

№13  
(738)

ТВ-программа с 30 марта по 5 апреля 2026 года

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**52**  
КАНАЛА  
ТВ

**КАЛЕНДАРЬ  
АЛЛЕРГИКА  
НА 2026 ГОД**

стр. 14

**КОРМИМ СЕМЬЮ  
ПОЛЕЗНЫМИ  
ЗАВТРАКАМИ**

стр. 12

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

стр. 2

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

стр. 19

**КАК УКРЕПИТЬ  
СПИНУ  
УПРАЖНЕНИЯМИ**

стр. 16

**ГДЕ ПРОХОДИТ  
ГРАНИЦА  
ИСКРЕННОСТИ?**

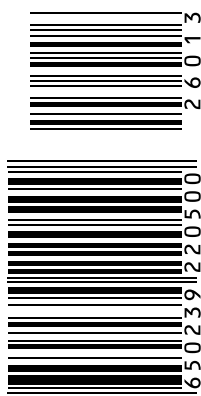
стр. 4

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

ISSN 2226-6380



4 165023912205001 2 6013

Анастасия МАЛЬКОВА-МАКЕЕВА:

# «На будущее ничего не загадываю»

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

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

**Всегда оставаться собой**

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

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

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

Когда я приступила к репетициям, стала сильно заморачиваться над тем, как сыграть свою героиню, показать ее внутренний мир. На это режиссер сказал: «Не надо ничего играть. Оставайся собой». И я невероятно благодарна Игорю за то, что он угадал меня, понял мою суть. Было очень волнительно выходить на сцену, потому что с моей стороны это была не игра, я будто исповедовалась перед зрителем. Быть искренней и честной очень сложно, потому что приходится рассказывать про свою внутреннюю боль. Театр — это не всегда про развлечение, это еще про очищение и познание, про размышления. И хотя наш спектакль — комедия и, как положено комедии, очень смешной, в нем есть много чего для глубоких раздумий. И спасибо коллегам и зрителям за то душевное подключение, которое я почувствовала, находясь на сцене.

**«Пой да гуляй»**

— Недавно состоялась премьера, и в марте у вас

ещё одна — мюзикл «Обручѐнные», где вы играете роль королевы.

— Да, это так.

— А дальше?..

— Я дописываю свой мюзикл под названием «Пой да гуляй». Он почти весь основан на моих авторских песнях. Решила собрать их вместе. И здесь есть важный момент. Меня зритель знает как Анастасию Макееву, но я взяла фамилию мужа и теперь позиционирую себя как Малькова-Макеева.

Для меня важно, что я мужнина жена, чтобы подчеркнуть причастность мужа к своей жизни и моей — к его. Я рада, что все мои песни на цифровой площадке выходят именно под двойной фами-

лией. Вышло уже больше 20 треков. Они о том, о чем поет моя душа. Мне бы хотелось, чтобы люди это услышали и поняли.

**«Люблю делать подарки»**

— Господь щедро одарил вас разными талантами. Вы сумели ими правильно распорядиться. А есть ещё что-то в вашей жизни, возможно, на бытовом уровне, что является усладой для сердца и души? Кто-то любит готовить, кто-то — разводить цветы...

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



**300 концертов для героев**

— Вы часто выступаете с концертами перед бойцами СВО. Дав более 300 концертов, вместе с супругом — вашим директором и продюсером — получили медали «Участнику СВО». Поделитесь своими впечатлениями об этих концертах, встречах...

— Когда приезжаем в Донецк с концертами, в первую очередь ощущаем силу русского народа, Россию-матушку, ее широкую многострадальную душу. Это не пафос, а скорее какое-то пронзительное чувство бесконечной признательности и любви к своей земле, к нашим ребятам. Все они наши защитники, наши герои. Рядом с ними как-то все сразу встает на свои места — и в сердце, и в голове. Ты многое начинаешь понимать, осмысливать, ты словно прозреваешь. Кстати, именно в поездках по воинским частям у меня родились многие песни. А еще после этих встреч, после этих поездок часто

вспоминаю свое детство — как с дедом ходили на рыбалку, как лазила в соседний сад за яблоками, бабушкины пироги... Вспоминаю свой дом, всю свою большую семью. И от этого светлеет на душе. Для меня все это очень важно.



**ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА**

**Самые яркие работы впереди**

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

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

мистической истории, в сказке, в психологическом триллере.

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

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



Мария СУХАНОВА

Фото из личного архива Анастасии Мальковой-Макеевой (центральное фото) — Анастасия с мужем Романом — фотограф Татьяна Тураланин

## Валерий Николаев отправляет зрителей в прошлое Москвы

Одна из весенних премьер на канале «Москва Доверие» – документальная передача «Время московское» с ведущим Валерием Николаевым, которая выходит в эфир по пятницам в 19.10. Каждый выпуск посвящен одному году из истории Москвы XX-XXI веков. «Время московское» покажет яркую и правдивую картину, вызывая ностальгию и превращая программу в настоящее окно в прошлое. Героями передачи будут участники описываемых событий: известные деятели культуры, науки, музыки, театра, кино и литературы.

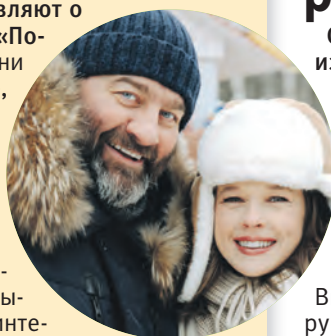
– Для меня этот проект – фантастическая возможность узнать о родном городе совершенно неожиданные факты, которые влияли на жизнь людей и страны в целом, – поделился с нами Валерий Николаев. – Почувствовать себя еще раз единым целым с любимым городом и поделиться этим чувством с дорогими зрителями, в том числе моими родными и близкими.

Фото Михаила Голденкова/«Москва 24»



## У «Полярного» – новый сезон

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



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

Фото PR 1-2-3 Production/TNT

## Ангелина Пахомова разрушит стереотипы

Онлайн-кинотеатр START приступил к производству нового оригинального проекта – 10-серийного фильма «Люби меня, люби». Режиссерами сериала стали Антон Риваль и Дмитрий Власкин. Главные роли в многосерийном фильме сыграют Ангелина Пахомова и Владислав Ценёв.

Вика (Ангелина Пахомова) – успешный блогер. Но, несмотря на миллион подписчиков и большие рекламные контракты, у Вики не складывается личная жизнь. Ее подруги убеждены: причина этого в первую очередь связана с тем, что мужчины видят в Вике только красивую картинку. И тогда Вика вместе с подругами решает на своеобразный эксперимент, который приводит ее не только к знакомству с парнем мечты (Владислав Ценёв), но и запускает череду непредсказуемых событий. Создатели проекта планируют снять его в экспериментальном формате.

## Вероника Пляшкевич раскрывает «Тайну старого портрета»

В пятницу, 27 марта, на канале ТВЦ состоится премьера двухсерийной детективной мелодрамы «Тайна старого портрета». В главных ролях – Вероника Пляшкевич, Антон Даниленко, Сергей Шишков, Виктория Жбанкова и другие.

По сюжету Полина (Вероника Пляшкевич) и Кирилл (Сергей Шишков) познакомились при трагических обстоятельствах: мужа Полины Михаила (Антон Даниленко) арестовали по обвинению в убийстве жены Кирилла. На следствии выяснилось, что они были любовниками. Кирилл дарит музею, где работает Полина, старинную картину. На ней изображена жена художника, убитая в этих краях более ста лет назад. Внизу на холсте видны буквы – похоже, это шифр. Возможно, художник зашифровал имя убийцы жены?

– Сама я никогда не попадала в такую ситуацию, которая случилась в жизни моей героини, – заметила Вероника Пляшкевич. – В одной из съёмочных сцен моя Полина, находясь на поздних сроках беременности, должна была вместе с персонажем Антона Даниленко быстро сесть в машину и уехать. К этой сцене я особенно готовилась. Мне хотелось правдиво и точно все воспроизвести. Как это получилось, увидите на экране.

Фото телеканала ТВЦ



КРУИЗЁР

# ОТДЫХАЙТЕ В РЕЧНЫХ И МОРСКИХ КРУИЗАХ!

8 (495) 166-84-91 • AP-TRAVEL.RU

Офис в трёх минутах от М «Семёновская»

Для посещения офиса требуется предварительная запись по телефону

01.05.2026 – 03.05.2026 (3 дн.) теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс) Москва – Мышкин – Москва от 40 990 руб.	31.05.2026 – 11.06.2026 (12 дн.) теплоход «Максим Литвинов» (комфорт-класс) Москва – Углич – Кузино – Петрозаводск – Свирьстрой – Валаам – Санкт-Петербург – Мандроги – Кизи – Горицы – Мышкин – Москва от 196 690 руб.	13.07.2026 – 26.07.2026 (14 дн.) теплоход «Георгий Жуков» (стандарт-класс) Москва – Дубна – Рыбинск – Городец – Нижний Новгород – Свияжск – Болгар – Самара – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Чкаловск – Плес – Кострома – Ярославль – Мышкин – Москва от 166 400 руб.
02.05.2026 – 11.05.2026 (10 дн.) теплоход «Две столицы» (эконом-класс) Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Чкаловск – Кострома – Калезин – Москва от 94 590 руб.	31.05.2026 – 06.06.2026 (7 дн.) теплоход «Империя» (стандарт-класс) Иркутск – Листвянка (начало круиза) – мыс Половинный (КБЖД) – остров Огой – остров Ольхон – Малые Ушканьи острова – пос. Давша – бухта Аяя – Хакусы – остров Ольхон – бухта Академическая (бухта Песчаная, бухта Бабушка) – Листвянка (окончание круиза) – Иркутск (круиз по Байкалу) от 191 990 руб.	18.07.2026 – 23.07.2026 (6 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» (эконом-класс) Москва – Углич – Кинешма – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Калезин – Москва от 39 900 руб.
03.05.2026 – 10.05.2026 (8 дн.) теплоход «Маленький принц» (комфорт-класс) Москва – Мышкин – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Елабуга – Сарапул – Пермь от 121 290 руб.	05.06.2026 – 07.06.2026 (3 дн.) теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс) Москва – Тверь – Москва от 42 190 руб.	19.07.2026 – 25.07.2026 (7 дн.) теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс) Москва – Углич – Горицы – Кизи – Мандроги – Валаам – Санкт-Петербург от 104 200 руб.
04.05.2026 – 09.05.2026 (6 дн.) теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс) Москва – Углич – Ярославль – Кострома – Калезин – Москва от 70 690 руб.	07.06.2026 – 11.06.2026 (5 дн.) теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс) Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Калезин – Москва от 71 990 руб.	22.07.2026 – 03.08.2026 (13 дн.) теплоход «Бородино» (эконом-класс) Москва – Углич – Тутаев – Ярославль – Кинешма – Макарьево – Казань – Чебоксары – Нижний Новгород – Муром – Выкса – Касимов – Коломна – Москва (круиз по Волге и Оке) от 115 900 руб.
04.05.2026 – 12.05.2026 (9 дн.) теплоход «Jaz Al Qassida» (комфорт-класс) Хургада (2 ночи в отеле 4*, Египет) – Луксор (Египет) – Эдфу (Египет) – Ком-Омбо (Египет) – Асуан (Египет) – Каир (2 ночи в отеле 4*, Египет). Круиз по Нилу с русской группой. Требуется заграничный паспорт от 130 235 руб.	08.06.2026 – 15.06.2026 (8 дн.) теплоход «Россия» (люкс-класс) Москва – Дубна – Ярославль – Чкаловск – Городец – Кинешма – Плес – Кострома – Мышкин – Углич – Москва от 127 990 руб.	01.08.2026 – 06.08.2026 (6 дн.) теплоход «Феликс Дзержинский» (стандарт-класс) Москва – Мышкин – Кострома – Ярославль – Коприно – Углич – Москва от 72 900 руб.
08.05.2026 – 11.05.2026 (4 дн.) теплоход «Лунная соната» (комфорт-класс) Москва – Тверь – Углич – Мышкин – Москва (праздничный круиз) от 69 790 руб.	12.06.2026 – 18.06.2026 (7 дн.) теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс) Москва – Завидово – Углич – Кострома – Плес – Тутаев – Рыбинск – Мышкин – Москва от 80 600 руб.	02.08.2026 – 15.08.2026 (14 дн.) теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс) Москва – Углич – Кузино – Мандроги – Хийденсельга (Рускеала) – Валаам – Санкт-Петербург (3 дня) – Лодейное Поле – Свирьстрой – Кизи – Горицы – Мышкин – Москва от 216 900 руб.
15.05.2026 – 21.05.2026 (7 дн.) теплоход «Волга Стар» (комфорт-класс) Москва – Углич – Горицы – Кизи – Мандроги – Валаам – Санкт-Петербург от 95 162 руб.	16.06.2026 – 22.06.2026 (7 дн.) теплоход «Русь» (стандарт-класс) Москва – Углич – Горицы – Кизи – Мандроги – Валаам – Санкт-Петербург от 98 100 руб.	16.08.2026 – 29.08.2026 (14 дн.) теплоход «Огни большого города» (комфорт-класс) Москва – Углич – Горицы – Старая Ладога – Валаам – Санкт-Петербург – Свирьстрой – Мандроги – Кизи – Петрозаводск – Вытегра – Череповец – Дубна – Москва от 202 690 руб.
18.05.2026 – 24.05.2026 (7 дн.) теплоход «Бородино» (эконом-класс) Москва – Константиново – Касимов – Муром – Рязань – Москва (круиз по Оке) от 69 600 руб.	25.06.2026 – 09.07.2026 (15 дн.) теплоход «Родная Русь» (эконом-класс) Москва – Углич – Мышкин – Кострома – Плес – Городец – Нижний Новгород – Пермь – Березники – Пермь – Казань – Козьмодемьянск – Макарьево – Нижний Новгород – Тутаев – Москва (экскурсии за доп. плату) от 99 000 руб.	17.08.2026 – 04.09.2026 (19 дн.) теплоход «Афанасий Никитин» (эконом-класс) Москва – Мышкин – Кострома – Нижний Новгород – Казань – Саратов – Волгоград – Астрахань – Никольское – Волгоград – Саратов – Усовка – Самара – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Кострома – Ярославль – Рыбинск – Дубна – Москва (экскурсии за доп. плату) от 107 150 руб.
22.05.2026 – 31.05.2026 (10 дн.) теплоход «Золотое кольцо» (люкс-класс) Москва – Константиново – Рязань – Касимов – Муром – Нижний Новгород – Ярославль – Мышкин – Углич – Дубна – Москва (круиз по Оке и Волге, экскурсии за доп. плату) от 142 100 руб.	27.06.2026 – 07.07.2026 (11 дн.) теплоход «Две столицы» (эконом-класс) Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чистополь – Чебоксары – Козьмодемьянск – Чкаловск – Кострома – Калезин – Москва от 108 090 руб.	07.09.2026 – 18.09.2026 (12 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» (эконом-класс) Москва – Калезин – Тутаев – Ярославль – Нижний Новгород – Чебоксары – Елабуга – Казань – Козьмодемьянск – Макарьево – Чкаловск – Плес – Кострома – Мышкин – Москва от 56 000 руб.
23.05.2026 – 05.06.2026 (14 дн.) теплоход «Александр Пушкин» (комфорт-класс) Москва – Углич – Кузино – Кизи – Шлюз № 5 – Сосновец – Беломорск – Соловецкие острова (2 дня) – Петрозаводск (2 дня) – Горицы – Кузино – Мышкин – Москва от 247 367 руб.	01.07.2026 – 11.07.2026 (11 дн.) теплоход «Северная сказка» (комфорт-класс) Сургут – Ханты-Мансийск – Березово – Мужы (Ханты-Мужы) – Салехард – Новый Киеват – Шеркалы – Уват – Тобольск (круиз по Оби и Иртышу) от 233 890 руб.	09.09.2026 – 20.09.2026 (12 дн.) лайнер «Спектр морей» (комфорт-класс) Шанхай (2 ночи в отеле 5*, Китай) – Шанхай (старт круиза, Китай) – Сакаиминато (Япония) – Киото (Майдзурэ, Япония) – Ниигата (Япония) – Хакодате (Япония) – Шанхай (Сучжоу + ночь в отеле 5*, Китай). Безвизовый круиз с русской группой! Требуется заграничный паспорт от 286 556 руб.
24.05.2026 – 04.06.2026 (12 дн.) теплоход «К. А. Тимирязев» (эконом-класс) Москва – Калезин – Кострома – Нижний Новгород – Чебоксары – Свияжск – Казань – Козьмодемьянск – Макарьево – Городец – Юрьево – Кинешма – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Углич – Москва от 66 200 руб.	05.07.2026 – 18.07.2026 (14 дн.) теплоход «Константин Симонов» (стандарт-класс) Москва – Углич – Кузино – Мандроги – Валаам – Хийденсельга (Рускеала) – Санкт-Петербург (3 дня) – Лодейное Поле – Свирьстрой – Кизи – Горицы – Мышкин – Москва от 200 100 руб.	

У нас также есть много других дат и маршрутов!

ВОЗМОЖНО ПОВЫШЕНИЕ ЦЕН! ТОРОПИТЕСЬ!

КРУИЗЫ: 8 (495) 166-84-91

\* В некоторых круизах экскурсии оплачиваются дополнительно, об этом дана информация в скобках после маршрута. Цены указаны за 1 человека при 2-местном размещении. Не является публичной офертой. РЕКЛАМА 16+  
Рекламодатель: 000 «Эйпи Тревел» ИНН 771.378.7256 ОГРН 114.774.6426233, 107023, г. Москва, ул. Малая Семёновская, д. 30, стр. 6, комн. 6-306 (для посещения офиса требуется предварительная запись по телефону). Реестровый номер в реестре туроператоров: РТА 0014508

Подготовлено по материалам пресс-служб телеканалов, киностудий, онлайн-кинотеатров, театров, концертных площадок

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Как строить отношения с напарником

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



## РАЗДЕЛЕНИЕ ОБЯЗАННОСТЕЙ

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

## ЧЕЛОВЕЧНОСТЬ

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

## ДРУЖБА ДРУЖБОЙ, А СЛУЖБА СЛУЖБОЙ

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

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

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

## Первый рубез: спасайся кто может

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

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

## Где проходит граница искренности?



странных друзей детства. Ваше честное и аргументированное мнение о том, что вы «ненавидите его семью», не изменит его родственных связей, но создаст пропасть между вами. В данном случае честность не добродетель, а провокация конфликта, который не имеет конструктивного решения.

Искренность должна быть дозированной. Есть вещи, которые принадлежат только нам: наша личная история, наши внутренние процессы. Не обязательно врать, но держать что-то при себе – это не ложь, это сохранение своей целостности.

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



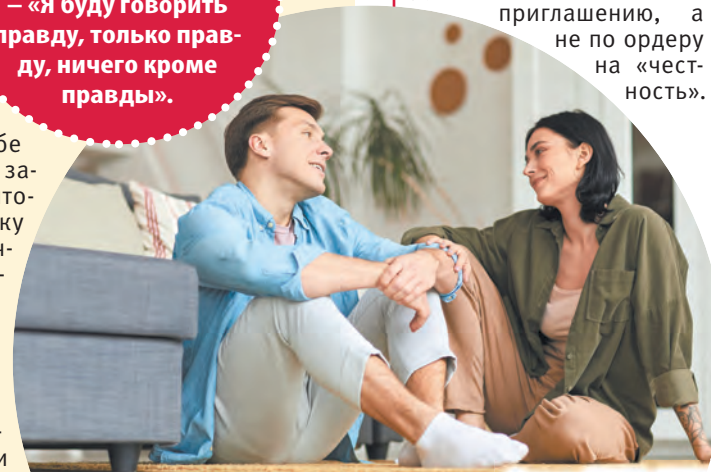
## Эмпатия важнее

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

Во-первых, это интимная сфера. Если партнер старается, а у него пока не все получается, сказать ему в лоб «у тебя ничего не

выходит» – значит подорвать его уверенность в себе на корню. Мудрость заключается в том, чтобы помочь человеку стать лучше, не уничтожив его достоинство.

Во-вторых, это оценка значимых для него людей. Ваш партнер обожает свою взбалмошную мать или



Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Подведём черту

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

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

## Фортепиано: инструмент с историей

Фортепиано – один из самых узнаваемых инструментов в мире. Но вместе с тем, за его привычным видом скрываются неожиданные факты и изобретательские решения. Развитие фортепиано заняло столетия, а многие детали конструкции появились благодаря смелым экспериментам мастеров и требованиям композиторов.

**1** В начале XVIII века итальянский мастер создал инструмент, который мог звучать и тихо, и громко (что позже и дало название фортепиано) в зависимости от силы нажатия клавиш. Однако современники долго не оценивали новинку, считая изготовление такого инструмента слишком сложной задачей. Назовите, кто считается изобретателем фортепиано?

- а) Антонио Страдивари.  
б) Джузеппе Верди.  
в) Бартоломео Кристофори.

**2** Первые фортепиано сильно отличались от современных: у них было меньше клавиш, а звук был мягче и тише. Со временем диапазон инструмента расширялся, чтобы соответствовать требованиям композиторов, писавших всё более сложную музыку. Какой диапазон стал стандартом для современного концертного фортепиано?

- а) 95 клавиш. б) 88 клавиш. в) 76 клавиш.

**3** В XIX веке мастера столкнулись с проблемой: струны фортепиано не выдерживали увеличения натяжения, необходимого для более громкого звучания. Решение оказалось неожиданным: в конструкции начали использовать массивную металлическую раму, которая кардинально изменила характер инструмента и позволила значительно усилить звук. Из какого металла обычно изготавливают такую раму?

- а) Сталь. б) Латунь. в) Чугун.

**4** Некоторые композиторы экспериментировали с фортепиано, изменяя его звучание необычными способами. В XX веке один из них начал помещать между струнами различные предметы (винты, резину и бумагу), чтобы получить новые тембры, возникло отдельное направление в музыке. Как называют фортепиано, усовершенствованное таким образом?

- а) Модифицированное.  
б) Подготовленное.  
в) Экспериментальное.

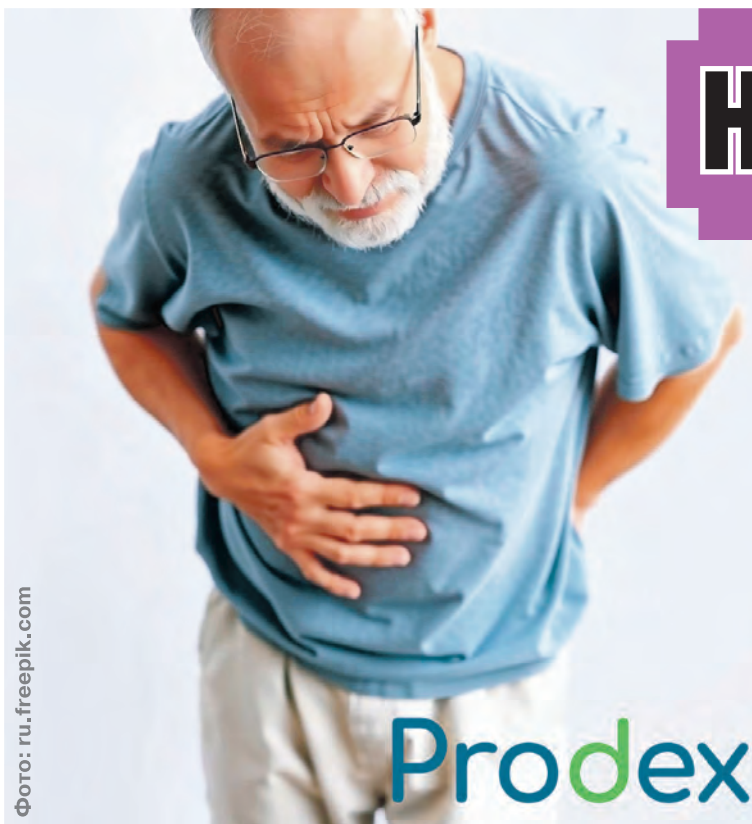


Фото: ru.freepik.com

# НЕ КЛИЗМОЙ ЕДИНОЙ...

## СОВРЕМЕННАЯ МЕДИЦИНА ПРОТИВ ЗАПОРОВ

Современная высокотехнологическая медицина дала ответ!

### ВЕРНУТЬ ДВИЖЕНИЕ КИШЕЧНИКА!

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

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

### ИМПУЛЬСЫ ЗДОРОВЬЯ

EMS импульсы активируют работу мышц живота и самого кишечника. Идёт интенсивный массаж. Наконец-то получается опорожнение без «химии» и клизмы!

И даже укрепятся сфинктеры (кишечный, мочевого). Вы чувствуете, как уходят спазмы и боли. Остаются в прошлом запоры и мучения! И это лишь половина возможностей для Вас! TENS-импульсы проходят в глубину тела к нервам кишечных мышц. Импульсы «будят» их! Заставляют сокращаться.

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

### А ЖИЗНЬ-ТО НАЛАЖИВАЕТСЯ!

Только представьте, какое счастье: застоя в ЖКТ больше нет! Прошли как дурной сон эти туалетные мучения. Облегчение теперь без проблем! Больше нет боли и проблем со здоровьем из-за запоров. Нет воспалений и болей кишечника. Нет рисков его травм и разрывов. Отступил риск рака, отказа печени и почек. Нет мучений от гниения в кишечнике и дисбактериоза. Больше нет болезненного и стесняющего вздутия.

И поболтать в гостях с соседкой можно, не стесняясь громкого кваканья и переливов в животе. И можно нормально питаться в полное своё удовольствие! Иногда и жареной картошечки попробовать. И не пить воду, когда она уже не лезет в горло и живот раздулся. Попить нормального горячего чая с пироженкой или сладкой булочкой, а не чуть тёплую бурду. С радостью забыть про жёсткие диеты и ограничения. Конечно, всё в меру. Но и это просто счастье какое-то! Вот уж точно — облегчение и радость жизни! И не только от счастливого «расставания» с запорами и вздутиями ЖКТ.

### НЕ ТОЛЬКО ЗАПОРЫ! НОРМАЛИЗАЦИЯ РАБОТЫ ОРГАНОВ ЖКТ

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

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

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

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

А восстановление органов — это же как бы их омоложение! Разве не здорово: почувствовать себя моложе?!

Вернуть силы, бодрость и энергичность. Да просто хорошее настроение! Разве этого мало? Ведь это и есть радость жизни! И это теперь доступно!

### ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НА ЗДОРОВЬЕ!

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

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

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

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

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

### А КАК ЛЕЧИЛИ ЗАПОРЫ У ЛЮДЕЙ?

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

Жуть! Но на что не пойдёшь, когда болезненно растягивает кишки? Раздувает живот. И ничего не можешь сделать. И некуда деваться от этих мучительных болей. Так мало того! Запоры — это не просто «механическая» проблема. Это удар по здоровью всего организма. И со временем всё становится только хуже. Даже есть опасность для жизни... Да вот сами посмотрите.

### К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ ЗАПОРЫ?

Запоры неизбежно приводят к геморрою с его болями и кровью. Проктиту (боль, слизь, кровь). Могут появиться полипы (вплоть до кишечной непроходимости, а значит, и непростой операции). Возникает хронический колит (воспаление толстого кишечника с болями, кровью и слизью). Растёт опасность рака прямой кишки. Кал перекрывает кишечник, и газы не могут выйти. Вот Вам вздутие, боли и травмы. Так и это ещё не всё!

Вдобавок идёт отравление организма — каловая интоксикация.

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

Неизбежно начинается воспаление. От отравления состояние ЖКТ и организма становится плачевным. Из-за отравления растёт даже вероятность развития деменции. Здоровье рассыпается в труху... Всё это ужасно больно, крайне неприятно и действительно опасно. Надо лечить. А как обычно лечат запоры?

### КАК ОБЫЧНО ЛЕЧАТ ЗАПОРЫ?

Обычно у нас используют от запоров слабительные или клизму.

Вот только на самом деле и это не лечение. А только устранение последствий. Только сейчас «пробку» убрать. А дальше-то что? Ведь перистальтику кишечника они не восстанавливают. Даже хуже того! Со временем идёт привыкание к «допингу», и это приводит к лениости кишечника. Он уже не желает сам двигаться. И приходится повышать дозы слабительных. Да и клизмы не безобидны. А со временем могут стать мучительно болезненными. Из-за постоянных микротравм. И так до конца жизни. Вы этого хотите? А ведь дальше всё будет только хуже и хуже... Как же не допустить такого? Как решить проблему запоров?

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА  
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: \* ТЕЛЕК

### г. Москва

- м. «Лермонтовский просп.», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1
- м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
- м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 25.03.2026 г. по 25.04.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО «Поток» ОГРН 121600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, импульс девайс, импульс нейро. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

ЗВОНИТЕ  
ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 444-90-19

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

### РЕКОМЕНДУЕМ\*

ПРЕСОВАННЫЕ РОСТКИ  
ПШЕНИЦЫ

Помогают избавиться  
организму  
от скопления опасных  
токсинов и шлаков



ДОСТАВКА  
ЗА НАШ СЧЕТ!

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

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

## Сделано с душой и юмором

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

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

– Уверена, что вы давно и хорошо знаете сказку

# Иван ОХЛОБЫСТИН: Человек, как ни крути, существо немного волшебное»

*про Домовёнка Кузю. Насколько, на ваш взгляд, режиссёр сохранил интонацию этого произведения, его смысловую нагрузку?*

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

## Обратно в детство

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

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

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

– Дома у нас главная Оксанка, несмотря на то, что она бывшая актриса (хоть бывших актрис не бывает), она с легкостью управ-

ляется со всеми делами. А домовых у нас нет: семья большая, шесть детей, трое внуков – они всех домовых распугали (смеется).

## Злодей с эмоциями и душой

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

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

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

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

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

Бывает, приезжаешь на съемки, а у всех пустые,



как у коров, глаза. А тут – совсем другое дело: все знали, чего хотят, и горели этим. Вот это больше всего меня впечатлило.

## «Лучшее в провинции – люди»

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

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

– С некоторых пор вы стали открывать для себя глубинку России,

её уютную неповторимую провинциальность. Проехали, как понимаю, очень много разных городков и деревень. Есть среди них место, где вы бы хотели поставить дом? Где почувствовали, что это место – ваше?

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

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

## ПОДРОБНОСТИ

## В планах – карьера деда

– Самому не хотелось бы снять сказку?

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

– Вы пишете книги. Какие темы вас сегодня волнуют?

– Когда-нибудь, несомненно, если Господь отмерит мне необходимую для этого долю таланта, я напишу книгу о

нынешних временах. Столько событий! Думается мне, это должна быть целая эпопея.

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

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



## ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

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

Подготовила Наталья АНОХИНА

В фильмографии молодого актёра Ивана Жвакина более 40 фильмов.

**П**осле участия в сериале «Молодежка», где Иван сыграл хоккеиста – нападающего Сашу Кострова, популярность буквально обрушилась на него...

В этом году продюсер ледового шоу «Ледниковый период» Илья Авербух пригласил Ивана принять участие в новом сезоне, не только вновь поставив его на коньки, но и определив ему в пару саму Александру Трусову.

### Фигурное катание – другая планета

– Иван, насколько неожиданным было для вас предложение принять участие в ледовом шоу?

– В других сезонах этого проекта уже работали мои коллеги по сериалу «Молодежка» Саша Соколовский и Миша Гаврилов. Но сам я о фигурном катании не мечтал и за ним не следил. И вдруг получаю такое предложение! Дать согласие на участие меня во многом смотивировал тот факт, что моей партнершей должна была стать Саша Трусова, которая сама меня выбрала, поскольку смотрела «Молодежку» и любит этот сериал. Конечно, было лестно. И я включился в новый и, как оказалось, очень непростой проект.

– И какие впечатления?

– Фигурное катание – это совершенно другая планета, другие коньки, катание, базовые навыки. Ноги натер во всех местах, работают те мышцы, которые раньше не были задействованы. В хоккее у тебя есть хотя бы «третья нога» – клюшка, да и уровень катания в «Молодежке» был любительский. Для нас было главное, чтобы мы уверенно стояли на коньках и уверенно дер-

## Иван ЖВАКИН:

# «Я вытянул счастливый билет»



### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Желаю, чтобы у каждого из вас был в жизни выбор и вы доверяли, прежде всего, собственному сердцу, а не мнению окружающих.

жались в кадре. А в «Ледниковом периоде» передо мной стали ставить такие сложные задачи, что я нередко думал: не справлюсь. К тому же давно на коньках не стоял, а сроки подготовки к номерам очень сжатые. Хотя никто не говорил, что будет легко (улыбается).

– Жалеете, что согласились?

– Что вы! Разве можно жалеть о возможности получить столько нового опы-

та и ярких, незабываемых впечатлений. Когда я посмотрел по ТВ, как катались в других сезонах «Ледникового периода» (мои коллеги в том числе), не поверил, что это делают обычные люди. Не верю до сих пор. Но, оказывается, эти люди находятся среди нас. И я имею счастливую возможность с ними общаться. Здесь я познакомился с замечательными, выдающимися спортсменами. Не только с фигуристами, но

и из других видов спорта, например, с олимпийским чемпионом по шорт-треку Семёном Елистратовым, титулованным конькобежцем Иваном Скобринным... С ними приятно даже просто общаться. Считаю, что мне выпал счастливый билет. Не говоря уже о том, что многому здесь учусь.

– С партнёршей нашли общий язык?

– Если честно, до сих пор испытываю некий трепет и ответственность, что со

мной катается такая выдающаяся фигуристка, как Саша Трусова. Со своей стороны честно выполняю все, что от меня требуется, много тренируюсь. Живу по спортивному режиму...

### Скоро начнутся съёмки

– В кино, судя по занятости в «Ледниковом периоде», у вас сейчас пауза?

– Под занавес 2025 года закончил съёмки в четырех картинах. Сейчас в ожидании новой работы, которая должна начаться весной. Актёры уже утверждены, и ждем, когда начнутся новые съёмки. О других проектах говорить преждевременно. Единственное, могу сказать, что сейчас у меня идут репетиции антрепризного спектакля. Но буду стараться выкроить время на поездку домой, в Челябинск, где живет мама. Стараясь навещать ее каждый год. И потом, как ни крути, это моя малая родина.

– Иван, а на родине у вас много поклонников?

– В Челябинске, как и в других региональных городах, на появление известного артиста реагируют более эмоционально, чем в столице. В Москве можно ходить незамеченным, все погружены в телефоны и смартфоны. У меня на родине иначе. Тебя могут не отпускать

очень долго, поскольку всем хочется с тобой сфотографироваться и взять автограф.

– Не отказываете?

– Адекватным поклонникам никогда.

### «Подарили портрет моего кота»

– Правда, что уже обзавелись в Подмосковье собственным домом?

– И не только, еще и котом (смеется). Дом приобрел готовый, с банькой и небольшим участком земли. Купил, и сразу начал его обживать. Теперь мечтаю о квартире в Москве, поскольку при всех прелестях загородной жизни при интенсивной работе удобнее, конечно, жить в городе.

– А с кем остаётся кот? Судя по вашему графику, одиночество ему знакомо.

– Да, сидит, ждет хозяйина, но не голодает. В помощниках электрокормушка, которая позволяет оставлять его одного на два-три дня. Но потом я начинаю по нему скучать.

– У вас после сериала «Молодежка» появились не просто поклонники, но образовался целый фан-клуб. С ребятами общаетесь?

– С некоторыми из них даже встречался. Стараясь, чтобы в фан-клубе была теплая атмосфера, без негатива и разного рода токсичности. Ребята мои адекватные и добрые. На Новый год или день рождения стараются порадовать подарками: кто шарфик свяжет, кто плед, девочки даже кекски пекут. Игрушками тоже балуют (смеется). Что бы там ни было, все приятно, потому что это внимание.

– Какие подарки запомнились особенно?

– Обычно мне дарят мои портреты, а тут подарили портрет моего кота. Это было очень мило.

Наталья АНОХИНА

фото предоставлено пресс-службой Первого канала (фотограф Юрий Феликсов) и https://sputnik.ru

## Александр Зацепин раскрыл секрет своего долголетия



19 марта в Большом зале Государственного Кремлёвского дворца Фонд поддержки культуры и искусства «Екатерининский» провёл юбилейное шоу «ПРО100 ЗАЦЕПИН», посвящённое столетию легендарного композитора Александра Зацепина. Мероприятие проводилось при поддержке Президентского фонда культурных инициатив.

В концерте приняли участие Дима Билан, Игорь Крутой, Полина Гагарина, группа «Иванушки», Николай Расторгуев, Люся Чеботина, Дмитрий Маликов, Хабиб Пелагера, Алсу, Ильдар и Аскар Абдразаковы, Александр Панай-

отов, Академический ансамбль песни и пляски Российской армии им. А.В. Александрова, Таисия Повалий, Наталья Варлей, Дмитрий Харатьян, Александр Олешко, Нонна Гришаева, Екатерина Гусева, Дарья Мороз, Аглая Шилова, Александр Устюгов, Евгений Дятлов и многие другие.

Маэстро Зацепин написал музыку более чем к ста фильмам, многие из которых вошли в золотой фонд Госфильмофонда: «Земля Санникова», «Двенадцать стульев», «Душа», «Иван Васильевич меняет профессию», «Тайна Третьей планеты» и другим. Яркие, запоминающиеся мелодии мгновенно становились хитами после написания и остаются ими до сих пор: их

поют за праздничным столом, посвящают близким людям, а начинающие исполнители нередко выбирают именно песни Зацепина для первых выступлений на большой сцене.

На вопрос о секрете своего долголетия композитор отвечает: это любовь. Любовь к своему делу, к женщине, к миру. И это чувство нашло отклик в сердцах слушателей, поэтому творчество Александра Сергеевича стало неотъемлемой частью нашего культурного кода.

Анна КОЛОМЕНСКАЯ

Фото предоставлено Фондом поддержки культуры и искусства «Екатерининский» (фотограф Кристина Соловьёва)

Мейквер-проект «Новый день» вернулся в эфир ТВ-3. Каждую пятницу в 9.00 психолог Виктория Дмитриева, стилист Алексей Сухарев, парикмахер Егор Рябчик и визажист Надежда Борисова помогают героиням менять свои жизни, начиная с внутреннего и внешнего преображения.

**М**ы поговорили с визажистом проекта Надеждой Борисовой о том, какие истории героинь «Нового дня» тронули ее больше всего, а также обсудили личную жизнь, философию жизни и бьюти-секреты.

## Больше осознанности

– Надежда, для вас это уже седьмой сезон в качестве визажиста шоу и соведущей. Чем этот сезон отличается от предыдущих?

– Могу отметить, что с появлением на проекте психолога Виктории Дмитриевой шоу заметно изменилось в сторону практической, осознанной работы над собой. Как мне кажется, это помогает героиням видеть свою ответственность в происходящем.

В последние два сезона к нам на этапе бьюти-преображения попадают более активные, более «раскачанные» героини. У них уже больше изменений, потому что идет не только предложение от психолога попробовать что-то новое, но и испытание, и так называемый профтест. Мне кажется, что это классная последовательность, которая включает в героине процессы трансформации, внутренние изменения, на которые она потом действительно готова пойти в жизни.

– Чья история тронула вас больше всего и почему?

– Пожалуй, больше всего меня тронула история

## Надежда БОРИСОВА:

# «ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ МОЖНО В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ»

Елены – женщины в инвалидном кресле с таким заболеванием, как рассеянный склероз. Я удивлена, насколько Лена, несмотря на сложившуюся ситуацию, сохраняет позитив, насколько она солнечная и радостная. Эта история в очередной раз демонстрирует, как важно не искать отговорки, а искать возможности. Самым трогательным моментом стал финал с сюрпризом от мужа и дочки – это было до слез.

## Цель – сделать мечты явью

– В новом сезоне в проект вернулся стилист по волосам Егор Рябчик. Как вы с Алексеем встретили его?

– Мне очень нравятся профессиональные приемы и секреты Егора. Особенно ценно его умение работать с женщинами элегантного возраста – а большая часть наших героинь как раз 40+, когда уже появляются возрастные изменения.

Секреты раскрывать не буду! Но результат его работы всегда впечатляет: героини заметно молодеют, получают стильные, современные образы. И отдельный респект Егору за работу с наращиванием и до-

бавлением объема – это действительно мечта многогих женщин.



## ДЕТАЛИ

### Семья-тандем

– Известно, что вы замужем. Расскажите о вашем муже Константине. Чем он занимается?

– Летом этого года будет уже десять лет, как мы вместе. Я мечтала открыть школу макияжа и причесок, и мой будущий муж сказал: «Я во всем помогу и сделаю все, что в моих силах».

Мы рискнули и основали школу Makeuptrend – это наше общее детище. Два года Константин совмещал основную работу со студией, созданием интернет-магазина и нашего бренда инструментов для укладки волос. А в 2025 году мы наконец-то запустили свой бренд для волос, спустя 3,5 года разработок и производства в РФ. Это было нашей большой мечтой.

Сегодня мой супруг является генеральным директором всех наших направлений: школы, бренда и всех каналов, где я выступаю как лицо проекта. Такой у нас тандем.



– Вы тоже занимаетесь волосами. Хотели бы вы совмещать в шоу «Новый день» сразу две роли – визажиста и стилиста по волосам?

– Классный вопрос! Я знаю, как создавать на любых волосах крутые укладки и как научить этому каждую девушку. Это, собственно, моя цель – чтобы девушки мыли голову моими шампунями и уходами, имели прекрасные, блестящие, роскошные волосы и делали укладки по моим методикам и техникам с моим стайлингом. Хотела бы я делать финальную прическу и макияж? Конечно, могу это совмещать и с удовольствием готова. Но я не работаю с цветом и не стригу – и никогда не хотела и не хочу этим заниматься.

## Невыдуманные истории

– С чего вы обычно начинаете преображение каждой героини?

– Очищение, тонизирование, увлажнение и подготовка кожи к макияжу. В процессе работы я обязательно рассказываю героиням, что, например, сыворотки с маслами отлично помогают быстро восстановить липидный барьер. Поэтому моя задача – создать качественную поверхность, на которую макияж ляжет красиво, ровно, будет хорошо зафиксирован и сохранит аккуратный вид.

– На ваш взгляд, в чём уникальность мейквер-шоу «Новый день»?

– Мои подписчики часто спрашивают: «Это все по-настоящему?» Людям сложно поверить, что такие истории реальны. Но жизнь настолько удивительна, что истории наших героинь невозможно выдумать. Поэтому, на мой взгляд, уникальность проекта именно в его глубине. В раскрытии личности и в том, насколько эти истории близки аудитории.

## ПОДРОБНОСТИ

– Какие бьюти-тренды, на ваш взгляд, будут актуальны в 2026 году?

– Актуальна будет сияющая, здоровая кожа с минимумом тона, а также естественные тональные средства, совмещающие уход и покрытие, – это bб-кремы, капсулированные тона вроде тонов-сывороток. То есть легкая, сияющая кожа.

## Внимание на тренды-2026

Трендовые брови – пушистые, естественные. Легкие и аккуратные ресницы. Монохромный, минималистичный макияж с минимумом слоев, при этом с индивидуальными акцентами на чертах лица. Также лучше

взять продукты «3 в 1» – тинты для губ, например.

Румяна – сейчас глобальный тренд. Их используют даже в формате тинтов «3 в 1», наносят на щеки, нос, лоб, под глаза, высоко на скулы.

Что уходит на покой: плотные тональные средства, тяжелый макияж, темные контуры губ и бровей, графичные или слишком темные брови, а также мертвенные оттенки губ.

– Три бьюти-секрета от Надежды Борисовой.

– Первое – это однозначно максимум ухода и регулярных, ежедневных ритуалов бережного очищения и увлажнения кожи.

Второе – легкие современные текстуры, которые дают гладкую кожу

и эффект фильтра. Это тинты, пигменты, легкие флюиды для кожи, где в капле продукта сочетаются супер-уходовая формула и цвет с декоративными функциями.

Третий секрет – подчеркнуть индивидуальные черты без перебора с акцентами. Два акцента в макияже – не больше. Главное – чувствовать меру.

## Денис Никифоров представил «Хозяина»

Телеканал НТВ продолжает работу над третьим сезоном остросюжетной драмы «Хозяин». С момента событий последних серий прошел год. Егора оправдали, и он вместе с Мариной переехал жить в город. Таранцев продолжает служить в полиции



вместе со следователем Сергеевым (Евгений Славский) и новыми коллегами: операми Протасом (Иван Бровин), Жигулиным (Сергей Шаталов) и Зайцем (Руслан Ягудин). Неожиданно для всех у Лиды (Анна Бачалова), бывшей жены Сергеева, похищают дочь Милану (Анастасия Екатеринчева). Ее нынешний муж и отец девочки Одинцов (Олег Филипчик) – руководитель крупного регионального банка. Ради дочери он готов на все. К поиску Миланы также подключаются Таранцев и Сергеев. Но чем больше они узнают об обстоятельствах происшествия, тем более запутанной оказывается эта история.

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

Фото PR НТВ

## Павел Деревянко рассказал о Чехове и о себе

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

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

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

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



Фото телеканала СТС

## Евгений Ткачук сыграет Пугачёва

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

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

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

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

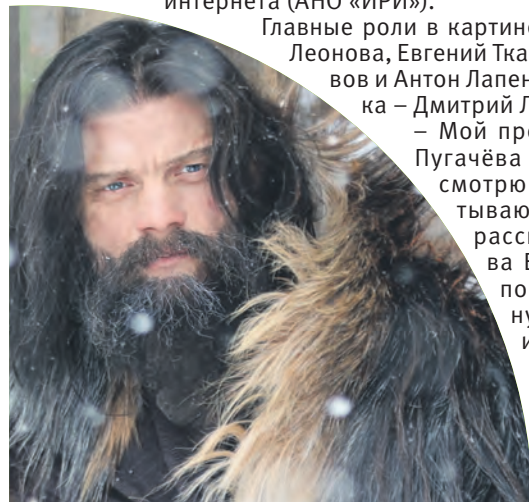


Фото телеканала «Россия»

## У Анастасии Сорокиной – главная роль

Телеканал «Домашний» завершил съёмки сериальной мелодрамы «Игра на своём поле» (производство кинокомпании «Леондра Продакшн»). В ролях в фильме заняты Анастасия Сорокина, Виталий Татаринович, Артём Карасев, Мария Срогович и другие артисты. Режиссер-постановщик проекта – Кира Ангелина.

В центре сюжета – Алина Кислинская (Анастасия Сорокина), известный невропатолог. Однажды врачи находят у Алины неизлечимую болезнь, она скрывает правду от родных и продолжает работать. Но судьба готовит новые удары. Алина узнает, что муж все это время обманывал ее.



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

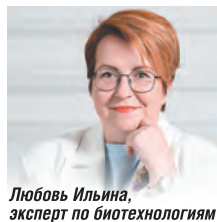
Фото пресс-службы телеканала «Домашний»

### СТРАШНАЯ СТАТИСТИКА

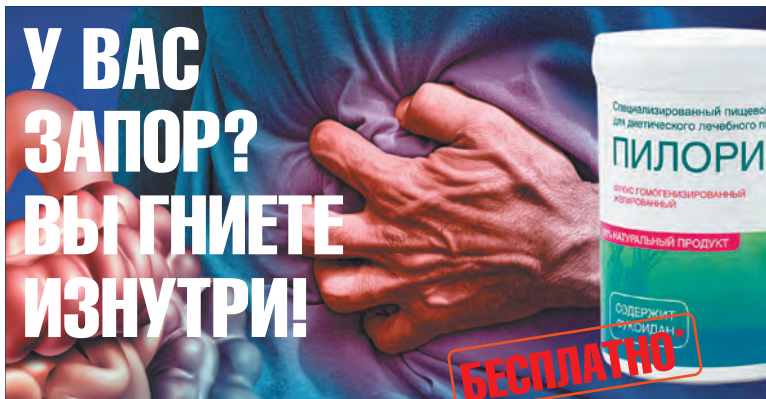
По данным мировой статистики, распространенность запоров составляет 12% среди взрослого населения, а в ряде развитых стран число доходит до 40-60%. Среди больных с заболеваниями желудка или кишечника частота запоров составляет уже 70%.

Хронические запоры – это страшное заболевание! Те, кто с этим не сталквался, никогда не поймут людей, годами страдающих от невозможности нормально сходить в туалет. Более того, запор страшен не только дискомфортом, напряжением, стрессами и мучениями. Он вызывает массу смертельно опасных последствий! И запускать этот процесс ни в коем случае нельзя! Почему? Из-за запора содержимое кишечника сначала гниет, а потом каменеет и цементируется, перекрывая просвет!

Шлаки должны выводиться из организма ежедневно. Если этого не происходит, они накапливаются в кишечнике и гниют, выделяя смертельно опасные токсины, которые всасываются в кровь. Начинается



Любовь Ильина, эксперт по биотехнологиям



## ПИЛОРИС: российские ученые нашли спасение

отравление организма, которое сопровождается недомоганием, головными болями, слабостью. Но при этом кишечник продолжает работать и всасывать воду из шлаков. И чем дольше это происходит, тем более твердыми становятся шлаки, и тем труднее и опаснее дефекация. А если просвет кишечника полностью перекроется каловыми камнями, наступит острая кишечная непроходимость. Я уже не говорю про воспаления, боли и геморрой, которые всегда сопровождают запор.

### СЛАБИТЕЛЬНЫЕ. ЧТО НЕ ТАК?

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

### НЕВОЗМОЖНОЕ ВОЗМОЖНО!

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

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

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

### СОСТАВ НА 100% НАТУРАЛЬНЫЙ

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

### УНИКАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Благодаря технологии кавитации «живые» молекулы более 80 активных веществ (полисахариды, моносахариды, аминокислоты, жирные кислоты, витамины, микро- и макроэлементы) обладают такой же активностью, как и в дикой природе. ПИЛОРИС поможет справиться с запорами легко, быстро и без усилий, вернет вам силы, энергию и радость жизни! Позвоните прямо сейчас и получите банку ПИЛОРИСА в подарок!\*

Звоните по бесплатной федеральной линии:

8-800-100-55-60 \*2031  
Код вашего подарка\*» ПИЛОРИС-ЗАЩИТА»

После окончания Горного института она получила диплом геодезиста и, вместо того, чтобы почувствовать твердь под ногами, испытала непонятное чувство неопределённости: а что дальше?

**О**на понимала, что вовсе не хочет заниматься полученной специальностью...

Внутренние поиски привели ее из Петербурга в Москву... на курсы актерского мастерства для непрофессионалов. Наверное, отсюда начались ее первые шаги в профессию. Через два месяца занятий один из преподавателей, что-то увидев в ней особенное, яркое, посоветовал Анне поступать в театральный вуз и заронил в ней искру надежды...

## Синдром отличницы

– Анна, когда решились поступать во ВГИК, вам было 23 года. По театральным меркам – поздно...

– Я поступала на курс народного артиста РСФСР Всеволода Николаевича Шиловского, и при поступлении была твердо уверена, что пройду, что все будет хорошо. Не поверите, когда на вступительных экзаменах начала читать отрывок, он быстро прервал меня и сказал: «Никуда больше не поступай, я беру тебя». Именно Всеволод Николаевич стал одним из главных моих учителей, очень многое в меня заложил, многому научил – и в отношении к профессии, и к жизни в целом. У меня есть блокнот, где записано много его мыслей и советов. Одна из последних фраз моего учителя звучит так: «Чтобы победить, нужно ошибаться». Она всегда во мне откликается, потому что мне свойствен синдром отличницы, и я боюсь ошибиться. Но, чем больше пробуешь, совершаешь ошибку, тем ближе подходишь к цели, к какому-то открытию.

## Две параллели творчества

– И какие две-три открылись для вас после поступления во ВГИК?

– У меня есть важная дата в жизни. В один день я поступила во ВГИК и познакомилась с поэтом, актером и театральным режиссером Владом Маленко. Так что еще во время учебы во ВГИКе я попала в театр поэтов Влада Маленко и стала участвовать в поэтических спектаклях. Поэтому Влад тоже является моим учителем. Признаюсь, для меня поэты какие-то нереальные существа. Они особенные:

# Важно помнить, что мы родом из детства»

очень живые, искренние, чуть странные. Я с огромным удовольствием выступаю с ними в концертах, участвую в организации всероссийского поэтического фестиваля «Филатов Фест», который проводится уже 12-й год. Очень люблю это действо.

– Получается, что поэтический театр пришёл к вам раньше драматического?

– Это шло в параллели. Всеволод Николаевич Шиловский в дипломном спектакле «Дядя Ваня» доверил мне роль Елены Андреевны. Позже эта постановка стала отдельным спектаклем, мы играли его в театре-студии Шиловского, где с а м

мастер выступил в роли Серебрякова. А дальше случилась знаковая для меня работа, роль Нины Заречной в спектакле «Чайка» Павла Карташева, которая стала началом моего творческого пути в уникальном театре «Школа Драматического Искусства», где я сегодня служу.

## Достоевского покажут в Тунисе

– Недавно вы буквально очаровали публику в премьерном спектакле

этого театра – «Белые ночи» Достоевского в постановке Натальи Николаевой.

– Да, осуществилась моя давняя мечта, поскольку Достоевский очень дорог моему сердцу. И на сегодняшний день роль Настеньки из «Белых ночей» – самая любимая. Эта роль дала мне повод разбудить внутри себя ребенка. Считаю важным для человека – помнить, что все мы родом из детства. Мне кажется, что в процессе репетиций этого спектакля все участники стали душой светлее и чище, потому что долгое время находились в этом материале, стремились к тому уровню искренности, которого

сейчас, в век скоростей и новых технологий, нам не хватает.

Любая постановка – это командная работа. Я очень благодарна своим партнерам, режиссеру и руководству театра за этот спектакль и веру в меня.

– Какие ещё мечты осуществились у вас в этом театре?

– Мне невероятно повезло. Как только мы выпустили премьеру «Белых ночей», буквально на следующий день получили приглашение на гастроли в Африку. Так совпало. Я давно мечтала туда поехать, и тут такой подарок. Нас приглашают на международный фестиваль в Тунис, который состоится в конце марта и приурочен ко Дню театра. Мне кажется, Достоевскому бы это понравилось.

## Мечта сделать сольный вечер

– А кино насколько отзывается на ваши желания?

ДЕТАЛИ

## Три пьесы Чехова

– Анна, ваша театральная биография богата не столько количеством, сколько качеством постановок. Вам везёт на классические произведения...

– Совершенно верно. Большое счастье для артиста – играть Чехова. А в моем театральном багаже уже три его пьесы: «Дядя Ваня», «Чайка» и «Моя жизнь». Конечно, это большая удача. Теперь к этим пьесам добавился спектакль по Фёдору Михайловичу Достоевскому, по его раннему и самому светлому произведению – «Белые ночи».



Сцена из спектакля «Моя жизнь».

Сцена из спектакля «Белые ночи».

### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Желаю больше читать, находить время на открытие чего-то нового. Не останавливайтесь в поиске себя и познания мира. Пусть каждый день будет наполнен радостью удивления.

– На мой взгляд, сегодня одна из лучших моих картин – «Лошадь Пржевальского». В прошлом году вышел первый ее сезон на одной из онлайн-платформ. Скоро выйдет второй сезон. Режиссером и автором сценария является современная поэтесса и актриса, человек-оркестр Ольга Ершова. Сериал состоит из маленьких зарисовок на тему современной жизни. Там я собрала много различных персонажей – таких смешных, странных эта картина не только тем, что я сыграла здесь сразу множество героинь, но и тем, что свободно ощущаю себя в этом жанре. В кино меня всегда привлекает что-то нестандартное, яркое и интересное.

– Вы ещё занялись вокалом. Зачем?

– Я бы очень хотела сделать свой поэтический сольный вечер и туда включить вокальные композиции. Много раз судьба сводила меня с музыкой, и вокруг все говорят о том, что мне нужно петь. Вот я и решила заняться вокалом. Это не просто желание, а скорее внутренняя потребность. Хотя не скрою, пока «на этом поле» я чувствую себя неуверенно. Но, думаю, я это чувство переборю. Дай Бог, у меня получится.

Наталья АНОХИНА

# Боль в суставах или спине?

## Восстановите хрящи и позвонки. Верните радость движения!



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

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

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

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

— Можете объяснить подробнее?

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

— Что за специальные режимы?

— «Геска» работает в трех лечебных режимах:

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

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

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

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

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

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



МЕДИЦИНСКИЙ ПРИБОР

## «ГЕСКА» — жизнь без боли и ограничений



Галина Федоровна  
г. Иваново

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

— Вадим, что у Вас было со спиной?

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

— Что-то из лекарств Вы использовали?

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

— Как сейчас себя чувствуете?

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



Вадим Андреевич  
г. Вичуга



Мария Тихоновна  
г. Екатеринбург

— Мария Тихоновна, Вы ходите без палочки?

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

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

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

— Сейчас колени уже не хрустят?

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

**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА  
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ**

**ПРОМОКОД  
9324**

**ЗВОНИТЕ  
ПРЯМО СЕЙЧАС**

телефон для заказа  
и консультации  
специалиста

**8-800-300-77-70**

**Доставка и звонки бесплатные**

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

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

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

# Полезные ЗАВТРАКИ

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



## Оладьи из тыквы и яблока с творогом

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

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

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

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



## Пшённая каша с сухофруктами

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

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

## Омлет с цукини и сыром

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

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

## Котлеты из брокколи

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

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

## Салат с авокадо и моцареллой

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

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



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

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



Мойка окон – занятие не из приятных, а если речь идёт о панорамных стёклах или высокоом этаже, процесс становится ещё и опасным.

Современные роботы-мойщики обещают решить эту проблему, но как не растеряться в многообразии моделей? Чтобы покупка не разочаровала, нужно четко понимать: идеального робота на все случаи жизни не существует. Зато есть идеальный робот для ваших конкретных окон.

## Квадрат против овала

Это самый главный критерий, от которого нужно отталкиваться в первую очередь.

**КВАДРАТНЫЕ РОБОТЫ** – для перфекционистов и обладателей стандартных окон с рамами. Благодаря своей форме и салфеткам, выступающим за края корпуса, они значительно лучше проникают в углы и моют прилегающее пространство. Если вам важно, чтобы было чисто «до скрипа» по всему периметру, выбирайте квадрат. К их минусам можно отнести чуть более высокую цену по сравнению с овальными.

**ОВАЛЬНЫЕ РОБОТЫ** – это короли скорости и доступности. Они быстрее перемещаются по стеклу и стоят дешевле. Однако из-за своей формы и круглых вращающихся щеток они физически не могут вымыть углы окна – там всегда остаются необработанные зоны. Это идеальный вариант для мытья больших витрин, панорамных окон без перегородок или стеклянных душевых кабин, где важна площадь, а не доскональная обработка каждого сантиметра.

# Робот для мойки окон: ВЫБИРАЕМ ЛУЧШЕГО ПОМОЩНИКА



## Степень загрязнения

Если вы планируете просто поддерживать чистоту окон, выходящих во двор, подойдет практически любая современная модель. Главное, чтобы у нее был режим влажной уборки. Многие пользователи отмечают, что робот отлично справляется с пылью и легким налетом, но не стоит ждать от него чуда – застарелую грязь с улицы после зимы лучше смыть вручную первым заходом,

а робота использовать для «полировки». Если же окна выходят на улицу с оживленным движением, обратите внимание на агрегаты с функцией ультразвукового распылителя. Такие модели распыляют воду в виде мелкодисперсного тумана, что позволяет эффективнее размягчать грязь, экономить моющее средство и уменьшать количество разводов.

## Важные технические нюансы

• **БЕЗОПАСНОСТЬ.** Никогда не экономьте на страховке. Даже самый мощный мотор может дать сбой. Наличие страховочного троса и встроенного аккумулятора (который обеспечит всасывание в течение 20-30 минут после отключения от сети) – это абсолютный лидер для всех моделей, особенно если вы живете выше первого этажа.

• **УПРАВЛЕНИЕ.** Пульт дистанционного управления удобен для точечной очистки сложных участков. Управление со смартфона позволяет запускать робота и следить за его перемещениями, не стоя у окна.

• **КОМПЛЕКТАЦИЯ.** Обратите внимание на количество сменных салфеток в комплекте. Для мытья большого количества окон их понадобится много, ведь грязной салфеткой робот будет просто размазывать налет, оставляя разводы.

• **ФУНКЦИЯ АВТОМАТИЧЕСКОГО РАСПОЗНАВАНИЯ КРАЁВ.** Если у вас окна без выступающих рам (в пол), она критически важна. Робот должен вовремя останавливаться и менять направление, чтобы не упасть.

## Кому какой?



• **Купите квадратный робот,** если у вас обычные окна с рамами, вы хотите идеальной чистоты в углах и готовы за это заплатить.

Когда очень злишься, надо отвлечься. Вот я, например, начинаю мыть окна. И мне наплевать, что подумают остальные пассажиры автобуса.



• **Купите овальный робот,** если у вас большие панорамные стекла, витрины, зеркальные стены или ограниченный бюджет и вас устроит качество мытья без тщательной обработки углов.

Светлана СИДОРЧУК



## Читайте в свежем номере «Дачного Спеца»

12+ Реклама

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 17 АПРЕЛЯ

### ПОЧЕМУ НЕТ ПЛОДОВ

У сладкого перца есть масса требований к земледельцу, поэтому ему не всегда удается получить плоды, которые по размерам и вкусу не уступали бы магазинному болгарскому перцу. Возможно ли вообще получить такие в Средней полосе страны? Раскрываем главные секреты.



### ПРАВИЛА ТОМАТОВ БЕЗ РАССАДЫ

Согласитесь, очень заманчиво вырастить томаты посевом сразу на грядке. Ни тебе возни с рассадой, ни тесно заставленных площадками подоконников. На самом деле безрассадный опыт вполне реален. Тем, кто готов облегчить себе дачную жизнь, помогут нескольких правил.

### ПИТАНИЕ ДЛЯ ВЫСОКОГО УРОЖАЯ

Весной сердце сада бьется чаще. И не только из-за пробуждения земли и предстоящей любимой работы, но и в предчувствии будущего урожая. А будет он обязательно большим, ведь за зиму прочитано столько полезной информации, что остается одно – идти на рекорд.



Журнал «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» выходит 1 раз в месяц. Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2960

# ОСТОРОЖНО! ГАЗОПРОВОД

## Внимание!

### ООО «Газпром трансгаз Москва» предупреждает!

На территории г. Москвы, Московской области, Владимирской области и Калужской области расположены объекты Единой системы газоснабжения, обеспечивающие бесперебойную транспортировку природного газа, газоснабжение населенных пунктов и промышленных предприятий и являющиеся объектами повышенной опасности, попадающие под действие Федерального закона от 21.07.1997 ФЗ № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов».

«Правилами охраны магистральных газопроводов», утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 08.09.2017 № 1083, установлены **охранные зоны – 25 метров** от оси газопровода в каждую сторону, **100 метров** от ограждения газораспределительных станций (ГРС) и компрессорных станций (КС).

Магистральные газопроводы являются опасными производственными объектами. Техногенная авария может иметь катастрофические последствия в случае нарушения **минимальных расстояний**, установленных в Своде правил СП 36.13330.2012 (актуализированная редакция СНиП 2.05.06-85\* «Магистральные трубопроводы»).

Согласно **Федеральным законам «Земельный кодекс Российской Федерации» (статья 87, 90) и «О газоснабжении в Российской Федерации» (статья 28, 32)**, на земельных участках, границы которых находятся в пределах минимальных расстояний, при их хозяйственном использовании, запрещается строительство любых зданий, строений и сооружений, организация стоянок автотранспорта и массовые скопления людей без согласования с эксплуатирующей организацией ООО «Газпром трансгаз Москва».

Здания, строения и сооружения, построенные ближе установленных минимальных расстояний до объектов системы газоснабжения, подлежат сносу за счет средств юридических и физических лиц, допустивших нарушения.

**Размещая свое предприятие и строя жилище в пределах минимальных расстояний магистральных газопроводов, Вы рискуете потерять не только имущество, но и жизнь!**

Для обеспечения безопасности людей и имущества, связанных с повреждением указанных объектов, запрещается любой вид деятельности в охранной зоне и зоне минимальных расстояний

объектов Единой системы газоснабжения без письменного разрешения уполномоченного представителя филиала ООО «Газпром трансгаз Москва» на территории г. Москвы, Московской области, Владимирской области и Калужской области.

Будьте внимательны и осторожны вблизи объектов магистрального транспорта газа! Указанные объекты обозначены на местности специальными информационными знаками.

«Информация о наличии (отсутствии) технической возможности доступа к регулируемым услугам по транспортировке газа по трубопроводам размещена на официальном сайте ООО «Газпром трансгаз Москва»: <https://moskva-tr.gazprom.ru/about/documents/raskrytie-informatsii-subektam/>.

Обнаружив утечку газа, а также в случаях необходимости выполнения работ в охранной зоне и/или в пределах минимальных расстояний от оси газопровода, с целью предупреждения неблагоприятных последствий и предотвращения несчастных случаев, просьба обращаться в филиалы:

- в филиал Московское ЛПУМГ по адресу: 108814, г. Москва, поселение Сосенское, п. Газопровод. Контактные телефоны: секретарь (495) 817-15-05, диспетчер (495) 817-83-48; (496) 515-66-99 (круглосуточно), факс (495) 817-64-80;
- в филиал Крюковское ЛПУМГ по адресу: 141592, Московская область, Солнечногорский район, с.п. Пешковское, в районе д. Чашниково. Контактные телефоны: секретарь (496) 267-40-03, диспетчер (496) 267-40-01 (круглосуточно), факс (496) 267-40-00;
- в филиал Серпуховское ЛПУМГ по адресу: 142205, Московская область, Серпуховский район, д. Левашово. Контактные телефоны: секретарь (496) 735-48-06, диспетчер (496) 735-48-14 (круглосуточно);
- в филиал Белоусовское ЛПУМГ по адресу: 249161, Калужская область, Жуковский район, г. Белоусово, ул. Промышленная, д. 10. Контактные телефоны: секретарь (484) 325-74-11, диспетчер (484) 325-74-06 (круглосуточно), факс (484) 325-74-04;
- в филиал Гавриловское ЛПУМГ по адресу: 140531, Московская область, Луховицкий район, п/о Мухино, п. Газопроводск. Контактные телефоны: секретарь (496) 635-82-06, диспетчер (496) 635-82-14 (круглосуточно).

# Календарь цветения 2026

## аллергенных растений

Сезон поллиноза (сезонного аллергического риноконъюнктивита) можно считать практически открытым. У предрасположенных к этому недугу людей иммунная система ошибочно воспринимает безобидную пыльцу растений как опасный чужеродный агент. Чтобы защититься от напасти, иммунитет «включает» реакцию воспаления в слизистых оболочках. Начав терапию на самом старте сезона пыления, вы сможете избежать или значительно снизить неприятные симптомы.



	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь
<b>УРАЛ</b>							
Ива, осина							
Береза							
Лещина							
Вяз, клен							
Ясень							
Лисохвост							
Ежа, липа							
Мятлик, тимopheевка, овсяница							
Плевел							
Рожь, пшеница							
Лебеда							
Циклахена							
Полынь							
Пырей							
<b>ЮГ РОССИИ</b>							
Абрикос, алыча							
Береза							
Ольха							
Лещина							
Дуб							
Верба, ива							
Хвойные							
Вишня, клен, ясень, персик							
Платан							
Рапс, рис							
Одуванчик, орех, свекла, каштан, липа, лисохвост, мятлик, шелковица							
Табак							
Тимофеевка, овсяница							
Дурнишник, камыш, клещевина, рожь							
Лещина, подсолнечник							
Бузина, лебеда, полынь, софора, циклахена							
Амброзия							
Пырей							
<b>СИБИРЬ</b>							
Береза							
Хвойные							
Одуванчик							
Ежа, мятлик, тимopheевка							
Полевица белая, овсяница, пырей, лисохвост							
Лебеда							
Подсолнечник							
Кукуруза							
Полынь, циклахена							

	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь
<b>СЕВЕРО-ЗАПАД</b>							
Лещина							
Ольха							
Ива							
Береза, ясень							
Липа							
Тополь, вяз, клен							
Дуб							
Хвойные							
Мятлик							
Тимофеевка							
Пырей							
Лисохвост							
Овсяница							
Циклахена							
Лебеда, полынь							
<b>ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РЕГИОН РОССИИ</b>							
Ольха, орешник							
Осина, тополь							
Береза, клен							
Дуб							
Ива							
Хвойные							
Липа							
Мятлик, тимopheевка							
Овсяница, пырей							
Лисохвост							
Полынь							
Лебеда, циклахена							
<b>ПОВОЛЖЬЕ</b>							
Вяз, ива, лещина							
Береза, дуб, клен, ольха							
Осина, сосна, тополь, лисохвост							
Одуванчик							
Липа, ежа							
Мятлик, овсяница							
Тимофеевка, крапива							
Пырей, циклахена							
Лебеда, амброзия, полынь							
<b>ПРИМОРСКИЙ КРАЙ</b>							
Береза, дуб, ясень							
Ольха, орех							
Тополь, ива, клен							
Кукуруза, подсолнечник							
Пырей, мятлик, овсяница							
Рожь, костер							
Амброзия, полынь, лебеда							

# Хорошее зрение без операции

## Военная разработка поможет вашим глазам



Елена Викторовна, г. Киров

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



Виктор Леонидович, г. Самара

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

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

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



Максим Денисович

— В основе аппарата «Дюна-Око» лежит лазеротерапия, разработанная для нужд военной авиации. Летчики, испытывающие колоссальные перегрузки, часто страдали от дегенеративных изме-

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



Кто-то обрекает себя на слепоту...

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Мышцы спины поддерживают позвоночник, что крайне важно. Ведь правильная осанка – это не только внешняя красота, но и здоровье всего организма.

**Н**агрузка на позвоночник очень велика. Достаточно вспомнить, что вследствие неправильной осанки, нагрузки на позвоночник распределяются неравномерно, что может вести к преждевременному изнашиванию межпозвоночных дисков, возникновению ряда других заболеваний. Кроме того, правильная осанка обеспечивает не в последнюю очередь и комфорт внутренних органов, а значит, их хорошую работу. Поэтому гимнастика для укрепления мышц спины крайне полезна всем без исключения.

Конечно, для того, чтобы занятия были эффективными, они должны быть регулярными – как минимум 2 раза в неделю. Постепенно нагрузки следует увеличивать, начиная с пяти повторов каждого упражнения и доводя их количество до 15. Когда и этот этап пройден, можно использовать утяжелители от 0,5 до 2 кг и для ног, и для рук.

**Дама беседует с адвокатом:**

– Я в течение десяти лет каждую субботу намыливаю мужу спину...

– Мадам, разве это причина для развода?  
– Но в прошлую субботу его спина была совершенно чистой!



# ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА – ДОЛГАЯ МОЛОДОСТЬ



## или Гимнастика для укрепления мышц спины

### Упражнение 1

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги, руки положить под подбородок. Не сгибая коленей, поднять правую ногу вверх, затем – левую. Опустить правую ногу, затем – левую. Поменять ноги, повторить.



### Упражнение 3

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги (вместе), руки вытянуть перед собой, сцепить в замок. Поднять руки и верхнюю часть тела как можно выше, зафиксировать на несколько секунд, вернуться в исходное положение.



### Упражнение 5

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги, руки положить под подбородок. Поднять и одновременно развести в стороны ноги, зафиксировать на несколько секунд, вернуться в исходное положение.



### Упражнение 7

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги, руки поставить на пояс. Поднять верхнюю часть тела, максимально сведя лопатки и локти, одновременно поднимая правую ногу. Вернуться в исходное положение. Повторить с левой ногой.



### Упражнение 2

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги (вместе), руки положить под подбородок. Не сгибая коленей, поднять обе ноги вверх, зафиксировать на несколько секунд. Вернуться в исходное положение.



### Упражнение 4

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги (вместе), руки вытянуть перед собой, сцепить в замок. Поднять руки, верхнюю часть тела и ноги как можно выше, зафиксировать на несколько секунд, вернуться в исходное положение.



### Упражнение 6

Исходное положение: лежа на животе, вытянуть ноги, руки вытянуть перед собой. Завести прямые руки за спину, одновременно поднимая верхнюю часть тела. В точке максимального прогиба зафиксировать положение, вернуться в исходное положение.



Светлана ИВАНОВА



## ДОМАШНИЙ ПОВАР СПЕЦВЫПУСК

**ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ, УВАЖАЕМЫЕ ЛЮБИТЕЛИ ГОТОВИТЬ!**

В нашей серии «Домашний повар» выходит новый спецпроект «ПРОСТЫЕ РЕЦЕПТЫ». В него входят журналы с подборкой рецептов с творогом, курицей, мясом, рыбой, овощами.

Присланные любителями готовить рецепты дополнили не только нашу редакционную коллекцию, но и вошли в сборники. Разнообразные первые блюда, салаты и закуски, горячее, выпечка и запеканки – рецепты любимых блюд многих хозяек порадуют и вас. Тем более что приобрести продукты можно ближайшем супермаркете.

В сборниках немало полезных советов, указаны время приготовления блюда и их калорийность. Не забывайте собираться семьей, чтобы разделить трапезу, отметить особые события, обменяться вкусовыми предпочтениями.

И, конечно, в мире еды всегда найдется место для творчества и экспериментов.

Творческих удач и новых вкусовых сочетаний!

**ГОТОВЬТЕ С ХОРОШИМ НАСТРОЕНИЕМ И ЛЮБОВЬЮ В СЕРДЦЕ!**

17 июля 2026 года в продажу поступят сборники журналов «Консервирование». В этой серии выйдут журналы с подборкой рецептов с огурцами, помидорами, перцем, кабачками, баклажанами и патиссонами.

**ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ С 17 АПРЕЛЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

Реклама 12+

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

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



## «Возраст» привычек

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

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

Вообще же, все индивидуально и зависит от сложности привычки: выпить стакан воды про-

# ДОЛГАЯ ДОРОГА К СТРОЙНОСТИ: КАК НЕ СВЕРНУТЬ НА ПОЛПУТИ?



ще, чем отжиматься каждый день. На самом деле важно не то, сколько дней вы продержались, а то, что вы делаете, когда срываетесь. Упали – встали и пошли дальше. Если пропустили день, ничего страшного. Исследования показывают, что один пропуск не убивает привычку. А вот два подряд – уже риск.

## Между «хорошо» и «плохо»

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

– Наш мозг ленив, он экономит энергию. Если спортзал далеко, форма не поглажена, а тренировка длится час, мозг включит режим «сопротивление». Дайте ему слабину. Снизьте планку до неприличия. Не можете пробежать 5 км? Выйдите на 15-минутную прогулку бы-

стрым шагом. Ваша задача сейчас – просто не разорвать связь с привычкой.

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

– А чего делать наоборот не стоит?

– Не стоит ставить себе ультиматумы, включать внутреннего диктатора. Это прямой билет к чувству вины. Вина – это не топливо, это якорь. Снижение мотивации – это не

«Все пропало». Это сигнал «Пора что-то поменять в процессе». Услышьте этот сигнал, проявите к себе чуть больше доброты и хитрости. И тогда спорт или здоровое питание перестанут быть пыткой и станут просто частью вашей счастливой жизни.

Татьяна МИХАЛЁВА

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



## КСТАТИ Правильные привычки – это выполнимо

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

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

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

Фото из личного архива Марины Даренковой и www.shutterstock.com

СОФР № RU 77.99.22.003.Е.002441.09.24 от 04.09.2024 г.  
\*Коллагенгидролизат. \*Геленк Нарунг.



## ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

# Геленк Нарунг – источник коллагена Здоровье суставов и позвоночника

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

Спрашивайте в аптеках вашего города.

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

БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. [www.provista-ag.ru](http://www.provista-ag.ru) РЕКЛАМА.

НЕ ВЫБЕЖАТЕ С ЛЕКАРСТВОМ

## СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК ЖУРНАЛА О ЗДОРОВЬЕ



Стройное, подтянутое, здоровое тело – мечта миллионов. Но, согласитесь, мечта вполне достижимая. Стоит лишь приложить усилия, и результат не заставит себя ждать. Но вот их-то – усилия, мы зачастую прикладываем и ленимся. А что, если с вами рядом будет друг? Который поможет в достижении поставленной цели, поддержит, подскажет, не соврет.

Этот «Дневник питания» готов стать для вас таким другом. Он сделает путь к стройности увлекательным приключением.

**ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ.  
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,  
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

## ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



ozon.ru



wildberries.ru



market.yandex.ru

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:  
**Издательская группа КАРДОС**

ООО «Издательская группа «КАРДОС». ОГРН: 1103254015270. Юр. адрес: РФ, 111675, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

6 апреля

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

7 апреля

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

1 апреля

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

2 апреля

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

3 апреля

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

4 апреля

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

5 апреля

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

8 апреля

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

9 апреля

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

10 апреля

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

11 апреля

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

12 апреля

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

13 апреля

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

14 апреля

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

15 апреля

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

16 апреля

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

17 апреля

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

18 апреля

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

19 апреля

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

20 апреля

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

21 апреля

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

22 апреля

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

23 апреля

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

24 апреля

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

25 апреля

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

26 апреля

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

27 апреля

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

28 апреля

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

29 апреля

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

30 апреля

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

# Календарь красоты и здоровья



# Начало пути на Голгофу: Страстная седмица



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



## Лазарева суббота

4 апреля 2026 года Церковь празднует воскресение праведного Лазаря.

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

## Смерть во спасение: верить во Христа

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

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

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

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

## История события

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

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

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

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

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

## Вход Господень в Иерусалим

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

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



## Торжественная встреча

По утверждению евангелистов, во всей земной жизни Иисуса Христа не было более величественной и праздничной встречи Спасителя, когда тысячи и тысячи жителей Иерусалима радостно и торжественно, с пальмовыми ветвями в руках, встречали Иисуса Христа. Весть о том, что в присутствии множества людей Спаситель совершил чудо – воскресил из мертвых на четвертый день после смерти Своего друга Лазаря, пробудила в сердцах веру в пришедшего истинного Мессии. Жители Древнего Иерусалима встречали Иисуса как царя, который возьмет в свои руки власть земную, освободит народ от владычества римлян.

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

## Почему Спаситель выбрал этот день

Последняя неделя земной жизни Иисуса Христа начина-

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

## Воскресенье вай, или Вербное

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

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

По древней традиции, накануне праздника ветви вербы освящают.

## КСТАТИ

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



# А ВОТ Я ИНТЕРЕСУЮСЬ...

Вы замечали, что весной жизнь становится интереснее, люди – приветливее, а любопытство – активнее?

Хочется узнать что-то позитивное и интересное, чтобы убедиться: мир ещё не совсем сошёл с ума. Уверяем вас: в нём очень много удивительных, впечатляющих и жизнеутверждающих вещей! Наша сегодняшняя подборка вопросов-ответов это лишний раз подтверждает.

# А ВОТ Я

# ИНТЕРЕСУЮСЬ...

## Зачем лишать себя слуха?

**?** Правда ли, что туземцы с островов в Индонезии прокалывают себе барабанные перепонки, чтоб работать под водой? Кристина Казанец, г. Таруса

**Н** а островах Индонезии, Малайзии и Филиппин живет удивительный и трудолюбивый народ баджо. Они живут в тесной связи с океаном: строят в море временные дома на сваях, питаются морепродуктами, передвигаются на лодках. Баджо проводят в воде до 60 % своей жизни и ныряют на большую глубину без всякого снаряжения для добычи кальмаров, креветок, рыбы. Эволюция наградила их уникальной способностью – увеличенной селезенкой, которая действует как акваланг, выбрасывая в кровь кислород во время ныряния. По некоторым данным, чтобы сбалансировать давление между наружным и средним ухом при погружении на глубину, они действительно делают прокол барабанной перепонки. Это снижает слух и увеличивает риск инфекции, зато помогает снять дискомфорт при нырянии.

## Почему бабочки садятся на людей?

**?** Я понимаю, когда бабочка садится на цветок. Но что она ищет, когда садится на человека? Может, запах духов привлекает? Мария Антонюк, г. Солнечногорск

**Н** аши бабушки говорили, что бабочка, севшая на человека, приносит счастье и удачу. Кто-то считает, что бабочек привлекает тепло тела или его запах. Но есть и научное объяснение такого явления. На лапках у бабочек есть вкусовые рецепторы, и ими они буквально «пробуют» поверхность, на которую садятся. А привлекает их... пот и кожные выделения. В поте содержатся соли и минералы, которые необходимы бабочкам для здоровья, например натрий. Но и тепло их может интересовать: бабочки – существа хладнокровные, и в холодную погоду они могут использовать тепло нашего тела, чтобы согреться и взлететь.



## Как озеро стало морем?

**?** По всем признакам у Каспийского моря гораздо больше оснований называться озером. Так почему же оно всё-таки море? Тамара Петровна Куравлева, г. Касимов

**Д** ействительно, с точки зрения географии Каспий – это крупнейший в мире бессточный водоём, то есть озеро. Его площадь – 371 000 квадратных километров, что больше, чем вся площадь Германии. Морем Каспий стали называть еще древние римляне: они пришли в эти края, попробовали воду и нашли ее соленой – для них это был главный признак моря. Каспий соленый, так как он остаток древнего океана Тетис, который когда-то соединялся с Мировым океаном. Миллионы лет назад связь прервалась, но вода осталась соленой. Поэтому географически Каспий – озеро, а название «Каспийское море» – дань традиции.

– Милый, ты меня любишь?  
– Да что случилось?  
– Ничего. Просто проверяю детектор лжи.



## Откуда взялась цифра 40?

**?** Правда ли, что автомобильную смазку WD-40 назвали так потому, что это 40-й вариант состава, который создатели наконец признали подходящим? Сергей Кекин, г. Саранск

**Ч** истая правда! История этого чудо-средства началась в 1953 году. Американский химик Норман Ларсен работал над составом для военных нужд – нужно было создать жидкость, которая вытесняла бы воду и защищала металл от коррозии. Он экспериментировал с формулами снова и снова, пока на 40-й попытке не добился идеального результата. Именно так и появилось название: WD означает «Water Displacement» («вытеснение воды»), а 40 – номер той самой, успешной, 40-й формулы, которая сейчас хранится в условиях строжайшей секретности.

## Куда исчезают вкусы в самолёте?

**?** Часто приходится летать в командировки на самолёте, и заметил, что еда на земле всё как обычно, а в воздухе как будто бумагу туда добавили. С чем это связано? Игорь Савельев, Московская область

**М** ногие отмечают, что еда на высоте 10 тысяч метров становится пресной. Виноваты в этом не повара, а физика нашего организма. В салоне самолета пониженное давление и очень сухой воздух. Из-за этого вкусовые рецепторы работают только на 30 %, а слизистая носа пересыхает и не чувствует запахи. Интересно, что вкус соли и сахара страдает больше всего, а вот «мясной» вкус и вкус томатного сока остается.



## Где кашалоты взяли алфавит?

**?** Не могу поверить, что кашалоты общаются с помощью «алфавита»! Где они его взяли? Ирина Васильевна Камышова, г. Пенза

**П** ридумали. Хотя это не совсем алфавит. Скорее это похоже на азбуку Морзе, состоящую из серий щелчков, которые называются «кодами». Ученые проанализировали тысячи таких звуков и обнаружили, что киты комбинируют ритм, темп и длительность щелчков, создавая сложные «слова». Это и назвали «фонетическим алфавитом кашалота». Более того, кашалоты могут замедлять или ускорять темп и добавлять дополнительные щелчки в конце (как знаки препинания или ударения). И когда один кит использует такие приемы, соседние киты меняют свои «слова» в ответ.



## Из-за чего Эйнштейн отказался от носков?

**?** Слышал, что Альберт Эйнштейн не признавал носки. Это что, какая-то причуда гениального ума или дань тогдашней моде? Гульнара Нарымбаева, г. Санкт-Петербург

**Д** ействительно, Эйнштейн терпеть не мог носки и не носил их никогда. В одном из писем к своей двоюродной сестре и будущей жене Эльзе он признавался: «Даже в самых торжественных случаях я обходился без носков и скрывал сие отсутствие цивилизованности под высокими ботинками». Эйнштейн считал, что носки – это бесполезное изобретение, которое к тому же быстро рвется. Он предпочитал не тратить время на такие мелочи, сосредоточившись на куда более важных вещах.

## Что заменяло светильники во времена Древнего Рима?

**?** Говорят, улицы Древнего Рима освещались каким-то уникальным способом. Это правда? Любовь Александровна Голубева, г. Архангельск

**В** привычном нам смысле слова улицы там, конечно, не освещались. Но раскопки археологов в Помпеях показали, что проблема передвижения по ночным улицам решалась очень изобретательно. Так, учеными был открыт участок римской дороги с вкраплениями мелкой белой гальки в крупной темной брусчатке. Римляне называли такие камешки «кошачьими глазами», так как они отражали ночью лунный свет. Дорогу они, конечно, не освещали, но делали ее вполне различимой, чтобы не сбиться с пути и добраться до цели.

Подготовила Светлана СИДОРЧУК

## ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

ФИЛИАЛЫ В КАЖДОМ ОКРУГЕ СТОЛИЦЫ  
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба – 5 100 р. за 1 г. 750-я проба – 6 900 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

**Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум»** – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственным образцам. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный и процесс оценки.

### Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по госу-

дарственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

### Чем скупка «Аурум» отличается от других?

Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий

будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

### Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



## ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА +7 (985) 617-13-93 ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

**Компания «АУРУМ» – Ваш надежный партнер вот уже 2 года!**  
За это время услугами компании воспользовались более 1 980 читателей газеты!

### Выездная скупка, насколько это удобно? Спросили у читателей их историю и мнение об услуге.

#### Татьяна Константиновна, 65 лет

— Сразу после Нового года дочка попала в аварию: сама, слава Богу, целехонька, а вот машина помялась ощутимо. Дочку признали пострадавшей, надеемся, после суда виновник ей возместит ущерб. Но на это уйдет несколько месяцев, а машина ей сейчас нужна, для работы. Пришлось самим пока за ремонт платить, собирать чеки. Хорошо, что была заначка в виде золотых украшений, очень пригодилась! Встал вопрос: куда эти украшения нести? Где-то принимают только золото, а камни не рассматривают, где-то предлагают слишком низкую цену. К счастью, вспомнили про «Аурум», видели рекламу в газете, – много филиалов по Москве. Позвонили, выяснили подробности. Оказалось, что их специалист может и на дому украшения оценить. Договорились, приехал приятный молодой человек, разъяснил нам

все подробности, осмотрел наши драгоценности, предложил хорошую цену. Конечно, мы согласились! Деньги сразу на карту перевел. Через пару недель дней машина уже была в ремонте, а через две недели дочка снова работала на ней.

#### Михаил, 34 года

— Вы когда-нибудь ездили с друзьями на горнолыжку? Тогда поймете меня: это невероятное ощущение полета, веселье, ветер в лицо! Мы со своей компанией стараемся ни одного сезона не пропускать. Вот и в этот раз заранее забронировали гостиницу, трансфер – в общем, все для хорошего отдыха. И тут, как назло, за две недели до отъезда у меня отломился кусок зуба... Пришлось идти в платную клинику, а это удовольствие очень недешевое! Зуб отремонтировали, но ехать стало не на что. Жалко было отказываться от поездки и друзей подставлять – бронь

бесплатно уже не отменить. Решил срочно найти средства. Вариантов два: взять кредит или, как в мультике, продать что-нибудь ненужное. Кредит не подошел из-за совершенно неподъемных процентов. Значит, надо что-то продать. И тут я вспомнил, что родственники когда-то передали мне несколько драгоценных украшений, оставшихся от двоюродной бабушки, они-то как раз мне и не нужны были – просто лежали в шкафу. В обеденный перерыв отнес эти «сокровища» в один из офисов компании «Аурум» – всё профессионально оценили, оформили быстро и четко, денег я получил достаточно для отличного отдыха. Горы, ждите, я еду! «Аурум», вы крутые!

#### Марианна, 26 лет

— В прошлом году я открыла маникюрный салон. Купила помещение, друзья помогли с ремонтом. Без ложной скром-

ности скажу: получилось очень здорово! Качество услуг меня хорошеет, цены невысокие, салон красивый – клиентки быстро появились. Беда пришла откуда не ждали: меня затопили соседи сверху... К счастью, оборудование уцелело, рабочие материалы тоже. А вот пол вспучился. В таком помещении работать нельзя, а каждый день простоя салона – большие убытки. Пришлось срочно приглашать мастера. Где взять деньги на этот внеплановый ремонт? Обратилась за помощью к тете, и та отдала мне часть золотых украшений, которые ей достались по наследству от ее мамы, моей бабушки. Дальше все просто: обратилась в «Аурум», вызвала специалиста, он оценил золото и предложил цену выше, чем в ближайшем ломбарде. Деньги я получила сразу же наличными, хватило и с мастером расплатиться, и даже еще на коллекцию новых модных гелей и лаков осталось.



**В марте, апреле, мае и июне получите до 50 000 руб. к оценке!\***



**ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00** • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Бауманская», ул. Бауманская, 33/2с1 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т, 3 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Варшавская», Варшавское ш., 87 • м. «Преображенская площадь», Большая Черкизовская ул., 3, корп. 1 • м. «Курская», ул. Земляной Вал, 27, стр. 2 • м. «Отрадное», ул. Декабристов, 21Г • м. «Таганская», ул. Нижняя Радищевская, 5 стр. 2 • м. «Домодедовская», Каширское шоссе, 106 • м. «Медведково», ул. Широкая, 14, корп. 1 • м. «Строгино», Строгинский бул., 21 • м. «Арбатская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Селигерская», Коровинское ш., 1А • м. «Водный стадион», Головинское ш., 4 • м. «Перово», Зеленый пр-т, 27, корп. 1 • г. Одинцово, ул. Верхне-Пролетарская, 15 • м. «Пражская», ул. Красного Маяка, 2

### ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 руб. К ОЦЕНКЕ!\*\*

\*Предложение действует при сумме сделки от 150 000 руб. и дает право на дополнительные 10% к оценке, но не может превышать 50 000 руб. \*\*Действует при сумме оценки от 20 000 руб. Предложение действует в период с 01.03.2026 г. по 30.06.2026 г. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2. ЛО23-00119-77/00389972 от 22 декабря 2021 г. РЕКЛАМА.

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

**П**редставляем культуру, из которых вы сможете выбрать те несколько растений, которые украсят ваш стол и огород в предстоящем сезоне.

# Новинки сезона: что необычного посеять?



## Фиолетовая цветная капуста

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

● **Особенности выращивания.** Для всех регионов России рекомендуют выращивать через рассаду, в северных регионах овощ сможет развиваться только в условиях теплицы.

● **Сроки созревания:** 85-100 дней при посеве через рассаду и высадке в грунт в возрасте 45-60 дней.

● **Уход:** регулярный полив и рыхление, регулярные подкормки или наличие плодородной почвы.

## Вигна (спаржевая фасоль)

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

● **Особенности выращивания:** необходимы прочные опоры. В северных регионах – только теплица, в средней полосе возможно выращивание в открытом грунте через рассаду.

● **Сроки созревания:** 70-90 дней.

● **Уход:** регулярный сбор урожая стимулирует образование новых завязей.



## Момордика (индийский огурец)

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

● **Особенности выращивания:** требуется опора, любит солнечные места. Во всех регионах, кроме юга, выращивать необходимо через рассаду.

● **Сроки созревания:** 85-100 дней.

● **Уход:** регулярный полив.

## Артишок

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

● **Особенности выращивания:** артишок – многолетник, который требует много места (до 1 м между растениями), плодородной почвы. В северных регионах выращивается как однолетник через рассаду. В средней полосе может зимовать с укрытием.

● **Сроки созревания:** 120-130 дней.

● **Уход:** регулярный полив, подкормки несколько раз за сезон, если почва неплодородная.



## Пепино (дынная груша)

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

● **Особенности выращивания:** только через рассаду. Требует формировки и опоры. В средней полосе и северных регионах растет только в теплице или комнате, на юге – в открытом грунте. Опрылять нужно вручную кисточкой.

● **Сроки созревания:** 90-120 дней.

● **Уход:** стандартный – полив, рыхление, подкормки.

## Разноцветная морковь

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

● **Особенности выращивания:** высадка семенами в открытый грунт, подходит для всех регионов, для северных выбирайте ультраскороспелые сорта.

● **Сроки созревания:** в зависимости от сорта – 100-120 дней.

● **Уход:** стандартный для моркови – прореживание, полив, рыхление.

Из картошки делают много блюд, маски для лица, чипсы, крахмал для промышленности. Такое впечатление, что другие овощи даже не стареют!



## Мангольд (лиственная свёкла)

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

● **Особенности выращивания:** растение холодостойкое, неприхотливое. Во всех регионах – прямой посев в грунт с апреля. Срезайте листья – будут расти новые.

● **Сроки созревания:** 60-80 дней (первый сбор).

● **Уход:** любит полив.



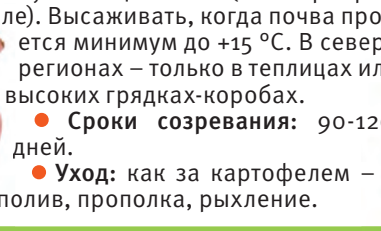
## Батат (сладкий картофель)

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

● **Особенности выращивания:** начинать проращивание клубней нужно еще зимой (в январе-феврале). Высаживать, когда почва прогреется минимум до +15 °С. В северных регионах – только в теплицах или высоких грядах-коробах.

● **Сроки созревания:** 90-120 дней.

● **Уход:** как за картофелем – полив, прополка, рыхление.



## Капуста кале (кейл)

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

● **Особенности выращивания:** неприхотлива, растет на любых почвах, любит солнечные места. Подходит для всех регионов прямым посевом в грунт. Листья можно срывать все лето до глубокой зимы.

● **Сроки созревания:** 70-90 дней.

● **Уход:** полив, прополка.



## ДОБРЫЙ СОВЕТ

Как определить, что пора доставать картофельный посадочный материал из погреба? Расскажем, как и когда сделать это правильно.

● Главное правило: достаём картошку за 30-40 дней до посадки. Если вы сажаете в пер-

## Картофель, пора на выход!

вой декаде мая, значит, доставать клубни из подвала нужно 25 марта – 1 апреля. На юге, где картофель сажают в апреле, доставать можно уже в конце февраля – начале марта. На северо-западе и в Сибири,

где посадка сдвигается к середине мая, – в первых числах апреля.

● Что делаем сразу после подъема:

**1** Моем и дезинфицируем в тазу с розовой марганцовкой или раствором фитоспори-

на. Это смывает спящие споры болезней.

**2** Перебираем. Все клубни с пятнами, гнилью, тонкими нитевидными ростками безжалостно выбрасываем.

**3** Раскладываем на яровизацию. Лучше

всего – в ящиках в один-два слоя. Свет должен быть рассеянным, температура +12-15 °С.

### ВАЖНО

Клубни должны позеленеть! Это накапливается соланин – природный защитник от болезней и вредителей. Такой картофель мыши не трогают, и к нему меньше цепляются болезни.

# Лиана на любой вкус

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

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

## Освещение

В зависимости от разновидности филодендрону требуется разное количество света. Так, например, филодендрон лазящий или краснеющий довольно хорошо переносит недостаток света и может расти в глубине комнаты вдали от окна или даже при искусственном освещении. Но в большинстве своем филодендроны не станут мириться с тенью. Особенно это касается пестролистных форм.

Из-за недостатка света растение начнет вытягиваться, листья будут мельчать, рисунок на листьях – бледнеть. Поэтому для них самым оптимальным будет размещение или возле окна южного направления, или на подоконниках восточных и западных окон.

- Милая, какие ты любишь цветы?
- Розы.
- Красные или белые?
- Красные.
- Понятно, а как к шампанскому со свечами относишься?
- Положительно...
- А на десерт что лучше: ананасы или манго?
- Ананасы.
- Принято!
- Милый, ты к моему дню рождения готовишься?
- Да, открытку тебе выбираю.

## КСТАТИ

### Что в имени твоём?

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



## Влажность

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

## Температура

В летний период для филодендрона предпочтительны более высокие температуры – очень нравятся цветам, если воздух прогревается до 22-28 градусов.

Зимой предпочтительный температурный диапазон – в пределах 18-20 градусов. Следует помнить, что филодендроны очень плохо переносят сквозняки и резкие температурные перепады, а также нахождение на холодных подоконниках (может выручить подложенный под горшок пенопласт или другой теплоизолирующий материал).

Кроме того, филодендроны не переносят близкое соседство с приборами отопления.

## Полив

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

## Пересадка

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

## ДЕТАЛИ Сердечные листья

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

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

# КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА АПРЕЛЬ

## Фазы Луны:

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

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
30 	31 	1  Выкладываем на яровизацию клубни картофеля.	2  Подготавливаем почвенные смеси для рассады и пересадки растений.	3  Постепенно снимаем зимние укрытия с растений в саду.	4  Поливаем и подкармливаем овощные и декоративные культуры в закрытом грунте.	5  Ведем борьбу с возбудителями болезней растений.
6  Проводим обрезку и подкормку плодовых деревьев и ягодных кустарников.	7  Сеём на рассаду сорта поздней белокочанной капусты.	8  Мульчируем приствольные круги плодовых деревьев и ягодников.	9  Ведем борьбу с возбудителями болезней растений.	10  Выкладываем на яровизацию клубни картофеля. Подкармливаем луковичные.	11  Очищаем теплицы и подготавливаем их к эксплуатации.	12  Укрываем грядки черной пленкой для раннего посева овощей.
13  Поливаем и подкармливаем рассаду овощных и декоративных культур.	14  Ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений в садах.	15  Поливаем и подкармливаем рассаду, комнатные растения.	16  В садах подготавливаем почву для посева и пересадки растений.	17  Проводим санитарную обрезку роз, плодовых деревьев и кустарников.	18  Боремся с вредителями и возбудителями болезней растений.	19  Проводим посадку лука-севка, ярового чеснока под укрытие.
20  Посев в открытом грунте однолетних декоративных растений.	21  Высаживаем красивоцветущие кустарники.	22  Поливаем растения. Высаживаем декоративные деревья и кустарники.	23  Если позволяет погода, проводим посев на грядки семян салата, укропа, петрушки.	24  Проводим прививки плодовых деревьев и кустарников, посадку плодовых деревьев.	25  Проводим прививки плодовых деревьев и декоративных кустарников.	26  Сеём в открытом грунте салат, руколу, пекинскую капусту, укроп, петрушку.
27  Проводим реставрацию газона, посадку деревьев и декоративных кустарников.	28  Проводим посев лекарственных и декоративных однолетних растений.	29  Проводим пересадку и деление многолетних цветов.	30  Сеём лекарственные и декоративные однолетники в грунт.	1 	2 	3 

ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженемся!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженемся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ». (16+) 1775 год. После казни Пугачёва и нового удара со стороны матери, Павел окончательно оказывается втянут в заговор Натальи и Разумовского: заговорщики рассчитывают вынудить Екатерину подписать отречение и передать власть законному наследнику.
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 «Время героев». (16+)
- 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

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

РОССИЯ 1



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном.
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+) Во время охоты от выстрела в спину погибает высокопоставленный чиновник - депутат Денисов. Под подозрением оказываются все участники охоты - богатые и влиятельные люди. Пуля, которой был убит чиновник, не найдена, и это очень осложняет следствие.
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+) Урбанас срочно продаёт таксопарк: его внук тяжело заболел и нуждается в дорогостоящем лечении. Алла так и не пришла на развод, что воодушевило Васю. Он уверен, что она по-прежнему его любит. Алла тем временем в институте знакомится с преподавателем Настей.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.20 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «Тайны военной разведки». (16+)
- 11.50 13.25 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
- 14.10 17.15 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)

ТВЦ



08.55 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-3». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.55 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-3». (16+)
- 10.50 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+) Россия, 2024 г. Детектив. В ролях: Татьяна Казюич, Всеволод Болдин.
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КОЧЕВНИЦА: ХРУСТАЛЬНЫЕ СЛЁЗЫ». (16+) По прозвищу Зверь». (16+)
- 16.55 События
- 17.50 «МОИ ЗВЕРИ». (16+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Обжалованию не подлежит. Ироды». (16+)
- 01.30 «Плохие парни». (16+)
- 02.10 «Дорогие товарищи. Ночь Вампира». (16+)
- 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+)
- 04.20 «Короли эпизода». (16+)
- 05.00 «Мой герой». (12+)
- 05.30 «Большое кино». (16+)

ОТР

- 06.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (16+)
- 07.30 20.15 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
- 08.05 08.35 Пёстрый мир
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 23.50 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 11.45 «На приёме у главного врача». (12+)
- 15.15 «Это сделано в России»
- 15.25 «ДВОЕ В ПУТИ». (16+)
- 16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 17.00 «Преодоление». (16+)
- 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
- 20.45 «ПУТЬ К ПРИЧАЛУ». (16+)
- 22.15 03.35 «МАЙОР». (16+)
- 00.35 «Моя история». (16+)
- 01.40 Отражение. Итоги. (12+)

НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.40 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+) В квартире пожилых коллекционеров антиквариата обнаружено два трупа грабителей, так и не успевших вынести похищенное. К удивлению хозяев, пропала только статуэтка обезьянки.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+) Капитан Евгений Чагин, прибыв на вызов, где фермер убил троих бандитов, выясняет, что фермер - его одноклассник, и немного «корректирует» место преступления. Майор Игорь Жук, следователь из Санкт-Петербурга, узнав, что Чагин причастен к сокрытию улики, отстраняет его от дела.
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+)
- 01.15 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 16.00 16.25 17.00 17.30 18.00 18.15 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
- 10.20 «Атмосфера». (12+)
- 11.20 12.20 13.20 14.10 16.10 17.10 18.10 «Деньги 24». (12+)
- 11.50 13.40 17.50 «Сити». (12+)
- 12.50 14.50 18.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)
- 14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
- 15.25 19.25 «Вопрос спортивный». (12+)
- 16.30 04.30 «Интервью». (12+)
- 18.40 «Качество жизни». (12+)
- 21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
- 00.10 «Мослестерий». (12+)

РОССИЯ К



20.05 Правила жизни

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 «Первые в мире»
- 07.35 Черные дыры. Белые пятна
- 08.15 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.05 «XX век»
- 11.45 «ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА»
- 12.45 Новости. Подробно. АРТ
- 13.00 «Жизнь замечательных идей»
- 13.30 Линия жизни
- 14.25 «Забывтое ремесло»
- 14.40 «Основатель. Иван Калита»
- 15.25 Agora
- 16.30 «Передвижники»
- 17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
- 18.20 Рассказы из русской истории
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 02.10 Больше, чем любовь
- 21.35 Сати. Нескучная классика...
- 22.15 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»
- 00.10 «Шампольон и Рамес Второй. Встреча на Ниле»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00 «Прогулка». (12+)
- 06.30 «Всё просто!» (12+)
- 06.55 «Дача 360». (12+)
- 07.40 12.20 «Внимание, еда!»
- 08.05 «Сделано в России». (12+)
- 08.35 «Погода на любой вкус»
- 09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
- 09.50 16.30 «За МКАДром»
- 10.35 «Семейный маршрут»
- 11.20 14.20 «Весна в Подмосковье». (12+)
- 13.20 «Гостеприимство». (12+)
- 16.05 21.45 «Большое кино»
- 17.05 «Викторина 360»
- 17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
- 18.15 «Рекопись Подмосковья»
- 19.05 «Это Китай!» (16+)
- 19.30 «Главные события дня»
- 20.30 «Закрытый архив». (16+)
- 22.15 «Шестое чувство». (16+)
- 23.10 «Аргентинская ДНК»
- 23.40 «Док. фильм». (16+)

СТС



06.35 Тайный миллионер. (16+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 06.35 Тайный миллионер. (16+)
- 08.45 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
- 09.55 «ПЛАКСА». (16+)
- 12.00 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ». (16+) Чтобы выйти из творческого кризиса, Павел, по совету пришедшего к нему видению Ломоносова, отправляется на родину учёного в Холмогоры. В то же самое время, в простой Холмогорской семье Беловых, глава семейства Егор решает сдавать комнату в мезонине туристам, чтобы хоть как-то наскрести на ремонт автомобиля...
- 19.00 ПРЕМЬЕРА! «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+) После того, как роль Ломоносова отдали другому актёру, Павел решает замануться на роль своего великого земляка, чтобы получить признание за драматический вклад в искусство.
- 21.00 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)
- 23.20 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ПОБЕГ». (18+)
- 01.45 «88 МИНУТ». (16+)
- 03.20 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 03.40 «СЛОН ПО ИМЕНИ БЕНДЖАМИН». (12+)
- 05.10 «100 мест, где поесть». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.55 08.05 11.55 16.35 01.30 «Новости дня». (16+)
- 06.05 «Юмор на все времена». (16+)
- 06.50 11.25 Звёзды советского экрана. (16+)
- 07.20 15.45 «Тайны кино». (16+)
- 08.10 09.15 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
- 10.30 Мой район. Место встречи. (12+)
- 12.00 23.45 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
- 16.40 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (16+)
- 18.20 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (16+)
- 20.00 «ВХОД В ЛАБИРИНТ». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>05.00 18.00 00.30 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 20.00 «Безумные факты». (16+)</p> <p>17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.25 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)</p> <p>22.30 23.25 «БАРРАКУДА». (16+)</p>	<p>21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «Выжить в Стамбуле». (16+)</p> <p>11.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)</p> <p>20.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p> <p>21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.30 «НЕПОСЛУШНАЯ». (18+)</p> <p>Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Александр Петров, Анастасия Резник, Ян Цапник. Двадцатилетняя Эля - студентка и будущий эколог. Однажды в ее университет приезжает Матвей, глава строительной компании, чтобы рассказать о плане застройки на месте старинного лесопарка...</p> <p>01.30 «ТЕКСТ». (18+)</p> <p>03.35 «Однажды в России». (16+)</p> <p>05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)</p> <p>05.50 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	<p>19.45 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>09.00 «Слепая». (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>15.30 «Слепая». (16+)</p> <p>19.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)</p> <p>Юрий Бахтин - следователь, приезжает в город Бережнянск, чтобы расследовать серию загадочных убийств. Жители поговаривают, что всему виной русалка, именно она уносит жизни невинных людей.</p> <p>19.45 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>Сомов встречается со своим человеком в спецслужбах. Некий Георгий намекает ему на утечку информации...</p> <p>23.00 «ИЗВЕРЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>01.30 Кадони шоу. (16+)</p> <p>02.15 Экстра такси. (16+)</p> <p>02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.10 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)</p> <p>18.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>19.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>Охота на мошенников продолжается! Владимир Сорков, Вячеслав Василевский и Дарья Рубинская не супергерои - они обычные ребята, которые внедряются в преступные группировки и разоблачают мошеннические схемы изнутри. Под руководством главного ловца на мошенников Влада Чижова, «Охотники» выходят на след бандитов и рискуют собственной безопасностью, чтобы разворошить гнездо обмана.</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>00.00 Заступницы. (16+)</p> <p>02.20 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Дорожные драмы. (16+)</p>	<p>17.45 Громко</p> <p>06.00 «Культовые». (12+)</p> <p>06.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)</p> <p>07.00, 09.00, 12.55, 15.25, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 11.35, 22.00 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.25, 01.00 «Эволюция спорта». (12+)</p> <p>10.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>13.00 Есть тема! Пр.тр.</p> <p>14.25 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)</p> <p>14.55 Человек из футбола. (12+)</p> <p>15.30 «Наскар. Ведущее наследие». (16+)</p> <p>16.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>17.45 Громко. Пр.тр.</p> <p>19.00 Хоккей. «Спартак» (Москва) - «Локомотив» (Ярославль). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>23.00 Професс.бокс. (16+)</p> <p>00.00 «Пеле. Король футбола». (12+)</p>	<p>07.25 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.25 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.25 02.40 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>19.00 «ОДНОФАМИЛЬЦЫ». (16+)</p> <p>23.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.25 «Порча». (16+)</p> <p>01.20 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.45 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>03.30 Одна за всех. (16+)</p> <p>04.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>

## Заботьтесь о своих суставах с комплексом «СУСТАВИН» и наслаждайтесь свободой движения!

По статистике более 5% людей молодого возраста подвержены костно-суставным заболеваниям. А среди тех, кто старше 65 лет эта цифра составляет 90%.

Природа создала опорно-двигательный аппарат человека как очень надежную систему. Ее уникальные сочленения, суставы, покрыты идеально гладким хрящом, который непрерывно смазывается особой желеподобной субстанцией. Когда часть волокон хрящевой ткани разрушается, здоровый сустав восстанавливает их, и человек, даже не замечая этого обновления, справляется с теми же двигательными нагрузками. Но, к сожалению, в силу различных причин, баланс между разрушением хряща и образованием новой ткани нарушается. Толщина хряща уменьшается, он становится более сухим и ломким. А ведь на первых этапах, этот процесс можно остановить натуральными средствами, питающими хрящ.

Большинство БАД для суставов содержат самые хорошо изученные компоненты глюкозамин и хондроитин. Суставин, кроме глюкозамина и хондроитина содержит мумие, сабельник, лопух и хвощ, что делает такую рецептуру более действенной.

Забота о суставах важна для людей любого возраста, но особенно актуальна для тех, кто:

- Ведет активный образ жизни
- Сталкивается с возрастными изменениями
- Имеет избыточный вес
- Чувствует дискомфорт в суставах



«Суставин» крем + «Суставин» таблетки = усиленное действие

Покупайте на Озоне подборку товаров со скидкой 10% по промокоду: TELEK2026



Также можно приобрести на WILDBERRIES.RU

Дополнительная информация по телефону 8 (495) 625-51-15, пн-пт. с 10:00 до 17:00

БАД. ООО ПАРАФАРМ ОГРН 5147746459900 Юр. адрес: г. Москва, ул. Машкова, д. 17, помещ. I, ком. 2, эт. 2

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

## СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

Комплекс GEMOTENOL®



Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга. Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс Гемотенол. Он оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ.

Гемотенол помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу.

Этот специально разработанный комплекс состоит из двух элементов – растительной капсулы с действующими веществами и особой бустерной средой, в которой эта капсула хранится.

Бустерная среда является активатором, то есть механизмом, который запускает действие главных элементов капсулы под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке.

Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ (звонки по России бесплатно)

8 (800) 600-57-56  
8 (495) 136-59-66

## КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР



НИКИТА  
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

РАБОТАЮ ЕЖЕДНЕВНО С 9.00 ДО 22.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

- Удаление вирусов
- Установка Windows
- Ремонт ноутбуков и ПК
- Настройка сети Wi-Fi
- Консультации, обучение
- Модернизация ПК
- Настройка телевизоров
- Smart TV, ТВ-приставок

8 (964) 510-69-46

## ПЕНСИОНЕРАМ!

ДОГОВОР РЕНТЫ С «ЖИЛСОЦГАРАНТИЕЙ»

Надежность, подтвержденная 30-летним стажем

- Забота, помощь по дому, честные выплаты
- До 7 млн. рублей сразу, до 50 тысяч ежемесячно

являемся непосредственным плательщиком ренты\*

Звоните: (495) 626 45 55

\*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

КИНО И СЕРИАЛЫ

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

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

**TV1000 VIJU TV1000**

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

**TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ**

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

**TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН**

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

**ИЛЛЮЗИОН+**

01.25 «ДОСЬЕ ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (18+)  
 03.00 «ЖЕНУШКА ПРОПАЛА». (16+)  
 04.15 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)  
 05.45 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)  
 07.10 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
 08.30 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)  
 10.25 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)  
 12.20 «ПОШУМИМ!». (16+)  
 13.30 «УЛЕТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)  
 15.05 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)  
 16.45 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)  
 18.50 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)  
 20.30 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)  
 21.55 «ПАРАНОЙЯ». (16+)  
 23.35 «УИКЕНД С БАТЕЙ!». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

07.00 «Я ОСТАЮСЬ». (16+)  
 09.05 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)  
 11.20 «АДАМ И ЕВА». (16+)  
 13.00 «ГЛАВНЫЙ!». (16+)  
 15.05 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)  
 Приключения, фантастика, Россия, 2020 г.  
 17.20 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)  
 Драма, триллер, фантастика, Россия, 2012 г.  
 19.30 «ДЕД УНГЛИ». (16+)  
 Комедия, мелодрама, приключения, Россия, 2012 г.  
 21.00 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)  
 Комедия, семейное, Россия, 2020 г.  
 22.55 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)  
 00.40 «ПОДЛЕЦ». (18+)  
 02.10 «ШЕРЛОК ХОЛМС. СОБАКА БАСКЕРВИЛЬ». (16+)  
 03.45 «Я ОСТАЮСЬ». (16+)  
 05.35 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

00.50 «КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+)  
 02.40 «МОЙ КУЗЕН». (18+)  
 04.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)  
 06.05 «1+1». (16+)  
 08.15 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)  
 09.55 «СУПЕРБАТЯ МАРИО». (18+)  
 11.50 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)  
 14.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)  
 15.55 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)  
 17.40 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)  
 19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)  
 21.15 «ДМБ». (16+)  
 Комедия, Россия, 2000 г.  
 22.50 «ВСТРЕТИМСЯ ВЧЕРА». (16+)

**ДОМ КИНО**

05.10 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
 05.40 «Царство против разбойников». Мультфильм. (6+)  
 06.50 «Щелкунчик и волшебная флейта». Мультфильм. (6+)  
 08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
 12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
 19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
 23.30 Вечер вместе. «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (16+)  
 СССР, 1963 г. В ролях: Екатерина Савинова, Анатолий Папанов  
 01.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)  
 03.30 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)  
 Россия, 2011 г. В ролях: Максим Матвеев, Екатерина Вилкова

**РУССКИЙ РОМАН**

07.05 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)  
 10.30 «ЕСЛИ ЛЮБИШЬ ПРОСТИ». (16+)  
 12.25 «ДЕДУШКА». (16+)  
 14.25 «ЖЕНИХ ДЛЯ ДУРОЧКИ». (16+)  
 17.40 «МОЕ СЕРДЦЕ С ТОБОЙ». (16+)  
 2018 г. В ролях: Ольга Павловец, Алексей Фатеев, Илья Оболонков, Аделина Коблова  
 21.00 «СЕРЕБРЯНЫЙ ОТБЛЕСК СЧАСТЬЯ». (16+)  
 2019 г. В ролях: Анна Дианова, Илья Коробко, Валерия Мельник, Артур Сопельник, Алёса Пухова  
 00.25 «НЕ В ПАРНЯХ СЧАСТЬЕ». (16+)  
 02.00 «РОДНАЯ КРОВЬ». (16+)  
 05.15 «ЖЕНИХ ДЛЯ ДУРОЧКИ». (16+)

**СИНЕМА**

06.05 «БЕЗЖАЛОСТНЫЙ». (18+)  
 08.00 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)  
 09.55 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)  
 11.45 «ГРЕНЛАНДИЯ». (18+)  
 13.50 «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА»». (18+)  
 16.10 «ЛЕОН». (18+)  
 18.25 «ВОДОПАД АНГЕЛА». (18+)  
 США, Канада, 2014 г.  
 20.15 «ПОМПЕЙ». (16+)  
 США, Канада, 2014 г.  
 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМУ». (18+)  
 США, Китай, 2015 г.  
 23.45 «ДОСЬЕ ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (18+)  
 01.25 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (18+)  
 02.50 «ПАРКЕР». (16+)  
 04.40 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)

**РОДНОЕ КИНО**

02.40 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ РАЯ». (6+)  
 04.15 «СВИДЕТЕЛЬСТВО ОБ ОБЕДНОСТИ». (16+)  
 05.35 «УБИЙСТВО СВИДЕТЕЛЯ». (16+)  
 07.05, 08.00, 08.55 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
 09.50, 10.45, 17.05, 18.05 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)  
 11.45 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)  
 13.20 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)  
 15.15, 16.10 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)  
 19.00 «ЗЯЧКА НАД БЕЗДНОЙ». (12+)  
 20.50, 21.50, 22.45 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)  
 23.40 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)

**РЕТРО**

06.55, 22.05 «СИЛЬНЕЕ УРАГАНА». (16+)  
 08.15, 23.30 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ». (16+)  
 09.50, 00.50 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)  
 11.30, 02.20 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (16+)  
 12.50 «ДЕТИ ПАРТИЗАН». (16+)  
 14.20 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (16+)  
 15.55 «СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)  
 17.20 «СТРЕКОЗА». (16+)  
 19.00, 04.00 «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ». (16+)  
 20.40, 05.30 «ОДЕССКИЕ КАННИКУЛЫ». (16+)  
 Военный, СССР, 1965 г.  
 03.30 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (16+)

**СУББОТА!**

05.00 «Маши и Медведь», «Маши и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)  
 15.00, 17.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
 19.00 Четыре жены. (16+)  
 21.30, 22.40 Богиня шопинга. (16+)  
 23.30 «КЛОУН». (16+)  
 Серил. Драма, мелодрама, фантастика, Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурило Бензидо, Джованна Антонелли  
 00.20 Суббота News 2026. (16+)  
 00.30 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)  
 01.30, 02.20 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)  
 03.00, 03.40 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «УЛЫБКА ПРЕСМЕШНИКА». (16+)  
 Серил. Детектив, мелодрама, Россия, 2014 г.  
 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»». (16+)  
 12.00, 20.00, 04.00 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ-9. ТАЙНЫ ОГНЕННЫХ РУН». (16+)  
 13.00, 21.00, 05.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЬМА». (16+)  
 14.00, 22.00, 06.00 «АЛИБИ». (18+)  
 15.00, 23.00, 07.00 «УКРАСТЬ У...» (18+)  
 Серил. Детектив, приключения, Россия, 2008 г. В ролях: Олег Чернов, Евгения Лоза, Любовь Тихомирова, Александр Рапопорт, Сослан Фидаров, Андрей Межулис

**СТС LOVE**

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

**ТВ 21**

07.00 «МАМА НЕ ГОРЮЮ». (18+)  
 08.35 «МАМА НЕ ГОРЮЮ-2». (18+)  
 10.40 «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)  
 12.50 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)  
 14.25 «СЕСТРЫ». (18+)  
 16.05 «ЖМУРКИ». (18+)  
 18.05 «БУМЕР». (18+)  
 Россия, 2003 г.  
 20.10 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (18+)  
 Россия, 2006 г.  
 22.15 «СТОЛКНОВЕНИЕ». (18+)  
 США, Германия, 2004 г.  
 00.20 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (16+)  
 02.10 «ТЮРЬМА-77». (16+)  
 04.00 «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». (16+)  
 05.40 «НА ВСЕХ ПАРАХ!». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

**МИР**

05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЯМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)  
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день  
 06.15, 10.20 «ГОСТЬЯ ИЗ БУДУЩЕГО». (6+)  
 10.10 Белорусский стандарт. (12+)  
 13.15 Мирное соглашение. (16+)  
 14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (16+)  
 18.30 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
 20.25 Миллион за 5 минут. Дети. (6+)  
 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)  
 21.50, 22.35 Игра в кино. (16+)  
 23.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)  
 00.00 Наше кино. История большой любви. (16+)  
 00.50 Первый Евразийский канал. (12+)  
 02.10 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (16+)  
 03.35 Понять. Простить. (16+)

**ПОБЕДА**

04.50 «Путь к Победе». (16+)  
 05.50 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)  
 07.20 «НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЛЯМИ». (16+)  
 09.00 «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (16+)  
 12.20 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕДИЯ». (16+)  
 15.40 «СНАЙПЕР-2. ТУНСУС». (16+)  
 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-6». (16+)  
 Ноябрь 1941 года. Немецкие войска продолжают наступление и вплотную подходят к Москве. После выполнения боевого задания в Харькове Елагина и Мирский прибывают в Ростов-на-Дону. Вместе с военюристом Шиловым им предстоит пережить первую оккупацию Ростова и выяснить местонахождение оставшегося в городе Ивана Рокотова...  
 23.00 «БРАТ-2». (16+)  
 01.05 «МЕТРО». (16+)  
 03.15 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. Завтраки. (16+)  
 В этом выпуске программы ведущие поделятся рецептами завтраков.  
 05.20 Пятница News. (16+)  
 05.50 Гастротур. Республика Удмуртия. (16+)  
 06.40 Битва шефов. (16+)  
 08.40 Гастротур. (16+)  
 09.50 Адский шеф. (16+)  
 Повара сдадут вступительные экзамены для перехода на следующую ступень обучения.  
 13.00, 15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов. (16+)  
 22.50 Выживальщица. Миссия Альфа. (16+)  
 01.50 Пятница News. (16+)  
 02.20 Чёрный список. Установка и подключение сантехники. (16+)  
 03.00 Чёрный список. Фитнестренеры. (16+)  
 03.40 Чёрный список. Мастера косметических услуг.  
 04.10 Секреты на кухне. Весенние овощи. (16+)  
 04.30 Пятница News. (16+)

**Ю**

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)  
 06.30 Званный ужин. (16+)  
 08.30 Муж напрокат. (16+)  
 09.30 Доктор-Ревизор. (16+)  
 09.55 Моя свекровь - монстр. (16+)  
 12.35 Супермама. (16+)  
 14.30 Моя свекровь - монстр. (16+)  
 16.40, 18.00 Беременна в 45. (16+)  
 Уникальные истории, которые никого не могут оставить равнодушным. Слезы, преодоление, боль, разочарование, смех, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидит зритель в драматичном реалии о женщинах, которые решились стать мамами после 45.  
 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
 00.00 Измены (субтитры). (18+)  
 01.45 Неотложка. (16+)  
 03.25 Моя-твоя еда. (0+)  
 03.50 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

**365 ДНЕЙ ТВ**

00.00 Римские инженеры. (12+)  
 00.50 Гагарин. Второй виток вокруг Земли. (12+)  
 01.40 Боевые знамёна Отечества. (12+)  
 01.55, 07.25, 11.30, 14.30, 19.15, 23.25 Русская история. (12+)  
 04.00 Россия научная. Великие имена. (12+)  
 04.20 Это подкаст. История. (12+)  
 05.20, 08.50, 12.50 Великие битвы России. (12+)  
 06.10 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)  
 06.45, 18.40 Сквозь времена. (12+)  
 08.10, 12.05 Освобождение: решающие битвы. (12+)  
 09.40, 13.45 Уроки Нюрнберга. (12+)  
 10.05 Коктейль Молотова. (16+)  
 11.00 Крепости России. Звенигород. (12+)  
 14.10 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)  
 16.00, 16.45 Нобелевские лауреаты. (16+)  
 17.30 Секреты истории. (16+)  
 20.00 Святой Архипелаг. (12+)  
 20.55 Революция LIVE: #завашуинашу свободу. Фильм первый. (12+)  
 21.50 Крепости России. Коломна. (12+)  
 22.25 Семь дней истории. (12+)  
 22.35 Всемирное наследие. Россия: Псков - великий город на реке Велюкая. (12+)

**VIJU HISTORY**

06.00 48 часов до победы. (16+)  
 06.50 Путеводитель Путифара: Лиссабон: король Тежу. (16+)  
 07.45 Чудеса ЮНЕСКО: Италия. (12+)  
 08.45, 09.40 Затерянные пирамиды ацтеков. (16+)  
 10.35, 11.35 Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид. (12+)  
 12.30, 13.20 Охотники за утраченным искусством. (16+)  
 14.10 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)  
 15.10 Обратный отсчёт до Голгофы. (16+)  
 16.05 Путеводитель Путифара: Лондон: апогей империи. (16+)  
 17.05 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)  
 18.05, 19.00 Внутри пирамид. (12+)  
 20.00 Охотники за утраченным искусством: Мона Лиза. (16+)  
 20.50 Охотники за утраченным искусством: Ян Вермеер. (16+)  
 21.40, 22.30 Высадка в Нормандии: глазами солдат. (16+)  
 23.20 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)  
 00.20 Обратный отсчёт до Голгофы. (16+)  
 01.15, 02.10 Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид. (12+)  
 03.00, 03.50 Охотники за утраченным искусством. (16+)  
 04.35 История вещей. (16+)  
 05.15 Высадка в Нормандии: глазами солдат. (16+)

**ИСТОРИЯ**

06.00, 06.45, 15.35, 16.25, 01.10, 02.00 Настоящая война престолов. (12+)  
 07.40, 02.45 Спасённые шедевры России. Ткани. (12+)  
 08.25, 03.35 Судьбы. Мария-Антуанетта. Дружба и трагедия. (12+)  
 09.20, 04.25 Вторая мировая война. Герои против изменников. Россия. (12+)  
 10.15 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)  
 11.10 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)  
 12.05 Призрак из каменного века. (12+)  
 13.00 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)  
 13.50, 23.25 Индокитай. Забытая война. (12+)  
 14.50 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)  
 17.15 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)  
 18.05 Судьбы. Лоренцо Великолепный. Повелитель Флоренции. (16+)  
 19.00 Вторая мировая война. Герои против изменников. Китай. (12+)  
 19.50 Франция. Путешествие во времени. (12+)  
 20.50, 05.15 Разбитое сердце. Евгений Евстигнеев. (16+)  
 21.40 Последние часы Помпей. Новые загадки. (12+)  
 22.35 Человек без маски. Георг Отс. (12+)  
 00.25 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни. (16+)

**УСАДЬБА**

06.00, 02.50 Садовые загадки. (12+)  
 06.30, 03.20 Переделки на участке. (12+)  
 06.55, 00.35, 03.50 Ландшафтные эксперименты. (12+)  
 07.20 Школа дизайна. (12+)  
 07.50 Гордость России. (6+)  
 08.20 Стройплощадка. (12+)  
 08.50, 09.05 Весенние квадраты. (12+)  
 09.20 Сад-шедевр. (12+)  
 09.55, 22.00 Моя крепость. (12+)  
 10.25 Огород от-кутор. (12+)  
 10.55, 11.10 Садовый доктор. (12+)  
 11.25 Умная стройка. (16+)  
 12.00, 12.50, 16.00, 16.15, 18.55, 19.15 Огород с блоками-Мечтальником. (12+)  
 13.10, 02.00 Дачные радости. (12+)  
 13.35 Всё расстётся. (12+)  
 14.10 История одной культуры. (12+)  
 14.40 Ох уж эти ветки! (12+)  
 15.10, 21.00 Как построить дом. (12+)  
 15.40 Дачные хитрости. (12+)  
 16.30, 22.30 Старые дачи. (12+)  
 17.00 Крымские дачи. (16+)  
 17.30, 23.15 Муж на час. (12+)  
 18.00 Возрождение сада. (12+)  
 18.30, 18.40, 00.10, 00.25 Ваш агроном. (12+)  
 19.30, 01.30 Прогулка по саду. (12+)  
 20.00 Цветники. (12+)  
 20.35, 02.25 Больше тени - ярче листья. (12+)  
 21.30 Искатели приключений. (12+)  
 23.00 Мастер-садовод. (12+)  
 23.45 Сад в радость. (12+)  
 01.05 Милости просим. (12+)

**ОХОТА И РЫБАЛКА**

06.55, 19.40 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)  
 07.20 Весенняя охота на гусей в Псковской области с Евгением Шеляпиным. (16+)  
 07.50 Апрельская ловля щуки в низовьях Волги. (16+)  
 08.15, 13.50 Рецепты Древней Колхиды. (16+)  
 08.30, 14.05 Привет, Малек! (6+)  
 08.45 Рыбалка 360. (16+)  
 09.20, 10.25 Рыбалка с тренером. (16+)  
 11.30 Кулинарное путешествие с Сяблом Астафьевым. (16+)  
 12.00, 18.20, 19.05 От первого лица. (12+)  
 12.45 Подледный лов корюшки. (16+)  
 13.20 Рыбалка сегодня XL. (16+)  
 14.25, 14.55 Охота на хищника. (16+)  
 15.30, 18.05 Давай зарубимся! (12+)  
 15.55 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)  
 16.25 Ловля саргана в Черном море. (16+)  
 16.40 Кто? Куда? Зачем? (16+)  
 17.00 Ловись, рыбака. (16+)  
 17.30 Безграничная рыбалка. (16+)  
 20.10 Охота с Евгением Шеляпиным на гуся в Карелии. (16+)  
 20.40 Спортивная рыбалка на голавля. (16+)  
 21.10 Багатый улов. (16+)  
 21.40 Прибалтийский лосось. (16+)  
 22.15 Экстремальный фидер. (16+)  
 22.45 Рыболовный дневник. (16+)  
 23.10 Пути-дороги. (16+)  
 23.40 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (12+)

**ЖИВИ!**

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)  
 05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)  
 05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)  
 06.00 Проснись со Стамом. (12+)  
 06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)  
 07.00 YogaУтро. (12+)  
 07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагинным. (12+)  
 07.45 «Завтраки» с Еленой Чазовой. (6+)  
 08.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)  
 08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худи» с Мариной Корпан. (12+)  
 08.45, 17.30, 22.00 «Антицеллюлитная гимнастика» с Еленой Каркукли. (12+)  
 09.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Щепляевой. (12+)  
 10.45, 17.45 Со

### СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00** Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Марафон. Женщины. Трансляция из Увата. (6+)
- 07.50** Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
- 08.20, 01.40** Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/2 финала. «Заречье-Одинцово» (Московская область) - «Уралочка-НТМК» (Свердловская область). (6+)
- 10.10, 13.25, 01.20** «Страна спортивная». (12+)
- 10.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 11.00, 13.20, 16.20** Новости. (0+)
- 11.05** Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА-МАИ (Москва) - ЦСКА. (6+)
- 12.55** Сюрплас. (12+)
- 13.40** Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (6+)
- 15.30** «Что за спорт?» (12+)
- 16.00** Специальный репортаж. (12+)
- 16.25, 04.40** «Дело №». (16+)
- 16.55** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 17.20** «Владимир Башкиров. Любовь, растворенная в воздухе». Документальный фильм. (16+)
- 18.25** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Самара» - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
- 20.25** Профессиональный бокс. PRAVDA Boxing. Георгий Челохсаев против Фарахата Маниролы. Трансляция из Владикавказа. (16+)
- 22.40** Есть тема! (16+)
- 23.55** Специальный репортаж. (12+)
- 00.15** Громко. (12+)
- 03.30** Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Суперперсыот. Мужчины. Трансляция из Увата. (6+)
- 04.05** Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Суперперсыот. Женщины. Трансляция из Увата. (6+)
- 05.05** «Это футбол!» (12+)
- 05.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)

### МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Муз'итив. (16+)
- 06.00** Короли Чартов. (16+)
- 07.00, 07.30, 18.20** 10 самых! (16+)
- 08.00** Хиты по-русски. (16+)
- 08.25, 15.00** PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00** Звезды о звездах. (16+)
- 10.00** Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00** Без кутюр. (16+)
- 11.30** Топ-30: Народный хит. (16+)
- 14.00** Плейлист | Весна. (16+)
- 15.30** Лига свежих клипов. (16+)
- 16.00** Звезды с приветом. (16+)
- 17.00** Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 18.00** PRO-новости. (16+)
- 18.55** Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45** Кто следующий? (16+)
- 20.40** Немаленький принц. Ване Дмитриенко - 20! (16+)
- 21.40** PRO-новости. (16+)
- 22.00** Топ-30: Народный хит. (16+)
- 00.25** Плейлист | Весна. (16+)
- 01.00** Золотая лихорадка. (16+)
- 03.00** Караокинг. (16+)

### ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 15.30** Время малышей. (0+)
- 07.00, 14.00** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15, 19.45** «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10, 20.40** «Бумажки». (0+)
- 08.30, 21.00, 01.00** «Барбоскины». (0+)
- 09.00** «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30** «Фиксики». (0+)
- 11.00** «Чик-Чиркино». (0+)
- 12.50** «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15, 14.15, 00.10** «Простоквашино». (0+)
- 15.00** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 17.00** «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25** «Мини-Мишки». (0+)
- 18.30** «Лунтик». (0+)
- 19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 21.30** «Буба». (6+)
- 22.15** «Тюленьки». (0+)
- 22.30** «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 23.30** «Семь королевств». (0+)
- 01.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 02.30** «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+)
- МУЛЬТ**
- 05.00** «Три кота». (0+)
- 05.30** «Тикабо». (0+)
- 06.00** «Совёнок ХопХоп». (0+)
- 06.30** «Турбозавры». (0+)
- 07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 07.15** «Три кота». (0+)
- 09.30** «Играем вместе». (0+)
- 09.35** «Лунтик». (0+)
- Приключения Лунтика - маленького пришельца с далекой Луны.
- 10.35** «Барбоскины». (0+)
- 12.00** «Пластелинки». (0+)
- 12.05** «Три кота». (0+)
- 15.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
- 16.40** «Отель у овечек». (0+)
- 17.15** «Барбоскины». (0+)
- 19.00** «Эмми и Гуру. Уроки природы». (0+)
- 19.05** «Три кота». (0+)
- 21.30** «Барбоскины». (0+)
- 22.45** «Чемпионы». (6+)
- 23.00** «Детский сад для зверят». (6+)
- 23.30** «Царевны». (0+)
- 02.00** «Барбоскины». (0+)
- 04.00** «Жужжалка». (0+)
- 04.05** «Три кота». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.00, 18.00** «Команда МАТЧ». (0+)
- 06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45** «Цветняшки». (0+)
- 06.40, 12.40, 18.40** «Тоботы». (6+)
- 07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Домашние животные». (6+)
- 08.10, 14.10, 20.10** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
- 08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
- 08.45, 15.25, 20.45** «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
- 09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
- 09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 10.10, 16.55** «Шушумагия». (0+)
- 10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
- 10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
- 11.15, 14.45, 23.15** «Патруль Дино». (0+)
- 13.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
- 21.55** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00** «Котики, вперед!» (0+)
- Котя и Катя - два маленьких котенка, брат и сестра. Котя - умный и рассудительный, а маленькая Катя - милая непоседа. Они обожают чудеса и приключения, а помогает им в этом коробка с игрушками. Котя и Катя отправляются в путешествия, используя свой девиз «Котики, вперед!», но всегда возвращаются домой.
- 07.30** «Чебурашка». (0+)
- 08.15** «Три кота». (0+)
- 11.30** «Чебурашка». (0+)
- 12.00** «Простоквашино». (0+)
- 16.00** «Три кота». (0+)
- 18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
- 20.00** «Приключения Пети и Волка». (6+)
- 22.00** «Чемпионы». (6+)
- 22.30** «Три кота». (0+)
- 00.00** «Бодо Бородо». (6+)
- 02.00** «Крутиксы». (6+)
- 03.45** «Простоквашино». (0+)
- 05.00** Ранние птицы. «Лунтик». (0+)
- 07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30** «Царевны». (0+)
- 09.05** «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
- 09.20** «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.35** «Беби Борн». (0+)
- Иногда кажется, что старшим детям можно гораздо больше: они бегают, прыгают и играют в шумные игры. А малышам разве не обидно? Эмма и её друзья - не простые малыши. Они умеют делать всё то же самое, что и старшие, и даже больше! А всё потому, что они умеют фантазировать. У Эммы есть любимый мишка Тедди, и вместе они придумывают самые настоящие приключения!
- 09.40** «Три кота». (0+)
- Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Кармеленьки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте: вместе они учатся выражать свои эмоции, поддерживать друг друга и находить выход из любой, даже непростой на первый взгляд ситуации, при помощи своей фантазии и родительского совета.
- 11.00** «Диностер». (6+)
- 11.20** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.30** «Геройчики». (0+)
- 13.15** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 13.45** «Карбот». (6+)
- 14.20** «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 14.30** «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40** «Барбоскины». (0+)
- 16.40** «Край Бебис». (0+)
- 16.45** «Ум и Хрум». (0+)
- 17.50** «Барбоскины». (0+)
- 19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15** «Лунтик». (0+)
- 22.15** «Инфинити Надо». (6+)
- 22.45** «Фьюжи Макс. Новая эра». (6+)
- 23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** Апокалипсис. Глава 6. (16+)
- 06.00, 08.30** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00** День ангела: Преподобный Алексий. Человек Божий. (0+)
- 11.35** День Патриарха. (0+)
- 11.45, 12.15, 12.40, 13.10** Монастырская кухня. (0+)
- 13.30** «ВОРОТА В НЕБО». (0+)
- 15.20** «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА». (12+)
- 17.10** «ВОЗМЕЗДИЕ». 1 серия. (6+)
- 18.30** Вечер на СПАСЕ (с сурдодопереводом). (0+)
- 19.30** «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 5 серия. (0+)
- 20.15, 04.25** Прямая линия. Ответ священника (с сурдодопереводом). (12+)
- 20.55** Поле битвы. (16+)
- 21.30** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 22.10** Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 23.25** Прямая линия жизни. (16+)
- 00.20** День Патриарха. (0+)
- 00.30, 01.20** Апокалипсис. Главы 1-2. (16+)
- 02.30** День ангела: Преподобный Алексий. Человек Божий. (0+)
- 03.00** Поле битвы. (16+)
- 03.30** В поисках Бога. (12+)
- 03.55** Профессор Осипов. (0+)

### Православный календарь

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



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

Постный день.

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

## ПОМОГИТЕ СПАСТИ ЧЕЛОВЕКА!



**САВИНОВА НАДЕЖДА, 45 лет**, мать троих детей, проживает в маленьком городке Ивановской области, рак легких 4 степени, метастазы в голову и легкие.

Проходит лечение в онкоцентре в Москве, но требуются деньги на оплату хостела и дорогих анализов. В больнице по квоте сейчас нет мест для размещения. Семья живет очень небогато.



**СБЕР БАНК**  
2202 2056 2071 2122

**БУДЕМ РАДЫ ЛЮБОЙ ПОМОЩИ!**

## ОБРАЩАЕМСЯ КО ВСЕМ НЕРАВНОДУШНЫМ ЛЮДЯМ!



**ЛАПШОВ ДЕНИС, 14 лет**  
Ивановская область, г. Приволжск  
**ДИАГНОЗ: Мышечная дистрофия**

**НОМЕР КАРТЫ:**  
**5469 9801 6347 5722**  
по номеру телефона:  
**8 (920) 674-65-48**  
Любимова Татьяна Николаевна

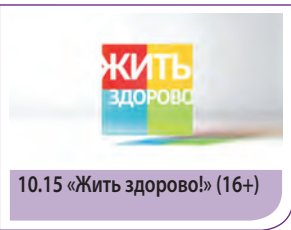
Моему сыну Денису Лапшову сейчас крайне необходим реабилитационный курс. За 12 дней мальчик пройдет курс кинезиотерапии (восстановление двигательных функций тела), физиотерапии, эрготерапии (восстановление мелкой моторики рук), массажа.

Реабилитационный курс + диагностика + проживание в центре **стоят 231 300 рублей.**

Самостоятельно мне не справиться, поэтому прошу вашей помощи!

**Даже 100 рублей будут иметь значение!**  
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ПЕРВЫЙ



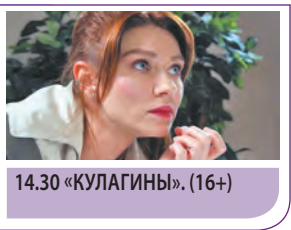
10.15 «Жить здорово!» (16+)

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

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
06.35 Страна советов. (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.05 «СВОИ-5». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «СВОИ-5». (16+)
01.15 «СВОИ-7». (16+)
02.00 «СЛЕД». (16+)
04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)

РОССИЯ 1



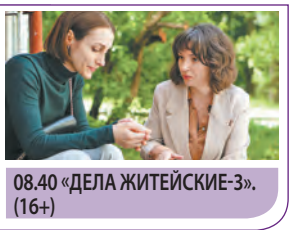
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
На дне оврага в чемодане обнаружено расчленённое тело молодой женщины без головы, ног и рук, и с характерной татуировкой на лопатке. Следствие выясняет, что аналогичное преступление произошло совсем недавно в другом районе.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
Алла открывает собственный таксопарк «Народный». Он быстро набирает популярность среди жителей города, пока у Васи в «Колесе» дела идут «под откос». Тем временем у одного из таксистов Аллы, Кири, случается несчастье: внезапно заболела мама. Алла выясняет, что с мамой всё в порядке, но её обокрал лучший друг Кири - Вадик.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.15 14.10 15.05 17.15
03.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00
Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «Тайны военной разведки». (16+)
11.55 13.25 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
«Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам»
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «АЛЛЕГРО С ОГНЕМ». (12+)
01.05 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

ТВЦ



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-3». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-3». (16+)
10.35 «Актерские драмы. Печки-лавочки». (16+)
11.30 События
11.50 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ЖИВАЯ ВОДА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «КОЧЕВНИЦА: РОСТОВСКАЯ ЦАРЕВНА». (16+)
Россия, 2024 г. Детектив. В ролях: Татьяна Казюич, Всеволод Болдин. В Ростове убит один из богатейших людей города - торговец финифтью Коршунов.
16.55 «Ренат Ибрагимов. Усталый многоженец». (16+)
17.50 События
18.10 «МОИ ЗВЕРИ-2». (16+)
22.00 События
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Звёздные сантиметры». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Настоящий детектив. Красный перец». (16+)
01.30 Хроники московского быта. (16+)
02.10 «Приговор». (18+)
04.15 «Короли эпизода». (16+)
04.55 «Мой герой». (12+)
05.30 «Большое кино». (16+)

ОТР

- 06.00 11.45 «На приёме у главного врача». (12+)
06.50 00.45 «Преодоление». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00
Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20
ОТРажение
11.00 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.15 «СОВСЕМ ПРОПАЩИЙ». (16+)
17.00 «Очевидно. Вероятно». (12+)
17.40 Специальный репортаж. (12+)
20.45 «ОСЕННИЙ МАРШФОН». (16+)
22.20 «ПЯТАЯ ПЕЧАТЬ». (16+)
01.25 «Конструкторы будущего». (12+)
01.40 ОТРажение. Итоги. (12+)

НТВ



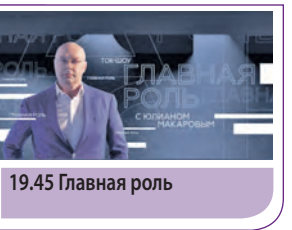
08.00 «Сегодня»

- 04.45 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Подаренный неизвестным флакон духов отравляет офис-менеджера и модель Анну. В квартире найдена записка: «Не злись на меня! Ваня». Улики указывают на бывшего ревнивого парня девушки, с которым она разошлась.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
Чагин рассказывает Жуку подробности о поездке в лес, где он нашел кострище. Он выясняет, что Габи приехала к ресторану «Двор», пересела в неизвестную машину и исчезла. То же самое случилось и с Кристиной.
22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.15 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 16.00 16.25 17.00 17.30 18.00 18.15 18.20 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.10 16.10 17.10 18.10 «Деньги 24»
11.50 17.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 18.50 21.50 «Москва - столица спорта»
13.40 «Техно». (12+)
14.35 «Спецреп». (12+)
15.25 19.25 «Вопрос спортивный». (12+)
16.30 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
21.35 «Спецрепортаж». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

РОССИЯ К



19.45 Главная роль

- 06.30 Диалоги о животных
07.20 Театральная летопись
07.50 18.35 «Шампольон и Рамсес Второй. Встреча на Ниле»
08.45 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55
Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.10 «XX век» «Камин короля Рене»
12.00 «ДЕНЬ БЕЗ ЧИСЛА»
12.45 «Новости. Подробно. Книги»
13.00 «Жизнь замечательных идей»
13.30 22.15 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»
15.00 «Век детской книги». «Начало XX века»
15.30 Кристальные истории
15.45 Сати. Нескучная классика...
21.00 «Коллекция»
17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
18.15 Семидесятые
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Искусственный отбор
21.30 Белая студия
00.10 «Викинг Ролло - от изгнанника до завоевателя»
01.40 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку»
02.40 «Забываемое ремесло»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание, еда!»
08.05 «Сделано в России». (12+)
08.35 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.50 16.30 «За МКАДром»
10.35 «Семейный маршрут»
11.20 14.20 «Весна в Подмосковье». (12+)
13.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 21.45 «Большое кино»
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «Реконструкция Подмосковья»
19.05 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Закрытый архив». (16+)
22.15 «Шестое чувство». (16+)
23.10 «Аргентинская ДНК»
23.40 «Док. фильм». (16+)

СТС



06.40 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
06.40 ПроСТО кухня. (12+)
07.40 «ЛЮБОпытная БАРВАРА». (6+)
09.55 «ПЛАКСА». (16+)
15.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
В канун очередной годовщины свадьбы Даша сбегает из дома, оставив трудоголику Вену прощальное письмо, обручальное кольцо и четырёх дочерей...
16.55 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
19.00 ПРЕМЬЕРА! «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
Маргарита Васильевна не даёт Паше разрешения на фильм, пока тот не вернёт Антона домой.
21.00 «СТУКАЧ». (16+)
США - ОАЭ, 2012 г.
Драматический триллер. В ролях: Дуэйн Джонсон, Барри Пеппер. Ради спасения сына, которому грозит срок за продажу наркотиков, отец идёт на сделку с полицией. Он должен внедриться в самое сердце наркомафии...
23.20 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
01.20 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
03.00 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
03.20 «НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ». (16+)
05.05 «100 мест, где поесть». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 08.45 11.55 16.30 01.20
«Новости дня». (16+)
06.45 «Улицы московские»
07.10 «Юмор на все времена». (16+)
07.55 «Раскрывая тайны звезд». (16+)
08.50 «КТО СМЕЁТСЯ ПОСЛЕДНИМ». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
11.25 Звёзды советского экрана. (16+)
12.00 23.35 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
15.40 «Тайны кино». (16+)
16.35 «ШОФЁР ПОНЕВОЛЕ». (16+)
18.10 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (16+)
20.00 21.10 «ВХОД В ЛАБИРИНТ». (16+)
22.20 «РАССЛЕДОВАНИЕ». (16+)

Сериалы Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоаппараты предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.00 «Слепая». (16+)	14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)	15.05 Специальный репортаж. (12+)	12.50 «Знахарка». (16+)	
05.00 18.00 00.55 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.10 Улётное видео. (16+)	06.00 «Культовые». (12+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)	
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)	08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)	06.30 «Дело №». (16+)	07.25 Давай разведёмся! (16+)	
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	18.30 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	09.00 «Слепая». (16+)	18.00 Дорожные войны. (16+)	07.00, 09.00, 15.25, 04.00 Новости	08.25 02.40 Тест на отцовство. (16+)	
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	10.00 Гадалка. (16+)	19.30 Улётное видео. (16+)	07.05, 17.45, 22.30 Все на Матч! Пр.тр.	10.40 «Понять. Простить». (16+)	
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)	23.30 «ЖЕНИХ». (12+)	15.30 «Слепая». (16+)	21.00 Охотники. (16+)	09.05, 15.05, 03.40 Специальный репортаж. (12+)	11.45 «Порча». (16+)	
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	Россия, 2016 г. Комедия. В ролях: Сергей Светлаков, Ольга Картунова, Сергей Бурунов, Филипп Рейнхардт. Как немец в Россию 9 мая приезжал жениться на русской красавице Алене, с которой они познакомились в Берлине. Счастливая пара едет в деревню - знакомиться с родственниками невесты. Однако туда же приезжает и бывший муж Алены Толя, который неожиданно решил вернуть жену.	18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	09.25, 01.00 «Эволюция спорта». (12+)	12.50 «Знахарка». (16+)	
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)		20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)	Люди встречаются, влюбляются, женятся. А потом приходят сомнения. Он задержался на работе? Она спрятала телефон? Что это: усталость и недопонимание или... измена? «Опасные связи» - программа о защите честных отношений. Ведущие помогают заявителям либо развеять пустые подозрения, либо лицом к лицу столкнуться с реальностью. Но даже самая горькая правда - лучше, чем годы жизни в обмане.	10.30, 12.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Пр.тр.	13.25 «Верну любимого». (16+)	
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)			03.00 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)	15.30 «Рафаэль Надаль». (12+)	14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)	
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)			04.30 Дорожные драмы. (16+)	16.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)	14.35 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)	
15.00 20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)			05.50 Улётное видео. (16+)	19.00 Футбол. Россия - Мали. BetBoom матч сборной. Пр.тр.	19.00 «ТОТ САМЫЙ ДЕНЬ». (16+)	
17.00 01.50 «Тайны Чапман». (16+)	01.10 «ВАСАБИ». (16+)			00.00 «Наскар. Ведущее наследие». (16+)	23.15 «Понять. Простить». (16+)	
20.25 «ПЛЕТЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	02.40 «Однажды в России». (16+)			02.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Женщины. 10 км. (6+)	00.25 «Порча». (16+)	
22.30 «ТРОЙНАЯ УГРОЗА». (16+)	05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)			04.05 Баскетбол. «Самара» - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. (6+)	01.20 «Знахарка». (16+)	
	05.50 «САШАТАНЯ». (16+)				01.45 «Верну любимого». (16+)	
		01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)			02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)	
					03.30 Одна за всех. (16+)	
					04.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)	
					05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)	



## ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства о государственной регистрации 024.266



Гарантируем организацию достойного прощания за указанную цену. Возможны как более бережливые, так и более премиальные варианты. Выбор за Вами.

## ЗАХОРОНЕНИЕ

150 000 ₽

30 ЛЕТ МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ

8 495 103 18 95

RITUAL.RU

ООО «Ритуал.ру» ОГРН 5167746491237 / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru. Информацию о партнерах и составе товаров и услуг Вы можете получить на сайте Ritual.ru

### КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»



Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

1. Раньше пластины этого камня использовались вместо стекла в окнах.
2. «Патрулирование» угодий егерями.
3. Бумага об инвентаризации имущества.
4. Насадка на детскую бутылочку.
5. Посох с кривым верхним концом.
6. Аппарат, что выбивает чеки.
7. Горбоносая газель в степях Азии.
8. Камешек с вырезанным портретом.
9. «Заварил кашу - не жалей...» О чем идет речь в этой поговорке?
10. Ленточка в качестве закладки.

Ответы: 1. Слюда. 2. Слюда. 3. Опилка. 4. Соска. 5. Опилка. 6. Кассета. 7. Салфетка. 8. Кассета. 9. Салфетка. 10. Ленточка.



## Пенсионерам! Социальная рента

является плательщиком ренты

### ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД НА ВСЮ ЖИЗНЬ:

- до 10 млн. руб. – сразу!
- По желанию патронаж или пансионат. Защита от мошенников.
- до 60 тыс. руб. – ежемесячно.
- Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству.
- Пожизненное проживание в своей квартире.

8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54

ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11

Сайт: patronazn.ru

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
08.20 Мультфильмы. (16+, 0+)
10.25 «АВАРИЯ». (16+)
12.55 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000
07.15 «КИНГ КОНГ ЖИВ». (16+)
09.15, 11.05 «УБИЙСТВА В...». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН
05.20 «НА ГЛУБИНЕ СТРАХА». (16+)
06.45 «БЕЗДНА СТРАХА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
00.55 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
02.10 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
07.35 «АДАМ И ЕВА». (16+)
09.15 «ГЛАВНЫЙ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.25 «КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ 2». (16+)

ДОМ КИНО
05.20 «Фиксики против крабов». Мультфильм. (6+)

РУССКИЙ РОМАН
08.05 «МОЕ СЕРДЦЕ С ТОБОЙ». (16+)

СИНЕМА
06.35 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (18+)

РОДНОЕ КИНО
00.45 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)

РЕТРО
06.50, 22.15 «СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00, 11.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «УЛЫБКА ПЕРСМЕШНИКА». (16+)

СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ 21
07.00 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00, 03.25 Понять. Простить. (16+)

ПОБЕДА
04.45 «Путь к Победе». (16+)
05.45 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Секреты на кухне. Кухня разных регионов. (16+)

Ю
05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Это подкаст. История. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY
06.00 Высадка в Нормандии: глазами солдата. (16+)

ИСТОРИЯ
06.00, 01.10 Сен-Мало. Крепость у моря. (12+)

06.55, 02.05 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)

Усадьба
06.00, 06.15, 03.10, 03.20 Весенние квадраты. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
07.50 Подледный лов корюшки. (16+)

ЖИВИ!
05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)

05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)

## СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00** «Владимир Башкиров. Любовь, растворённая в воздухе». Документальный фильм. (16+)
- 07.05** «Страна спортивная». (12+)
- 07.20** Сюрплас. (12+)
- 07.45** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Самара» - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
- 09.35** Громко. (12+)
- 10.40** «Небесная грация». (6+)
- 11.00, 13.20, 19.25** Новости. (0+)
- 11.05** Профессиональный бокс. PRAWDA Boxing. Георгий Челочаев против Фарахата Маниролы. Трансляция из Владикавказа. (16+)
- 13.25** «Страна спортивная». (12+)
- 13.40** «Династия. Карасёвы». (12+)
- 14.10** «По домам. Юрий Газинский». (12+)
- 14.25** «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 14.55** Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 16.55** «Это футбол!» (12+)
- 17.25** Баскетбол. Winline Basket Cup. «Парма» (Россия) - «Мега» (Сербия). Прямая трансляция
- 19.30** «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 19.55** Специальный репортаж. (12+)
- 20.15** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Женщины 10 км. Трансляция из Кировска. (6+)
- 22.10** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Мужчины 15 км. Трансляция из Кировска. (6+)
- 00.55** «Это футбол!» (12+)
- 01.25** Специальный репортаж. (12+)
- 01.40** Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/4 финала. (6+)
- 03.30** Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Марафон. Мужчины. Трансляция из Увата. (6+)
- 05.30** Сюрплас. (12+)

## МУЗЫКА

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

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 15.30** Время малышей. (0+)
- 07.00, 14.00** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15, 19.45** «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10, 20.40** «Бумажки». (0+)
- 08.30, 21.00, 01.00** «Барбоскины». (0+)
- 09.00** «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30** «Фиксики». (0+)
- 11.00** «Чик-Чиркино». (0+)
- 12.50** «Жила-была Царевна». (0+)
- 13.15, 14.15, 00.10** «Простоквашино». (0+)
- 15.00** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 17.00** «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25** «Мини-Мишки». (0+)
- 18.30** «Лунтик». (0+)
- 19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 21.30** «Буба». (6+)
- 22.15** «Тюленьки». (0+)
- 22.30** «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 23.30** «Семь королевств». (0+)
- 01.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 02.30** «Бодо Боро. БОДОпутешествия». (0+)
- 05.00** «Три кота». (0+)
- 05.30** «Тикабо». (0+)
- Развивающие музыкальные истории для самых маленьких.
- 06.00** «Совёнок ХопХоп». (0+)
- 06.30** «Турбозавры». (0+)
- 07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 07.15** «Три кота». (0+)
- 09.30** «Играем вместе». (0+)
- 09.35** «Лунтик». (0+)
- 10.35** «Барбоскины». (0+)
- 12.00** «Пластинки». (0+)
- 12.05** «Три кота». (0+)
- 15.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
- 16.40** «Отель у овечек». (0+)
- 17.15** «Барбоскины». (0+)
- 19.00** «Эмми и Гуру. Уроки природы». (0+)
- 19.05** «Три кота». (0+)
- 21.30** «Барбоскины». (0+)
- 22.45** «Чемпионы». (6+)
- 23.00** «Детский сад для зверят». (6+)
- 23.30** «Царевны». (0+)
- 02.00** «Барбоскины». (0+)
- 04.00** «Жужжалка». (0+)
- 04.05** «Три кота». (0+)

## ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.00, 18.00, 00.00** «Команда Матч». (0+)
- 06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45, 00.20** «Цветняшки». (0+)
- 06.40, 12.40, 18.40** «Тоботы». (6+)
- 07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
- 08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
- 08.45, 15.25, 20.45** «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
- 09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
- 09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 10.10, 16.55** «Шушумагия». (0+)
- 10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
- 10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
- 11.15, 14.45, 23.15** «Патруль Дино». (0+)
- 13.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
- 21.55** «Бабушкины сказки». (12+)

## МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00** «Котики, вперед!» (0+)
- 07.30** «Чебурашка». (0+)
- Чебурашка и Крокодил Гена открывают «Бюро Добрых дел», чтобы помочь всем, кому нужна помощь. Чебурашка и Гена берутся за любую просьбу. Но эта идея, как всегда, не приходится по душе Шапокляк, которая тут же создает «Бюро Недобрых дел».
- 08.15** «Три кота». (0+)
- 11.30** «Чебурашка». (0+)
- 12.00** «Простоквашино». (0+)
- 16.00** «Три кота». (0+)
- 18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
- 20.00** «Приключения Пети и Волка». (6+)
- 22.00** «Чемпионы». (6+)
- 22.30** «Три кота». (0+)
- 00.00** «Бодо Боро». (6+)
- 02.00** «Крутиксы». (6+)
- 03.45** «Простоквашино». (0+)
- 05.00** Ранние птицы. «Лунтик». (0+)
- 07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30** «Мини-Мишки». (0+)
- 09.05** «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
- 09.20** «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.35** «Беби Борн». (0+)
- 09.40** «Три кота». (0+)
- 10.45** «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 11.00** «Диностер». (6+)
- 11.20** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.30** «Геройчики». (0+)
- 13.15** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- Продолжение приключений невероятных Тоботов!
- 13.45** «Карбот». (6+)
- 14.20** «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
- 14.30** «Навигатор. Новости». (0+)
- Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт, услышите советы и интересные истории от знаменитых гостей и многое другое!
- 14.40** «Барбоскины». (0+)
- 16.40** «Край Бебис». (0+)
- 16.45** «Ум и Хрум». (0+)
- 17.50** «Барбоскины». (0+)
- 19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
- 21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15** «Лунтик». (0+)
- 22.15** «Инфинити Надо». (6+)
- Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо!» В каждом сезоне новые герои и команды выходят на арену, чтобы доказать свою силу, сразиться с могущественными соперниками и раскрыть тайны, скрытые в легендарных Надо.
- 22.45** «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
- 23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00** «Маша и Медведь». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

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

## Православный календарь

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



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

Постный день.

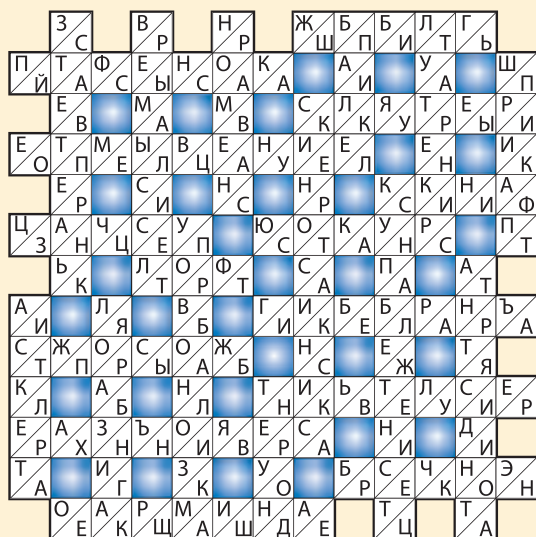
«Прощай – получивший прощение; милуй – помилованный. Человеколюбием приобретаешь человеколюбие, пока есть к тому время».  
Свт. Григорий Богослов

## ДУАЛЬ

Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

**По горизонтали:** Шпиль. Пасынок. Скутер. Отмывание. Скиф. Зацеп. Станс. Лот. Икебана. Способ. Нивелир. Разновес. Бекон. Окраина.

**По вертикали:** Завтрак. Вымысел. Роман. Пике. Латекс. Шрифт. Синтаксис. Снабженец. Поголока. Антидот. Искра. Лобзик. Неон.



## ЗАБУДЬ ПРО ЗАПОРЫ!



Запор – мучительный недуг, нарушение в работе кишечника, которое приводит к отравлению всего организма своими же токсинами и ядами. Эта проблема ухудшает состояние всего организма (иммунитет, нервная система, сердечно-сосудистая система и т.д.), становится причиной стресса и заметно сказывается на качестве жизни – в разы снижается работоспособность. Длительные запоры приводят к развитию геморроя, трещины прямой кишки и другим опасным осложнениям. Люди старше 60 лет испытывают запор в 5 раз чаще.

Гастро комплекс поможет отрегулировать процесс пищеварения. Средство помогает мягкому выведению содержимого кишечника без дискомфорта. Каловые массы размягчаются и опорожнение кишечника проходит безболезненно. Способствует восстановлению нормальной работы желудочно-кишечного тракта, убирая тяжесть, вздутие, спазмы. Активно регулирует основные пищеварительные функции желудка и кишечника. Обладает антиоксидантной активностью и помогает улучшить общее самочувствие.

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## ТРИ ДОРОГИ

**По горизонтали:** 1. Подача топлива в двигатель. 9. Мастер - золотые руки. 11. Ремень для седла. 23. Граждане за Великой стеной.

**Слева-вниз-направо:** 2. Выемка для крепления детали. 4. Река, на которой произошло первое сражение русских и полковцев войск с ордами Батыя. 5. Хороший клев рыбы. 7. Нормы советского физкультурника. 10. Выпавший при линьке

пучок шерсти. 12. Художник Питер Пауль ... 13. Так звали и писателя Чехова, и композитора Рубинштейна, и поэта Дельвига. 16. Сладкий продукт пчеловодства. 17. Миниатюрный терьер. 19. ... Балаганов на «Антилопе Гну». 21. Создатель песен в античной культуре. **Справа-вниз-налево:** 1. Веко по старинке. 3. Северная пресноводная рыба семейства

лососевых, ценный рыбацкий трофей. 6. Органный ... в костеле. 8. Джуд ... в роли доктора Ватсона. 10. Композитор, автор музыки популярных песен Игорь... 12. Советский режиссер Михаил ... 14. Он победил Тугарина Змея. 15. «Вон!» для птицы. 18. Гибрид разногорбых верблюдов. 20. Зодиакальная мисс сентября. 22. Там яблоны и груши растут.

Дева. 22. Садлы.  
Правильные ответы: 1. Вежда. 3. Сит. 6. Зан. 8. Лой. 10. Крутой. 12. Ромм. 14. Алеша. 15. Кыш. 18. Нар. 20. 4. Калка. 5. Жор. 7. ГТО. 10. Клок. 12. Рубенс. 13. Антон. 16. Мед. 17. Норк. 19. Шуря. 21. Аэд. 23. Кляйцья. Слева-вниз-направо: 2. Лаз. Ответы по горизонтали: 1. Впрыск. 9. Дока. 11. Трок. 23. Камляцья.

**1 ПЕРВЫЙ**



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.25 «Модный приговор». (0+)
- 10.15 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 «Время покажет». (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Время покажет». (16+)
- 14.00 «Большая игра». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 «Большая игра». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 «Время покажет». (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 **«ПАВЕЛ: ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ».** (16+) Екатерина держит маленького Александра при себе и воспитывает его в суровых условиях, убежденная, что так формируется характер будущего правителя. Когда Мария Федоровна узнает о новой беременности, Павел тайно пишет королю Пруссии.
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

**5 5-Й КАНАЛ**

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 08.25 «Стройнадзор». (16+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 09.40 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 **«СЛЕД».** (16+)
- 22.20 **«СВОИ-7».** (16+)
- 23.05 **«СВОИ-5».** (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 **«СВОИ-5».** (16+)
- 01.15 **«СВОИ-7».** (16+)
- 02.00 **«СЛЕД».** (16+)
- 04.25 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 **«КУЛАГИНЫ».** (16+) В одном из ангаров найден мёртвым молодой человек Давид. Полицию вызвал его друг Александр, он же вынул его из петли. Изучая личность самоубийцы, эксперты и следствие одну за другой отбрасывают возможные причины трагедии.
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 **«АЛЛА-ТАКСИ».** (12+) Проскурин попал в аварию. К счастью, он остался жив, но получил серьёзные травмы, требующие долгого восстановления. Следователь Григорич сообщает Проскуруину, что авария была подстроена. Подозрения падают на Васю, с которым у Проскурина была ссора. Алла замечает, что соседка Проскурина по палате, Олега, никто не навещает.
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.15 **«КУЛАГИНЫ».** (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 **«КУЛАГИНЫ».** (16+)

**★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА**

- 05.20 14.10 15.05 17.15 03.50 **«ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «Тайны военной разведки». (16+)
- 11.50 **13.25 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНСОНА КРУЗО».** (12+)
- 18.50 «Спецрепортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
- 23.15 **«НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ».** (12+)

**ТВУ ТВЦ**



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-4». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 **«ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-4».** (16+) «Актёрские драмы. Любимые, но непутёвые». (16+)
- 10.35 «События»
- 11.30 События
- 11.50 **02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ПРИШЕЛЕЦ».** (16+) «Мой герой». (12+)
- 13.45 «События»
- 14.30 Город новостей
- 14.50 **«КОЧЕВНИЦА: СЕРЯЯ МЫШКА».** (16+) Россия, 2024 г. Детектив. В ролях: Татьяна Казюич, Всеволод Болдин. Как могут быть связаны самоубийство юной девушки и похищение исторического раритета?
- 15.05 **«Ирина Мирошниченко. Одиночество по расчёту».** (16+)
- 16.55 События
- 17.50 **18.10 «МОИ ЗВЕРИ-3».** (16+)
- 22.00 События
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Охота на маньяка. Дело ночного гостя». (16+)
- 01.30 «Знак качества». (16+)
- 02.10 Мифы о еде. (16+)
- 04.20 «Александр Абдулов. Жизнь без оглядки». (16+)
- 05.00 «Мой герой». (12+)
- 05.35 «Большое кино». (16+)

**ОТР ОТР**

- 06.00 11.45 «На приёме у главного врача». (12+)
- 06.50 00.45 «Очень личное». (12+)
- 07.30 20.15 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
- 08.05 08.35 Пёстрый мир
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 00.00 05.10 «Искусство Великого шёлкового пути и династии Тан». (16+)
- 15.15 **«ОСЕННИЙ МАРАФОН».** (16+)
- 17.00 «Отчий дом». (12+)
- 17.15 «Человек и судьба». (16+)
- 17.40 01.25 «Почитаем!» (16+)
- 20.45 **«МИМИНО».** (16+)
- 22.20 **03.35 «ПАРИЖ В АВГУСТЕ».** (16+)
- 01.40 Отражение. Итоги. (12+)

**НТВ НТВ**



17.50 «ДНК». (16+)

- 04.45 **«ПЁС».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 **«ПЁС».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 **«ПЁС».** (16+) В парке найден труп в костюме индейца с ушибами и переломом шейного позвонка. Костюм был взят в аренду из театра Дмитрием Раковым, у которого было много недоброжелателей.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 **«ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ».** (16+) Зоя Шентис рассказывает, что делала алиби бывшей жене депутата Сельдина, а устроил ее на работу Артур Лентулов. Сельдин забирает из полиции заявление Зои, и Чагина выпускают. Чагин показывает Жуку фотографии пропавших девушек, разрушая версию о секте. Все девушки похожи на Кристину Унгурияну.
- 22.15 **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ».** (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 01.45 **«ПОСЕЛЕНЦЫ».** (16+)

**МОСКВА24 МОСКВА 24**

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 16.00 16.25 17.00 17.30 18.00 18.15 18.20 19.00 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
- 10.20 «Атмосфера». (12+)
- 11.20 12.20 13.20 14.10 16.10 17.10 18.10 «Деньги 24». (12+)
- 11.50 13.40 17.50 «Сити». (12+)
- 12.50 14.50 18.50 21.50 «Москва - столица спорта»
- 14.35 21.35 «Спецреп». (12+)
- 15.25 19.25 «Вопрос спорный»
- 16.30 04.30 «Интервью». (12+)
- 18.40 «Качество жизни». (12+)
- 20.45 «Торги Москвы». (12+)
- 21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
- 00.10 «Мослестерий». (12+)

**РОССИЯ К РОССИЯ К Культура**



21.30 Власть факта

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 Театральная летопись
- 07.50 18.35 «Викинг Ролло - от изгнанника до завоевателя»
- 08.45 **«ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО».** (16+) 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
- 10.00 Наблюдатель
- 10.15 01.10 «XX век» «Цель жизни. Академик Александр Яковлев»
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 «Жизнь замечательных идей»
- 13.30 **22.15 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА».** (16+) «Век детской книги». «20-е годы»
- 15.00 Кристалльные истории
- 15.30 Научно-популярный фильм, созданный на основе коллекции Минералогического музея.
- 15.45 Белая студия
- 16.30 Библиейский сюжет
- 17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
- 18.15 Семидесятые
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 «Кастинг в прошлом веке»
- 21.30 Власть факта
- 00.10 «Тайны карнакских мегалитов»
- 01.55 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку»
- 03.00 Перерыв в вещании

**360° ПОДМОСКОВЬЕ**

- 05.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00 «Прогулка». (12+)
- 06.30 «Всё просто!» (12+)
- 06.55 «Дача 360». (12+)
- 07.40 12.20 «Внимание, еда!»
- 08.05 «Сделано в России». (12+)
- 08.35 «Погода на любой вкус»
- 09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
- 09.50 16.30 «За МКАДром»
- 10.35 «Семейный маршрут»
- 11.20 11.35 14.20 «Весна в Подмосковье». (12+)
- 13.20 «Гостеприимство». (12+)
- 16.05 «Большое кино». (16+)
- 17.05 «Викторина 360»
- 17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
- 18.15 «Рекопись Подмосковья»
- 19.05 «Это Китай!» (16+)
- 19.30 «Главные события дня»
- 20.30 «Спецрепортаж». (16+)
- 21.45 «Закрытый архив». (16+)
- 22.15 «Шестое чувство». (16+)
- 23.10 «Блоки молодости»

**СТС СТС**



02.25 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 06.40 ПроСТО кухня. (12+)
- 07.40 **«ЛЮБОПЫТНАЯ БАРВАРА».** (6+)
- 09.55 **«ПЛАКСА».** (16+)
- 11.00 **«ПЛАКСА-2».** (16+)
- 15.15 **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ».** (12+)
- 16.50 **«КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ».** (16+)
- 19.30 **ПРЕМЬЕРА! «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ».** (16+)
- 21.00 **«ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ».** (6+) США - Великобритания - Канада, 2020 г. Комедия. В ролях: Роберт Де Ниро, Оакс Фигли, Кристофер Уокен, Ума Турман. Питер вступает в борьбу за своё личное пространство с овдовевшим дедушкой, который переселяется в его любимую комнату. Желая выгнать деда, Питер разворачивает целую кампанию шалостей, но старик оказывается куда изобретательнее...
- 23.00 **«НЯНЬКИ».** (16+)
- 00.55 **«ДЕДУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ».** (18+)
- 02.25 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 03.10 **«ДОМОЧАТЦЫ».** (16+)
- 03.50 **«НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я».** (12+)
- 05.20 «100 мест, где поесть». (16+)

**МОСКВА. ДОВЕРИЕ**

- 06.10 08.50 11.55 16.30 01.25 «Новости дня». (16+)
- 06.50 «Улицы московские»
- 07.15 «Юмор на все времена». (16+)
- 08.05 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
- 08.55 **«В ОДИН ПРЕКРАСНЫЙ ДЕНЬ».** (16+)
- 10.30 Мой район. Место встречи. (12+)
- 11.25 Это было смешно. (16+)
- 12.00 **23.40 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ».** (16+)
- 15.40 22.50 «Тайны кино». (16+)
- 16.35 **«НАШИ СОСЕДИ».** (16+)
- 18.00 **«УРОК ЖИЗНИ».** (16+)
- 20.00 **«КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА».** (16+)
- 21.30 **«ОТЦЫ И ДЕДЫ».** (16+)

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоаппарат предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	че!	МТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Момент в истории». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «Безумные факты». (16+)</p> <p>20.25 «ЗАПАДНЯ». (16+)</p> <p>22.40 «В ПАУТИНЕ ОБМАНА». (16+)</p>	<p>21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)</p> <p>19.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p> <p>21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.30 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)</p> <p>Россия, 2021 г. Комедия. В ролях: Сергей Бурунов, Мария Аронова, Денис Парамонов. 2040 год. Евгений и Александра уже 20 лет в браке, их отношения похожи на высохший урюк. Развестись у них тоже не получается, поскольку расторжение брака - очень дорогая процедура. Но судьба дает им шанс: Евгений и Александра попадают в прошлое...</p> <p>01.25 «СИМОНА И МИСТЕР СКУНС». (6+)</p> <p>03.20 «Однажды в России». (16+)</p> <p>05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)</p> <p>05.50 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	<p>20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>09.00 «Слепая». (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>15.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)</p> <p>На фоне обнаружения своего сына отношения Бахтина и Шевляковой только усложняются. И это становится еще одним шагом к сближению Бахтина и Островской. Она манит его своей загадочностью...</p> <p>20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>В ОВД привезли задержанного за вождение в нетрезвом виде известного ученого-фармацевта Болтнева. Разбив при задержании пробирку, Глухарев и Зимица узнают, что в ней содержится опасный вирус...</p> <p>23.15 «КРОВЬ И ШОКОЛАД». (18+)</p> <p>01.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>06.10 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения.</p> <p>14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)</p> <p>18.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны»! Делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником!</p> <p>19.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.15 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.40 Дорожные драмы. (16+)</p> <p>05.50 Улётное видео. (16+)</p>	<p>23.00 Смешанные единоборства.</p> <p>06.00 «Культовые». (12+)</p> <p>06.30 Человек из футбола. (12+)</p> <p>07.00, 09.00, 13.30, 15.25, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 17.45, 22.00 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05, 15.05, 03.40 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.25, 01.00 «Эволюция спорта». (12+)</p> <p>10.00 Лыжная страна</p> <p>10.30, 12.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Гонка преследования. Пр.тр.</p> <p>13.35 Есть тема! Пр.тр.</p> <p>15.30 «Роджер Федерер. Путь чемпиона». (12+)</p> <p>16.30 Профессиональный бокс. Д. Лебедев - Р. Джонс. (16+)</p> <p>19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>23.00 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>00.00 «Рафаэль Надаль». (12+)</p> <p>02.00 Лыжные гонки. (6+)</p>	<p>11.50 «Порча». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.45 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.50 «Порча». (16+)</p> <p>13.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>19.00 «ЦВЕТОЧНОЕ ОЗЕРО». (16+)</p> <p>22.55 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.00 «Порча». (16+)</p> <p>01.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.20 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.10 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p>

## ТЕЛЕМАСТЕР



**ДМИТРИЙ**

**НАСТРОЙКА КАНАЛОВ**  
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА  
СОТИРОВКА КАНАЛОВ

НАСТРОЙКА SMART TV  
НАСТРОЙКА ЦИФРОВОЙ ТВ-ПРИСТАВКИ  
ПРОШИВКА ТЕЛЕВИЗОРА  
РЯБИТ  
ПЛОХО ПОКАЗЫВАЕТ

ТИХИЙ ЗВУК  
ПРОКЛАДКА АНТЕННОГО КАБЕЛЯ  
ПОДКЛЮЧЕНИЕ И НАСТРОЙКА ТВ  
НЕТ СИГНАЛА  
ПЛОХО РАБОТАЕТ ПУЛЬТ

**8 (906) 055-44-48**

## МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕНТЫ

### ДОГОВОРА ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ



МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕНТЫ

РАБОТАЕМ В СООТВЕТСТВИИ С ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ РФ

**www.socrenta.ru**

ООО «Городская служба ренты». ОГРН 1157746587195.

**8 (495) 226-07-07**  
**8 (495) 625-03-88**

Москва, Сретенский бульвар, дом 2, офис 8

На сайте [WWW.FLOTURISICH.RU](http://WWW.FLOTURISICH.RU)  
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.  
Тел.: 8 (800) 551-69-14 // СКИДКИ НА КРУИЗЫ 2027 Г

### ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

23.04.2026 – 29.04.2026 «А ПО РЕЧКЕ ШЛА ВЕСНА! ИЗ МОСКВЫ» от 38 199 р.  
Москва (трансфер) – Казань – Чебоксары (Июшкар-Ола) – Н. Новгород – Ярославль – Тулаев – Мышкин – Углич – Тверь – Москва

30.04.2026 – 07.05.2026 «ВЕСЕННЕЕ ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО» от 32 799 р.  
Москва – Калезин (Волгари) – Тулаев – Ярославль – Городец – Чкаловск – Кострома – Рыбинск – Коприно – Углич – Москва

30.04.2026 – 15.05.2026 «БЕЛАЯ РЕКА – ПО ВОЛГЕ ГОРОДА» от 96 099 р.  
Москва – Углич – Мышкин – Тулаев – Плес – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамадыш) – Уфа (2 дня) – Казань – Чебоксары (Июшкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль – Калезин – Москва

01.06.2026 – 11.06.2026 «АЙ, ДА! КАЗАНЧКА» от 55 999 р.  
Москва – Углич – Ярославль – Н. Новгород – Макарьево (страусиная ферма) – Козьмодемьянск – Казань – Свияжск – Чебоксары (Июшкар-Ола) – Городец – Чкаловск – Кострома (посеферма) – Москва

25.06.2026 – 09.07.2026 «ПУТЬ ИМПЕРИИ» от 113 099 р.  
Москва – Кострома – Плес – Городец – Н. Новгород – Автотур вкл. 3 дня: Пермь – Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Круиз: Пермь – Казань – Козьмодемьянск – Макарьево – Москва

10.06.2026 – 22.06.2026 «СЕВЕРНЫЕ ПИЛИГРИМЫ!» от 138 899 р.  
Москва – Горький – Кижинь – Соловки – Архангельск – Сосновец – Повец – Свирской – Лодыжное Поле – о. Валаам – о. Коневец – С-Петербург

31.08.2026 – 10.09.2026 «РУССКИЙ СЕВЕР» от 104 599 р.  
Москва – Углич – Горький – Кижинь – Соловки (3 дня) – Архангельск – Беломорск – Сосновец – Петрозаводск

07.10.2026 – 15.10.2026 «ВОЛГОГРАД – МОСКВА» от 43 699 р.  
Волгоград – Саратов – Казань – Свияжск – Н. Новгород – Кострома (Суларовская лосеферма) – Калезин – Москва

**СО СКИДКОЙ ДО 15% Т. 8 (800) 551-69-14**  
Действительно при наличии мест. Реклама

### Чистый натуральный звук обеспечит комфорт и полноценное общение!



В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА Вы сможете приобрести ЦИФРОВЫЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ

Ст. м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, д. 8.

**8 (495) 517-10-71**  
**8 (499) 769-51-29**  
**8 (925) 477-20-47**

Первый вагон из центра, после турникетов направо, при выходе на улицу – налево, 100 метров от метро.

Возможна оплата по электронным сертификатам

РУ РЗН № РЗН 2020/11896 от 09.09.2020 ООО «АЭРОН» Реклама  
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# ЗАЩИТИТЕ СВОЙ МОЗГ

В современном мире наш мозг подвергается постоянным атакам: магнитные бури, солнечная активность, информационный шум – все это негативно сказывается на нашем самочувствии. Вы чувствуете усталость, дискомфорт, даже спонтанные потери сознания? Это не просто случайность – это сигнал о том, что вашему мозгу нужна защита.

**Prius Premium (Приус Премиум)** – это ваш надежный щит! Этот концентрат на основе безопасного растительного сырья разработан специально для поддержания здоровья мозга. Компоненты Prius Premium способствуют улучшению мозгового кровообращения и укреплению капилляров и сосудов.

В состав **Prius Premium** также входят омега кислоты, которые оказывают регулирующее действие на сохранение двигательной активности, концентрации внимания и функционального зрения. Это значит, что с **Prius Premium** вы сможете оставаться в тонусе и ясности мышления, несмотря на любые внешние факторы.

**с PRIUS PREMIUM вы сможете:**

- Улучшить мозговое кровообращение
- Укрепить капилляры и сосуды
- Поддержать умственную активность
- Сохранить ясность мышления
- Защитить мозг от негативного воздействия окружающей среды

**Начните использовать Prius Premium уже сегодня и почувствуйте разницу!**

**ПОЛНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТЕ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 333-47-79, 8 (495) 966-20-67**



Пришло время защитить свой мозг!

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.55 «Щелкунчик». Мультфильм. (0+)
08.25 «Вершки и корешки». Мультфильм. (0+)
08.40 «Золотая антилопа». Мультфильм. (0+)
09.15 «Заколдованный мальчик». Мультфильм. (16+)

TV1000 VIJU TV1000

05.55 «ГИПНОТИК». (16+) Детективно-фантастический триллер, США, Великобритания, 2023 г.
07.25 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
09.05, 10.55 «УБИЙСТВА В...» (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны». «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.15 «ВОРОВКА». (16+)
09.55 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН

06.05 «БАЗА «КЛЕЙТОН». (16+)
07.40 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)
09.25 «ЦУНАМИ 3D». (16+)
11.00 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)
02.45 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
04.25 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.15 «ГЛАВНЫЙ». (16+)
09.10 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)
11.20 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.45 «ПРИШЕЛЬЦЫ В АМЕРИКЕ». (16+)
03.55 «СПЕЛЕРБАТЯ МАРИО». (18+)
05.50 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)

ДОМ КИНО

05.45 «Плюшевый бум». Мультфильм. (6+)
06.50 «Большое путешествие». Мультфильм. (6+)

РУССКИЙ РОМАН

07.50 «НЕ ОБМАНИ». (16+)
09.25 «ЛЮБОВЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
11.05 «НЕ УХОДИ». (16+)

СИНЕМА

07.05 «ПОБЕГ ИЗ ПРЕТОРИИ». (18+)
08.55 «ЛОВКИЕ РУКИ». (18+)
10.30 «РЕВОЛЬВЕР». (18+)

РОДНОЕ КИНО

03.25 «СВИДЕТЕЛЬСТВО О БЕДНОСТИ». (16+)
04.40 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)

Ретро РЕТРО

06.45 «ИМ БЫЛО ДЕВЯТНАДЦАТЬ». (16+)
08.00 Мультфильм. (6+)
08.35 «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 09.30 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
09.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)

СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ТВ 21

07.00 «МИСТЕР БЛЕЙК К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
09.05 «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЁНОМ РЫЦАРЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 03.25 Понять. Простить. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15, 10.10, 18.30 Дела судебные. Деньги верните! (16+)

ПОБЕДА

04.25 «Путь к Победе». (16+)
05.25 «ТАНКИ». (16+)
07.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Фастфуд. (16+)
Ведущие поделится секретами приготовления домашнего фастфуда.
05.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.10 Званный ужин. (16+)
08.05 Муж напрокат. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00, 04.10 Освобождение: решающие битвы. (12+)
00.40, 04.55 Великие битвы России. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

06.00 Во имя справедливости. (16+)
06.45 Англия Агаты Кристи. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 15.25, 01.10, 05.05 Индокитай. Забытая война. (12+)
06.50, 02.05 Валерий Золотухин. Я никогда ничего не просил. (12+)

**СПОРТ**

**МАТЧ! СТРАНА**  
**06.00** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Женщины 10 км. Трансляция из Кировска. (6+)  
**07.20** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Мужчины 15 км. Трансляция из Кировска. (6+)  
**09.10** Баскетбол. Winline Basket Cup. «Парма» (Россия) - «Мега» (Сербия). (6+)  
**11.00, 13.20, 16.20, 19.25** Новости. (0+)  
**11.05** Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/4 финала. (6+)  
**13.00** «Улыбайтесь!» Специальный репортаж.  
**13.25** «Небесная грация». (6+)  
**13.40, 01.25** «Страна спортивная». (12+)  
**14.00** Лыжная страна. (12+)  
**14.30** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Кировска. (6+)  
**16.00** Специальный репортаж. (12+)  
**16.25** «Человек из футбола». (12+)  
**16.55, 21.55** «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)  
**17.25** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) - «Пари Нижний Новгород». Прямая трансляция  
**19.30** «Вид сверху». (12+)  
**19.55** Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Енисей» (Красноярск). Прямая трансляция  
**22.20** Специальный репортаж. (12+)  
**22.40** Есть тема! (16+)  
**23.55** Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Кировска. (6+)  
**01.40** Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур. Трансляция из Краснодар. (6+)  
**03.35** Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Марафон. Женщины. Трансляция из Увата. (6+)  
**05.30** Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)

**МУЗЫКА**

**МУЗ-ТВ**  
**05.00** Муз'итив. (16+)  
**06.10** У-Дачный чарт. (16+)  
**07.00** #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
**08.10** Топ чарт. (16+)  
**08.40** PRO-новости. (16+)  
**09.00** Топ чарт Европы плюс. (16+)  
**10.00** Плейлист | Весна. (16+)  
**11.00** Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)  
**13.00** Лихие хиты. (16+)  
**14.00** Плейлист | Весна. (16+)  
**15.00** PRO-новости. (16+)  
**15.20** В десятку! (16+)  
**16.00** Народный микрофон. (16+)  
**17.00** Юмор FM чарт. (16+)  
**18.00** PRO-новости. (16+)  
**18.20** Хит-Стories. (16+)  
**18.55** Плейлист | Весна. (16+)  
**19.45** Кто следующий? (16+)  
**20.40** Тайна, покрытая маем. Жизнь и смерть Юры Шатунова. (16+)  
**21.40** PRO-новости. (16+)  
**22.00** Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)  
**00.00** Плейлист | Весна. (16+)  
**01.00** Золотая лихорадка. (16+)  
**03.00** Караокинг. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

**МУЛЬТ**  
**06.00, 12.00, 15.30** Время малышей. (0+)  
**07.00, 14.00** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)  
**07.15, 19.45** «Маша и Медведь». (0+)  
**08.10, 20.40** «Бумажки». (0+)  
**08.30, 21.00, 01.00** «Барбоскины». (0+)  
**09.00** «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
**09.30** «Фиксики». (0+)  
**11.00** «Чик-Чирикино». (0+)  
**12.50** «Жила-была Царевна». (0+)  
**13.15, 14.15, 00.10** «Простоквашино». (0+)  
**15.00** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
**17.00** «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)  
**17.25, 01.30** «Мини-Мишки». (0+)  
**18.30** «Лунтик». (0+)  
**19.00** «Кошечки-собачки». (0+)  
**21.30** «Буба». (6+)  
**22.15** «Юленьки». (0+)  
**22.30** «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
**23.30** «Семь королевств». (0+)  
**02.30** «Бодо Бородо. БОДОпутешествия». (0+)  
**03.00** «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)  
**05.00** «Три кота». (0+)  
**05.30** «Тикабо». (0+)  
**06.00** «Совенок ХопХоп». (0+)  
**06.30** «Турбозавры». (0+)  
**07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)  
**07.15** «Три кота». (0+)  
**09.30** «Играем вместе». (0+)  
**09.35** «Лунтик». (0+)  
**10.35** «Барбоскины». (0+)  
**12.00** «Пластинки». (0+)  
**12.05** «Три кота». (0+)  
**15.30** «Открытия». (0+)  
**15.45** «Приключения Ам Няма». (0+)  
**16.40** «Отель у овечек». (0+)  
**17.15** «Барбоскины». (0+)  
**19.00** «Эмми и Гуру. Уроки природы». (0+)  
**19.05** «Три кота». (0+)  
**21.30** «Барбоскины». (0+)  
**22.45** «Чемпионы». (6+)  
**23.00** «Детский сад для зверят». (6+)  
**23.30** «Царевны». (0+)  
**02.00** «Барбоскины». (0+)  
**04.00** «Жужжалка». (0+)  
**04.05** «Три кота». (0+)  
**05.00** Ранние птицы. «Лунтик». (0+)  
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)  
**07.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
**09.20** Забавные приключения двух друзей, буроого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране.  
**09.05** «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)  
**09.20** «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
**09.35** «Беби Борн». (0+)  
**09.40** «Три кота». (0+)  
**10.45** «Все, что вы хотели знать!» (6+)  
 Хотите знать обо всем на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах.  
 Ведущий программы - невероятно веселый и зажигательный профессор Ипкис! Он прочёл миллион книг, посмотрел сто тысяч фильмов, избородил весь Интернет и теперь знает всё и с радостью готов делиться своими открытиями с маленькими зрителями.  
**11.10** «Диностер». (6+)  
**11.25** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
**11.40** «Буба». (6+)  
**13.15** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
**13.45** «Карбот». (6+)  
**14.20** «Минифорс. Сила динозавров». (6+)  
**14.30** «Навигатор. Новости». (0+)  
**14.40** «Барбоскины». (0+)  
**16.40** «Край Бебис». (0+)  
**16.45** «Ум и Хрум». (0+)  
**17.50** «Барбоскины». (0+)  
**19.00** «Маша и Медведь». (0+)  
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
**21.15** «Ералаш». (6+)  
**22.15** «Инфинити Надо». (6+)  
**22.45** «Фьюжи Макс. Новая эра». (6+)  
 На Землю вторгаются злобные инопланетные аниматоры. Чтобы спасти мир, храбрые трансформеры синботы объединяются с детьми.  
**23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)  
**01.00** «Маша и Медведь». (0+)

**ДЕТСКИЙ МИР**  
**06.00, 12.00, 18.00, 00.00** «Команда Матч». (0+)  
**06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45, 00.20** «Цветняшки». (0+)  
**06.40, 12.40, 18.40** «Тоботы». (6+)  
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)  
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)  
**08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)  
**08.45, 15.25, 20.45** «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)  
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)  
**09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
**10.10, 16.55** «Шушумагия». (0+)  
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)  
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)  
**11.15, 14.45, 23.15** «Патруль Дино». (0+)  
**13.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)  
**21.55** «Бабушкины сказки». (12+)  
**МУЛЬТИЛАНДИЯ**  
**06.00** «Котики, вперед!» (0+)  
**07.30** «Чебурашка». (0+)  
**08.15** «Три кота». (0+)  
**11.30** «Чебурашка». (0+)  
**12.00** «Простоквашино». (0+)  
**16.00** «Три кота». (0+)  
**18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)  
 Дорога в школу - это приключение! По крайней мере, для лучших друзей Нэйта и Малики, с которыми каждый день происходит что-то фантастическое, захватывающее и веселое. Каждый день их ждут по пути из дома невероятные сюрпризы и испытания, вплоть до спасения мира, но самая сложная миссия - успеть на урок вовремя...  
**20.00** «Приключения Пети и Волка». (6+)  
**22.00** «Чемпионы». (6+)  
**22.30** «Три кота». (0+)  
**00.00** «Бодо Бородо». (6+)  
**02.00** «Крутиксы». (6+)  
**03.45** «Простоквашино». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**СПАС**  
**05.00** Апокалипсис. Глава 9. (16+)  
**06.00, 08.30** Утро на СПАСЕ. (0+)  
**11.00** Птичка. 1 серия. (0+)  
**12.05** День Патриарха. (0+)  
**12.15** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопере-водом). (12+)  
**13.15, 13.45, 14.15** Монастырская кухня. (0+)  
**14.45** «МОРЕ СТУДЕНОЕ». (0+)  
**16.40** «В ТВОИХ РУКАХ ЖИЗНЬ». (0+)  
**18.30** Вечер на СПАСЕ (с сурдопере-водом). (0+)  
**19.30** «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 7 серия. (0+)  
**20.15** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопере-водом). (12+)  
**20.55** Поле битвы. (16+)  
**21.30** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)  
**22.45** Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)  
**23.55** День Патриарха. (0+)  
**00.05** Птичка. 2 серия. (0+)  
**01.00, 01.45** Апокалипсис. Главы 5-6. (16+)  
**02.40** Неизвестная Европа: Людвиг Второй: безумие или стремление к святости? (0+)  
**03.05** Поле битвы. (16+)  
**03.35** Простые чудеса. (12+)  
**04.25** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопере-водом). (12+)

**Православный календарь**

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



Прав. Софии, кн. Слуцкой. Прп. Симео-на Псково-Печерского. Мч. Панхария. Прп. Вассы Псково-Печерской. Прп. Иннокентия Комельского, Вологодского. Прп. Симеона Дайбабского (Серб.). Исп. Иоанна. Прмц. Матроны. Икон Божией Матери, именуемой «Умилиение», Смоленской и Ростовской.

Постный день.

«...Ничто так не уподобляет нас Богу, как то, когда мы прощаем людей злых, которые обижают нас».

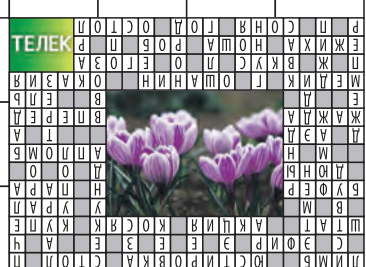
Свт. Иоанн Златоуст

Край видимого диска Луны	Оскар-носный Клинт ...	Сражался с Джокером	Точная регулировка	Период в геологии или горы Франции	Станция, обогревающая город	Брус для крепления паруса	Текущий - XXI	Мебель, покрытая клеенкой	"Кусочек" минуты	Юная муза Петрарки	Насекомое - спец по нектару
"Губерния" в США	Техника рисования копытю свечи	То, чем бьют склянки	Воздушный океан" для радистов	Бумага на долю фирмы	Летающая клином стая	Железнодорожный аналог каюты	"Тент" над макушкой парашютиста	Как горы, так и грузовик	Самостоятельность, бьющая ключом	Процент от сербского динара	Ведро из дерева
Функция бампера авто	Гряды из песка	Имя актера Мерфи	Импорт как процесс	Сериял "Гардема-рины, ...!"	Кусок материи на костюм	Голубые деревья	Вор из скороговорки	Любимое дерево чижа	Массовая покупка		
Трико-тажная кофта без пуговиц	Древне-греческий певец	Желание воды напиться	Американский внедорожник	Хлебный напиток	Кочевник под началом Аттилы	Из чего сделан "творог" тофу?	"Эх, дороги" (автор слов)	Пастор, знакомый Штирлица	Север-по-яхт-менски	Синь над нами	Удачно подвернувшийся случай
Студент в белом халате	Поклажа, выюк	"В день на ... не наешься"	Погоняющий лаек шест каюра	Мальш-живчик	Массовая покупка						

**Славянка ТУРЫ ПО РОССИИ** 33 года на рынке российского туризма

<b>28-29.03</b> «В УСАДЬБУ БРИЛЛИАНТОВОГО КНЯЗЯ»: ТВЕРЬ - СТЕПАНОВСКОЕ-ВОЛОСОВО	<b>26.04</b> САВВИНСКОЕ ПОДВОРЬЕ В МОСКВЕ	
<b>01-03.05</b> ДРЕВНИЙ КИРЖАЧ И ОКРЕСТНОСТИ		
<b>28.03</b> МОСКОВСКИЕ ШЕДЕВРЫ: ТЕАТР РОССИЙСКОЙ АРМИИ	<b>11.05</b> МУЗЕЙ ФЁДОРА КОНЮХОВА	
<b>04.04</b> МУЗЕЙ-УСАДЬБА «АРХАНГЕЛЬСКОЕ»	<b>14-16.05</b> «ВЕТКА СИРЕНИ»: ТАМБОВ - МИЧУРИНСК - ИВАНОВКА С. РАХМАНИНОВА	
<b>05.04</b> РЕЗИДЕНЦИЯ ЭМАЛЬЕРНОГО ИСКУССТВА	<b>15-17.05</b> СМОЛЕНСК - ВЯЗЬМА - ТАЛАШКИНО	
<b>17-18.04</b> С.-ПЕТЕРБУРГ: АЛЕКСЕЕВСКИЙ ДВОРЕЦ - ЮБИЛЕЙНАЯ ВЫСТАВКА «АЛЕКСАНДР III» - ОСОБНЯК РУМЯНЦЕВА - ОСОБНЯК КОЧНЕВОЙ	<b>17-19.05</b> КАЗАНЬ - БОЛГАР - СВЯЖСК	
<b>18-19.04</b> КОЛОМНА - ЗАРАЙСК - ДАРОВОЕ	<b>20-24.05</b> ВСЕ ИМПЕРАТОРСКИЕ ПРИГОРОДЫ	
<b>18.04</b> КЛИН П.И. ЧАЙКОВСКОГО	<b>22-24.05</b> ВЫБОРГ - ПАРК «МОНРЕПО»	
<b>25.04</b> ИСТРА: ВЫСТАВКА А. САВРАСОВА + ЛАКОВЫЕ МИНИАТЮРЫ (ФЕДОСКИНО, МСТЕРА, ХОЛУЙ, ПАЛЕХ)	<b>23-24.05</b> КИНЕШМА - ЮРЬЕВЕЦ - ЩЕЛЬКОВО	
	<b>29-31.05</b> ТОРЖОК - ОСТАШКОВ - СЕЛИГЕР	
	<b>30-31.05</b> НЕОТРАЖИМАЯ ЙОШКАР-ОЛА	
	<b>09-15.06</b> ВОЛОГДА И ОКРЕСТНОСТИ - ТОТЬМА - ВЕЛИКИЙ УСТЮГ - СОЛЬВЫЧЕГОДСК	
	<b>12-14.06</b> ЧЕРЕПЕВЕЦ - БЕЛОЗЕРСК - УСТЮЖНА	

Наш адрес в интернете: [www.slavianka.ru](http://www.slavianka.ru). 8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68  
 Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039



ПЕРВЫЙ



00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

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

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
07.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
08.25 Ваше здоровье! (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.05 «СВОИ-5». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 День ангела. (6+)
00.55 «СВОИ-5». (16+)
01.40 «СВОИ-7». (16+)
02.25 «СЛЕД». (16+)

РОССИЯ 1



14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
Соседка обнаруживает труп Людмилы Сорокиной. Квартира её затоплена, но при этом кран закрыт. На шее у убитой следы удушения. Под подозрением оказываются сноха убитой, которая могла похитить дорожное антикварное кольцо.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «АЛЛА-ТАКСИ». (12+)
Алла возвращается после смены домой и обнаруживает там Митю, маленького сына Проскурина, которого на время привезла его бывшая жена. Отец, несмотря на костыли, играет с мальчиком в футбол. Но его соседи Черепановы решают, что он жесток с ребёнком, и вызывают опеку.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «КУЛАГИНЫ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.20 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «Тайны военной разведки». (16+)
11.55 13.25 «ПРОЕКТ «АЛЬФА»». (12+)
14.20 15.05 17.15 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам»
20.10 «Код доступа». (12+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «Цитадель». (12+)
00.25 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНСОНА КРУЗО». (12+)

ТВЦ



08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-4». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ-4». (16+)
10.35 «Актерские драмы. Вон из искусства!» (16+)
11.30 События
11.50 02.50 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ПОСЛЕДНЯЯ ПЕСНЯ». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «КОЧЕВНИЦА: СТРАСТИ ПО ЛЕВИТАНУ». (16+)
Россия, 2024 г. Детектив.
16.55 «Як Йоала. Горькая лаванда». (16+)
17.50 События
18.10 «МОИ ЗВЕРИ-4». (16+)
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Легенды эстрады. Не по специальности». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «90-е. Генералы». (16+)
01.30 «Следствие ведёт КГБ. Привет из Непала». (16+)
02.10 «Русские тайны. Смерть Сталина». (16+)
04.20 «Актерские драмы. Любимые, но непутёвые». (16+)
05.00 «Мой герой». (12+)
05.35 «Москва резиновая». (16+)

ОТР

- 06.00 11.45 «На приеме у главного врача». (12+)
06.50 00.45 «Очевидно. Вероятно». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
11.00 00.00 05.10 «Наследие Шекспира». (16+)
15.15 «МИМИНО». (16+)
16.45 «Нескучное дело». (12+)
17.00 Родительское собрание
17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
20.45 «НЕ ГОРИЮ!» (16+)
22.20 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)
01.25 Специальный репортаж. (12+)
01.40 Отражение. Итоги. (12+)
02.10 «Большая страна». (12+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

- 04.55 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Человек в бинтах, наделённый невероятной силой, убивает профессора биологии Германа Щеглова. Девушка, утверждающая, что она дочь профессора, навязывает свою помощь оперативникам, но ее интересует лишь жёлтый саквояж, который был при Германе.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
Жук и Чагин находят родителей Макса и выясняют, что он прячется на даче своей девушки Лизы, но Глеб опережает полицию. В попытке сбежать Макс выбегает на трассу и погибает. Жук и Чагин преследуют Глеба. Тот ранит Жука и скрывается.
22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА: БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «Поздняков». (16+)
00.55 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 16.00 16.25 17.00 17.30 18.00 18.15 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 01.00 «Новости». (16+)
10.20 «Атмосфера». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.10 16.10 17.10 18.10 «Деньги 24»
11.50 17.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 18.50 21.50 «Москва - столица спорта»
13.40 «Техно». (12+)
14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
15.25 19.25 «Вопрос спортивный». (12+)
16.30 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослесторий». (12+)

РОССИЯ К



20.05 Открытая книга

- 06.30 Диалоги о животных
07.20 Театральная летопись
07.45 18.35 «Тайны карнакских мегалитов»
08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.15 «XX век»
«Концерт Джаз-оркестра под управлением Олега Лундстрема в Доме кино»
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.00 «Жизнь замечательных идей»
13.30 22.15 «ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»
15.00 «Век детской книги». «40-е годы»
15.30 Кристальные истории
15.45 «2 Верник 2»
16.30 «Пряничный домик» Смоленск - один из старинных городов России, ставший центром притяжения мастеров.
17.15 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку». Рахманиновские дни
18.15 Семидесятые
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 «Вокзал для двоих». Отвали! Он для меня играет!»
21.35 Энигма
00.15 «Аббатство Ключи: Второй Рим»
02.30 «Роман в камне»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание, еда!»
08.05 «Сделано в России». (12+)
08.35 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.50 16.30 «За МКАДром»
10.35 «Семейный маршрут»
11.20 11.35 14.20 «Весна в Подмосковье». (12+)
13.20 «Гостеприимство». (12+)
16.05 «Большое кино». (16+)
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «Рекопись Подмосковья»
19.05 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Спецрепортаж». (16+)
21.45 «Закрытый архив». (16+)
22.15 «Шестое чувство». (16+)
23.10 «Джентльмены предпочитают...» (16+)

СТС



06.00 «100 мест, где поесть». (16+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
06.55 ПроСТО кухня. (12+)
07.55 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА». (6+)
10.05 «ПЛАКСА-2». (16+)
15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)
16.50 «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
19.30 ПРЕМЬЕРА! «КАК ДЕРЕВЯНКО ЧЕХОВА ИГРАЛ». (16+)
Тимофей и Алиса забирают в квартиру Ольги, чтобы выкрасть согласие. Юля пытается убедить Маргариту Васильевну пойти на спектакль Антоны...
21.00 «МАСТЕР». (16+)
Великобритания - США, 2025 г. Триллер.
В ролях: Джейсон Стэйтем, Дэвид Харбор, Майкл Пенья, Джейсон Флеминг, Ив Мауро, Чиди Аджуфо. Бывший морской пехотинец Левон Кейд, потеряв жену, решил уйти в отставку и жить обычной жизнью, чтобы быть хорошим отцом для своей дочери. Он устроился на работу простым рабочим и подружился с хозяином стройки Джо Гарсия и его семьёй.
23.20 «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)
01.30 «СТУКАЧ». (18+)
03.10 «МОЙ ДРУГ МИСТЕР ПЕРСИВАЛЬ». (6+)
04.40 Уральские пельмени. (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.55 08.55 11.55 16.50 01.25 «Новости дня». (16+)
06.45 «Моя Москва». (12+)
06.55 «Юмор на все времена». (16+)
07.40 11.25 15.35 23.15 Звёзды советского экрана. (16+)
08.05 16.00 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
09.00 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (16+)
10.30 Мой район. (12+)
12.00 23.45 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
16.55 «ЛЁГКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
18.35 «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА». (16+)
20.00 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ЧЁРНОЙ «ВОЛГИ». (16+)
21.45 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоаппонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p><b>КАК УСТРОЕН МИР</b></p> <p>09.00 «Как устроен мир». (16+)</p> <p>05.00 18.00 01.10 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)</p> <p>20.30 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)</p> <p>США, 2007 г. Вестерн. В ролях: Рассел Кроу, Кристиан Бэйл, Логан Лерман. Самый отчаянный бандит Дикого Запада Бэн Уэйд арестован...</p> <p>23.25 «21 МОСТ». (18+)</p>	<p><b>САШАТАНЯ</b></p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)</p> <p>19.00 «БОЛЬШОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p> <p>21.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.30 «СОБИРАТЕЛЬ ДУШ». (18+)</p> <p>Канада, США, 2023 г. Триллер. В ролях: Майка Монро, Блэр Андервуд, Николас Кейдж. 1990-е годы, штат Орегон. Агент ФБР Ли Харкер, обладающая чем-то вроде дара ясновидения, начинает заниматься глухим делом без единой зацепки. Десятилетиями в штате происходят похожие трагедии: внезапно отец семейства жестоко убивает родных, потом себя...</p> <p>01.30 «ДВА, ТРИ, ДЕМОН, ПРИДИ!». (18+)</p> <p>03.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)</p> <p>05.50 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	<p><b>ГАДАЛКА</b></p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>09.00 «Слепая». (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>15.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.00 «ЗОВ РУСАЛКИ». (16+)</p> <p>У Парфеновой погибает дочь Лиза. Оказывается, сын Шевляковой был ее хорошим другом и тяжело переживает потерю Лизы, он винит себя в ее смерти. Измайлов не замечает проблемы сына, так как занят решением своих.</p> <p>20.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>Агапов приходит в себя в компании Тощего и его поделщика Тимура. Возвращать карточный долг он по-прежнему отказывается и признается, что работает в милиции.</p> <p>23.15 «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ». (18+)</p> <p>01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p>	<p><b>СОЛДАТЫ-8</b></p> <p>16.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)</p> <p>06.20 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 «СОЛДАТЫ-7». (16+)</p> <p>16.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)</p> <p>Россия, 2004-2013 гг. Комедийный сериал. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева, Борис Щербаков, Роман Мадянов, Павел Кассинский, Максим Коновалов, Юрий Сафаров. Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни: о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.</p> <p>18.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>19.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>03.15 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.40 Дорожные драмы. (16+)</p>	<p><b>ВИД С ВЕРХУ</b></p> <p>14.25 «Вид сверху». (12+)</p> <p>06.00 «Культовые». (12+)</p> <p>06.30 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)</p> <p>07.00, 09.00, 12.55, 15.25, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 11.35, 17.45, 22.00 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05, 12.35, 03.40 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.25, 01.00 «Эволюция спорта». (12+)</p> <p>10.30 Смешанные единоборства. ONE FC. (16+)</p> <p>13.00 Есть тема! Пр.тр.</p> <p>14.25 «Вид сверху». (12+)</p> <p>14.55 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)</p> <p>15.30 «Пеле. Король футбола». (12+)</p> <p>16.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>23.00 Профессиональный бокс. Бой за титул чемпиона мира. (16+)</p> <p>00.00 «Роджер Федерер. Путь чемпиона». (12+)</p> <p>02.00 Лыжные гонки. (6+)</p>	<p><b>ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ</b></p> <p>14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.25 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.25 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>19.00 «КРАСОТА В ТВОИХ ГЛАЗАХ». (16+)</p> <p>23.00 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.05 «Порча». (16+)</p> <p>01.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.25 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.15 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p>

## ЗДОРОВЫЕ СУСТАВЫ

**БОЛЬНОЙ СУСТАВ**



- Скованность
- Неприятные ощущения
- Развитие заболеваний
- Невозможность активности

Структура хрящевой ткани, связок и суставных поверхностей подвержена дегенеративным изменениям, вызванным травмами или естественным возрастным износом. В результате возникают воспаления, болезненные ощущения и ограничение подвижности. Боль в суставах и снижение двигательной активности, склонны к прогрессирующему течению и нередко приводят к инвалидности. Артрит, артроз, грыжи, ревматизм и другие неприятные болезни могут превратить нормальную жизнь в сущий кошмар, если вовремя не предотвратить их развитие.

## НЕЗАМЕНИМЫЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ СОХРАНИТЬ АКТИВНОСТЬ И ЛЕГКОСТЬ ДВИЖЕНИЙ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

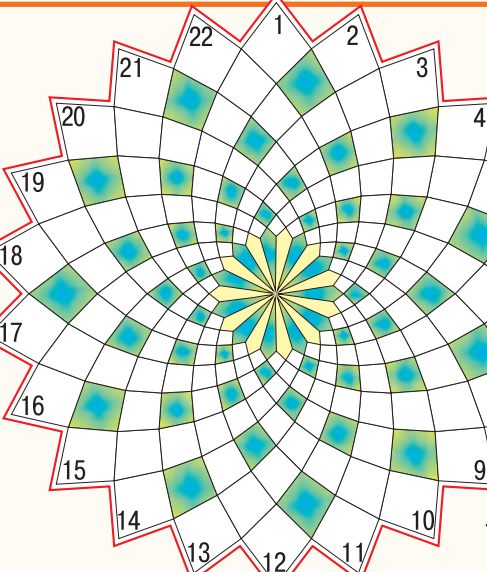
Изотонический концентрат **CHS4.6 («СиАшэС4.6»)** на основе нативного комплекса клеточного цитозоля растительного происхождения обогащен природными компонентами и помогает бороться с причинами и симптомами дегенеративно-дистрофических изменений в структуре суставной сумки. Этот препарат улучшает свойства суставной жидкости, обеспечивает необходимое питание сустава, что способствует уменьшению воспаления и облегчению боли. При применении уходят отеки и уменьшается припухлость в суставах, улучшается их подвижность.

**ПОЛНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТЕ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 333-47-79, 8 (495) 966-20-67**

**ЗДОРОВЫЙ СУСТАВ**



- Свобода движений
- Отсутствие болей
- Достижения в спорте
- Активная жизнь



### ЦВЕТОК

1. Что требует от ноты бемоль?
2. «Рекордсмен» по росту в классе.
3. Перстень либо серьги.
4. Нависшая угроза.
5. Солнечное ... в верхней части живота.
6. Ломкость тонкого стекла.
7. Плексиглас по-нашему.
8. Старинный коммерсант.
9. Битва за кубок.
10. Дама, склонная к кокетству через край.
11. Список на получение премии, зарплат.
12. «Огненный букет»

на праздник. **13.** Чувство сильной вражды, злобы, неприязнь в особо крупных размерах. **14.** Алёз по-другому. **15.** Часть русла, где бурлит река. **16.** Перерыв на обед у грудного ребенка. **17.** Краткое народное изречение с назидательным содержанием, народный афоризм. **18.** Тест на похожесть. **19.** Автор, пишущий для театра. **20.** Полное содержание, обеспечивающее средствами к существованию. **21.** Восстановление важных функций. **22.** Мягкий сыр из Италии, широко используется в пицце.

### ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

## КВАРТИРА-КОРМИЛИЦА

Рента в Москве - «СОЛНЦЕ В РУКАХ»

**ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ:**

- ✓ до 6 000 000 руб. в день заключения договора
- ✓ до 60 000 руб. ежемесячно, пожизненно
- ✓ Оплата всех коммунальных платежей
- ✓ Пожизненное проживание в своей квартире

**8 (495) 544-73-22**  
**8 (925) 051-94-32**  
м. Китай-Город

## КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

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

## TV1000 VIJU TV1000

- 05.55** «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)  
**07.25** «ВАСАБИ». (16+)  
**09.05, 10.50** «УБИЙСТВА В...». (16+)  
**12.40** «ВАВИЛОН Н.Э.». (16+)  
**14.30** «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)  
**17.00** «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)  
**18.10** «ПРИШЕЛЦЫ». (16+)  
**20.10** «ПРИШЕЛЦЫ 2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+)  
**22.30, 00.15** «УБИЙСТВА В...». (16+)  
**01.55** «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)  
**02.55** «КАТАСТРОФА». (16+)  
**04.25** «РУБЕЖ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)

## TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30** «Царевны». «Простоквашино». «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)  
**08.10** «Два хвоста». Мультфильм. (6+)  
**09.25** «ДУХLESS». (16+)  
**11.10** «ДУХLESS 2». (16+)  
**13.05** «БРАТ». (16+)  
**14.55** «БРАТ 2». (16+)  
**17.15, 18.05** «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)  
**19.00** «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)  
**20.45** «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)  
**23.10, 00.05** «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)  
**01.00** «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)  
**02.35** «СВОЛОЧИ». (16+)  
**04.10** «Конек-Горбунок». Мультфильм. (6+)

## TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН

- 05.15** «САМЫЙ ПЬЯНЫЙ ОКРУГ В МИРЕ». (16+)  
**07.10** «БАНДА КЕЛЛИ». (16+)  
**09.00** «МИДУЭЙ». (16+)  
**11.25** «Ю-571». (16+)  
**13.25** «К-19». (16+)  
**15.50** «ВОЗДУШНЫЙ БОЙ». (16+)  
**17.15** «НА ГРАНИ». (16+)  
**19.00** «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)  
Острозажетный триллер, США, Германия, 1998 г.  
**21.25** «22 МИЛИ». (16+)  
Боевик, США, Китай, Колумбия, 2018 г.  
**23.00** «УБИЙЦА 2. ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)  
Боевик, США, Мексика, 2018 г.  
**01.05** «ОХОТА НА КОРОЛЯ». (18+)  
**02.25** «ОН - ЭТО ПУЛЯ». (18+)  
**04.15** «ПСЫ ВОЙНЫ». (18+)

## ИЛЛЮЗИОН+

- 01.45** «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)  
**03.10** «БОГИ ЕГИПТА». (16+)  
**05.05** «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)  
**07.00** «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)  
**08.25** «ПАРАНОИЯ». (16+)  
**10.05** «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)  
**12.00** «МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА». (16+)  
**13.30** «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)  
**15.35** «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)  
**17.10** «ПРОРОК». (16+)  
**18.40** «РУКИ ПРОЧЬ!» (16+)  
**20.30** «РОБОПЁС». (12+)  
**21.50** «СПЕНСЕР». (16+)  
Драма, мелодрама, биография, Великобритания, 2021 г.  
**23.35** «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.15** «ПЕТРОПОЛИС». (16+)  
**08.15** «ДЖУНГЛИ». (16+)  
**09.45** «МОЯ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)  
**11.40** «ПРЕДАННЫЙ». (16+)  
**13.30** «РАЙЦЕНТР». (16+)  
**15.15** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)  
**17.05** «РОВЕСНИКИ». (16+)  
**18.50** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)  
**21.00** «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)  
Комедия, мелодрама, музыкальный, Россия, 2018 г.  
**22.55** «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)  
Комедия, мелодрама, фантастика, Россия, 2019 г.  
**00.30** «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)  
**02.25** «ПЕТРОПОЛИС». (16+)  
**04.20** «ОДИННАДЦАТЬ МОЛЧАЛИВЫХ МУЖЧИН». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

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

## ДОМ КИНО

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

## РУССКИЙ РОМАН

- 07.15** «ОДИНОЧКА». (16+)  
**09.10** «МЕЧТАТЬ НЕ ВРЕДНО». (16+)  
**10.50** «СИНЕЕ ОЗЕРО». (16+)  
**14.25** «ГЕНЕРАЛЬСКАЯ СНОХА». (16+)  
**17.45** «ОАЗИС ЛЮБВИ». (16+)  
2012 г. В ролях: Алена Хмельницкая, Дарья Бондаренко, Олег Алмазов  
**19.30** «ГРАЖДАНСКАЯ ЖЕНА». (16+)  
2018 г. В ролях: Пелагея Невзорова, Евгений Славский, Денис Васильев  
**22.50** «ТАРИО «СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ». (16+)  
2013 г. В ролях: Алексей Анищенко, Мария Андреева, Кирилл Жандаров  
**00.30** «ЖЕНИХ ДЛЯ ДУРОЧКИ». (16+)  
**03.35** «ГЕНЕРАЛЬСКАЯ СНОХА». (16+)

## СИНЕМА

- 06.35** «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (18+)  
**08.25** «УЦЕЛЕВШИЙ». (18+)  
**10.30** «ОШИБКА ВРЕМЕНИ». (18+)  
**12.15** «КОДЕКС КИЛЛЕРА». (18+)  
**14.00** «НАЕМНИК». (18+)  
**15.45** «57 СЕКУНД». (18+)  
**17.20** «ПОХИЩЕНИЕ». (18+)  
США, 2017 г.  
**18.55** «ЗАЩИТНИК». (18+)  
США, 2012 г.  
**20.25** «ОХРАННИК». (18+)  
США, 2017 г.  
**22.00** «КРОВАВАЯ МЕСТЬ». (18+)  
Великобритания, США, 2014 г.  
**23.50** «ЛЕОН». (18+)  
**02.00** «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)  
**03.50** «ПОМПЕИ». (16+)  
**05.25** «ГАМБИТ». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

- 00.50** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)  
**01.55** «ЛИНИЯ СМЕРТИ». (16+)  
**03.45** «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
**05.15** «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)  
**06.55, 07.50, 08.45** «КОМИСАР РЕК». (16+)  
**09.40, 10.35, 11.30, 12.25** «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)  
**13.25** «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)  
**15.15** «ЗОЛОТОЕ ДНО». (12+)  
**17.05, 18.05** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 4: АРЕСТАНТ». (16+)  
**19.00** «БЛЕФ». (16+)  
**21.05, 22.05, 23.05** «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)

## РЕТРО

- 06.05** «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНО-ГО РОЗЫСКА». (16+)  
**07.35, 11.50, 23.40, 03.55** Мультфильмы. (6+, 16+)  
**08.35** «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЧЕКИ». (16+)  
**10.15** «ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО». (16+)  
**12.40** «ДЕЖА ВЮ». (16+)  
**14.35** «КАК ПОССОРИЛСЯ ИВАН ИВАНОВИЧ С ИВАННОМ НИКИФОРОВИЧЕМ». (16+)  
**15.50, 22.00** «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ». (16+)  
**17.35, 23.55** «ОДЕССКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)  
**19.00** «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)  
**20.35** «БОЛЬШОЙ ТРАМ-ПЛИН». (16+)  
**01.15** «ИМ БЫЛО ДЕВЯТНАДЦАТЬ». (16+)  
**02.30** «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)  
**04.50** «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (16+)

## СУББОТА!

- 05.00, 13.40** «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)  
**13.20** «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)  
**15.00, 17.00** Новые Четыре свадьбы. (16+)  
**19.00** Четыре жены. (16+)  
**21.30** Богиня свиданий. (16+)  
**22.50** Богиня сыска. (16+)  
**00.10** «КЛОН». (16+)  
**01.00** Суббота News 2026. (16+)  
**01.10** «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)  
**02.10, 02.50** «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)  
Сериал. Драма, мелодрама, Турция, 2019 г.  
**03.30, 04.10** «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
**04.45** «Фиксики». Мультсериал. (0+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00** «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)  
**10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00** «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-8». (16+)  
**12.00, 20.00, 04.00** «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)  
**13.00, 21.00** «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)  
**14.00, 22.00, 06.00** «АЛИБИ». (18+)  
**15.00, 23.00, 07.00** «УКРАСТЬ У...». (18+)  
**01.00** «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)  
**03.00** «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-9». (16+)  
**05.00** «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Анастасия Сорокина, Владимир Курцба

## CTC LOVE

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

## ТВ 21

- 07.00** «МАТЧ ПОИНТ». (18+)  
**09.15** «ПРИЗРАК». (16+)  
**11.20** «Я ХУДЕЮ». (16+)  
**13.10** «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (18+)  
**14.55** «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
**16.40** «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)  
**18.25** «ВОЛК СУОЛЛ-СТРИТ». (18+)  
**21.20** «ОСНОВНОЙ ИНСТИКТ». (18+)  
Франция, США, Великобритания, 1992 г.  
**23.30** «КРОВЬ ЗА КРОВЬ». (18+)  
Австралия, 2023 г.  
**01.20** «ФЛАЙ: ТАНЕЦ СВОБОДЫ». (16+)  
**03.00** «АНАТОМИЯ ПАДЕНИЯ». (16+)  
**05.30** «О ЧЕМ ГОВОРЯТ НЕЗНАКОМЦЫ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

- 05.00, 03.25** Понять. Простить. (16+)  
**06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00** Вместе каждый день  
**06.15, 07.50, 09.05, 10.10, 11.05, 12.00, 14.10, 15.05, 18.40** Дела судебные. (16+)  
**13.15** Мировое соглашение. (16+)  
**16.15** Обману. Нет. (16+)  
**16.35** Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
**18.10** По-братски. К Дню единения Беларуси и России. (12+)  
**20.25** Миллион за 5 минут. Дети. (6+)  
**21.10** Миллион за 5 минут. (16+)  
**21.50** Игра в кино. Битва блогеров. (16+)  
**22.35** Игра в кино. (16+)  
**23.20** Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)  
**00.05** Наше кино. История большой любви. (16+)  
**00.55** Первый Евразийский канал. (12+)  
**02.05** «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (16+)

## ПОБЕДА

- 03.45** «Путь к Победе». (16+)  
**04.45** «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)  
**07.10** «МИРНЫЙ АТОМ». (16+)  
**11.10** «БЛИЗНЕЦ». (16+)  
**15.00, 19.00** «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)  
**23.00** «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)  
К 20 годам у него есть все, о чем можно мечтать: талант, слава, любовь. Эдуард Стрельцов - восходящая звезда советского футбола и кумир миллионов. Вся страна ждет от него победных голов на Чемпионате мира в Швеции. Эдик Стрельцов должен бросить вызов самому Пеле... Но за два дня до отъезда в жизни футболиста происходит катастрофа. Его судьба сломана, дорога в футбол, кажется, отрезана навсегда... Чтобы вернуться и стать чемпионом, Стрельцову придется совершить невозможное.  
**00.45** «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)  
**02.35** «ТРЕНЕР». (16+)

## ПЯТНИЦА

- 05.00** Секреты на кухне. Готовит Юлия Савичева. (16+)  
**05.50** Пятница News. (16+)  
**06.20** Гастроут. Нижний Новгород. (16+)  
**07.00** Битва шефов. (16+)  
**09.10** Молодые ножи. Любимые блюда первых лиц. (16+)  
**10.30** Адский шеф. (16+)  
**13.40** Новые Четыре свадьбы. (16+)  
**16.20** Новые Четыре свадьбы. Свадьба в стиле киносемки vs Свадьба в культурно-эстетическом стиле. (16+)  
**19.00** Новые Пацанки. (16+)  
**22.00** Умнее всех. (6+)  
**23.30** Выживальщи. Миссия Альфа. (16+)  
**02.10** Пятница News. (16+)  
**02.40** Чёрный список. Повара на дому. (16+)  
**03.20** Чёрный список. Специалисты по ремонту кухонной техники. (16+)  
**04.00** Секреты на кухне. Готовит Светлана Пермякова. (16+)  
**04.30** Пятница News. (16+)

## Ю

- 05.00** Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)  
**06.10** Званный ужин. (16+)  
**08.05** Муж напрокат. (16+)  
**10.05** Моя свекровь - монстр. (16+)  
**12.10** Супермама. (16+)  
Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей и завоевать главный титул!  
**14.15** Моя свекровь - монстр. (16+)  
**16.35, 18.00** Ждули. (16+)  
Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы. Вы увидите судьбы женщин, которые решили связать свою жизнь с заключенными и ждут их возвращения из тюрьмы.  
**21.00** Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
**00.00** Измены (субтитры). (18+)  
**01.45** Неотложка. (16+)  
**03.25** Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## HISTORY VIJU HISTORY

- 06.00** Военные заводы. (12+)  
**06.50** Путеводитель Путифара. (16+)  
**07.45** 100 чудес света. (16+)  
**08.40** Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)  
**09.40** Магнат: как разбогател Аристотель Онасис. (16+)  
**10.40, 11.35** Внутри пирамид. (12+)  
**12.35, 13.00** Охотники за утраченным искусством. (16+)  
**13.25, 13.50** Родовые проклятия. (16+)  
**14.15** Последняя тайна Мэрилин. (12+)  
**15.15** Сканируй прошлое: По следам январского приюта. (16+)  
**16.10** Путеводитель Путифара: Санкт-Петербург: восточный государь. (16+)  
**17.10** 100 чудес света. (16+)  
**18.10, 19.05** Досье Тутанхамона. (16+)  
**20.00, 20.25** Охотники за утраченным искусством. (16+)  
**20.50** Родовые проклятия: Проклятье ястребов. (16+)  
**21.15** Родовые проклятия: Проклятие Павильона трона. (16+)  
**21.40, 22.35** Военные заводы. (12+)  
**23.20** Последняя тайна Мэрилин. (12+)  
**00.20** Сканируй прошлое. (16+)  
**01.10, 02.05** Внутри пирамид. (12+)  
**02.55, 03.15** Охотники за утраченным искусством. (16+)  
**03.40, 04.00** Родовые проклятия. (16+)  
**04.25** 100 чудес света. (16+)  
**05.15** Военные заводы. (12+)

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

- 06.00** Как построить дом. (12+)  
**06.30** Искатели приключений. (16+)  
**06.55** Старые дачи. (12+)  
**07.20** Крымские дачи. (16+)  
**07.45** Муж на час. (12+)  
**08.15, 20.30** Возрождение сада. (12+)  
**08.45** Ваш агроном. (12+)  
**09.00** Прогулка по саду. (12+)  
**09.25** Цветники. (12+)  
**10.00, 10.15, 12.55, 13.10, 17.00, 17.15** Постное меню. (12+)  
**10.30** Большие тени - ярче листья. (12+)  
**11.05** Садовые загадки. (12+)  
**11.30** Переделки на участке. (12+)  
**12.05, 01.45** Огород с блоками-Мечталыным. (12+)  
**13.30** Гордость России. (6+)  
**14.00, 21.00** Стройплощадка. (12+)  
**14.30, 18.00, 00.50** Дачные радости. (12+)  
**14.55, 23.00** Сад-шедевр. (12+)  
**15.25, 23.30** Огород от-кутур. (12+)  
**16.00, 16.20** Секреты садоводства с Мариной Рыкаловой. (12+)  
**16.35, 16.45, 00.00, 00.10** Садовый доктор. (12+)  
**17.30** Сокровища усадеб. (16+)  
**18.30** Сад в радость. (12+)  
**19.00** Субботник. (12+)  
**19.30, 19.45** Секреты травоведа. (12+)  
**20.00** Дачные радости. Спецвыпуск. (12+)  
**20.20** Правила огородника. (12+)  
**21.30, 22.00** Правила стройки. (12+)  
**22.30, 22.45** Весенние квадраты. (12+)  
**00.25** Умная стройка. (16+)  
**01.20** Все расстётся

**СПОРТ**

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Лыжная страна. (12+)
  - 06.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Кировска. (6+)
  - 07.15 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Кировска. (6+)
  - 08.00 «Небесная грация». (6+)
  - 08.20, 15.15, 22.00 «Страна спортивная». (12+)
  - 08.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) – «Пари Нижний Новгород». (6+)
  - 10.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
  - 11.00, 13.20, 16.20 Новости. (0+)
  - 11.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА – «Енисей» (Красноярск). (6+)
  - 12.55 «Вид сверху». (12+)
  - 13.25, 02.00 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Парма» (Россия) – «Мега» (Сербия). (6+)
  - 15.35 Сюрплас. (12+)
  - 16.00 Специальный репортаж. (12+)
  - 16.25 «Династия. Карасёвы». (12+)
  - 16.55 «Вид сверху». (12+)
  - 17.25 «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
  - 17.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Автодор» (Саратов) – «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
  - 19.55 Специальный репортаж. (12+)
  - 20.10 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/4 финала. (6+)
  - 22.20 Специальный репортаж. (12+)
  - 22.40 Есть тема! (16+)
  - 23.55 Профессиональный бокс. PRAVDA Boxing. Георгий Чепочкаев против Фараха Маниролы. Трансляция из Владикавказа. (16+)
  - 03.50 Смешанные единоборства. АСА. Александр Подлесный против Жозиеля Силвы. Трансляция из Белоруссии. (16+)
  - 05.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)

**МУЗЫКА**

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
  - 06.10 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
  - 07.00, 07.30 10 самых! (16+)
  - 08.00 Хиты по-русски. (16+)
  - 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
  - 09.00 Русский чарт. (16+)
  - 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
  - 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
  - 11.30 Звёздный разбор. (16+)
  - 12.00 Хиты по-русски. (16+)
  - 13.00 Ждите ответа. (16+)
  - 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
  - 15.20 В десятку! (16+)
  - 16.00 Love Radio чат. (16+)
  - 17.00 Короли Чартов. (16+)
  - 18.20 Хит-Стория. (16+)
  - 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
  - 19.45 Кто следующий? (16+)
  - 20.30 Тайна, покрытая маем. Жизнь и смерть Юры Шагунова. (16+)
  - 21.05 От андерграунда до «Оскара». 40 лет Леги Гаге. (16+)
  - 22.00 Прогноз по году. (16+)
  - 23.00 Фан-зона. (16+)
  - 00.00 Плейлист | Весна. (16+)
  - 01.00 Хиты по-русски. (16+)
  - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 15.30 Время малышей. (0+)
  - 07.00, 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
  - 07.15, 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
  - 08.10, 20.40 «Бумажки». (0+)
  - 08.30, 21.00, 01.00 «Барбоскины». (0+)
  - 09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
  - 09.30, 22.30 «Фиксики». (0+)
  - 11.00 «Чик-Чирикино». (0+)
  - 12.50 «Жила-была Царевна». (0+)
  - 13.15, 14.15, 00.10 «Простоквашино». (0+)
  - 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
  - 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
  - 17.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
  - 18.30 «Лунтик». (0+)
  - 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
  - 21.30 «Буба». (6+)
  - 22.15 «Юленьки». (0+)
  - 23.30 «Семь королевств». (0+)
  - 01.30 «Мини-Мишки». (0+)
  - 02.30 «Бодо Боро. БОДОпутешествия». (0+)
  - 03.00 «Маша и Медведь», «Машинки страшилки», «Машинки сказки». (0+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00 «Котики, вперед!» (0+)
  - 07.30 «Чебурашка». (0+)
  - Новые захватывающие приключения любимых героев.
  - 08.15 «Три кота». (0+)
  - 11.30 «Чебурашка». (0+)
  - 12.00 «Простоквашино». (0+)
  - 16.00 «Три кота». (0+)
  - 18.00 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
  - 20.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
  - 22.00 «Чемпионы». (6+)
  - Команды мультикспортивной школьной лиги «Синие вымпелы» и «Красные метеоры» соревнуются в разных видах спорта, чтобы определить, кто сильнее.
  - 22.30 «Три кота». (0+)
  - 00.00 «Бодо Боро». (6+)
  - 11.15, 14.45, 23.15 «Патруль Дино». (6+)
  - 13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
  - 21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птицы. «Лунтик». (0+)
  - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
  - 07.30 «Мини-Мишки». (0+)
  - 09.05 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
  - В продолжении мультсериала познакомьтесь с новыми героями в команде Джетта и их новыми удивительными способностями!
  - 09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
  - 09.35 «Беби Борн». (0+)
  - 09.40 «Три кота». (0+)
  - 10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Теремок». (0+)
  - Кинотеатральный сезон в разгаре! Криворучка работает над очередной постановкой – сказкой «Теремок!» И ей необходимо смастерить прочный и симпатичный Теремок! Как это сделать – подскажет Мастер Лена! Смотрите новый выпуск программы «Мастерская «Умелые ручки»!
  - 11.00 «Диностер». (6+)
  - Откройте для себя удивительный мир динозавров вместе с командой Диностер!
  - 11.20 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
  - 11.30 «Буба». (6+)
  - 13.15 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
  - 13.45 «Карбот». (6+)
  - Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.
  - 14.20 «Минифорс. Сила динозавров». (6+)
  - 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
  - 14.40 «Барбоскины». (0+)
  - Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
  - 16.40 «Край Бебис». (0+)
  - 16.45 «Ум и Хрум». (0+)
  - 17.50 «Барбоскины». (0+)
  - 19.00 «Маша и Медведь». (0+)
  - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
  - 21.15 «Лунтик». (0+)
  - 22.15 «Инфинити Надо». (6+)
  - 22.45 «Фьюжи Макс. Новая эра». (6+)
  - 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
  - 01.00 «Маша и Медведь». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

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

**Православный календарь**

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



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

Постный день.

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

Прп. Авва Исайя (Скитский)

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись.

**СУДОКУ**

Ответы

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

7 ПЕРВЫЙ



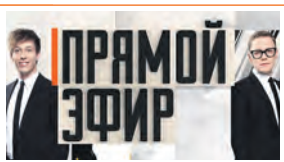
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
 09.00 Новости (с субтитрами)  
 09.25 «Модный приговор». (0+)  
 10.15 «Жить здорово!» (16+)  
 11.00 «Время покажет». (16+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 «Время покажет». (16+)  
 14.00 «Большая игра». (16+)  
 15.00 Новости (с субтитрами)  
 15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
 16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
 17.00 «Большая игра». (16+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)  
 19.45 «Поле чудес». (16+)  
 21.00 «Время»  
 21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)  
 23.30 **«ЛУЧШАЯ ЖИЗНЬ».** (18+)  
 Италия-Франция, 2022. Драма. В ролях: П. Фавино, Н. Моретти. 1970-е, солнечная Тоскана. Юный Марко без ума от соседки Луизы, но неожиданная трагедия разлучает влюбленных. Проходит время, Марко становится врачом и женится на стюардессе.

5 5-Й КАНАЛ

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

РОССИЯ 1 РОССИЯ



17.00 Прямой эфир. (16+)

- 05.00 Утро России  
 09.00 Вести  
 09.30 Местное время  
 09.55 О самом главном. (12+)  
 11.00 Вести  
 11.30 Вести. Местное время  
 12.00 «60 минут». (12+)  
 14.00 Вести  
 14.30 **«КУЛАГИНЫ».** (16+)  
 Во дворе спального района на скамейке обнаружен труп молодого человека Ростислава Бархатова, менеджера автосалона. Его убили несколькими ударами ножа в грудь, нанесёнными, как считают эксперты, профессионалом. На месте преступления обнаружена шелуха от семечек, а значит, убийца и убитый были знакомы и некоторое время мирно беседовали, щёлкая семечки.  
 16.30 Вести  
 17.00 Прямой эфир. (16+)  
 18.00 «60 минут». (12+)  
 20.00 Вести  
 21.10 Вести. Местное время  
 21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)  
 00.10 «Истории Большой Страны». (12+)  
 Надо показаться врачу, но не готовы провести полдня в поликлинике? Жители Большой Страны дают свой рецепт, как избавиться от очереди к врачу.  
 01.10 **«ЗДРАВСТВУЙ, СЕСТРА».** (12+)

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.05 **«КРАПОВЫЙ БЕРЕТ».** (16+)  
 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)  
 09.20 «Ищу своих». (12+)  
 10.10 «Жить после». (16+)  
 10.45 «По горячим следам». (16+)  
 11.00 «Тайны военной разведки». (16+)  
 11.55 **13.25 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ».** (12+)  
 14.25 **«ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ».** (12+)  
 16.40 **17.15 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ».** (16+)  
 19.40 «Загадки века». (12+)  
 20.30 «Война миров». (16+)  
 21.20 «Спецрепортаж». (16+)  
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)  
 23.30 «Музыка+». (12+)

ТВU ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой.

- 06.00 «Настроение»  
 08.20 **«ЖЕМЧУЖНАЯ СВАДЬБА».** (16+)  
 События  
 11.30 **«ЖЕМЧУЖНАЯ СВАДЬБА».** (16+)  
 11.50 **«СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ».** (16+)  
 12.35 **«СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ».** (16+)  
 14.30 События  
 14.50 Город новостей  
 15.00 **«СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ».** (16+)  
 16.55 «Актёрские драмы. Понять и простить». (16+)  
 17.50 События  
 18.10 **«ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ».** (12+)  
 Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: Л. Зайцева, М. Железнова. Маша Успенская не догадывалась, какая многочисленная у неё родня, пока её не отыскала тетушка Марфа.  
 20.05 **«ПЕРСИДСКАЯ БИРЮЗА».** (16+)  
 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой  
 23.05 «Русские тайны. Ученики Ванги». (16+)  
 00.00 «90-е. Ночная жизнь». (18+)  
 00.45 **«ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ».** (12+)  
 02.10 **«Петровка, 38».** (16+)  
 02.25 **«ДЕНЕЖНОЕ ДЕРЕВО».** (16+)  
 05.20 «Москва резиновая». (16+)  
 05.40 «Актёрские драмы. Вон из искусства!» (16+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «На приеме у главного врача». (12+)  
 06.50 «Моя история». (16+)  
 07.30 20.15 «Календарь». (12+)  
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости  
 08.05 08.35 Пёстрый мир  
 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение  
 11.00 «Человек и судьба». (16+)  
 11.25 «Почитаем!» (16+)  
 11.45 «Нескучное дело». (12+)  
 15.15 **«НЕ ГОРЮЙ!»** (16+)  
 20.45 «Ректорат». (12+)  
 21.25 **22.35 «КИН-ДЗАЗА!»** (16+)  
 23.40 **«ДОГМЭН».** (18+)  
 01.15 **«ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ».** (16+)

НТВ



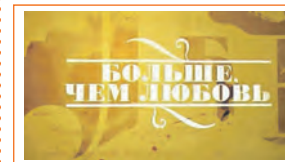
17.55 «Жди меня». (12+)

- 04.30 **«ПЁС».** (16+)  
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
 08.00 «Сегодня»  
 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)  
 09.25 **«ПЁС».** (16+)  
 10.00 «Сегодня»  
 10.35 **«ПЁС».** (16+)  
 Неизвестный убивает с помощью газа двух девушек. Макс устанавливает, что они вместе проходили ординатуру в клинике. Однако была и третья подруга, которая может стать следующей целью убийцы.  
 13.00 «Сегодня»  
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
 14.00 «Место встречи»  
 16.00 «Сегодня»  
 16.50 «ДНК». (16+)  
 17.55 «Жди меня». (12+)  
 19.00 «Сегодня»  
 20.00 **«ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ».** (16+)  
 Жук, Фомин и Щекин, отследив дорожные камеры, выясняют, где находится черный фургон Леба, но обнаруживают его уже сожжённым. Чагин встречается с мужем одной из убитых женщин, и выясняет, что Соловьев был знаком со всеми жертвами.  
 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)  
 02.10 «Квартирный вопрос». (0+)  
 03.00 **«ХОЗЯИН».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»  
 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 16.00 16.25 17.00 17.30 18.00 18.15 18.20 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.40 00.00 «Новости». (16+)  
 10.20 «Атмосфера». (12+)  
 11.20 12.20 13.20 14.10 16.10 17.10 18.10 «Деньги 24». (12+)  
 11.50 13.40 17.50 «Сити». (12+)  
 12.50 14.50 18.50 21.50 «Москва - столица спорта». (12+)  
 14.35 21.35 «Спецреп». (12+)  
 15.25 19.25 «Вопрос спортивный». (12+)  
 16.30 04.30 «Интервью». (12+)  
 18.40 «Качество жизни». (12+)  
 21.15 23.30 05.20 «Московский патруль». (16+)  
 00.10 «Мослестерий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



15.40 Больше, чем любовь

- 06.30 Диалоги о животных  
 07.20 «Отцы и дети»  
 07.50 «Аббатство Клуни: Второй Рим»  
 08.45 **«ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**  
 10.00 12.30 17.00 19.30 23.40 Новости культуры  
 10.15 Шедевры старого кино  
 11.50 «Острова»  
 12.45 Открытая книга  
 13.15 «Первые в мире»  
 13.30 **«ТАЙНА ЭДВИНА ДРУДА»**  
 15.10 «Запечатленное время»  
 15.40 Больше, чем любовь  
 Валентин Катаев и Эстер Бреннер. Валентину Катаеву в детстве гадалка нагадала, что он будет счастливым. И удача действительно сопутствовала ему всю жизнь: вышел невредимым из Первой мировой и Гражданской войны, пережил сталинский террор...  
 16.30 Письма из провинции  
 17.15 **«АЛЕКО»**  
 Рахманиновские дни  
 18.15 Семидесятые  
 18.35 Царская ложа  
 19.45 «Роман в камне»  
 20.15 Линия жизни  
 21.10 **«СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ»**  
 22.45 «2 Верник 2»  
 23.55 **«АДУЯ И ЕЁ ТОВАРИКИ»**  
 02.00 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку»  
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)  
 06.00 «Прогулка». (12+)  
 06.30 «Всё просто!» (12+)  
 06.55 «Дача 360». (12+)  
 07.40 12.20 «Внимание, еда!»  
 08.05 «Сделано в России». (12+)  
 08.35 «Погода на любой вкус»  
 09.05 09.35 15.15 21.25 «СССР. Знак качества». (12+)  
 09.50 «За МКАДром». (12+)  
 10.35 «Семейный маршрут»  
 11.20 11.35 14.20 «Весна в Подмосковье». (12+)  
 13.20 «Гостеприимство». (12+)  
 16.05 17.05 22.05 «Закрытый архив». (16+)  
 18.15 03.00 «Рекопись Подмосковья». (12+)  
 19.05 «Это Китай!» (16+)  
 19.30 «Главные события дня»  
 20.30 «Интервью 360». (16+)  
 22.35 «Шестое чувство». (16+)  
 23.30 «Разоблачение». (16+)  
 23.35 «Джентльмены предпочитают читать». (16+)

СТС СТС



08.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Уральские пельмени. (16+)  
 08.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
 Юмористическое телешоу, создаваемое одноимённым творческим коллективом. Выходит с 18 октября 2009 года на телеканале СТС, где имеет высокие рейтинги телесмотрения на протяжении долгих лет. Шоу включает в себя: эстрадные миниатюры на бытовые и социальные темы, музыкальные номера, пародии на известных личностей и телепередачи, интерактивы с гостями в зале и импровизации. Сценарии юмористических номеров пишут как сами актёры, так и сценаристы. Музыкальным оформлением шоу занимаются композитор Сергей Калугин и группа Liver Band. Участники: Дмитрий Брокоткин, Сергей Ершов, Сергей Исаев, Сергей Калугин, Вячеслав Мясников, Александр Попов, Андрей Рожков, Дмитрий Соколов, Максим Ярица, Илана Дылдина и другие.  
 15.05 **«ДОМОЧАТЦЫ».** (16+)  
 16.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
 19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
 21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.55 09.05 11.55 17.25 01.20 «Новости дня». (16+)  
 06.05 «Улицы московские»  
 06.55 «Моя Москва». (12+)  
 07.05 «Юмор на все времена»  
 07.50 Звёзды советского экрана. (16+)  
 08.15 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)  
 09.10 **«ЖИЗНЬ СНАЧАЛА».** (16+)  
 10.30 Мой район. (12+)  
 11.25 «Служебный роман»  
 12.00 **23.45 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ».** (16+)  
 15.35 23.05 «Тайны кино». (16+)  
 15.55 **«ОТЦЫ И ДЕДЫ».** (16+)  
 17.30 **«КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ».** (16+)  
 19.10 **«ВРЕМЯ МОСКОВСКОЕ».** (12+)  
 20.00 **«СОУЧАСТИЕ В УБИЙСТВЕ».** (16+)  
 21.40 **«КО МНЕ, МУХТАР!»** (16+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	Матч!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p><b>ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ</b></p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p>	<p><b>StandUp</b> BRAND NEW SHOW</p> <p>23.00 «Stand up». (18+)</p>	<p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p>	<p><b>ОПАСНЫЕ СВЯЗИ</b></p> <p>00.00 Опасные связи. (18+)</p>	<p>12.30 Биатлон.</p>	<p>13.35 «Верну любимого». (16+)</p>	
<p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 17.00 03.35 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.50 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 <b>«СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА»</b>. (16+) США, 2010 г. Боевик. В ролях: Николас Кейдж, Эмбер Хёрд, Билли Бёрк.</p> <p>21.50 <b>«СЕРФЕР»</b>. (16+)</p> <p>23.45 <b>«АКУЛЬЕ ОЗЕРО»</b>. (18+)</p> <p>01.35 <b>«АПОЛЛОН 18»</b>. (18+)</p>	<p>07.00 <b>«САШАТАНЯ»</b>. (16+)</p> <p>15.00 <b>«ДЕМИС И МАРИНА»</b>. (16+)</p> <p>20.00 «Комеди Клуб». (16+) Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шутки, точные попадания в актуальные темы и разнос звезд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.</p> <p>22.00 «Комеди Клуб-2025. Лучшее». (16+)</p> <p>23.00 «Stand up». (18+) Новый сезон культового шоу, в котором комики делятся своими мыслями, и делают это невероятно смешно. Зрителей ждёт куча сюрпризов: новые лица со свежими шутками и возвращение героев жанра, которых многие зрители ждали уже давно.</p> <p>00.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>03.30 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>09.00 «Порча». (16+)</p> <p>15.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 <b>«ТУННЕЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ»</b>. (16+) Норвегия, 2020 г. В канун Рождества, когда множество людей уезжают праздновать, происходит авария. В туннеле в результате происшествия вспыхивает пожар. Ситуацию осложняет снежная буря, которая накрыла норвежские горы.</p> <p>21.45 <b>«В ПАСТИ ОКЕАНА»</b>. (16+) Австралия, 2020 г. Обычная туристическая поездка пятерых друзей превращается в настоящий кошмар, когда они оказываются в открытом океане в надувной лодке...</p> <p>23.30 <b>«НЕЧТО. МОНСТР ИЗ ГЛУБИН»</b>. (18+)</p> <p>01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>07.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.30 Улетные животные. (16+) Дикие и домашние, непоседливые и ленивые, серьезные и милые - такого вы еще не видели! Готовьтесь к безудержному веселью с попугаями-баскетболистами, норками-воришками и мопсами на скейтах. В новом шоу собраны самые смешные моменты с участием четвероногих.</p> <p>17.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для «Че!».</p> <p>00.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.30 «+100500». (18+)</p> <p>05.20 «Женский 100500». (16+)</p>	<p>06.00 «Культовые». (12+)</p> <p>06.30 «Вид сверху». (12+)</p> <p>07.00, 09.00, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 11.50, 01.00 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05 Небесная грация. (6+)</p> <p>09.25 «Эволюция спорта». (12+)</p> <p>10.00, 12.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.</p> <p>14.25 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Пр.тр.</p> <p>16.45 Смешанные единоборства. ONE FC. Пр.тр.</p> <p>19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Пр.тр.</p> <p>21.55 Футбол. «Райо Вальекано» - «Эльче». Чемпионат Испании. Пр.тр.</p> <p>00.00 Евротур. (12+)</p> <p>02.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. (6+)</p> <p>04.05 Баскетбол. (6+)</p>	<p>06.30 03.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.30 02.45 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.45 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.50 «Порча». (16+)</p> <p>13.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 <b>«ДВЕ СУДЬБЫ»</b>. (16+)</p> <p>19.00 <b>«ЭТО НЕ МОЙ МУЖ»</b>. (16+)</p> <p>22.55 Уютное утро. (16+)</p> <p>23.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.30 «Порча». (16+)</p> <p>01.25 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.55 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>04.25 Одна за всех. (16+)</p> <p>04.45 <b>«ДВЕ СУДЬБЫ»</b>. (16+)</p>	

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

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

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

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

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

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцам неделя обещает быть размеренной и достаточно комфортной. Постарайтесь придерживаться привычного ритма и не перегружать себя лишними задачами. Ищите радость в повседневности. Общение с любимым человеком принесет ощущение стабильности.

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

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

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

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

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Скорпионам стоит проявить внимательность к деталям. Ваше умение чувствовать ситуацию поможет избежать недопониманий и сохранить гармонию в общении. Дружелюбный настрой и спокойный тон создадут благоприятную атмосферу.

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

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

## ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

**скидка -30% В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ**

Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей. Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- **недержание мочи;**
- **аденома предстательной железы;**
- **простатит, цистит, уретрит;**
- **мочекаменная болезнь;**
- **слабость мышц стенок мочевого пузыря.**

Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

**МАЛЕУС (Malleus) — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.**

**МАЛЕУС – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ**

Обратиться за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.45 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)
07.55 Мультфильмы. (0+, 16+)
09.55 «КРАСНАЯ ПАЛАТКА». (16+)
12.45 «АФОНЯ». (16+)
14.25 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (16+)
16.15 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
18.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
20.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
21.25 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (16+)
22.55 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
01.20 «О ДРУЗЬЯХ-ТОВАРИШАХ». (18+)
03.40 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ...». (6+)
04.45 «СКАЗКА О ЗВЕЗДНОМ МАЛЬЧИКЕ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000

06.15 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНСТР ГЛУБИНЫ». (16+)
07.40 «НОЙ». (16+)
10.10, 12.00 «УБИЙСТВА В...». (16+)
13.55 «ДЖОН УИК 4». (16+)
Боевик, США, Германия, 2023 г.
17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
18.10 «МЕХАНИК». (16+)
Боевик, США, 2011 г.
19.50 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
Приключенческий боевик, Франция, США, 2016 г.
21.35, 23.25 «УБИЙСТВА В...». (16+)
01.10 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
02.05 «ГИПНОТИК». (16+)
03.35 «КОД 8». (16+)
05.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.25 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
10.05 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (12+)
12.10 «ЕЛКИ 10». (16+)
13.55 «ЕЛКИ 11». (6+)
15.35 «МОЁ ЛЮБИМОЕ ПРИВИДЕНИЕ». (12+)
17.10, 18.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «ПО ШУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
21.05 «ОГНИВО». (12+)
23.00, 23.55 «ВОЛФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
00.45 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)
03.45 «ТУРИСТ». (16+)
05.20 «А вдруг получится!..» Мультфильм. (6+)

VIJU TV1000 ACTION

05.50 «АВТОБАН». (16+)
07.30 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)
09.05 «22 МИЛИ». (16+)
10.40 «УБИЙЦА 2. ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
12.45 «НА ГРАНИ». (16+)
14.30 «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)
16.55 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)
19.00 «ХИТМЕН. ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО». (16+)
Криминальный триллер, США, 2023 г.
21.00 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (16+)
Криминальный триллер, США, 2014 г.
23.00 «ФЛЕШБЭК». (16+)
00.50 «ИГРА ГАННИБАЛА». (16+)
02.20 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)
03.50 «БАЗА «КЛЕЙТОН». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.55 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
02.15 «ПАРАНОЙ». (16+)
03.50 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
05.55 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)
07.35 «ПРОРОК». (16+)
09.00 «РУКИ ПРОЧЬ!» (16+)
10.50 «РОБОПЕС». (12+)
12.10 «СПЕНСЕР». (16+)
13.55 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
15.50 «ПОШУМИМ!» (16+)
17.05 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
18.55 «МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА». (16+)
20.30 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
21.55 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
Драма, мелодрама, фэнтези, Бразилия, 2023 г.
23.50 «ДОСЬЕ «ЧЕРНАЯ КАНАРЕЙКА». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.15 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
07.55 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)
09.45 «РАЙЦЕНТР». (16+)
Драма, Россия, 2021 г.
11.35 «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
13.25 «РОВЕСНИКИ». (16+)
15.15 «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
17.25 «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)
19.20 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
21.00, 21.50, 22.50, 23.40 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». 1-4 серии. (16+)
Сериал. Драма, биография, история, Россия, 2019 г.
00.30 «ШАХТА». (18+)
01.45 «ДЖУНГЛИ». (16+)
03.05 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
04.45 «ПРЕДАННЫЙ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.00 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
02.35 «НЕНАСТОЯЩИЙ ПАПА». (18+)
04.40 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)
06.35 «БАТЯ 2. ДЕД». (12+)
08.15 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)
09.50 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
11.35 «КРОКОДИЛ ДАНДИ 2». (16+)
13.45 «НЕНАСЫТНЫЕ ЛЮДИ». (18+)
15.45 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
17.35 «ГИТЛЕР КАПУТ». (18+)
19.30 «Я БОГИНЯ». (16+)
21.20 «МЭР ПОНЕВОЛЕ». (16+)
23.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)

ДОМ КИНО

04.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
05.45 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
06.50 «Суворов: Великое путешествие». Мультфильм. (6+)
08.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
12.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
23.30 Вечер вместе. «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
США, 1982 г. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Ричард Кренна
01.10 Вечер вместе. «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
США, 1985 г. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Ричард Кренна
02.40 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)
США, 1997 г.

РУССКИЙ РОМАН

06.20 «ТАРИФ «СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ». (16+)
07.50 «ОАЗИС ЛЮБВИ». (16+)
09.35 «ГРАЖДАНСКАЯ ЖЕНА». (16+)
12.55 «ДЕВУШКА С ГЛАЗАМИ ЦВЕТА НЕБА». (16+)
16.10 «Я ТОЖЕ ЕГО ЛЮБЛЮ». (16+)
19.30 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
2016 г. В ролях: Ольга Дятловская, Илья Ермолов
23.00 «СТРАХОВОЙ СЛУЧАЙ». (16+)
2011 г. В ролях: Светлана Антонова, Сергей Юшкевич, Василий Степанов
00.40 «ПЯТЬ ЛЕТ И ОДИН ДЕНЬ». (16+)
02.15 «НЕПРЕДВИДЕННЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
05.15 «СЖИГАЯ МОСТЫ». (16+)

СИНЕМА

06.45 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
08.45 «КРИПТО». (18+)
10.30 «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА». (18+)
12.50 «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУШОБ». (18+)
14.50 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)
16.35 «ЯГУАР». (16+)
18.20 «ЗОЛОТО ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
20.00 «САМЫЙ ПЬЯНЫЙ ОКРУГ В МИРЕ». (18+)
США, 2013 г.
22.00 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (18+)
США, Великобритания, 2013 г.
00.20 «ВАЛЬДО». (16+)
02.05 «НЯНЬКИ». (16+)
03.35 «БРЮС ЛИ: РОЖДЕНИЕ ДРАКОНА». (16+)
05.00 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)

РОДНОЕ КИНО

04.20 «УБИЙСТВО СВИДЕТЕЛЯ». (16+)
05.50 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
07.20, 08.15, 09.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
10.05 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)
11.55 «СВИДЕТЕЛЬСТВО О БЕДНОСТИ». (16+)
13.15 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
14.50 «ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
17.05, 18.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 4: АРЕСТАНТ». (16+)
19.00 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+)
20.40, 21.40, 22.40 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ 2». (16+)
23.40 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)

РЕТРО

06.00 «СТРЕКОЗА». (16+)
07.35, 11.45, 02.45, 04.30 Мультфильмы. (16+, 6+)
08.35 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
10.30 «КАК ПОССОРИЛСЯ ИВАН ИВАНОВИЧ С ИВАНОВ НИКИФОРОВИЧЕМ». (16+)
12.45 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)
14.15 «БОЛЬШОЙ ТРАМ-ПЛИН». (16+)
15.45, 22.10 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЧЕКИ». (16+)
17.25, 23.50 «ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО». (16+)
19.00 «ДЕРЕВЬЯ НА АСФАЛЬТЕ». (16+)
20.25 «КРАСНЫЕ ЛИСТЬЯ». (16+)
01.15 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНО-РОЗЫСКА». (16+)
03.00 «ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ». (16+)
05.25 «ТЕЩА». (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
15.00, 17.10 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Четыре жены. (16+)
21.30 Богиня шопинга. (16+)
В модной битве участницы за три часа и 15 тысяч рублей должны собрать образ, который покори фэшн-эксперта Даниила Грачева и блогеров Романа Каграманова и Машу Миногарову.
22.40 Богиня свиданий. (16+)
00.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
01.50, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.10, 03.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
04.25 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 16.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
09.00, 17.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2016 г. В ролях: Полина Сыркина, Александр Мохов, Евгения Дмитриева, Артём Быстров, Марина Куделинская
10.00, 18.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-8». (16+)
11.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-9». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «АЛИБИ». (18+)
15.00, 23.00, 07.00 «УКРАСТЬ У...». (18+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)

СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.40 «РАНЕТКИ». (16+)
Ларин пришел к врачу, чтобы выяснить, делала Мариана аборт или нет. Гуцул признает в новенькой Юле известную левичу соул. Она раскальвается. Ларина ссорится с дочерью.
13.55 «МАМОЧКИ». (16+)
17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
Боря и Нина собираются в свой первый совместный отпуск. А на ферме начинается эпидемия.
22.10 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
00.45 «МАРГОША». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ТВ 21

07.00 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
09.10 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!» (18+)
10.55 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
12.20 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
14.15 «НАПАРНИК». (18+)
16.05 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)
18.20 «ТАКСИ». (16+)
Франция, 1998 г.
19.55 «ТАКСИ-2». (16+)
Франция, 2000 г.
21.30 «ТАКСИ-3». (16+)
23.00 «ТАКСИ-4». (16+)
00.35 «ТАКСИ-5». (16+)
02.15 «Я НА ПЕРЕМОТКЕ». (16+)
03.40 «ПУТЕШЕСТВИЕ С ДОМАШНИМИ ЖИВОТНЫМИ». (16+)
05.15 «СПУТНИК». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Понять. Простить. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15, 10.10, 13.30 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
07.50, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)
16.35, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
19.30 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
22.25 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦУЮ!». (16+)
00.10 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
01.30 «АРИНКА». (16+)
02.45 «ШУМИ ГОРОДОК». (16+)
04.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

05.00 «Путь к Победе». (16+)
06.00 «ПОБЕГ». (16+)
08.00 «СПЕЦНАЗ». (16+)
Спецназ военной разведки - это элита вооруженных сил России. Но страна не знает своих героев в лицо, так как их лица и их работа - это государственный секрет. Реальные и, в то же время, невероятные события из жизни спецназа на Северном Кавказе, в Косово, в Таджикистане, в Афганистане, в Москве и Санкт-Петербурге. Каждая серия - новое дело майора Климата Платова и его бойцов.
15.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)
19.00 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
Сериал. Россия, 2011 г. В ролях: Сергей Безруков, Александр Коршунов, Дарья Мороз, Анатолий Кот
02.10 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
03.40 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)
История одной боевой операции времен Второй мировой войны.

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Готовит Женя Исхандарова. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.20 Гастроу. Калининград. (16+)
07.00 Битва шефов. (16+)
09.20 Умнее всех. (6+)
10.40 Адский шеф. (16+)
13.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
16.00 Новые Пацанки. (16+)
19.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
00.10 Прекрасное далеко. Китай. (16+)
01.20 Пятница News. (16+)
01.40 Чёрный список. Специалисты по дезинфекции. (16+)
02.20 Чёрный список. Мастера по ремонту окон. (16+)
03.00 Чёрный список. Химчистка на дому. (16+)
03.50 Чёрный список. Специалисты по уходу и обслуживанию аквариумов и террариумов. (16+)
04.20 Секреты на кухне. Готовит Марк Бартон. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
07.00 Муж напрокат. (16+)
09.05 Моя свекровь - монстр. (16+)
14.15 Мама в 16. (16+)
Самое честное реалити о взрослении.
17.30 Селянка-горожанка. (16+)
Легендарный обмен продолжается! Обычная девушка-труженица, которая видела красивую жизнь только на картинках или экране, проживет три дня как богатая и успешная жительница большого города. Ей не нужно будет вставать в 4 утра, чтобы полоть грядки и чистить коровник. Все это вместо нее будет делать привыкшая к роскоши городская светская львица.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
01.45 Неотложка. (16+)
03.25 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

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

HISTORY

06.00 Военные заводы. (12+)
06.50 Путеводитель Путифара. (16+)
07.45 100 чудес света. (16+)
08.45 Бернард Мейдофф, великий мошенник. (16+)
09.45 Чаплин против ФБР. (16+)
10.40, 11.35 Досье Тутанхамона. (16+)
12.30, 12.55 Охотники за утраченным искусством. (16+)
13.20, 13.45 Родовые проклятия. (16+)
14.10 Магнат: как разбогател Аристотель Онассис. (16+)
15.10 Сканируй прошлое. (16+)
16.05 Путеводитель Путифара: Венеция: серениссимо. (16+)
17.05 100 чудес света. (16+)
18.05 Затерянная пирамида Египта. (12+)
19.00 Помпей: истоки. (12+)
20.00, 20.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)
20.50, 21.15 Родовые проклятия. (16+)
21.40 Военные заводы. (12+)
22.30 Камбоджа, Пол Пот и красные кхмеры. (16+)
23.20 Магнат: как разбогател Аристотель Онассис. (16+)
00.20 Сканируй прошлое. (16+)
01.10, 02.00 Досье Тутанхамона. (16+)
02.50, 03.10 Охотники за утраченным искусством. (16+)
03.35, 03.55 Родовые проклятия. (16+)
04.20 100 чудес света. (16+)
05.15 Военные заводы. (12+)

VIJU HISTORY

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

ИСТОРИЯ

06.30 Цветники. (12+)
06.55 Большие тени - ярче листья. (12+)
07.25 Садовые загадки. (12+)
07.50 Переделки на участке. (12+)
08.20, 09.10, 22.55, 23.45, 01.45 Огород с Блокным-Мечталиным. (12+)
09.25 Гордость России. (6+)
10.00, 10.15, 13.00, 13.15, 17.00, 17.15 Постное меню. (12+)
10.30 Стройплощадка. (12+)
11.00, 15.00, 17.30, 18.00, 22.00 Дачные радости. (12+)
11.30 Сад-шедевр. (12+)
12.00 Огород от-кутор. (12+)
12.30, 12.40, 21.00, 21.15 Садовый доктор. (12+)
13.30 Сокровища усадеб. (16+)
14.00, 14.20 Секреты садоводства с Мариной Рыкалюной. (12+)
14.30 Сад в радость. (12+)
15.30 Субботник. (12+)
16.00, 16.15 Секреты травоведа. (12+)
17.45 Правила огорода. (12+)
18.25 Фитоаптека. (12+)
19.00 Консультант садовода. (12+)
19.15 Мастер-садовод. (12+)
19.30, 00.50 Как построить дом. (12+)
20.00 Крыские дачи. (12+, 16+)
20.30 Муж на час. (12+)
21.30 Умная стройка. (16+)
22.25 Всё срастётся. (12+)
00.00 История одной культуры. (12+)
00.25 Ох уж эти ветки! (12+)
01.20 Искатели приключений. (16+)

Усадьба

06.30 Цветники. (12+)
06.55 Большие тени - ярче листья. (12+)
07.25 Садовые загадки. (12+)
07.50 Переделки на участке. (12+)
08.20, 09.10, 22.55, 23.45, 01.45 Огород с Блокным-Мечталиным. (12+)
09.25 Гордость России. (6+)
10.00, 10.15, 13.00, 13.15, 17.00, 17.15 Постное меню. (12+)
10.30 Стройплощадка. (12+)
11.00, 15.00, 17.30, 18.00, 22.00 Дачные радости. (12+)
11.30 Сад-шедевр. (12+)
12.00 Огород от-кутор. (12+)
12.30, 12.40, 21.00, 21.15 Садовый доктор. (12+)
13.30 Сокровища усадеб. (16+)
14.00, 14.20 Секреты садоводства с Мариной Рыкалюной. (12+)
14.30 Сад в радость. (12+)
15.30 Субботник. (12+)
16.00, 16.15 Секреты травоведа. (12+)
17.45 Правила огорода. (12+)
18.25 Фитоаптека. (12+)
19.00 Консультант садовода. (12+)
19.15 Мастер-садовод. (12+)
19.30, 00.50 Как построить дом. (12+)
20.00 Крыские дачи. (12+, 16+)
20.30 Муж на час. (12+)
21.30 Умная стройка. (16+)
22.25 Всё срастётся. (12+)
00.00 История одной культуры. (12+)
00.25 Ох уж эти ветки! (12+)
01.20 Искатели приключений. (16+)

УСАДЬБА

06.30 Цветники. (12+)
06.55 Большие тени - ярче листья. (12+)
07.25 Садовые загадки. (12+)
07.50 Переделки на участке. (12+)
08.20, 09.10, 22.55, 23.45, 01.45 Огород с Блокным-Мечталиным. (12+)
09.25 Гордость России. (6+)
10.00, 10.15, 13.00, 13.15, 17.00, 17.15 Постное меню. (12+)
10.30 Стройплощадка. (12+)
11.00, 15.00, 17.30, 18.00, 22.00 Дачные радости. (12+)
11.30 Сад-шедевр. (12+)
12.00 Огород от-кутор. (12+)
12.30, 12.40, 21.00, 21.15 Садовый доктор. (12+)
13.30 Сокровища усадеб. (16+)
14.00, 14.20 Секреты садоводства с Мариной Рыкалюной. (12+)
14.30 Сад в радость. (12+)
15.30 Субботник. (12+)
16.00, 16.15 Секреты травоведа. (12+)
17.45 Правила огорода. (12+)
18.25 Фитоаптека. (12+)
19.00 Консультант садовода. (12+)
19.15 Мастер-садовод. (12+)
19.30, 00.50 Как построить дом. (12+)
20.00 Крыские дачи. (12+, 16+)
20.30 Муж на час. (12+)
21.30 Умная стройка. (16+)
22.25 Всё срастётся. (12+)
00.00 История одной культуры. (12+)
00.25 Ох уж эти ветки! (12+)
01.20 Искатели приключений. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 17.00 Рыболовный дневник. (16+)
06.30 Пути-дороги. (16+)
06.55, 10.30, 15.00, 18.00, 23.05 О главном. (16+)
07.00 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (12+)
07.25 Старый друг. (16+)
07.55 Рыбалка на Черемшане. (6+)
08.25 Камский спиннинг. (16+)
08.55, 22.25, 23.15 От первого лица. (16+, 12+)
09.30 Игра по-крупному! (16+)
10.00, 21.05 Ловись, рыбка. (16+)
10.40, 15.55, 20.05 Двое против рыбы. (16+)
11.45, 18.05 Рецепты старого Тифлиса. (16+)
12.00, 18.30, 19.00 Охота на хищника. (16+)
12.30, 19.30 Экспедиция Андрея Старкова. (16+)
13.05 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)
13.35, 18.20 К сезону готов. (16+)
13.40 Утиные истории. (16+)
14.10 Поехали на рыбалку! (12+)
14.40 Рыболовные тонкости. (16+)
17.30 Рыбалка сегодня XL. (16+)
21.35 Безграничная рыбалка. (16+)
22.10 Давай зарубимся! (12+)
23.50 С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
00.15 Охота с Евгением Шеляпиным на гуся в Карелии. (16+)
00.40 Рыбалка 360. (6+)
01.05 Рыбалка улов. (16+)

ЖИВИ!

05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
06.00 Проснись со Стасом. (12+)
06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
07.00 YogaUp. (12+)
07.30 «Треннинг заряд» с Димой Брагинным. (12+)
07.45 «Завтраки» с Еленой Чаз

### СПОРТ

ВРЕМЯ	СТРАНА	МАТЧ! СТРАНА	ВРЕМЯ	Описание
06.00		Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Енисей» (Красноярск). (6+)	15.15	«Страна спортивная». (12+)
07.50		«Страна спортивная». (12+)	15.35	Страна смотрит спорт. (12+)
08.10, 20.55		«Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)	16.00	«Небесная грация». (6+)
08.40		Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Автодор» (Саратов) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)	16.25	«Что за спорт?» (12+)
10.30		«Вид сверху». (12+)	16.50	Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Мурманска. (6+)
11.00, 13.20, 16.20, 18.50		Новости. (0+)	18.35	Специальный репортаж. (12+)
11.05		«Династия. Карасёвы». (12+)	18.55	Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция
11.35		«Страна спортивная». (12+)	21.25	Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Мурманска. (6+)
11.55, 04.10		«Владимир Башкиров. Любовь, растворённая в воздухе». Документальный фильм. (16+)	23.20	Льжжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Трансляция из Кировска. (6+)
13.05		«По Домам. Юрий Газинский». (12+)	01.55	Футзал. Бетсити Суперлига. КИРФ (Москва) - «Ухта». (6+)
13.25		Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) - «Пари Нижний Новгород». (6+)	03.40	Сюриплас. (12+)
			05.15	Специальный репортаж. (12+)
			05.30	«Вид сверху». (12+)

### МУЗЫКА

ВРЕМЯ	МУЗ-ТВ	ВРЕМЯ	Описание
05.00	Муз'итив. (16+)	13.30	Хиты по-русски. (16+)
06.10	Русский чарт. (16+)	14.00	Плейлист   Весна. (16+)
07.00	#ЯНАМУЗТВ. (16+)	15.00	PRO-новости. (16+)
08.10	Теп чарт. (16+)	15.20	В десятку! (16+)
08.40	PRO-новости. (16+)	16.00	Самый лучший день. (16+)
09.00	Мы знаем о звёздах всё!	17.00	Новое Радио чарт. (16+)
10.00	Love Radio чарт. (16+)	18.00	PRO-новости. (16+)
11.00	Народный микрофон. (16+)	18.20	Жара в Дубае-2024. (16+)
11.30	Плейлист   Весна. (16+)	20.50	Народное диско. (16+)
11.30	Без кутюр. (16+)	21.45	Танцпол. (16+)
12.00	Топ-15 Like FM. (16+)	23.00	Dance чарт. (16+)
13.00	Приехали! Латинская Америка. Буэнос-Айрес. (16+)	00.00	Танцпол. (16+)
		02.00	Караоке хит. (16+)
		03.00	Караокинг. (16+)

### ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

ВРЕМЯ	МУЛЬТ	О!	КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ	
06.00, 12.00, 15.30	Время малышей. (0+)	05.00	«Три кота». (0+)	05.00	Ранние птицы. «Буба». (6+)
07.00, 14.00	«Джи-Джи Бонд: супергерои». (6+)	05.30	«Тикабо». (0+)	07.00	«С добрым утром, малыши!» (0+)
07.15, 19.45	«Маша и Медведь». (0+)	06.00	«Совёнок ХопХоп». (0+)		Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
08.10, 20.40	«Бумажки». (0+)	06.30	«Турбозавры». (0+)	07.35	«Лунтик». (0+)
08.30, 21.00, 01.00	«Барбоскины». (0+)		Приключения фантастических динозавров, которые умеют превращаться... в машины!	10.45	«Студия Каляки-Маяки». (0+)
09.00	«Робокор Поли и его друзья». (0+)	07.00	«Три кота». (0+)		Каляка-Маяка и его подружка Тася приглашают детей в удивительную студию рисования!
09.30, 22.30	«Фиксики». (0+)	09.30	«Играем вместе». (0+)	11.10	«Тима и Тома». (0+)
11.00	«Чик-Чирикино». (0+)	09.35	«Лунтик». (0+)	13.15	«Тобот. Герои Дейдо». (6+)
12.50	«Жила-была Царевна». (0+)	10.35	«Барбоскины». (0+)	13.45	«Карбот». (6+)
13.15, 14.15, 00.10	«Простоквашино». (0+)	12.00	«Пластинки». (0+)	14.20	«Минифорс. Сила динозавров». (6+)
15.00	«Тобот. Герои Дэйдо». (6+)	12.05	«Лунтик». (0+)	14.30	«Навигатор. У нас гости!» (0+)
17.00	«Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)	15.30	«Приключения Ам Няма». (0+)		Победитель трёх этапов Школьной спортивной лиги по армейскому рукопашному бою! Обладатель золотой медали соревнований в рамках Фестиваля единоборств! В гостях у Никиты и Алины - Леон Двалишвили!
17.25	«Ми-Ми-Мишки». (0+)	16.40	«Отечь у овечек». (0+)	14.40	«Три кота». (0+)
18.30	«Лунтик». (0+)	17.15	«Барбоскины». (0+)	21.00	«Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.00	«Кошечки-собачки». (0+)	19.00	«Эмми и Гуру. Уроки природы». (0+)	21.15	«Крутой Майк». (6+)
21.30	«Буба». (6+)	19.05	«Три кота». (0+)		Забавные приключения мопса Майка и озорных енотов.
22.15	«Юленьки». (0+)	21.30	«Барбоскины». (0+)		Милый ухаженный мопсик Майк обожает домашний покой и каждый день мечтает произвести впечатление на элегантную собаку своих соседей. К сожалению, план Майка никогда не срабатывает, потому что в его дом постоянно пытается ворваться кучка разрушителей спокойствия. Озорные еноты, черепашки и котёнок умеют появляться в самый неподходящий момент, втягивая пёсика в череду непредвиденных событий и смешных приключений.
23.30	«Семь королевств». (0+)	22.45	«Чемпионы». (6+)	23.00	«Дикие скричеры!» (6+)
01.30	«Мини-Мишки». (0+)	23.00	«Детский сад для зверят». (6+)		«Дикие скричеры» приглашают зрителей в мир головокружительных баттлов, смелых героев и невероятных превращений! На первый взгляд это обычные машинки и ребята, увлечённые гонками, но за каждым поворотом трассы скрываются тайны.
02.30	«Бодо Бородо. БОДОпутешествия». (0+)	02.00	«Барбоскины». (0+)	23.15	«Простоквашино». (0+)
03.00	«Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)	04.00	«Жужжалка». (0+)	01.35	«Смешарики». (0+)
		04.05	«Три кота». (0+)		

#### Детский мир

ВРЕМЯ	Описание
06.00, 12.00, 18.00	«Команда МАТЧ». (0+)
06.15, 10.10, 12.15, 16.55, 18.15	«Шушумагия». (0+)
06.20, 09.45, 11.40, 12.20, 15.10, 16.30, 18.20, 21.45, 23.40	«Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40	«Робозуна». (6+)
07.50, 19.50	«Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55	«Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
08.25, 14.25, 20.25	«Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
08.45, 15.25, 20.45	«Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
09.20, 16.05, 21.20	«Колобанга». (6+)
09.55, 16.40	«Тоботы. Детективы Галактики. Тайна Свэга». (6+)
10.20, 17.05, 22.20	«Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45	«Карбот». (6+)
11.15, 14.45, 23.15	«Патруль Дино». (0+)
13.50	«Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
21.55	«Бабушкины сказки». (12+)

#### Мультиландия

ВРЕМЯ	Описание
06.00	«Котики, вперед!» (0+)
07.30	«Чебурашка». (0+)
08.15	«Три кота». (0+)
11.30	«Чебурашка». (0+)
12.00	«Простоквашино». (0+)
18.10	«Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00	«Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00	«Чемпионы». (6+)
23.00	«Корова мечтала». (0+)
	В музыкальном фильме рассказывается о корове и божьей коровке, которыми захотелось поменяться местами. Однако оказалось, что все-таки лучше оставаться тем, кто ты есть.
23.05	«Крылья для друга». (0+)
	История о том, как важно помогать и поддерживать друг друга.
23.10	«Кораблик, который хотел летать». (0+)
23.15	«Бодо Бородо». (0+)
02.00	«Монсики». (0+)
03.45	«Простоквашино». (0+)

### ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

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

### Православный календарь

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



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

Постный день.

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

Прп. Ефрем Сирий

### НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Вокруг них удивительная природа, красивейшие леса и реки, богатые полезными ископаемыми земли. Они могут похвастаться интересной историей, уникальной архитектурой и современной инфраструктурой. Всё это о городах Сибири и Дальнего Востока. В своё время многие из них были основаны как небольшие поселения, остроги или военные посты, а со временем стали важнейшими центрами торговли, промышленности, культуры и науки.

# Города Сибири и Дальнего Востока



**1** Этот красивый город появился в XVII веке на реке Лене как острог и стал одним из ключевых пунктов освоения северо-востока России. Интересно, что первоначально его построили в одном месте, но уже через несколько лет полностью перенесли выше по течению реки из-за неудобного расположения и угрозы затоплений. Несмотря на это, город сохранил своё имя и статус важного административного центра региона. Какой это город?

а) Дудинка. б) Норильск. в) Якутск.

**2** В XVIII веке этот город стал центром торговли в Восточной Сибири, в том числе благодаря своему расположению на пути в Китай. Через него шли караваны с грузами из Европы в Азию и из Азии в Европу. Кстати, купцы быстро разбогатели на чайной торговле. Со временем город стал отстраиваться и в камне, появились учебные заведения и театры. Город стал и культурным центром региона. О каком городе идёт речь?

а) Новосибирск. б) Иркутск. в) Горно-Алтайск.

**3** Этот город был основан в начале XVII века как крепость для защиты переправы через правый приток Оби. Со временем стал крупным образовательным центром Сибири - здесь открылся первый университет за Уралом. Однако после строительства Транссибирской магистрали город оказался в стороне от главного железнодорожного маршрута и утратил свою значимость в качестве одного из главных административных центров Сибири. Это город...

а) Омск. б) Томск. в) Красноярск.

**4** История этого города началась в середине XIX века как история военного поста. Расположение на берегу бухты сделало его идеальным местом для военно-морской базы. Ещё одна подсказка: история этого города тесно связана с именем генерал-губернатора Восточной Сибири Николая Николаевича Муравьёва-Амурского. Считается, что именно он предложил назвать город именно так. Кстати, в этом городе заканчивает свой долгий путь на восток Транссибирская магистраль. Ну конечно, это город...

а) Владивосток. б) Петропавловск-Камчатский. в) Магадан.

**5** А этот город вырос в позапрошлом веке в стратегически важный центр в том числе благодаря своему географическому положению на пересечении водного и железнодорожного путей. В конце XIX века здесь сошлись Транссибирская магистраль и важная речная артерия Дальнего Востока - река Амур. Это город...

а) Хабаровск. б) Благовещенск. в) Николаевск-на-Амуре.

**6** Этот сибирский город долгое время считался «столицей Сибири». А после реформ императора Петра I стал административным центром Сибирской губернии. В XVII-XVIII веках именно отсюда управлялись огромные территории, через этот город проходили торговые пути из Азии в Европу. Однако позже значение этого города снизилось, административные функции были переданы другим городам, выросшим в Сибири и на Дальнем Востоке. Кстати, украшением этого города и сегодня является каменный кремль. Назовите этот сибирский город.

а) Барнаул. б) Тюмень. в) Тобольск.

### ОТВЕТЫ

1-в. Якутск. 2-б. Иркутск. 3-б. Томск. 4-а. Владивосток. 5-а. Хабаровск. 6-в. Тобольск.

 ПЕРВЫЙ


09.00 «Умницы и умники». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»  
 09.00 «Умницы и умники». (12+)  
 09.45 «Слово пастыря». (0+)  
 10.00 Новости (с субтитрами)  
 10.15 Премьера. «Счастье у обрыва». К 55-летию со дня рождения Анастасии Заворотнюк». (12+)  
 11.10 «Вспомнить всё». (12+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 Премьера. «Рокот космодрома». (12+)  
 13.10 Премьера. «Слово не воробей». (12+)  
 14.10 «30 лет вместе». «Игры, в которые играют люди». (12+)  
 15.35 «30 лет вместе». «Больше чем спорт». (12+)  
 17.00, 18.20 Русский вызов. Турнир сильнейших фигуристов. Битва поколений в уникальном соревновании за звание лучших на льду. Прямой эфир  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 21.00 «Время»  
 21.35 Весенние игры «Что? Где? Когда?». (16+)  
 22.45 Премьера. «Команды». (16+)  
 23.50 «Нам Джун Пайк: Луна - первый телевизор». (18+)  
 01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)  
 09.00 Страна советов. (16+) Цикл программ о товарах народного потребления и услугах. Вместе с ведущим проекта Романом Перельгиным команда программы находит в Сети популярные лайфхаки и проверяет на собственном примере, все ли советы полезны и пригодны к применению.  
 09.30 «Стройнадзор». (16+)  
 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)  
 19.35 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)  
 00.00 Известия. Главное. (16+)  
 01.05 Светская хроника. (16+)  
 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

## РОССИЯ 1 РОССИЯ



12.00 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота  
 08.00 Местное время. Суббота  
 08.35 «По секрету всему свету»  
 09.00 «Формула еды». (12+)  
 09.25 «Пятеро на одного»  
 10.10 Сто к одному  
 11.00 Вести  
 11.30 «Наши. Военкоры». (12+)  
 12.00 «Доктор Мясников». (12+)  
 13.00 Большие перемены Сегодня «Большие перемены» в гостях у легендарного футболиста Александра Панова. Вся страна замирала у экранов, когда он выходил на поле и делал невозможное.  
 14.00 Вести  
 14.30 Большой юмористический концерт к 70-летию Ефима Шифрина. (16+)  
 17.00 Вести  
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)  
 20.00 Вести  
 20.50 Вести. Местное время  
 21.00 «СУДЬБА ПОВСЮДУ ВСТРЕТИТСЯ». (16+) Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Рысева, Иван Батарев. Накануне родов Ксения Макеева узнаёт, что в аварии погибли её мать и муж. Несмотря на потрясение и шок, она рождает сына Антошку.  
 00.40 «СВЕТЛАНА». (12+)

## ЗВЕЗДА

- 05.15 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)  
 07.05 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)  
 09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)  
 09.15 «Второе мнение». (12+)  
 09.45 «СССР. Знак качества». (12+)  
 10.35 «Не факт!» (12+)  
 11.05 «Легенды музыки». (12+)  
 11.35 «Легенды кино». (12+)  
 12.25 13.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)  
 14.45 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)  
 16.20 19.25 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)  
 21.15 Галерея звезд. (12+)  
 22.55 «ДВОЙНОЙ КАП-КАН». (16+)  
 02.50 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)

## ТВЦ



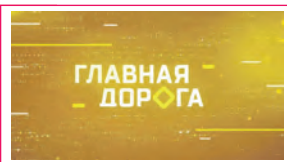
10.55 «Просто & вкусно». (6+)

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

## ОТР

- 06.00 «Почитаем!» (16+)  
 06.15 «КАВАЛЕР ЗОЛОТОЙ ЗВЕЗДЫ». (16+)  
 08.15 17.00 Пётр Первый. (12+)  
 09.00 15.50 «Календарь». (12+)  
 09.25 03.30 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (16+)  
 11.00 12.05 «ДЕЖАВЮ». (16+)  
 12.00 15.00 19.00 Новости  
 12.50 «Как Иван Пигарёв сон изучал». (16+)  
 14.05 «Большая страна». (12+)  
 15.05 Спецрепортаж. (12+)  
 15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)  
 15.35 «Отчий дом». (12+)  
 16.15 «Очевидно. Вероятно»  
 17.25 01.35 «СЛУЧАЙ ИЗ СЛЕДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ». (16+)  
 19.15 «Очень личное». (12+)  
 19.55 «Вспомнить всё». (16+)  
 20.20 «ПРОГУЛКА». (16+)  
 21.50 «ВАТЕЛЬ». (16+)  
 23.35 «ПЧЕЛОВОД». (16+)

## НТВ



10.20 «Главная дорога». (16+)

- 04.40 «УБЕЙ МЕНЯ! НУ, ПОЖАЛУЙСТА». (16+)  
 06.20 «Жди меня». (12+)  
 07.20 «Смотр». (0+)  
 08.00 «Сегодня»  
 08.20 «Неограниченные возможности». (16+)  
 09.20 «Едим дома». (0+)  
 10.00 «Сегодня»  
 10.20 «Главная дорога». (16+)  
 В новом выпуске «Главной дороги» Андрей Федорцов и Денис Юченков покажут, как правильно поставить знак аварийной остановки  
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)  
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)  
 13.00 «Сатья». (16+)  
 14.00 «Поедем, поедим!» (16+)  
 15.00 «Своя игра». (0+)  
 16.00 «Сегодня»  
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)  
 17.00 «Следствие вели...» (16+)  
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым  
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)  
 21.20 «Секрет на миллион». (16+)  
 23.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)  
 01.35 ЧП. Расследование. (16+)  
 02.10 «Дачный ответ». (0+)  
 03.00 «ПРАВИЛА МЕХАНИКА ЗАМКОВ». (16+)

## МОСКВА 24

- 06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.00 20.00 20.30 21.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 «Новости». (16+)  
 06.35 17.30 «Качество жизни». (12+)  
 11.35 15.35 16.20 19.30 20.35 01.30 04.35 05.35 «Спецреп». (12+)  
 12.30 02.15 «Спецпроект. Наука». (12+)  
 13.35 «Куки-внуки». (12+)  
 14.25 23.15 «Сити». (12+)  
 14.50 16.50 19.50 «Москва - столица спорта». (12+)  
 17.50 «Это Москва». (12+)  
 18.00 22.00 «Москва. Итоги недели с Дмитрием Щугоревым». (12+)  
 21.30 03.30 «Откройте, Давид». (12+)  
 00.10 «Мослестрой». (12+)

## РОССИЯ К

РОССИЯ К Культура



18.35 Линия жизни

- 06.30 Библейский сюжет  
 07.05 «Мультфильмы»  
 08.30 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ»  
 10.00 Мы - грамотеи!  
 10.45 «Об Анне Ярославне через тысячу лет»  
 11.35 «ИЩУ ЧЕЛОВЕКА» 90 лет Михаилу Богину  
 13.10 Война Элины Быстрицкой  
 13.30 «Земля людей»  
 13.55 Черные дыры. Белые пятна  
 14.40 «Коллекция»  
 15.10 01.45 «Заповедное»  
 15.55 Рассказы из русской истории  
 16.50 Энигма  
 17.30 «БОЛЬШОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»  
 18.35 Линия жизни В студии программы «Линия жизни» - Сергей Лейферкус, народный артист РСФСР, мировая оперная знаменитость. Ему аплодируют лучшие оперные сцены мира. В его оперном репертуаре 95 ролей.  
 19.30 Новости культуры  
 19.50 «А ТЕПЕРЬ, ДАМЫ И ГОСПОДА...»  
 22.00 Агора  
 23.00 Игорь Бутман и Московский джазовый оркестр  
 00.30 «МАЛЕНЬКОЕ ОДОЛЖЕНИЕ»  
 02.30 Мультфильмы для взрослых  
 03.00 Перерыв в вещании

## 360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 06.30 00.40 «Док. фильм». (16+)  
 07.00 14.30 «Всё просто!» (12+)  
 07.30 13.00 «Внимание, еда!»  
 07.50 «Погода 360». (6+)  
 08.00 «Будни». (16+)  
 09.00 «Погода для похода»  
 10.00 «Погода на любой вкус». (16+)  
 11.00 «Весна в Подмосковье»  
 11.30 «Поездка со вкусом»  
 12.00 20.00 «Новости 360»  
 12.30 «Сделано в России». (12+)  
 14.00 «ИнДизайн». (12+)  
 15.00 «Простая медицина»  
 15.30 «СССР. Знак качества»  
 16.10 «За МКАДром». (12+)  
 16.40 «Это Китай!» (16+)  
 18.30 «Полиция в городе». (16+)  
 19.20 «Ростгвардия». (16+)  
 19.30 «Я взломан». (16+)  
 20.30 «Интервью 360». (16+)  
 21.00 «Что происходит?» (16+)  
 21.30 «Шестое чувство». (16+)  
 23.20 «Криминальный берег»  
 23.30 «Умысел и смысл». (18+)

## СТС



06.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
 08.50 ПроСТО кухня. (12+)  
 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)  
 10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)  
 11.00 ПРЕМЬЕРА! «ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ В ВЫХОДНЫЕ?» (16+)  
 12.05 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-3». (12+)  
 13.50 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ. ГРАНДИОЗНОЕ БУРУНДУКЛОЧЕНИЕ». (12+)  
 15.40 «КОРОЛЕВСКАЯ НЯНЯКА». (12+)  
 17.35 «ШАНХАЙСКИЙ ПЕРЕВОЗЧИК». (16+) Китай - США, 2017 г. Криминальный боевик. В ролях: Орландо Блум, Саймон Ям, Линн Хун. Агент частной охранной организации Дэнни Страттон сопровождает ценный груз из Шанхая. Дэнни и его команде необходимо доставить в Лондон бесценную вазу...  
 19.25 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)  
 21.10 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)  
 23.20 «ХЕЛЛБОЙ». (18+)  
 01.35 «ДРУГОЙ МИР-2: ЭВОЛЮЦИЯ». (18+)  
 03.10 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)  
 04.40 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)  
 05.15 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 08.00 12.50 23.35 02.10 «Новости дня». (16+)  
 06.15 07.05 Энциклопедия. (16+)  
 06.40 02.55 «Москва на все времена». (16+)  
 07.30 Звезды советского экрана. (16+)  
 08.10 «САДКО». (6+)  
 09.40 «ЛЁГКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
 11.20 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (16+)  
 13.00 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС». (16+)  
 16.10 «Московский детектив». (16+)  
 16.35 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ЧЁРНОЙ «ВОЛГИ». (16+)  
 18.20 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)  
 19.50 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (16+)  
 21.15 22.25 «МЁРТВЫЙ СЕЗОН». (16+)  
 23.45 «ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>05.00 03.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>16.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>16.55 Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «Добровозфире». (16+)</p> <p>20.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)</p> <p>21.40 «ВЫШКА». (16+)</p> <p>23.45 «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)</p> <p>02.05 «ТЕХАССКАЯ РЕЗНЯ БЕНЗОПИЛОЙ ЗД». (18+)</p>	<p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «Время завтрака». (16+)</p> <p>09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.55 «Новая битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>Новые лица, новые герои, новые испытания и душеворажающие истории из жизни самых простых зрителей. Участники проекта должны доказать, что они настоящие экстрасенсы, и продемонстрировать свои необычные способности на многомиллионную аудиторию.</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>02.20 «Женский стендап». (18+)</p> <p>03.45 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.45 «КОД «М»: В ПОИСКАХ ШПАГИ Д'АРТАНЬЯНА». (12+)</p> <p>11.45 «ВЫПУСТИ МЕНЯ». (16+)</p> <p>13.30 «РЯД 19». (16+)</p> <p>15.00 «В ПАСТИ ОКЕАНА». (16+)</p> <p>17.00 «ТУННЕЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)</p> <p>19.00 «ЖИЩНИКИ». (16+)</p> <p>Кения, 2021 г.</p> <p>Обычное сафари в заповеднике Кении превращается в сущий кошмар из-за одной ошибки. Однако нападение носорога становится лишь первым испытанием...</p> <p>21.00 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>22.45 «ПИРАНЬИ ЗДД». (16+)</p> <p>00.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (18+)</p> <p>01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>18.50 «+100500». (16+)</p> <p>06.10 Улётное видео. (16+)</p> <p>08.30 Автоблог Че! (16+)</p> <p>Добро пожаловать в лабораторию нестандартных впечатлений - «Автоблог «Че!». Здесь не будет скучных технических характеристик и нудных обзоров. Только безумные эксперименты, сумасшедшие изобретения, роскошные тачки и увлекательные путешествия.</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-8». (16+)</p> <p>18.50 «+100500». (16+)</p> <p>21.10 «Женский 100500». (16+)</p> <p>Новое юмористическое шоу на «Че!». Это не попытка переписать классику. Это свежий взгляд на популярный формат, где главным навигатором становится женская интуиция.</p> <p>21.40 «+100500». (16+)</p> <p>00.00 «ОПЕРАЦИЯ В КРАСНОМ МОРЕ». (18+)</p> <p>02.20 Большой кэш. (16+)</p> <p>03.50 Утилизатор. (12+)</p>	<p>14.25 Баскетбол</p> <p>06.00 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>07.00, 09.00 Новости</p> <p>07.05, 16.25, 19.15, 00.00 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05 «Команда МАТЧ». (0+)</p> <p>09.25 «Век нашего спорта». (12+)</p> <p>10.00 Матч! Парад. (6+)</p> <p>10.30, 12.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Пр.тр.</p> <p>14.25 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Уралмаш» (Екатеринбург). Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>17.05 Футбол. «Мальорка» - «Реал» (Мадрид). Чемпионат Испании. Пр.тр.</p> <p>19.30 Футбол. «Ахмат» (Грозный) - «Краснодар». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>21.45 Футбол. «Атлетико» - «Барселона». Пр.тр.</p> <p>01.00 Волейбол. (6+)</p> <p>03.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.</p>	<p>10.15 Уютное утро. (16+)</p> <p>06.20 «ПЕРВЫЙ ДЕНЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)</p> <p>10.15 Уютное утро. (16+)</p> <p>10.50 «ЕЁ ТАЙНА». (16+)</p> <p>Россия, 2025 г. Мелодрама. В ролях: Евдокия Лаврухина, Ефим Архипов. Парикмахер Дарья Калинина обращается к гадалке Лине, чтобы снять венец безбрачия. Во время обряда Дарья передает способность видеть прошлое людей при прикосновении.</p> <p>19.00 «ЧУЖИЕ ЛЮДИ». (16+)</p> <p>Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Фурса, Антон Денисенко. Счастливая Вера Васильева ждёт ребёнка от любимого мужчины и собирается за него замуж, когда всплывает неприглядная правда...</p> <p>23.15 «И РАСЦВЕЛ ПОДСОЛНУХ...» (16+)</p> <p>02.55 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>05.25 «УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ». (16+)</p>	

## О НЕУДАЧАХ В ПОСТЕЛИ МОЖНО ЗАБЫТЬ!



Знаете, почему мужчины больше всего на свете боятся «осечек»? Нет не потому, что это удар по самолюбию. И не потому, что это проблема, о которой стыдно поговорить даже с друзьями. Самое страшное – это перспектива оказаться ненужным. Мужчине настолько необходимо чувствовать себя сексуально востребованным – прежде всего любимой женщиной – что это распространяется на все остальные стороны жизни. Когда все в порядке в постели – и на работе дела спорятся, и спортом хочется заниматься, и настроение прекрасное!

Но в жизни – сплошные проблемы и стрессы. Ну как тут без «осечек»? Очень просто: нужно впустить в свою жизнь «MARAFFON» (МАРАФОН). Средство, которое поддержит потенцию на должном уровне! Оно всего за одно-два применения поможет вспомнить, каково это – быть неутомимым в постели, видеть восхищенные глаза любимой женщины и чувствовать себя молодым!

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66**  
Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

\*\*\*  
– Решил заняться спортом.  
– И как успехи?  
– Поднимаюсь на лифте строго со 2-го этажа.

\*\*\*  
– Взрослая жизнь – жестокая. Вот ты хорошо поел, а тебя никто за это не похвалит.  
– А когда хорошо выпьешь, ещё и ругают.

\*\*\*  
Ребёнок разгадывает кроссворд: «Без неё не приготовишь блины» – четыре буквы, первая «М». Он без колебаний пишет: «мама».



## ПЕНСИОНЕРАМ!

Доход на всю жизнь!

- до 12 млн руб сразу
- до 50 000 руб ежемесячно
- оплаченные услуги ЖКХ
- пожизненное проживание в собственной квартире



Тел.: 8 (495) 211-57-71

ИП Спелченко Е.В. Является плательщиком ренты  
ОГРНИП 32526510004300, ИНН 263512685476. Реклама

НА ДОСУГЕ



## Найди 10 отличий Весна идёт!

Снег тает, солнышко светит ярко, цветы распускаются, душа радуется...

Ответы: Кусты слева, облака там же, слева, в первом окне справа, облака в первом и втором окне справа, облака между первым и вторым окнами, элемент декора между первым и вторым окнами, элемент декора под ним, цветок рядом, цвет юбки, элемент декора слева, элемент декора справа, элемент декора там же, под-

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for MOSFILM, TV1000, and VIJU TV1000 RUSSKOE. Contains movie titles and times like '06.55 ДУБРАВКА', '08.20 ПРОПАЛО ЛЕТО', '11.20 ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАГА'.

Table with columns for ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, and ДОМ КИНО. Contains titles like '01.20 РУКИ ПРОЧЬ!', '03.10 СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ', '04.30 БОГИ ЕГИПТА'.

Table with columns for РУССКИЙ РОМАН, СИНЕМА, РОДНОЕ КИНО, and РЕТРО. Contains titles like '08.00 ПОДМЕНА', '10.55 КНЯЖНА ИЗ ХРУЩЕВКИ', '14.15 ЦВЕТ СПЕЛОЙ ВИШНИ'.

Table with columns for СУББОТА!, ФЕНИКС ПЛЮС КИНО, CTC LOVE, and ТВ21. Contains titles like '05.00, 11.50 Маша и Медведь', '08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00'.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns for МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, and Ю. Contains titles like '05.00 ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ', '06.30 КАЛАШНИКОВ', '08.10 ПО ЛЕЗВИЮ БРИТВЫ'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIJU HISTORY, and ИСТОРИЯ. Contains titles like '00.00 Святой Архипелаг', '00.05 Революция LIVE', '01.45 По законам чести'.

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, and ЖИВИ!. Contains titles like '06.00, 08.10, 12.20, 15.00, 23.30 Дачные радости', '06.00, 07.40, 09.00, 21.45'.

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

**СПОРТ**

**МАТЧ! СТРАНА**

**06.00** Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Спринт. Трансляция из Кировска. (6+)

**08.00** Волейбол. Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. (6+)

**09.50** «Что за спорт?» (12+)

**10.15, 18.55, 05.35** Страна смотрит спорт. (12+)

**10.40, 01.35** «Небесная грация». (6+)

**11.00, 16.20, 19.20** Новости. (0+)

**11.05** «Человек из футбола». (12+)

**11.35, 16.00, 18.35** «Страна спортивная». (12+)

**11.55** Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) - «Тюмень». Прямая трансляция

**13.55** Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал 4-х. 1/2 финала. ЦСКА - «Астраханочка» (Астрахань). Прямая трансляция из Москвы

**15.35** «Век нашего спорта. Тамара Манина». (12+)

**16.25** «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)

**16.55** Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал 4-х. 1/2 финала. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Звезда» (Московская область). Прямая трансляция из Москвы

**19.25** Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Женщины. Трансляция из Мурманска. (6+)

**21.25** Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Мужчины. Трансляция из Мурманска. (6+)

**23.20** Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) - «Уралмаш» (Екатеринбург). (6+)

**01.10** «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)

**01.55** Футзал. Бетсити Суперлига. «Синара» (Екатеринбург) - «Тюмень». (6+)

**03.40** «Династия. Карасёвы». (12+)

**04.10** Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал 4-х. 1/2 финала. ЦСКА - «Астраханочка» (Астрахань). Трансляция из Москвы. (6+)

**МУЗЫКА**

**МУЗ-ТВ**

**05.00** Золотая лихорадка. (16+)

**06.30** PRO-новости. (16+)

**06.50** Плейлист | Весна. (16+)

**07.40** Звёзды о звёздах. (16+)

**08.40** PRO-новости. (16+)

**09.00** Звёзды на утро. (16+)

**10.00** У-Дачный чарт. (16+)

**11.00** Тор чарт Европы плюс. (16+)

**12.00** PRO-новости. Лучшее. (16+)

**12.30** Звёздный разбор. (16+)

**13.00** Top-30: Русский плейлист недели. (16+)

**15.00** Приехали! Латинская Америка. Патагония. (16+)

**15.30** Хит-Сториз. (16+)

**16.00** От «Экспоната» Шнурова до «Баклажана» Тимати. (16+)

**17.00** Премия МУЗ-ТВ-2024. «Возвращение». Лучшее. (16+)

**19.30** Народное диско. (16+)

**20.30** Танцпол. (16+)

**22.30** Dance чарт. (16+)

**23.30** Танцпол. (16+)

**01.00** Карaoke хит. (16+)

**02.00** Лайкер. (16+)

**03.00** Золотая лихорадка. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

**МУЛЬТ**

**06.00, 12.30, 19.40** 10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)

**05.05** «Лео и Тиг открывают зрителям бескрайнюю природу Приморского края. (0+)

**11.00** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

**11.30, 03.00** «Ми-Ми-Мишки». (0+)

Приключения неутомимых озорников: бурого медвежонка Кеши и белого - по имени Тучка.

**12.00, 00.00** «Ми-Ми-Мишки. Книга предсказаний». (0+)

**12.05** «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Морские волки». (0+)

**12.10** «Сказочный патруль. Дорога домой. Камневержец Могучий». (0+)

**12.20** «Мини-Мишки. Клад». (0+)

**17.00** «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)

**19.00** Мультфильмы! «Сказочный патруль. Дорога домой. Камневержец Могучий», «Волшебная кухня. Пирог с бананом и шоколадом», «Мини-Мишки. Клад», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Морские волки», «Волшебная кухня. Ленивые вареники», «Ми-Мишки. Книга предсказаний». (0+)

**05.00** «Малышарики. Умные песенки». (0+)

**09.00** «Три кота». (0+)

**09.00** «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)

**09.20** «Барбоскины». (0+)

**12.30** «Осторожно, обезьянки!». (0+)

**12.40** «Барбоскины». (0+)

**15.00** Кино! «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)

Привычный ход вещей нарушен! Цирковая собака Белка больше не выйдет на манеж покорять сердца зрителей, а дворняжка Стрелка не будет ночевать в подворотнях и искать себе пропитание. Теперь они не просто собаки, а члены отряда космонавтов.

**16.25** Кино! «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)

**17.40** «Барбоскины». (0+)

**21.30** Кино! «Принцесса и дракон». (6+)

**22.35** «Барбоскины». (0+)

**00.00** «Царевны». (0+)

**03.00** «Три кота». (0+)

**ДЕТСКИЙ МИР**

**06.00, 14.00, 22.00** «Команда Флоры». (6+)

Каждый день Команда Флоры предотвращает экологические бедствия, переживает захватывающие приключения и узнает что-то новое об окружающем мире. Чем опасен простой пластиковый пакет, выброшенный в море? Как правильно разделять мусор и утилизировать батарейки? На эти и многие другие вопросы ответит Флора и ее удивительные друзья со сверхспособностями. Применяя силу растений и удивительную технику, изобретенную Флорой, команда спешит туда, где раздаётся сигнал «Зелёной тревоги».

**08.35, 16.35, 00.35** «ВФ. Пушистые друзья». (6+)

**10.20, 18.20, 02.20** «Ум и Хрум». (0+)

**11.35, 19.35, 03.35** «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)

**06.00** «Простоквашино». (0+)

**08.30** «Чебурашка». (0+)

**09.30** «Три кота». (0+)

В маленьком уютном домике живёт кошачья семья - мама, папа и три котёнка. Старший котёнок Компот умный и рассудительный, средний - Коржик - веселчак, а младшая Кармелка самая сообразительная.

**20.00** «Кот Басик». (0+)

У самого обычного молодого программиста живет совершенно необычный кот по имени Басик. Он наделен сверхъестественным интеллектом. Впрочем, это никого не удивляет. В современном мире не принято удивляться. И очень зря! Ведь Басик действительно удивительный кот.

**21.00** «Три кота». (0+)

**00.00** «Бодо Бородо». (0+)

**02.00** «Монсики». (0+)

**03.45** «Простоквашино». (0+)

**МУЛЬТИЛАНДИЯ**

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**СПАС**

**05.00** Церковь и мир. (0+)

**05.20** Завет. Жизнь Христа. (6+)

**06.05** Всех радостей радость. (0+)

Фильм про Локотскую икону Божией Матери: об истории происхождения образа, чудесах и исцелениях, связанных с ней.

**07.15** Моя большая семья. (6+)

**08.15** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

**09.10** Простые чудеса. (12+)

**10.10** Лето Господне. Лазарева суббота. (6+)

**12.00** Глобус православия. (12+)

**13.00** Свидетели Христа. Мученики первых веков. 4 серия. (6+)

**14.30, 15.20, 16.10** «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 5-7 серии. (0+)

Сериял. Греция, 2022 г.

**17.00** Всенощное бдение. Прямая трансляция. (0+)

**19.30, 20.30** «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА». 8-9 серии. (0+)

**21.35** Простые чудеса. (12+)

**22.35** Русский мир. (12+)

**23.40** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

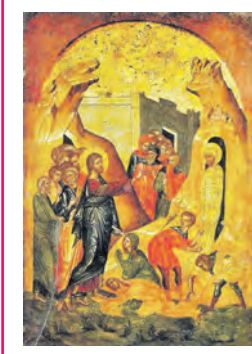
**00.50** Спас-стрим. (0+)

**02.20, 03.15** Птичка. 1-2 серии. (0+)

**04.05** Русский мир. (12+)

**Православный календарь**

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



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

**Постный день. Разрешается рыбная икра.**

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

**СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ**

<b>30 марта</b>	Восход: 6 ч. 03 м. Заход: 19 ч. 04 м. Долгота дня: 13 ч. 01 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
<b>31 марта</b>	Восход: 6 ч. 00 м. Заход: 19 ч. 06 м. Долгота дня: 13 ч. 06 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
<b>1 апреля</b>	Восход: 5 ч. 58 м. Заход: 19 ч. 08 м. Долгота дня: 13 ч. 10 мин.	Растущая Луна в знаке Весов
<b>2 апреля</b>	Восход: 5 ч. 55 м. Заход: 19 ч. 10 м. Долгота дня: 13 ч. 15 мин.	Полнолуние, Луна в знаке Весов
<b>3 апреля</b>	Восход: 5 ч. 53 м. Заход: 19 ч. 12 м. Долгота дня: 13 ч. 19 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
<b>4 апреля</b>	Восход: 5 ч. 50 м. Заход: 19 ч. 14 м. Долгота дня: 13 ч. 24 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
<b>5 апреля</b>	Восход: 5 ч. 47 м. Заход: 19 ч. 16 м. Долгота дня: 13 ч. 29 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона

**НАШ КАЛЕНДАРЬ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ**

**ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ**

**30 МАРТА**  
В 1613 году Иван Су-санин совершил свой подвиг.  
В 1934 году в Мурманске состоялась первая Полярная Олимпиада.

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

**1 АПРЕЛЯ**  
В 1938 году состоялась первая широкая презентация растворимого кофе.

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

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

**4 АПРЕЛЯ**  
В 1147 году в летописи впервые упомянут город Москва.  
В 1719 году началось строительство Ладожского канала.  
В 1932 году биохимик Ч.Г. Кинг впервые выделил витамин С.

**5 АПРЕЛЯ**  
В 1722 году Якоб Рогевен открыл остров Пасхи.  
В 1913 году Нильс Бор предложил планетарную модель строения атома, которая впоследствии стала основой квантовой механики.  
В 1977 году начался выпуск автомобиля повышенной проходимости ВАЗ-2121 «Нива».В 1991 году основана российская авиационная группа пилотажа «Русские Витязи».

**ИМЕНИННИКИ**

**НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ**

**30 МАРТА.** Александр, Алексей, Виктор, Макарий.  
**31 МАРТА.** Димитрий, Кирилл, Наталия, Трофим.  
**1 АПРЕЛЯ.** Дария, Иннокентий, Иоанн, София.  
**2 АПРЕЛЯ.** Александра, Иулиания, Клавдия, Никита, Савва, Севастиан, Феодосия.  
**3 АПРЕЛЯ.** Владимир, Кирилл, Серафим.  
**4 АПРЕЛЯ.** Василий, Исаакий.  
**5 АПРЕЛЯ.** Анастасия, Варвара, Илия, Константин, Лидия, Никон, Сергей, Стефан.

**ПРАЗДНИКИ**

**НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ**

**30 МАРТА** ■ День войск ракетно-космической обороны (РКО) РФ ■ День ремесленника  
**31 МАРТА** ■ День лимонов и апельсина  
**1 АПРЕЛЯ** ■ День смеха ■ Международный день птиц  
**2 АПРЕЛЯ** ■ Международный день детской книги ■ Международный день проверки фактов  
**3 АПРЕЛЯ** ■ Всемирный день вечеринки ■ Всемирный день водных животных  
**4 АПРЕЛЯ** ■ День веб-мастера ■ Международный день интернета ■ Международный день моркови  
**5 АПРЕЛЯ** ■ День геолога ■ День неонатолога ■ День закупщика и тендерного специалиста

**НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ**

**На Кириллов марток продерёт холодок**

**30 марта** считалось днем Алексея Тёплого. В этот день было принято наблюдать за ручьями: если они большие, то и половодье будет большим.  
**31 марта**, день Кирилла - Дери полоза, было много приговорок: «На Кирилла и спереди, и сзади - зима» (то есть весенних заморозков); «На Кириллов марток продерет холодок».

**1 апреля** называли днем Дарьи Грязной, поскольку снег начинал таять и появлялось много грязи во дворах. Если ночью облака затягивали небо и звезд было не видно, то ждали потепления.  
**2 апреля**, наблюдали за погодой: синие облака предвещали тепло и дожди, теплая погода днем и холодная ночью сулили скорое приближение погожих дней.  
В день Кирилла Катанника, **3 апреля**, следили за деревьями. Если береза распускала листья раньше, чем листья, то лето будет засушливое.  
На **4 апреля**, день Василия Солнечника, гадали на солнце: если оно всходит в красных кругах, то урожай будет богатым.  
В Никонов день, **5 апреля**, наблюдали за животными: кошка кашляет или чихает - к дождю, белка из гнезда вышла - к теплу.

— Любимый, я нашла твою заначку и пустила её в ресторане с подружками...  
— Ничего страшного, дорогая, это я тебе на новую шубу копил.

**ТЕЛЕК**

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».  
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77734 от 29.01.2020 г.  
Издается с февраля 2012 года

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.  
Тел. 8-495-580-95-77  
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.  
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.  
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.  
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.  
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru  
Отдел подписки:  
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

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

№ 13 (738). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 24.03.2026 г., фактическое: 01.00 час. 24.03.2026 г. Дата изготовления: 24.03.2026 г. Срок годности не ограничен. Дата выхода в свет 25.03.2026 г. Тираж 730 740. Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 624. Выходит во всех областях ЦФО. Общий тираж 835 850. Сайт газеты telek.kardos.media  
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 п.л. Розничная цена свободная.  
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

**1 ПЕРВЫЙ**



06.55 «Часовой». (12+)

06.00 Новости  
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)  
06.55 «Часовой». (12+)  
07.25 «Здоровье». (16+)  
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)  
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)  
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих». (12+)  
11.10 «Повара на колесах». (12+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «Будем жить!» (16+)  
13.15 «Видели видео?» (0+)  
14.40 «30 лет вместе». «Песни о главном». (12+)  
16.20 «30 лет вместе». «Магия кино». (12+)  
Что осталось за кадром самых любимых зрителями художественных фильмов и сериалов Первого канала? Артисты, режиссеры и продюсеры раскрывают секреты и подробности съемок кино, которое сегодня принято называть культовым.  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 Премьера. «До Ре». (12+)  
21.00 «Время»  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

**5 5-й КАНАЛ**

05.00 «ПИЛИГРИМ-3». (16+)  
08.00 «НАСТОЯЩИЙ-3». (16+)  
09.00 Фирменный рецепт. (12+)  
09.30 «НАСТОЯЩИЙ-3». (16+)  
23.00 «ВСЁ СНАЧАЛА». (16+)  
Россия, 2013 г. Криминальный. В ролях: Кирилл Кяро, Наталия Антонова, Георгий Дронов, Владимир Литвинов. Заключенный Павел Стахов получает врачебное заключение: ему осталось жить не более шести месяцев... Павел предлагает своему бывшему партнеру по бизнесу и другу детства, Геннадию, все свои акции в обмен на помощь в организации побега.  
02.45 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



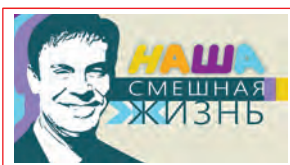
08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым.

05.25 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)  
07.20 «В кругу друзей»  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым  
09.25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)  
В их репортажах – фронтальная жизнь, судьбы и события, которые непременно войдут в историю.  
12.00 «Предательство». (12+)  
13.00 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым. (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 «Парад юмора». (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои: таланты-самородки, кому есть чем гордиться и поразить страну.  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)  
01.40 «Предательство». (12+)  
02.40 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)

**★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА**

04.55 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)  
09.00 «Новости недели». (16+)  
09.25 «Служу России». (12+)  
09.55 «Военная приемка». (12+)  
10.40 «Легенды армии». (12+)  
11.30 «Легенды госбезопасности». (16+)  
12.20 «Война миров». (16+)  
13.10 «Код доступа». (12+)  
14.00 «Улика из прошлого». (16+)  
14.50 «Скрытые угрозы». (16+)  
15.40 «Секретные материалы». (16+)  
16.30 «Загадки века». (12+)  
17.20 «Спецрепортаж». (16+)  
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)  
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)  
23.00 «Фетисов». (12+)  
23.55 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (12+)

**ТВЦ ТВЦ**



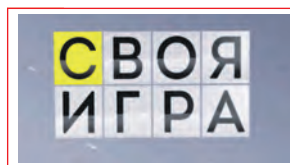
11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)

05.30 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)  
07.00 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)  
09.00 «ПЕРСИДСКАЯ БИРЮЗА». (16+)  
10.55 Полезная программа. (6+)  
11.30 События  
11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)  
12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)  
14.30 Московская неделя  
15.00 «Дорогие товарищи. Смерть в варьете». (16+)  
15.50 «Настоящий детектив. Семейные ценности». (16+)  
16.40 «Охота на маньяка. Дело незнакомца в лифте». (16+)  
17.30 «РОКОВОЙ МУЖЧИНА». (16+)  
Россия, 2025 г. Детектив. В ролях: Анастасия Балякина, Артем Алексеев.  
21.20 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)  
00.05 События  
00.20 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)  
01.10 «Петровка, 38». (16+)  
01.20 «ШАХМАТНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)  
04.30 «Актерские драмы. Печки-лавочки». (16+)  
05.10 «Москва резиновая». (16+)  
05.30 Московская неделя. (12+)

**ОТР ОТР**

06.00 Острова в океане. (12+)  
06.30 «БАНКОВСКИЙ БИЛЕТ В МИЛЛИОН ФУНТОВ СТЕРЛИНГОВ». (16+)  
08.15 17.00 Пёстрый мир. (12+)  
09.00 16.00 «Календарь». (12+)  
09.30 Все по-взрослому  
10.30 03.30 «На приеме у главного врача». (16+)  
11.25 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)  
13.35 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (12+)  
13.50 «Конструкторы будущего». (12+)  
14.05 «Большая страна». (12+)  
15.05 «Моя история». (16+)  
16.30 «Свет и тени». (16+)  
17.15 «ДЕЖАВЮ». (16+)  
19.15 «Клуб главных редакторов». (16+)  
20.15 «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ». (16+)  
21.50 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)  
23.30 «Фильм Нуар». (16+)

**НТВ НТВ**



15.00 «Своя игра». (0+)

04.40 «ПАПЫ». (6+)  
06.40 «Центральное телевидение». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
Разделочные доски! Какую выбрать - из дерева, пластика, металла или стекла - расскажут в новом выпуске «Чуда техники».  
12.00 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
Эпидемиологи пугают нашествием клещей-мутантов: в новом выпуске Артём Шалимов расскажет, как защитить себя и какие средства реально работают.  
14.00 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 «Человек в праве» с Андреем Куницыным. (16+)  
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели с Владимиром Чернышевым»  
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)  
00.00 «Звезды сошлись». (16+)  
01.35 «Основано на реальных событиях». (16+)

**МОСКВА24 МОСКВА 24**

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00  
08.30 09.00 09.30 10.00  
10.30 11.00 12.00 13.00  
14.00 14.30 16.00 17.00  
18.00 19.00 19.30 20.00  
21.00 22.00 23.00 00.00  
01.00 02.00 03.00 04.00  
05.00 «Новости». (16+)  
06.35 16.30 «Куки-внуки». (12+)  
11.35 19.35 20.35 23.35 03.35  
04.35 «Спецреп». (12+)  
12.30 22.30 02.15 «Спецпроект. Наука». (12+)  
13.25 18.30 01.30 «Откройте, Давид». (12+)  
14.35 21.30 «Качество жизни». (12+)  
14.50 16.50 19.50 «Москва - столица спорта». (12+)  
15.00 «Москва. Итоги недели». (12+)  
17.30 «Сити». (12+)  
21.50 «Это Москва». (12+)  
00.10 «Мослекторий». (12+)

**РОССИЯ К РОССИЯ К Культура**



17.15 Пешком...

06.30 Лето Господне  
07.05 Мультфильмы  
07.50 «БОЛЬШОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ»  
08.55 Тайны старого чердака  
09.25 02.05 Диалоги о животных  
10.05 Больше, чем любовь  
10.45 Телеспектакль «Игра». Запись 1979 года  
12.35 Неизвестные маршруты России  
13.15 «Невский ковчег. Теория невозможного»  
13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным  
14.25 Иллюзион  
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»  
17.15 Пешком...  
Остров - райцентр Псковской области, древняя пограничная крепость.  
17.45 «Эстрада, которую нельзя забыть»  
18.35 «Об Анне Ярославне через тысячу лет»  
19.30 Новости культуры  
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярским  
20.25 «Дочери первых космонавтов. Наталия и Оксана Попович»  
21.05 «ЧЕЛОВЕК У ОКНА»  
22.45 Шедевры мирового музыкального театра  
00.35 «ИЩУ ЧЕЛОВЕКА»  
02.50 «Великолепный Гоша»  
03.00 Перерыв в вещании

**360° ПОДМОСКОВЬЕ**

06.00 06.30 «Док. фильм». (16+)  
07.00 14.30 «Всё просто!» (12+)  
07.30 «Дача 360». (12+)  
08.20 «Гостеприимство». (12+)  
09.00 «Погода для похода»  
10.00 «Погода на любой вкус». (16+)  
11.00 «Весна в Подмосковье»  
11.30 «Поездка со вкусом»  
12.00 20.00 «Новости 360»  
12.30 «Сделано в России». (12+)  
13.00 «Внимание, еда!» (12+)  
13.30 «Что происходит?» (16+)  
14.00 «ИнДизайн». (12+)  
15.00 «Простая медицина»  
15.30 «СССР. Знак качества»  
16.10 «За МКАДром». (12+)  
16.40 «Это Китай!» (16+)  
18.40 «Аргентинская ДНК»  
19.35 «Я взломан». (16+)  
20.30 «Закрытый архив». (16+)  
21.25 «Шестое чувство». (16+)  
23.15 «Почему ты это смотришь?» (16+)  
23.30 «Умысел и смысл». (18+)

**СТС СТС**



10.35 «Стражи Арктики». (6+)

06.00 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)  
06.45 «ВОЛШЕБНОЕ ЗЕРКАЛО, ИЛИ ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (6+)  
08.35 «Дозор джунглей». (6+)  
10.35 «Стражи Арктики». (6+)  
12.30 Премьера! Тайный миллионер. (16+)  
14.55 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)  
Россия, 2021 г. Фэнтези. В ролях: Виктор Хориняк, Мила Сивацкая, Елена Яковлева, Константин Лавроненко. Иван обрёл богатырскую силу, злой чародей Роголеб повержен, Белогорье готовится к пиру на весь мир - Иван и Василиса собираются праздновать свадьбу. В самый разгар приготовления к празднику зло снова нападает о себе: Василиса похищена...  
17.00 Премьера! Суперниндзя. Дети. (12+)  
21.05 «ТЕРМИНАТОР: ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ». (16+)  
23.25 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (18+)  
01.30 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)  
02.55 «РЭМБО-2». (16+)  
04.25 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)  
04.40 «100 мест, где поесть». (16+)

**МОСКВА. ДОВЕРИЕ**

05.05 06.10 03.50 04.15  
Энциклопедия. (16+)  
05.35 02.35 «Улицы московские». (12+)  
06.00 08.30 12.50 23.35 02.25  
«Новости дня». (16+)  
06.30 03.15 «Москва на все времена». (16+)  
06.55 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)  
07.40 01.10 «Тайны кино». (16+)  
08.40 «КОРТИК». (16+)  
12.20 «Знайки Москвы». (12+)  
13.00 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС» - 2». (16+)  
16.15 «СОУЧАСТИЕ В УБИЙСТВЕ». (16+)  
17.55 «УНЕСЁННЫЕ ВЕТРОМ». (16+)  
21.50 «КОЛЛЕГИ». (16+)  
23.45 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)

REN	TNT	3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p><b>НАУКА ТЕХНИКА</b></p> <p>11.00 «Наука и техника». (16+)</p>	<p><b>«Однажды в России».</b> (16+)</p>	<p><b>«Леди Баг и Супер-Кот».</b> (6+)</p>	<p><b>УТИЛИЗАТОР</b></p> <p>06.20 Утилизатор. (16+)</p>	<p><b>НОВОСТИ</b></p> <p>09.00 Новости.</p>	<p><b>Пять ужинов.</b> (16+)</p>
<p>05.00 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!». (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>08.55 «Самая народная программа». (16+)</p> <p>09.55 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>11.00 «Наука и техника». (16+)</p> <p>12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>12.55 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>13.55 «Легенды и мифы». (16+)</p> <p><b>16.55 «ПРЕСТУПНИК».</b> (16+)</p> <p><b>19.05 «МЕДАЛЬОН».</b> (16+)</p> <p>США, 2012 г. Боевик.</p> <p><b>21.00 «БОРДЕРЛЕНДС».</b> (16+)</p> <p>23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)</p> <p>23.55 «Документальный спецпроект». (16+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.45 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.50 «Новая битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+)</p> <p>21.00 «Титаны». (16+)</p> <p>Самый масштабный спортивный проект! Теперь лучшие из лучших и сильнейшие из сильнейших атлетов сойдутся в эпических схватках.</p> <p>23.00 «Шоу Воли». (16+)</p> <p>Павел Воля не щадит ни тренды, ни гостей, ни самого себя. Ирония, правда, провокации и сарказм - всё, за что мы его любим. Каждое шоу - это микс из стендапа, жизненных наблюдений и резких заявлений.</p> <p>00.20 «Титаны». (16+)</p> <p>03.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)</p> <p><b>05.50 «САШАТАНЯ».</b> (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p><b>11.00 «КРОВЬ И ШОКОЛАД».</b> (16+)</p> <p><b>13.00 «ВНЕ ВРЕМЕНИ».</b> (16+)</p> <p><b>15.15 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ».</b> (16+)</p> <p><b>17.00 «ХИЩНИКИ».</b> (16+)</p> <p><b>19.00 «ХИЩНЫЕ ТВАРИ».</b> (16+)</p> <p>Австралия, Канада, США, 2025 г.</p> <p>Зефир приехала в Австралию в поисках хорошего места для серфинга...</p> <p><b>21.00 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА».</b> (16+)</p> <p>Великобритания, Канада, США, 2017 г.</p> <p>В индийской резервации «Ветряная река» егеря находят тело молодой индианки Натали...</p> <p><b>23.15 «ДОРОГА В ОДИН КОНЕЦ».</b> (18+)</p> <p>01.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.20 Утилизатор. (16+)</p> <p>Ведущий проекта Юрий Сидоренко продолжит избавлять города России от автохлама. Правила проекта остались прежними, но теперь к вопросам на автомобильную тематику добавится вопрос о родном городе участников.</p> <p>08.20 Автоблог Че! (16+)</p> <p><b>10.00 «СОЛДАТЫ-8».</b> (16+)</p> <p><b>15.00 «СОЛДАТЫ-9».</b> (16+)</p> <p>18.50 «+100500». (16+)</p> <p>21.10 «Женский 100500». (16+)</p> <p>21.40 «+100500». (16+)</p> <p>00.20 Большой кэш. (16+)</p> <p>Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность. Телезрители ждут гремучая смесь азарта, страха и неожиданностей.</p> <p>02.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>05.15 Очевидец с Иваном Усачевым. (16+)</p>	<p>06.00 Смешанные единоборства. АСА. (16+)</p> <p>07.00, 09.00, 01.10, 04.00 Новости</p> <p>07.05, 15.15, 01.15 Все на Матч! Пр.тр.</p> <p>09.05 Лыжная страна</p> <p>09.55, 10.45 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Масс-старт. Пр.тр.</p> <p>11.45, 13.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Пр.тр.</p> <p>12.45 Биатлон с Дмитрием Губерниевым</p> <p>16.15 Футбол. «Динамо» - «Балтика». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>18.30 Футбол. «Спартак» - «Локомотив». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>21.40 Футбол. «Интер» - «Рома». Пр.тр.</p> <p>23.45 «После футбола» с Черданцевым</p> <p>02.25 Гандбол. (6+)</p> <p>04.05 Баскетбол. (6+)</p>	<p><b>06.30 «УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ».</b> (16+)</p> <p>09.25 Метод Рогова. (16+)</p> <p>10.30 Пять ужинов. (16+)</p> <p><b>10.45 «ЖИЗНЬ БЕЗ ОШИБОК».</b> (16+)</p> <p>Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Анна Королева, Александр Волков, Андрей Милохин. Вера - учительница и строгая мать, привыкшая контролировать жизнь семьи. Однажды её сын Матвей привёл в дом девушку Яну...</p> <p><b>15.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПАМЯТИ».</b> (16+)</p> <p>Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Елена Дониная, Андрей Аладьин. Жизнь Алёны как картинка из глянцевого журнала: уютный дом, двое детей, любящий муж Дима.</p> <p><b>19.00 «РЫБКА ЗОЛОТАЯ».</b> (16+)</p> <p><b>23.00 «ХОЧУ ТЕБЕ ВЕРИТЬ».</b> (16+)</p> <p><b>02.35 «ДВЕ СУДЬБЫ».</b> (16+)</p>

## НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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

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

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

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

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

– Вы только не подеритесь, – буркнул дежурный, наблюдавший эту сцену. – Было б из-за чего... Водитель вас уже заждался, между прочим. И едете вы, между прочим, вовсе не в

# Подозрительное ограбление

ювелирный, а в комиссионку.

– Как в комиссионку? – удивился молодой опер.

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

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

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

– Вот совсем не факт, – покачал головой Петрович.

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

– Чем же он подозрительный?

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

– И это все? – удивился Петрович.

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

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

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

Петрович попросил его рассказать, что произошло.

– Пришел покупатель, здоровый такой мужик, попросил показать ему часы по дорожке, – с готовностью отозвался молодой человек. – Я и выложил на прилавок все, что было, а он

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

Часы действительно были дорогие? – уточнил Петрович.

– Да, очень, – подтвердил молодой человек. – Всего пять штук, но каждые стоят, как крыло от «боинга».

– Понятно, – нахмурился Петрович. – Это все?

– Все, – молодой человек кивнул и снова схва-

тился за затылок, поморщившись от боли.

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

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

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

**Виктория АНДРЕЕВА**



Почему Петрович не поверил в версию работника комиссионки? Ответ читайте в следующем номере.

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 08.45 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (16+)
11.20 «АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)
12.55 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
14.45 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
16.15 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
17.55 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (16+) СССР, 1968 г.
19.25 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+) Россия, США, 1992 г.
21.15 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+) СССР, 1968 г.
23.00 «О спорт, ты - мир!». (16+) СССР, 1981 г.
01.40 «БЕГ». (18+)
04.50 «СОЛЯРИС». (16+)

TV1000 VIJU TV1000

- 07.15 «ЗОНА 414». (16+)
09.00 «57 СЕКУНД». (16+)
10.45 «ВРЕМЯ». (16+) Фантастический триллер, США, 2011 г.
12.45, 13.40, 14.40, 15.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
16.35 «УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ». (16+) Детектив, Великобритания, 1974 г.
19.00 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+) Детектив, Великобритания, 1978 г.
21.40 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+) Детектив, США, 2019 г.
00.10 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИЙСТВУ». (16+) Детективный триллер, Франция, 2022 г.
01.45 «КИНГ-КОНГ». (16+)
03.55 «КИНГ КОНГ ЖИВ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Царевны». «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
10.00, 10.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. БЕДНАЯ ЛИЗА». (16+)
11.40, 12.35 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ТРИНАДЦАТОЕ КОЛЕНО». (16+)
13.25 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (12+)
14.55 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
16.35 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
18.10 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)
20.05 «АДАМ И ЕВА». (16+)
21.45 «ГОВОРИТ ЗЕМЛЯ!». (16+)
23.45 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
01.15 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
02.55 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ 2». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН

- 06.10 «ВОЛНА». (16+)
08.05 «РАЗЛОМ». (16+)
09.55 «ОГРЭБЛЕНИЕ ПОДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
11.30 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРЭБЛЕНИЕ». (16+)
13.30 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
15.05 «ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ». (16+)
17.00 «СХВАТКА». (16+) Приключенческий триллер, США, 2012 г.
19.00 «ВЫЖИВШИЙ». (16+) Триллер, США, Гонконг, Тайвань, 2015 г.
21.30 «ХАГЕН. В ДОЛИНЕ НИБЕЛУНГОВ». (16+) Фэнтези-боевик, Германия, Чехия, 2024 г.
00.00 «ЦЕНТУРИОН». (16+)
01.35 «ПИРАНЫ 3DD». (16+)
02.45 «ПИРАНЫ 3D». (16+)
04.00 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 01.50 «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
04.15 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
05.45 «ПАРАНОЙЯ». (16+)
07.20 «РОБОПЕС». (12+)
08.40 «СПЕНСЕР». (16+)
10.25 «ХИЖИНА». (16+)
12.25 «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
13.55 «ПРОРОК». (16+)
15.20 «РУКИ ПРОЧЬ». (16+)
17.10 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)
18.40 «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
20.30 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (16+)
22.30 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+) Комедия, мелодрама, США, Великобритания, 2005 г.
23.45 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.30 «РОВЕСНИКИ». (16+)
08.05 «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
10.10 «ОДИН ДЕНЬ ЛЕТА». (16+)
12.00 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
13.45, 14.35, 15.35, 16.30 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». 1-4 серии. (16+)
17.20 «ВЫИГРАТЬ ИЛИ ПОБЕДИТЬ». (12+)
19.10 «МИЛЛИАРД». (16+)
21.00 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ФРАНЦУЗЫ». (16+) Комедия, триллер, детектив, мелодрама, история, Россия, 2016 г.
23.05 «ЖМУРКИ». (18+) Триллер, криминал, черный юмор, Россия, 2005 г.
00.55 «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
02.30 «РОВЕСНИКИ». (16+)
04.05 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)
03.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)
04.35 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)
06.30 «МЭР ПОНЕВОЛЕ». (16+)
08.10 «СУПЕРБАТЯ МАРИО». (18+)
10.05 «БЮРО МАГИЧЕСКИХ УСЛУГ». (12+)
12.15 «БАТА 2. ДЕД». (12+)
13.55 «ГИТЛЕР КАПУТ». (18+)
15.45 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». (16+)
17.35 «Я БОГИНЯ». (16+)
19.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
21.25 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ». (18+)
22.55 «НАСТОЯЩИЙ ПАПА». (18+)

ДОМ КИНО

- 06.50 «Побег из курятника». Мультфильм. (12+)
08.20 «Реальная белка». Мультфильм. (12+)
10.00 «Все псы попадают в рай». Мультфильм. (12+)
11.30 «МИНИМАКС». (16+)
13.00 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ. ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
14.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (16+)
16.40 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
18.20 «СУПЕРБОБРОВЫ». (16+)
20.00 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
21.40 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
23.40 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
01.30 «ДУБЛЁР». (16+)
02.50 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

- 08.20 «ПЕЧАЛИ-РАДОСТИ НАДЕЖДЫ». (16+)
11.40 «Я ВСЕ ПРЕОДОЛЕЮ». (16+)
15.00 «ЯБЛОНЕВЫЙ САД». (16+) 2011 г. В ролях: Людмила Свитова, Эльдар Лебедев, Тамара Семина, Галина Стаханова
18.20 «СОСЕННАЯ МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+) 2013 г. В ролях: Ирина Сенотова, Сергей Юшкевич, Полина Филоненко
21.40 «КАЧЕЛИ». (16+) 2017 г. В ролях: Валерия Бурдужа, Борис Хвошнянский, Артём, Курень, Татьяна Колганова
01.05 «СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ КСЕНИИ». (16+)
04.20 «МИРТ ОБЫКНОВЕННЫЙ». (16+)

СИНЕМА

- 06.15 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)
08.30 «ОХОТА НА ВОРОВ 2: ПАНТЕРА». (18+)
10.45 «ВЫСТРЕЛ В ПУСТОТУ». (18+)
12.45 «БРАТ ЯКУДЗЫ». (18+)
14.35 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД». (18+)
16.40 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД-2». (18+)
18.25 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: РАЗБОРКИ В ПУСАНЕ». (18+)
20.10 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: ВОЗМЕЗДИЕ». (18+)
22.00 «ДЭННИ ЦЕПНОЙ ПЕС». (18+)
23.45 «МАСКАРАД». (18+)
01.55 «ПРИЗРАК И ТЬМА». (16+)
03.40 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
05.35 «ЧЕРНОЕ ЗОЛОТО». (16+)

РОДНОЕ КИНО

- 00.20, 01.20, 02.15, 03.10, 04.05, 05.00, 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (16+)
11.00 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+) Комедия, Россия, 1994 г.
12.35 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)
14.15, 15.10, 16.10, 17.05, 18.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 4: АРЕСТАНТ». (16+)
19.00 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+) Комедия, Россия, 2006 г.
20.50 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+) Детектив, приключения, криминал, СССР, 1989 г.
22.30 «УБИЙСТВО СВИДЕТЕЛЯ». (16+) Детектив, СССР, 1990 г.

РЕТРО

- 06.25 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (16+)
07.50, 11.50 Мультфильмы. (16+)
08.50 «ДЕРЕВЬЯ НА АСФАЛЬТЕ». (16+)
10.15 «КРАСНЫЕ ЛИСТЬЯ». (16+)
12.20 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
14.25 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ». (16+)
15.55 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
17.50 «КАК ПОССОРИЛСЯ ИВАН ИВАНОВИЧ С ИВАНОМ НИКИФОРОВИЧЕМ». (16+)
19.05 «ВЕСНА». (16+)
20.55 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ». (16+)
22.30 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)
00.05 «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
01.20 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЧКИ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 08.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
08.20 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
15.00, 16.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
18.50 Четыре жены. (16+)
21.30 Богиня свиданий. (16+) Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху.
22.40 Богиня шопинга. (16+)
23.50 «КЛООН». (16+)
00.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
01.40, 02.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.10, 03.50 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
04.25 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «АГЕНТСТВО НЛС». (18+)
12.00, 20.00, 04.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+) Сериал. Боевик, Россия, 2005 г. В ролях: Ярослав Бойко, Светлана Крючкова, Даниил Спиваковский, Артур Ваха, Константин Воробьев
13.00, 21.00, 05.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «АЛИБИ». (18+)
15.00, 23.00, 07.00 «УКРАСТЬ У...». (18+)
00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА-9». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко

СТС LOVE

- 06.00 6 кадров. (16+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.30 «МОЛОДЁЖКА». (16+) «Медведи» приезжают в другой город, чтобы встретиться с соперниками на их территории. Хоккеисты знакомятся с местными обычаями весьма неординарным способом, и у ребят появляется возможность показать, что они настоящая команда не только на льду. Не без помощи Казанцева и Романенко над Макеевым сгущаются тучи. Но для него есть и приятные новости - Макеева в гости приглашает Антипов.
22.30 Сердца за любовь. (16+)
01.45 На выход! (16+)
04.10 6 кадров. (16+)

ТВ 21

- 07.00 «ОСЬМИНОГ». (18+)
08.40 «АРИТМИЯ». (18+) Россия, 2017 г.
10.45 «СНЕГИРЬ». (18+) Россия, 2023 г.
13.00 «ЖМУРКИ». (18+) Россия, 2005 г.
15.00 «СЕСТРЫ». (18+) Россия, 2003 г.
16.40 «БРАТ». (18+) Россия, 1997 г.
18.25 «БРАТ-2». (18+) Россия, 2000 г.
20.50 «БУМЕР». (18+) Россия, 2003 г.
22.55 «БУМЕР ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (18+) Россия, 2006 г.
01.00 «ОЛИГАРХ». (18+)
03.05 «НОЧНОЙ ПРОДАВЕЦ». (18+)
04.35 «ГЛУБОКИЕ РЕКИ». (16+)
05.40 «ЭКСТРАКТ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМА ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.25 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
08.00 Диктор делает. (16+)
08.30 ФазендаЛайф. (6+)
09.00, 10.10 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
11.05, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
15.05 «ПО СЕМЕЙНОМУ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
18.15 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКУЙ». (16+)
20.10 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
00.00 «ОПЕКУН». (16+) Комедия, СССР, 1970 г.
02.10 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВАДЬБУ». (16+)
03.10 «СВАДЬБА». (16+)
04.15 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)

ПОБЕДА

- 05.30 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
06.50 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...». (12+)
08.20 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
10.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. СТАЛИНГРАД». (16+)
18.00 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+) Торговец оружием международного масштаба Грэг Бриннер заключает сделку с одним из главарей террористов из серийной группировки о поставках компонентов оружия массового поражения. Для захвата Бриннера и уничтожения террористов в Сирии отправляют спецгруппу под командованием майора Андрея Рубцова.
19.50 «ЧЕРНЫЙ ПЕС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)
22.05 «ЧЕРНЫЙ ПЕС. ИМПЛАНТ». (16+)
00.10 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
02.15 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. Готовит Юлианна Караулова. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
07.10 Умнее всех. (6+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Гастротур. (16+)
10.00, 11.40, 12.40, 14.30 Как люди живут. (16+)
16.00 Погнали! в Колумбию. Преступность в прошлом? (16+)
17.30 Погнали! на Кубу. Подпольная жизнь острова. (16+)
19.20 Погнали! в США. Дальбойщики 3. (16+)
20.20 Погнали! в Узбекистан. Закрытые общины. (16+)
22.00 Погнали. Дос. Рио-де-Жанейро. (16+)
23.00 «РЫЩАРЬ ТЕНЕЙ». (16+) Китай, 2019 г.
01.10, 01.50, 02.20 Чёрный список. (16+)
03.10 Пятница News. (16+)
03.40 Чёрный список. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
06.55 Супермама. (16+)
08.55 Мама в 16. (16+) Самое честное реалисти о взрослении. Девушки-подружки принимают важнейшее решение - родить в 16.
12.00 Беременная в 45. (16+) Уникальные истории, которые цепляют за душу и которые никого не могут оставить равнодушным.
15.00 Мама в 16. (16+)
18.00 Ждули. (16+) Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+) Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду.
01.45 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Степные орлы сопротивления. (12+)
01.30 Казаки. (16+)
02.30, 18.55 Обыкновенная История. (6+)
02.40 Георгий - Победоносец. (16+)
03.35, 06.35, 11.15, 14.45, 19.05 Русская история. (12+)
04.10 Римские инженеры. (12+)
05.00, 13.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
05.30 Донбасс. Память поколений. (16+)
08.00 Это подкаст. История. (12+)
09.00, 12.45, 16.45 Великие битвы России. (12+)
09.50 Позывной «Царь». (16+)
10.20 Всемирное наследие. Россия. (12+)
12.00, 16.00 Освобождение: решающие битвы. (12+)
14.15 Крепости России. Сергиев Посад. (12+)
17.35 Монологи императоров. (16+)
18.25 Крепости России. Серпухов. (12+)
20.00 Нобелевские лауреаты: Прохоров и Басов: лазерный дуэт. (16+)
20.45 Нобелевские лауреаты: Гинзбург и Абрикосов: СВЕРПроводники в мир будущего. (16+)
21.30 Секреты истории: Нострадамус, или Как предсказать свое будущее. (16+)
23.30 Сквозь времена: Кронштадтский морской собор. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

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

ИСТОРИЯ

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

УСАДЬБА

- 06.00, 19.00 Возрождение сада. (12+)
06.25, 06.40, 23.30, 23.40 Ваш агроном. (12+)
06.50, 23.55 Милости просим. (12+)
07.15, 00.25 Прогулка по саду. (12+)
07.45, 00.50 Цветники. (12+)
08.10 Больше тени - ярче листья. (12+)
08.40 Садовые загадки. (12+)
09.10 Переделки на участке. (12+)
09.40, 10.40 Огород с Блокнином-Мечталыным. (12+)
09.55, 10.10, 13.00, 13.15, 17.00, 17.15 Постное меню. (12+)
10.25 Секреты садоводства с Мариной Рыкалиной. (12+)
11.35 Гордость России. (6+)
12.05 Стройплощадка. (12+)
12.35, 15.55, 19.30 Дачные радости. (12+)
13.35 Дачные радости. Спецвыпуск. (12+)
13.50 Сад-шедевр. (12+)
14.20 Огород от-кутюр. (12+)
14.50 Садовый доктор. (12+)
15.05 Консультант садовода. (12+)
15.25 Сокровища усадьбы. (16+)
16.25 Сад в радость. (12+)
17.30 Субботник. (12+)
17.55, 18.10 Секреты травоведа. (12+)
18.30 Идеальный сад. (12+)
19.55 Фитоаптека с Виталием Декабреевым. (12+)
20.25, 20.40 Мастер-садовод. (12+)
21.00 Как построить дом. (12+)
21.30, 22.00 Правила стройки. (12+)
22.30 Крымские дачи. (12+)
23.00 Муж на час. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 06.00, 10.05, 14.35, 18.00, 21.55 О главном. (16+) «О главном» - еженедельная новостная программа.
06.05, 08.05, 22.00, 01.00 Двое против рыбы. (16+) Двое ведущих, находясь на одном водоеме, ловят рыбу разными снастями, выявляя наиболее эффективную из них. Сравнивают уловы, делают выводы, едят на природе и весело шутят.
07.00, 19.40 К сезону готов. (16+)
07.05, 07.35, 00.00 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+) Видео-альманах об охотничьих путешествиях. Познавательная программа, снятая в жанре «живого», не постановочного репортажа с охотничьих полей, с различными охотниками в качестве героев, с полевой кулинарией. Процесс отдельно взятой охоты от подготовки до завершения.
09.05, 09.40, 23.00, 23.30, 01.55, 02.25 Лёша, подсекай! (16+)
10.15, 11.25, 13.15, 14.40 Пути-дороги. (16+)
12.45 От первого лица. (12+)
16.30, 17.05, 18.40, 19.10, 20.50, 21.20 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
17.35, 18.10, 19.50, 20.20 Рыбалка в России. (16+)
02.50, 03.45, 05.10 Рыбалка с тренером. (16+)
04.40 Утиньи истории. (16+)

ЖИВИ!

- 00.00, 20.00 Танцуй Twerk. (16+)
01.00, 17.00, 22.00 «Igora Reflex» с Ириной Нельсон. (12+)
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00 Здоровые и знаменитые: Русская версия. (12+)
04.00, 07.00, 10.00 Боди-балет. (12+)
04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Пилатес Intensive. (12+)
13.00 «Фитнес и мотивация» с Сергеем Глушко. (12+)
13.30 Табата-хард. (12+)
14.00 Фитнес-мама. (12+)
14.30 «Делай тело» с Русланом Байрамовым. (12+) Мечтаете поухудеть на 17 кг за 3 месяца? Легко! Теперь добиться этой цели у вас получится, не выходя из дома и не отходя далеко от любимого дивана и телевизора. Личный тренер резиденции популярного юмористического шоу Руслан Байрамов и его подопечные раскроют свои секреты качественного похудения.
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Латинский квартал. (12+)
19.00 Ароматный мир. (6+)
19.30 POPSUGAR. Классная тренировка. (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00, 06.55** Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. (6+)
- 07.45** Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал 4-х. (6+)
- 09.10** Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) - «Уралмаш» (Екатеринбург). (6+)
- 11.00, 16.20, 19.20** Новости. (0+)
- 11.05** «Неизвестные страницы Кубка мира». (12+)
- 11.30** Страна смотрит спорт. (12+)
- 11.55** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Енисей» (Красноярск) - «Бетсити Парма» (Пермский край). Прямая трансляция
- 13.55** Волейбол. Кубок России. Мужчины. 1/8 финала. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Оренбуржье» (Оренбург). Прямая трансляция
- 16.00, 01.05** «Лица страны. Марина и Артемий Каташинские». (12+)
- 16.25** «Человек из футбола». (12+)
- 16.55** Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал 4-х. Финал. Прямая трансляция из Москвы
- 18.35, 03.15** «Век нашего спорта. Тамара Манина». (12+)
- 19.00** «Небесная грация». (6+)
- 19.25** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.50** Лыжная страна. (12+)
- 20.20, 21.10** Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Трансляция из Кировска. (6+)
- 22.10** Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Мурманска. (6+)
- 23.10** Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
- 23.40** Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Мурманска. (6+)
- 01.25, 02.20** Волейбол на снегу. Финал чемпионата России. (6+)
- 03.45** Волейбол. Кубок России. Мужчины. (6+)
- 05.35** «Что за спорт?» (12+)

МУЗЫКА

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

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 11.30, 16.00, 20.00, 00.00, 03.00** «Маша и Медведь». (0+)
- 06.00** «Совёнок ХопХоп». (0+)
- 06.30** «Грузовичок Лёва». (0+)
- 09.00** «Детский сад для зверят». (6+)
- 09.25** «Три кота». (0+)
- 12.30** «Каникулы в Простоквашино». (0+)
- 12.50** «Барбоскины». (0+)
- 15.00** О! Кино! «Большое путешествие». (6+)
- 16.20** О! Кино! «Большое путешествие. Вокруг света». (6+)
- 17.40** «Барбоскины». (0+)
- 21.30** О! Кино! «Плюшевый бум». (0+)
- 22.35** «Зоомания». (6+)
- 23.00** «Смешарики». (0+)
- 23.00** «Бодо Бородо». (0+)
- 05.00** «Пластинки». (0+)
- 05.05** «Турбозавры». (0+)
- 07.35** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 07.40** «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 08.25** «Барбоскины». (0+)
- 10.00** «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
- 10.20** «Простоквашино». (0+)
- 12.00** «Студия красоты». (0+)
- 12.15** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 14.00** «У меня лапки». (0+)
- 14.30** «Царевны». (0+)
- 16.00** «Это супер!». (0+)
- 16.15** «Два хвоста». (6+)
- 17.30** «Фиксики. Самое время!» (0+)
- 17.30** Профессор Чудаков с помощью фиксика Альта изобретает машину времени. Но ее возможности ограничены: человек путешествовать во времени не сможет. В другую эпоху можно отправить только предметы и создать уникальные экспонаты для музея. В прошлое или будущее можно отправиться и для того, чтобы разрушить антинаучный миф, проверить гипотезу или познакомиться с перспективами развития технологий.
- 19.40** «Горошек и компания». (6+)
- Тая, Филя и Горошек живут в небольшом провинциальном городе. Тая и Филя - совершенно не похожие друг на друга двойняшки-первоклассники. Горошек - их младший четверрхлетний брат, который своим трогательным и наивным видом умилает всех вокруг. Они любят играть с друзьями Данией и Барей во дворе, заботиться о своем охотке Пухле, а еще они помогают бабушке и дедушке. Не один день у детей не обходится без забавных приключений и интересных открытий.
- 21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15** «Турбозавры». (0+)
- 23.00** «Дикие скричеры!» (6+)
- 23.15** «Король Шакир». (6+)
- 01.35** «Смешарики». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00** «Команда Флоры». (6+)
- 08.35, 16.35, 00.35** «ВФ. Пушистые друзья». (6+)
- 10.15, 18.15, 02.15** «Ум и Хрум». (0+)
- О вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков. Они обитают на удивительной планете, где все вокруг состоит из еды. Но Хрум совершенно не знает меры и все время объедается разными вкусняшками, после чего моментально превращается в то, что съел. И теперь уже его умнейшему другу Уму предстоит выпутываться из разных неприятностей.
- 11.30, 19.30, 03.30** «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)
- Куклы-подружки и их малышки-сестрички должны научиться не только веселиться, но и вместе преодолевать трудности.

МУЛЬТИЛАНДИЯ

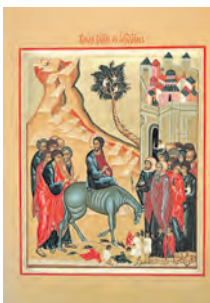
- 06.00** «Рыбка Поньо на утесе». (6+)
- Маленькая любопытная рыбка Поньо - дочь колдуна и прекрасной морской богини - уплывает из дома, чтобы понаблюдать за жизнью людей.
- 07.40** «Ведьмина служба доставки». (12+)
- 09.30** «Унесенные призраками». (12+)
- 11.50** «Рыбка Поньо на утесе». (6+)
- 13.40** «Ведьмина служба доставки». (12+)
- 15.30** «Унесенные призраками». (12+)
- 17.40** «Рыбка Поньо на утесе». (6+)
- 19.30** «Три кота». (0+)
- 20.00** «Чебурашка». (0+)
- 21.00** «Три кота». (0+)
- 00.00** «Бодо Бородо». (0+)
- 02.00** «Монсики». (0+)
- 03.30** «Тайны Медовой долины». (0+)
- 03.45** «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

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

Православный календарь

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



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

Постный день. Разрешается рыба.

«Любовь много прощает. И любовь прощается все. Гордое самооправдание противно любви». Свт. Николай Сербский

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

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



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

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

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

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

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



Комментирует священник Стефан Домусчи

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



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

**ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ**

**ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ** ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО

Ремонт окон, балконов, жалюзи, дерево

- ОТДЕЛКА пенсионерам – скидка до 35%
- УТЕПЛЕНИЕ 8 (495) 740-76-09
- КРЫШИ
- ШКАФЫ 8 (495) 941-96-29

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

Завод «СтройБалконСервис»

**ОКНА ПВХ** БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ

**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**

РЕМОНТ ОКОН И БАЛКОНОВ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

8-495-782-54-48  
8-495-543-53-97

БЕЗ ВЫХОДНЫХ

**БЫТОВАЯ ТЕХНИКА**

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ

**РЕМОНТ**

ХОЛОДИЛЬНИКОВ  
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76  
8 (901) 519-52-48

Вызов бесплатно  
Пенсионерам скидки

**РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ**

- Ремонт любой сложности
- Ремонт подсветки
- Настройка каналов
- Настройка приставок
- **РЕМОНТ АНТЕННЫ**
- Замена штекера
- Замена разветвителя для антенны
- Протяжка телевизионного кабеля

**ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. ГАРАНТИЯ**

8 (977) 575-85-64

**СРОЧНЫЙ РЕМОНТ**

стиральных машин любой сложности

Вызов и диагностика **БЕСПЛАТНО**

Скидки пенсионерам!

8-495-545-15-79

**РЕМОНТ**

СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ

Пенсионерам скидка до 50% Бесплатный вызов

8 (495) 106-25-69

8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28

РЕМОНТ НА ДОМУ холодильников, бытовых, промышленных. Ремонт стиральных, посудомоечных машин. Ремонт газовых плит, варочных панелей. Ремонт электрических плит, духовых шкафов. Ремонт телевизоров, антенн. Ремонт швейных машин, оверлоков. Гарантия. Скидки. Тел.: 8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28

8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

**РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ** от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. **ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО.** Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

8 (995) 222-15-57

Частный мастер по ремонту стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электроплит и духовых шкафов, водонагревателей и пр. Ремонтирую и обслуживаю все виды техники! Выезд бесплатный. Гарантия 1 год. Пенсионерам скидки. Обращайтесь, буду рад помочь. Тел.: 8 (995) 222-15-57

8 (499) 703-41-94

**Ремонт телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро и газовых плит!** Тел.: 8 (499) 703-41-94

8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Безвыходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

8 (499) 394-06-57

Ремонт, установка, настройка: компьютеров, ноутбуков, Apple, планшетов, смартфонов, телевизоров, стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электро и газовых плит, СВЧ. Услуги сантехника, электрика, муж на час, ремонт квартир. Гарантия, качественно, пенсионерам скидка 30%! Тел.: 8 (499) 394-06-57

**УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ**

8 (965) 386-47-09

Московская СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ клопов, тараканов, грызунов, плесени, запахов и последствий затопления. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – договор. Работаем 24/7. СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ. Москва, область. Тел.: 8 (965) 386-47-09

**СООБЩЕНИЯ**

Диплом 1157040003810, выданный в 2018 г. Орловским технологическим техникумом на имя Снегирева Тимофея Андреевича, в связи с утерей считать недействительным.

Аттестат о среднем образовании, выданный в 2018 г. ГБОУ Школа 2030 на имя Семёновой Дарьи Алексеевны, в связи с утерей считать недействительным.

**ЗНАКОМСТВА**

8 (926) 138-24-00

**ЗНАКОМСТВА! НАДЁЖНЫЕ!** Для общения, встреч, совместной жизни! Москва и ближайшее Подмосковье. Звоните! Тел.: 8 (926) 138-24-00

8 (909) 624-91-05

Москвич 64/180/75 желает познакомиться с приятной, доброй женщиной от 60 лет для серьёзных отношений, желательно в г. Москва. Тел.: 8 (909) 624-91-05

**ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ**

Юристы и адвокаты. Пенсионерам скидка до 50%! Консультация бесплатная! Тел.: 8 (495) 201-25-12

**ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ**



**ВЕТРИТУАЛ**

СРОЧНЫЙ ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч. БЕЗОБЛЕЗНЕННОЕ УСПЫЛЕНИЕ. КРЕМАЦИЯ.

Тел.: 8 (916) 797-29-40, 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

8 (499) 409-91-42

Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч.: вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

8 (985) 210-25-63

Адвокаты. Уголовные, гражданские дела. Арбитраж. Банкротство. Споры по наследству, недвижимости, земле. Раздел имущества супругов. Расторжение и признание недействительными договоров. Выписка из квартир. Возврат квартир. Защита по любым уголовным делам на следствии и в суде. Тел.: 8 (985) 210-25-63

**ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ**

**ГЛАВСКАУПКА КУПИМ ДОРОГО**

- ✓ Награды, знаки, медали, монеты, часы, шкатулки.
- ✓ ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР.
- ✓ БУДДУ, сервизы, бронзу, картины, книги, открытки.
- ✓ АВТОГРАФЫ, янтарь, фото, архив и др. ✓ **ВЫЕЗД 24ч**

8(903) 666-33-55

**ДОРОГО КУПИМ**

- ИКОНЫ. ФАРФОР.
- СТАТУЭТКИ (можно с дефектами).
- ПАТЕФОНЫ. ПЛАСТИНКИ
- СЕРЕБРО. ЗОЛОТО (изделия, лом)
- Портсигары. Подстаканники
- Часы. Знаки. Архивы и др.

**Выезд 24 ч, оплата сразу!**

8 (903) 964-67-77

**ЗДОРОВЬЕ**

**НАРКОХЕЛП** www.n-help.ru

**ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ** ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА

Доезд врача в течение часа

Москва и Подмосковье

Мотивируем на лечение

8-925-008-97-53 Анонимно, 24/7

ООО «Первый шаг». ИНН 5040190043 Лич. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**КУПЛЮ**

8 (999) 715-35-60

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

8 (495) 723-19-05

Куплю механические часы. Любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Тел.: 8 (495) 723-19-05

8 (915) 033-00-01

Куплю измерительные приборы времён СССР: осциллографы, частотомеры, генераторы, вольтметры, анализаторы и т. д. Приборы КИПиА. Радиодетали. Радиостанции. Состояние любое. Дорого. Тел.: 8 (915) 033-00-01

8 (903) 103-15-93

Куплю РАДИОДЕТАЛИ любые б/у и новые. Платы от любой радиотехники. Реле, разъёмы, пускатели, эл. автоматы, провода б/у в изоляции, трансформаторы б/у. Посуда мельхиор (МНЦ) б/у, часы наручные (СССР) в жёлтом корпусе, подстаканники. Тел.: 8 (903) 103-15-93

8 (965) 386-47-09

Московская СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ клопов, тараканов, грызунов, плесени, запахов и последствий затопления. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – договор. Работаем 24/7. СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ. Москва, область. Тел.: 8 (965) 386-47-09

Куплю дорого винтаж, ДУХИ, фарфор, значки, серебро столовое, иконы, картины, бронзу, ювелирку, коньяки времён СССР, статуэтки, спорт. награды, брендовые вещи. Деньги сразу. Тел.: 8 (926) 050-12-40

8 (916) 993-36-64

Времени СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, рейскаранты, акции времён приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, боны и купюры, вексели, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

**НАДЁЖНО. ДОРОГО. КУПЛЮ**

Сервизы (остатки), вазы. Статуэтки (с дефектом) из фарфора, чугуна, кости. Иконы. Подсвечники. Часы. Подстаканники. Значки. Награды. Марки. Пластинки. Янтарь. Предметы интерьера из Китая. **Выезд. Оплата сразу.**

8 (916) 359-05-00

**КУПЛЮ ДОРОГО ВЫЕЗД**

Книги, ёлочные игрушки, бижутерию, фарфор. сервизы, статуэтки, ЗОЛОТО до 10 000 руб./г, СЕРЕБРО до 500 руб./г, иконы, мельхиор, значки, монеты, открытки, фото, часы, хрусталь, марки, Китай, банкноты и другой винтаж.

8 (905) 796-72-32

**КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО**

- Награды • Значки
- Наградные знаки • Монеты
- Банкноты • Подстаканники
- Статуэтки • Иконы • Игрушки СССР
- Кортики • Сабли • Интересные антикварные старинные предметы, или коллекции

**ВЫЕЗД И ОПЛАТА СРАЗУ**

8 (985) 179-79-30

ВЛАДИМИР

8 (495) 643-72-12

Куплю книги, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1945 г., бижутерию, генеральскую форму, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. Тел.: 8 (495) 643-72-12

8 (925) 514-36-14

Фарфор, сервизы, СТАТУЭТКИ. Хрусталь, СЕРЕБРО, МЕЛЬХИОР. Сервизы «Мадонна». ЯНТАРЬ. САМОВАРЫ. Подстаканники, пив. кружки, портсигары. Муз. инструменты, АККОРДЕОНЫ. МАГНИТОФОНЫ, CD, КАССЕТЫ, пластинки. ОСЦИЛЛОГРАФЫ, приёмники, плееры, ПАТЕФОНЫ. ФОТОАППАРАТЫ, ОБЪЕКТИВЫ. БИНОКЛИ. Видеокамеры. Моб. телефоны. Часы. ОТКРЫТКИ. ДИАФИЛЬМЫ. ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ. Детские книги, библиотеки приключений и фантастики. ЗНАЧКИ. Медали. МОНЕТЫ, юбилейн. рубли. ГОТОВАЛЬНИ. Пер. ручки. ЗАЖИГАЛКИ. БИЖУТЕРИЮ. БРОШИ. Духи. Шкатулки. Иконы. Картины. Ковры. КУКОЛ. МОДЕЛИ МАШИН. ЖЕЛ. ДОРОГИ И СБОРНЫЕ. Керос. лампы и др. Тел.: 8 (925) 514-36-14

8 (903) 678-15-44

Мебель. Ковры. ЧА-СЫ. КНИГИ. МАСКИ. РОГА. Посуду. СТАТУЭТКИ. Гжель. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУБЕ-НИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8 (903) 678-15-44

8 (964) 585-40-04

Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели автомобилей, ёлочные игрушки, иудаику и любой антиквариат. Тел.: 8 (964) 585-40-04

8 (916) 774-00-05

КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, значки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

8 (916) 993-36-64

Времени СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, рейскаранты, акции времён приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, боны и купюры, вексели, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93,

СПАСИБО ЗА ЗВОНОК. КУПЛЮ: открытки, фото, плакаты, афиши, картины, графику, документы, архивы, автографы, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора, стекла, металла. А также ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Книги, журналы до 1945 г. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93

8 (925) 626-97-59

ДУХИ, открытки, статуэтки, чайную посуду, фотоаппараты, магнитофоны, аудиокассеты, ГРАМ-ПЛАСТИНКИ, патефоны, часы, значки, медали, ВАЗЫ, подстаканники, самовары, детские и ёлочные игрушки, хрусталь, монеты, картины, ИКОНЫ, статуэтки, ювел. изделия. Оплата сразу. Тел.: 8 (925) 626-97-59, Геннадий

8 (905) 777-77-53

Ковры. Мебель. КНИГИ. ЧАСЫ. МАСКИ. Посуду. СТАТУЭТКИ, Гжель. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. РОГА. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУБЕ-НИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8 (905) 777-77-53

8 (903) 544-38-10

Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугуна, статуэтки, Будд, наград. знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей

Все объявления на правах рекламы

**МЕБЕЛЬ**

■ 8 (495) 771-28-64 ОБИВКА, РЕСТАВРАЦИЯ МЕБЕЛИ В ЦЕХУ И ДОМА. ВЫБОР ТКАНИ, КОЖЗАМ, КОЖА. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8 (495) 771-28-64

Перетяжка мягкой мебели. Ремонт любой мягкой мебели с гарантией. Большой выбор обивочной ткани. Замена наполнителя, механизмов. Оценка по фото. Тел.: 8 (916) 526-99-32, 8 (925) 421-92-32.

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

■ 8 (925) 504-54-71 Абсолютно любой ремонт мягкой и корпусной мебели. Тел.: 8 (925) 504-54-71

**ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ**

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки НЕДОРОГО. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Недорого. Пенсионерам СКИДКА. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мебели и мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

**АВТО**

■ 8 (926) 888-54-66 КУПЛЮ: «Волга» любой модели, «Жигули» любой модели в любом состоянии, «Москвич», «Ока», «Газель», иностранные любые. Куплю в день обращения, порядочность гарантирую. Валерий Иванович. Тел.: 8 (926) 888-54-66

**РАБОТА**

**ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ**

**СМЕНА: ОТ 1540 РУБЛЕЙ + % ОТ ТОВАРООБОРОТА**

- ✓ Ежедневный аванс: **ДО 750 РУБЛЕЙ**
- ✓ Бесплатное общежитие, заселение в день обращения
- ✓ Место работы: киоски в разных районах Москвы
- ✓ Приветствуем кандидатов «серебряного возраста»!



**ЖДЕМ ВАС С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ С 10.00 ДО 18.00**

**МЕТРО «МАРЬИНА РОЩА», УЛ. ПОЛКОВАЯ, Д. 3, СТР. 2, ПОДЪЕЗД 1**

**Телефоны для связи: 8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48**

**ДВЕРИ**

**ДВЕРИ ЗАВОДСКИЕ «АМПИР»**

**ВХОДНЫЕ, МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ**

Шкафы, шкафы-купе, антресоли, кухни стандартных и нестандартных размеров

- ◆ Обивка дверей
- ◆ Замена, врезка замков
- ◆ Замер, установка

**ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО**

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ от 19 000 ₽

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 8 (499) 408-40-71

МЕЖКОМНАТНЫЕ от 3 000 ₽

**СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ**

**БЕЛОРУССКАЯ БРИГАДА**

- ➔ Строительство домов
- ➔ Снос старых домов
- ➔ Вывоз мусора
- ➔ Подъём домов
- ➔ Сайдинг
- ➔ Замена кровли, лаг, полов, крыш
- ➔ Установка фундамента
- ➔ Монтаж забора, хозблоков и пристроек

Пенсионерам и инвалидам скидка 15%



**РЕМОНТ КВАРТИР:**

сантехник, электрика, плитка, штукатурка, обои евроремонт и ремонт под ключ

8 (920) 009-00-86 • 8 (963) 676-41-92  
НИКОЛАЙ ДМИТРИЙ

**ЗАМКИ**

**ВРЕЗКА ЗАМЕНА РЕМОНТ УСТАНОВКА УКРЕПЛЕНИЕ ВСКРЫТИЕ**

**(495) 740-21-51**  
круглосуточно

**ЭМАЛИРОВКА ВАНН** от завода

8 (495) 782-63-86  
8 (495) 782-51-63

Выезд по Москве и МО без выходных

■ 8 (495) 978-03-44, 8 (901) 517-03-44 РЕМОНТ КОМНАТЫ ИЛИ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО И ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44, 8 (901) 517-03-44

Ключ-Сервис  
**ЗАМКИ**  
Замена, ремонт  
8(495)997-91-37

■ 8 (915) 386-99-54 РЕМОНТ КВАРТИР по доступной цене от семейной пары. Подготовка стен, обои, покраска потолков, натяжные потолки, укладка ламината, кварц винил, электрика, плитка, линолеум, электрика, сантехника. Доставка материалов. Гарантируем качественный ремонт и чистоту. Тел.: 8 (915) 386-99-54, Евгений

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

■ 8 (966) 099-99-53, 8 (495) 902-77-12 РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Без предоплаты! Поклейка обоев любых видов за 1 день. Малярка, покраска, ламинат, натяжные потолки, потолки под покраску, Ванна под ключ, электрика. Пенсионерам скидка! Во время ремонтных работ соблюдаем чистоту и порядок. Тел.: 8 (966) 099-99-53, 8 (495) 902-77-12, АЛЕКСАНДР И ЛАРИСА

■ 8 (965) 161-74-85 Ремонт комнат, коридоров, поклейка обоев, укладка ламината, линолеума, натяжные потолки, покраска стен и потолков. Доставка материалов. Тел.: 8 (965) 161-74-85

■ 8 (925) 717-50-74 Муж на час. Любый мелкий ремонт у вас в квартире. Мы также производим косметический или капитальный ремонт квартир, комнат, кухонь, ванных под ключ. поэтапная оплата. Цены умеренные. Выезд для оценки и консультации бесплатно. Звоните – договоримся. Без выходных. Тел.: 8 (925) 717-50-74, Александр

**ПРИГЛАШАЕМ:**

**ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле**

**З/п от 150 000 – 170 000 руб.**  
График: 4 дня в неделю (Москва и МО)

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



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

**ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ**

**Мы предлагаем:**

- ✓ Работу в крупной и развивающейся компании!
- ✓ Стабильный оклад **35 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
- ✓ Выдача заработной платы два раза в месяц, **БЕЗ ЗАДЕРЖЕК**;
- ✓ **НАДБАВКУ ЗА СТАЖ** работы в компании;
- ✓ Подходящий вам график работы: 6/1 и 2/2;
- ✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ✓ **Вакансия подходит ДЛЯ КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**

**ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ И ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!**

**Телефоны для связи:**

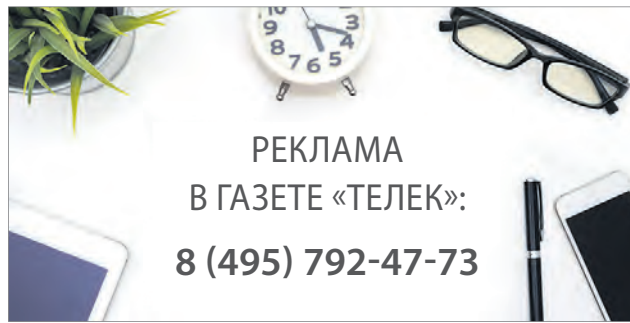
**8 (967) 292-04-91, 8 (925) 507-46-48**



**НЕДВИЖИМОСТЬ**

■ 8 (903) 515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина.

■ 8 (925) 976-07-76, 8 (985) 270-00-54 Продаю участки 4, 12 соток. Наркомовод, Жуковский, Москва-река. Тел.: 8 (925) 976-07-76, 8 (985) 270-00-54



**РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:**  
**8 (495) 792-47-73**

**МЕДИЦИНСКАЯ КАРТА РЕБЕНКА**

Карта соответствует форме 026/У – 2000, утвержденной приказом Минздрава РФ от 03.07.2000 г. № 241, и в обязательном порядке используется в медицинских кабинетах детскими дошкольными учреждениями и школами во всей России. Но что такое официоз, когда мы говорим о детях? А потому мы постарались сделать этот документ ярким и красивым. При прохождении медосмотра в школе ребенку будет приятно держать его в руках.

Формат А4 (210x297)

**ПРЕВОСХОДНОЕ РЕШЕНИЕ ДЛЯ ОТВЕТСТВЕННЫХ И ЗАБОТЛИВЫХ РОДИТЕЛЕЙ**

Карта соответствует форме 026/У – 2000, утвержденной приказом Минздрава РФ от 03.07.2000 г. № 241, и в обязательном порядке используется в медицинских кабинетах детскими дошкольными учреждениями и школами во всей России. Но что такое официоз, когда мы говорим о детях? А потому мы постарались сделать этот документ ярким и красивым. При прохождении медосмотра в школе ребенку будет приятно держать его в руках.

**ЧИТАТЕЛЬСКИЙ ДНЕВНИК для школьников**

Для хорошей учёбы мало просто любить чтение — нужно запоминать то, что прочитал, пересказывать своими словами сюжет, находить главную мысль, делать выводы из прочитанного. Всему этому легче научиться, когда под рукой есть «Читательский дневник».

Дневник, который мы подготовили, очень просто вести – на каждом развороте есть готовые вопросы и место для ответов. Опиши прочитанные книги, отвечая на вопросы; расскажи о главных героях.

Для школьника читательский дневник станет своего рода шпаргалкой: придя в школу после летних каникул, на уроках литературы с помощью дневника ты быстро вспомнишь, какие книги прочитал, кто главные герои и в чём основная мысль произведения.

**ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:**

ozon.ru wildberries.ru

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: **Издательская группа КАРДОС**

000 «Издательская группа «КАРДОС». ОГРН: 1103254015270. Юр. адрес: РФ, 111675, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4

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

Реклама

Завтра мы едем на золотую свадьбу моих бабушки и дедушки.

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

## Его величество Случай

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

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

До встречи бабушки и дедушки оставалось немного времени...

## Дорогой длинной

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

– Здравствуйте, – тихо произнесла она.

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

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

# По дороге на Байкал...



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

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

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

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

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

Валентина Степановна на секунду открыла глаза и прошептала:

– Не оставляй меня одну здесь.

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

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

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

Вот и больница. Валентину Степановну поместили в реанимацию. Настя твердо для себя решила

быть рядом с ней. Она чувствовала ответственность за эту несчастную пожилую женщину. Наконец вышел врач.

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

– Спасибо вам, доктор! – выдохнула Настя.

## И чайник с кипятком

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

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

Женщина прочитала текст, взглянула на адрес и ахнула:

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

– Что же мне делать?

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

Настя отправилась в гостиницу. Едва девушка взяла ключ от комнаты, как администратор получил информацию: прибывают курсанты военного

училища, то ли для создания полевого лагеря, то ли для дальнейшей отправки куда-то.

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

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

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

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

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

...

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

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

– Да, Женя, это судьба.

ЕЛИЗАВЕТА

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

Виктор Гюго

Только Настя разложила вещи на своей нижней полке, как в купе вошла старушка. Она осмотрела всех пассажиров и произнесла:

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

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

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

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

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

Но в купе после столь бурного знакомства воцарилось молчание.

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

## Непредвиденные обстоятельства

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

## Лисы, на прививку!

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



## Эволюция за детей

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

## В путешествии – на трамвае

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



## Ученики Ньютона

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

Светлана СИДОРЧУК

Чаще, что называется, на слуху экзотические породы кошек, выведенные ещё в древности за океанами и морями.

**Н**о и на российских просторах тоже есть свои породы. И хотя их не так уж и много, зато они пользуются заслуженной любовью и у нас в стране, и за границей. И все чаще многие выбирают себе в питомцы котенка-земляка. Познакомьтесь подробнее с этими породами, и возможно, вам тоже захочется завести дома именно такого пушистика.

### Сибирская порода

Единственный селекционер, который приложил руку к этой породе, – природа. Фелинологи считают, что этот вид произошел при встрече домашних кошек с дикими лесными или степными котами.

Именно от диких предков появились такие черты, как более крупный размер (коты могут достигать 12 кг), мощный скелет, широкий лоб и длинная густая шерсть.

Есть мнение, что сибирская порода формировалась в 1860-е годы, когда из Центральной России потянулись в таежные края переселенцы, которые везли с собой пушистых любимцев. И конечно, мелкие и слабые животные не могли выжить в суровых условиях Сибири. Отличительные особенности породы – небольшие круглые, немного загнутые вперед уши с кисточками (чтобы не обморозить) и крупные лапы с густыми пучками шерсти между пальцами (чтобы не проваливаться в снег). Суровые условия жизни сказались и на охотничьем инстинкте – эти кошки просто лучшие ловцы любых грызунов!

### ПЛЮСЫ ХАРАКТЕРА

Сибирские кошки обладают развитым интеллектом и независимым смелым характером. Они преданны хозяину, но при этом никогда не навязывают свое общество. Этих кошек не напугать ни собаками, ни другими животными, ни громкими звуками. Тонко чувствуют настроение хозяина. Очень плодовиты, причем самцы часто помогают заботиться о котятках.

### КСТАТИ

Несмотря на то что в народе сибирская порода популярна довольно давно, официально признана она была лишь в конце прошлого века. Тогда же был установлен и стандарт. Сибирские кошки с первых международных выставок прочно завоевали уважение и любовь публики. В настоящее время порода признана самыми авторитетными европейскими и американскими организациями.

# Пушистые мурлыки



### Невская маскарадная

Это наша кошка, выведенная на берегах Невы. Вторым названием – маскарадная – кошка обязана своеобразному окрасу: темная шерсть на мордочке напоминает маску. Невская маскарадная – это кошка с длинной шерстью и голубыми глазами, которые могут иметь разные оттенки синего цвета: от светлого до сапфирового. Эта порода сравнительно молодая, так как появилась в 90-х годах прошлого столетия, и с тех пор с каждым годом набирает все большую популярность. Следует помнить, что из-за длинной шерсти невская маскарадная требует особого ухода. В периоды сезонной линьки (осенью и весной) нужно особенно тщательно вычесывать кошку – ежедневно. В остальное время достаточно 1-2 раз в неделю. Также важно обеспечить кошке достаточную физическую активность и сбалансированное питание.

### ПЛЮСЫ ХАРАКТЕРА

Эти кошки отличаются особенной, почти собачьей преданностью хозяевам. Обидчивы, но не злопамятны. Легко уживаются с другими питомцами. Общительны, на реплики хозяина могут отвечать подмурлыкиванием. Как правило, обладают хорошим здоровьем, поэтому довольно часто доживают до преклонных лет.

**Маленький мальчик, услышав, как мурлычет кот, бежит к отцу, который работает автомехаником:**

– Папа, иди, посмотри на нашего кота!  
– Что такое? Что случилось?  
– Он заснул с включенным двигателем!



### Донской сфинкс

Эти кошки отличаются мускулистым телосложением, выразительными миндалевидными глазами и большими ушами. Порода довольно молодая. Официально зарегистрировали ее в 1994 году. В настоящее время существует несколько разновидностей донских сфинксов: голоорожденные (полностью бесшерстные особи), флоксовые, велюровые и браши. У велюровых сфинксов кожа на ощупь бархатистая, у брашей – волнистая мягкая шерстка, которую они с годами сбрасывают. Одно из основных отличий – наличие большого количества складок на плотном теле.

### ПЛЮСЫ ХАРАКТЕРА

Из-за мускулистого тела и складок донские сфинксы производят обманчивое впечатление суровых кошек. На самом деле это отзывчивые, деликатные и добрые создания. Они очень ласковые, любят сидеть на ручках у хозяина, обнимая его за шею. Легко уживаются и с детьми, и с другими животными.

Светлана ИВАНОВА



### Русская голубая

Это одна из самых древних отечественных пород. Есть данные, что таких кошек разводили еще при императрице Екатерине II. Правда, в те незапамятные времена порода называлась архангельской голубой. Именно в порту этого северного города английские моряки впервые увидели необычных животных и пришли от них в восторг. Русская голубая со своим серебристо-серым окрасом и ярко-зелеными глазами намного стройнее и элегантнее своего британского собрата. Шерстка у нашей красавицы тоже выигрывает: она гуще и мягче на ощупь. Дело в том, что у наших кошек покровный волос и подшерсток имеют одинаковую длину, что делает их шерсть очень густой.

В 1903 году первая пара русских голубых кошек попала на берега Британии. От них и ведет свое начало порода. Только в Англии породу называли не русской или архангельской голубой, а иностранной голубой кошкой.

### ПЛЮСЫ ХАРАКТЕРА

Русская голубая кошка очень любознательна. Мяукает тихо, а мурлычет громко. Она легко уживается с другими животными, даже с собаками, но от мелких зверушек и птичек надо держать ее подальше, так как охотничий инстинкт у этих кошек очень силен!

### ПОДРОБНОСТИ

## Марк Твен и кошки

Великий писатель Марк Твен очень любил кошек. Он сам не раз рассказывал, что его детство прошло в окружении этих животных. Будучи взрослым, он постоянно держал несколько питомцев у себя дома. Близкие писателя вспоминают, что когда он сердился, то даже фырчал по-кошачьи. Ходит молва, что три его дочери –

Сюзи, Клара и Джин – порой специально выводили отца из себя, чтобы послушать смешное фырканье. Они даже называли его между собой «сердитый серый котик». Марк Твен считал, что дети должны расти вместе с домашними питомцами. В доме писателя жила трехцветная кошка очень красивого

и необычного окраса. Спать она предпочитала на обеденном столе, застеленном красной скатертью. Марк Твен никогда не прогонял ее, объясняя детям, что красный цвет особенно выгодно подчеркивает цвет ее шерстки. Был в доме и кот по имени Аполинариус. На праздники ему обязательно повязывали бант на шею.

Из-за переезда в Европу животных пришлось оставить в Америке. Вся семья очень по ним тосковала. Позднее, дочь Марк Твена Сюзи говорила о родителях с улыбкой: «Мама любит мораль, а папа любит кошек».

Жаркое местечко, где нет тенька							Теплый сапог оленевода	Белое одеяло зимы	Освобождение кузова самосвала										
После ливней на тротуаре	Боковая стенка корпуса скрипки		Личный состав поезда	Родосский верзила	Имя писательницы Кристи	Другое название курицы-наседки				Женская легкая кофточка	Надутая Федулом	Их смазывают, поспешно уходя	Династия цирковых фокусников	Кирпич из глины и соломы, саман					
			Японский театр актеров-мужчин					Английский медяк	Сани для зимнего вида спорта			Бывает с форточкой							
Что может "укусить" в магазине?	Небольшая парковая пещера				Удар в боксе	Вид лыжного спорта					Сыщик Гудвин по имени			Фотография					
			Одно из названий "Жигулей"						Дорожные или условные	Актриса Клара ...	Заморская мера площади	См. фото							
"Президент" Ватикана	"Пол" океана			Старейшина племени сказал: "Нельзя!"	Человек по отношению к предкам				Повар на палубе				Встреча футбольных команд	Река, что по Перми течет					
			Танец с постукиванием						Металлическая балка буквой Т			"... с веером" (картина Мане)	Певец ... Джаггер						
Заманчивое, но пустое обещание	"Клювик" чайника или кофейника	Шлепки Буратино										"Путь" для китайца							
Шла по шоссе и сосала сушку	Пел про зиму в избушке	Соленая водица залива	Героиня комедии "Курьер"						Кривая над колокольчиком	Сказка "... Ряба"	От перемены до перемены	Частица материи							
Виктор ... в фильме "Брат"							"Живо" для пианиста	Второстепенная ...			Птичий пищевод								
Девочка из сказки Кэрролла			Друг парня в сомбреро						Ягодки цветочки на материи										
Кот, что "слушает, да ест"	Виль ..., придумавший Анискина						"Домашний очаг" дикого зверя												
			Рисунок на ленточке бескозырки						Верхняя часть капители колонны										



**ТЕЛЕК**

К	В	У	В	Ч	О	В	У	К	С	У	В
О	В	О	У	О	У	О	У	И	И	И	П
Д	О	Е	К	О	Л	И	В	У	С	И	У
У	Х	О	Р	К	К	У	Р	В	О	К	А
В	О	Т	В	И	И	И	Т	И	Ч	Н	С
У	В	У	У	Р	В	У	Т	О	Ч	В	С
К	И	В	У	О	К	У	Л	П	Е	Т	С
У	Н	И	К	В	Н	Е	Л	Ж	О	Н	У
У	С	О	К	У	Л	У	В	У	В	У	Н
У	И	Р	У	У	Л	У	О	М	П	Т	О
О	Н	К	О	У	С	Е	И	К	А	В	И
У	У	В	Л	У	Л	У	Л	У	Л	У	О
У	К	У	Л	У	В	У	С	У	К	А	У

**ПОДПИСКА на 2026 год** **ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!** С 1 февраля по 31 марта 2026 года открыта досрочная подписная кампания на 2-е полугодие 2026 года.



**Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях**

**В период проведения досрочной подписной кампании (с 1 февраля по 31 марта 2026 года) на подписку действует сниженная цена.**

Срок подписки	Цена с 1 февраля по 31 марта 2026 г.	Цена в основной период с 1 апреля 2026 г.
на 1 мес.	<b>424,07 руб.*</b>	435,95 руб.*
на 2 мес.	<b>848,14 руб.*</b>	871,90 руб.*
на 3 мес.	<b>1272,21 руб.*</b>	1307,85 руб.*
на 4 мес.	<b>1696,28 руб.*</b>	1743,80 руб.*
на 5 мес.	<b>2120,35 руб.*</b>	2179,75 руб.*
на 6 мес.	<b>2544,42 руб.*</b>	2615,70 руб.*

Подписной индекс **П2939**  
Газета выходит 1 раз в неделю

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

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

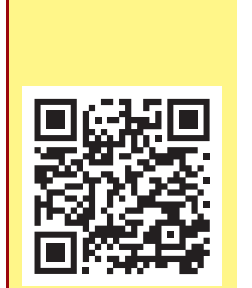
инструкция онлайн-подписки на сайте [podpiska.pochta.ru](https://podpiska.pochta.ru) и через мобильное приложение «Почта России»

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

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



- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету\* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.



**П2939**  
«ТЕЛЕК Pressa.ru»

\* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

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

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