защиты. (16+)
- 22.50 «Пояснительная бригада». (16+)
- 22.55 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (16+)
- 05.35 «Забытый полковник». (12+)



20.45 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)

- 07.00 08.00 19.00 23.00 02.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
- 07.40 08.40 15.15 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 09.00 «ИЩИ ВЕТРА...» (12+)
- 10.30 01.30 «Вместе по России». (12+)
- 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
- 11.15 «ПЯТЬ ДНЕЙ ОТДЫХА». (12+)
- 13.15 «ДНЕВНЫЕ ЗВЕЗДЫ». (6+)
- 15.35 «Моя блокада». (12+)
- 16.30 «Малая дорога жизни». (12+)
- 17.15 «Рожденный на Невском пятачке». (12+)
- 18.00 «ТОРГСИН». (16+)
- 19.40 05.05 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
- 20.45 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 23.40 «АТЛАНТИДА». (16+)
- 02.40 «РОЗА ПРОЩАЛЬНЫХ ВЕТРОВ». (12+)



20.10 «Открытая студия». (12+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 21.00 23.15 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 20.00 22.00 23.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Путь хлеба». (12+)
- 14.30 «Ладога. Блокадная навигация». (12+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 Ступени Победы. (12+)
- 17.30 «Целители Ленинграда». (12+)
- 18.00 «Вечер трудового дня». (12+)
- 19.00 «Интервью». (12+)
- 20.10 «Открытая студия». (12+)
- 21.15 22.15 «Итоги дня». (16+)
- 23.45 «Ладога». (12+)
- 01.15 «Золото и пепел». (12+)
- 02.20 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- 05.00 Ранние пташки. «Озорные эльфы». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронико». (0+)
- 08.00 «ДиноСити». (0+)
- 10.40 «Дракошия». (0+)
- 10.45 «Игра с сумом». (0+)
- 11.05 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+) Приключения друзей, которые мастерски сражаются в игре под названием Надо.
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Гудзионанс. Магическая сила!» (6+) Невероятные приключения супергероини Гудзионанс!
- 14.20 «Бубба». (6+)
- 16.35 «Отель у овечек». (0+) Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
- 18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 18.35 «Деревяшки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Барбоскины». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Котёнок по имени Гав». (0+)
- 23.25 «Мы за солнышком идём». (0+)
- 23.40 «Четверо в кубе». (0+)
- 01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.50 «Котики, вперёд!» (0+)
- 03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
- 04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «Бубба». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «ИНТЕРВЬЮ С ВАМПИРОМ». (16+)
- 10.25 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 12.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
- 14.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)
- 17.20, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 19.00 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 20.55 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
- 22.30 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОН». (12+)
- 00.30 «КОД ДАВИНЧИ». (16+)
- 03.05 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)

- 01.10 «КРЫСИНЕ БЕГА». (12+)
- 03.55 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)
- 05.25 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 07.20 «ЕВРОТУР». (16+)
- 08.55 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
- 10.45 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
- 12.45 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 14.25 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 16.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
- 17.40 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 19.30 «КРАСОТКИ». (16+)
- 21.15 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
- 23.05 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «Три коты». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «ЛЕТЧИК». (12+)
- 10.55 «НЕБО». (12+)
- 13.10 «КРЫМ». (16+)
- 15.00 «АДМИРАЛЬ». (16+)
- 17.05, 18.05 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 19.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 20.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 21.45 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
- Россия, 2018 г.
- 23.30 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
- 01.30 «СПУТНИК». (16+)
- 03.20 «АДМИРАЛЬ». (16+)
- 06.40 «Пиноккио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
- 08.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 09.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 11.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 14.10 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 15.35 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
- 03.00 «МАРШ-БРОСОК». (16+)
- 04.50 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.25 Суббота News 2023. (16+)
- 23.30, 00.40 Богиня шопинга. (16+)
- 01.40, 02.10 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
- 02.50 Барышня-крестянка. (16+)
- 03.40 «Смешарики». «Маша и Медведь». Машины Песенки. Мультсериалы. (0+)
- 06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 11.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
- 16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2009 г. Новым подчинённым Кости становится Сан Саныч. Бывший начальник ведёт себя как начальник, и Косте это не нравится...
- 22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 00.45 Даёшь молодёжь! (16+)
- 02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 05.55 «Три коты». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 В поисках Бога. (6+)
- 05.40 «ЖИЛА-БЫЛА ДЕВОЧКА». (0+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)
- 11.05 Земля жизни. Фильм 6. (0+)
- 12.10, 01.20 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 12.45 Щипков. (12+)
- 13.15 Цикл: Дети Донбасса. Родители без границ... (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)
- 16.40 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (0+)
- 18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 6-7 серии. (16+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Лето Господне. (6+)
- 23.20 Страна за священной рекой. Где крестился Христос? (0+)
- 23.50 День Патриарха. (0+)
- 00.05 Апокалипсис. Глава 13. (18+)
- 01.50 Профессор Осипов. (0+)
- 02.20 Прямая линия жизни. (16+)
- 03.10 Встреча. (12+)
- 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

18 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник). Сщмч. Феопемпта, еп. Никомидийского, и мч. Феоны волхва.



Прп. Синклитики Александрийской. Прп. Симеоны Псково-Печерского. Прор. Михея. Прп. Аполлинария. Прп. Фотирия. Прп. Мины. Прп. Григория Акритского. Сщмч. Андрея пресвитера. Мч. Иосифа и с ним 37 мучеников. Мц. Евгении. Сщмч. Сергия пресвитера. Мч. Матфея.

Строгий пост.

«Во Иордане бывшее на Господа сошествие Духа было сошествием на нас, потому что носит Он на Себе наше тело. И было оно не к усовершению Слова, но для нашего опять освящения, чтобы мы причастились Его помазания».
Прп. Афанасий Великий

КРОССВОРД

Разгадайте в головоломке цитату из книги Туве Янссон, автора историй про Муми-троллей (54 буквы).
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении.

Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):

- 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
- 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
- 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядух;
- 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
- 5) когда уже не помогает умение считать, просто попытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

4 4 8 4
2 Ж Д З Н И 3
5 1 И М Б Е К А С
4 1 Ы Ы Ч Л В Ы С Ь Е 4
4 С Ж П Г З Н Б Э Д Ж О
6 Д Я А О Д Ь Д Р О Я В П О 4
2 Ш Е И И Л Ш С Л И Д Л О Е А 1 6
Ь Ю Н Г О М Б И Т В Я З Ж Г Е Д Л
М Б Б Ь В Т Т Ы С В Х О А К Д В М Й О 2
1 Е Л Ц Н Н О Э Э Е Ь Т Ш Е Б М З Н Т З З Е
В Ж З Н Э Э Т М К Д Я Т Е М Н А М Е Ы 2 5
Н Е Е А Е С О Ж С Ь Н Ш Е Б Г Е П 4
2 Х З Г Ш М Э Ь И Х Р Ш И З Ы А
6 Т Ж О Ь С Я В Л О Ь Л Д Ш 4
5 4 К Д Т Е Р Г О Р Д Х Б
1 Б С З И С Ы Т К Р 1
5 6 О Ь Ы Ж Э К З 1
8 3 8 3



Ответ на задание в № 1:
Франсуа Рабле:
«Не боюсь я ничего: ведь
сегодня Рождество, Рождество,
Рождество».

ХРОНОЛОГИКА

ДОМАШНИЙ ПОВАР №1 / 2023

БЛИНЫ

В БУДНИ И ПРАЗДНИКИ

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

Дорогие друзья!

Блины – древнейшая мучная выпечка. На Руси это блюдо появилось до IX века и сегодня занимает достойное место на каждом столе. Практически у каждой хозяйки есть свой собственный рецепт выпечки, передающийся от матери к дочери. Начиная с XIX века блины стали символом яркого праздника проводов зимы – Масленицы. А мы предлагаем вам

обратить внимание на рецепты в нашем журнале. Хотите получить удачные «солнышки со сковороды»? Мы расскажем, что сделать, чтобы они получились...

- как будто из разных стран мира,
- словно в старину,
- в виде пирогов и даже тортов,
- одинаково вкусно с начинкой и без.

Несмотря на незамысловатость рецептов, блины считают сложным кулинарным блюдом, которое требует навыков и терпения. Считается, что печь блины нужно только в хорошем настроении, тогда тесто будет послушным, а выпечка – вкусной!

Наслаждайтесь вкусом и ароматом, а также разнообразием начинок для блинов.

Номер в продаже с 13 января!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

ДОМАШНИЙ ПОВАР

ОТ МАСЛЕНИЦЫ ДО ПОСТА

ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 13 ЯНВАРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



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

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

Начало года – время надежд, планов и ожидания чудес. А какого чуда ждут садоводы и огородники?

Конечно, новых необычных растений, которые можно вырастить на своем участке! Мы предлагаем вам наш рейтинг самых необычных овощей, семена которых наверняка порадуют любого увлеченного огородным делом дачника.

9 необычных овощей, которые стоит вырастить в новом году



1

Пепино

Плоды этого растения формой похожи на грушу, а вкус пепино напоминает ароматную дыню. Но при этом пепино относится не к тыквенным, а к пасленовым. У себя на родине, в южных краях, пепино – многолетник, а в условиях средней полосы его всякий раз приходится выращивать заново, причем лучше – в теплице. Это лиана высотой 1-1,5 м, плоды при этом крупные – от 200 до 750 г. Овощ можно употреблять как в свежем виде, так и добавлять во фруктовые салаты.



2

Бамия

Бамия – это тропическое растение из семейства мальвовых. Это однолетник, который на юге достигает в высоту 2,5 м, а в средней полосе обычно не вырастает выше метра. Плоды бамии представляют собой длинные угловатые стручки. Собирают их зелеными, тушат, добавляют в супы. Спелые семена бамии обжаривают и используют как заменитель кофе. Бамия очень требовательна к теплу, поэтому выращивать ее лучше в теплице.



4

Мелотрия шершавая

Мелотрия относится к семейству тыквенных. Некоторые называют это растение мышинной дыней, кислым огурцом или миниатюрным арбузом. По вкусу она похожа на огурец, а внешне плоды напоминают маленькие арбузики. Стебли у мелотрии тоненькие, листочки мелкие и плоды миниатюрные – 2-2,5 см. Мелотрия – экзот, но она спокойно растет в открытом грунте даже в Сибири. В свежем виде она уступает по вкусу огурцам и другим тыквенным, а вот в солениях задорно хрустит и является их эффектным украшением.



5

Артишок

В европейских странах артишоки давно завоевали популярность благодаря полезным и необычным плодам. Внешним видом артишок похож на нежный цветок, а вкус его можно сравнить с грецким орехом. У артишоков едят нераскрывшиеся цветки, удаляя сердцевину и верхние листья. Чаще всего артишоки отваривают с лимонным соком или запекают со специями и оливковым маслом.



6

Капуста романеско

Этот овощ поразит вас своим космическим и футуристичным видом. Получился он в результате скрещивания цветной капусты и брокколи. В итоге появился плод, напоминающий марсианский летающий объект. Эта капуста не только выглядит сказочно, но и содержит множество полезных микроэлементов.



7

Катран

Многие боятся выращивать обычный хрен, потому что он может быстро заполнить весь участок. Но не все знают, что существует овощ, который является отличной заменой хрену, – катран. Семена катрана можно без проблем купить в садовом центре. Уникальность катрана в том, что по вкусовым качествам он ничуть не уступает хрену, при этом сочнее и урожайнее, а главное, не разрастается по всему участку и остается ровно там, где посажен. Растение устойчиво и к жаре, и к морозам, к тому же весьма декоративно.



8

Якон

Якон, родственник подсолнуха и топинамбура, – овощ, который популярен в Японии. Клубни якона можно жарить, варить, запекать и сушить. Из него также готовят варенье, цукаты, употребляют в сыром виде и кладут в салаты. В грунт якон следует высаживать с середины мая, после того, как минует угроза возвратных заморозков. Почва должна быть плодородной, а место – солнечным. Уборка урожая происходит осенью. Якон будет отличным дополнением к диетическому рациону людей, страдающих диабетом.

Китайский ямс

3

Ямс, или китайский батат, как еще называют растение, это лиана, которая может взбираться вверх по опоре на высоту до 3 метров. Под землей ямс наращивает огромные клубни, похожие на бататы, с бледно-желтой мякотью – это популярный ингредиент азиатской кухни. Их употребляют в пищу так же, как картофель, с той лишь разницей, что ямс гораздо питательнее и в два раза калорийнее картофеля из-за высокого содержания крахмала.



Разноцветная кукуруза

9

Если обычная желтая кукуруза вам наскучила, представьте, что вы вскрываете початок, а там зерна всех цветов радуги! Американский фермер Карл Барнс вывел новый сорт кукурузы Glass Gem. Зерна кукурузы этого сорта полупрозрачны и похожи на разноцветные драгоценные камушки. При варке цвет не теряется, да и в свежем виде сорт вполне съедобен.



Валерия ПАШЕЧКИНА



ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 27 ЯНВАРЯ!

С ЭТИМ НОМЕРОМ ВСЕ ЧИТАТЕЛИ

ПОЛУЧАТ В ПОДАРОК СЕМЕНА*

*ВНИМАНИЕ! ПАКЕТИК СЕМЯН ПРИКРЕПЛЁН НА ОБЛОЖКУ

ИЗДАНИЕ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ. ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



1 ПЕРВЫЙ



18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
21.00 «Время»
21.45 «НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ». (16+)
22.40 «Большая игра». (16+)
00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
01.00 Подкаст. Лаб. (16+)
03.00 Новости
03.05 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 16.00 20.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
Брагин просит у Нины прощения за свою выходку. Обещает, что такое больше никогда не повторится. Тем временем к Нине приходит жена Никифорова, которая просит её оставить Славу в покое. В «Склиф» приезжает полицейский, чтобы снять отпечатки пальцев у неизвестного, попавшего в ДТП.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «КАМЕНСКАЯ». (12+)
03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

05.25 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)
08.00 10.00 13.00 «Сегодня»
08.25 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
Во время спиритического сеанса в салоне мадам Олкотт гибнет известная актриса. Безсонов и Щукин уверены, что это спланированное убийство.
22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
00.20 «Поздняков». (16+)
00.35 «ЧУМА». (16+)
02.45 «БОМБИЛА». (16+)

СТС СТС



14.10 «РОДКОМ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
09.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
11.55 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (12+)
14.10 «РОДКОМ». (16+)
18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
20.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
22.00 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
Нью-Йорк, 1799 год. Молодого констебля для расследования загадочных убийств отправляют в глухую деревеньку Сонная Лощина. Неизвестный отсекает жертвам головы и уносит их с собой...
00.05 «ДРУГОЙ МИР: ВОССТАНИЕ ЛИКАНОВ». (18+)
01.35 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ТНТ



10.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
10.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)
17.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
20.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «СТРИМ». (16+)
Юля идет на секцию баскетбола. Жора тоже записывается туда. Дима видит это через трансляцию. Подговаривает своих дружков тоже идти на баскетбол. Елена пытается объяснить своему начальнику - Тарасу - почему продала все задешево.
22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
23.00 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
00.40 «Импровизация». (16+)
03.15 «Comedy Баттл». (16+)
04.45 «Открытый микрофон». (16+)
06.50 «Однажды в России». (16+)

REN REN



20.00 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)

05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 03.00 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «ХИЩНИКИ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.25 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 13.50 15.05 03.55 «ПОЗИВНОЙ «СТАЯ»-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 01.00 «СУДЬБА». (16+)
10.50 «Освобождение». (16+)
13.20 «Москва - фронту». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Восточный фронт». (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.20 «ЗАБУДЬТЕ СЛОВО СМЕРТЬ». (12+)

ТВ-3 ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 17.20 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
01.45 «ГРЕТЕЛЬ И ГЕНЗЕЛЬ». (16+)
Не в силах прокормить детей, мать выставляет Гретель и Гензеля из дома, чтобы они сами искали себе пропитание.

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)
06.20 Идеальный ужин. (16+)
08.00 Утилизатор. (12+)
08.30 Утилизатор. (12+)
10.00 «+100500». (16+)
11.30 Улётное видео. (16+)
14.00 Охотники. (16+)
Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками.
16.00 Решала. (16+)
19.00 Охотники. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Улётное видео. (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.00 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.10 «Понять. Простить». (16+)
13.25 23.10 «Порча». (16+)
13.55 23.45 «Знахарка». (16+)
14.30 00.15 «Верну любимого». (16+)
15.05 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (16+)
19.00 «ИГРА В ДОЧКИ-МАТЕРИ». (16+)
00.45 «Понять. Простить». (16+)

ОТР ОТР

06.40 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
08.00 13.10 19.20 ОТражение
11.30 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)
15.10 23.25 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
16.05 00.20 «Президентский протокол». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.45 «Большая страна: открытые». (12+)
21.00 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)
22.45 «Моя история». (12+)
01.15 «Большая страна: территория тайн». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР МИР
05.00, 02.25 «РАЗВОД». (16+)
06.00 Мультфильмы. (6+)
08.15, 10.10, 22.40 «КУЛИНАР». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.05 Мировое соглашение. (16+)
18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.50 Слабое звено. (12+)
21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
00.55 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (0+)
Мюзикл, комедия, СССР, 1934 г.

ПОБЕДА ПОБЕДА
05.30 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
07.40 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
09.50 «ФРОНТ». (16+)
16.50 «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 безрасудный юнец. Именно такие, как Василий Русаков - где-то совсем еще дети, где-то не по годам мудрые командиры - выведут свои танки на Курскую дугу...
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «30Я». (16+)
02.40 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
04.20 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)

ДОКТОР ДОКТОР
06.00, 12.00, 18.15, 23.45 О самом главном. Продукты-обманщики. (12+)
06.55 На приёме у косметолога. Эстетика лица. (12+)
07.20 Метод исследования. Заболевания печени. (12+)
07.50 На приёме у Кириллы Лыско. (12+)
08.20, 13.50, 01.05 Я, человек. Фильм 1. (12+)
09.05 О самом главном. Сыр: короли и козлы. (12+)
10.00 Медицинский репортёр. (12+)
10.30 Клинический случай. Спаси Булгакова. (12+)
11.00 Теледоктор. Прямая трансляция
13.00, 04.20 Медицинский квест. (12+)
14.45 Скажите, доктор! Сердечно-сосудистые болезни. (12+)
15.10, 02.15 Психология. Алкоголизм. (12+)
15.35 О самом главном. Рак шейки матки. (12+)
16.30, 17.00 Большой скачок. (12+)
17.30 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
19.15, 05.05 На приёме у психолога. Ипохондрия. (12+)
19.45, 05.35 Психология. Психосоматика. (12+)
20.15, 02.45 Тайны мозга. Фильм 1. (12+)
21.00 О самом главном. Профилактика онкологических заболеваний. (12+)
21.55 Шифры нашего тела. Сердце. (12+)
22.45, 23.15, 03.30, 03.55 Добавки. (12+)
00.40 Скажите, доктор! (12+)
01.50 На приёме у психолога. Гнев. (12+)

VIASAT HISTORY VIASAT HISTORY
06.00, 06.55 Война в Корее. (12+)
07.55 Музейные тайны: Искатели. (12+)
08.40 Музейные тайны: Экспедиция на Северный полюс. (12+)
09.30 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
10.20 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
11.15, 12.05 5000 лет истории Нила. (12+)
12.55 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
13.45 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
14.35 Последний поход викингов: Эмигранты. (12+)
15.35 Последний поход викингов: Один день в Париже. (12+)
16.30 Вечные Помпеи. (6+)
17.30 Помпеи: после извержения. (12+)
18.45, 19.35 5000 лет истории Нила. (12+)
20.30 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
21.20 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
22.10, 23.10 Война в Корее. (12+)
00.05 Последний поход викингов: Эмигранты. (12+)
01.05 Последний поход викингов: Один день в Париже. (12+)
02.00, 02.45 Империя с Майклом Портилло. (12+)
03.30, 04.20 Запретная история. (12+)
05.05 Империя с Майклом Портилло. (12+)

ПЯТНИЦА ПЯТНИЦА
05.00 Зов крови-2. Денис Гробовец. (16+)
05.30, 02.20, 04.10 Пятница News. (16+)
05.50, 06.50 Кондитер. (16+)
08.10, 09.10, 10.20 На ножках (субтитры). (16+)
11.30, 15.10, 17.00, 19.00, 21.10, 23.00 Четыре свадьбы. (16+)
13.20 Любовь на выживание. Таня и Женя (субтитры). (16+)
00.10 «V ЗНАЧИТ ВЕНДЕТТА». (16+)
02.50, 03.30 «ДРЕВНИЕ». (18+)
04.30, 04.35, 04.45 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю Ю
05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.05 Папа попал. (16+)
11.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И реально ли от нее избавиться?
20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.55 Измены. (18+)
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

МАТЧ!
МАТЧ! ТВ

СПБ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ЛЕН ТВ 24 ЛЕН ТВ 24

78
78 КАНАЛ



10.15 «Наблюдатель»



15.15 «СВОИ». (16+)



09.50 Специальный репортаж. (12+)



12.30 «Пульс города. Репортаж». (12+)



18.00 «ТОРГСИН». (16+)



19.30 КХЛ. «Северсталь» - СКА. Прямая трансляция. (12+)

- 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 «Оттаявший мир»
- 08.25 12.10 23.20 Цвет времени
- 08.35 16.30 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»**
- 13.30 Абсолютный слух
- 14.15 00.50 «Леонид Канторович»
- 15.05 Новости. Театр
- 15.20 Моя любовь - Россия!
- 15.45 «2 Верник 2»
- 18.10 01.30 Мастера мировой концертной сцены
- 19.00 «Константин Станиславский»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Дело Деточкина»
- 21.30 «Знигма»
- 02.15 «Верёя»

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2».** (12+)
- 10.40 04.40 «Маргарита Назарова и Иван Дмитриев». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 03.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 «СВОИ».** (16+)
- 17.00 «Звёзды и аферисты». (16+)
- 18.10 «СИНЧИКА-4».** (16+)
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «Голубой огонёк». Битва за эфир». (12+)
- 01.25 «Актёрские драмы». (12+)
- 02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)

- 06.00 «Есть тема!» (16+)
- 07.00 09.45 13.25 14.20 20.00 Новости
- 07.05 14.25 20.05 01.00 Все на Матч!
- 09.50 13.30 Специальный репортаж. (12+)
- 10.10 География спорта. (12+)
- 10.40 Биатлон. Pari Кубок Содружества. Прямая трансляция
- 12.00 «Есть тема!»
- 13.50 «Лица страны». (12+)
- 15.55 04.35 «Магия большого спорта». (12+)
- 18.35 Смешанные единоборства. Т. Сантос - Я. Блахович. UFC. Трансляция из Чехии. (16+)
- 20.55 22.55 Футбол. Кубок Испании. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 01.45 Баскетбол. МБА - «Пари НН». Единая лига ВТБ. (0+)
- 03.30 Новости. (0+)
- 03.35 Биатлон. Pari Кубок Содружества. Спринт. Женщины. (0+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Пульс города. Репортаж». (12+)
- 12.40 «Крещение в Плахино». (6+)
- 13.10 15.15 19.20 22.30 Новости спорта. (12+)
- 13.15 «Губернаторский контроль». (6+)
- 13.50 «Адаптация». (6+)
- 14.25 «Забытый полководец». (12+)
- 15.45 03.05 «РОЗЫСК».** (16+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Время суток». (16+)
- 21.00 «Земля. Гид для путешественников». (6+)
- 22.40 02.55 Степень защиты. (16+)
- 22.50 «Кино» в Севкабеле. Концерт. (16+)
- 00.15 «АССА».** (16+)

- 07.00 08.00 19.00 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
- 07.40 08.40 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 09.00 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА».** (12+)
- 10.40 «Выходные на колесах». (6+)
- 11.15 «ПРОСТИ МЕНЯ, МАМА».** (12+)
- 13.15 «25-Й ЧАС».** (16+)
- 15.35 «Софья Преображенская». (12+)
- 16.30 «Горизонт приключений. Крым». (12+)
- 17.15 «Культурная полиция. Охотники за искусством». (12+)
- 18.00 «ТОРГСИН».** (16+)
- 19.40 05.05 «ЭКСПРОПАТОР».** (16+)
- 20.35 «Ненаписанные мемуары». (12+)
- 21.30 «ИЩИ ВЕТРА...»** (12+)
- 23.40 «РОБЕРТ - КОРОЛЬ ШОТЛАНДИИ».** (18+)
- 02.40 «ЭБИГЕЙЛ».** (6+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 23.15 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 22.00 23.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 01.10 Телекурьер. (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 «Другой Петербург». (16+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 Ступени Победы. (12+)
- 17.30 «Освобождение». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 18.45 «Невидимый фронт». (12+)
- 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
- 19.30 КХЛ. «Северсталь» - СКА. Прямая трансляция. (12+)
- 22.15 01.40 «Итоги дня». (16+)
- 23.45 «Предатели». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Грузовик Лева». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронико». (0+)
- 08.00 «Геройчики». (0+)
- 10.40 «Дракошия». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Мелкие ручки». (0+)
- У Криворучки есть суперспособность - она может всё что угодно превратить в цветы! Вот взять, к примеру, бумажные салфетки... Вместе с Мастером Леной Криворучка превратит их в красивый букет!
- 11.05 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры». (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Простоквашино». (0+)
- 16.35 «Оранжевая корова». (0+)
- 18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 18.35 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Барбоскины». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Кошкин дом». (0+)
- 23.10 «О том, как гном покинул дом и...» (0+)
- 23.20 «Высокая горка». (0+)
- 23.40 «Четверо в кубе». (0+)
- 01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 02.50 «Котики, вперёд!» (0+)
- 03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
- 04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

МУЛТ

- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Гурбозавры». (0+)
- 09.20 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)
- 09.50 «Морики Дорики». (0+)
- 10.00, 14.00, 22.00 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)
- 15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идет в гости». (0+)
- 17.20 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
- 18.00 «ДиноСити». (0+)
- 18.30 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
- 22.30 «Смешарики. Пинкод». (0+)
- 23.00 «Шкина к спине». (0+)
- 23.35 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 00.35 «Домики». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 10.20 «ГАРИ И ХЕНДЕРСОН». (12+)
- 12.20 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- 15.00 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 17.20, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 19.00 «МАТИЛЬДА». (6+)
- 20.45 «ЧТО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 23.00 «ТУТСИ». (16+)
- 01.10 «2+1». (16+)
- 03.10 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)

РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Фиксики». «Пин-код». Мультсериалы. (6+)
- 07.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 10.15 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 11.30 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
- 13.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
- 15.15 «СПУТНИК». (16+)
- 17.10, 18.05 «ЗА ЧАС ДО РАССВЕТА». (16+)
- 19.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
- 20.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 22.15 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 00.10 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 02.05 «ПРИЗРАК». (6+)
- 03.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.45 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.10 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 10.55 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 13.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 15.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
- 03.00 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
- Россия, 2018 г. В ролях: Евгений Цыганов, Дэвид Хэд
- 04.35 «ЗА ГРАНИЦЫ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.30 Суббота News 2023. (16+)
- 23.40, 00.40 Богиня шопинга. (16+)
- 01.40, 02.20 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
- 02.50 Барышня-крестьянка. (16+)
- 03.30 «Смешарики». «Маша и Медведь». «Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
- 03.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
- 04.35 «ЁЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (6+)
- 06.15 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
- 07.50 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 09.45 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 11.55 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
- 14.05 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
- 15.35 «КРАСОТКИ». (16+)
- 17.20 «27 СВАДЕБ». (16+)
- 19.30 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
- Комедия, Россия, 2021 г.
- 21.15 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
- Комедия, США, 1989 г.
- 23.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)

МОСФИЛЬМ

- 07.00 Мультфильмы. (0+)
- 08.05 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)
- 09.55 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)
- 11.40 «ОХОТА НА ЛИС». (12+)
- 13.25 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
- 15.05 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
- 16.45 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.50 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 21.30 «ЗЕМЛЯ САНИКОВА». (12+)
- 23.10 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
- 00.50 «ЭЖИПАЖ». (16+)
- 03.05 «В КВАДРАТЕ 45». (12+)
- 04.10 «ОСТРОВ КОЛДУН». (16+)
- 05.20 «КУРЬЕР». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 14.00, 22.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
- 15.00, 23.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО ЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 11.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
- 16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- На матче судья явно подсуживает «Титану», все пытаются разобраться, чьих это рук дело. Отец Бакина выигрывает в лотерею. Татьяна рассказывает Васгену всю правду о своём прошлом.
- 00.40 Дайшь молодёжь! (16+)
- 02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

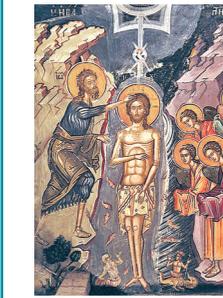
СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Лето Господне. (6+)
- 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Страна за священной рекой. Где крестился Христос? (0+)
- 15.30 Альфа и Омега. Господские непереходящие праздники. (0+)
- 16.00 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ШУКИ»». (12+)

- 18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 7-8 серии. (16+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
- 22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.05 Амель и Генуя - что общего. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Русский мир. (12+)
- 00.50 Апокалипсис. Глава 14. (18+)
- 01.40 В поисках Бога. (6+)
- 02.10 Иоанн Креститель. Цикл: Пророки. (0+)
- 02.40 Профессор Осипов. (0+)
- 03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

19 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа.



Преставление свт. Феофана, Затворника Вышенского.

Поста нет.

«С тех пор как Спаситель собогаволил принять наше естество, Он исполняется Святого Духа не потому, что Он был ниже Святого Духа, а потому, что плоть должна была в человеческом образе воспринять сошествие Духа».

Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ



23.15 «ЗОЛУШКА». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «Жить здорово!». (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 15.15 16.50 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
 19.45 «Поле чудес». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 «Голос. Дети». 10-й юбилейный сезон. (0+)
 23.15 «ЗОЛУШКА». (16+)
 01.00 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 14.55 «Кто против?». (12+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.15 Вести. Местное время
 21.30 «ЭКИПАЖ». (6+)
 История талантливого молодого лётчика Алексея Гущина. Он не признаёт авторитетов, действует в соответствии с личным кодексом чести. За невыполнение абсурдного приказа его выгоняют из военной авиации, но чудом он получает шанс летать на гражданских самолётах.
 00.15 «ЛЕГЕНДА №17». (6+)
 02.35 «КРАСАВЕЦ И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
 04.39 Перерыв в вещании

НТВ



14.00 «Место встречи»

- 05.20 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
 09.25 «Следствие вели...» (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «Следствие вели...» (16+)
 11.00 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 16.45 «ДНК». (16+)
 17.55 «Жди меня». (12+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
 22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
 23.55 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)
 01.35 «БОМБИЛА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

СТС



08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 10.00 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
 11.50 Уральские пельмени. (16+)
 13.40 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 21.00 «ПРАВИЛА СЪЁМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
 Легендарный доктор Алекс Хитченс многим мужчинам помог добиться взаимности от женщин их мечты. Его новый клиент - робкий бухгалтер, без ума влюблённый в гламурную звезду. Для Хитча этот случай должен стать вершиной карьеры.
 23.20 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
 01.00 «УМНИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ». (16+)
 02.55 «6 кадров». (16+)
 05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



01.40 «Импровизация». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
 13.30 «ХБ». (16+)
 20.00 «Однажды в России». (16+)
 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
 Премьера! Шоу не сбавляет обороты и в новом сезоне предлагает еще больше остроумных, актуального юмора. Каждую пятницу ровно в девять вечера телезрители дружно переключаются на ТНТ, чтобы посмотреть главное комедийное шоу России. Для резидентов Comedy Club не существует никаких авторитетов и правил.
 23.00 «Stand up». (16+)
 00.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (16+)
 01.40 «Импровизация». (16+)
 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
 04.40 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
 06.15 «Однажды в России». (16+)

РЕН



20.00 «БЛАДШОТ». (16+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
 09.00 «Документальный проект». (16+)
 11.00 «Как устроен мир». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 «Загадки человечества». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «БЛАДШОТ». (16+)
 22.00 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)
 00.10 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
 02.10 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-2: ГЕРОЙ ФЕДЕРАЦИИ». (16+)
 03.30 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-3: МАРОДЁР». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.25 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 19.55 «СЛЕД». (16+)
 23.10 «Светская хроника». (16+)
 00.15 Они потрясли мир. (12+)
 01.00 02.25 03.40 04.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
 01.45 03.00 04.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.30 13.20 15.05 04.25 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ»-2». (16+)
 07.40 09.20 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
 15.00 Военные новости. (16+)
 15.25 18.40 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!». (16+)
 23.00 Музыка+. (12+)
 00.00 «Львиная доля». (16+)
 01.55 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 «Слепая». (16+)
 11.15 Знаки судьбы. (16+)
 12.20 Мистические истории. (16+)
 13.30 Гадалка. (16+)
 14.30 Вернувшиеся. (16+)
 15.40 Гадалка. (16+)
 17.20 «Слепая». (16+)
 19.30 «ХРОНИКИ РИДИКА: ЧЁРНАЯ ДЫРА». (16+)
 21.45 «ПОТРОШИТЕЛИ». (16+)
 00.00 «ЛОВЕЦ СНОВ». (16+)
 02.15 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
 06.15 Идеальный ужин. (16+)
 07.00 Утилизатор. (12+)
 09.00 Утилизатор. (16+)
 09.30 Утилизатор. (12+)
 10.00 «+100500». (16+)
 11.30 Улётное видео. (16+)
 14.00 Решала. (16+)
 Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию.
 23.00 Опасные связи. (18+)
 02.45 Улётное видео. (16+)
 05.50 Утилизатор. (12+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
 08.40 Давай разведёмся! (16+)
 09.40 Тест на отцовство. (16+)
 11.50 «Понять. Простить». (16+)
 13.05 23.10 «Порча». (16+)
 13.35 23.45 «Знахарка». (16+)
 14.10 00.15 «Верну любимого». (16+)
 14.40 «ХРУСТАЛЬНАЯ МЕЧТА». (16+)
 19.00 «КАРТА ПАМЯТИ». (16+)
 00.45 «Понять. Простить». (16+)

ОТР

- 07.30 10.55 «Календарь». (12+)
 10.10 16.10 «Исследуя искусство». (16+)
 11.20 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)
 15.55 «Хроники общественного быта». (12+)
 17.00 «Вспомнить всё». (12+)
 17.30 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
 21.00 «Ч/Б». (16+)
 22.30 «Свет и тени». (12+)
 23.00 «ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА». (18+)
 00.40 «Хроники смутного времени». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
 05.00 «РАЗВОД». (16+)
 06.10 Мультфильмы. (6+)
 08.00, 10.20 «КУЛИНАР». (16+)
 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 10.10 В гостях у цифры. (12+)
 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 15.15, 17.55 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 17.05 Мировое соглашение. (16+)
 18.50 Слабое звено. (12+)
 19.40 «КУРЬЕР». (0+)
 21.25 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
 00.05 «САЛОН КРАСОТЫ». (12+)
 01.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
 02.10 «БЛИЗНЕЦЫ». (0+)
 03.30 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- ПОБЕДА
 05.40 «Путь к Победе». (16+)
 06.40 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
 08.30 «НЕМЕЦ». (16+)
 Военная драма по мотивам одноименного романа Юрия Костина.
 14.20 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
 Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим заклятым врагом - майором Абвера Конрадом фон Бютцовом. История начинается 21 июня 1941 года.
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 01.00 «РЖЕВ». (16+)
 02.50 «ГЕРОЙ 115». (16+)
 03.50 «РУБЕЖ». (16+)
- ДОКТОР
 06.00, 12.10, 18.15, 23.45 О самом главном. Почему скачет давление? (12+)
 06.50 Медицинский вест. Запоры. (12+)
 07.40, 23.15, 04.10 Это лечится. (12+)
 08.10, 14.00, 01.10 Я, человек. Фильм 2. (12+)
 09.00 О самом главном. Рак шейки матки. (12+)
 09.55, 10.25 Большой скачок. (12+)
 10.50 На приёме у косметолога. (12+)
 11.20, 17.25, 21.55 Шифры нашего тела. (12+)
 13.05 На приёме у психолога. Ипохондрия. (12+)
 13.30 Психология. (12+)
 14.45, 00.40 Скажите, доктор! (12+)
 15.15, 01.50, 02.20 10 решений доктора Карташёвой. (12+)
 15.40 О самом главном. Профилактика онкологических заболеваний. (12+)
 16.40 Тайны мозга. (12+)
 19.10, 05.05 10 решений доктора Карташёвой. Ре-конструкция молочной железы. (12+)
 19.40, 05.30 10 решений доктора Карташёвой. Туберкулез. (12+)
 20.05, 02.45 На приёме у доктора Куцева. О чём расскажут наши гены. (12+)
 20.30, 03.40 Это лечится. Щитовидная железа. (12+)
 21.00 О самом главном. Последствия недолеченных зубов. (12+)
 22.45, 03.15 На приёме у Кирилла Лыско. (12+)
 04.40 Метод исследования. (12+)
- VIASAT HISTORY
 06.00, 06.50 Война в Корее. (12+)
 07.45 Музейные тайны: Похищенный кинематографист. (12+)
 08.35 Музейные тайны: Смерть Тельмы Тодд. (12+)
 09.20 Вечные Помпеи. (6+)
 10.20 Помпеи: после извержения. (12+)
 11.35, 12.25 5000 лет истории Нила. (12+)
 13.15 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
 14.05 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
 14.55 Последний поход викингов: Хорошая земля. (12+)
 15.50 Последний поход викингов: Последняя битва викингов. (12+)
 16.45, 17.45 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
 18.40, 19.35 Тайны иероглифов. (12+)
 20.30 Запретная история: Тайная жизнь Моисея. (12+)
 21.20 Запретная история: Секреты Библии Дьявола. (16+)
 22.15 Война во Вьетнаме: Вьетнам и война. (12+)
 23.05 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
 23.55, 00.50 Последний поход викингов. (12+)
 01.45 Вечные Помпеи. (6+)
 02.40 Помпеи: после извержения. (12+)
 03.45, 04.30 Запретная история. (12+)
 05.10 Империя с Майклом Портилло. (12+)

РОССИЯ **R** РОССИЯ К Культура



08.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

06.30 07.00 07.30 08.15 10.00
15.00 19.30 23.30 Но-
вости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 «Веря»
08.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
10.20 Шедевры старого кино
11.50 «Шаг в вечность». К 95-летию со дня рождения Левона Лазарева
12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
13.35 Власть факта
14.15 «Илья Мечников»
15.05 Письма из провинции
15.35 «Энига»
16.15 «Роман в камне»
16.50 «Царская ложа»
17.30 Мастера мировой концертной сцены
19.00 «Константин Станиславский»
19.45 Линия жизни
20.40 01.30 «Искатели»
21.25 «2 Верник 2»
23.50 «БУМАЖНАЯ ЛУНА»
02.20 Мультфильмы

ТВЦ **ТВЦ**



18.10 «Петровка, 38». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (12+)
11.30 14.30 События
11.50 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (12+)
12.40 15.00 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (12+)
14.50 Город новостей
17.00 «Дорогие товарищи. Экстрасенсы для Политбюро». (12+)
17.50 События
18.10 04.10 «Петровка, 38». (16+)
18.20 «СИНЧИКА-5». (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.00 «Приют комедиантов». (12+)
00.40 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
02.25 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)
04.20 «Закон и порядок». (16+)
04.50 «Евгений Евстигнеев. Мужчины не плачут». (12+)
05.30 Перерыв в вещании

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**



19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ

06.00 «Есть тема!» (16+)
07.00 09.45 13.25 14.20 15.25 19.00 21.55 Новости
07.05 14.25 19.05 22.00 00.30 Все на Матч!
09.50 13.30 01.10 Специальный репортаж. (12+)
10.10 Что по спорту? (12+)
10.40 Биатлон. Par1 Кубок Содружества. Прямая трансляция
12.15 «Есть тема!»
13.50 «Лица страны». (12+)
15.30 Смешанные единоборства. One FC. Прямая трансляция
17.30 Матч! Парад. (16+)
18.00 «Ты в бане!» (12+)
18.30 География спорта. (12+)
19.55 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит». Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
22.25 Футбол. «Лейпциг» - «Бавария». Прямая трансляция
01.30 Мини-футбол. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). Чемпионат России. PARI-Суперлига. (0+)

СПБ **СПБ**



21.25 «Зона особого внимания». (16+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)
11.15 «Петербург - город решений». (12+)
12.10 «Объясняем». (12+)
12.30 «Пuls города. Репортаж». (12+)
12.40 Малые родины. (6+)
13.25 «Земля. Гид для путешественников». (6+)
14.15 15.20 02.50 «РОЗЫСК». (16+)
18.40 «Залог успеха». (12+)
19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
19.30 «Петербург. 320». (6+)
19.45 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
21.25 «Зона особого внимания». (16+)
22.00 «Пuls города». (12+)
23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
00.10 «Культурная эволюция». (16+)
01.10 «НЕ НАДО ПЕЧАЛИТЬСЯ». (12+)

ЛЕНТВ 24 **ЛЕНТВ 24**



17.15 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (12+)

07.00 08.00 19.00 23.00 02.00
«ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
07.40 08.40 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
09.00 «РОЗА ПРОЩАЛЬНЫХ ВЕТРОВ». (12+)
10.30 16.30 «Горизонт приключений». (12+)
11.00 13.00 15.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
11.15 «ПРОСТИ МЕНЯ, МАМА». (12+)
13.15 «25-Й ЧАС». (16+)
15.35 «Ненаписанные мемуары». (12+)
17.15 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (12+)
19.40 «Культурная полиция. Охотники за искусством». (12+)
20.30 «БУДНИ И ПРАЗДНИКИ СЕРАФИМЫ ГЛЮКИНОЙ». (12+)
23.40 «ЛЮБОВЬ И СТРАСТЬ: ДАЛИДА». (16+)
02.40 «ХИРУРГИЯ: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)

78 **78 КАНАЛ**



17.30 «Освобождение». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30
10.00 10.30 12.10 13.10
14.10 17.10 18.00 19.00
21.00 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00
16.00 17.00 «Происшествия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 22.20 Телекурьер. (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 «Другой Петербург». (16+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 «Ступени Победы». (12+)
17.30 «Освобождение». (12+)
18.15 «Здоровье». (12+)
19.15 «Открытая студия. Неделя». (12+)
21.20 «Давно не виделись». (12+)
22.50 «ГРАФ МОНТЕНЕГРО». (12+)
00.50 «События в истории». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ



карусель **КАРУСЕЛЬ** **МУЛЬТ** **МУЛЬТ**
05.00 Ранние пташки. «Малышарики идут в детский сад». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
Это история, в которой известные персонажи «Снежной королевы» превратились... в супергероев!
10.40 «Дракошия». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Малышки». (0+)
11.15 «Сказочный патруль». (0+)
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.10 «Фиксики. Новенькие». (0+)
15.40 «Большие и маленькие». Избранное. (0+)
Проект «большие и маленькие» посвящен профессиональному детскому и юношескому танцу.
16.40 «Царевны». (0+)
18.25 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
18.35 «Катя и Эф. Куда Угодно-Дверь». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)
00.20 «Четверо в кубе». (0+)
01.50 «Команда Дино». (0+)
02.50 «Котики, вперед!» (0+)
03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Гурбозавры». (0+)
09.20 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)
09.50 «Морики Дорикки». (0+)
10.00, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
11.30, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
14.00, 17.20 «Фиксики. Новенькие». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)
15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Винни-Пух и день забот». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «ДиноСити». (0+)
18.30 «Простоквашино». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
19.20 «Сказочный патруль. Чёрный ворон». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
22.30 «Смешарики. Пинкод». (0+)
23.00 «Спина к спине». (0+)
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Четверо в кубе». (0+)
00.30 «Домики». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 **ТВ1000** **ТВ1000** **ТВ1000**
РУССКОЕ КИНО **РУССКОЕ КИНО** **суббота!** **СУББОТА!**
05.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». «Тру и Радужное королевство». «Говорящий Том и друзья». «Буба». Мультсериалы. (6+)
08.45 «ТУТСИ». (16+)
10.55 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
13.10 «МАТИЛЬДА». (6+)
14.55 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
17.25, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
20.45 «СВЯТОША». (6+)
22.50 «КАК УКРАСТЬ НЕБО-СКРЁБ». (12+)
00.40 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!». (16+)
02.25 «АГЕНТЫ А.Н.КЛ.» (16+)
04.10 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.35 «Три ката». Мультсериал. (6+)
08.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!». (16+)
10.15 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ!». (16+)
12.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
13.45 «ПРИЗРАК». (6+)
15.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА!». (12+)
17.10, 18.05 «ЗА ЧАС ДО РАСВЕТА!». (16+)
19.00 «АДМИРАЛЪ». (16+) Россия, 2008 г.
21.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ!». (12+)
Россия, 2018 г.
23.10 «НАХИМОВЦЫ!». (12+)
00.40 «НЕБО». (12+)
02.45 «ЛЁТЧИК!». (12+)

06.40 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». Мультфильм. (12+)
08.00 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
09.40 «Конь Юлии и большие скачки». Мультфильм. (6+)
11.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
12.20 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
13.35 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
15.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
16.50 «СВАТА». (16+)
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
03.05 «ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!». (16+)
04.40 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2!». (16+)

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинные сказки», «Машинные страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.00, 21.00, 21.40, 22.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота News 2023. (16+)
23.30 Богиня шопинга. (16+)
00.30 КРАШ. (18+)
01.10, 01.50 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
02.20 Барышня-крестьянка. (16+)
03.10 Мультсериалы. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ** **ФЕНИКС** **PLUS КИНО** **СТC LOVE** **СТC LOVE**
01.00 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
03.35 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
05.20 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
06.55 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
08.30 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
10.15 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
12.00 «МОШЕННИКИ». (16+)
13.50 «МИЛИАРД». (12+)
15.45 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
17.35 «КОНВОИРЫ». (16+)
19.30 «ПЛАН Б». (16+)
21.25 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (12+)
23.35 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
06.35 Мультфильмы. (6+)
07.10 Мультфильм. (0+)
07.35 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
10.10 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
11.50 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
14.25 «МИМИНО». (12+)
16.05 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА!». (12+)
17.50 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА!». (12+)
19.15 «РОДНЯ». (12+)
21.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
23.45 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)
02.25 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ!». (12+)
03.50 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ!». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
Сериял. Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г. В ролях: Андрей Чернышов, Владимир Жеребцов, Александр Пашутин, Владимир Стержаков.
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС **СПАС** **СПАС** **СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». 1 серия. (0+)
07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.
10.30 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
11.05 Простые чудеса. (12+)
11.55 В поисках Бога. (6+)
12.30 Профессор Осипов. (0+)
13.00 Аньен и Генуя - что общего. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Иоанн Креститель. Цикл: Пророки. (0+)
15.35 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ!». (0+)
16.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 8 серия. (16+)
17.55 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ШУКИ». (12+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)
22.35 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)
23.05 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
23.40 «Бесогов». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.50 День Патриарха. (0+)
01.05, 02.00, 03.00, 04.15 Апокалипсис. (18+)

Православный календарь

20 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Богоявления. Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Постный день. Разрешается рыба.

« Иоанн крестит. Приходит Иисус, освещающий, может быть, самого Крестителя, несомненно же – всего ветхого Адама... Восходит Иисус от воды, ибо возносится Собою весь мир, и видит разводящиеся Небеса – Небеса, которые Адам для себя и для потомков своих заключил так же, как и рай, пламенным оружием (Быт. 3:24)». Свт. Григорий Богослов

1 ПЕРВЫЙ


13.15 «ЛАДОГА». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «ПроУют». (0+)
11.10 Премьера. «Поехали!» (12+)
12.15 Премьера. «Ладога. Нити жизни». К 80-летию прорыва блокады Ленинграда. (12+)
13.15 «ЛАДОГА». (16+)
17.10 Премьера. «Угадай мелодию». 20 лет спустя. (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию-2023. Прямой эфир
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.15 «ТРОЕ». (16+)
01.30 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ


11.40 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 «Доктор Мясников». (12+)
12.45 «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+)
Быт семьи Верещагиных выстроен годами, выверен по линейке и расплан по минутам. И всё это благодаря Ирине, которая с детства заучила слово «надо».
17.00 Вести
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.00 «МЕСТО СИЛЫ». (12+)
00.45 «ГОРОДСКАЯ РАПОДИЯ». (12+)
04.10 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ЛЮБОВЬ». (12+)
05.54 Перерыв в вещании

НТВ


17.00 «Следствие вели...» (16+)

- 04.50** «СТАЖЁРЫ». (16+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Научное расследование Сергея Малозёмова». (12+)
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+)
23.25 «Международная пилорама». (16+)
00.05 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.40 «БОМБИЛА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

СТС СТС


23.25 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)

- 06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Отель «У овечек». (0+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.05 «ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». (16+)
13.05 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
15.40 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: ВОЙНА». (16+)
18.25 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ». (12+)
21.00 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ: КНИГА ТАИН». (12+)
23.25 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)
01.30 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
03.05 «б кадров». (16+)

ТНТ ТНТ


23.00 «Женский стендап». (18+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
08.55 «Модные игры». (16+)
13.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
Марафон первого и второго сезонов сериала о криминальном авторитете, который начал новую жизнь. Бывший криминальный авторитет девяностых Витя Мясник обжился в современной Москве и занялся легальным бизнесом, но внезапно настигнувшее его прошлое заставляет Витю бежать за полярный круг - туда, где время как будто остановилось и до сих пор царят понятия лихого десятилетия.
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «НЕСОСНЫЕ БОССЫ». (16+)
01.50 «Импровизация». (16+)
03.25 «Comedy Баттл». (16+)
04.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
06.35 «Однажды в России». (16+)

РЕН


17.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
07.00 «С бодрим 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+)
14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Засекреченные списки». (16+)
18.00 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
20.00 «Я, РОБОТ». (12+)
22.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
01.05 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
03.00 «ТЁРNER И ХУЧ». (12+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00** «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
05.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
06.15 «АКВАТОРИЯ». (16+)
09.00 «Светская хроника». (16+)
10.10 Они потрясли мир. (12+)
10.55 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)
14.45 «БЕГИ!». (16+)
18.45 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.10** «ЦАРЕВИЧ ПРОША». (6+)
08.15 «Морской бой». (6+)
09.15 «Победоносцы». (16+)
09.35 «ВОЛГА-ВОЛГА». (6+)
13.15 «Время героев». (16+)
13.35 «Главный день». (16+)
15.10 «Не факт!» (12+)
15.35 «Война миров». (16+)
16.25 18.30 «На острие прорыва». (16+)
20.10 «Афганистан». (16+)
23.05 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
00.35 «Герой 115». (16+)
01.50 «ЗАБУДЬТЕ СЛОВО СМЕРТЬ». (12+)

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
14.15 «ДИВЕРГЕНТ: ИНСУРГЕНТ». (16+)
16.30 «ДИВЕРГЕНТ: ЗА СТеноЙ». (16+)
19.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
Отправившись на поэтический вечер Клеры Фрей и не подозревала, чем он может закончиться.
21.45 «ПОГОНЯ». (16+)
00.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)
02.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)

ЧЕ! ЧЕ

- 06.00 07.00 Утилизатор. (12+)
06.40 Утилизатор. (16+)
09.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов.
20.00 Улёзное видео. (16+)
22.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.10 Рюкзак. (16+)
03.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30** «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
08.45 «ТРОЕ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)
Регина решила развестись с мужем-бизнесменом Вадимом. Она встретила другого мужчину и ожидала от нового брака того душевного тепла, которое исчезло с годами в её семье. Самой большой проблемой была дочь Аня.
11.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)
19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
22.30 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (16+)
02.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)

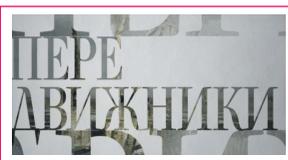
ОТР ОТР

- 07.20 «Лисьи истории». (12+)
08.10 «Тайна третьей планеты». (0+)
09.00 ОТражение
12.35 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
16.15 «Свет и тени». (12+)
17.40 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
19.05 «Очень личное». (12+)
19.45 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
21.30 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
23.30 «ПУГАЛО». (16+)
00.40 «ЧЕРЕЗ КЛАДБИЩЕ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
05.00, 03.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.15, 06.15 Мультфильмы. (6+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
08.40 Исторический детектив с Николаем Валувевым. (12+)
09.05 Слабое звено. (12+)
10.00 Погода в мире
10.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
12.50, 16.15, 18.45 «ОДНОЛЮБЬ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Александр Робах, Татьяна Черкасова, Фёдор Лавров
16.00, 18.30 Новости
01.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
01.50 «ПОДКИДЫШ». (0+)
- ПОБЕДА**
05.30 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
07.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
Дальний Восток, 70-е годы. Маленький гарнизон на границе с Китаем. Здесь, как и всюду, живут мужчины и женщины. У каждого - своя история, своя судьба, своя любовь. Общее одно - все они попали сюда однажды по долгу службы и остались надолго.
14.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
18.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
21.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
01.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
02.40 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
- ДОКТОР**
06.00, 22.05 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)
06.45, 12.50, 20.40 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
07.10, 13.20, 21.05, 02.10 На приёме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
07.40, 13.50, 21.35, 02.35 Это лечится. Астма. (12+)
08.10, 15.50, 23.35, 03.45 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)
08.55, 16.40, 00.25 Медицинский репортёр. Медсестра. (12+)
09.25, 17.10, 00.50 Клинический случай. Спасти Достоевского. (12+)
09.55, 17.35, 01.15 Теледоктор. (12+)
10.50, 22.50 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Тимус. Селезёнка. (12+)
11.35, 19.20, 03.00 Тайны мозга. Фильм 2. (12+)
Ведущий проекта - известный ученый Александр Каплан - с помощью экспериментов в наглядных примеров даст ответы на самые популярные вопросы, касающиеся работы и устройства головного мозга.
12.25, 20.10 Большой скачок. Запчасти для человека. (12+)
14.15 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
15.05, 04.30 Шифры нашего тела. Сердце. (12+)
18.30, 05.15 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)
- VIASAT HISTORY**
06.00, 06.45 Запретная история. (12+)
07.35 Музейные тайны: Большие глаза. (16+)
08.20, 09.10, 10.00, 10.55 Империя с Майклом Портилло. (12+)
11.45 Вечные Помпеи. (6+)
12.45 Время великанов. (12+)
13.45 Настоящий неандерталец. (12+)
14.40 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)
15.35, 16.25 Историческая страница истории древнего Египта. (12+)
17.15 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Героическое путешествие. (12+)
18.15 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Место рождения богов. (12+)
19.05 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Таянец любви. (12+)
20.05 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Праздник богоявления. (12+)
21.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
22.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
23.00, 23.55, 00.55, 01.45 Ирано-иракская война. (16+)
02.30, 03.20, 04.05 Запретная история. (12+)
04.45 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
05.35 Невероятные изобретения. (12+)
- ПЯТНИЦА**
05.00, 02.00, 04.30 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-3. Екатеринбург. (16+)
06.20 Кондитер-3. Краснодарский край. (16+)
07.30 «Снежная Королева». Мультфильм. (12+)
09.00 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». Мультфильм. (12+)
10.20, 12.00, 14.00, 15.40, 17.40, 19.20, 21.10 Четыре свадьбы. (16+)
23.00 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
02.30, 03.10, 03.50 «ДРЕВНИИ». (18+)
- Ю**
05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.05 Обмен женами. (16+)
13.50, 17.00 Беременна в 16. (16+)
В новом сезоне нашумевшего реалити о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встанут перед выбором, который изменит их жизнь.
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены. (18+)
02.50 Дорогая, я забил. (12+)

РОССИЯ **R** РОССИЯ К Культура



10.05 «Передвижники»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Мультфильмы»
08.30 «ПУТЕШЕСТВИЕ МИССИС ШЕЛТОН»
10.05 «Передвижники»
10.40 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
12.05 «Эрмитаж»
12.35 «Человеческий фактор»
13.05 Черные дыры. Белые пятна
13.45 «Эффект бабочки»
14.15 01.30 «Эйнштейны от природы»
15.10 «Рассказы из русской истории»
16.00 «Твербуль, или Пушкинская верста»
16.40 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК»
18.15 «Музей Прадо. Коллекция чудес»
19.50 «ПОСЛЕДНЕЕ МЕТРО»
22.00 «Агора»
23.00 «СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ АДДАМСОВ»
00.35 Кристиан Макбрайд на фестивале Мальта Джаз

ТВЦ ТВЦ



14.30 События

- 05.35 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ».** (12+)
07.15 «Православная энциклопедия». (6+)
07.40 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+)
09.15 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
11.30 14.30 23.20 События
11.45 «СУЕТА СУЕТА». (6+)
13.25 14.45 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
17.30 «ПРОШЛОЕ УМЕЕТ ЖДАТЬ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
22.05 «Право знать!» (16+)
23.30 «Тайная комната Жаклин Кеннеди». (16+)
00.10 «90-е. Тачка». (16+)
00.50 Специальный репортаж. (16+)
01.20 «Хватит слухов!» (16+)
01.45 «Звезды лёгкого поведения». (16+)
02.25 «Дамские негодники». (16+)
03.05 «Бес в ребро». (16+)
03.45 «Звезды и аферисты». (16+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



07.00 Новости

- 06.00 «Есть тема!» (16+)
07.00 10.00 15.25 17.20 22.00 Новости
07.05 13.55 16.45 19.30 22.05 00.45 Все на Матч!
10.05 «Приключения Болека и Лёлека». (0+)
10.40 14.15 Биатлон. Papi Кубок Содружества. Прямая трансляция
11.55 Мини-футбол. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). Чемпионат России. PARI-Суперлига. Прямая трансляция
15.30 «Король ринга. Николай Королёв». (12+)
17.25 Футбол. «Вольфсбург» - «Фрайбург». Прямая трансляция
19.55 Футбол. «Салернитана» - «Наполи». Прямая трансляция
22.40 Футбол. «Фиорентина» - «Торино». Прямая трансляция
01.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Трансляция из Таиланда. (16+)

СПБ СПБ



19.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль. (16+)

- 06.40 «ПРИНЦЕССА ДЛЯ ДРАКОНА».** (16+)
08.15 «Слово в образе». (12+)
08.35 «НЕтрудный подросток». (12+)
09.05 «Не по-детски». (6+)
09.30 «Зона особого внимания». (16+)
10.00 «Пульс города». (12+)
11.10 «Петербург. 320». (6+)
11.30 «Культурная эволюция». (16+)
12.30 20.55 05.35 Малые родины. (6+)
12.50 «Пульс города». (12+)
13.40 15.10 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+)
17.00 18.10 «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ». (16+)
19.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль. (16+)
19.55 «В ритме Петербурга». (12+)
21.15 «Театральная гостиная». (16+)
22.55 «Время суток». (16+)
23.30 «ВХОД В ЛАБИРИНТ». (16+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



21.00 «ПАПАШИ». (12+)

- 07.00 08.00 «ЛенТВ24 Акцент». (12+)
07.40 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
09.00 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
11.00 15.00 19.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.15 «Моя блокада». (12+)
12.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
14.10 «Зоя Воскресенская. Мадам «совершенно секретно». (12+)
15.15 «Вкус праздника». (12+)
15.45 «ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ!» (6+)
17.25 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)
19.20 04.25 «КРОВНЫЕ УЗЫ». (16+)
21.00 «ПАПАШИ». (12+)
22.30 «СЫГРАЙ МОЕГО МУЖА». (12+)
00.25 «РОБЕРТ - КОРОЛЬ ШОТЛАНДИИ». (18+)
02.30 «Концерт М.Бублика «Жизнь за два часа». (16+)

78 78 КАНАЛ



17.00 КХЛ. «Торпедо» - СКА. Прямая трансляция. (12+)

- 06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)
08.30 «Зверопитер». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 14.00 16.00 19.30 «Известия 78». (12+)
12.15 «Хороший день». (12+)
13.15 «Здоровье». (12+)
14.30 «Автограф». (12+)
15.00 «Сделано в СССР». (12+)
15.30 Отдыхаем дома. (12+)
16.15 «Гид 78. Гостиницы Петербурга». (12+)
16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)
17.00 КХЛ. «Торпедо» - СКА. Прямая трансляция. (12+)
20.00 «Петербургский детектив». (16+)
20.30 «Где деньги?» (12+)
21.00 «Происшествия». (16+)
22.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
22.55 «Загадки истории-2». (12+)
02.20 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Чуч-Мяуч». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повара-артист Боря! Как приготовить сосиски в тесте без драже, есть ли на Марсе вода, и чем занимаются метеорологи?
09.20 «Морики Дорики». (0+)
09.45 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
12.45 «Три ката». (0+)
15.00 «За секунду до счастья» (0+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Приключения капитана Врунгеля». (6+)
Любимый 13-серийный мультфильм про невероятную регату, в которой принял участие легендарный капитан Врунгель и его верные помощники - Лом и Фукс.
18.05 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
23.00 «Пёс в сапогах». (0+)
23.20 «Как Львёнок и Черепаха пели песню». (0+)
23.30 «Чучело-Маучело». (0+)
23.40 «Гадкий утёнок». (0+)
00.00 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)
01.50 «Команда Дино». (0+)
02.50 «Котики, вперёд!» (0+)
03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
06.30 «Смешарики. Прибытие поезда». (0+)
07.00 «Время малышкой». (0+)
08.00, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Геройчики». (0+)
12.00 «Геройчики. Секрет Де Кролля». (0+)
12.10 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». (0+)
12.20 «Кошечки-собачки. Призвание». (0+)
12.30 Друзья на все времена. «Снежная королева». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00, 02.00 МУЛЬТпремьерал! «Кошечки-собачки. Призвание». «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». «Геройчики. Секрет Де Кролля». «Ник-изобретатель. Так и запишем». «Фиксики. Самолёт». «Ми-Ми-Мишки. Круги на полях». «Черепашки. Клубок». «Мальшарики идут в детский сад: С ветерком!», «Пижник». (0+)
20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
03.20 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.30 «Бобб добб». (0+)
05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
05.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
06.55 «Буба». Мультсериал. (6+)
07.55 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
09.00 «СВЯТОША». (6+)
11.05 «КАК УКРАСТЬ НЕБО-СКРЁБ». (12+)
12.55 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!» (16+)
14.55 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
16.55 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.» (16+)
19.00 «ДИВЕРГЕНТ». (12+)
21.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
23.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (12+)
01.35 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
03.25 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Фиксики». «Пин-код». Мультсериалы. (6+)
09.05 «Три ката». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.55, 11.55 «СКЛИ-ФОСОВСКИЙ». (16+)
12.50 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
14.45 «КРЫМ». (16+)
16.35 «НЕБО». (12+)
18.55 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)
20.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)
22.35 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)
00.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
02.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
03.15 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.30 «Садко». Мультфильм. (6+)
07.55 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
10.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
12.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ». (16+)
13.30 «БАТЯ». (16+)
15.00 «ХОЛОП». (16+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «ЖМУРКИ». (16+)
01.30 «МАМА, НЕ ГОРЮЙ!». (16+)
02.55 «МАМА, НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)
04.35 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
19.00 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
19.15 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
21.30 «Буба». Мультсериал. (0+)
22.00, 23.10 Богиня шопинга. (16+)
00.10, 01.00, 01.50, 02.40, 03.20 Барышня-крестьянка. (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Молитвослов. (0+)
05.40 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». 2 серия. (0+)
07.40 Киево-Печерские святые. Чудотворцы. (0+)
08.10, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.25 Простые чудеса. (12+)
10.15 В поисках Бога. (6+)
10.50, 02.45 Расскази мне о Боге. (6+)
11.25 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)
12.00 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)

- 12.35 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
13.10 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+)
15.30, 17.20 «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ». 1-2 серии. (12+)
19.25 Земля жизни. Фильм 7. (0+)
20.30 Русский мир. (12+)
21.30 Простые чудеса. (12+)
22.20 Святныи России. (6+)
23.25 Профессор Осипов. (0+)
00.00 Война и Библия. (0+)
00.30 День Патриарха. (0+)
00.45 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
01.50 Земля жизни. Фильм 7. (0+)
03.15 Простые чудеса. (12+)
04.00 Первосвятители. (0+)

Православный календарь

21 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Суббота по Богоявлению. Глас 6. Попазднство Богоявления. Прп. Георгия Хозевита.



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

Поста нет.

« Не только когдаходишь в молитвенный дом, люби Господа, но и находясь в пути, и беседуя, и вкушая пищу, имей память о Боге, и любовь, и приверженность к Нему». Прп. Макарий Великий

ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1

НТВ

СТС

ТНТ

REN

ВИДЕЛИ ВИДЕО?

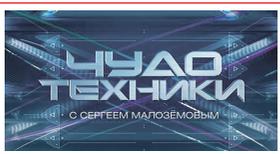
12.15 «Видели видео?» (0+)

- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.00 «БРОНЕНОСЕЦ ПОТЕМКИН». (12+)
15.45 «Александр Ширвиндт. «Две бесконечности». (16+)
17.00 19.00 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию-2023. Прямой эфир
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
21.00 «Время»
22.35 «КОНТЕЙНЕР». (16+)
23.35 Подкаст. Лаб. (16+)



18.00 «Песни от всей души». (12+)

- 06.15 «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (16+)
Нина - молодая вдова и мама двух малолетних детей. Она работает «домоправительницей» в загородном особняке энергичной бизнесвумен Анны.
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 Большие перемены
12.45 «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+)
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «ЖЕНИХ». (16+)
03.10 «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (16+)



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.50 «СТАЖЁРЫ». (16+)
06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «Звезды сошлись». (16+)
21.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
01.15 «ЛОВУШКА». (16+)
02.35 «БОМБИЛА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)



07.15 «Царевны». (0+)

- 06.05 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.15 «Царевны». (0+)
07.40 «ПРАВИЛА СЪЁМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
10.00 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
11.50 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
13.55 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ». (12+)
16.25 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ: КНИГА ТАЙН». (12+)
18.55 Премьера! «Сила девяти богов». (12+)
21.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
23.25 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
01.20 «УМНИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ». (16+)
Уилл Хантинг обладает феноменальными врожденными способностями. Но работает он простым уборщиком в Массачусетском технологическом институте.
03.20 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)



22.00 «Концерты». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
14.35 «ЧАРЛИ И ШОКОЛАДНАЯ ФАБРИКА». (12+)
16.55 «УДИВИТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДОКТОРА ДУЛИТТЛА». (12+)
19.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)
Великую стену воздвигли, чтобы оградить Поднебесную от любых угроз, но с таким врагом не сталкивались даже самые отважные ее защитники. Если вторжение не остановить - мир будет уничтожен.
21.00 «Это миниатюры». (16+)
22.00 «Концерты». (16+)
23.00 «Прожарка». (18+)
00.00 «НЕСОСНЫЕ БОССЫ-2». (18+)
01.55 «Импровизация». (16+)
03.30 «Comedy Баттл». (16+)
05.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.40 «Однажды в России». (16+)



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
13.00 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)
15.10 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
18.15 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (16+)
20.45 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (16+)
Для простых граждан бывший агент ЦРУ Роберт Маккол - улыбочивый водитель такси. Для преступников - хладнокровный каратель.
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

5-Й КАНАЛ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
06.45 «ПО СЛЕДУ ЗВЕРЯ». (16+)
10.20 «ВЕТЕРАН». (16+)
Новиков считает, что его жизнь не удалась. Бывший военный, состоящий на специальном учете, одинокий, нестарый, в сущности, человек. В один день вся жизнь его меняется.
14.10 «ПУСТЫНЯ». (16+)
18.20 «СЛЕД». (16+)
00.10 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)
03.25 «ПО СЛЕДУ ЗВЕРЯ». (16+)
06.00 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
11.30 «Код доступа». (12+)
13.05 «Специальный репортаж». (16+)
14.00 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)
18.00 «Главное». (16+)
23.45 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+)
01.30 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 Гадалка. (16+)
12.00 «ПОГОНЯ». (16+)
14.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
16.45 «ХРОНИКИ РИДИКА: ЧЁРНАЯ ДЫРА». (16+)
19.00 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (12+)
21.45 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)
23.45 «ПОТРОШИТЕЛИ». (16+)
01.45 «ДИВЕРГЕНТ: ИНСУРГЕНТ». (16+)
03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)
06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
22.00 «+100500». (16+)
«+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео. Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Самые смешные версии происходящего - у Макса.
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

- 06.30 «СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА». (16+)
09.00 «ДОЛГОЖДАННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
10.55 «ИГРА В ДОЧКИ-МАТЕРИ». (16+)
14.55 «КАРТА ПАМЯТИ». (16+)
19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
22.35 «ГДЕ ЖИВЁТ НАДЕЖДА?» (16+)
Мать и дочь, Римма и Алла Пирановы, живут размеренной уединенной жизнью состоятельных одиноких женщин.
02.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)
07.30 «Ужас морских глубин». (12+)
08.20 «Бременские музыканты». (0+)
09.00 Отражение
12.25 «Отчий дом». (12+)
12.40 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
16.15 «Моя история». (12+)
17.40 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
20.15 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)
22.15 «ЗВЁЗДЫ И СОЛДАТЫ». (12+)
23.30 «Мария Каллас». (16+)
01.25 «ТРЕНИНГ ЛичНОСТНОГО РОСТА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.40, 07.45, 04.45 Мультфильмы. (6+)
07.00 Осторожно, вирус!
08.00 «САЛОН КРАСОТЫ». (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «КУРЬЕР». (0+)
11.45, 16.15, 19.30, 01.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
04.05 Наше кино. История большой любви. (12+)
05.30 «ГЕРОЙ 115». (16+)
06.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
08.50 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2004 г.
1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы его имя продолжило бить фашистов...
01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
02.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
06.00, 18.50 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
06.45, 12.45, 20.25, 02.20 Медицинский репортёр. Медсестра. (12+)
07.10, 13.15, 20.50, 02.45 Клинический случай. Спасти Достоевского. (12+)
07.40, 15.25, 23.55 Тайны мозга. Фильм 2. (12+)
08.25, 16.10, 00.45, 05.35 Большой скачок. Запчасти для человека. (12+)
08.55, 16.40, 01.10 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
09.20, 17.10, 04.40 На приёме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
09.50, 17.35, 05.05 Это лечится. Астма. (12+)
10.20, 22.20 Шифры нашего тела. Сердце. (12+)
11.10, 23.05 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)
11.55, 19.35, 01.35 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)
Мы мало знаем о них. Моём руки, чтобы не заразиться, и пьем антибиотики, если в организме размножились болезнетворные бактерии... Но в последние годы ученые установили: микробы - надежда нашей цивилизации, основа жизни на Земле и база для развития технологий будущего.
13.40, 21.20 Теледоктор. (12+)
14.35, 03.15 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)
18.05, 03.55 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. Тимус. Селезенка. (12+)
06.00, 06.40 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+)
07.35 Расшифрованные сокровища: Поиски священного Грааля. (12+)
08.25 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
09.15 Помпеи: после извержения. (12+)
10.35, 11.30 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
12.30, 13.20, 14.15, 15.05 5000 лет истории Нила. (12+)
16.00 Тайны мумий животных. (12+)
17.00 Рыцари: Железные герои. (16+)
18.00 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
18.55 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
19.55 Тайная история рыцарей Храма: Взлет и падение рыцарского ордена. (12+)
20.55 Тайная история рыцарей Храма: Тамплиеры или дьявол? (12+)
21.55 Тайная история рыцарей Храма: Загадочное наследие тамплиеров. (12+)
22.55, 23.55, 00.55, 01.45 Война в Корее. (12+)
02.40 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
03.25 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
04.10 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
04.50 Помпеи: после извержения. (12+)

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

РОССИЯ К **РОССИЯ К**
культура

ТВЦ **ТВЦ**

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**

СПБ **СПБ**
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ЛЕНТВ 24 **ЛЕНТВ 24**

78 **78 КАНАЛ**



13.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным



14.30 Московская неделя



09.35 Все на Матч!



12.00 «Время суток». (16+)



21.50 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)



13.15 «Загадки века». (12+)

- 07.20 «Мультфильмы»
- 08.35 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК»**
- 10.10 Тайны старого чердака
- 10.40 Звезды русского авангарда
- 11.05 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ»**
- 12.55 «Невский ковчег»
- 13.25 Петербургские встречи
- 14.05 00.50 «Эйнштейны от природы»
- 15.00 «ПОХИТИТЕЛЬ БАЙКОВ»**
- 16.30 Больше, чем любовь
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 «Замуж за монстра»
- 18.35 «Романтика романа»
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»**
- 21.40 Закрытие I Международного конкурса вокалистов и концертмейстеров Хиблы Герзмава
- 23.10 «ДЕТЕКТИВНАЯ ИСТОРИЯ»**
- 01.40 «Искатели»
- 02.25 «Мультфильмы»

- 05.45 «СУЕТА СУЕТ». (6+)**
- 07.10 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)**
- 09.05 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «РЕСТАВРАТОР». (12+)**
- 11.30 00.30 События
- 11.45 02.20 «Петровка, 38». (16+)
- 11.55 «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)**
- 13.50 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Что бы это значило?» Юмористический концерт. (12+)
- 16.50 «МУЖ В ХОРОШИЕ РУКИ». (12+)**
- 18.55 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (12+)**
- 22.55 00.45 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (12+)**
- 02.35 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (12+)**
- 05.30 Московская неделя. (12+)
- 05.55 Перерыв в вещании

- 06.00 15.40 Смешанные единоборства. UFC
- 09.30 10.35 12.55 15.35 17.50 22.00 Новости
- 09.35 12.05 15.05 17.20 22.05 00.45 Все на Матч!
- 10.40 13.50 Биатлон. Parí Кубок Содружества. Прямая трансляция
- 13.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 17.55 Волейбол. «Зенит» - «Динамо». Чемпионат России. Parí Суперлига. Мужчины. Прямая трансляция
- 19.55 Футбол. «Специя» - «Рома». Прямая трансляция
- 22.40 Футбол. «Ювентус» - «Аталанта». Прямая трансляция
- 01.30 Волейбол. «Локомотив» - «Динамо». Чемпионат России. Parí Суперлига. Женщины. (0+)
- 03.30 Новости. (0+)
- 03.35 Биатлон. Parí Кубок Содружества. (0+)

- 06.45 «СНЕЖНЫЙ ДРАКОН». (12+)**
- 08.25 «Слово в образе». (12+)
- 08.40 «Петербург. 320». (6+)
- 09.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль (с сурдопереводами). (16+)
- 09.55 «Главный врач». (12+)
- 11.00 13.00 15.00 18.00 Новости. (16+)
- 11.10 «Не по-детски». (6+)
- 11.25 «Нетрудный подросток». (12+)
- 12.00 «Время суток». (16+)
- 12.30 «Книжные аллеи». (6+)
- 13.10 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)**
- 15.10 18.10 «АССА». (16+)**
- 18.15 «Кино» в Севкабеле. Концерт. (16+)
- 19.40 «СОЛЯРИС». (16+)**
- 23.05 «КОСМИЧЕСКАЯ ОДИССЕЯ 2001 ГОДА». (12+)**
- 01.55 «КОСМИЧЕСКАЯ ОДИССЕЯ 2010». (16+)**
- 03.30 «ОКНО ВО ДВОР». (12+)**

- 06.00 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)**
- 07.55 «Смешарики. Дежавю». (6+)
- 09.20 «ПОМОГИТЕ, Я УМЕНИШЬ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ!» (6+)**
- 11.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
- 11.15 «Вкус праздника». (12+)
- 11.40 «ХИРУРГИЯ: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)**
- 15.20 «ПАПАШИ». (12+)**
- 16.55 Волейбол. «Динамо» (ЛО) - «Нова» (Новокуйбышевск). Прямая трансляция. (6+)
- 19.15 «Зоя Воскресенская. Мадам «совершенно секретно». (12+)
- 20.00 04.15 «КТО ЕСТЬ КТО». (16+)**
- 21.50 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)**
- 23.20 «БУДНИ И ПРАЗДНИКИ СЕРАФИМЫ ГЛЮКИНОЙ». (12+)**
- 01.45 «ЛЮБОВЬ И СТРАСТЬ: ДАЛИДА». (16+)**
- 03.50 «Выходные на колесах». (6+)

- 06.15 «ГРАФ МОНТЕНЕГРО». (12+)**
- 08.00 «Где деньги?» (12+)
- 08.30 19.30 «Автограф». (12+)
- 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
- 10.00 12.00 14.00 16.00 «Изнестия 78». (12+)
- 12.15 «Происшествия». (16+)
- 13.15 «Загадки века». (12+)
- 14.30 Отдыхаем дома. (12+)
- 15.00 «Гид 78. Гостиницы Петербурга». (12+)
- 15.30 «Петербургский детектив». (16+)
- 16.30 «История разведки - история страны». (12+)
- 17.30 «Алекс - Юстасу. Тот самый Алекс». (12+)
- 18.30 «Неделя в Петербурге». (12+)
- 20.00 «Тренерская». (16+)
- 20.30 Короли эпизода. (12+)
- 22.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)**
- 22.55 «Тайная история еды». (12+)
- 02.15 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ **КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние пташки. «Тима и Тома». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Смеш! Юные супергерои». (0+)
- Добро пожаловать в тренинговочный лагерь для супергероев!
- 09.20 «Морики Дорики». (0+)
- 09.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 11.00 «Вкусняшки шоу». (0+)
- Все дети очень любят игры и сладости. А что, если всё это совместить?
- 11.20 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 13.00 «Студия красоты». (0+)
- 13.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 15.00 «У меня лапки». (0+)
- «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Приключения капитана Врунгеля». (6+)
- 17.50 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
- 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
- 23.00 «Дюймовочка». (0+)
- 23.30 «Летучий корабль». (0+)
- 23.45 «Варежка». (0+)
- 00.00 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)
- 01.50 «Команда Дино». (0+)
- 02.50 «Котики, вперёд!» (0+)
- 03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
- 04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

МУЛЬТ **МУЛЬТ**

- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 16.00, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00, 18.50 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». (0+)
- 09.10 «Геройчики. Секрет Де Кролля». (0+)
- 09.20 «Кошечки-собачки. Призвание». (0+)
- 10.00, 22.00 МУЛЬТспортиз. (0+)
- 14.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 15.00 «Черепашки. Клубок». (0+)
- 17.00 «Фиксики. Новенькие. Самолёт». (0+)
- 18.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Чёрный ворон», «Ката и Эф. Куда Угодно-Дверь. Зеленые трюки», «Кошечки-собачки. Эксперимент», «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл», «Волшебная кухня. Фруктовый плов», «Черепашки. Охотник за носками». (0+)
- 20.00 «Лунтик». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.25 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
- 02.10 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки», «Волшебная кухня», «Музыкальный патруль. Сказочные песни», «Геройчики», «Ник-изобретатель», «Маша и Медведь», «Чуч-Мяуч». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 **ТВ1000**

- 05.30 «Тру и Радужное королевство», «Буба». Мультсериалы. (6+)
- 07.50 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
- 10.35 «ДИВЕРГЕНТ». (12+)
- 13.05 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
- 15.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (12+)
- 17.05 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 19.05 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- 21.00 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)
- 23.00 «ФИНАНСОВЫЙ МОНОСТР». (18+)
- 00.40 «КЛИК: СПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 02.20 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОНЫ». (12+)
- 04.05 «Пончары. Глобальное закружение». Мультфильм. (6+)

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Пин-код», «Три кота», «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.50, 11.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.40 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)
- 14.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)
- 16.10 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)
- 18.00 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (6+)
- 19.35 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 21.20 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 23.05 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 01.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 02.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 04.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**

- 06.40 «ТАКСИ-5». (16+)
- 08.30 «ТАКСИ-4». (16+)
- 10.05 «ТАКСИ». (16+)
- 11.45 «ТАКСИ-2». (16+)
- 13.20 «ТАКСИ-3». (16+)
- 15.00 «ВАСАБИ». (16+)
- Франция, Япония, 2001 г. В ролях: Жан Рено, Кароль Буке, Рёко Хиросуэ, Мишель Мюллер
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.10 «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЁЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИНВАЛИДОВ». (18+)
- Россия, 2017 г. В ролях: Алексей Серебряков, Евгений Ткачук, Ольга Лапшина
- 00.50 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 02.20 «БАБЛО». (16+)
- 03.50 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 05.20 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)

СУББОТА! **СУББОТА!**

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
- 19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 20.30 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 22.00, 23.00 Богиня шопинга. (16+)
- 00.10 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- Россия, 2016 г. В ролях: Ефим Петрунин, Любовь Аксёнова, Роман Курцын
- 01.50, 02.40, 03.30 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.00 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 03.00 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
- 05.00 «СНОВА ТЫ». (16+)
- 06.55 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
- 08.45 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (12+)
- 10.55 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
- 12.40 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 14.35 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 16.10 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 17.45 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
- Комедия, Россия, 2021 г.
- 19.30 «ПЛАН Б». (16+)
- 21.25 «КОНВОИРЫ». (16+)
- 23.20 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.25 «ДА ЗДРАВСТВУЕТ МЕКСИКА!» (18+)
- 07.55 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (12+)
- 09.55 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
- 13.10 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
- 15.05 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- СССР, 1973 г.
- 20.00 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
- СССР, 1975 г.
- 23.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
- 01.55 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
- 03.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 05.50 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- Сериал. Детективная мелодрама, Украина, 2005 г. В ролях: Ирина Пекова, Сергей Чонишвили, Евгения Дмитриева, Иван Оганесян, Олег Стальчук
- 15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «КУХНЯ». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2012 г.
- Баринев находит в рыбе «драгоценные камни». Саша вернулась в Москву с женихом и планирует отметить свадьбу в ресторане.
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.45 «МАЛЫЧШКУ ЗВАЛИ КАПИТАНОМ». (0+)
- 07.30 Профессор Осипов. (0+)
- 08.05 Земля жизни. Фильм 7. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Русский мир. (12+)
- 14.55 Святыни России. (6+)
- 16.00 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)

- 19.45 «ДВОЕ И ОДНА». (12+)
- Нелепая смерть женщины объединила трех героев фильма: шестилетнюю дочь Олю, отца девочки и мужчину, с которым мать Оли познакомилась незадолго до гибели.
- 21.30 Парсуна. С Владимиром Лейгойдой. (6+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.05 День Патриарха. (0+)
- 23.20 Русский мир. (12+)
- 00.20 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 01.55 Святыни России. (6+)
- 02.55 В поисках Бога. (6+)
- 03.25 Щипков. (12+)
- 03.55 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

Православный календарь

22 января
Неделя 32-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Свт. Филиппа, митр. Московского
и всея России, чудотворца.



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

Поста нет.

« Бога невозможно иначе любить, как сердцем очищенным и освещенным Божественною благодатию. Любовь к Богу есть дар Божий: она изливается в души истинных рабов Божиих действием Святаго Духа (Рим. 5:5)». Свт. Игнатий Брянчанинов

Уложив Марусю спать, я налила себе чая и, не включая в кухне свет, подошла к окну. Дочка весь день промучилась кашлем, температурила, сопливилась.

Пришлось вызвать скорую. Мы обе измучились и устали. Маруся, приняв лекарство, быстро уснула, а ко мне сон не шел. Я давно перестала нормально спать. С тех пор, как...

Больше я его не видела

— Галь, давай оставим ее, напишем отказ, — муж хватал меня за руки и с мольбой и страхом заглядывал в глаза. — Врач же сказал, что долго она не проживет. Зачем длить эту муку? Пусть девочкой занимаются профессионалы, паллиатив. Они знают, как облегчить и скрасить ее дни до того, как...

— Девочкой? — взревели я и тут же ухватилась за взорвавшийся болюшов на животе, застонала. — Девочкой? А ничего, что это наша с тобой дочь, которую я девять месяцев вынашивала внутри себя? Которую рожала в муках? Которую мы так ждали?

— Семь, — кисло ответил муж.

— Что семь? — не сразу поняла я.

— Ты вынашивала ее семь месяцев. И не рожала, тебе сделали кесарево.

— После пяти часов схваток и боли, — зло посмотрела я на мужа. — Да и какая разница, сколько, как? Разве все это имеет значение? Она наша с тобой дочь, и это мы должны быть рядом с ней, а не, как ты выразился, профессионалы. Смогут твои профессионалы дать ей любовь? Ласку? Нежность? Будут они петь песни у ее колыбели? Разве не это скрасит

СЧАСТЬЕ, ПОДАРОЕННОЕ ЯНВАРЁМ



дни нашей малышки?

— Какой колыбели? — муж тоже посмотрел на меня зло. — Неужели ты до сих пор не поняла? Не будет никакой колыбели. Этому ребенку нужна специальная кровать, аппараты, куча лекарств и круглосуточный уход. Ты что, бросишь свою студию? Откажешься от любимого дела? Запрешь себя в четырех стенах с больным ребенком? И сколько ты так выдержишь, позвошь поинтересоваться?

— Сколько нужно, — квозь зубы процедила я, снова ухватившись за живот.

Муж ничего не сказал тогда больше. Покачал головой, поджал губы, развернулся и торопливой походкой вышел за двери роддома. Больше я его не видела. Ни разу.

Неожиданная гостя

Подморозило. Я смотрела в ночь на заиндевшие деревья, окна припаркованных во дворе машин, танцующие в круге фонарного света снежинки, собаку, жмущуюся к колесам недавно въехавшего во двор кроссовера.

А собака-то с ошейником, и даже, кажется, шлейка болтается. Дрожит. Может, сбегала от кого? Или потерялась?

Недолго думая, я накинула пуховик, сунула ноги в унты, натянула шапку и, тихонечко прикрыв дверь квартиры, чтобы не разбудить Марусю, кинулась вниз по лестнице. Лифт вызывать не стала — ждать



Когда любишь, то такое богатство открываешь в себе! Даже не верится, что ты так умеешь любить.
Антон Чехов

дольше. Через минуту вылетела из подъезда и сразу попала в цепкие объятия ночного мороза.

— Уф, — не сдержала возгласа, задохнувшись от ветра и холода.

Взглядом поискала хвостатую беглянку. Вот она, так и жметесь к колесам машины. Осторожно двинулась в сторону собаки, та смотрела на меня грустно-страдальческим взглядом, даже не думая рычать и сопротивляться.

— Ты чья, подруга? — обратилась я к ней, делая несмелый шагок поближе. — Есть у тебя хозяин? Ты чего ночью одна на улице-то делаешь? В гости пойдешь? Я накормлю, и топят у меня в квартире исправно, согреешься. А завтра объявление дадим, найдем твоих хозяев.

За разговорами я совсем близко подошла к собаке, наклонилась, креп-

ко ухватила ее за ошейник. Животинка совсем замерзла, и потому, видимо, пошла со мной, стоило слегка потянуть за шлейку.

— Ешь, — я села на пол рядом с гостей, пододвинула ей миску с гречневой кашей и мясом. — Чем богаты.

Собака обнюхала угощение и, не почуяв никакого подвоха, принялась с аппетитом уплетать гречку. Я налила себе еще чая, взяла печенье, снова села на пол рядом с собакой.

— Со старым Новым годом тебя, — отсалютовала ей чашкой. Странный у меня получался праздник, но забавный. Я улыбнулась.

Череда чудес

— Мирка, ну что же ты? — мужчина опустился около собаки на колени, та

поставила ему передние лапы на плечи, радостно завилась хвостом и даже, кажется, пару раз восторженно взвизгнула. — Спасибо вам! — мужчина с благодарностью глянул на меня.

— Да что вы, — я улыбнулась. — Я ничего не сделала, просто написала объявление.

— Вы нашли и приютили мою собаку, не прошли мимо. Да что там, Мирка для меня больше, чем собака, она мой друг. Взял вот ее на дачу к приятелю, а у него своих три овчарки, Мирка и растерялась, сбегала. Она трусиха у меня, по советам сказать. Зато добрая и верная. Надеюсь, за те несколько дней, что она прожила у вас, неприятностей не было?

— Нет, мы подружились, — я улыбнулась и потрепала Миру по холке.

— Ну, мы пойдем? — мужчина поднялся на ноги. — Спасибо вам еще раз. Я ваш должник.

И тут Мирка удивила нас — попятилась назад, отказываясь выходить из квартиры. Ни лакомства, ни уговоры не помогли.

— Собака, ты чего? — удивленно посмотрел на нее мужчина. А Мирка ухватила его зубами за брючину и потянула в сторону... Марусиной комнаты.

Дочка широко заулыбалась, когда заметила, что ее новая «подружка», ви-

ляя хвостом, входит в комнату.

— Простите, я... — мужчина, влекомый своей питомцей, тоже зашел в комнату, я следом.

— Привет, — ничуть не смутившись при виде ребенка в специальном инвалидном кресле, поздоровался с малышкой мужчина.

Маруся заулыбалась еще шире.

...Это был странный старый Новый год. Это был странный январь. Странный и счастливый. Алексей и Мира остались с нами. Не сразу, нет. Поначалу выяснилось, что Алексей детский реабилитолог. И это было первое чудо. Он взялся заниматься с Марусей... бесплатно. И это было второе чудо. А потом я влюбилась, и оказалось, что и Алексей ко мне равнодушен — чудеса продолжались. И вот теперь мы вместе, и эта гирлянда из волшебных совпадений и радостных моментов продолжает гореть. Недавно я узнала, что беременна. Маруся ждет сестренку, Мирка не отходит от меня ни на шаг, а Алексей, кажется, и вовсе голову от счастья потерял. Присматривает квартиру побольше. Сумасшедший. Дорогой. Любимый человек. Счастье, подаренное мне странным январем.

ГАЛИНА

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



Судоку

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

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

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

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

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

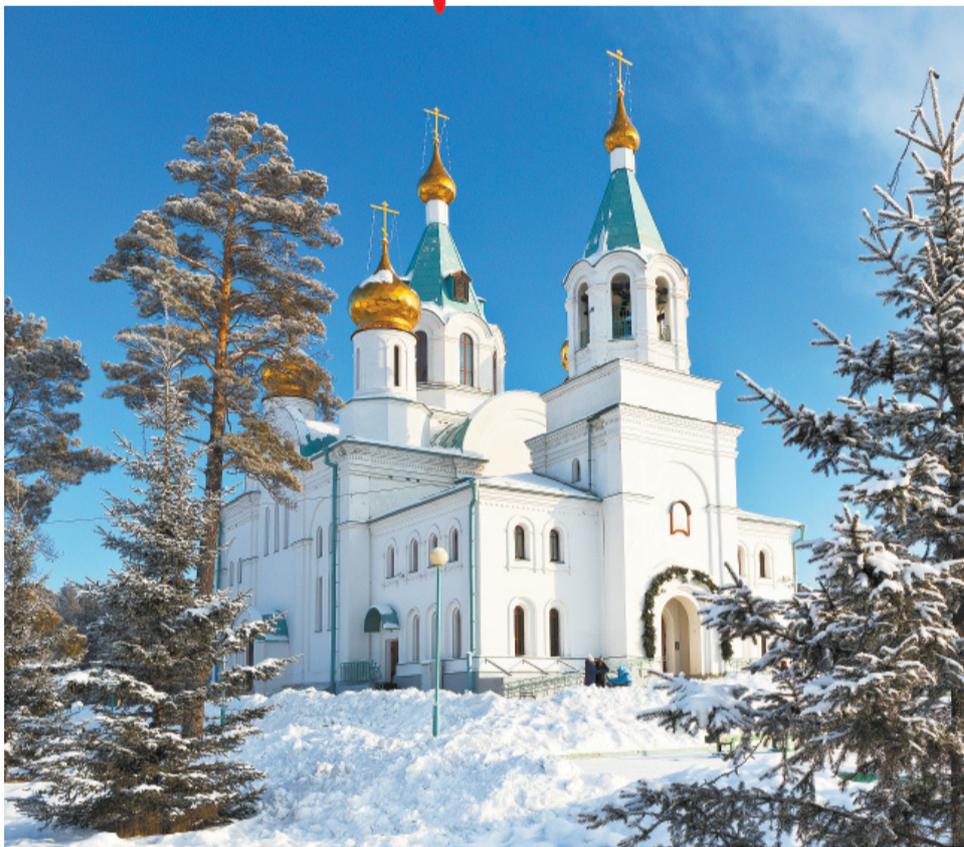
В этот день мы вспоминаем библейские события, произошедшие на реке Иордан недалеко от Вифании, где тридцатилетнего Иисуса Христа ждал пророк Иоанн Предтеча (Креститель), чтобы провести обряд крещения по указанию Божьему.

Святитель Григорий Богослов писал, что «через крещение... образуется и совершается человек Христов, земное прелагается в дух и воссоздается».

События Богоявления

Иоанн Креститель по Божию откровению, узнав в Христе Мессию («Помазанник Божий» по-гречески «Христос», а по-еврейски «Мессия»), воскликнул: «Мне надобно креститься от Тебя». Конечно, Спаситель, безгрешный по Своей природе, не имел надобности в духовном очищении, но настоял провести и над ним обряд крещения: «ибо так надлежит нам исполнить всякую правду». Христос в Своем крещении берет на себя наши грехи и этим исполняет правду Божию. Мы этого не заслужили, сами не в силах спастись, но Бог за нас. Он отдает Своего Сына, Который берет в таинстве все наши грехи на Себя и устанавливает таинство крещения, чтобы мы через Его крещение име-

Встречаем праздник: КРЕЩЕНИЕ ГОСПОДНЕ



ли возможность оставления грехов.

И когда Иисус Христос входил в воды Иордана, Святой Дух в облике голубя спустился ему на голову и раздался глас Бога Отца («Сей есть Сын мой возлюбленный, в Котором Мое благоволение»), указавший, что это будущий Спаситель для всего человечества. Иоанн Креститель после Крещения подтвердил: «Вот Агнец Божий, Который берет на Себя грехи всего мира!» С этого дня Иисус Христос начал свою Евангельскую проповедь, явился миру, стал «явным» для всех людей. Поэтому есть и второе название праздника – Богоявление.

Мифы о крещенской воде

В праздник Крещения совершается церковное освящение воды в водоемах. Воду берут с собой и используют ее благодатную силу в течение года. Но бытует немало суеверий, на некоторые из них мы решили обратить ваше внимание.

МИФ 1
«Кто окунётся на Крещение в прорубь, тот смоет все грехи?»

Купание в проруби (иордани) – не церковное таинство. Это народная традиция празднования Крещения Господня, которая не является обязательной. Когда человек с верой погружается в купель, это в том числе приносит ему очищение от грехов, но человек об этом точно не знает. Когда мы молимся, чтобы Господь простил грехи, то Господь прощает. Но сказать точно, сколько нужно поста, молитвы, дел благочестия для прощения, нельзя. В грехах нужно покаяться священнику, чтобы он засвидетельствовал: «Прощаю и разрешаю или не прощаю и не разрешаю». Потому что Сам Христос дал Церкви власть это делать: «Кому простите грехи, тому простятся, кому оставите, на том останутся».

ВАЖНО!
Если вы решили окунуться в прорубь на Крещение, обязательно посоветуйтесь с врачом. Заходить в воду следует постепенно. По православной тради-

ции можно окунуться три раза, перекрестившись».

МИФ 3
«Можно ли на Крещение освятить воду самому серебряным крестом?»

Вода на Крещение освящается благодатью Самого Спасителя по молитвам священнослужителей. Святитель Иоанн Златоуст писал, что «Христос крестился и освятил естество вод». Поэтому самому никаких действий проводить не стоит.

МИФ 4
«Если окунуться на Крещение в прорубь три раза, то станешь православным христианином?»

Нет, купание на Крещение в проруби не делает человека христианином. Человек становится православным христианином, когда принимает таинство крещения, верует в Троицу: Отца, Сына и Духа Святого, принимает богочеловеческую суть Иисуса Христа, верит в воскресение Его и церковь. Крещение – это прежде всего таинство, при котором желающий стать христианином при троекратном погружении в воду с призыванием Бога Отца, Сына и Духа Святого умирает для плотской (греховной) жизни и возрождается Духом Святым в духовную жизнь. Святое крещение – это «дверь» в Церковь Божию, открыть которую позволяет вера в Иисуса Христа.

МИФ 5
«На Крещение все сны вещие и можно узнать свою судьбу?»

Большой грех – недоверие Богу. Будущего не знает никто, кроме Него. За-

кон Божий категорически запрещает гадания и какие-либо приметы, особенно накануне праздников. Уверенным в будущем не может быть никто, но если человек доверяет Богу, Его Промыслу, то он спокоен.

МИФ 6
«Тару со святой водой нельзя ставить на землю, иначе в землю уйдёт благодать, как написано в Библии?»

Ни в Священном Писании, ни в Священном Предании Церкви нет упоминания об этом. Великая агиасма, святая вода, не теряет свои свойства в течение долгого времени. Это не надо делать из благоговения к святой воде.

МИФ 7
«Если смешать крещенскую воду с водой из трёх (семи) храмов или добавить прошлогоднюю (позапрошлую) и т.д., то она настоится и благодать станет «сильнее»?»

Вся вода в дни Крещения (18 и 19 января) во всех православных храмах и во все годы освящается Благодатью Святого Духа одинаково. И от смешивания «сильнее» не станет.



ции можно окунуться три раза, перекрестившись».

МИФ 2
«Какая вода «сильнее»: освящённая 18 января или в день Крещения, 19 января?»

Это суеверие, основанное на вере в волшебные свойства крещенской воды. Великое освящение воды происходит дважды в год: в Крещенский сочельник и в день Крещения. В навечерие, 18 января, проводится первое водоосвящение в храме. А в сам праздник, 19 января, под открытым небом, в так называемых иорданах. Вода, освященная в эти дни, носит название великой аги-



Светлана ИВАНОВА
Редакция благодарит о. Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала



Даже зимой нет одежды, более подходящей для женщины, чем юбка.

Юбка – это всегда модно, стильно и уместно. Модные дизайнеры для каждого холодного сезона предлагают интересные новинки теплых юбок, и зима-2023 не стала исключением. Этой зимой каждая модница найдет юбку, которая удовлетворяет всем ее требованиям. Потому что в моде практически все возможные фасоны, а актуальная длина – от самого дерзкого мини до абсолютного макси, буквально в пол. Но – обо всем по-подробнее.

Клетка

Юбка в клетку – маст хэв сезона. Вариантов клетки невообразимое количество: крупная и мелкая, яркая и приглушенная, сочетающая только два или сразу несколько цветов. Причем важен именно принт, а не фасон, поэтому если юбка в клетку уже есть в вашем гардеробе, можете не спешить в магазин за новой – вы уже в тренде.

Твид

Классический твид – теплый и уютный – вернулся на модные подиумы, хотя далеко он и не отходил. Юбка из твида никогда не подведет – защитит и согреет, и всегда будет выглядеть очень хорошо, какой бы фасон вы ни выбрали. А вариантов бесчисленное множество, и каждая модница найдет самый для нее подходящий.



ЗИМНИЕ ЮБКИ на любой вкус

Асимметрия

Асимметричный край вносит свежесть и чуть-чуть дерзости в любой образ. Особенно актуально это зимой, когда едва ли не главную роль играет именно силуэт. Несимметричный подол – вплоть до зигзагообразного, удлиненные или, наоборот, укороченные вставки, разные уровни нижней и верхней части – все, что только возможно, в этом сезоне хорошо. Особенно эффектно выглядят юбки, асимметрию в которых создает сочетание двух горячих трендов сезона.

Кожа

Кожа в тренде не первый сезон, и модные дизайнеры настаивают, что это надолго. И это понятно, ведь кожа красива, долговечна и отлично подходит для холодного сезона. Если вы планировали сделать долгосрочное вложение, кожаная юбка – то, что нужно. Остромодные кожаные юбки впечатляют разнообразием: с запахом, оборочками, бахромой, тиснением, пуговицами и молниями, и даже плиссе. Самый популярный фасон – трапеция, цвета – все оттенки желтого (от песочного и бежевого до ярко-оранжевого), терракотовый, бордо, изумрудный, серый и, конечно, вечная классика – черный.

Светлана ИВАНОВА

С запахом

Юбки с запахом – еще один маст хэв сезона, который наверняка сохранится надолго. Ведь такая юбка удобна, а это очень ценится сегодня в мире моды. Как мы уже отмечали, юбка с запахом может быть асимметричной, но и ее классический вариант тоже в моде. Юбка может закрываться наглухо, а может оставлять кокетливый разрез. Декор в виде пуговиц усилит впечатление. Эффектное решение сезона – сочетание сразу трех острых трендов: асимметричная юбка с запахом в клетку. Юные и дерзкие наверняка выберут вариант, сочетающий шесть трендов: асимметричная мини-юбка с запахом из твида в клетку, отделанная пуговицами.

Деним

Джинсовая юбка – давно уже такая же классика, как и джинсы. Деним отлично сочетается с любым другим цветом и прекрасно вписывается в любой гардероб. Для холодного сезона лучше, конечно, выбирать юбки из утепленной денима, которые и согреют, и сидеть будут прекрасно, и не потеряют при этом своей формы.

Правильно подобранная юбка демонстрирует не только красивые ноги, но и интеллект своей обладательницы.

Принт

Помимо клетки, в моде самые разнообразные принты. Это растительные и животные мотивы (имитирующие кожу рептилий, леопарда, зебры и т.п.), и абстрактные рисунки, и самые разнообразные их комбинации.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

16 января	Восход: 9 ч. 41 м. Заход: 16 ч. 35 м. Долгота дня: 6 ч. 54 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
17 января	Восход: 9 ч. 40 м. Заход: 16 ч. 37 м. Долгота дня: 6 ч. 57 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
18 января	Восход: 9 ч. 38 м. Заход: 16 ч. 39 м. Долгота дня: 7 ч. 01 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
19 января	Восход: 9 ч. 36 м. Заход: 16 ч. 41 м. Долгота дня: 7 ч. 05 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
20 января	Восход: 9 ч. 34 м. Заход: 16 ч. 44 м. Долгота дня: 7 ч. 10 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
21 января	Восход: 9 ч. 33 м. Заход: 16 ч. 46 м. Долгота дня: 7 ч. 13 мин.	Новолуние, Луна в знаке Водолея
22 января	Восход: 9 ч. 31 м. Заход: 16 ч. 49 м. Долгота дня: 7 ч. 18 мин.	Растущая Луна в знаке Водолея

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

16 ЯНВАРЯ
В 1237 году началась осада Рязани войском хана Батия. В 1909 году открыт Южный магнитный полюс Земли.
17 ЯНВАРЯ
В 1773 году Южный полярный круг был впервые пересечен Джеймсом Куком.
18 ЯНВАРЯ
В 1825 году в Москве состоялось открытие Большого театра. В 1926 году состоялась премьера фильма Сергея Эйзенштейна «Броненосец Потёмкин». В 1943 году была прорвана блокада Ленинграда во время Великой Отечественной войны.
20 ЯНВАРЯ
В 1958 году были установлены первые радары контроля за скоростью автомобилей.

21 ЯНВАРЯ
В 1945 году в Москве принято решение СНК об основании главного Ботанического сада. В 1954 году на воду спущена первая в мире атомная подводная лодка.
22 ЯНВАРЯ
В 1506 году в Ватикане создана Швейцарская гвардия, которая с тех пор охраняет понтификов и папскую резиденцию. В 1724 году Пётр I издал указ об обязательности знания служащими государственных учреждений Российской империи законов и уставов и о воспрепятствии оправдываться незнанием законов, под страхом штрафов за неисполнение.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ
16 ЯНВАРЯ. Василий.
17 ЯНВАРЯ. Александр, Николай, Павел.
18 ЯНВАРЯ. Андрей, Григорий, Евгения, Матфей, Сергей.
19 ЯНВАРЯ. Феофан.
20 ЯНВАРЯ. Иоанн.
21 ЯНВАРЯ. Анастасия, Антоний, Виктор, Владимир, Георгий, Димитрий, Илья, Михаил.
22 ЯНВАРЯ. Пётр, Филипп.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ
17 ЯНВАРЯ ■ День детских изобретений
18 ЯНВАРЯ ■ День рождения детского телевидения в России ■ День толкового словаря
■ День Главного командования ВВС РФ
■ День технического обслуживания
19 ЯНВАРЯ ■ Крещение Господне (Святое Богоявление) ■ День патологоанатома
20 ЯНВАРЯ ■ День делопроизводственной службы МВД РФ
■ Всемирный день любителей сыра
21 ЯНВАРЯ ■ День инженерных войск России
■ День аспиранта ■ Международный день объятий
22 ЯНВАРЯ ■ День войск авиации ПВО РФ

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Мели, Емеля, твоя неделя!

16 января по народному календарю считалось Гордеевым днем. Иней на деревьях в этот день означал ясную и сухую погоду, а встретившийся возле дома заяц – похолодание.
17 января, в день Зосимы-пчельника, было принято следить за огнем в печи: слабая тяга – к сырой погоде, сильная – к морозу. Если на Крещенский сочельник, **18 января**, была метель, то и через три месяца тоже метель будет.
19 января, на Крещенье, всегда ждали сильных морозов. Однако если этот день выдавался теплым и солнечным, то такая погода должна была продержаться еще две недели.
На Ивана-Бражника, **20 января**, вниматель-

но следили за погодой: ясное небо сулило засушливое лето, южный ветер – лето суровое, яркое солнце в полдень – раннюю весну.
Про **21 января**, день Емеляны зимнего, в народе говорили: «Мели, Емеля, твоя неделя!» – касалось это не только небылиц и сказок, но и сильных метелей, часто случавшихся в этот день. Снег же означал обилие дождей в августе.
22 января, в Филиппов день, о грядущей погоде судили по поведению животных: кошка у печи спит – к похолоданию, лежит кверху брюхом – к потеплению, трочит когти – к сильным ветрам, спит целый день – к теплу.



Чем хуже настроение, тем нежнее отбивные.

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издаётся с апреля 2018 года.



Учредитель, редакция и издатель: 000 «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В. Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немькин Н.Н. Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

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

№ 2 (250).
Дата подписания в печать: 23.00 час. 09.01.2023 г.
Дата производства: 10.01.2023 г.
Дата выхода в свет: 10.01.2023 г. Тираж 66 300 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-53/2. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 834 700 экз.
Рекомендованная цена в розницу 17 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Неделя Овнов будет располагать к знакомствам, изобилловать событиями и радовать плодотворным сотрудничеством. В череду приятностей могут вмешаться неожиданные события, но вам по плечу все расставить по своим местам. И амор-амор – неделя хороша для романтики!

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львам часть важных дел придется начать с чистого листа. Но, кажется, вы будете только рады этому. Придется принять ряд решений, которые повлияют на ваши успехи. Неплохое время, чтобы заняться личной жизнью, отправиться в короткое путешествие.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Впереди у Стрельцов много работы. Будьте терпеливы и объективны по отношению к себе, тогда вы сможете исправить ошибки и огрехи. И перестаньте по пустякам придираться к близким людям. Они на вашей стороне и готовы помочь и подстраховать в любую минуту.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
В жизни Водолеев наступает время для реализации личных планов. К тому же звезды могут подкинуть шанс для роста. Будьте только решительны и инициативны. Да, отдохнуть вряд ли удастся и в выходные, но зато удача так и будет крутить хвостом перед вами.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Не постеснявшись воспользоваться деловыми связями и знакомствами, Тельцы ускорят реализацию намеченных планов. Время подходит для обучения, получения новых знаний. А вот выходные стоит провести в кругу семьи. Кому-то из близких может потребоваться ваше участие.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы будут весь период впитывать новые знания, ловить важные для себя инсайты. Многие из вновь открытого способны будут поменять и вашу жизнь, заставит по-новому взглянуть на некоторые свои принципы. Близкие будут рядом, и это не даст отступить.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У Близнецов будут спориться любые дела. Вы отдохнули, напитались новыми впечатлениями, это весьма позитивно повлияет и на отношение к жизни, и на работоспособность. Будет меняться ваше окружение, что пойдет на пользу профессиональным успехам и личной жизни.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам очень пригодится их умение очаровывать людей. Включайте обаяние на полную мощь, оно откроет перед вами немало нужных дверей. Даже промахи на работе останутся без последствий, вас подстрахуют, причем с радостью.

РАК (22.06 – 22.07)
Звезды обещают Ракам активное времечко. Постаравшись, можно многое успеть сделать, а при удачном стечении обстоятельств – продвинуться по служебной лестнице. И пора наконец выполнить обещания, данные близким.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Решительность и упорство помогут Скорпионам преодолеть те трудности, что может подкинуть им судьба. Вы сможете многое изменить к лучшему, если проявите самые хорошие свои качества. И звезды советуют прислушиваться к мнению любимого человека.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Мудрость и рассудительность Козерогов сослужат представителям знака отличную службу. Не тяните на себя одеяло на работе. Зачем, когда все сложное можно кому-то делегировать и при этом только выиграть? Сосредоточьтесь лучше на отношениях с близкими людьми.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
В предстоящий период Рыбам придется столкнуться с новыми находками. Не стройте больших планов. Двигайтесь вперед, но соразмеряйте свои силы. Не отказывайтесь от помощи, слушайте советы мудрых и... принимайте собственные важные решения.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- «Поле» для тренировки хоккеистов.
- Дрожь при лихорадке, болезненное ощущение холода.
- Жанр, в котором Римский-Корсаков воспел царскую невесту и псковитянку.
- Герой этого писателя летает на пушечных ядрах и вытаскивает сам себя из болота за волосы.
- «Лимузин» Емели.
- Джемпер как предмет одежды.
- «Пение» горящих дров.
- Длинный тонкий ствол дерева без ветвей.
- Минус тридцать за окном.
- Снасть для ловли глубоководной рыбы.

Ответы: 1. Каток. 2. Озноб. 3. Опера. 4. Распе. 5. Печка. 6. Кофта. 7. Треск. 8. Стужа. 9. Жердь. 10. Донка.

Корабль с адмиралом на борту								История в стиле Бажова	Заслонка в дымоходе	"Фабрика мыслей" человека		Ай-Петри или Джомолунгма	Шкала компаса	
Просторечное название машины	Написал про Дон Кихота	"... картофеля" Ван Гога	Комик с котелком и тростью	... Родионова, няня Пушкина	Сценический псевдоним Каштанки			Уменьшение тканей от стирки	И Бовари, и Баттерфляй	Японская ныряльщица за жемчугом				
		"Надраивание" перышек					Жокейская фуражка	Гостиня великосветской дамы				Штаб-квартира, снятая фирмой	Шурочка, сыгранная Голубкиной	
Между макси и мини	Подъемный на стройке			Жюль ...	"Штора", приподнятая над тайной					Африканская змея с черной пастью				
		"Величава, выступает будто ..."										Знаменитый хоккеист Яромир ...	Мохнатые родичи пчел	Свисток для имитации крика утки
Рядом с дизелями и бемолями	Узбекский собрат лютни	Жмурки или прятки	Бодрое: "Какие наши ...!"	Древнеримская монета			"Парапет" на сцене	Балетное приседание	Кварцевый халцедон					
		Внутренний двор в Древнем Риме					Домик пастуха на склоне Альп	И Утесов, и Агутин				Имя режиссера Бергмана		
Сериал про Коррадо Каттани	Доминантный "ноль"	Писатель ... Коллинз		"В следующей серии вы увидите"	См. фото				Тур-поездка	Французская марка авто	Охота с сетями и капканами			
Напряженные воли	На его дилом бреге сидел атаман Ермак				Поющий свои песни гитарист	Ансамбль из двух исполнителей	Добыча хозяина спиннинга		Так звали утку Айболита					
		"Свободная ..." школьного сочинения					Снято на "Мосфильме"							
Святой старец у Достоевского	Звезда, улыбающаяся с постера			Романист по имени Жоржи	Всплеск чувств									
		Удалой стрелец у Леонида Филатова					Актер Капур по имени							

Это растение в античные времена считалось принадлежностью богов.

Оно всегда было спутником славы и благоденствия, символом мира и любви. А его цветущая веточка обязательно украшала букет невесты. Речь идет о миртовом дереве. Его родиной хоть и являются страны Средиземноморья, но мирт прекрасно можно выращивать в домашних условиях.

Освещение

Мирт нуждается в большом количестве рассеянного света. Поэтому лучше всего для него подойдут окна восточного и западного направления. Южные окна тоже понравятся этому растению, но с обязательным притенением в жаркий летний полдень. Окна северного направления требуют дополнительной подсветки, иначе деревце будет плохо развиваться и очень скудно цвести. Кстати, на летнее время мирт можно вынести на свежий воздух: лоджию, на террасу. Важно, чтобы растение было укрыто от жаркого солнца и дождя.

Температура

Мирт не любит сильную жару, у него начинают сохнуть и опадать листья. Идеальна для растения температура в пределах 18-20 градусов. Зимой желательны более прохладные условия содержания. Поэтому так важно держать мирт подальше от горячих батарей и поближе к оконной раме. Наиболее оптимальным будет зимнее содержание на утепленной, но неотапливаемой лоджии. В летнее время желательно регулярное проветривание помещения, где растет мирт.



Растение, достоинное восхищения

Полив

Растение поливают только отстоянной водой комнатной температуры по мере просыхания верхнего слоя. Очень плохо оно переносит нерегулярный полив и пересыхание земляного кома – начинает сбрасывать листву. В летнее время поливают чаще, зимой при прохладном содержании полив снижают.

А если мирт находится в тепле, количество полива сохраняют. Важно следить, чтобы вода в поддоне не застаивалась: переувлажнение почвы тоже может навредить растению.

Пересадка

Молодое растение пересаживают ежегодно по весне. Мирт старше 4-5 лет можно пересаживать раз в 2-3 года, ежегодно обновляя только верхний земляной слой. Горшок должен быть соразмерен объему корневой системы – не нужно растение пересаживать в значительно больший горшок, чем был предыдущий. На дно обязательно выкладывается слой дренажа. Важно также сохранять прежний уровень заглубления, не засыпая землей корневую шейку растения.

Кошкам вредно для здоровья есть комнатные растения. Можно тапком схлопотать!



Обрезка

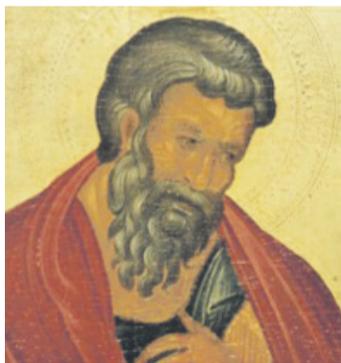
Благодаря тому, что мирт быстро растет, обрезкой можно придавать ему любую форму. Лучше всего это делать по весне, для растения это будет наиболее безболезненно. При удалении боковых веток можно создать деревце, а при удалении верхних веток – кустик. Мирт очень часто используется для создания бонсай, из которого даже создают различные фигуры. Однако не стоит увлекаться постоянной обрезкой и прищипкой в течение года – это отразится на цветении.

Влажность

В жаркое время года для мирта крайне важна повышенная влажность воздуха, которую можно обеспечить с помощью пульверизатора или разместив горшок с растением на поддоне с влажным керамзитом. С приходом осени при содержании его в более прохладных условиях повышенная влажность уже не требуется. Если же мирт зимует в тепле, его все так же постоянно опрыскивают.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ



«...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»

Услышав же Иисус, что Иоанн отдан под стражу, удалился в Галилею и, оставив Назарет, пришел и поселился в Капернауме приморском, в пределах Завулоновых и Неффалимовых, да сбудется реченное через пророка Исаию, который говорит: земля Завулонова и земля Неффалимова, на пути приморском, за Иорданом, Галилея языческая, народ, сидящий во тьме, увидел свет великий, и сидящим в стране и тени смертной воссиял свет. С того времени Иисус начал проповедовать и говорить: покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное.

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 22 января, в воскресенье.

Если зайти в самый обычный церковный книжный магазин и обратить внимание на ассортимент книг, которые там находятся, то среди прочего мы увидим массу всевозможных инструкций относительно покаяния. Это будут пособия по подготовке к исповеди, будут списки грехов, общие размышления о покаянии, сборники великопостных проповедей, посвященных покаянию, и так далее. Призывом к покаянию пронизана церковная проповедь, мы живем в пространстве покаяния. Евангельский голос Христа Спасителя призывает к тому же – он призывает к покаянию.

Но вот что странно: если немного полюбопытствовать и пройтись самым обычным поиском по электронной Библии, то мы обнаружим, что во всем корпусе библейских книг слова, образованные от слова «покаяние», встречаются только 27 раз, при этом в качестве призыва из уст Христа – всего лишь один раз, в

том отрывке Евангелия от Матфея, который мы только что услышали. Евангелие от Иоанна и вовсе не содержит этого слова, впрочем, апостол и евангелист Иоанн Богослов компенсировал свое упущение в книге Откровения, в которой немало призывов к покаянию, но они не принадлежат Христу. А вот если мы все тем же обычным поиском по электронной Библии вычленим слова, образованные от слова «радость», то выясним, что такие слова встречаются в библейских книгах 185 раз, что почти в семь раз больше, чем слова, образованные от «покаяния».

Сам по себе эта нехитрая статистика весьма удивительна, становится не совсем понятно, каким образом именно призыв к покаянию, а не к радости о Христе, стал основным призывом церковной проповеди. Возможно, дело здесь в том, что с какого-то момента христианство начало восприниматься не как предвосхищение блаженства Царства Бо-

жия, а как метод борьбы с дурными человеческими качествами, носителями которых является каждый из нас. Все мы страдаем от самих себя, а заодно и мучаем окружающих. Нам это не нравится, мы пытаемся измениться, внимательно смотрим за собой, исповедуем грехи, ненадолго испытываем облегчение, снова грешим и снова каемся. Так по кругу и до самого конца.

Проблема здесь в том, что при таком подходе невозможно измениться, меняет человека нечто совершенно иное. То, что раз и навсегда изменило апостола Павла, ведь в его посланиях невозможно найти длительного и изнуряющего апостольского плача о собственных грехах, которые у него, как и всякого другого человека, несомненно, были. То, что изменило и других апостолов, которые тоже дружно забыли о своих грехах. Не было сугубого плача о грехах и у первых христианских мучеников. У всех этих людей была нескон-



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

чаемая непоколебимая радость о Возлюбившем нас, немощных и грешных, Господе Иисусе Христе. Все эти люди сумели покаяться в истинном смысле этого слова – они изменились, они стали совершенно новыми людьми, живущими не по закону плоти, но по закону Духа. А изменил их Дух Святой, Посланный от Отца Господом Иисусом Христом. Пусть же Он придет, вселится, очистит от всякой скверны каждого из нас, и вместе с этим наполнит наши души всепоглощающей радостью о Христе Воскресшем!



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

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

Творческая встреча с детективным уклоном



Ну и цены! – Вера повертела в руках книгу и поставила ее обратно на полку.

– Ну, это подарочный экземпляр, – Максим достал с полки и тоже повертел в руках увесистый томик. – Ну и потом, пиар. Ты посмотри, это жеopus какого-то известного блогера. Ты, кстати, его не знаешь случайно?

– Знаю, мы же с тобой на его творческий вечер как раз и пришли.

– Да?! – Максим с искренним удивлением посмотрел на жену. – А я думал, ты ничего кроме детективов не читаешь. Ну и там, журналы всякие.

Почему же? – Вера хихикнула. – За последние несколько лет я неплохо поднатерела в детской и подростковой литературе.

Максим улыбнулся, вспомнив библиотеку, собранную для сына. Сын любил читать. Это родителей радовало безмерно. А потому те старались угодить, покупая все, на чем



останавливался взгляд их чада... в книжном магазине.

Слушай, а почему мы все-таки сегодня здесь?

– Максим вернул на полку дорожную книгу в яркой обложке. – Насколько я знаю, ты не слишком жалуешь разных модных блогеров.

– Этот пишет детективные истории.

– О! – Максим еще раз пробежал любопытствующим взглядом по полке с книгами обсуждаемого автора.

– Говорит, все истории основаны на личном опыте, – Вера усмехнулась.

– Ты их читала? – Максим с интересом посмотрел на жену.

Быков от них в восторге. Ну и еще парочка наших. Считают, что это современный Шерлок Холмс. Достали своими восторгами, я решила взглянуть на этого гения воочию. Вот посмотрю, послушаю, тогда и решу, стоит ли тратить время на его вирши.

Максим понимающе усмехнулся.

– Господа, просим всех занять свои места, – раздался усиленный микрофоном

женский голос. – Через три минуты к нам присоединится Вениамин Юрьев – писатель, детектив, консультант по написанию текстов и просто хороший человек.

На этот раз усмехнулась Вера, но к составленным рядами тонконогим стульям поспешила.

Через пару минут в холле книжного магазина действительно появился мужчина в джинсах, свитере и очках. Выглядел он своим парнем, да и улыбался дружелюбно. К нему тут же подбежала парочка восторженных девиц с просьбой подписать книгу. Ведущая попыталась их урезонить, сообщив, что все автографы после творческой встречи, но писатель дружелюбно кивнул ей, взял у одной из девиц ручку, наклонился над книгой и задрал очки на лоб. Поставил подпись, вернул книгу, водрузил очки обратно на переносицу и только после этого прошествовал к столу с микрофоном.

Простите за опоздание, – виновато и радушно улыбнулся он, обводя

гостей теплым взглядом. – Умудрился сегодня сжечь пару листов свежей рукописи по недосмотру. Погода-то солнечная, а я оставил на рукописи эти вот самые очки, пока брился. Возвращаюсь в комнату, а там пожар на столе. Зато в голову сразу пришел сюжетец для новой повести. Спасибо случаю.

Вера поднялась со своего места, потянула за рукав Максима.

– Вам тоже подписать книгу? – вежливо поинтересо-

вался у Веры Вениамин – хороший человек.

Все автографы после встречи, – нетерпеливо взвизгнула ведущая.

Вера выбралась наконец из своего ряда, повернулась к писателю лицом:

– Успешной вам работы над новой повестью, – сказала, махнула рукой и заспешила к выходу. – Шарлатан, – прошептала себе под нос, но Максим хорошо ее расслышал.

Любовь АНИНА



Почему Вера решила, что Вениамин Юрьев шарлатан?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 1: дело в том, что, когда девушка вошла в кабинет, Вера сразу обратила внимание на ее неестественно яркий зеленый цвет глаз. Догадка ее подтвердилась, когда Олеся сказала, что носит линзы. Цветные линзы, судя по всему. Есть у таких линз одно неприятное свойство, которое может проявиться в том числе в сумерках и при взгляде вбок. Появляется пелена перед глазами, ощущение тумана. Это связано с тем, что пигмент линзы в этих ситуациях может «наплывать» на область зрачка, «затуманивая» взор. Чем меньше размер прозрачной центральной части цветной линзы, тем сильнее будет ощущение «тумана» перед глазами.

Рис. Ирина Световой

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (962) 724-29-44
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от 300 рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	<ol style="list-style-type: none"> Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте <i>kardos.media</i>, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера); В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Куклы. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 929-92-55, Александр.

■ **953-39-70** Куплю фарфор, статуэтки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

■ **8 (905) 286-44-68** СКУПКА. КУРАМЫ, картины, ковры, старые игрушки, статуэтки, иконы, картины, янтарь, монеты, банкноты, значки, ромбы, медали, книги, часы, самовары, подстаканники, серебро, золото, бронзу, ёлочные игрушки, модельки машин, куклы, открытки и фотографии до 1946 г., фотоаппараты, мебель. Тел.: 8 (905) 286-44-68.

■ **8 (931) 337-91-68** Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68

РАЗНОЕ

АО «Железнодорожная торговая компания» (АО «ЖТК») проводит открытые аукционы в электронной форме № 329, 330 и 331 (далее – Аукционы) на право заключения договора аренды недвижимого имущества: аукцион № 329: части помещения (466,1 м²) по адресу: Ленинградская обл., г. Волхов, ул. В. Голубевой, д. 28: лот № 1 – 179,5 м²; лот № 2 – 253,0 м²; лот № 3 – 33,6 м²; аукцион № 330: части здания (87,4 м²) по адресу: Ленинградская обл., г. Выборг, пр-кт Победы, д. 27а: лот № 1 – 9,9 м²; лот № 2 – 27,0 м²; лот № 3 – 50,5 м²; аукцион № 331: помещение (146,6 м²) – Ленинградская обл., г. Волхов, ул. Дзержинского, д. 6 – 67 377,36 руб. в мес. с учетом НДС. Срок аренды: 11 (одиннадцать) месяцев.

Дата проведения аукциона: 15 февраля 2023 года.
Дата окончания приема заявок: 10 февраля 2023 года.

Место и форма проведения Аукционов: электронная торговая площадка «РТС-Тендер» на сайте: <https://www.rts-tender.ru>.
Внесение обеспечительного платежа: предусмотрено условиями Аукционов.
Подробная информация на сайтах: <https://www.rts-tender.ru> и www.rwtk.ru (в разделе «Тендеры»).
Телефон организатора Аукциона +7 (812) 436-81-72

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

■ **8 (981) 050-97-31** ЧАСТНЫЙ МАСТЕР ПО РЕМОНТУ любой бытовой техники: стиральных машин, холодильников, водонагревателей, электроплит и т. п. НИЗКИЕ ЦЕНЫ. Звоните: 8 (981) 050-97-31

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»
8 (962) 724-29-44

РА «ПАЛЛАДА»
8 (921) 899-98-75

РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»
8 (812) 424-32-11

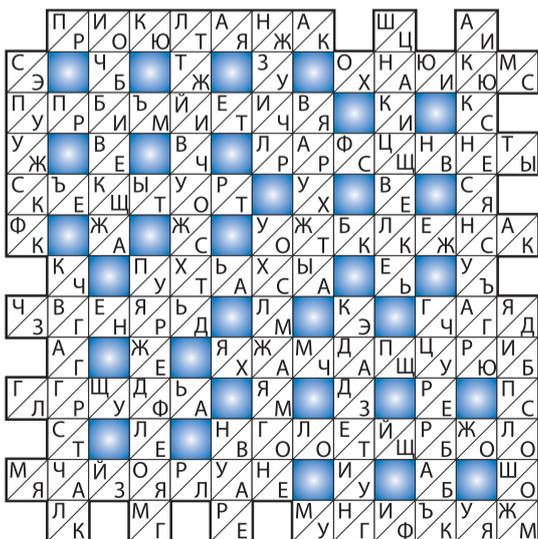
РА «ФРИИ МЕДИА»
8 (812) 996-72-97
м. «Пл. Ленина»
только безналичный расчет

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Поклажа. Оникс. Примитив. Расцвет. Сектор. Отблеск. Птаха. Зверь. Чад. Хачапури. Груда. Волейбол. Майоран. Уникум.

По вертикали: Обивка. Лживость. Жуир. Шницель. Аксессуар. Спуск. Вахта. Охламон. Квартал. Предлог. Казеин. Чурбак. Диплом. Вар.



Реклама 6+

LEOMAX

Оформи заказ по телефону
8 (800) 500-18-45
и получи ПОДАРОК*!

Включай и заказывай в прямых эфирах
на сайте leomax.ru или на кнопке пульта твоего ТВ:



Ваш ПОДАРОК за заказ*!

Сумка кросс-боди «Харизма» из натуральной кожи



Лимонадница «Муза»

лот 28463 1999.-

- Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной окантовкой.
- Позволяет красиво подать на стол морсы, соки и другие напитки.
- Удобный кран поможет налить напиток аккуратно.
- Материал корпуса: стекло.
- Объем: 2 л. Высота: 46 см с крышкой.



Кадка с гнетом «Разносолы»

лот 28938-02 2999.-

- Ароматные заготовки квашеной капусты, соевых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках!
- Материал: древесина липы, нержавеющая сталь. Объем: 10 л.



Комбайн «Здоровье+»

лот 28089 1999.-

- Заменит терку, шинковку и шинковку соковыжималку.
- Готовит салаты, соки, соусы и др.
- Размер: 29x18x20 см.
- Материал: пластик, нержавеющая сталь.
- В комплекте: база для комбайна, насадка-овощерезка с толкателем и двумя насадками, насадка-соковыжималка (шинковочная), ручка, инструкция.



Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634-01 1699.-

- Простое управление одним нажатием.
- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
- Материал: пластик, нержавеющая сталь.
- Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт.
- Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одиночный нож, двойной нож.



Электрическая ножегодочка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная)

лот 21703-04 799.-

- Наточит ножи, ножницы, отвертки и др.
- Есть поддон для опилок.
- Материал: пластик, металл. Размер: 6x8,5x14 см.
- Работает от 4 батареек типа AA (в комплект не входят).



Светильник «Суперсвет», 2-й в ПОДАРОК!

лот 18868 999.-

- Легкий монтаж без проводов.
- Датчик движения.
- Материал: ПВХ. Диаметр светильника: 9 см. Яркость: 180 лм.
- Датчик движения/освещения: дальность срабатывания до 10 м. Крепление: двухсторонний скотч.
- Работает от 3 батареек AAA (в комплект не входят).



Интерьерный обогреватель

лот 15001-04 2499 1999.-

- Безопасен, надежен, экономичен.
- Может работать долгое время, не иссушая воздух.
- Материал: полимерная пленка, дерево.
- Мощность: 500 Вт. Напряжение: 220 В.
- Температура поверхности: 65°C.
- Площадь обогрева: 15 кв. м. Размер: 60x105 см.
- Дизайн: «Камин». В комплекте: обогреватель, шуруп, дюбель.



Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 10 шт.

лот 92576 2999.-

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Клеятся на любую поверхность.
- Материал: вспененный полиэтилен.
- Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4). Укажите при заказе.
- Размер одной панели: 70x77 см. В наборе: 10 шт.



Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 1999 999.-

- Заклеит, уплотнит и отремонтирует почти всё.
- Можно использовать даже под водой.
- Контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металла, дерева, керамики, стекла и др.
- Материал: клей, ПВХ. Размер: 20x150 см. лента в подарок: 10x100 см.



«Супер Сварка», 2-я в ПОДАРОК!

лот 18581 999.-

- Тель под действием ультрафиолетового светодиода превращается в сверхпрочный прозрачный материал.
- Склеит пластик, резину, стекло, дерево и фарфор.
- В комплекте: устройство, батарейка CR1620L.
- Материал корпуса: ПВХ. Размер: 13x3x1,3 см.



Шиньон «Интрига», 2-й в ПОДАРОК!

лот 69545 999.-

- Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
- Можно мыть шампунем и сушить феном.
- Материал: канеканон. Объем пучка: 6 см.
- В наборе 2 одинаковых шиньона. Цвет укажите при заказе.

Блонд Шатен Темный каштан Темно-коричневый



Набор для стрижки «Ваш парикмахер»

лот 41763-03 1499.-

- 4 насадки для стрижки разной длины.
- Лезвия из нержавеющей стали.
- В комплекте: машинка, ножницы, 4 съемные насадки, расческа, щеточка для чистки лезвий, масленка.
- Материал: пластик, металл.
- Размер: 19x5,5x5,5 см.
- Питание от сети 230 В. Мощность: 10 Вт.



Жилет из шерсти «Ласковое тепло»

лот 305659 1499.-

- Материал: 60% акрил, 40% шерсть.
- Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64.
- Длина по спинке для 50-52-го размера: 72 см.
- Цвет: черный, серый (укажите при заказе).

Черный Серый



Брюки на резинке «Стрелочка»

лот 305634 1499.-

- Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс.
- Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.
- Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см.
- Глубина посадки: 30 см.
- Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый (укажите при заказе).

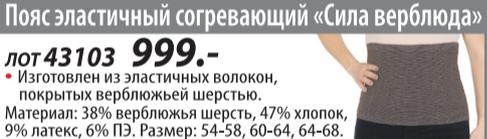
Измуррудный



Пояс эластичный согревающий «Сила верблюда»

лот 43103 999.-

- Изготовлен из эластичных волокон, покрытых верблюжьей шерстью.
- Материал: 38% верблюжья шерсть, 47% хлопок, 9% латекс, 6% ПЭ. Размер: 54-58, 60-64, 64-68.



Термобелье «Нежные объятия»

лот 43363 999.-

- Согревает и моделирует силуэт.
- Незаметно под одеждой.
- Материал: 60% вискоза, 30% нейлон, 10% спандекс.
- Размер универсальный: от М(44) до Х(56).
- Цвет: сиреневый, «капучино» (укажите при заказе).

Сиреневый



Термоноски «Аляска», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

лот 45368 999.-

- Согреют ваши ноги в любую погоду.
- Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс.
- Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.). В комплекте: 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!



Специальные носки без резинки «Комфорт», 3 пары + 3 пары в ПОДАРОК!

лот 45988 999.- 6 пар

- Предупреждают тяжесть и усталость в ногах.
- Не нарушают кровообращение.
- Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ. Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46.
- В комплекте 3 пары: черные, серые, синие. Дополнительно 3 пары в ПОДАРОК!

Черный Светло-серый Синий



Утепленные тапочки-бабуши «Маруся»

лот 701978 1299.-

- Материал: 20% шерсть, 80% ПЭ.
- Материал подошвы: термостойкая резина.
- Размеры: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43.
- Цвет: бежевый, серый (укажите при заказе).

Серый Бежевый



Матрас-топпер «Соната Комфорт»

лот 27848 от 2999.-

- Анатомический эффект.
- Не поглощает влагу и запахи.
- Материал: стеганный чехол — 100% ПЭ; наполнитель — холкон. Толщина: 5 см.
- Размер: 90x200 см, 90x200 см, 120x200 см, 140x200 см, 160x200 см (укажите при заказе).
- Расцветка в ассортименте без возможности выбора.



Простыня на резинке

лот 27839 от 1299.-

- Белый, оливковый, персиковый
- лот 16558 Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий
- Материал: 100% хлопок.
- Размер: 90x200 см, 140x200 см, 160x200 см, 200x200 см.
- Цвет и размер укажите при заказе.

Надежная фиксация



Анатомическая подушка «Идеальный сон»

лот 15661-01 1 шт. 1999.-

- Поможет сохранять правильное положение головы и шеи во время сна.
- Материал: чехол — 50% хлопок, 50% ПЭ; наполнитель — силиконизированное волокно по технологии EcoFiber Balls. Размер: 43x65 см.

лот 15661-02 2 шт. 2999.-



Сушилка «Так удобно»

лот 19272 4999 2999.-

- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.
- Материал: (окрашенная), пластик.
- Размер: 173,5x70x66 см (в сложенном виде: 173,5x70x23 см).
- Максимальная нагрузка: 15 кг.



Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594 2999.-

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и не царапающие ножки.
- Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг.
- Размер (ШxГxB): 51x31x53 см.
- Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см.
- Максимальная нагрузка: 120 кг.



Велотренажер «Кардио»

лот 401808 2999 1999.-

- Для тренировки ног и рук.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Компактный.
- Материал: металл, пластик.
- Размер: 40x53,5x25,5 см. Вес: 2,4 кг.



Чудо-трость

лот 40814 1999.-

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость компактно складывается.
- Высота трости регулируется.
- Встроенный фонарик работает от 3 батареек типа AAA (в комплект не входят).
- Материал: металл, пластик, резина.
- Высота: от 88 до 98 см.



Универсальная массажная подушка

лот 45732 2499.-

- Поможет снять напряжение в мышцах.
- Можно использовать на работе, в автомобиле.
- Мощность: 24 Вт. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В.
- В комплекте: массажер, сетевой и автомобильный провода, чехол на молнии. Размер: 31,5x18x8,5 см. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. Цвет в ассортименте без возможности выбора.



Матрас с функцией массажа и подогрева

лот 40479 4999.-

- Способствует: активизации циркуляции крови, восстановлению мышечного баланса, улучшению сна, уменьшению жировых отложений.
- 4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги.
- 5 вибромоторов. 5 программ.
- Размер: 171x59 см. Напряжение: 220-240 В.
- Материал: текстиль, пластик, металл.
- В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Медицинский нейростимулятор «Остео»

лот 93405 8999 3999.-

- «Остео» поможет: при болях в шее, головных болях; при метеочувствительности и мигрени; при снижении остроты зрения, головокружениях, онемении пальцев рук и при других симптомах шейного остеохондроза.
- Материал: пластик, металл. Питание: 2 батарейки AA.
- Размер (ДxШxB): 16x15x6 см.
- В комплекте: нейростимулятор, 2 батарейки AA, инструкция.
- ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Аппарат для коррекции артериального давления «КАРДИО компакт»

лот 93404 6499 3999.-

- Эффективен при: эпизодическом повышении давления при стрессе, изменениях погоды, бессоннице; стабильно высоком артериальном давлении.
- Наденьте «Кардио компакт» на руку и выберите программу.
- Материал: пластик, металл.
- Размер: 45x27,5x20 мм (с ремешком).
- Встроенная аккумуляторная батарея. Заряжается от сети.
- В комплекте: аппарат, зарядное устройство, инструкция.
- ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



«Браслет здоровья»

лот 44663 2499 1999.-

- Не требует подключения к мобильным приложениям и к Интернету.
- Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.
- Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
- Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон.
- Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Складные очки «Фокус Плюс», 2-е в ПОДАРОК!

лот 43063 1999 999.-

- Визуальное увеличение до 160%.
- Складная конструкция.
- Подходит мужчинам и женщинам.
- Материал: пластик.
- Расстояние между дужками: 13,5 см.
- В комплекте: очки с футляром — 2 шт.



Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 999.-

- Может усилить звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.
- Материал: металл, пластик, силикон. Вес: 10 г.
- В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные силиконовые вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
- Размер усилителя звука: 5x4,5x1,7 см. Длина обода: 4 см.



Чудо-мазь «МауЛи», 2-я в ПОДАРОК!

лот 402634-01 СОГРЕВАЮЩАЯ 1199.-

- Уникальный состав из 20 трав.
- Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить симптомы при отечности и болях в ногах.
- Мазь с согревающим эффектом может помочь облегчить симптомы при болях в области спины, поясницы, суставов.
- В комплекте: 2 банки по 500 мл.



Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 999.-

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 специальных магнитов вдоль линии позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
- Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3).
- Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.
- Цвет и размер укажите при заказе.



Наколенник «Двигайся легко», 2-й в ПОДАРОК!

лот 45295 1999 999.-

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметно под одеждой.
- Материал: 68% нейлон, 32% спандекс.
- Размер универсальный.
- Высота: 28 см.
- Максимальный обхват ноги до 50 см.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!

лот 46869 1999 999.-

- Компрессионный эффект.
- Фиксирует и снижает нагрузку на голеностоп.
- Материал: нейлон, спандекс, латекс.
- Размер: универсальный. Высота: 22,5 см.
- Обхват: 24 см (в растянутом виде).

