

№27
(556)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 6 по 12 июля 2026 года

ТЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

**КАКИЕ РАСТЕНИЯ
ЗАЩИТЯТ ДАЧУ
ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ?**

стр. 28

**ДОЛЖНЫ ЛИ
СБЫВАТЬСЯ
ДЕТСКИЕ
МЕЧТЫ?**

стр. 4

**ОЧИЩЕНИЕ
ОРГАНИЗМА**

**ОТ ОПАСНОГО
застоя**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 7

**БЕРЕЖЁМ
ПИЩЕВАРЕНИЕ
В ОТПУСКЕ**

стр. 25

**ВКУСНАЯ
ПАЛИТРА
ХОЛОДНЫХ
СУПОВ**

стр. 8

**АЛЕКСЕЙ
ВАКУЛОВ**

**ЛЮБОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДАЁТ
ПИЩУ ГОЛОВЕ И ДУШЕ**

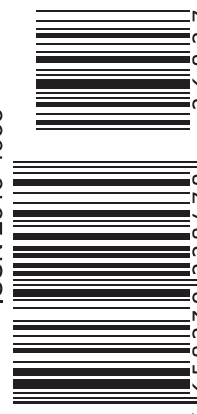
стр. 2

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото телеканала Домашний

ISSN 2313-4933



На телеканале Домашний 6 июля в 19.00 состоится премьера медицинского сериала «Доктор, я боюсь...».

В основе сюжета – успешный врач-гинеколог Андрей Крылов, который оставляет столичную практику в популярной клинике, карьерный рост и приезжает работать в небольшую областную больницу. Он сразу привлекает к себе внимание сотрудниц и пациенток, чем вызывает безудержную ревность и зависть коллег. И пока по больнице ползут слухи о том, что вынудило Крылова покинуть теплое местечко в Москве, на горизонте появляется его бывшая жена. Она до сих пор таит обиду на Андрея и готова всем рассказать о его «темном» прошлом... В главной роли – наш сегодняшний гость Алексей Вакулов.

Жизнь состоит из разных историй

– Алексей, в этом проекте 40 (!) серий. Запала на все хватило?

– По сути, это 40 разных историй, но при этом есть сквозная линия, которая проходит через все серии. Это важно знать и помнить. Если, например, взять короткометражку и сериал, то, наверное, их можно сравнить со спринтерской стометровкой и марафоном. Важно правильно распределиться на всю дистанцию. И чисто физически и по-актерски работа над ролью, над образом своего персонажа.

– Чему пришлось научиться для роли врача-гинеколога?

– Актерскому мастерству (улыбается). Любой проект: полнометражный фильм, сериал – это художественное произведение, вымысел, и есть очень большая доля условности, будь то сериал про врачей или, например, про пожарных. Это не документальное кино и не учебное пособие. Интересно следить за взаимоотношениями героев, но совершенно точно нельзя по сериалу научиться лечить болезнь. Лечиться нужно у врачей.

– Насколько доктор Андрей Крылов оказался вам близок?

– Любой герой, которого приходится играть, – это другой человек, не ты.

Алексей ВАКУЛОВ:

Любое путешествие даёт пищу голове и душе



Подробности

Размышляя и сравнивая

– Много нового дарит и дорога, которую вы любите, часто отправляясь в путешествия по всему миру. Чем так привлекают вас странствия?

– Во-первых, они расширяют границы твоего сознания. Во-вторых, ты больше общаешься с людьми, видишь, как по-разному они живут, и это меняет твоё представление о жизни. Я бывал в разных местах, порой сильно неблагоприятных, и там понимал, что все наши жалобы на какую-то бытовую неустроенность здесь – мелочи по сравнению с тем, как живут люди в других точках мира и в других условиях, гораздо худших. У нас

требуется любовной страсти, а вы с актрисой и познакомитесь толком не успели?

– Приходится подстраиваться. Старемся между дублями как-то пообщаться, пошутить, снять напряжение. Главное – не забыть, о чем была предыдущая сцена, которую снимали месяц назад, помнить то своё состояние. Это просто, но мы стараемся. Мне кажется, в сериале «Доктор, я боюсь...» у нас получилось быть искренними, и истории, которые мы покажем зрителям, обязательно затронут определенные душевные струны. Опять-таки, поскольку эти истории происходят в медицинском учреждении, они затронут тему жизни и смерти, а это всегда держит зрителя в напряжении.

Партнёрство – важная составляющая успеха

– И что делать, если первая же смена (в кино сюжет снимают не в хронологической последовательности, а вразнобой)

выключат для профилактики горячую воду на две недели, и мы страдаем, а у людей вообще ее нет. Таких примеров могу привести много. Это же касается чрезмерной роскоши, которую тоже доводилось видеть. Наверное, если бы я родился в какой-то деревне или небольшом городке и никогда оттуда не выезжал, у меня было другое мироощущение, другое сознание. Но когда много едешь и много видишь, невольно начинаешь размышлять и сравнивать.

– А что была за история в Кении, в племени масаи, где вы прошли обряд посвящения, разрешающий иметь восемь (!) жен?

– Это была, в общем-то, случайность, такой прикол. Я действительно целый месяц жил в этом племени, и там главе племени разрешается иметь восемь жен. Но это отдельная история, требующая отдельного разговора (смеется).

– Много разъезжая по миру, наверняка прикидывали для себя – где бы ещё хотелось поставить домик, чтобы туда возвращаться?

– Честно, не задумывался об этом, но раз вы сейчас спросили, пожалуй, я бы сделал это на Сицилии.

больше. Если же ты остаешься, если пропадает желание и волнение, то, думаю, надо уходить из профессии. Мы, артисты, немножко сумасшедшие люди, которым нравится проживать чужую жизнь, иногда в ущерб собственной. Но это не останавливает нас в желании идти дальше и ждать больше разных интересных проектов.

– Можете назвать самые важные из тех, что уже были...

– Думаю, такие работы еще впереди. Но это не значит, что те, которые были, для меня второстепенны. Каждый раз, вы-

ходя на площадку в новом проекте, волнуясь, как впервые, переживаю – как оно будет. Волнение должно обязательно присутствовать. Нельзя с холодным носом и с температурой 36,6 выходить на сцену или входить в кадр. К тому же волнение здесь в помощь: его можно трансформировать в нечто более продуктивное.

– Вы помните свои первые съёмки?

– Конечно, это было страшно (смеется). Ты не понимаешь, как и что делать. Учился уже в процессе съемок. Много тогда узнал нового.

Мария СУХАНОВА

Пожелание читателям «Телека»:

– Не жалеете времени и денег на путешествия. Смотрите, изучайте мир, не загоняйте себя в определенные шоры. Любое путешествие дарит новые знания и впечатления, которые дают пищу не только голове, но и душе.

Вымышленный персонаж, у которого свой характер, чувства, даже словарный запас не такой, как у тебя. Он существует в других «предлагаемых обстоятельствах». Короче говоря, это ДРУГОЙ человек. И я, как актер, исполнитель, совершенно не должен быть на него похож. Но нужно находить в себе какие-то другие качества, которые помогут вжиться в роль и создать необходимый образ. Конечно, когда играешь по-

донка, тут, наверное, сложнее. Ну что ж, приходится абстрагироваться.

Главные проекты впереди

– Вы давно в профессии, а интерес к ней, как вижу, сохраняете, глаз «горит»...

– Артисту всегда мало работы, всегда хочется



Сериал «Доктор, я боюсь...» – в эфире телеканала Домашний с 6 июля по будням в 19.00.



Евгений Цыганов сыграет жертву амнезии

Первый канал и кинокомпания «ПРОФИТ» представляют премьеру сериала «Минута тишины», основанного на реальных событиях и историях из мира бизнеса. Режиссер проекта – Илья Шеховцов. В ролях заняты Евгений Цыганов, Ольга Лерман, Сергей Газаров, Андрей Смирнов, Артём Ткаченко, Мария Мацель, Владислав Тирон, Павел Ворожцов, Виталий Коваленко, Евгений Харитонов, Артур Ваха и др. Одно из ярких cameo в сериале – появление известного хоккеиста Александра Овечкина. Также этот фильм – одна из последних работ Романа Мадянова.

В центре сюжета – история крупного предпринимателя Валерия Королёва (Евгений Цыганов). После землетрясения в исламском Наристане обнаружен человек с амнезией. Прежде чем выяснится, что это один из богатейших людей России, ему вместе с психологом МЧС Марией Стрельцовой (Ольга Лерман) придется спастись от преследований спецслужб в попытке понять, кто он и зачем прилетел в Наристан...

– В сюжете мне показался интересным момент обнуления, когда ты словно открываешь себя заново для себя же самого, – рассказывает исполнитель главной роли Евгений Цыганов. – И как потом постепенно вспоминаешь себя прошлого, и перед тобой встает выбор – принять себя тем, кем ты был, либо отнестись к этой ситуации, как к какому-то шансу, чтобы изменить свою жизнь.

Фото кинокомпании «ПРОФИТ», представлено пресс-службой Первого канала

Герой Алексея Маклакова займётся педагогикой

Телеканал СТС начал съёмки нового 16-серийного комедийного сериала «Нянька в погонах» с Алексеем Маклаковым в главной роли. Режиссер-постановщик – Артур Румынский. Производством фильма занимается киностудия «Медведь». Большая часть сцен пройдет в подмосковной деревне Векшино.

По сюжету бывший прапорщик Василий Валерич (Алексей Маклаков) по рекомендации знакомой Нины (Ирина Низина) устраивается на работу в семью бизнесмена Антона (Александр Пашков), который отчаялся найти няню, готовую выдержать троих избалованных детей. Применяя строгие военные порядки, Василий Валерич пытается навести дисциплину, но сталкивается с неожиданными проблемами, которые разрушают его жесткие методы.

– Мой персонаж пройдет сложный, но интересный путь, – рассуждает Алексей Маклаков, – ведь и он воспитывает детей, и они прививают ему лучшие качества.

Фото телеканала СТС



Александр Робак и Алексей Лукин станут напарниками

Кинокомпания 1-2-3 Production по заказу телеканала ТНТ приступила к съёмкам нового комедийного сериала «Участковые из Сити». Режиссер-постановщик проекта – Василий Свиридов. В главных ролях: Александр Робак, Алексей Лукин, Александр Лыков, Анна Невская, Инга Оболдина. В центре сюжета – двое полицейских. Один живет по строгим правилам, второй – молодой мажор. Закон и порядок блюсти придется в двух соседних, но абсолютно разных мирах. С одной стороны – пафосный Москва-

Сити, с другой – обычный спальный район с вечными бытовыми проблемами. Фёдор (Александр Робак) пытается учить наглого напарника уму-разуму, Лёха (Алексей Лукин) в ответ подкалывает Фёдора и решает вопросы по-своему – деньгами и связями.

Смогут ли герои принять и понять друг друга, измениться, пройдя вместе череду веселых и не очень ситуаций, – узнаем уже скоро. Премьера «Участковых из Сити» состоится на телеканале ТНТ.

Фото 1-2-3 Production

Сериал «Шифр» ждёт пятый сезон

В Москве продюсерский центр «ЛЕАН-М» по заказу Первого канала начал съёмки пятого сезона популярного ретро-детектива «Шифр». Напомним, действие разворачивается в послевоенной Москве и рассказывает о четырех женщинах, бывших шифровальщицах, которые используют свой опыт и аналитические способности для распутывания сложных и опасных дел.

Режиссером-постановщиком пятого сезона снова выступает Вера Сторожева. В главных ролях по-прежнему заняты Марьяна Спивак, Екатерина Вилкова, Яна Дюбуи, Елена Панова. В сериале также появятся Светлана Колпакова, Агриппина Стеклова, Максим Стоянов, Наталья Суркова, Дарья Урсуляк и другие артисты.

– Мы очень рады вернуться к съёмкам пятого сезона, – рассказывает режиссер Вера Сторожева. – Прошло два с половиной года, наши девочки-героини действительно соскучились. Самое удивительное – они сразу, с первых съемочных дней, впрыгнули в образ. Я немного боялась, что будут какие-то шероховатости, но все прошло изумительно, получились очень хорошие сцены.

Сергей Шаталов покажет человека с непростой судьбой

В Ленинградской области продолжатся съёмки военной драмы телеканала НТВ «Герой в законе». Режиссер-постановщик фильма – Павел Мальков. Роли в картине исполняют Сергей Шаталов, Максим Иванов, Александр Дуденков, Екатерина Ильина и другие. Производством сериала по заказу АО «Телекомпания НТВ» занимается компания «ТРОМЕДИА».

1942-й год. 20-летний Николай Кульба (Сергей Шаталов) отбывает второй срок. Лагерное начальство предлагает заключенным отдать долг Родине и заслужить помилование. Кульба соглашается и отправляется на фронт. В одном из пересыльных пунктов происходит ошибка. Получив документы, Кульба видит, что неверно указана его фамилия – вместо «Кульба» написано «Колбин». Так судьба дает ему шанс начать новую жизнь...

– Николай Кульба – человек с очень непростой, но интересной судьбой. Так сложилось, что он вырос в довольно экстремальных условиях, в которых ему с самого детства приходилось бороться за свою жизнь, – представляет своего героя Сергей Шаталов. – И, чтобы выбраться из этого, ему приходится начинать буквально с чистого листа. Он не просто следует закону, а еще и взращивает в себе ответственность за тех людей, которыми руководит во время боевых действий...

PR НТВ



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

Лакомство лакомств – шоколад

Шоколад сегодня считается одним из самых популярных лакомств в мире, однако его история насчитывает тысячи лет. За это время он успел побывать на питком правителей, денежной единицей и... предметом научных исследований.

1 У народов Центральной Америки какао ценилось настолько высоко, что его запасами нередко измеряли достаток семьи. В некоторых документах эпохи ацтеков сохранились сведения о стоимости различных товаров в какао-бобах. Например, индюшиное яйцо стоило 4 боба, кролик – 30 бобов, услуги носильщика обходились в 60 бобов. Сколько могла стоить крупная индейка?

а) 20 бобов. б) 50 бобов.
в) 200 бобов.

2 В Империи ацтеков (XIV-XVI вв.) экономическая система, основанная на какао, достигла своего апогея. Один боб представлял собой наименьшую денежную единицу, что позволяло совершать мелкие покупки. Для крупных сделок их можно было легко считать и объединять в большие партии, основанные на двадцатеричной системе исчисления. Наибольшей из них считалась «карга» (24 000 бобов). Это «груз» или «ноша», которую мог унести один тамаме (носильщик). Как называлась мера в 8000 бобов?

а) Хикипилли. б) Сонтли.
в) Кетцаль.



3 Белый шоколад часто вызывает споры: одни считают его полноценным шоколадом, другие – лишь кондитерским изделием. Причина разногласий связана с составом продукта. При его производстве используется один важный компонент какао-бобов, но отсутствует другой. Какого ингредиента нет в белом шоколаде?

а) Какао-масла. б) Какао-порошка. в) Сахара.

4 В XVIII-XIX веках шоколад чаще употребляли не в плитках, а в жидком виде. Его подавали в специальных сосудах, конструкция которых отличалась от обычной посуды. Одна деталь помогала сохранить удобство употребления напитка. Для чего в крышке некоторых шоколадниц делали отверстие?

а) Для ложки.
б) Для мешалки.
в) Для соломинки.

ОТВЕТЫ

1-в. 200 бобов. 2-а. Хикипилли. 3-б. Какао-порошок. 4-б. Для мешалки.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Испытательный срок: ваши права и правила игры

Испытательный срок – это не рабство и не способ для работодателя сэкономить. Это регламентированная законом процедура, цель которой – проверить ваше соответствие должности.



Под защитой закона

На время испытания на вас распространяются все нормы Трудового кодекса. Работодатель не вправе:

- Платить меньше, чем другим сотрудникам на аналогичной должности. Зарплата должна быть указана в договоре и выплачиваться в полном объеме.
- Оформлять «в черную». Трудовой договор с условием об испытании заключается в течение 3 дней с момента начала работы, а не по его окончании.

Сроки: сколько и для кого

Максимальный срок – 3 месяца. Для руководителей и главных бухгалтеров – до 6 месяцев.

- Важно: если вы устроились по срочному договору на срок от 2 до 6 месяцев, испытание не может длиться дольше 2 недель.

- Продлить испытание нельзя, но если вы болели – дни болезни в срок не засчитываются.

Испытание не устанавливается для беременных, несовершеннолетних, выпускников вузов, устроившихся впервые по специальности в течение года после выпуска, и для переведенных из другой организации.

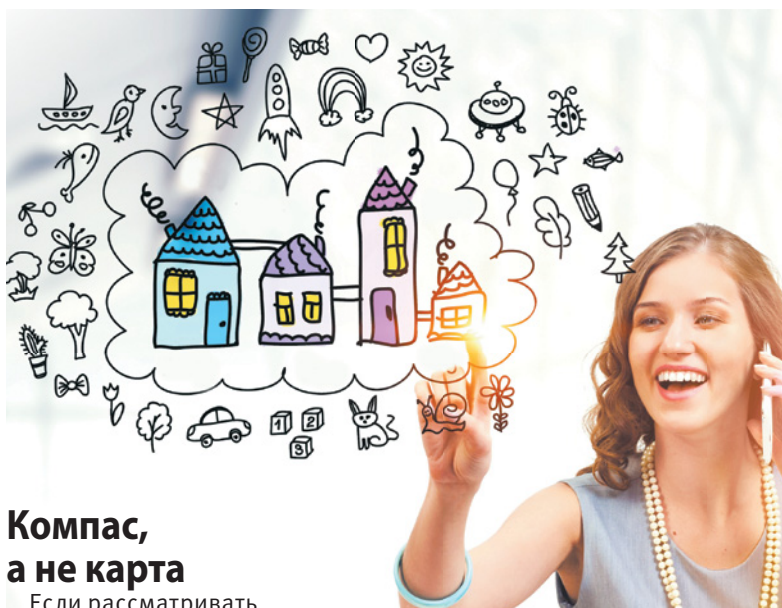
Процедура увольнения

Если работодатель решит, что вы не прошли испытание, он обязан письменно предупредить вас за три дня до увольнения с указанием причин (например, отчеты о невыполнении заданий). Если он этого не сделал и вы продолжаете работать после окончания срока, вы считаетесь прошедшим испытание. Если же вы решили уйти, предупредить работодателя нужно также за три календарных дня.

Должны ли сбываться ДЕТСКИЕ МЕЧТЫ?

В детстве мир кажется огромным и податливым, как пластилин.

Мы мечтаем покорить космос, вылечить все болезни или жить в замке на облаке. Но проходит время и вместо космического корабля мы выбираем удобный седан, вместо спасения мира – стабильную зарплату. И здесь нас настигает экзистенциальный вопрос, способный вызвать ностальгическую тоску: должны ли сбываться наши детские мечты? Или их судьба – остаться красивыми картинками?



Иллюзия статичности

Первое, о чем стоит сказать: детская мечта – это не пункт назначения, а мгновенный снимок нашей души в конкретный момент времени. Когда нам пять лет, мы хотим быть ветеринарами, потому что любим гладить пушистых котиков. В пятнадцать мы мечтаем о сцене, потому что хотим признания. В двадцать пять – о своем бизнесе, потому что хотим свободы.

Проблема в том, что общество часто навязывает нам нарратив: «Мечты должны сбываться, иначе жизнь прожита зря». Но означает ли нереализованная мечта о профессии космонавта провал? Вовсе нет. Часто детская мечта – это не про конкретную профессию, а про состояние. «Быть космонавтом» – значит хотеть неизведанного и приключений. «Быть принцессой» – значит желать любви и заботы. И если во взрослой жизни мы находим эти ощущения в другом месте, значит, мечта исполнилась, просто сменила форму.

Компас, а не карта

Если рассматривать детскую мечту не как жесткий план здания, а как компас, указывающий направление, все встает на свои места. Детская мечта – это диагностика наших природных наклонностей. Если ребенок мечтал лечить людей, но стал успешным фармацевтом или организатором здравоохранения – разве это предательство идеала? Нет, это ее адаптация к реальности.

Самые счастливые люди – это те, кто сумел перевести детские «хочу» на взрослый язык возможностей. Например, желание «играть в футбол» может обернуться карьерой спортивного менеджера, журналиста или даже врача спортивной команды. Мы не теряем суть, мы меняем инструментарий.

– У тебя сбывлась хоть одна детская мечта?
– Да, я стала взрослой...



Синдром отложенной жизни

Однако есть и обратная сторона медали – когда человек отказывается от мечты слишком рано, боясь трудностей. В этом случае она превращается в призрак, который стучится в окно в кризис среднего возраста. Именно тогда многие мужчины покупают мотоциклы, а женщины меняют скучные офисы на курсы флористики.

Сбываться должна не картинка, сбываться должно ощущение полета. Если мечта не дает вам покоя десятилетиями, если мысль о ней вызывает не улыбку, а боль сожаления, значит, пришло время ее реанимировать. Но делать это надо с поправкой на текущие ресурсы. Не бросайте все и не уезжайте в кругосветку, если у вас ипотека и трое детей. Начните с малого: сделайте шаг в сторону той атмосферы, которую вы искали в детстве.

Пересмотр ценностей

Часто мы идеализируем свои детские желания.

Мы забываем, что у профессии полицейского есть бумажная волокита, у кондитера – больная спина от стояния у плиты, а у музыканта – бессонные ночи в гастрольных автобусах.

Возможно, если бы наша мечта сбывалась в том виде, в котором мы ее загадали, она бы разбилась о суровую реальность, и мы бы ее возненавидели.

Поэтому ответ на вопрос «должны ли?» звучит парадоксально: детские мечты должны не сбываться, а трансформироваться. Их главная задача – дать нам энергию в начале пути и указать направление наших глубинных ценностей.

Не корите себя за то, что не стали президентом или балериной. Посмотрите на свою жизнь сейчас: возможно, вы каждый день проявляете заботу, героизм или творчество, просто в другом формате. Идеальная формула взрослой жизни – это

взять эссенцию детской мечты (любопытство, смелость, нежность, азарт) и вплести ее в канву сегодняшнего дня.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

На цыпочках, как лошадь

Лошадиные копыта – не что иное, как средний палец на каждой из конечностей, развившийся в копыто. Благодаря получившимся наростам лошади могут спокойно бегать по земле, не повреждая ноги. Так что эти животные, подобно балеринам, буквально передвигаются на пальчиках. Какая же выдумщица эта эволюция!



Небесный памятник

Самый отдаленный памятник, установленный людьми, находится на Луне. Он представляет собой фигурку в скафандре, лежащую ничком в месте, где прилунился космический корабль «Аполлон-15» на окраине Моря Дождя. Установлен памятник в начале 70-х годов, и на табличке, укрепленной рядом, выбиты имена американских астронавтов и советских космонавтов, посвятивших жизнь освоению космоса. Автор скульптуры – бельгиец Пол ван Хейдонк.

Рецепты по сезонам

Рецепты блюд люди начали записывать примерно тогда же, когда появилась письменность. Но именно в формате бумажной книги кулинарные сборники начали появляться в Европе после XV века. И поскольку хранить скоропортящиеся исходники было невозможно, рецепты в книгах разбивались по временам года – чтобы использовать сезонные продукты. Поэтому на «зимних» страничках в качестве ингредиентов преобладали крупы и мясо, а на «летних» – фрукты, овощи, зелень, грибы.



Сериал 200 лет назад

Идея выпускать увлекательную историю по кусочкам, чтобы сохранить к ней интерес публики, появилась очень давно. Еще в XIX веке по такому принципу издавались многие книги. Пример такого печатного сериала – роман Александра Дюма «Три мушкетера». Он издавался в 1844-м году в одной из парижских газет с марта по июль. Разумеется, автор прерывал повествование в самых интересных местах, чтобы читатели с нетерпением ждали следующего номера.

Светлана СИДОРЧУК



РОССИЙСКИЙ РАЗРАБОТЧИК
И ПРОИЗВОДИТЕЛЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ

Prodex

ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ

ОШИБКИ, КОТОРЫЕ ДОПУСКАЕТ КАЖДЫЙ ВТОРОЙ

Как часто вы слышали фразу: «Всё болит, ничего не помогает...»? Особенно когда речь заходит о суставах. Сегодня мы хотим рассказать вам историю, которая в корне изменит ваше представление о традиционном лечении! И ответить на вопрос: как избавиться от боли и подарить своим суставам вторую молодость?

В 1928 году был изобретён первый антибиотик – пенициллин. Он смог наконец-то исцелять дизентерию и тиф, от которых в то время люди неизбежно умирали. Но большинство людей не верили, что он может помочь, потому что уже тысячу раз обжигались в попытках вылечить. Те, кто не побоялся попробовать в тысячу первый, вылечились. А те, кто сдался, подумал, что «очередное средство, которое не поможет», погибли. Хотя спасение было прямо у них под носом! К чему мы вам это рассказали?

Заболевания прогрессируют. Артриты и артрозы развиваются уже у 90% людей старше 50.

Вот что делать в такой ситуации? Здесь нужно революционное средство, не меньше! И такое средство есть! Как в своё время пенициллин произвёл настоящую революцию в медицине, так и ультразвуковая терапия сейчас проводит революцию в лечении суставов. Тем более сейчас это доступно каждому, даже в домашних условиях! Как такое возможно? Сейчас расскажем.

КАК ДОЛГО МЫ К ЭТОМУ ШЛИ

Ещё буквально каких-то пять лет назад получить качественное лечение ультразвуком можно было только в условиях стационара. Да и то своей очереди порой приходилось ждать по нескольку месяцев. А если болит уже сейчас? Что делать? Пить таблетки горстями, заглушая боль? Не спать по ночам? Совсем не обязательно. Всё, что нужно, иметь в своём доме ультразвуковой физиотерапевтический аппарат отечественного производства «Аврора». Лёгкий в использовании, он не требует специальных умений или обслуживания медицинским персоналом. А по эффективности ничуть не уступает амбулаторному лечению. И главное: «Аврора» готова помочь вам прямо здесь и сейчас! Без всяких очередей и дополнительных условий. Просто мечта! Лучшие специалисты компании «МедПрибор» (г. Санкт-Петербург) потратили годы (!) на создание этого потрясающего аппарата. И это определённо было сделано не зря! Да-да, в России всегда умели делать стоящие вещи! Несмотря ни на что, наша медицина всё ещё впереди Запада, который пытается продать нам свои аналоги за бешеные деньги. Но согласитесь, зачем нам это, если у нас есть своё? И причём гораздо дешевле!

БРИЛЛИАНТ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЫ

Аппарат «Аврора» – это настоящее спасение для людей, заболевания которых ограничивают движения, приносят боль, а вместе с ней и невыносимые страдания. Оглянитесь вокруг. Сколько людей с большими суставами и спиной?! Сгорбленные, скрюченные, с палочками. И это только те, кого видно! А сколько ещё лежит дома, не в силах даже выйти на улицу? Хотите пополнить их ряды? Нет? Тогда начните уже лечиться по-настоящему! Помогите своим суставам! Воспользуйтесь действительно проверенным средством! Поверьте, аппарат «Аврора» вернёт вам радость движений! Больше не нужно будет обременять родственников или просить посторонней помощи.

Ведь главное преимущество аппарата «Аврора» – его можно при-

менять даже дома! Вы сами с лёгкостью сможете проводить процедуры, прямо не вставая с дивана. Удобно? Конечно же да! Хотите знать, за счёт чего происходит оздоровительный эффект? Сегодня мы готовы раскрыть секрет уникальной технологии.

ЧТО ДЕЛАЕТ «АВРОРА»?

Воздействие аппарата ультразвуком оказывает противовоспалительное, обезболивающее и заживляющее действие. Точно подобранная частота ультразвуковых волн (880 кГц) вызывает периодические колебания тканей. Это можно представить как массаж на клеточном уровне. В результате улучшается кровообращение, лимфоток. Ни одно лекарство не способно на это, а «Аврора» может!

Поражённые ткани наконец-то получают в нужном объёме кислород и питательные вещества. Поверьте, для них это как глоток воды в пустыне для измождённого путника. Что же происходит дальше? Боль уходит! Её больше нет! А вместе с ней отёки и дискомфорт. Хруст в суставах полностью исчезает, на его место приходит плавность движений. Уверяем, после курса процедур вы себя просто не узнаете.

Как будто скинули десяток-другой! Кроме того, в аппарате есть ещё два режима: красное и инфракрасное излучение.

Поэтому «Аврору» часто применяют и для лечения других заболеваний: ЖКТ, сердечно-сосудистых, лор-органов, глаз, полости рта.

Да это практически целая поликлиника у вас дома! Вы можете, например, попасть на приём за час сразу к пяти врачам? Учитывая нехватку специалистов в наших больницах, думаем, ответ очевиден.

А с «Авророй» можете! Считайте, что вы и теперь под круглосуточным медицинским наблюдением целой бригады врачей!

НА ЗДОРОВЬЕ НЕ ЭКОНОМЯТ?

Так ли это на самом деле? У аппарата «Аврора» есть один секрет. С ним вы сможете ощутимо сэкономить на лекарствах. А также свести к минимуму риск передозировки и побочных эффектов от препаратов. Ведь для достижения желаемого эффекта их потребуется совсем чуть-чуть. Всё дело в том, что под действием ультразвука активные компоненты лекарственных средств проникают в более глубокие слои тканей. Это даёт сразу двойной эффект.

Во-первых, они начинают действовать активнее и проникают туда, куда без помощи ультразвука им не добраться. А значит, лечение будет более продуктивным и быстрым.

Во-вторых, уменьшается расход самого средства. Так, например, вашего геля и крема хватит не на месяц, как раньше, а на три! А теперь посчитайте, сколько вы сэкономите при этом, и подумайте, на что сможете потратить эти деньги.

ВСЁ ЕЩЁ СОМНЕВАЕТЕСЬ?

Если уже на протяжении нескольких лет вы лечитесь, а результата всё нет. Если вы устали от боли, а ваши родственники уже не могут водить вас по больницам. Если ваши суставы уже изношены дальше некуда и давно подают сигнал SOS, хватит сомневаться, пора действовать! Тем более создатели «Авроры» сделали всё, чтобы вы были здоровы, активны, молоды, счастливы наконец-то. Даже ходить никуда не надо, можно лечиться дома. Просто бери и делай! Поэтому звоните прямо сейчас, сегодня, не откладывайте в долгий ящик. Завтра всё равно ничего не изменится, ваша болезнь никуда не денется. А вот лечить её станет уже сложнее. Так стоит ли терять драгоценное время?

БОЛЬ И ДИСКОМФОРТ ПРИ ДВИЖЕНИИ?

Суставы хрустят? Припухлость и отёк в суставах?
НЕ НУЖНО ТЕРПЕТЬ!

ЗВОНИТЕ, И МЫ ПОДБЕРЕМ РЕШЕНИЕ ДЛЯ ВАШЕЙ ПРОБЛЕМЫ С СУСТАВАМИ:

8 (800) 511-60-42

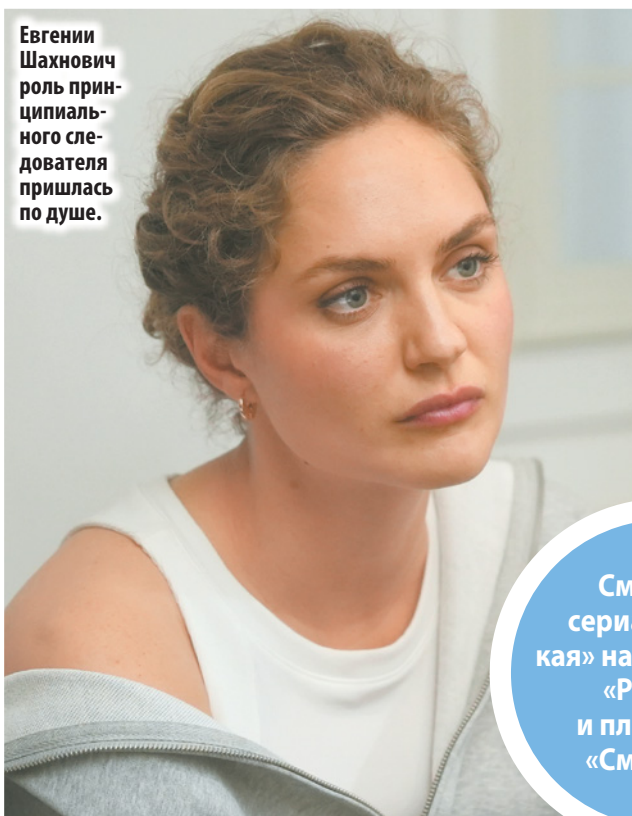
WWW.PRODEX.RU¹ БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА



ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 01.07.2026 г. по 01.08.2026 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. ¹ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, сэлфдокс. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Евгении Шахнович роль принципиального следователя пришлась по душе.



Смотрите сериал «Дерзкая» на телеканале «Россия» и платформе «Смотрим».

«ДЕРЗКАЯ»: когда правда важнее карьеры

Для телеканала «Россия» и платформы «Смотрим» готовится премьера детективного сериала «Дерзкая» с Евгенией Шахнович в главной роли.

На первый взгляд все стандартно: женщина-следователь распутывает преступления, сталкиваясь с непониманием коллег и начальства, вопреки карьерным соображениям, а порой и под угрозой собственной жизни. Но для главной героини Веры Филатовой важно не просто наказать виновного. Для нее в приоритете люди, которые нуждаются в справедливости.

Непростое дело

Действие начинается в Великом Новгороде, где Вера служит следователем по особо важным делам в одном из районных УМВД. Выезжая на очередной вызов, она узнает в погибшем своего бывшего возлюбленного, журналиста Сергея Рудовского. Самой вероятной причиной убийства следствие считает профессиональную деятельность Сергея: он собирал компромат на двух известных людей в городе. Первый — крупный бизнесмен Лунев (Александр Майоров), второй — чиновник городской администрации Дудин (Сергей Сафронов). Лунев делает так, чтобы к расследованию был подключен его школьный друг — полковник Валерий Могучий (Олег Назаров), возглавляющий УМВД Центрального района Санкт-Петербурга. Разумеется, Вера против

такой «помощи»: ей кажется, что главная задача Могучего — отмазать друга. Не случайно коллеги зовут ее «дерзкой» — она в глаза говорит все, что думает, не считаясь с чинами и званиями. Между коллегами вспыхивает конфликт, который заходит в тупик, когда следующим убитым становится Лунев. Вере и Могучему придется объединить усилия, чтобы раскрыть это непростое дело.

Время сильных женщин

Создателям сериала было важно показать современную женщину, которая хочет быть реализованной во всех сферах жизни: и добиваться успехов на работе, и стать понимающей мамой, и при этом любить и быть любимой. Герои «Дерзкой» — не плоские картинки, а живые люди, сложные и многогранные.

— На первом месте — история человеческая, про людей, — рассказывает режиссер сериала Игорь Драка. — Детектив присутствует, конечно, но все-таки на втором плане. У нас сильная, мощная героиня. Мне очень понравилось в том, что мы не ошиблись и на главную роль назначили Женю Шахнович. Она оказалась совершенно уникальной актрисой, с ней очень легко, хорошо. Она совершенно четко знает, что делать. В общем, профессиональный человек. И вообще с кастингом несказанно повезло в том плане, что все актеры, которые были набраны, оказались замечательными.

Для актрисы Евгении Шахнович ее героиня Ве-



Создатели фильма уверены: современная домохозяйка должна выглядеть именно так, как героиня Ольги Павловец.



Олег Назаров в роли полковника Могучего.



Кира Кауфман сыграла подчиненную Могучего, влюбленную в своего шефа.

ра Филатова стала приятным удивлением:

— Героиня моя меня впечатлила, мне захотелось ее сыграть! Она мне близка, я это увидела сразу, почувствовала сразу, потому что сегодня, на мой взгляд, время сильных женщин. Это не значит ни в коем случае, что время слабых мужчин. Но просто сегодня такое время, когда женщина должна успевать и работать, и строить карьеру, и женщинам этого хочется, у женщин это очень хорошо получается. При всем этом женщина

должна быть хорошей матерью. И, конечно, как все мы, женщины, мы хотим любить и быть любимыми. Это сегодня три основных закона жизни и существования женщины в этом мире. И у нас в сценарии все эти грани у Веры есть.

Идеальная домохозяйка

События сериала затронут судьбы и других женщин. Одной из них станет Антонина, жена полковника Могучего. Ее роль сы-

грала актриса Ольга Павловец. Антонина — домохозяйка, мама троих детей, но какая! В элегантных нарядах, всегда выглядящая безупречно! Никаких стереотипов о вечно сидящей в декрете женщине, которая сосредоточена только на домашних хлопотах.

— Мне показалось интересным сделать этот образ не совсем типичным для домохозяйки, а явить на экране женщину, которая следит за собой, отлично выглядит, и можно, увидев ее, на первый взгляд сказать, что это бизнесвумен, и она всем рулит, — рассказывает о своей героине Ольга Павловец. — Она выглядит всегда безупречно. А поскольку случается в жизни, в их истории, некая опасность того, что, как ей кажется, у мужа возникают симпатии на стороне, у нее появляется подозрение, волнение, что она упускает и теряет любимого человека. И она еще больше в себе аккумулирует это желание его удержать, быть привлекательной для него. И на этом контрасте — вроде как домохозяйка, но при этом женщина очень эффективная — мне стало интересно сделать образ немножко нестереотипным.

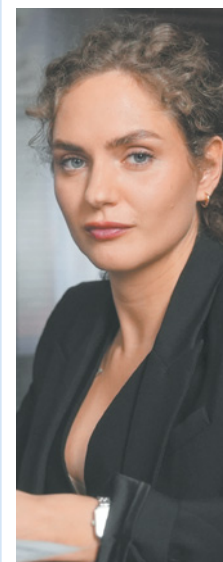
В путешествие по Ленобласти

Интересными обещают быть не только взаимоотношения героев, но и визуальный ряд сериала. Локации в Санкт-Петербурге и Ленобласти создают совершенно противоположный эффект. Если большой город предстает величественным и имперским, то улочки Великого Новгорода перенесут зрителей в провинциальную неспешность. Режиссер проекта Игорь Драка признался, что впервые оказался в Новгороде и очень доволен выбором: это именно те места, которые стали прекрасным фоном для разворачивающейся истории.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Евгения Шахнович:
«Я всегда
иду туда,
куда иду»



— Дерзкая ли я сама? Да, дерзкая. Ну, как есть. Но в меру. Я не хамка, ни в коем случае не грубиянка — это про другое. Я смелая, я справедливая, я всегда иду туда, куда я иду, но ни в коем случае не по головам, но всегда я очень верна своей цели, и я сделаю все, чтобы к этой цели следовать. Не предавать ни себя, ни других людей и следовать туда, куда ты уже наметил. Но только честными способами и через людей, через добро, через справедливость и через человеческую важную составляющую, когда тебе не все равно, как ты идешь и с кем ты идешь, но идешь все равно туда.

ЭТО НЕ «ВОЗРАСТ»! ВАШИ ОРГАНЫ ЗАДЫХАЮТСЯ ОТ СЛИЗИ.

Как ее убрать – знали только доктора в Китае, а теперь технология доступна всем

Утро среднестатистического человека начинается почти одинаково: он просыпается с тяжелой головой и ощущением, что мозг заблудился в тумане. С трудом вытаскивая себя из постели, видит в зеркале отекавшее лицо, в животе бурлит и пучит. В течение дня скачет давление, ноют суставы и что-то хрипит в груди.

Наверняка сейчас узнали себя те, кто несколько лет назад отпраздновал 50-летний юбилей. И давно смирился, что так теперь будет всегда, «возраст же, вот и полезли болячки».



Доктор Ли

Китайские врачи выяснили: корень зла – не возраст, а внутренняя среда организма, которая заполнена слизью. В китайской медицине ее называют Тан (Тан).

Вот как нам это пояснил доктор Ли, врач традиционной китайской медицины с 20-летней практикой.

– Слизь – это застойная, вязкая субстанция, скапливающаяся в теле годами. Отеки – это слизь. Тяжесть в теле и туман в голове – слизь. Холестериновые бляшки, густая кровь, кристаллы солей в суставах, полипы, кисты, даже лишний вес – все это разные ипостаси слизи.

Слизь закупоривает сосуды, давит на органы, блокирует движение энергии и крови. А там, где образовался застой, появляется воспаление. И вот оно перерастает в артроз, гипертонию, атеросклероз, сахарный диабет, бронхит, астму, ишемию и даже инсульт или инфаркт.

– Как человеку понять, что у него застой слизи?

– Проблемы с пищеварением? Не хватает ни на что сил? Прыгает давление? Кружится или болит голова? По утрам отхаркиваете мокроту? Беспокоят суставы? После нескольких шагов появляется одышка? Тревожат хронические болезни? Если хотя бы на один вопрос вы ответили «да» – ваш организм задыхается от слизи. Уберите слизь – болезни уйдут.

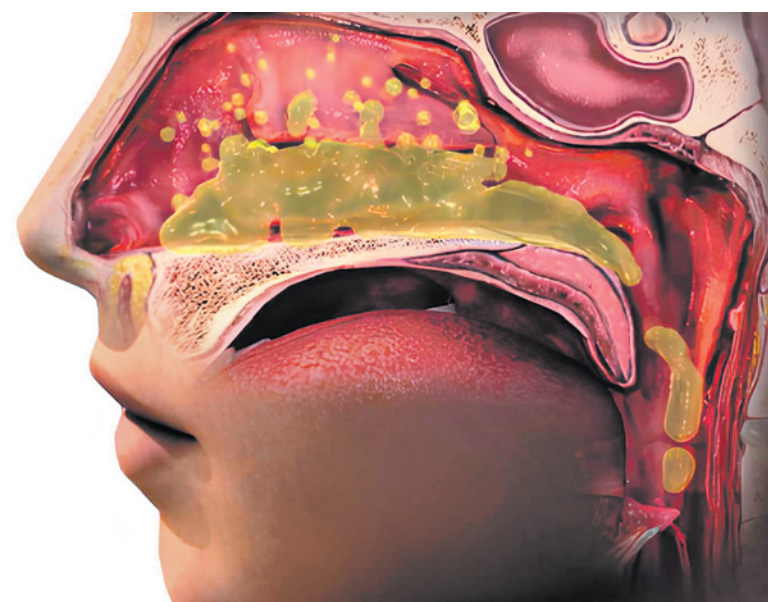
– А как убрать-то ее? Где искать китайского врача?

– В наше время даже китайские врачи применяют совре-

менные российские научные изобретения. Такие как медицинский прибор для домашнего применения «ФизиоТон». Его разработали петербургские ученые, которые хорошо осведомлены об опасности слизи и методах ее выведения. Они объединили 4 способа воздействия на организм в одном медицинском аппарате «ФизиоТон»:

- Импульсный ток низкой частоты снимает спазмы сосудов и мышц, благодаря чему слизь начинает двигаться «на выход».
- Магнитное поле дробит слизь на уровне молекул, разжижает густую кровь, расщепляет холестериновые бляшки, размягчает соли в суставах.
- Красное монохромное излучение расширяет капилляры и лимфатические протоки, «высасывая» слизь из суставов, легких, бронхов, пазух носа, почек и печени.
- Механическая вибрация особой частоты подталкивает застойную слизь и выводит из тела.

Таким образом происходит процесс устранения хронических заболеваний: очищенное от слизи тело естественным образом возвращает здоровье.



Давление приходит в норму. Пропадают головные боли, туман, шум в ушах. Суставы перестают болеть. Исчезают кашель, курильщика, хронический бронхит, синусит и одышка. Проходят варикоз, тромбофлебит, снижается риск инфаркта и инсульта. Избавляются от отеков, руки, ноги и лицо, нормализуется работа желудка и кишечника, уходит вздутие, приходит в норму сахар. На смену приходит свободное дыхание, ясность ума, энергия и спокойный сон. Достаточно применять прибор по 5-7 минут в день курсом 10-15 дней прямо дома, и вы станете здоровым человеком.

– Врачи одобряют такое лечение?

– Конечно, это же медицинский прибор. Он зарегистрирован в Росздравнадзоре. Китайские специалисты тоже проявляют к «ФизиоТону» большой интерес. Но производитель «ФизиоТона» не спешит делиться технологией его производства. Он заявил, что прибор создавался в первую очередь для российских граждан и даже инициировал выпуск льготной партии «ФизиоТона».

Не откладывайте лечение медицинским прибором «ФизиоТон»! Пока тело забито слизью, страдают сосуды, суставы, бронхи и внутренние органы: скачет давление, появляются отеки, тяжесть и одышка. Процедуры занимают всего 5-7 минут в день, а результат остается на годы. Помогите организму вывести слизь и вернуть здоровье. С 1 июля до 1 августа 2026 года можно получить «ФизиоТон» по минимальной цене от производителя. Позвоните по телефону 8-800-300-77-70 и сообщите номер специального предложения 5609*.



Медицинский прибор



Ольга Сергеевна,
г. Тверь

– Знаете, мне аж плакать хотелось. Молодая еще, работаю, спортом занимаюсь. А со здоровьем проблем – целый букет.

– Вы говорили: гипертония, боли в сердце...

– Да. Еще суставы болели, спину ломало, сахар в крови был больше 10. К врачам ходила каждый месяц, пила всякие лекарства, добавки, но лучше не становилось. Только после того, как почистила организм от слизи с помощью «ФизиоТона», стало лучше. Сейчас давление, сахар пришли в норму. Суставы не болят – я прям не нарадуюсь!



Виктор Павлович,
г. Екатеринбург

– Я инженер по образованию, привык разбираться, как все устроено. Когда изучил информацию про «ФизиоТон», сразу понял, что прибор мне поможет. Жена-медик тоже одобрила. В общей сложности, наверное, месяц использовал.

– И после этого псориаз прошел?

– Не только псориаз, но и простатит. Я даже стал лучше спать после того, как из меня вся эта гадкая слизь вышла. Локти сейчас не шелушатся. Нет этого зуда раздражающего. Ночью в туалет не бегаю, внизу живота не тянет.



Нина Андреевна,
г. Рязань

Еще в молодости после рождения второго ребенка у меня началась астма. В последние годы сильно обострилась. Да и вообще иммунитет стал слабый, я часто болела. Еще мысли слабые, дурные в голову лезли. На щитовидке узел нашли, я очень боялась. Но потом начала использовать «ФизиоТон», вывела из себя всю эту слизь и все прошло. Сейчас хожу без ингалятора, дышу свободно, кашля с мокротой нет. Последнее УЗИ показало, что узел сошел. А мужу моему «ФизиоТон» наладил пищеварение, изжога не беспокоит, запоры прошли. Очень довольны.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Лучшее, что можно подать на обед в жаркий летний день, – это, безусловно, холодный суп. Он и освежает, и насыщает, и, как правило, максимально легко усваивается.

Самый популярный холодный суп у нас – окрошка. Любовь эта вполне заслужена, ведь это один из самых вкусных холодных супов, к тому же, имеющий бесчисленное количество вариантов. Однако не окрошкой единой можем себя побаловать, ведь в мировой кулинарии достаточно много вкуснейших холодных супов. И не только в мировой, ведь русская кухня тоже полна разнообразными холодными супами – свекольник, холодник, ботвинья, щучина, тюря, а также всевозможные холодные похлебки.

Фруктовый суп

Греческая кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 47 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 8 зелёных яблок
- 2 белые луковицы
- 800 мл овощного бульона (или воды)
- 1 лимон
- 250 мл натурального греческого йогурта
- 4-5 веточек мяты
- 0,5 ч. л. карри
- 2 ст. л. растительного (оливкового) масла
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки очистить, извлечь жесткую сердцевину, мякоть нарезать кубиками.
- 2 Лук нарезать мелкими кубиками.
- 3 Лук обжарить в кастрюле с толстым дном на растительном масле до прозрачности, добавить яблоки, посолить, посыпать карри, тушить до мягкости, влить бульон, довести до кипения, томить на небольшом огне 30 минут.
- 4 С лимона снять цедру на мелкой терке, выжать сок.
- 5 Дать супу остыть под крышкой, добавить половину цедры и сока лимона, проверить на соль, поперчить, перелить в блендер, измельчить до состояния однородного пюре; убрать в холодильник на 2 часа.
- 6 Листочки мяты мелко нарубить, смешать с йогуртом, добавить оставшуюся цедру и сок лимона, посолить, поперчить, тщательно перемешать.
- 7 При подаче в каждую тарелку положить 1 ложку ароматного йогурта.

Аппетитны и вкусны ЛЕТНИЕ СУПЫ



Таратор

Болгарская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 75 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г свежих огурцов
- 0,5 стакана очищенных грецких орехов
- 3-4 зубчика чеснока
- 500 мл питьевого йогурта
- 100 мл растительного (оливкового) масла
- 1 небольшой пучок укропа
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, половину мелко нарубить.
- 2 Оставшиеся орехи растереть с чесноком в ступке до однородной массы.
- 3 Огурцы нарезать тонкой соломкой, посыпать солью, дать постоять до выделения сока.
- 4 Укроп не крупно нарубить. Йогурт взбить, добавить орехово-чесночную пасту и растительное масло, взбить до однородности.
- 5 В йогуртовую массу добавить огурцы (вместе с соком), орехи и укроп; посолить, поперчить, перемешать.
- 6 Подавать таратор охлажденным, отдельно подать миску с мелко колотым льдом.

Суп из цуккини с фисташками

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

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 молодых цуккини
- 2 пучка шпината
- 1 небольшая луковица
- 1 зубчик чеснока
- 60 г очищенных фисташек
- 1 лимон
- 200 мл сливок
- пшеничные сухарики
- 4-5 веточек базилика
- растительное (оливковое) масло
- пучок руколы
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Цуккини нарезать, лук и чеснок очистить, оборвать все в чашу блендера, добавить 50 г фисташек, измельчить до состояния однородного пюре.
- 2 Из лимона выжать сок, добавить в полученное пюре вместе со сливками, посолить, поперчить, перемешать, убрать в холодильник на 30-40 минут.
- 3 Оставшиеся фисташки мелко нарубить, руколу вымыть и обсушить.
- 4 При подаче сбрызнуть растительным маслом, посыпать фисташками, сухариками и руколой.

Виноградный гаспачо

Испанская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 51 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г винограда
- 4 огурца
- 5 черешков сельдерея
- 3-4 пера зеленого лука
- 1-2 зубчика чеснока
- 1 пучок базилика
- 2 ст. л. растительного (оливкового) масла
- 1,5 ст. л. винного уксуса
- лед
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Виноград вымыть, снять ягоды с веточек, сложить в чашу блендера.
- 2 Огурцы, сельдерея и чеснок нарезать произвольно, добавить к винограду.
- 3 Базилик (только листочки) и зеленый лук нарубить очень мелко, перетереть с солью, добавить к овощам и винограду.
- 4 Влить уксус, измельчить до состояния пюре.
- 5 Не переставая взбивать, влить в овощное пюре растительное масло.
- 6 Готовый гаспачо убрать в холодильник на 1 час; при подаче поперчить и добавить мелко колотый лед.

Постный свекольник с капустой

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 21 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 небольшие свёклы
- 100 г белокочанной капусты
- 1 морковь
- 1 луковица
- 1-2 зубчика чеснока
- 1 ст. л. томатной пасты
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 пучок зелени
- 1 лавровый лист
- 2-3 бутона гвоздики
- 1,5-2 ст. л. лимонного сока
- 400 мл овощного бульона
- 1-2 ч. л. сахара
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Одну свеклу сварить, из второй свеклы выжать сок.
- 2 Все овощи нарезать тонкой соломкой, чеснок и зелень не крупно нарубить.
- 3 Лук и морковь пассеровать на растительном масле, добавить томатную пасту и сахар, обжаривать все вместе 2-3 минуты.
- 4 Довести до кипения овощной бульон (или воду), положить капусту, варить 7 минут, добавить пассерованные овощи и вареную свеклу, влить свекольный и лимонный соки, довести до кипения, добавить чеснок, гвоздику, лавровый лист, посолить, поперчить, перемешать и снять с огня.
- 5 Готовый свекольник оставить остывать под крышкой, затем убрать в холодильник.
- 6 Подавать холодным, при подаче посыпать рубленой зеленью.

СОВЕТЫ

- Перед тем как снять с огня, свекольник нужно проверить на соль и сахар, при необходимости добавить.
- Для дополнительной свежести в готовый свекольник можно добавить нарезанные тонкой соломкой огурцы.

Всегда обращала внимание на мужчин-лидеров, которые, по моим представлениям, были недостижимыми.

Правильный мужчина

Надо сказать, что влюблялась не в конкретного человека, а в созданного моей фантазией. Я поднималась за ним по ступенькам, потом смотрела вниз, видела уже обычного человека и жутко разочаровывалась.

«Знаю, чего хочу от жизни»

В голове были посеяны и дали всходы мысли воспитавшей меня бабушки: главное в жизни женщины – найти правильного мужчину. Критерии «правильного» были следующие: ответственность, самостоятельность, целеустремленность, верность, чувство юмора, доброта, трезвость ума и тела и главное – любовь. В общем, к окончанию моего второго десятилетия место спутника жизни оставалось вакантным.

Когда на горизонте появился Роман, я воспряла духом. Красив, статен, умен. Мы познакомились в Интернете, мне понравился его комментарий на кинофоруме. Я написала свое мнение о фильме, и мы начали общаться. Сначала виртуально. Он делился своими планами на будущее, говорил о своих успехах на работе и о том, как важно любить себя. Я читала его сообщения, как замороженная, представляла, как мы будем вместе покорять этот мир. Вскоре решилась на звонок:

– Привет! Как твои дела?
– Все отлично, только что вернулся с тренировки, – ответил он. – Я люблю путешествовать, надо быть готовым к разным ситуациям. Собираюсь на Камчатку. А ты?



Если человек не потерял способность ждать счастья – он счастлив. Это и есть счастье». Иван Бунин

– Я просто хочу поваляться на пляже у моря.
– Это слишком банально. Лучше поезжай со мной к вулканам и гейзерам, – рассмеялся Роман.

Первое свидание прошло в модном ресторане нашего города. Говорил Роман, я только слушала и кивала головой, восхищаясь его харизмой и силой характера. Фраза «я знаю, чего хочу от жизни» стала лейтмотивом нашего свидания.

– Чтобы быть счастливым, нужно сначала полюбить себя, – сказал он, пристально глядя мне в глаза. – А ты любишь себя?

Вопрос застал меня врасплох. Всегда думала о том, что любовь к себе важна, но это сложно.

– Ну... мне это дается нелегко, – призналась я.

– Надо работать над собой? – он посмотрел на меня с легкой насмешкой.

Я почувствовала себя неловко. Внутри закрались сомнения, неужели он не понимает, что любовь – это не только про себя? Что важно заботиться о других?

С каждым свиданием я все больше осознавала, что Роман действительно любит только себя. Он не интересовался моими увлечениями, не спрашивал, о чем я мечтаю. Его мир вращался вокруг него самого.

– Всегда говорю: я на первом месте, а потом уже все остальные, – заявил он так уверенно, что мне стало не по себе.

Я отвернулась. В голове всплыли слова бабушки о правильном мужчине: ответственность, доброта, любовь... Где же это все?

Наконец-то, до меня дошло: не могу продолжать

отношения с Романом. Я искала партнера для совместного роста и поддержки, а не красавца-эгоиста.

Я ушла из жизни Романа с легким сердцем. Теперь знала: идеал мужчины для меня – это не только успешный лидер, но и человек с добрым сердцем и способностью заботиться о других.

Да будет свет!

Я дочитывала роман, уже почти дошла до развязки, когда сначала замигала лампочка в бра, а потом квартира погрузилась в полную темноту. Время было позднее, и я просто легла спать, надеясь, что завтра проблема устранилась сама. Но утром меня ждал неприятный сюрприз – электричество в квартире так и не появилось. Я позвонила в управляющую компанию.

– Ждите мастера в течение дня, – успокоила меня диспетчер.

Часа через два в дверь позвонили. Я открыла и остолбенела. На пороге стоял симпатичный голубоглазый молодой человек в униформе. Он пристально посмотрел на меня и улыбнулся:

– У вас света нет? Будем исправлять.

Его лицо мне показалось знакомым. Электрик вошел в квартиру и стал внимательно осматривать щиток.

– У вас старые провода. Это может быть причиной проблемы.

Я наблюдала за ним, пока он работал. Его уверенные отточенные движения говорили о профессионализме. Вдруг он обернулся ко мне:

– Вы случайно не учились в 25-й школе?

– Да, училась, – удивленно ответила я.

– Вера? – снова спросил электрик.

Я утвердительно кивнула, и тут меня осенило.

– Саша? Из параллельного класса? Так вот почему твоё лицо показалось мне знакомым.

– Точно. Вот это встреча. Он продолжал работать, но уже не молча: мы погрузились в воспоминания о школьной поре.

– Ну что ж, свет должен появиться сейчас, – улыбнулся Саша, проверяя последние соединения.

И в этот момент лампочка в бра снова зажглась ярким светом.

– Ты – настоящий волшебник! – обрадовалась я.

Он снова улыбнулся и потянулся за инструментами.

– Рад помочь. Если что-то еще понадобится, просто звони.

Женское счастье

Я проводила его до двери и остановилась на мгновение.

– Саша... Может быть, мы могли бы встретиться еще раз? После работы?

Он посмотрел на меня с удивлением и радостью.

– Конечно! Можно я приглашу тебя в парк показаться на лодке на пруду?

– Отличная идея, сто лет там не была.

Он ушел, я села на диван и задумалась. Через столько лет встретить школьного приятеля прямо в своем доме. Саша оказался не только симпатичным молодым человеком, но и интересным собеседником.

На свидание шла с легким волнением – может, мне только показалось, что между нами что-то зарождается? Он ждал меня с букетом цветов...

...Вот уже три года, как я замужем. Предложение руки и сердца получила через две недели после нашей случайной встречи. Мир изменился в одночасье. Странное такое ощущение, когда я – уже не я, а мы, единое целое. С рождением сына обрела покой и простое женское счастье с самым правильным мужчиной на свете. Семья – это действительно моя крепость и настоящий тыл. Но я точно знаю, что важнее всего оставаться собой.

ВЕРА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Судоку

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

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

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

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

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

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

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

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 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
 22.55 «Большая игра». (16+)
 00.05 «Время героев». (16+)
 01.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
 16.30 Вести
 17.00 «Малахов». (16+)
 18.00 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
 21.30 «ГАЛКА». (16+)
 Галка работает медсестрой в местной больнице и собирается поступать в медицинский институт. У неё есть лучшая подруга Элла и парень Сергей, который делает Галке предложение.
 00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

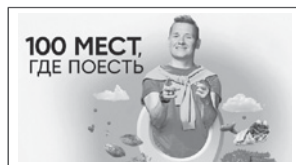
НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.45 «ЛЕСНИК». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
 08.55 «Сегодня»
 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «БИМ». (16+)
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
 Возвращаясь с охоты, Саня с коллегами становятся участниками ДТП - под колёса их машины попадает наркокурьер, перевозивший крупную партию товара. Без труда раскидав оперов, курьер скрывается...
 22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 00.20 «Сегодня»
 00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+)
 01.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 03.00 «ВОЛК». (16+)

СТС



05.00 «100 мест, где поест». (16+)

05.00 «100 мест, где поест». (16+)
 05.05 С лёгким утром! (16+)
 05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
 06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
 08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
 09.00 «100 мест, где поест». (16+)
 09.45 «ХОЛОП». (16+)
 11.55 «СНЕЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
 13.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
 17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
 21.00 «БИТВА С КИБОРГАМИ». (16+)
 22.55 «БОЕВОЙ МЕХАНИЗМ». (16+)
 00.45 «КООРДИНАТЫ «ЦИТАДЕЛЬ»». (18+)
 02.15 «БЕЛЫЙ СЛОН». (18+)
 03.35 «Папа-мама гусь». (12+)
 04.55 «100 мест, где поест». (16+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 09.00 «Сокровища императора». (16+)
 13.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 19.00 «ЖУКИ». (16+)
 23.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
 Четыре иллюзиониста, объединившись в команду, совершают ряд дерзких ограблений, обманывая не только зрителей, но и своих преследователей. В ходе игры разума они сталкиваются с жестокими противниками
 01.10 «НА КРАЮ». (18+)
 Альпинистка Келли становится свидетелем убийства подруги. Она успевает снять происходящее на камеру, но ее замечают. Девушка отправляется к неприступной скале, надеясь там скрыться от убийцы.
 02.30 «Однажды в России». (16+)
 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Военная тайна». (16+)

05.00 18.00 01.05 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 15.00 «Дикий, дикий мир». (16+)
 17.00 02.00 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «Безумные факты». (16+)
 21.00 «МАТАДОР». (16+)
 23.25 «ПРОФЕССОР И ПРИЗРАЧНЫЙ УБИЙЦА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
 05.30 Пятница News. (16+)
 06.00 Гастротур. (16+)
 06.40 Четыре дачи. (16+)
 09.40 Адский шеф. (16+)
 13.00 Битва шефов. (16+)
 17.20 Домохозяйки против шефов. (16+)
 20.50 Битва шефов. (16+)
 22.50 Ставка на любовь. (16+)
 01.40 Пятница News. (16+)
 02.10 На ножах. (16+)
 03.50 Секреты на кухне. (16+)
 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 06.00 «Моя свадьба лучше!» (16+)
 Каждую неделю 4 девушки ходят на свадьбы друг друга и оценивают событие соперниц по четырем параметрам.
 07.50 «Супермама». (16+)
 10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 12.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 16.35 «Беременна в 45». (16+)
 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 00.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 02.00 «Разводы». (16+)
 03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.30 Улётное видео. (16+)
 14.00 Влад решает. (16+)
 15.00 Решала. (16+)
 Ведущий - Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман, найти тех, кто за ним стоит, и вернуть украденные средства. Каждый выпуск помогает зрителям учиться на чужих ошибках и показывает, что делать, если ты столкнулся с обманщиком.
 18.00 Влад решает. (16+)
 20.00 Решала. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона. (16+)
 04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «У САМОГО СИНЕГО МОРЯ». (16+)
 06.00 Вместе каждый день
 06.15 «Наше кино». (16+)
 06.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)
 08.40 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
 10.00 Вместе каждый день
 10.10 «Белорусский стандарт». (12+)
 10.20 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
 11.05 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (16+)
 13.00 Вместе каждый день
 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
 14.10, 15.05, 20.25 «Дела судебные». (16+)
 16.00, 21.15 «ВА-БАНК». (16+)
 23.20 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
 01.10 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
 09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
 11.00 «Путешествие в классику». (12+)
 15.15 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
 16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
 17.00 «Здоровая среда». (12+)
 18.00 «Губернские новости». (12+)
 20.45 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
 22.20 «ПАБ «СТАРЫЙ ДУБ». (16+)
 00.10 «Смертельная инженерия». (16+)

ПОБЕДА

03.40 «Путь к Победе». (16+)
 04.40 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
 05.55 «СОЛДАТИК». (12+)
 07.30 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
 17.40 «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ». (16+)
 Военная драма. В ролях: Александр Устюгов, Анатолий Гущин
 Великая Отечественная война. Во время отступления частей Красной Армии шла переборка секретного оружия - «гвардейских миномётов БМ-13», впоследствии названных «Катюшами».
 21.20 «ЛАДОГА». (16+)
 01.20 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
 02.45 «Я - УЧИТЕЛЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 07.35 «Лунтик». (0+)
 10.20 «Парк Турум-Бурум». (0+)
 10.30 «Супер Крылья. Спасатели мира». (0+)
 10.45 «10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
 14.15 «Барбоскины». (0+)
 16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
 16.40 «Царевны». (0+)
 17.15 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 17.20 «Царевны». (0+)
 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 По утрам школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу, где их уже ждёт учитель. Друзья учатся важным правилам жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир.
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.15 «Оранжевая корова». (0+)
 22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
 00.55 «Король Шакир». (6+)
 В каждой серии герои оказываются в необычных ситуациях, из которых всегда находят выход при помощи смекалки и юмора!
 02.30 «Ералаш». (6+)
 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
 08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 08.45 «Простоквашино». (0+)
 11.00 «Бумажки». (0+)
 12.00 Время малышей. (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 13.45 «Буба». (6+)
 14.50 «Тюленьки». (6+)
 15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 16.15 «Буква в деле. Доблестный рыцарь». (0+)
 16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 17.00 Время малышей. (0+)
 18.00 «Маша и Медведь». (0+)
 19.35 «Лунтик». (0+)
 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
 21.00 «Барбоскины». (0+)
 21.30 «Тюленьки». (6+)
 22.30 «Чик-Чирикино». (0+)
 Чик-Чирикино - городок, похожий на человеческий. Но живут в нем птицы, которые, как и люди, ходят на работу и в школу, путешествуют на автомобилях и гуляют в парках. В городке пернатых обитает и многодетная воробьиная семья Чирикиных, главных героев мультсериала. Жизнь шумного семейства полна маленьких приключений и комичных ситуаций, в которые воробьи попадают благодаря своим пенцам. Анимационные истории о веселых птичьих буднях придутся по нраву любой семье, в которой растут дети. Ведь в каждом из Чирикиных можно найти немало себя.
 02.00 «Чик-Чирикино». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
 00.50 «Адмирал Исаков». (12+)
 01.45 Тайное становится явным. (12+)
 02.00, 06.00, 21.35 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 02.55, 22.40 «Уроки Нюрнберга». (12+)
 03.25 «Сквозь времена». (12+)
 04.00 «Это подкаст. История». (12+)
 06.50, 09.45, 14.00, 14.40, 17.45, 18.25 «Русская история». (12+)
 07.25 «Александр Меншиков. Кавалер №7». (12+)
 08.00 «Лаборатории смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
 09.00 «Ледоколы войны». (12+)
 11.10, 15.10, 19.10 Историкограф. (12+)
 12.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
 13.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
 16.00 Доноры блокадного Ленинграда. Связь времён. (12+)
 17.05 «Русский музей: увидеть невидимое». (12+)
 17.40 Семь дней истории. (12+)
 20.00 «Алексей Ухтомский. Доминанта совести». (12+)
 20.30 «Малоизвестные морские бои». (12+)
 21.15 Это их выбор. (16+)
 22.30 Обыкновенная история. (6+)
 23.05 «Забитые войны России». (12+)

VJU HISTORY

06.00 «Морские сражения». (16+)
 06.45 История вещей. (16+)
 07.05 «Римские мегастроения». (12+)
 08.05 «Затерянные гробницы древних майя». (12+)
 09.50 Легенды Европы. (12+)
 11.50 «Зловещие тайны Элиаса». (16+)
 13.15 «Преступники, ставшие поп-звездами». (16+)
 14.05 «Война в Корею». (16+)
 16.05 Сокровища Европы. (12+)
 Путешествие по странам Европы - попробуем найти самые интересные места, настоящие сокровища на карте мира.
 18.00 «Вечный Египет». (12+)
 20.00 «История королевских скандалов». (16+)
 Профессор Сюзанна Липскомб расскажет нам, как скандалы в королевской семье влияли на всю историю Великобритании на протяжении веков.
 21.40 «Свободная Куба». (16+)
 23.20 «Война в Корею». (16+)
 01.15 Легенды Европы. (12+)
 03.00 «Зловещие тайны Элиаса». (16+)
 04.20 «Преступники, ставшие поп-звездами». (16+)
 05.15 «Свободная Куба». (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 06.55, 16.05, 17.00, 01.50, 02.45 Легенды Европы. (12+)
 07.55, 03.35 «Спасённые шедевры России». (12+)
 08.45, 04.20 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
 09.40 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
 10.30 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы. Два противоположных образа жизни». (12+)
 11.25 «Вторая мировая война». (12+)
 12.20 «Затерянные гробницы Нотр-Дамы». (12+)
 13.15 «Поединки в Лефортово. Шах и мат Бурбоны». (12+)
 14.15 «Рим. Армия строителей». (12+)
 15.15 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
 18.00 «СССР. Империя на оборот». (16+)
 18.50 «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
 19.50 «Ну, котёночкин, погоди!» (12+)
 20.40 «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
 21.40 «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
 22.20 «Вечное очарование Египта». (12+)
 23.20 «Кукрынишки против Гиббелса». (16+)
 00.10 «Железная воля. Наследие Гостева Эйфеля». (12+)

РОССИЯ К
Культура



13.35 Линия жизни

- 07.35 «ПРЕКРАСНАЯ ЕЛЕНА»**
09.15 Диалоги о животных
10.15 02.10 Неизвестные маршруты России
10.55 «РАСМУС-БРОДЯГА»
12.05 «Запечатленное время»
12.45 «Твердыни земли русской»
13.35 Линия жизни
14.30 «БЕЗ ПРАВА НА ПОЩАДУ»
16.40 Кристальные истории
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.30 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
18.45 «АЛИСА КООНЕН»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль
00.35 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»

ТВЦ



15.05 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
08.35 «УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: ХИМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
10.35 04.35 «Актёрские драмы. Тайные аристократы». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ОБОРОТЕНЬ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ». (12+)
18.05 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Русские тайны. Мирская закулиса». (16+)
01.30 «Больше не смешно». (16+)

3 ТВ-3



11.00 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
Необычный вызов получает бригада Ломагина: медиков умоляют спасти умирающую собаку, которую кто-то подстрелил. Пока бригада пытается реанимировать животное, его хозяин прикладывает к фляжке со спиртным. Время было упущено...
23.00 «ПОКЕРФЕЙС». (18+)
США, 2022 г. Миллиардер Джейк собирает друзей детства на одну, казалось бы, дружескую партию в покер.
01.00 Кадони шоу. (16+)
01.45 Экстра такси. (16+)
02.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ



07.20 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.20 Давай разведёмся! (16+)
08.20 03.35 Тест на отцовство. (16+)
10.35 «Прости меня...» (16+)
11.40 «Беду отведу». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «ПО СТУПЕНЯМ ЛЮБВИ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЯ...» (16+)
23.15 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.20 «Порча». (16+)
02.15 «Знахарка». (16+)
02.45 «Верну любимого». (16+)
03.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
05.15 Одна за всех. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)

05.40 «СВОИ-2». (16+)

07.00 «СВОИ-6». (16+)

08.40 Знание - сила. (12+)

09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)

13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)

14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)

22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

05.50 «НЕВЫПОЛНИМОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)

09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)

09.15 13.25 15.05 17.15 02.40 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)

22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)

00.25 «ДЕНЬ СЧАСТЬЯ». (12+)

02.10 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «Марафон». (12+)

11.30 00.45 «Диалоги с прошлым». (12+)

12.00 17.45 «Территория успеха». (12+)

12.30 «Просто жизнь». (12+)

13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)

13.45 «Интервью». (12+)

14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)

14.30 «День вместе». (12+)

15.00 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА 2». (16+)

15.45 «Азбука Православия». (12+)

16.30 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)

17.30 «Содружество «Донбасс». (12+)

18.30 «Специальный репортаж». (12+)

19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)

20.00 04.00 «Такие разные». (12+)

22.00 03.00 «Живет Россия». (12+)

22.30 03.30 «Документальное кино». (12+)

23.00 «УЛИЦА МЛАДШЕГО СЫНА». (6+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 Смешанные единоборства. Н. Крылов - М. Букаускас. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.55 17.50 Новости
07.05 17.55 20.45 00.05 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
13.00 18.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Мексики. (6+)
21.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Прямая трансляция из США
01.05 Автопорт. Дрифт. RDS GP. Трансляция из Нижнего Новгорода. (6+)
02.10 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига. (6+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. Трансляция из Калуги. (6+)
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.35 20.50 Спортивные мамы. (12+)
07.55 19.30 Дзюдо. Кубок России. (12+)
09.15 22.50 Человек из футбола. (12+)
09.40 Лица Страны. (12+)
10.00 01.55 Сюрплас. (12+)
10.30 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 Регби. Чемпионат России. (12+)
12.55 21.05 «Магия большого спорта». (12+)
13.30 23.20 Велоспорт. Чемпионат России. (6+)
16.05 Спорт, который есть. (12+)
16.25 Что за спорт? (12+)
18.30 «В поисках самой сложной трассы». (12+)
21.30 Чемпионат России. (12+)
02.25 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
06.00 Короли чартов. (16+)
07.00, 07.30, 18.20 «10 самых». (16+)
08.00, 12.00 Хиты по-русски. (16+)
08.25, 15.00 Pro-новости. Лучшее. (16+)
09.00 Звёзды о звёздах (16+)
10.00 Страна на Муз-ТВ. (16+)
11.00, 14.00, 18.55, 00.25 Плейлист. Лето. (16+)
13.00 Народный микрофон. (16+)
15.15 Лига клипов. (16+)
16.00 Звёзды с приветом. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00, 21.40 Pro-новости. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 «От стиля до квадратов». (16+)
22.00 Топ-30. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000** **VIJU TV1000 РУССКОЕ** **VIJU TV1000 ACTION** **суббота!** **СУББОТА!**
06.40 «МУШКЕТЁРЫ». (16+)
08.45 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
11.45 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
13.50 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
17.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
17.55 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
18.45 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
20.40 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
23.40 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
02.15 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМОСТЬ». (16+)
03.55 «ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО». (16+)
05.30 «Смешарики». (6+)
06.00 «Простоквашино». (6+)
06.40 «Смешарики». (6+)
07.50 «Три кота». (6+)
08.20 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
09.50 «ПИТЕР FM». (16+)
11.25 «ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ». (16+)
13.00 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
15.05 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
17.05 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
19.00 «БАТЬЯ». (16+)
20.55 «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
22.55 «ЗЯТЬ». (16+)
00.15 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
01.50 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
03.10 «ЛАВСТОРИ». (16+)
06.40 «ЧЕЛЮСТИ. СТОЛКОВЕНИЕ». (16+)
08.10 «СКАЛОПАЗ». (16+)
10.00 «ТЮРЯГА». (16+)
11.55 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
13.35 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
15.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
17.20 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
19.00 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
20.35 «РЭМБО IV». (16+)
22.05 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
23.45 «КИКБОКСЕР-2: ДОРОГА НАЗАД». (16+)
02.55 «КИКБОКСЕР-3: ИСКУССТВО ВОЙНЫ». (16+)
04.20 «КИКБОКСЕР ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (16+)
04.35 «Три кота». (6+)
05.30 «Союзмультфильм представляет...» (6+)
06.30 «Барбоскины». (6+)
07.30 «Чемпионы». (6+)
09.10 «БАЛЛАБОЛ». (16+)
13.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериял. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
01.00 «ПАПЫ». (16+)
02.40 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
04.10 «ЗОЛОТЫЕ СОСЕДИ». (16+)
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.20 «РАНЕТКИ». (16+)
Девочки замечают сажину на лбу Леры, но она отказывается рассказывать, что с ней произошло. В школу из министерства приезжают с проверкой. Борзова рассказывает, что Савченко плохо справляется с обязанностями директора. Аня пытается дозвониться Матвею, чтобы узнать, почему он не пришёл проводить её в школу. Матвей не отвечает на звонки Ани.
17.35 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
02.00 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
06.00, 08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «Церковь и мир». (0+)
10.25 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)
11.20 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
11.50 День Патриарха. (0+)
12.00, 12.30, 12.55, 13.20 Монастырская кухня. (0+)
13.50 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
15.35 «СТЁЖКИ-ДОРОЖКИ». (0+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.05 «Обитель Святого Иосифа». (0+)
19.00 «Сибирский ковчег». (0+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.40 Вечер на «Спасе». (0+)
21.55 «Поле битвы». (16+)
22.25 «СЫНОВЬЯ УХОДЯТ В БОИ». (12+)
00.10 День Патриарха. (0+)
00.20 «Обитель Святого Иосифа». (0+)
01.05 «Три Святые. Тайна монархов». (0+)
01.50 «Я пришёл закончить войну». (16+)

Православный календарь

6 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Владимирской иконы Божией Матери.



Мц. Агриппины. Собор Владимирских святых. Мчч. Евстохия, Гаия, Провия, Лоллия, Урвана и иных. Второе перенесение мощей свт. Германа, архиеп. Казанского. Прав. Артемия Веркольского. Сщмчч. Александра, Петра пресвитеров. Сщмч. Митрофана, архиеп. Астраханского. Псково-Печерской, именуемой «Умиление», Заоникиевской, и именуемой «Вратарница», или «Неугасимая Свеча», икон Божией Матери.

Петров пост.

«...шаем не тогда, как делаем правду, но когда любовь к правде снедает сердце наше...»
Прп. Исаак Сирин Ниневийский

ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (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 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
 22.55 «Большая игра». (16+)
 00.05 Подкаст.Лаб. (16+)
 03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
 16.30 Вести
 17.00 «Малахов». (16+)
 18.00 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
 21.30 «ГАЛКА». (16+)
 Кирилл организовывает очередную «ловушку» для Галки, но в неё попадает его старшая сестра Виктория, избалованная красотка и настоящая дочь Тамары. Виктория больше не в силах терпеть выходки брата, она намерена отправить его на лечение...
 00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.45 «ЛЕСНИК». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «БИМ». (16+)
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
 Звезды сходятся таким образом, что все вокруг начинают ссориться. У Михея с Зайей дело даже доходит до развода и раздела имущества. Вдобавок ко всему, кто-то обчищает сейф в доме Михея. На счастье, Саня оказывается рядом в свой выходной день и берется за расследование.
 22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 00.20 «Сегодня»
 00.40 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 02.30 «ВОЛК». (16+)

СТС



05.05 С лёгким утром! (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 05.05 С лёгким утром! (16+)
 06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
 08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 09.45 «Я ХУДЕЮ». (16+)
 11.50 «Я - МЕДВЕДЬ». (6+)
 13.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
 17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
 21.00 «(НЕ)ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ». (12+)
 Во время экскурсии в научном центре студент первого курса Женя случайно попадает в испытательный образец новой модели робота.
 23.00 «СВОДИШЬ С УМА». (16+)
 01.00 «РУКИ ВВЕРХ!» (16+)
 02.40 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
 04.10 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



19.00 «ЖУКИ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 19.00 «ЖУКИ». (16+)
 23.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
 Продолжение истории о команде иллюзионистов «Четыре всадника», которые сталкиваются с новым противником, заставляющим их выполнить невозможное ограбление. Фильм сочетает в себе захватывающие трюки, интригу и неожиданные повороты сюжета.
 01.00 «СКАЙЛАЙН-2». (18+)
 День у полицейского Марка начинается с того, что он выручает сына из тюрьмы, а заканчивается вторжением инопланетян, захватывающих людей с улиц. В поисках сына он пробирается на корабль пришельцев, где встречает других выживших.
 03.05 «Однажды в России». (16+)
 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

05.00 18.00 01.15 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
 09.00 «Военная тайна». (16+)
 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 15.00 «Легенды и мифы». (16+)
 17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
 20.45 «РЭД-2». (16+)
 23.25 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
 В этом выпуске программы мы узнаем, что такое суперфуд. Вадим Абрамов приготовит запечённый батат с миндальным маслом, бананом и семенами чиа. Илья Захаров расскажет, как сделать ризотто без риса.
 05.40 Пятница News. (16+)
 06.00 Битва шефов. (16+)
 10.00 Черный список. Ремонт. (16+)
 23.10 Ставка на любовь. (16+)
 01.00 Пятница News. (16+)
 01.20 На ножах. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 06.05 «Моя свадьба лучше!» (16+)
 07.55 «Супермама». (16+)
 10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 12.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 16.25 «Статус: Неравный брак». (16+)
 Реалити о людях из разных поколений, которые приняли решение быть вместе. Как справиться со всеми трудностями и сохранить любовь?
 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 00.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 02.00 «Разводы». (16+)
 03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
 08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
 09.40 Улётное видео. (16+)
 Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.
 14.00 Влад решает. (16+)
 15.00 Решала. (16+)
 18.00 Влад решает. (16+)
 20.00 Решала. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона. (16+)
 04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (16+)
 05.10 «Понять. Простить». (16+)
 06.00 Вместе каждый день
 06.15 «Наше кино. История большой любви». (16+)
 06.55 «АЙБОЛИТ-66». (12+)
 08.55 «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
 10.00 Вместе каждый день
 10.10 «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
 11.05 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (16+)
 13.00 Вместе каждый день
 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
 14.10, 15.05, 20.25 «Дела судебные». (16+)
 16.00, 18.00 Вместе каждый день
 21.15 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (16+)
 23.05 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
 01.15 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
 09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 Отражение
 11.00 23.50 «Известные дуэты». (16+)
 15.10 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
 17.00 «Такие разные». (12+)
 18.00 «Губернские новости». (12+)
 18.15 «Вечер вместе». (12+)
 20.45 «СТРАХ ВЫСОТЫ». (12+)
 22.10 «ПЕПЕЛ И АЛМАЗ». (16+)
 00.45 «Игра в классики». (12+)
 01.35 Отражение. Итоги. (12+)

ПОБЕДА

04.25 «Путь к Победе». (16+)
 05.25 «ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
 07.30 «ЧИСТЫЕ РУКИ». (16+)
 19.20 «НАЗАД В СССР». (16+)
 Безбедная размеренная жизнь и кризис среднего возраста привели бизнесмена Антона к тоске и обилию алкоголя. Лучший друг, в попытке спасти Антона от пьянства, отправляет его на собрание общества анонимных алкоголиков, где человек по прозвищу Сталкер предлагает ему испытать новые ощущения.
 23.05 «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
 01.10 «ТРЕНЕР». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 07.35 «Лунтик». (0+)
 10.20 «Парк Турум-Бурум». (0+)
 10.30 «Супер Крылья. Спасатели мира». (0+)
 10.45 «10 лет приключений. Лео и Тиг». (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
 14.15 «Барбоскины». (0+)
 16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
 16.40 «Царевны». (0+)
 17.15 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 17.20 «Царевны». (0+)
 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 По утрам школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу, где их уже ждёт учитель. Друзья участвуют в важных правилах жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир. Они устраивают весёлые забавы, соревнования, праздники и походы...
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.15 «Оранжевая корова». (0+)
 22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
 00.55 «Копобанга. Только для пользователей интернета». (0+)
 02.30 «Ералаш». (6+)
 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
 08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 08.45 «Простоквашино». (0+)
 11.00 «Бумажки». (0+)
 12.00 «Время малышей. (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 13.45 «Буба». (6+)
 14.50 «Тюленьки». (6+)
 15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 16.15 «Буба в деле». (0+)
 16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 17.00 Время малышей. (0+)
 18.00 «Маша и Медведь». (0+)
 19.35 «Лунтик». (0+)
 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
 21.00 «Барбоскины». (0+)
 «Барбоскины» - веселый мультсериал, который рассказывает о жизни детей и подростках с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене, и пятеро детей со своими интересами в жизни. У каждого из них свой уникальный характер, и им приходится совместно решать все проблемы и вопросы с чем они успешно справляются.
 21.30 «Тюленьки». (6+)
 22.30 «Фиксики». (0+)
 Герои, созданные по мотивам повести Эдуарда Успенского «Гарантированные человечки», живут насыщенной жизнью. ДимДимыч - обычный мальчик, который в один из дней знакомится с Фиксиками...
 02.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Это подкаст. История». (12+)
 01.05 Тайное становится явным. (12+)
 02.00, 17.35, 21.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 02.50, 05.45, 10.00, 10.40, 13.45, 14.25 «Русская история». (12+)
 03.25 «Александр Меншиков. Кавалер №7». (12+)
 04.00 «Лаборатории смерти. Как работал японский Отряд 731». (16+)
 05.00 «Ледоколы войны». (12+)
 07.10, 11.10, 15.10 Историграф. (12+)
 08.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
 09.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
 12.00 Доноры блокадного Ленинграда. Сквозь время. (12+)
 13.05 «Русский музей: увидеть невидимое». (12+)
 13.40 Семь дней истории. (12+)
 16.00 «Алексей Ухтомский. Доминанта совести». (12+)
 16.30 «Малоизвестные морские бои». (12+)
 17.15 Это их выбор. (16+)
 18.30 Обыкновенная история. (6+)
 18.40, 22.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
 19.05, 23.00 «Забывшие войны России». (12+)
 20.00 «Сквозь времена». (12+)
 20.40 «Революция live». (12+)

HISTORY

06.00 «Свободная Куба». (16+)
 06.45 История вещей. (16+)
 07.05 «Охрид и окрестности, Северная Македония». (12+)
 07.35 «Римские мегастроения». (12+)
 08.35 «Тайна Золотых городов». (16+)
 09.35 «Осаждённые крепости». (16+)
 10.35 «Вечный Египет». (12+)
 12.30 «История королевских скандалов». (16+)
 14.05 «Война в Корее». (16+)
 16.05 «Римские мегастроения». (12+)
 17.00 «Сокровища Петры: в поисках ладана». (12+)
 Ключевая точка сюжета - древний город Петра. Его знаменитые сооружения буквально высечены в скалах, и именно через него набатеи вели активную торговлю. Главная тема передачи - как раз то, что набатеи распространили по древнему миру ладан (и другую ценную смолу - мирру).
 18.00 «Вечный Египет». (12+)
 20.00 «История королевских скандалов». (16+)
 20.55 «История королевских скандалов». (16+)
 21.50 «Свободная Куба». (16+)
 23.25 «Война в Корее». (16+)
 01.15 «Вечный Египет». (12+)
 03.05 «История королевских скандалов». (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 01.50 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы. Два противоположных образа жизни». (12+)
 06.55, 02.45 «Вторая мировая война». (12+)
 07.45, 03.30 «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)
 08.45, 04.20 «Поединки в Лефортово. Шах и мат Бурбону». (12+)
 09.40 «Рим. Армия строителей». (12+)
 10.40 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
 11.30, 12.25, 21.20, 22.20 Легенды Европы. (12+)
 13.25 «СССР. Империя на оборот». (16+)
 14.15 «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
 15.15 «Ну, котёночкин, погоди!» (12+)
 16.05 «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
 17.00 «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
 17.45 «Вечное очарование Египта». (12+)
 18.45 «Кукрыниксы против Геббельса». (16+)
 19.35 «Железная воля. Наследие Пастера Эйфеля». (12+)
 20.30, 05.15 «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
 23.20 «Фрэнк Синатра». (16+)
 00.20 «Спасённые шедевры России». (12+)

РОССИЯ К
Культура



06.30
Пешком...

06.30 Пешком...
07.35 «ЦЫГАНСКИЙ БАРОН»
09.00 16.00 02.40 «Забывшее ремесло»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 02.00 Неизвестные маршруты России
10.55 «РАСМУС-БРОДЯГА»
12.15 17.15 «Первые в мире»
12.45 00.20 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»
13.40 18.45 «Вячеслав Бровкин»
14.25 20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
16.15 Отсекая лишнее
17.30 01.15 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



15.05 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: СЕГОДНЯ ТЫ УМРЁШЬ». (12+)
10.35 04.35 «Актерские драмы. Великие скандалы». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ОБОРОТЕНЬ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
18.05 «МЕТОД МИХАИЛОВА». (16+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Не дошли до ЗАГСа». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Русская мафия Нью-Йорка». (16+)
01.30 Хроники московского быта. (16+)

ТВ-3



09.00 «Слепая». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
Ушаков с Ломагиным пытаются найти доказательства невиновности водителя. Сам Кулыгин сначала скрывается на квартире покойной Лидии Фиолетовой...
23.00 «ЯЧЕЙКА 234». (18+)
США, 2024 г.
Молодая женщина Лори Салтайр работает на складе. Однажды на ночном дежурстве она обнаруживает в отделенном закрытом блоке тело мужчины по имени Клейтон.
01.00 «МЭГГИ МУР(Ы)». (18+)
02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.20 Давай разведёмся! (16+)
08.20 03.35 Тест на отцовство. (16+)
10.35 «Прости меня...» (16+)
11.40 «Беду отведу». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «ОДНО ЦЕЛОЕ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)
23.15 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.20 «Порча». (16+)
02.15 «Знахарка». (16+)
02.45 «Верну любимого». (16+)
03.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
05.15 Одна за всех. (16+)
05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 06.40 «СВОИ». (16+)
08.05 Страна советов. (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
17.30 02.00 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 09.15 13.25 15.05 17.15 04.05 «МОРОСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
09.00 13.00 17.00 Новости дня. (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.20 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
02.00 «ДЕНЬ СЧАСТЬЯ». (12+)
03.35 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 00.30 «Такие разные». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 15.45 «Полицейский вестник». (12+)
12.15 04.00 «Арт-Проспект». (12+)
12.45 18.00 «Безопасная дорога». (12+)
13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)
13.45 «Специальный репортаж». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА 2». (16+)
16.30 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 «Территория успеха». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 03.00 «От 7 до 17». (12+)
20.30 22.30 03.30 «Легенды спорта». (12+)
23.00 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 2». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. Б. Морено - Л. Кавана. UFC. Трансляция из Мексики. (16+)
07.00 12.55 17.50 Новости
07.05 17.55 21.05 01.05 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 13.00 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
18.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Прямая трансляция из США
22.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Прямая трансляция из Канады
02.10 Регби. «Енисей-СТМ» (Красноярск) - «Динамо» (Москва). Чемпионат России. (12+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. Трансляция из Калуги. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.35 04.20 Небесная гонимая. (6+)
07.55 19.30 Дзюдо. Кубок России. (12+)
10.05 «В поисках самой сложной трассы». (12+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 Регби. Чемпионат России. (12+)
12.55 География спорта. (12+)
13.30 Лица Страны. (12+)
13.50 02.25 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
16.00 «Санборд. Модное увлечение». (12+)
16.25 01.55 «Магия большого спорта». (12+)
18.50 Спецрепортаж. (6+)
19.05 Спортивные мамы. (12+)
20.50 «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
21.35 Джигу-джигу. АСВЛ. (16+)
23.40 «Век нашего спорта». (12+)
00.15 Самбо. Командный чемпионат России. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 События и звёзды (16+)
05.05 Муз'итив. (16+)
06.10 Муз-ТВ чарт. (16+)
07.00 Звёзды на утро. (16+)
08.00, 13.00, 01.00 Хиты порусски. (16+)
08.40, 15.00, 18.00, 21.40 Про-новости. (16+)
09.00 Топ-15 Like FM. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 МузРаскрутка. (16+)

11.30, 18.20 «10 самых!» (16+)
12.00 Страна на Муз-ТВ (16+)
14.00, 18.55 Плейлист. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Моя волна. (16+)
17.00 Русский чарт. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 «Ну что ты странная такая!». (16+)
22.00 Короли чартов. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Наше. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
05.40 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
08.40 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
11.25 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАННИЙ». (16+)
13.20 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.05 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
17.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
18.40 «ИСЧЕЗНУВАША». (16+)
21.20 «ПРОПАВШАЯ». (16+)
23.05 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Сериал. Испания, 2020. Боевик. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес.
01.40 «ЖАННА Д'АРК». (16+)
04.10 «ЗОЛОТОЙ ВЕК». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Смешарики». (6+)
06.10 «Простоквашино». (6+)
06.45 «Смешарики». (18+)
07.55 «Три кота». (6+)
08.30 «САМАЯ БОЛЬШАЯ ЛУНА». (16+)
10.10 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)
12.05 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
13.45 «ОГНИВО». (12+)
15.40 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
17.25 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
19.00 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
20.45 «ВАСИЛИСА И ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ». (16+)
22.30 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (12+)
00.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
02.15 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
04.25 «ДВЕНАДЦАТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
06.05 «БЕЗДНА СТРАХА». (16+)
07.15 «ЛЕВША». (16+)
09.25 «БОЕЦ». (16+)
11.25 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
13.00 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
14.35 «РЭМБО IV». (16+)
16.05 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
17.45 «МЕДАЛЬОН». (16+)
19.20 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
21.05 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
22.40 «ПАТРУЛЬ». (16+)
00.25 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)
02.10 «ПОДВОДНЫЙ КАПКАН». (16+)
03.30 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: МОНОСТЫРЬ ГЛУБИНЫ». (16+)
05.00 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00, 06.00, 07.30, 10.10, 11.55, 12.15, 12.20, 13.10, 13.20, 04.45, 04.50 «Маша и Медведь». (0+)
05.55, 07.25, 09.55, 12.05, 13.35 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
13.40, 16.10, 18.10 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.00, 21.20, 22.30 Богиня сыска. (16+)
23.50, 00.20 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.45, 02.35 суббота News-2026. (16+)
01.00, 02.00, 02.50 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
03.30, 04.10 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.25 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
00.55 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)
04.10 «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)
06.15 «СЕМЕЙНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (6+)
08.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
09.50 «ВОСХИТИТЕЛЬНО!». (16+)
11.55 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
13.45 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
15.40 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
17.45 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
19.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
21.40 «ЗА ПАЛЫЧА! 2». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.30 «Союзмультфильм представляет...» (6+)
06.30 «Барбоскины». (6+)
07.30 «Чемпионы». (6+)
09.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
13.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
01.10 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (16+)
02.30 «ДУБЛЁР». (16+)
03.50 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.20 «РАНЕТИКИ». (16+)
По дороге в школу Аня встречает Антона с Наташей. Аня злится. Матвей сообщает родителям Ани, что расстался с их дочерью. Мама Ани пытается убедить Матвея изменить свое решение. Аня узнает, что Антон будет принимать участие в спектакле. Она просит поменять их с Наташей местами, чтобы играть в паре с Антоном.
17.35 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
01.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
06.00, 08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «Обитель Святого Иосифа». (0+)
11.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
11.30 День Патриарха. (0+)
11.40, 12.10, 12.35 Монастырская кухня. (0+)
13.05 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
14.00 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
15.35 «ПОРТ». (6+)

17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.10 «Святой Муром. История Петра и Февронии». (0+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.40 Вечер на «Спасе». (0+)
21.55 «Поле битвы». (16+)
22.25 «ВРАЧА ВЫЗЫВАЛИ?» (0+)
23.40 Вечер на «Спасе». (0+)
00.45 День Патриарха. (0+)
00.55 «Свидетельство о любви». (0+)
02.15 «Культура наций». (0+)
02.40 Вечер на «Спасе». (0+)
02.55 «Поле битвы». (16+)

Православный календарь

7 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Рождество честного славного Пророка, Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Мчч. семи братьев: Орентия, Фарнакия, Ероса, Фирмоса, Фирмина, Кирика и Лонгина. Прп. Антония Дымского, Новгородского. Прав. отроков Иакова и Иоанна Менужских, Новгородских.

Петров пост. Разрешается рыба.

«Кто за истину терпит оскорбление и бесчестие, тот идет путем апостольским, неся крест и облагаясь веригами».

Прп. Марк Подвижник

ПЕРВЫЙ

15.15 Давай поженимся!
(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 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
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 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
22.55 «Большая игра». (16+)
23.55 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)
01.00 Подкаст. Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Семья семей». (12+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ГАЛКА». (16+)
У Кирилла случился приступ. Крашенинников принимает решение отправить сына в медицинский центр в сопровождении Галки. Но девушка поступает по-своему. Она везёт Кирилла в деревню к бабушке Марии Степановне и деду Владимиру Ивановичу.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.50 «ЛЕСНИК». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «БИМ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
Только что освобождённый уголовник-рецидивист Тихон решает завязать с криминальным прошлым и начать нормальную жизнь. Он приезжает к своей гражданской жене Серафиме, но в день его приезда её убивают.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «ДЕЛЬФИН». (16+)
02.25 «ВОЛК». (16+)

СТС



06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 «СВОДИШЬ С УМА». (16+)
12.00 «МАРУСА ФОРЕВА!». (12+)
13.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
21.00 «ЗАЧЁТНАЯ ПРИНЦЕССА». (16+)
23.20 «ВИОЛА В БУТСАХ». (16+)
01.20 «ЙОГНУТАЯ СЕМЕЙКА». (18+)
02.40 «Шимми. Первый король обезьян». (12+)
04.15 «100 мест, где поесть». (16+)

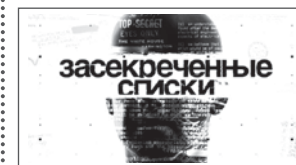
ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
08.00 «Кто куда». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «ЖУКИ». (16+)
23.00 «КОРОЛЕК МОЕЙ ЛЮБВИ: РАМАШ И ШАМАР». (18+)
Благородный и всеми любимый полицейский Рамаш, благодаря которому в городе Хурмада царит мир и порядок, вступает в борьбу с хитрыми алчным бандитом Шамаром. Воспитанный приемными родителями Шамар устраивает в городе серию преступлений, и Рамаш встает на защиту Хурмады.
01.10 «БРАХМАСТРА». (12+)
Легенды гласят, что брахмастра - самое мощное и точное оружие в истории человечества, которое всегда находит цель и которое невозможно отразить.
03.55 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



10.00 «Засекреченные списки». (16+)

05.00 18.00 01.40 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Момент в истории». (16+)
17.00 02.25 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «Дикий, дикий мир». (16+)
20.55 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
23.25 «АФЕРИСКА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. (16+)
07.00 Четыре дачи. (16+)
10.40 Адский шеф. (16+)
13.30 Домохозяйки против кондитеров. (16+)
14.50 На ножах. (16+)
17.20 Домохозяйки против шефов. (16+)
19.10 Домохозяйки против кондитеров. (16+)
20.20 Черный список. На кухне. (16+)
23.10 Ставка на любовь. (16+)
01.00 Пятница News. (16+)
01.30 На ножах. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.00 «Моя свадьба лучше!». (16+)
07.50 «Супермама». (16+)
10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
Драматичное произведение о любви во всех её проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная и жертвенная любовь.
12.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.15 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
02.05 «Разводы». (16+)

ЧЕ!

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри».
08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.40 Улётное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА». (16+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00 Вместе каждый день
06.15 «Наше кино. История большой любви». (16+)
07.10 «МЫ ИЗ ДЖАЗА» (16+)
09.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
10.00 Вместе каждый день
10.10 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
11.10 «КУРЬЕР». (16+)
13.00 Вместе каждый день
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10, 15.05, 20.25 «Дела судебные». (16+)
16.00, 18.00 Вместе каждый день
21.15 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
00.55 «Наше кино. История большой любви». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
11.00 00.00 «Расширенное». (16+)
15.15 «СТРАХ ВЫСОТЫ». (12+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ДЕНЬ ПРИЁМА ПО ЛИЧНЫМ ВОПРОСАМ». (16+)
22.15 «ФРАНЦ». (16+)
01.35 ОТРАЖЕНИЕ. Итоги. (12+)
02.35 Острова в океане. (12+)

ПОБЕДА

03.40 «Путь к Победе». (16+)
04.40 «КАДИШ». (16+)
06.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
07.30 «АПОСТОЛ». (16+)
18.00 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
01.15 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Россия, Беларусь, Чехия, Франция, Польша, Израиль, 2018. Драма. В ролях: Филипп Янковский, Владимир Кошевой
Безмолвными свидетелями страшных происшествий во времена Второй мировой войны стали красные туфельки, немецкая овчарка Брут и экзотическая скрипка.
03.05 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Лунтик». (0+)
10.20 «Парк Турум-Бурум». (0+)
10.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
10.45 «Простоквашино». (0+)
14.00 «Оранжевая корова». (0+)
Знакомьтесь, это семейство оранжевых коров: телята Бо и Зо и их родители - Мама Коровы и Папа Бык. В каждой серии дети самостоятельно или с друзьями решают какую-нибудь важную проблему, а родители поддерживают их и дают полезные советы.
16.30 «Барбоскины». (0+)
17.15 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.20 «Барбоскины». (0+)
18.50 «Чик-Чикино». (0+)
20.40 «Большое путешествие Люськи и Фрикадельки». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
21.15 «Отель у овец». (0+)
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
Однажды обычный питерский школьник Петя встречается не совсем обычного Волка, которому нужна помощь.
00.55 «Колобанга». Только для пользователей интернета. (6+)
02.30 «Ералаш». (6+)
04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
11.00 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
13.45 «Буба». (6+)
14.50 «Тюленьки». (6+)
15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
16.15 «Буква в деле». (0+)
16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». (0+)
19.35 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
В центре сюжета - захватывающие приключения юных волшебниц: Вари, Маши, Снежки, Алёнки, а со второго сезона еще и Алисы. История начинается в городе Мышкин: девочки становятся хранителями этого заповедного места, оберегая его и помогая сказочным существам. Во втором сезоне Алёнка попадает в сказочный мир, а подруги отправляются вслед за ней. Новые приключения юных волшебниц в третьем сезоне мультфильма связаны с их учебной в волшебном школе Петя встречается не совсем обычного Волка, которому нужна помощь.
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Тюленьки». (6+)
22.30 «Буба». (6+)
02.00 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Лаборатории смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
01.00 «Ледоколы войны». (12+)
01.45, 06.00, 06.35, 09.45, 10.25 «Русская история». (12+)
03.10, 07.10, 11.10 Историограф. (12+)
04.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
05.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
08.00 Доноры блокадного Ленинграда. Сквозь время. (12+)
09.05 «Русский музей: увидеть невидимое». (12+)
09.40 Семь дней истории. (12+)
12.00 «Алексей Ухтомский. Доминанта совести». (12+)
12.30 «Малоизвестные морские бои». (12+)
13.15 Это их выбор. (16+)
13.35, 17.45, 21.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
14.30 Обыкновенная история. (6+)
14.40, 18.35, 22.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
15.05, 19.00, 23.05 «Забытые войны России». (12+)
16.00 «Сквозь времена». (12+)
16.40 «Революция live». (12+)
20.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
20.50 «Щёлкин. Крёстный отец атомной бомбы». (12+)
22.30 «Буба». (6+)
02.00 «Буба». (6+)

VJU HISTORY

06.00 «Свободная Куба». (16+)
07.00 «Охрид и окрестности, Северная Македония». (12+)
07.30 «Римские мегастроения». (12+)
08.30 «Пномпень 1975: посольство в осаде». (16+)
09.30 «Осаждённые крепости». (16+)
10.30 «Вечный Египет». (12+)
12.25 «История королевских скандалов». (16+)
14.10 «Затерянные гробницы древних майя». (12+)
16.00 «Римские мегастроения». (12+)
18.00 «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
Египетские постройки полны неразгаданных тайн, а захороненные остатки еще предстоит обнаружить. Всегда ищущий новых открытий, Захи Хавасс приступает к трехмесячному раскопкам, чтобы разгадать оставшиеся загадки Саккары.
20.00 «История королевских скандалов». (16+)
21.45 «Свободная Куба». (16+)
23.25 «Затерянные гробницы древних майя». (12+)
01.10 «Вечный Египет». (12+)
02.55 «История королевских скандалов». (16+)
04.35 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 01.50 «Рим. Армия строителей». (12+)
06.55, 02.45 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
07.45, 08.40, 18.25, 19.20, 03.30, 04.20 Легенды Европы. (12+)
09.40 «СССР. Империя на обороте». (16+)
10.30 «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
11.25 «Ну, котёночки, погоди!» (12+)
12.20 «Эпоха гигантов. Репитили. Зависимость от климата». (12+)
13.15 «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
13.55 «Вечное очарование Египта». (12+)
14.55 «Кукурыныксы против Гейбеля». (16+)
22 июня 1941 года на советских солдат вместе с первыми бомбами обрушились тонны листовок, прокламаций и брошюр самого разного содержания.
15.45 «Наследие Гюстава Эйфеля». (12+)
16.45 «Мир накануне катастрофы. XX век». (16+)
17.35 «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
20.20 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
21.20 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
22.10 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы». (12+)
23.10 «Вторая мировая война». (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.15 Спокойной ночи, малыши!

07.35 «ГАННА ГЛАВАРИ»
08.50 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.15 02.15 Неизвестные маршруты России
10.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАЛЛЕ-СЫЩИКА»
12.00 «Запечатленное время»
12.45 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»
13.40 «АЛИСА КООНЕН»
14.25 20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
15.55 Кристальные истории
16.15 Отсекая лишнее
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.30 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
18.45 «Сны мастера»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль
00.40 «Настоящая жизнь римских легионеров»

ТВЦ



15.05 «ОХОТА НА КРЫЛАТОГО ЛЬВА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ». (16+)
10.35 04.40 «Актёрские драмы. Приказано полюбить». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: РАСПЛАТА». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ОХОТА НА КРЫЛАТОГО ЛЬВА». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
18.05 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Охота на маньяка. Дело мнимого слепого». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)
02.15 «Обжалованию не подлежит». (16+)

3 ТВ-3



11.00 Гадалка. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
Медики с подстанции собираются на даче в честь юбилея Ломагина. Арсеньев намекает Кулыгину (но прямо не говорит), что Никита - не его сын. Костя уверяет, что не бросит мальчика...
23.00 «ЧИСТИЛЬЩИК». (18+)
США, 2007 г. Том Катлер - бывший полицейский. Теперь он работает чистильщиком, убирая помещения после совершенных преступлений. Однажды ему поступает заказ на уборку дома после убийства.
01.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 03.35 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Прости меня...» (16+)
11.45 «Беду отведу». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ГОРЬКИЙ НЕКТАР». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БО-ЮСЬ...» (16+)
23.15 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.20 «Порча». (16+)
02.15 «Знахарка». (16+)
02.45 «Верну любимого». (16+)
03.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
05.15 Одна за всех. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 06.50 07.35 «СВОИ». (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

05.50 09.15 13.25 15.05 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
09.00 13.00 17.00 Новости дня. (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
17.15 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.20 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (12+)
01.45 «КОРТИК». (12+)
03.15 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Территория успеха». (12+)
11.30 «Арт-Проспект». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 22.30 «От 7 до 17». (12+)
12.30 18.00 00.30 «Легенды спорта». (12+)
13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)
13.45 18.45 «Полицейский вестник». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА 2». (16+)
15.45 «Безопасная дорога». (12+)
16.30 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.30 «Азбука Православия». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 04.00 «Формула здоровья». (12+)
20.30 01.30 «Документальное кино». (12+)
23.00 «ДЕФИЛЕ». (16+)
01.00 «Диалоги с прошлым». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. Дж. Гейджи - П. Пимблетт. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.55 17.50 Новости
07.05 17.55 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
13.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Канады. (6+)
18.55 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Нефчи» (Узбекистан). Winline Суперсерия. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
21.00 Смешанные единоборства. Бетсити. Fight Nights. Прямая трансляция из Каспия
01.05 «Вы это видели». (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.35 Лица Страны. (12+)
07.55 19.30 Дзюдо. Кубок России. (12+)
09.45 «Век нашего спорта». (12+)
10.20 «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 21.35 Регби. Чемпионат России. (12+)
12.55 Сюрплас. (12+)
13.50 02.25 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
15.50 18.50 Специальный репортаж. (12+)
16.05 Спорт, который есть. (12+)
16.25 01.55 География спорта. (12+)
18.30 «Страна спортивная». (12+)
19.05 Небесная грация. (6+)
21.20 Спортивные мамы. (12+)
23.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
06.10 У-Дачный чарт. (16+)
07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
08.05 Teen чарт. (16+)
08.40 15.00 18.00 21.40 Про-новости. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Страна на Муз-ТВ. (16+)
11.00 22.00 Топ-30. (16+)
13.00 Прогноз по году. (16+)

14.00 18.55 00.00 Плейлист. Лето. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон. (16+)
17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
18.20 Хит-сториз. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.35 «Искусный интеллект» (16+)
21.05 «Инвестиция или фикция». (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.00 «ИГРА КОРОЛЕВЫ». (16+)
08.00 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
10.55 «ПРОПАВШАЯ». (16+)
12.30 «ИСПЕЧУВШАЯ». (16+)
13.25 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
14.20 «ИСПЕЧУВШАЯ». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ». (16+)
21.25 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+)
00.05 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
02.45 «СКРИЖАЛИ СУДЬБЫ». (16+)
04.20 «ПЛАНЕТА КА-ПЭКС». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Смешарики». (6+)
06.00 «Простоквашино». (6+)
06.35 «Смешарики». (6+)
07.30 «Три кота». (6+)
08.00 «Яга и книга заклинаний». (6+)
09.40 «Я ХУДЕЮ». (16+)
11.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (16+)
13.25 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (16+)
15.10 «МЫ РОЖАЕМ!» (16+)
17.15 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
19.00 «ПО-БРАТСКИ». (16+)
20.45 «ГОРЬКО!» (16+)
22.30 «ГОРЬКО!-2». (16+)
00.10 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (18+)
01.40 «ХАНДРА». (16+)
03.20 «ЛЮБОВЬ И МОНЫСТРЫ». (16+)
04.40 «Царевна-лягушка». (6+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
06.25 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ». (16+)
07.45 «ОПАСНЫЙ БАНГКОК». (16+)
09.25 «МЕДАЛЬОН». (16+)
11.05 «АНТИГАНГ». (16+)
12.35 «АНТИГАНГ: СМЕНА». (16+)
14.15 «ВЕСЁЛЫЕ» КАНИКУЛЫ. (16+)
15.45 «РЕЗИДЕНТ». (16+)
17.25 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (16+)
19.00 «ЛИНКОВЫЙ ДЛЯ АДВОКАТА». (16+)
21.00 «ЧЕРНЫЙ ДРОЗД» (16+)
22.30 «ВОСХОД ЧЕРНОЙ ЛУНЫ». (16+)
00.10 «ТАЧКА №19». (16+)
01.35 «ОРУЖЕЙНЫЙ БАРОН». (16+)
03.25 «ОПЕРАЦИЯ «МЯСНОЙ ФАРШ». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00 05.10 06.00 06.30, 06.50, 07.20, 07.25, 07.40, 08.20, 08.30, 09.20, 09.40, 10.30, 10.40, 11.35, 11.50, 12.00, 12.40, 13.00, 13.20 «Маша и Медведь». (0+)
05.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
05.55, 07.10, 09.35, 11.40, 13.15 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
13.40, 16.10, 18.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.00, 21.10, 22.30 Богиня свиданий. (16+)
23.40, 00.10 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.45, 02.45 Суббота News-2026. (16+)
01.00, 01.50, 03.00 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
03.40, 04.20 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.25 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
00.55 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
06.45 «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
08.30 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
10.15 «ЖЕНИХ». (16+)
11.55 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
14.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
15.45 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
17.55 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
19.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАНИЕ ТЬМЫ». (6+)
21.20 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
23.10 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.10 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ ИЛЬФ И ПЕТРОВ». (16+)
07.20 Мультфильмы. (0+)
11.45 «ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИА». (16+)
13.20 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (18+)
15.15 «ИСПЕЧУВШАЯ ИМПЕРИЯ». (16+)
17.15 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
19.00 «Мосфильм. Золотой век». (16+)
20.00 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (16+)
21.40 «Мосфильм. Золотой век». (16+)
21.50 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)
23.25 «ХИТРОВКА. ЗНАК ЧЕТЫРЁХ». (16+)
01.40 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
Учителя встречаются комиссию из министерства, приглашенную на спектакль по случаю Дня учителя. Борзова надеется, что ей удастся убедить комиссию обменять музыкальные инструменты на необходимый ей телескоп. Степнов и Рассказов поддерживают идею девочек выступить после спектакля. Спектакль и выступление «Ранеток» проходит с большим успехом.
17.35 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
02.05 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «Мультфильмы (0+)
06.00, 08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 Лето Господне. (6+)
11.35 День Патриарха. (0+)
11.45, 12.15 Монастырская кухня. (0+)
12.45 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
13.40 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
15.00 «СЫНОВЬЯ УХОДЯТ В БОЙ». (12+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)

СПАС
18.10 «День Ангела». (0+)
18.45 «Лики Богородицы». (0+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.40 Вечер на «Спасе». (0+)
21.55 «Поле битвы». (16+)
22.25 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (6+)
23.40 Вечер на «Спасе». (0+)
00.45 День Патриарха. (0+)
00.55 «Святой Муром. История Петра и Февронии». (0+)
01.50 «Лики Богородицы». (0+)
02.20 «Сибирский ковчег». (0+)
02.40 Вечер на «Спасе». (0+)

Православный календарь

8 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Блгв. кн. Петра, в иночестве Давида, и кн. Февронии, в иночестве Евфросинии, Муромских чудотворцев.



Прмц. Февронии девы. Прп. Далмата Исетского. Сщмч. Василия пресвитера. Прп. Никона Оптинского, исповедника. Сщмч. Василия пресвитера.

Петров пост.

« Научись читать Евангелие: от него услышишь истину, в нем увидишь истину. Истина открывает тебе падение твое и узы лжи, узы самообольщения, которыми невидимо связана душа всякого человека, не обновленного Святым Духом».

Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ



14.00 «Большая игра». (16+)

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

РОССИЯ 1



14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ГАЛКА». (16+)
Из-за чувства вины Тамара решает на отчаянный поступок. Крашенинников обещает Галке помочь решить проблему с мошенниками. Он обращается за помощью к опытному адвокату - своей бывшей возлюбленной Марине. Виктория с Олегом возвращаются с Сейшел.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.55 «ЛЕСНИК». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «БИМ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
В городе все больше «процветают» случаи телефонного и интернет-мошенничества. Распутать этот клубок намерен лично майор Балабин. В отделе собралось уже несколько заявлений от обманутых граждан.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «ДЕЛЬФИН». (16+)
02.30 «ВОЛК». (16+)

СТС



05.00 «100 мест, где поесть». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПростО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
09.50 «РУКИ ВВЕРХ!» (16+)
11.55 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА-2». (6+)
13.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
21.00 «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)
22.55 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (16+)
00.45 «РОЖДЁННЫЙ ЧЕМПИОНОМ». (16+)
02.35 «БОЕВОЙ МЕХАНИЗМ». (18+)
04.00 «100 мест, где поесть». (16+)

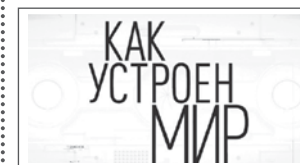
ТНТ



19.00 «ЖУКИ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «ЖУКИ». (16+)
23.00 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
О благородном супергерое-разбойнике Робине Гуде ходят легенды. Однако не все знают, с чего он начинал, ведь нам людям важен только успех. А изнурительные тренировки Робина, серьезная дисциплина и семейные проблемы героя остались за кадром легенд.
01.10 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
Россия, 2040 год. В стране многое изменилось, особенно некоторые семейные услуги. Теперь, чтобы расторгнуть брак - нужно очень много средств. Не проще ли вернуться в прошлое, чтобы никогда не встретиться и прекратить отношения на начальном этапе?
02.50 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



11.00 «Как устроен мир». (16+)

05.00 18.00 01.30 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 02.20 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
20.30 «ЗОЛОТОЙ КОНВОЙ». (16+)
Норвегия, 2022 г. Военный боевик. Вторая мировая война. Простой служащий госбанка встает во главе невероятной миссии...
23.25 «СТРАХОВЩИК». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.30 Пятница News. (16+)
06.00 Гастротур. (16+)
06.50 Битва шефов. (16+)
10.50 Адский шеф. (16+)
13.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Свадьба вслепую. (16+)
22.50 Ставка на любовь. (16+)
00.30 Пятница News. (16+)
01.00 На ножах. (16+)
03.30 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.00 «Моя свадьба лучше!» (16+)
07.50 «Супермама». (16+)
10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
12.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.15 «Ждули». (16+)
Реалити о девушках, которые состоят в отношениях по переписке с мужчинами, находящимися в местах лишения свободы.
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
02.00 «Разводы». (16+)
03.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.40 Улётное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой.
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (16+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00 Вместе каждый день
06.15, 07.50, 09.05, 14.10 «Дела судебные». (16+)
10.00 Вместе каждый день
10.10 «Дела судебные» (16+)
13.00 Вместе каждый день
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
16.00 Вместе каждый день
16.15 «Обману. Нет». (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.20 «Дела судебные». (16+)
21.15 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (16+)
23.15 «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
01.10 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТражение
11.00 00.00 «Расхищенное». (16+)
15.10 «ДЕНЬ ПРИЁМА ПО ЛИЧНЫМ ВОПРОСАМ». (16+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)
22.20 «ЛИССАБОН». (16+)
01.35 ОТражение. Итоги. (12+)
02.40 Острова в океане. (12+)

ПОБЕДА

04.55 «Путь к Победе». (16+)
05.55 «СЕСТРЁНКА». (12+)
07.30 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
18.10 «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА». (16+)
22.00 «ТАНКИ». (16+)
Инженеру Кошкину предстоит проехать через полосу страны на танке и не попасться в руки врагов! Когда руководству страны стало понятно, что войны не избежать, лично Сталиным был отдан приказ о разработке новой бронетехники.
23.40 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
01.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
03.40 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Лунтик». (0+)
10.20 «Парк Турум-Бурум». (0+)
10.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
10.45 «Простоквашино». (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.15 «Барбоскины». (0+)
16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
16.40 «Царевны». (0+)
17.15 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
17.20 «Царевны». (0+)
19.25 «Горошек и компания». (6+)
Тая, Фила и Горошек живут в небольшом провинциальном городе. Тая и Фила - совершенно не похожие друг на друга двойняшки-первоклашки. Горошек - их младший четырёхлетний брат, который своим трогательным и наивным видом умиляет всех вокруг.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
Однажды обычный питерский школьник Петя встречает не совсем обычного Волка, которому нужна помощь.
00.55 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
02.30 «Ералаш». (6+)
04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
11.00 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
13.45 «Буба». (6+)
Откуда появился Буба? Никто не знает. Этот герой прожигает каждый день так, чтобы запомнить его. Он постоянно открывает для себя что-то новое, чем несомненно смешит зрителей всех возрастов, а особенно тех, кто помладше. У него есть и компания друзей: Лула, Гуга, Дуда, Спайк. А ещё кое-что из прошлого и даже из будущего. Есть ощущение, что Буба проспал последние лет сто от эволюции человечества, так что не удивляйтесь тому, что он мало что знает и понимает.
14.50 «Тюленьки». (6+)
15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
16.15 «Буква в деле». (0+)
16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». (0+)
19.35 «Лунтик». (0+)
«Лунтик и его друзья» - добрый мультфильм про необычное существо, родившееся на Луне и попавшее на Землю.
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Тюленьки». (6+)
22.30 «Маша и Медведь». (0+)
02.00 «Маша и Медведь». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
01.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
02.00, 02.40, 05.45, 06.25, 22.45 «Русская история». (12+)
03.10, 07.10 Историограф. (12+)
04.00 Доноры блокадного Ленинграда. Сквозь время. (12+)
05.40 Семь дней истории. (12+)
08.00 «Алексей Ухтомский. Доминанта совести». (12+)
08.30 «Малоизвестные морские бои». (12+)
09.15 Это их выбор. (16+)
09.35, 13.45, 17.45, 21.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
10.30, 22.35 Обыкновенная история. (6+)
10.40, 14.35, 18.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
11.05, 15.00, 19.05 «Забывшие войны России». (12+)
12.00 «Сквозь времена». (12+)
12.40 «Революция live». (12+)
16.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
16.50 «Щелкин. Крёстный отец атомной бомбы». (12+)
20.00 «Это подкаст. История». (12+)
20.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)

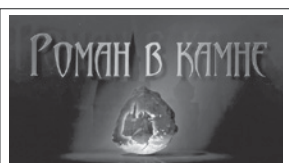
VJU HISTORY

06.00 «Свободная Куба». (16+)
07.00 «Ват Чум Кхонг, Луангпхабанг». (12+)
07.25 «Сокровища Петры: в поисках ладана». (12+)
08.25 «Война в Корею». (16+)
10.25 «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
12.25 «История королевских скандалов». (16+)
14.05 «Тайна Золотых городов». (16+)
15.05 «Осаждённые крепости». (16+)
16.05 «Потерянный мир Ангкор-Вата». (12+)
18.00 «Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид». (12+)
Вместе с знаменитым археологом Захи Хавассом мы отправимся в экспедицию по лабиринтам Саккары, чтобы узнать историю человека, чьи действия навсегда изменили ход египетской цивилизации.
20.00 «История королевских скандалов». (16+)
21.45 «Свободная Куба». (16+)
23.30 «Тайна Золотых городов». (16+)
00.35 «Осаждённые крепости». (16+)
01.25 «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
03.15 «История королевских скандалов». (16+)

ИСТОРИЯ

06.00 «СССР. Империя наоборот». (16+)
06.45, 01.50 «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
07.45, 03.30 «Ну, Котёночкин, погоди!» (12+)
08.35, 05.05 «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
09.30 «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
10.15 «Вечное очарование Египта». (12+)
11.15 «Кукрыникисы против Геббельса». (16+)
12.00 «Наследие Гюстава Эйфеля». (12+)
13.00 «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
13.50, 14.50, 23.55, 00.55, 04.15 Легенды Европы. (12+)
15.45 «Спасённые шедевры России». (12+)
16.40 «Фрэнк Синатра». (16+)
17.35 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
Его слава была настолько громкой, что в родной Армении он прекрасно мог жить без денег и документов...
18.20 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы». (12+)
19.20 «Вторая мировая война». (12+)
20.15 «Затерянные гробницы Нотр-Дамы». (12+)
21.10 «Поединки в Лефортово». (12+)
22.10 «Рим. Армия строителей». (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



08.45 «Роман в камне»

07.35 «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА»
08.45 22.05 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.15 01.45 Неизвестные маршруты России
10.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАЛЛЕ-СЫЩИКА»
12.00 02.25 «Запечатленное время»
12.45 «Настоящая жизнь римских легионеров»
13.40 «Сны мастера»
14.25 20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
16.00 «Забывшее ремесло»
16.15 Отсекая лишнее
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.00 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
18.45 «Сергей Ожегов. Человек и словарь»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.30 «ДОРОГА НА БАЛИ»
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ ТВЦ



23.05 «Актерские драмы. Роль по блату». (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ-2». (16+)
10.35 «Актерские драмы. Теряя рассудок». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: РАСПЛАТА». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ОХОТА НА КРЫЛАТОГО ЛЬВА». (12+)
16.55 Прощание. (16+)
18.05 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Актерские драмы. Роль по блату». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Настоящий детектив. Тайна счастливого билета». (16+)
01.30 «Русские тайны. Лаборатории смерти». (16+)

3 ТВ-3



08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
На работе Рая попадает в переделку: после пустякового вызова ее обманом заманивают обратно в сауну и пытаются изнасиловать. Ей удается запереться в ванной и набрать Кулыгина.
23.00 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОВОМ ПОЛЕ». (18+)
США, 2020 г.
Агенты ФБР проводят расследование, чтобы поймать торговцев людьми. Однако выясняется, что это дело имеет отношение к другому расследованию...
01.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

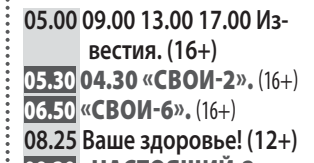
ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого». (16+)

06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведемся! (16+)
08.30 03.35 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Прости меня...» (16+)
11.45 «Беду отведу». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ТЫ СНИШЬСЯ МНЕ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)
23.10 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.20 «Порча». (16+)
02.15 «Знахарка». (16+)
02.45 «Верну любимого». (16+)
03.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
05.15 Одна за всех. (16+)

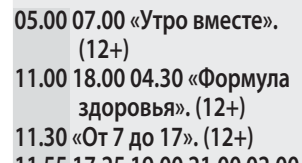
5 5-Й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.30 04.30 «СВОИ-2». (16+)
06.50 «СВОИ-6». (16+)
08.25 Ваше здоровье! (12+)
09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
17.30 02.00 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

★ ЗВЕЗДА
05.50 09.15 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ». (16+)
09.00 13.00 17.00 Новости дня. (16+)
09.50 13.25 15.05 17.15 «ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.20 «ДЕРЗОСТЬ». (12+)
02.05 «Атом: энергия мира». (16+)
02.40 «ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 18.00 04.30 «Формула здоровья». (12+)
11.30 «От 7 до 17». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 03.30 «Такие разные». (12+)
13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)
13.45 «Азбука Православия». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
15.45 «Эксперт». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
17.30 «Открытая наука». (12+)
18.30 «Безопасная дорога». (12+)
18.45 «Служу Отечеству». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 03.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.20 22.20 «Общее дело». (12+)
20.30 22.30 «Мастерская спорта». (12+)
23.00 «РОККО И ЕГО БРАТЯ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. М. Холлоуэй - Дж. Гейдж. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.35 17.10 Новости
07.05 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Мексики. (6+)
17.15 22.30 Все на Матч!
17.55 20.10 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
02.10 Джиу-джитсу. АСВJJ. Трансляция из Москвы. (16+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. Трансляция из Калуги. (6+)
МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.35 «Самборд. Модное увлечение». (12+)
07.55 Велоспорт. Чемпионат России. (6+)
10.30 География спорта. (12+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 Регби. Чемпионат России. (12+)
13.10 16.00 23.05 «Страна спортивная». (12+)
13.30 Спорт, который есть. (12+)
13.50 02.25 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
16.25 Человек из футбола. (12+)
18.30 «Век нашего спорта». (12+)
19.05 Лица Страны. (12+)
19.30 Смешанные единоборства. (16+)
21.40 05.30 Что за спорт? (12+)
22.10 Самбо. Командный чемпионат России. (12+)
23.20 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 События и звёзды (16+)
05.05 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка. (16+)
07.00, 07.30, 18.20 «10 самых!» (16+)
08.00, 12.00, 01.00 Хиты порусски. (16+)
08.40, 15.00, 18.00, 21.40 Рго-новости. (16+)
09.00 Дачный плейлист Радио Дача. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00, 14.00, 18.55, 00.00 Плейлист. Лето. (16+)
12.30 МузРаскрутка. (16+)
13.20 Ждите ответа. (16+)
15.00 В десятку! (16+)
16.00 Love Radio чат. (16+)
17.00 Короли чартов. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 «Унесённые временем. Главные звёзды нулевых». (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Дан-зона. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.15 «ЯГУАР». (16+)
08.05 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
11.00 «УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ». (16+)
13.25 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.15 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
18.55 «ДОЛИНА ТЕНЕЙ». (16+)
21.05 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВОЛДАХ». (16+)
22.50 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Сериал. Испания, 2020. Боевик. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес, Лусия Баррадо.
01.35 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
02.55 «ЛЮБИТЕ КУПЕРОВ». (16+)
VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Смешарики». (6+)
06.10 «Простоквашино». (6+)
06.45 «Смешарики». (6+)
07.55 «Три кота». (6+)
08.25 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
10.05 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
11.40 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
13.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
15.10 «ПО-БРАТСКИ». (16+)
16.55 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
19.00 «ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ». (16+)
20.40 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
22.40 «ЗА СЛОВА ОТВЕЧАЮ». (16+)
00.20 «Я БОГИНЯ». (16+)
02.00 «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
03.35 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.20 «МИМИНО». (16+)
07.55 «Веселая карусель». (16+)
09.30 «ЧЕСТНЫЙ, УМНЫЙ, НЕЖЕНАТЫЙ...» (12+)
10.45 «ПОПРЫГУНЬЯ». (16+)
12.20 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
14.55 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (16+)
16.35 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
18.20 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (16+)
20.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (16+)
22.45 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (16+)
00.25 «ГАРАЖ». (16+)
02.10 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (16+)
03.45 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА». (16+)
ДОМ КИНО ДОМ КИНО
04.30 «Три кота». (6+)
05.30 «Союзмультфильм представляет...» (6+)
06.30 «Барбоскины». (6+)
07.30 «Чемпионы». (6+)
09.10 «БАЛЛАДЫ». (16+)
13.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
01.00 «ЖЕЛАНИЕ». (16+)
02.40 «РЕБРО АДАМА». (16+)
03.50 «ВЫ МЕНЯ ВИДЕЛИ?» (16+)
СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 05.10, 05.45, 06.10, 06.45, 07.00, 07.30, 07.40, 07.50, 08.40, 08.50, 09.40, 10.10, 10.50, 11.10, 11.30, 11.40, 11.55, 12.10, 12.25 «Маша и Медведь». (0+)
05.55, 07.25, 09.55, 12.00, 13.25 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
09.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
13.50, 15.50, 18.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.00, 21.10 Богиня свиданий. (16+)
22.30 Богиня сыска. (16+)
23.50, 00.20 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.45, 02.35 Суббота News-2026. (16+)
01.00, 02.00, 02.50 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
06.00, 08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «Святой Муром. История Петра и Февронии». (0+)
11.05 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
11.35 День Патриарха. (0+)
11.45, 12.15, 12.40 Монастырская кухня. (0+)
13.10 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
14.05 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
15.35 «ВРАЧА ВЫЗЫВАЛИ?» (0+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.10 «Августин Блаженный. Исповедь длиною в жизнь». (6+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.40 Вечер на «Спасе». (0+)
21.55 «Поле битвы». (16+)
22.25 «ФРАНЦУЗ». (12+)
23.45 Вечер на «Спасе». (0+)
00.50 День Патриарха. (0+)
01.00 «Августин Блаженный. Исповедь длиною в жизнь». (6+)
02.00 «Забывтый бой у мыса Сарыч». (6+)

Православный календарь

9 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице. Глас 4. Тихвинской иконы Божией Матери.



Прп. Давида Солунского. Прп. Иоанна, еп. Готфского. Свт. Дионисия, архиеп. Суздальского. Обретение мощей прп. Тихона Луховского, Костромского. Перенесение мощей прп. Нила Столобенского. Сщмч. Георгия пресвитера. Лиддской (Римской), Немецкой, Седмиезерной икон Божией Матери.

Петров пост. Разрешается рыба.

«Перед Богом ничто не имеет такого достоинства, как слово очищенное и душа совершенная в учении истины».

Свт. Григорий Богослов

ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (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)
18.40 «Время покажет». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
22.45 Юбилейный концерт группы «Рондо». (12+)
00.35 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



20.00 Вести

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 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». (12+)
23.55 «ЛЮБОВЬ ПО НАЙМУ». (12+)
Стьюрессу Женю внезапно увольняют с работы. А ещё она застает своего молодого человека с другой, и теперь ко всему прочему Жене негде жить. В поисках новой работы она обращается к одному из своих пассажиров Антону...
03.20 «МАМА ВЫХОДИТ ЗАМУЖ». (12+)

НТВ



16.45 «ДНК». (16+)

04.55 «ЛЕСНИК». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «БИМ». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
18.00 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
По городу прокатывается серия разбойных нападений. Пока отдел Сани занимается поиском грабителей, из местной психиатрической клиники сбегает пациент Сергей Филатов по прозвищу Флинт, проходивший по делу об ограблении.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
03.05 «ВОЛК». (16+)

СТС СТС



10.25 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
Ведущий популярного кулинарного тревел-шоу Александр Белькович снова отправится в кулинарное турне. Шеф-повар не только представит региональные угощения, попробовав их на вкус, но и даст им оценку, а также раскроет рецепт приготовления. В ходе своего путешествия Александр посоветует, как интересней провести свободное время в том или ином городе.
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.25 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

ТНТ ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
13.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
Отец семейства Виктор Пыжов вышел на пенсию. Но никак не хочет с этим смириться, кошмарит весь дачный посёлок, поссорился с соседями. Лена и Юля приезжают с внучками по просьбе мамы, чтобы помочь успокоить отца. Мужья дочерей - Вовик с Пашей - приезжают в гости на майские.
21.00 «Комеди Клуб». (16+)
Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шутки, точные попадания в актуальные темы и разнос звёзд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.
01.00 «Женский стендап». (18+)
03.20 «Однажды в России». (16+)

РЕН



18.00 «Главные тайны мира». (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 Документальный спецпроект. (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 17.00 03.15 «Тайны Чапмана». (16+)
18.00 02.35 «Главные тайны мира». (16+)
20.00 «Безумные факты». (16+)
20.30 «ЭСКОБАНК». (16+)
США, 2025 г. Боевик. Известная банда, каждый участник которой имеет тяжёлое прошлое, остро нуждается в наличных...
22.30 «Соль. Легенда». (16+)
01.05 «МЕХАНИК». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.20 Пятница News. (16+)
05.40 Гастротур. (16+)
06.30 МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА. (16+)
08.00 Четыре дачи. (16+)
09.50 Адский шеф. (16+)
12.50 Битва шефов. (16+)
19.00 Ставка на любовь. (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.30 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
Чтобы заслужить звание победительницы проекта, невестки и свекрови должны стать одной командой и превзойти конкурентов на кухне.
06.25 «Свадебный размер». (16+)
08.30 «Битва за тело». (16+)
09.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
12.00 «Бывшие 2.0». (16+)
15.05 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
02.05 «Разводы». (16+)
03.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
09.00 Утилизатор. (16+)
Участниками шоу становятся реальные владельцы старых автомобилей. Им необходимо правильно ответить на вопросы ведущего, заработать неплохую сумму и решить - тратить их на ремонт или оставить деньги себе, избавившись от авто.
16.30 «+100500». (16+)
22.30 Опасные связи. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
00.00 «БОСС НА ОДНУ НОЧЬ». (16+)
01.20 «Женский 100500». (16+)

МИР

05.00 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ» (16+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00 Вместе каждый день
06.15 «МЫ ИЗ ДЖАЗА» (16+)
08.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
10.00 14.10, 18.20 Вместе каждый день
13.00 Вместе каждый день
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
16.00 Вместе каждый день
16.15 «Миллион за 5 минут». (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.20 «Миллион за 5 минут». (16+)
18.55 «Миллион за 5 минут. Дети». (6+)
21.10 «Игра в кино». (16+)
22.45 «ЗНАХАРЬ». (16+)
01.30 «Наше кино. История большой любви». (16+)
02.45 «УЧИТЕЛЬ ТАНЦЕВ». (16+)

ОТР ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
11.45 «Нескучное дело». (12+)
15.10 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)
17.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
22.20 «ИГРЫ МОТЫЛЬКОВ». (16+)
00.00 «ОТСЧЕТ УТОПЛЕННИКОВ». (18+)
01.55 «ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ». (16+)

ПОБЕДА

04.55 «Путь к Победе». (16+)
05.55 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
07.30 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
16.40 «ПОД НЕЛАСКОВЫМ НЕБОМ». (16+)
20.20 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
00.10 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (16+)
Три киноновеллы рассказывают об истории восхождения к успеху легендарных российских спортсменов - борца Александра Карелина, гимнастки Светланы Хоркиной и пловца Александра Попова.
01.55 «ЧЕМПИОНЫ». (16+)
03.30 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Турбозавры». (0+)
10.25 «Семь королевств». (0+)
В Семи королевствах правят маленькие волшебники - принцы и принцессы! У каждого из них есть особый друг-питомец - фантастический дракончик. Эти волшебные создания всегда готовы помочь своим хозяевам, а также доставить их в место назначения. На них можно ездить верхом, лететь по воздуху и даже перемещаться под водой! Все волшебники владеют тремя уникальными способностями, а справиться с магическими миссиями им помогает наставница - мудрая фея Звёздочка.
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
История о приключениях суперкоманды из четырех мастеров фантастической игры Надо.
14.15 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)
Хотите узнать, откуда появляются булочки на завтрак, почему подводная лодка всё время тонет, как из горы получаются вилки и ложки и зачем синоптикам сачки?
17.00 «Ум и Хрум». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Юленьки». (6+)
23.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
11.00 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
13.45 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
В городе, населенном антропоморфными зверушками, живут зайчата - Маруся и Зайчик. Они постоянно исследуют этот мир. Хорошо, что супергерои: белочка Муся, енот Чук и волк Станислав никогда не дремлют. Они пристально следят за порядком и придут на помощь малышам. А еще расскажут, как нужно правильно поступать в той или иной ситуации.
14.50 «Юленьки». (6+)
15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Приключения неутомимых озорников: буро-медвежонка Кеши, белого - по имени Тучка, и их подружки Лисички. Иннокентий любит гаджеты и технику, Тучка - дитя природы, а Лисичка обожает печь пироги и угощать ими своих многочисленных друзей...
16.15 «Буква в деле». (0+)
16.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». (0+)
19.35 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Юленьки». (6+)
22.30 «Простоквашино». (0+)
02.00 «Простоквашино». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Доноры блокадного Ленинграда. Сквозь время. (12+)
В годы блокады невзвизавая на голод и бомбежки донары каждый день пешком приходили в Ленинградский институт переливания крови и сдавали кровь, чтобы спасти жизнь раненым.
01.05 «Русский музей: увидеть невидимое». (12+)
01.40 Семь дней истории. (12+)
01.45, 02.25, 18.45, 21.45 «Русская история». (12+)
03.10, 23.10 Историкограф. (12+)
05.15 Это их выбор. (16+)
05.35, 09.45, 13.45, 17.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
06.30, 18.35 Обыкновенная история. (6+)
06.40, 10.35, 14.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
07.05, 11.00, 15.05 «Забытые войны России». (12+)
08.00 «Сквозь времена». (12+)
08.40 «Революция live». (12+)
12.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
12.50 «Щелкин. Крестный отец атомной бомбы». (12+)
16.00 «Это подкаст. История». (12+)
16.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
20.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
20.55 «Ледоколы войны». (12+)

VJH HISTORY

06.00 «Свободная Куба». (16+)
06.50 «Потерянный мир Ангкор-Вата». (12+)
08.40 «Война в Корее». (16+)
10.35 «Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид». (12+)
12.30 «История королевских скандалов». (16+)
14.20 «Пномпень 1975: посольство в осаде». (16+)
15.20 «Осаждённые крепости». (16+)
16.20 «Джек Лондон, американское приключение». (12+)
Фильм об удивительной, полной приключений жизни Джека Лондона
18.10 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
Фильм рассказывает о новых открытиях в области изучения этого таинственного гиганта Древнего Египта, которые считают самыми важными находками XXI века.
20.00 «История королевских скандалов». (16+)
21.45 «Война асов». (12+)
23.40 «Пномпень 1975: посольство в осаде». (16+)
00.40 «Осаждённые крепости». (16+)
01.35 «Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид». (12+)
03.20 «История королевских скандалов». (16+)
05.05 «Война асов». (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 01.50 «Вечное очарование Египта». (12+)
07.45, 04.15 «Железная воля. Наследие Гюстава Эйфеля». (12+)
08.40, 03.30 «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
09.30, 10.30, 19.40, 20.40, 05.05 Легенды Европы. (12+)
11.25 «Спасённые шедевры России». (12+)
12.20 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
13.15 «Фрунзик Мкртчян». (12+)
14.05 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы. Два противоположных образа жизни». (12+)
15.05 «Вторая мировая война». (12+)
15.50 «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)
16.50 «Поединки в Лефортово. Шах и мат Бурбону». (12+)
17.50 «Рим. Армия строителей». (12+)
18.50 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
21.35 «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
22.35 «Ну, котёночкин, погоди!» (12+)
23.25 «СССР. Империя на оборот». (16+)
00.15 «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
01.10 «Гений пародий. Неодолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



09.15 Диалоги
о животных

07.35 «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА»
08.45 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.55 «ПРОДЕЛКИ СОРВАНЦА»
12.10 «Первые в мире»
12.45 «Настоящая жизнь римских легионеров»
13.40 «Сергей Ожегов»
14.25 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
16.00 «Забывшее ремесло»
16.15 Отсекая лишнее
17.15 00.50 Неделя камерной музыки
18.15 Фильм-спектакль «Полтава». День победы русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавском сражении
19.45 «Фабри Мастранджело»
20.35 «КУРЬЕР»
22.00 «2 Верник 2»
23.20 «ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЕ И ОПАСНЫЕ»
01.45 «Искатели»

ТВЦ ТВЦ



14.50 Город
новостей

06.00 «Настроение»
08.10 «НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ». (12+)
11.30 События
11.50 «НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ». (12+)
12.25 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (12+)
16.55 «Легенды эстрады. Террариум друзей». (16+)
17.50 События
18.10 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
22.00 «В центре событий»
23.05 «Русские тайны. Проект «Ванга». (16+)
00.00 «Тайная комната. В постели с тираном». (16+)
00.45 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (12+)
02.35 «Петровка, 38». (16+)
02.50 «УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: ХИМИЯ УБИЙСТВА». (16+)

3 ТВ-3



08.30 Новый день.
(16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 Новый день. (16+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
19.00 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
Великобритания, Германия, США, Чехия, 2005 г. Путешествия во времени с некоторых пор стали не просто реальностью, но даже получили популярность...
21.00 «ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО». (16+)
США, 2008 г. Подросток Джейсон из южного Бостона обожает кунг-фу и фильмы про боевое искусство, которые он регулярно покупает в чайна-тауне.
23.00 «НЕВИДИМОЗАВР». (18+)
01.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

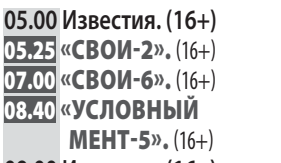
ДОМАШНИЙ



01.20 «Порча».
(16+)

06.30 05.15 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.20 Давай разведёмся! (16+)
08.20 03.35 Тест на отцовство. (16+)
10.35 «Прости меня...» (16+)
11.40 «Беду отведу». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «ВЕЧНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)
23.15 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.20 «Порча». (16+)
02.15 «Знахарка». (16+)
02.45 «Верну любимого». (16+)
03.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
06.05 Одна за всех. (16+)

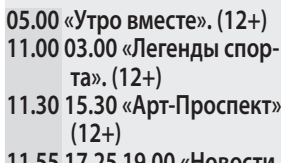
5 5-Й КАНАЛ



05.00 Известия. (16+)
05.25 «СВОИ-2». (16+)
07.00 «СВОИ-6». (16+)
08.40 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
01.00 Они потрясли мир. (16+)
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

05.40 09.20 «ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)
10.10 13.25 15.05 17.15 «ВАРИАНТ «ОМЕГА». (12+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
20.25 «Война миров». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 Музыка+. (12+)
00.55 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)
02.25 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (12+)
03.35 «ДЕРЗОСТЬ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 03.00 «Легенды спорта». (12+)
11.30 15.30 «Арт-Проспект». (12+)
11.55 17.25 19.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 17.45 «Служу Отечеству». (12+)
12.15 01.30 «Мастерская спорта». (12+)
12.45 17.30 «Общее дело». (12+)
13.00 «Такие разные». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «От 7 до 17». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
18.00 «Азбука Православия». (12+)
18.15 «Содружество «Донбасс»». (12+)
18.30 03.30 «Новости Культуры». (12+)
18.45 «Спецрепортаж». (12+)
19.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 01.00 «Живет Россия». (12+)
20.30 «Просто жизнь». (12+)
21.00 02.00 «Документальное кино». (12+)
22.00 «Малая сцена». (12+)
23.30 «ЛЕДЯНАЯ ИСТОРИЯ». (6+)
03.45 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - Д. Порье. UFC. (16+)
07.00 09.05 12.35 17.10 Новости
07.05 17.15 20.10 00.05 Все на Матч! Прямая трансляция
09.10 «Небесная грация». (6+)
09.30 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
17.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Канады. (6+)
21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Прямая трансляция из США
01.05 Смешанные единоборства. Оне FC. Трансляция из Таиланда. (16+)
03.00 Стрельба из лука. Чемпионат России. Трансляция из Якутска. (6+)
МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.50 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.35 13.10 16.00 23.05 «Страна спортивная». (12+)
07.55 22.15 Специальный репортаж. (12+)
08.15 Спорт, который есть. (12+)
08.30 Джиу-джитсу. АСВЛ. (16+)
10.35 01.25 «Магия большого спорта». (12+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 23.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.30 02.10 Небесная грация. (6+)
13.50 Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
16.25 Что за спорт? (12+)
18.30 04.35 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
19.30 Велоспорт. Чемпионат России. (6+)
22.35 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (12+)
01.50 Спорттивные мамы. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 События и звёзды (16+)
05.05, 04.45 Муз'итив. (16+)
06.10 Русский чарт. (16+)
07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
08.05 Teen чарт. (16+)
08.40, 15.00, 18.00 Прогнозы. (16+)
09.00 Love Radio чарт. (16+)
10.00 Плейлист. (16+)
11.00, 14.00 Плейлист. (16+)
12.00 Top-15 Like FM. (16+)
13.00 Хиты по-русски. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Самый лучший день. (16+)
17.00 Новое Радио чарт. (16+)
18.20 Муз-ТВ Fest на Новой Волне-2024. (16+)
20.40 Народное диско. (16+)
22.00, 00.00 Танцпол. (16+)
23.00 Dance чарт. (16+)
02.00 Караоке хит. (16+)
03.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.10 «СХВАТКА». (16+)
08.05 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
11.00 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+)
13.45 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.25 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ-2: ТАИНСТВЕННЫЙ НИЛ». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «ВАСАБИ». (16+)
20.40 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
22.10 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
23.40 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
01.00 «ВЫБОР». (16+)
02.40 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
04.10 «МОИ ЧЕРНИЧНЫЕ НОЧИ». (16+)
05.30 «Смешарики». (6+)
06.10 «Простоквашино». (6+)
06.40 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
07.45 «Три кота». (6+)
08.15 «ВАСИЛИСА И ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ». (16+)
10.00 «ПО ШУЩЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
12.05 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
13.40 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
15.25 «БРАТЬЯ». (16+)
17.20 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
19.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
20.25 «ТЕЩА». (16+)
22.15 «МЫ РОЖАЕМ!» (16+)
00.15 «ГОРЬКО!» (16+)
01.55 «ГОРЬКО!-2». (16+)
03.30 «ЗЯТЬ». (16+)
04.45 «Чиполлино». (6+)
05.55 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
07.25 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
09.05 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
11.10 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
12.45 «ЧЕРНЫЙ ДРОЗД». (16+)
14.15 «ПУШКИ АКИБО». (16+)
15.50 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)
17.40 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
19.15 «АННА». (16+)
21.10 «КОД 355». (16+)
23.15 «АГЕНТ ЕВА». (16+)
00.55 «ДЕВИЧНИК: УБОЙНАЯ НОЧЬ». (16+)
02.20 «КУРЬЕР». (16+)
03.55 «ТРЕЙСЕРЫ». (16+)
05.00, 06.00, 07.20, 09.40, 11.55, 12.00, 12.20, 12.30, 12.50, 13.00, 13.20, 04.05, 04.25, 04.35, 04.50 «Маша и Медведь». (0+)
05.50, 07.10, 09.35, 11.45, 13.15, 04.20 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
13.40, 16.10, 18.10 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.00, 21.20 Богиня шопинга. (16+)
22.30 Богиня свиданий. (16+)
23.40, 00.10 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.30, 01.20, 02.20 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
03.00, 03.30 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.25 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
00.55 «ЖЕНИХ». (16+)
03.15 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
06.40 «ВОСХИТИТЕЛЬНО!» (16+)
08.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)
10.40 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
12.55 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
14.35 «МАЛЫШ В ДЕВОЧКЕ». (18+)
16.20 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
17.55 «ВСЁ МОГУ». (16+)
19.30 «НОЧНАЯ СМЕНА» (18+)
21.15 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
23.25 «ВЫШИБАЛА». (18+)
07.10 Мультфильмы
09.05 «ЛИШНИЙ БИЛЕТ». (12+)
10.40 «НАЗНАЧЕНИЕ». (16+)
12.20 «А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ?» (16+)
16.40 «МОЖЕТ ЛИ КОМСОМОЛЕЦ ХОДИТЬ ПО ДВОРУ ЗА РУКУ С КОМСОМОЛКОЙ? А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ?» (16+)
14.10 «АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)
15.45 «ГОСТЬ С КУБАНИ» (16+)
17.00 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ!» (16+)
20.30 «ИСКРЕННЕ ВАШ...» (16+)
22.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА» (18+)
00.50 «АССА». (18+)
03.20 «ЧЕРНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ПЕЧАЛИ, КРАСНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ЛЮБВИ». (16+)
ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.30 «Союзмультфильм представляет...» (6+)
06.30 «Барбоскины». (6+)
07.30 «Чемпионы». (6+)
09.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
13.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
15.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериял. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ТРИ МУШКЕТЕРА: Д'АРТАНЬЯН». (12+)
00.40 «ТРИ МУШКЕТЕРА: МИЛЕДИ». (16+)
02.40 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)
СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
У Жени налаживаются отношения с отцом. Матвей рассказывает Ане, почему организаторы благотворительного концерта отказали «Ранеткам». Зеленова, услышав речь Юрия, уходит с концерта. Вопреки ожиданиям Леры, Борзова совсем не радуется встрече с дочерью. Лена говорит девочкам, что появился шанс спасти Юрия. Зеленова ликует, инструменты «Ранеток» увозят.
17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
02.05 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00, 07.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
09.00 «София». (12+)
10.25 День Патриарха. (0+)
10.35 «Валаам. Преображение». (0+)
Фильм об удивительной и трагической истории острова Валаам, который до революции 1917 года был православной жемчужиной, маяком православного паломничества, после Великой Отечественной войны стал местом «жития» самых обездоленных инвалидов, а в 1989 году начал свое возрождение.
11.25, 11.55, 12.25, 12.50 Монастырская кухня. (0+)
13.15 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
14.10 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
15.35 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (6+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30, 18.55 «Мама на продажу. Правда о суррогатной материнстве». (16+)
20.25, 22.00 «ПЛАМЯ». (12+)
23.20 «Метанойя». (12+)
00.25 «Валаам». (0+)
01.20, 01.50, 02.20, 02.45 «Поле битвы». (16+)
03.15 «Валаам. Преображение». (0+)
03.55 «Метанойя». (12+)

Православный календарь

10 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Прав. Иоанны мироносицы.



Прп. Сампсона странноприимца. Обретение мощей прп. Амвросия Оптинского и прпп. старцев Оптинских Льва, Макария, Илариона, Анатолия Старшего, Варсонофия и Анатолия Младшего. Прп. Севира пресвитера. Прп. Георгия Иверского, Афонского. Прп. Мартина Туровского. Прп. Серапиона Кожеезерского. Сщмчч. Григория, Александра и Владимира пресвитеров.

Петров пост.

« Смешай с простотою воздержание и со смиренномудрием сочетай истину — и окажешься сотрапезником правды...»

Прп. Илия Екдик

ПЕРВЫЙ



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

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Я сегодня обеты молчанья нарушу». (12+)
11.10 «Вспомнить всё». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Поехали! (12+)
13.05 «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ». (16+)
17.00 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «День семьи, любви и верности». (12+)
21.00 «Время»
21.35 Бокс. Мурат Гассиев (Россия) - Тони Йюка (Франция). Бой за титул чемпиона мира WBA. Прямая трансляция
22.50 «БЕЛЫЕ НОЧИ ПОЧТАЛЬОНА АЛЕКСЕЯ ТРЯПИЦЫНА». (16+)
00.40 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.00 «Формула еды». (12+)

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 «МУЖ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
00.40 «НИКТО КРОМЕ НАС». (12+)
04.10 «ОБРАТНЫЙ БИЛЕТ». (12+)

НТВ



20.50 10 лет «Секреты на миллион!» (16+)

05.20 «ЧУЖОЙ РАЙОН: ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Сатья». (16+)
14.00 Основано на реальных событиях. (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
19.40 «Ты не поверишь!» (16+)
20.50 10 лет «Секреты на миллион!» (16+)
23.00 «Импровизаторы». (16+)
00.00 «ФЕДЯ: НАРОДНЫЙ ФУТБОЛИСТ». (12+)
02.15 «Дачный ответ». (0+)

СТС



12.30 «Принцесса Мононоке». (16+)

05.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.50 ПроСТО кухни. (12+)
10.00 «100 мест, где поесть». (16+)
12.00 Премьера! Чем заняться в выходные? Дайджест. (16+)
12.30 «Принцесса Мононоке». (16+)
15.20 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: МАНУСКРИПТ ДРАКОНА». (16+)
Детектив Ху Байи с командой исследователей едут в пещеру Лонг Ли. Они хотят найти манускрипт дракона и с его помощью снять проклятие с древнего народа ширли.
17.05 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: ЗЕРКАЛА ПРИЗРАКОВ». (16+)
19.15 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
22.05 «ИНСУРГЕНТ». (16+)
00.20 «ДОГМЕН». (18+)
02.15 «ГОНКА ВЕКА». (16+)
03.50 «Бесподобный мистер Фокс». (16+)

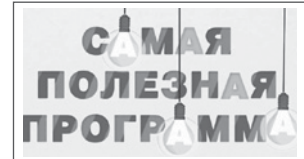
ТНТ



07.00 «Однажды в России». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
11.20 «Кто куда». (16+)
Тревел-игра от Лео Канделаки и Анжелики Стубайло вернулась на ТНТ со вторым сезоном. Яркие и энергичные ведущие снова отправятся исследовать российские города и покажут их так, что зрителям самим захочется туда поехать.
11.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
18.30 «Мастер игры». (16+)
Второй сезон психологического реалити-шоу ТНТ, в котором звёздные участники оказываются в атмосфере тотального недоверия, интриг и скрытых манипуляций.
21.00 «Игра вслепую». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «Игра вслепую». (16+)
01.50 «Женский стендап». (18+)
03.30 «Однажды в России». (16+)

РЕН



10.00 Самая полезная программа. (16+)

05.00 03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
16.55 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровефире». (16+)
20.00 «Дикий, дикий мир». (16+)
20.30 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
22.30 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
00.10 «РЭМБО-4». (18+)
01.50 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.20 Гастротур. (16+)
07.10 Умнее всех. (12+)
08.30 Гастротур. (16+)
09.20 Четыре дачи. (16+)
14.50 Черный список. На кухне. (16+)
23.20 «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
01.00 «СЕДЬМОЕ НЕБО». (18+)
02.30 Пятница News. (16+)
02.50 На ножах. (16+)
03.50 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
05.20 «Свадебный размер». (16+)
07.15 «Битва за тело». (16+)
Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои готовы кардинально измениться и сбросить 50, 80 и даже 100 кг.
09.30 «Формула здоровья». (16+)
10.00 «Статус: Неравный брак». (16+)
13.05 «Беременна в 45». (16+)
16.00 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
02.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.20 Утилизатор. (16+)
09.30 Автоблог Че! (16+)
11.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
В отдел по расследованию преступлений появляются новые сотрудники, которые сразу включаются в сложную и подчас очень опасную работу. Теперь их деятельность не ограничивается пределами родного города: Чечня, Америка, Африка - куда только не заносит героев профессия.
19.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
02.40 Рюкзак. (16+)

МИР

05.00 «Мультфильмы» (12+)
05.45 «Все как у людей» (6+)
06.10 «Мультфильмы» (12+)
06.45 «Исторический детектив». (16+)
07.10 «Мультфильмы». (12+)
07.25 «Игра в кино». (16+)
08.10, 10.20 «О БЕДНОМ ГУСЯРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
10.00 Вместе каждый день
10.10 «Предварительный диагноз». (12+)
12.05, 13.15 «ЖЕНИТЬБА БАЛЪЗАМИНОВА». (16+)
13.00 Вместе каждый день
14.20 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
16.10 «КУРЬЕР». (16+)
18.00 Вместе. (16+)
18.50 «ЗНАХАРЬ». (16+)
21.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
00.30 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Календарь». (12+)
09.25 02.50 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ». (12+)
10.50 01.45 «ШЛА СОБАКА ПО РОЯЛЮ». (0+)
12.05 «СУЕТА СУЕТ». (12+)
15.05 Специальный репортаж. (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.05 «Вечер вместе». (12+)
19.15 «Очень личное». (12+)
20.25 «ВАЛЕНТИНА». (12+)
22.00 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)
23.50 «ЧЕХОВСКИЕ МОТИВЫ». (18+)

ПОБЕДА

05.15 «ПАПА». (16+)
06.50 «СМОТРИ НА МЕНЯ!» (16+)
09.00 «ДОЛГий Путь ДОМОЙ». (16+)
00.35 «РОДНЫЕ». (16+)
Дорожные приключения не самого дружного семейства, которое отправилось навстречу мечте. Что делать человеку, которому осталось жить всего год? Конечно, отправиться навстречу своей заветной мечте! Павел Карнаухов так и поступил: объявил своей семье, что все они немедленно отправляются в путешествие, чтобы исполнить заветное желание главы семейства...
02.10 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.20 «Бумажки». (0+)
09.00 «Маша и Медведь». (0+)
10.20 «Команда Флоры». (0+)
12.35 «Ми-ми-мишки». (0+)
16.40 «Царевны». (0+)
19.30 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН». (12+)
В небольшом французском городке Сен-Мартан в горах на границе со Швейцарией жизнь перестала быть размеренной. Мало того, что Франция оккупирована войсками Третьего рейха, так еще и страшный зверь повадился воровать овец. Жители начинают охоту на Чудовище - как они называют зверя.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Барбоскины». (0+)
23.00 «Винни-Пух». (0+)
23.10 «Винни-Пух идет в гости». (0+)
23.25 «Винни-Пух и день забот». (0+)
23.45 «Змей на чердаке». (0+)
23.55 «Ничуть не страшно». (0+)
00.05 «Снежная королева». (0+)
01.05 «Кот в сапогах». (0+)
01.25 «Ох и Ах». (0+)
01.35 «Ох и Ах идут в поход». (0+)
01.45 «Чучело-Мяучело». (0+)
01.55 «Зоомания». (6+)
02.15 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Смешарики». (0+)
«Смешарики» давно уже удерживают звание одного из самых популярных отечественных семейных мультсериалов. Более того, «Смешарики» переведены уже на многие языки мира. Таким успехом сериал обязан интересным и забавным сюжетам, повествуя о приключениях верных друзей. Отличительной чертой Смешариков является круглая форма всех персонажей (Смешные Шарик), которая призвана подчеркнуть доброту их характеров. Одной из важнейших концепций сериала является отсутствие отрицательных персонажей, что делает мультфильм особенно привлекательным для детей и их родителей.
09.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Буква в деле». (0+)
12.05 «Смешарики». (0+)
15.00 «Смешарики». (0+)
18.05 «Буква в деле». (0+)
19.10 «Смешарики». (6+)
20.25 «Смешарики». (6+)
21.50 «Смешарики». (0+)
02.00 «Смешарики». (0+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Алексей Ухтомский. Доминанта совести». (12+)
00.30 «Малоизвестные морские бои». (12+)
01.15 Это их выбор. (16+)
01.35, 05.45, 09.45, 13.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
02.30, 14.35 Обыкновенная история. (6+)
02.40, 06.35, 10.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
03.05, 07.00, 11.05 «Забывшие войны России». (12+)
04.00 «Сквозь времена». (12+)
04.40 «Революция live». (12+)
08.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
Профессор Кейт Уильямс изучает наследие династии Стюартов через призму могущественной семьи Винн.
08.50 «Щелкин. Крёстный отец атомной бомбы». (12+)
12.00 «Это подкаст. История». (12+)
12.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
14.45, 17.45, 21.30 «Русская история». (12+)
16.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
16.55 «Ледоколы войны». (12+)
19.10, 23.10 Историограф. (12+)
20.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)

VJU HISTORY

06.00 Сокровища Европы. (12+)
07.00 «История королевских скандалов». (16+)
11.15 «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
13.15 «Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид». (12+)
15.10 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
Фильм рассказывает о новых открытиях в области изучения этого таинственного гиганта Древнего Египта, которые считают самыми важными находками XXI века.
17.00 «Революция в научной фантастике». (16+)
В 1980-е годы снимали не просто фильмы, а создавали новые вселенные, навсегда изменившие кино. Вас ждёт встреча с создателями этих легендарных миров, которые расскажут о том, как они воплощали в жизнь свои самые смелые идеи.
18.55 «Дикий и удивительный мир Илона Маска». (12+)
О его проектах знает весь мир. Электромобили Tesla, ракеты SpaceX. Илон Маск - царь Мидас нашего времени.
19.55 «Мир Джона Уика». (16+)
22.10 «Свободная Куба». (16+)
02.15 Сокровища Европы. (12+)
04.00 «Сокровища Петры: в поисках ладана». (12+)
04.55 «Римские мегастроения». (12+)

ИСТОРИЯ

06.00 «Лошади его Величества». (12+)
06.55, 16.20, 01.40 «Елена Камбурава. Роман со временем». (12+)
07.50 «Кельты: Неразгаданная история». (16+)
08.50 «Вторая мировая война». (16+)
09.40 «Тайны Саккары». (12+)
10.40 «Парни из нашего «Горького». (12+)
11.35 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
12.35 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
13.20, 22.45, 04.10 «Тайны затонувших миров. Моряки Римской империи терпят крушение». (12+)
14.20 «Тайны затонувших миров. Мартиника. Последние часы Сен-Пьера». (12+)
15.20 «Лошади его Величества». (12+)
17.15 «Кельты: Неразгаданная история». (16+)
18.15 «Вторая мировая война». (16+)
19.00 «Тайны Саккары». (12+)
20.00 «Парни из нашего «Горького». (12+)
20.55 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
21.55 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
23.45 «Тайны затонувших миров. Мартиника. Последние часы Сен-Пьера». (12+)

РОССИЯ К
Культура



06.30 Библейский сюжет

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
07.50 «КОПИЛКА»
10.10 «Отцы и дети»
10.40 «КУРЬЕР»
12.05 «Курьер». Мы перебежимся и будем такими же, как вы»
12.45 00.40 «Козероги - акробаты скалистых гор»
13.40 «Мультфильмы». К 90-летию киностудии «Союзмультфильм»
14.50 «Нобелевские победы российской науки»
15.35 «Энциклопедия загадок»
16.05 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ»
17.35 Большая опера-2025
19.30 Новости культуры
19.45 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ»
22.05 «Дожить до светлой полосы. Татьяна Лиознова»
23.00 «ПЛОВЕЦ»
00.15 «Роман в камне»
01.35 «Искатели»

ТВЦ



07.05 «Православная энциклопедия». (6+)

07.05 «Православная энциклопедия». (6+)
07.35 «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!» (12+)
09.35 «ДВА СИЛУЭТА НА ЗАКАТЕ СОЛНЦА». (12+)
11.30 События
11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
12.45 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК». (16+)
14.30 События
14.45 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК». (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.10 «Тайная комната. Герман Геринг». (16+)
22.55 «Русские тайны. Слово пацана». (16+)
23.40 «Следствие ведет КГБ. Шпионская пыль». (16+)
00.25 «Обжалованию не подлежит. Фотограф». (16+)
01.05 Прощание. (16+)
04.00 «Хватит слухов!» (16+)

3 ТВ-3



02.00 Дневник экстрасенса. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.45 «Замбезия». (6+)
11.30 «Лес чудес». (6+)
13.00 «Кунг-фу тигр». (6+)
15.00 «ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО». (16+)
17.00 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
19.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
США, 2006 г. Приключения молодого библиотекаря Флинна Карсена продолжают. Устраиваясь на работу в городскую библиотеку Нью-Йорка, он не предполагал, что его ожидает...
21.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ ИУДЫ». (16+)
23.00 «ПИРАНЬИ ЗОД». (18+)
00.30 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
02.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ



06.30 Одна за всех. (16+)

06.30 Одна за всех. (16+)
07.20 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)
11.00 «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА». (16+)
Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Алёна Хмельницкая, Юрий Батулин. 1985 год. Выпускница иняза Тая Катаева попадает в поселок Березовая Роща, где живет партийная, культурная и прочая советская элита.
15.00 «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА-2». (16+)
19.00 «КАЧЕЛИ ПОД КУПОЛОМ». (16+)
Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Алёна Коломина, Алексей Вакулов. Трагическое падение разделило жизнь цирковой гимнастки Вероники Савойской на «до» и «после»...
23.20 «СЛУЧАЙНЫЙ БРАК». (16+)
03.05 «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА». (16+)
06.00 Одна за всех. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
09.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
11.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
12.55 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
14.45 «ЭЛЬБРУС». (16+)
Убит владеец мандариновой плантации. У него было много недоброжелателей: от безумного соседа до родственников.
00.00 Известия. Главное. (16+)
01.05 «ЭЛЬБРУС». (16+)
02.40 «ПИЛИГРИМ». (16+)
ЗВЕЗДА
06.00 «В ЛЕСАХ ПОД КОВЕЛЕМ». (12+)
О партизанском соединении, действовавшем в 1943 году в районе Ковельского железнодорожного узла.
09.00 Новости дня. (16+)
09.15 «В ЛЕСАХ ПОД КОВЕЛЕМ». (12+)
10.25 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.20 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.25 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
00.05 «ВАРИАНТ «ОМЕГА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Смешарики». (0+)
11.00 «Формула здоровья». (12+)
11.30 18.30 «Документальное кино». (12+)
12.00 «Специальный репортаж». (12+)
12.15 20.15 «Мастерская спорта». (12+)
12.45 «Новости Культуры». (12+)
13.00 «Служу Отечеству». (12+)
13.15 «ЛЕДЯНАЯ ИСТОРИЯ». (6+)
14.45 «Легенды спорта» (12+)
15.15 «Просто жизнь». (12+)
15.45 03.15 «Живет Россия». (12+)
16.15 «КУРОРТНЫЙ РОМАН 2». (16+)
18.00 01.45 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «Арт-Проспект». (12+)
20.45 «Понятная полика». (12+)
21.00 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
22.30 «ИСТОРИИ МАЛЕНЬКОГО ГОРОДКА». (16+)
23.15 «Григорий Лепс. Юбилейный концерт «Полный вперед!». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**
06.00 Смешанные единоборства. М. Холлоуэй - Д. Порье. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.35 17.10 Новости
07.05 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 12.40 14.55 20.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
17.15 Все на Матч! Прямая трансляция
17.55 Футбол. ЦСКА - «Спартак» (Москва). Суперлига. Женщины. Прямая трансляция
22.15 Все на Матч! Прямая трансляция
23.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Прямая трансляция из США
02.05 Все на Матч! Прямая трансляция
03.00 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - М. Холлоуэй. UFC. Прямая трансляция из США

МАТЧ! СТРАНА **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 «Финт Боброва». (12+)
08.05 Сюрплас. (12+)
08.35 Смешанные единоборства. (16+)
10.45 01.15 Лица Страны. (12+)
11.00 13.25 19.25 Новости. (0+)
11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.10 15.05 18.45 21.10 «Страна спортивная». (12+)
13.30 Специальный репортаж. (12+)
13.50 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
14.45 20.50 Небесная грация. (6+)
15.25 Фестиваль тенниса в Москве
19.00 05.00 География спорта. (12+)
19.30 Чемпионат России. (12+)
21.30 22.25 23.20 00.15 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)
01.35 «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
02.15 «Салбод. Модное увлечение». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
06.30, 08.40 Pro-новости. (16+)
06.50, 04.00 Плейлист. Лето. (16+)
07.40 Звёзды о звёздах (16+)
09.00 Звёзды на утро. (16+)
10.00 У-Дачный чарт. (16+)
11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
12.00 Pro-новости. (16+)
12.30 Плейлист. (16+)
13.00 Топ-30. (16+)

15.30 Хит-сториз. (16+)
16.00 «Пельменей мне, пельменей! Почему иностранцы рвутся в Россию?» (16+)
17.00 Соль. Легенда. (16+)
18.30 МУЗ-ТВ Фест на Новой Волне-2025. (16+)
20.30 Народное диско. (16+)
22.00 Dance чарт. (16+)
23.00 Танцпол. (16+)
01.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
02.45 Караоке хит. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
05.45 «ЗАЩИТНИК». (16+)
07.20 «ИСЧЕЗНУВАША». (16+)
10.05 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
11.40 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
15.15 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)
17.20 «И НАСТУПИТ ТЬМА». (16+)
19.00 «БАЛЕРИНА». (16+)
США, Венгрия, 2025. Боевик. В ролях: Ана де Армас, Киану Ривз, Иэн Макшейн, Анжелика Хьюстон, Гэбриел Бирн, Каталина Сандино Морено.
21.10 «ДОСЬЕ ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (16+)
23.00 «ПОХИЩЕННАЯ». (16+)
00.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
02.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)

TV1000 **TV1000**
05.30 «Простоквашино». (6+)
06.20 «Три кота». (6+)
07.00 «Смешарики». (6+)
09.40 «Смешарики. Спорт». (6+)
10.00 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
Сериал. Россия, 2005. Драма. В ролях: Анна Ковальчук, Александр Галибин, Олег Басилашвили.
14.30 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
16.00 «БАТЯ». (16+)
17.25 «ТЁША». (16+)
19.15 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
21.05 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)
23.00 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
00.50 «ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА». (12+)
02.25 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

TV1000 **TV1000**
05.25 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
06.50 «АГЕНТ ЕВА». (16+)
08.25 «АННА». (16+)
10.20 «КОД 355». (16+)
12.25 «КУРЬЕР». (16+)
14.10 «ДЕВЯТИЧНИК: УБОЙНАЯ НОЧЬ». (16+)
15.40 «КОЛОМБИАНА». (16+)
17.30 «СТРЕЛА ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
19.00 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
20.55 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
История закручена вокруг сотрудницы Госдепартамента США, которая была отправлена своим начальством в американское посольство в Лондон
22.30 «НИКИТА». (16+)
00.35 «НОКАУТ». (16+)
02.10 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
03.50 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)

суббота! **СУББОТА!**
05.00, 05.15, 05.20, 05.35, 05.40, 06.05, 06.10, 06.25, 06.30, 06.50, 06.55, 07.30, 07.40, 07.45, 08.00, 08.10, 08.25, 08.40, 08.50, 09.00, 09.20, 09.30, 09.50, 10.00, 10.20, 10.30, 11.40, 12.05 «Маша и Медведь». (0+)
06.00, 07.25, 09.55, 12.00 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
07.00 «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
12.30, 13.20, 14.10, 15.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
15.50, 17.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.20, 21.30, 22.50 Богиня сыска. (16+)
00.10, 00.40 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
01.00 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
Комедия. В ролях: Алина Алексеева
04.25 «НЕПОСЛУШНИК» (12+)
06.35 «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)
08.40 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
10.35 «ВСЁ МОГУ». (16+)
12.10 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
13.45 «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
15.35 «ЗА ПАЛЫЧА! 2». (16+)
17.20 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
19.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГО РЕЖИМА». (16+)
21.40 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
23.20 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
04.30 «Смешарики». (6+)
05.00 «Три кота и море приключений». (6+)
06.00 «Чудо-Юдо». (6+)
07.10 «Три богатыря. Ни дня без подвига». (12+)
08.20 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». (12+)
09.30 «Три богатыря и Пуп Земли». (16+)
11.00 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
13.20 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
Сериал. Россия, 2005. Драма. В ролях: Анна Ковальчук, Александр Галибин, Олег Басилашвили
23.00 «УРОКИ ФАРИС». (16+)
01.30 «ИГРЫ ШПИОНОВ». (16+)
03.10 «ИГРУШКА». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.05 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Аня узнаёт всю правду и уезжает. Царёв в отчаянии пытается поговорить с Красновой. Жилин, желая навредить Кисляку, невольно помогает ему. Субтитры Егор возвращается домой после операции. Яну и Кисляку ждут серьёзные испытания, а Казанцев решает поухаживать за Романовой. Команда «Титана» опаздывает на решающий матч.
22.30 Сердца за любовь. (16+)
00.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «Завет». (6+)
06.25 «Валаам». (0+)
07.20 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
09.00 Простые чудеса. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 В поисках Бога. (12+)
13.00 Профессор Осипов. (0+)
13.30, 15.10 «ПЛАМЯ». (12+)
16.45 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)
17.45 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (6+)

19.10 «Я ВАС ДОЖДУСЬ». (6+)
Действие фильма происходит в годы Второй мировой войны. Выйдя из госпиталя, молодой лейтенант на несколько часов попадает в Москву, в свой дом, где прошли его детство и юность...
20.30 Простые чудеса. (12+)
21.30 Бесогон. (18+)
22.40 «Русский мир». (12+)
23.40 День Патриарха. (0+)
23.50 «София». (12+)
01.05 «День Ангела». (0+)
02.20 «С преподобным Паисием Святогорцем по жизни». (0+)
03.10 Простые чудеса. (12+)
04.00 «Русский мир». (12+)

Православный календарь

11 июля

Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Прпп. Сергия и Германа, Валаамских чудотворцев.



Петров пост. Разрешается рыба.

« Прекрасна истина, но и она делается безобразно, если прикрывает собою обман».

Прп. Ефрем Сирийский

Перенесение мощей мчч. бессребреников и чудотворцев Кира и Иоанна. Прп. Ксенофонта Робейского. Прп. Павла врача. Сщмч. Василия диакона. Прмч. Севастианы. Сщмч. Григория диакона. Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».

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 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Победа». (16+)
13.10 «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «СКРЫТЫЕ МОТИВЫ». (16+)
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



12.55 Судьба человека. (12+)

05.55 «ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ». (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 «Рассказы из русской истории». (12+)
12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)
01.10 «Рассказы из русской истории». (12+)
02.15 «ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ». (16+)

НТВ



13.00 «НашПотребНадзор». (16+)

05.10 «ЧУЖОЙ РАЙОН: ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 10 лет в эфире! «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
19.40 10 лет «Секрету на миллион!» Самые громкие секреты. (16+)
22.40 «Emin». Большой сольный концерт. (12+)
01.35 «Прошу, прости!» (16+)
03.20 «ГРОМ ЯРОСТИ». (16+)

СТС



09.20 «Побег из страны роботов». (6+)

05.05 «100 мест, где поесть». (16+)
08.05 ПроСТО кухня. (12+)
08.45 Чем заняться в выходные? Дайджест. (16+)
09.20 «Побег из страны роботов». (6+)
11.15 «Побег из лабиринта времени». (6+)
13.20 Премьера! «Побег из будущего». (6+)
15.35 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)
17.40 «ДИВЕРГЕНТ: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
Трис и Фор впервые покидают город и оказываются в опасном мире за стеной, где им открывается шокирующая правда.
20.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (12+)
22.35 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
00.40 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)
02.10 «БИТВА С КИБОРГАМИ». (16+)
03.35 «Пернатый патруль». (6+)

ТНТ



09.00 «Битва пикников». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
09.00 «Битва пикников». (16+)
Состязание лучших барбекю-шефов страны. В каждом выпуске 2 шеф-повара из разных уголков России готовят по 2 блюда прямо на природе, а гости пикника и кулинарный эксперт Мирко Дзаго оценивают блюда и выбирают победителя.
09.30 «Однажды в России». (16+)
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
Сильнейшие экстрасенсы, уже знакомые зрителям, сойдутся в схватке. Самые сложные испытания, самые невероятные и трогательные истории.
18.30 «Большой куш». (16+)
22.35 «Шоу Воли». (16+)
23.55 «Мастер игры». (16+)
02.15 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



11.00 «Наука и техника». (16+)

05.00 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
11.00 «Наука и техника». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «Легенды и мифы». (16+)
16.55 «Что мы знаем о планете Земля?» (16+)
17.55 Документальный спецпроект. (16+)
19.00 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (16+)
20.40 «ПАРКЕР». (16+)
23.00 «Итоговая программа». (16+)
23.55 «Документальный спецпроект». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.50 Пятница News. (16+)
06.20 Гастротур. (16+)
07.10 МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА. (16+)
08.50 Погнали! (16+)
10.00 Во что верят люди. (16+)
12.00 Погнали! (16+)
13.10 Белая амазонка. (16+)
14.10 Погнали! (16+)
18.50 Погнали. Дос. (16+)
19.40 Погнали! (16+)
22.00 Прекрасное далёко. (16+)
23.20 «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
01.00 «ТОЛЬКО НЕ СКАНДАЛ». (18+)
02.40 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
05.45 «Свадебный размер». (16+)
07.35 «Будни роддома». (16+)
09.00 «Мама в 16». (16+)
12.00 «Беременна в 45». (16+)
14.55 «Мама в 16». (16+)
18.20 «Ждули». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
Вы увидите реальные истории людей, столкнувшихся с обманом. Чтобы вывести изменщиков на чистую воду, ведущие проекта уже расставили скрытые камеры и завербовали сеть агентов.
02.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.40 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.30 «Женский 100500». (16+)
Это не попытка переплюнуть классику. Это свежий взгляд на популярный формат, где главным навигатором становится женская интуиция. Острое чувство юмора, женская логика и уморительные инсценировки ведущей - новый рецепт искрометного веселья на «ЧЕ!»
01.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

МИР

06.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (16+)
06.35 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (16+)
07.15 «Рожденные в СССР». (16+)
07.50 «Диктор делает» (16+)
08.20 «ФазендаЛайф». (6+)
08.55, 10.10 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00 Вместе каждый день
11.05 «КОРОЛЕВСКАЯ РЕГАТА». (16+)
13.00 Вместе каждый день
13.15 «МИМИНО». (16+)
15.20, 18.10 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.25 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (16+)
21.20 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
23.05 «Александрия собирает друзей». (12+)
00.00 Вместе. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.25 «ОСЛИНАЯ ШКУРА». (0+)
11.40 12.05 «ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
13.25 «Открывая Россию». (12+)
14.05 «Большая страна». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Понятная полка». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «БРАТЬЯ КАРАМАЗОВЫ». (12+)
00.15 «ВАЛЕНТИНА». (12+)
03.20 «ТАРЗАН - ЧЕЛОВЕК-ОБЕЗЬЯНА». (12+)

ПОБЕДА

04.40 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (16+)
06.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
07.35 «КАЛАЧИ». (16+)
09.00 «УЧАСТОК». (16+)
20.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
Начало знаменитых приключений команды крепко пьющих охотников-рыбаков под предводительством генерала. Молодой человек по имени Вилле, гражданин Финляндии, пишет книгу об особенностях национальной охоты в разных странах.
22.40 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
00.25 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
01.50 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Приключения гусенички Анфисы». (0+)
08.10 «Лапозавры». (0+)
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
10.10 «Буба». (6+)
12.00 «Буба Шоу». (0+)
Это веселый и познавательный проект, в котором дети вместе с Бубой играют, смеются и учатся! Буба - наш любознательный и энергичный друг, который обожает пробовать новое. Пусть не всегда у него всё получается с первого раза, но его заразительный энтузиазм делает обучение увлекательным и веселым! Во всех приключениях Бубе и его друзьям помогает закадровый голос, дающий полезные советы.
12.15 «Геройчики». (0+)
14.10 «Фиксики». (0+)
16.30 «Союз зверей: спасение двуногих». (6+)
17.55 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
20.05 «Буква в деле». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Лунтик возвращение домой». (0+)
Новые приключения Лунтика и его друзей - кузнечика Кузи, Пчеленки, бабочки Элины, гусениц Вупся и Пулси и других. На этот раз веселая компания решает помочь Лунтику найти маму и вернуться домой на Луну.
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.55 «Зоомания». (6+)

МУЛЬТ

06.00 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - это первый российский мультсериал, который заговорил на одном языке с детьми и взрослыми во всем мире, рассказав о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для нее одной. Машина индивидуальность не знает границ, поэтому урок труда легко оборачивается строительством парусного корабля, а набор художника - в разукрашивание всего леса. Несмотря на отсутствие прямой дидактики, каждая серия остроумно и музыкально рассказывает о доброте, любознательности и непосредственности.
10.00 «Маша и Медведь». (0+)
02.00 «Маша и Медведь». (0+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Сквозь времена». (12+)
00.40 «Революция live». (12+)
01.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
02.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
03.00 «Забытые войны России». (12+)
04.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
04.50 «Шелкин. Крестный отец атомной бомбы». (12+)
05.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
06.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
07.05 «Забытые войны России». (12+)
08.00 «Это подкаст. История». (12+)
08.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
09.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
10.35 Обыкновенная история. (6+)
10.45 «Русская история». (12+)
12.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
12.55 «Ледоколы войны». (12+)
13.45 «Русская история». (12+)
15.10 Историограф. (12+)
16.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
17.30 «Русская история». (12+)
19.10 Историограф. (12+)
20.00 «Хлеб, «Север» и кобальт». (12+)

VJH HISTORY

06.00 История вещей. (16+)
06.25 «Римские мегастроения». (12+)
08.20 «История королевских скандалов». (16+)
10.55 «Зловещие тайны Элвиса». (16+)
12.25 «Преступники, ставшие поп-звездами». (16+)
13.15 «Вечный Египет». (12+)
17.10 «Загадка Шалыпина». (16+)
Главная задача представленного фильма - обратить внимание широкого зрителя на великого русского певца Федора Шалыпина как мастера вокального исполнительства. Чтобы большее число людей не просто знали его имя, а знали музыку Шалыпина! Ведь и сегодня серьезные профессионалы признают - мастерство Шалыпина не устарело, по нему можно и надо учиться. Как это удалось великому певцу - это и есть главная загадка Шалыпина. Именно этому и посвящен представленный фильм.
18.00 «Тайный Версаль Мари-Антуанетты». (12+)
19.00 «Рождение роскоши». (12+)
20.00 «Осажденные крепости». (16+)
22.00 «Свободная Куба». (16+)
00.40 «Война асов». (12+)
02.20 «Потерянный мир Ангкор-Ватан». (12+)

ИСТОРИЯ

06.00 «Тайны Саккары». (12+)
06.55 «Парни из нашего «Городка». (12+)
07.50 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
08.50, 18.15, 02.30 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
09.40, 19.00 «Тайны затонувших миров. Моряки Римской империи терпят крушение». (12+)
10.40, 20.00 «Тайны затонувших миров. Мартиника. Последние часы Сен-Пьера». (12+)
11.40 «Лошади его Величества». (12+)
12.35 «Елена Камбурова. Роман со временем». (12+)
13.35 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
14.30 «Вторая мировая война». (16+)
15.20 «Тайны Саккары». (12+)
16.20 «Парни из нашего «Городка». (12+)
17.15 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
21.00 «Лошади его Величества». (12+)
21.55 «Елена Камбурова. Роман со временем». (12+)
22.55 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
23.50 «Вторая мировая война». (16+)
00.45 «Тайны Саккары». (12+)

РОССИЯ К
Культура



17.45 Романтика
романса

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
07.40 «Эпоха Аркадия Райкина»
08.20 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ»
09.50 «Исторические курорты России»
10.20 «Острова»
11.00 23.55 «НАШ ДОМ»
12.35 01.30 «Страна птиц»
13.15 К 90-летию киностудии «Союзмультфильм»
14.20 Концерт Государственного академического ансамбля народного танца
15.45 «ПЛОВЕЦ»
16.55 «Первые в мире»
17.15 Пешком...
17.45 Романтика романса
18.40 «Твердыни земли русской»
19.30 Новости культуры
19.45 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!»
21.25 «Диана Вишнева»
22.05 Балет «Жизель». 2014 год

ТВЦ



11.30
События

06.00 «ДОМИК У РЕКИ». (12+)
09.30 «Новый сосед». (12+)
11.30 События
11.45 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
12.20 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи. Золотое дно». (16+)
15.50 «Охота на маньяка. Дело ивановского изверга». (16+)
16.40 «Настоящий детектив. Смерть на шпильках». (16+)
17.30 «БЫВШИЕ». (12+)
21.20 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (12+)
00.20 События
00.35 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (12+)
01.30 «Петровка, 38». (16+)
01.40 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (12+)
04.50 «Актёрские драмы. Теряя рассудок». (16+)
05.30 Московская неделя. (12+)

3 ТВ-3



10.00 «Лес чудес». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
10.00 «Лес чудес». (6+)
11.30 «Кунг-фу тигр». (6+)
13.15 «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (12+)
15.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
17.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ ИУДЫ». (16+)
19.00 «ВСЁ МОГУ». (16+)
Великобритания, 2015
Инопланетный Галактический совет получает послание, отправленное землянами в космос...
20.45 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (16+)
22.30 «ИДЕАЛЬНЫЕ РОБОТЫ». (16+)
00.15 «НЕВИДИМОЗАВР». (18+)
02.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



06.40 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)

06.30 Одна за всех. (16+)
06.40 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)
10.15 «ОТПУСК ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (16+)
Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Кирилл Сафонов, Ольга Ломоносова, Татьяна Рассказова. Медицинская практика блестящего хирурга Никиты Петровича Мартова оказывается под угрозой, когда на пике карьеры у него внезапно развивается боязнь крови. Осознавая, что оперировать он больше не сможет, Мартов принимает решение уехать из Петербурга в родной поселок Южный, где он вырос.
19.00 «СЛОВНО НЕ БЫЛО РАЗЛУКИ». (16+)
23.30 «БЛОНДИНКА И БРЮНЕТКА». (16+)
03.15 Одна за всех. (16+)
03.35 «БЕРЕЗОВАЯ РОЩА-2». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «ПИЛИГРИМ». (16+)
06.50 «ПИЛИГРИМ-4». (16+)
13.45 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-3». (16+)
Спящие агенты должны помешать проведению операции «Октопус». Её истинные цели пока неизвестны, но последствия могут обернуться масштабной катастрофой. Иностранные спецслужбы завербовали сотни россиян и с помощью секретных технологий превратили их в неуязвимых убийц.
23.00 «ЧУЖОЙ». (16+)
02.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
★ ЗВЕЗДА
06.25 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+)
08.05 09.10 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)
11.30 «Война миров». (16+)
12.20 «Код доступа». (12+)
13.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
18.20 «Незримый бой». (16+)
22.40 «В ЛЕСАХ ПОД КОВЕЛЕМ». (12+)
02.30 «В КВАДРАТЕ 45». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Кошечки-Собачки». (0+)
11.00 02.30 «Такие разные». (12+)
12.00 19.30 «Понятная полика». (12+)
12.15 19.45 «Специальный репортаж». (12+)
12.30 «Формула здоровья». (12+)
13.00 «Территория успеха». (12+)
13.30 01.00 «Марафон». (12+)
14.00 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
15.30 «Просто жизнь». (12+)
16.00 20.45 03.30 «Новости Культуры». (12+)
16.15 «От 7 до 17». (12+)
16.45 01.30 «Живет Россия». (12+)
17.15 02.00 «Мастерская спорта». (12+)
17.45 «КУРОРТНЫЙ РОМАН 2». (16+)
20.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.30 «Служу Отечеству». (12+)
21.00 03.45 «КАК ПОЧИНИТЬ ВЕЛОСИПЕД». (12+)
22.15 «ИСТОРИИ МАЛЕНЬКОГО ГОРОДКА». (16+)
23.00 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - М. Холлоуэй. UFC. Прямая трансляция из США
07.00 12.55 17.50 Новости
07.05 17.55 23.15 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 13.00 15.15 21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
18.55 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Winline Суперсерия. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
00.30 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - М. Холлоуэй. UFC. Трансляция из США. (16+)
03.00 «Вы это видели». (12+)
04.00 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига. Трансляция из Монако. (6+)
МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 06.55 13.30 14.30 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)
07.50 Фестиваль тенниса в Москве. (6+)
11.00 13.25 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.10 «Страна спортивная». (12+)
15.30 География спорта. (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.25 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
17.20 «Финт Боброва». (12+)
19.30 Что за спорт? (12+)
20.00 02.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
20.30 02.30 Смешанные единоборства. (16+)
22.35 Специальный репортаж. (12+)
22.55 Фестиваль тенниса в Москве. (6+)
04.35 «Магия большого спорта». (12+)
05.05 «В поисках самой сложной трассы». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.15 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
07.55 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
09.25 «ДОСЬЕ ЧЁРНАЯ КАРЕЙКА». (16+)
11.15 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
14.55 «ПОХИЩЕННАЯ». (16+)
16.50 «БАЛЕРИНА». (16+)
19.00 «ДЖОН УИК-2». (16+)
США, Гонконг, 2017. Боевик. В ролях: Киану Ривз, Риккардо Скамарчо, Иэн Макшайн, Руби Роуз, Коммон, Клаудия Джерини, Лэнс Реддик, Лоренс Фишбёрн.
21.10 «ДЖОН УИК-3». (16+)
23.30 «ДЖОН УИК-4». (16+)
02.20 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
04.50 «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Три кота». (6+)
06.10 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
07.45 «Смешарики. Спорт». (6+)
08.00 «Смешарики». (6+)
09.00 «Простоквашино». (6+)
10.00 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
Сериял. Россия, 2005. Драма.
17.30 «ЛЁТЧИК». (16+)
19.25 «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
21.25 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
00.00 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
02.20 «ТУРИСТ». (16+)
03.55 «Фиксики против крабоботов». (6+)
05.20 «Варежка». (6+)
VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
05.30 «РЭМБО IV». (16+)
07.00 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
08.35 «НИКИТА». (16+)
10.35 «КОЛОМБИАНА». (16+)
12.25 «УЩЕЛЁВШАЯ». (16+)
14.00 «СТРЕЛА ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
15.30 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
17.25 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
19.00 «РЕЙС НАВЫЛЕТ». (16+)
20.40 «АГЕНТ НА УИКЕНД». (16+)
22.20 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
00.05 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)
01.55 «ПАТРУЛЬ». (16+)
03.30 «МЕДАЛЬОН». (16+)
05.00 «ОПАСНЫЙ БАНГКОК». (16+)
СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 05.10, 05.30, 06.00, 06.30, 07.00, 07.20, 08.00, 08.40, 09.40, 09.50, 10.30, 11.50, 12.25, 04.30 «Маша и Медведь». (0+)
05.50, 07.10, 09.35, 11.35 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
12.40, 13.30, 14.10, 15.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
15.50, 17.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.10, 21.40 Богиня свиданий. (16+)
22.50 Богиня шопинга. (16+)
00.00, 00.30 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
01.00, 01.50, 02.30 «ВЕТЕРИНАРИИ». (16+)
03.10, 03.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.05 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
04.35 «ВОСХИТИТЕЛЬНО!». (16+)
06.40 «ЖЕНИХ». (16+)
08.25 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
10.10 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
12.15 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
13.50 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
15.30 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
17.20 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
19.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
21.40 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАНИЕ ТЬМЫ». (6+)
06.15 «ГАРДЕМАРИНЫ-3». (12+)
08.05 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (16+)
09.00 «ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ». (0+)
10.20 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ» (12+)
12.00 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА». (12+)
13.25 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАЛА». (16+)
15.05 «К ЧЕРНОМУ МОРЕЮ». (16+)
16.25 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
18.15 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (16+)
19.55 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (16+)
21.40 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
23.00 «КРЫЛЬЯ». (16+)
ДОМ КИНО ДОМ КИНО
04.35 «Смешарики». (6+)
05.30 «Реальная белка». (12+)
06.50 «Барсукот. Очень зверский детектив. Логово волка». (6+)
09.00 «НАПАРНИК». (16+)
10.40 «СПАСИТЕ КОЛЮ». (16+)
12.30 «ДИКИЕ ПРЕДКИ». (16+)
14.10 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (16+)
16.10 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
19.40 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
21.40 «ЖЕНИХ». (16+)
23.20 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
01.00 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
02.20 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
03.50 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (16+)
СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Многие думают, что в Советском Союзе не было выбора. Но это не так. Люди могли выбирать, где зарабатывать 120 рублей: на заводе или на фабрике. Они выбирали, куда поехать в отпуск: в Анапу или Геленджик. Пускай они не могли выбирать фасон одежды, но могли выбирать ее размер.
22.30 Сердца за любовь. (16+)
00.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
03.50 Даёшь молодёжь! (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 20.05 Плейлист. Лето. (16+)
05.30, 03.00 Караокинг (16+)
07.00 Pro-новости. (16+)
07.30 У-Дачный чарт. (16+)
08.30 Teen чарт. (16+)
09.00, 15.30 Хиты по-русски. (16+)
09.30 Дачный плейлист Радио Дача. (16+)
10.30 Хит-сториз. (16+)
11.00 Юмор FM чарт. (16+)
12.00 «10 самых». (16+)
12.30, 17.00 Плейлист Под шашлычок. (16+)
13.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
14.00 Моя волна. (16+)
15.00 Лига клипов. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
18.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
21.00 Народное диско. (16+)
22.00 Золотая лихорадка. (16+)
00.00 Соль. Легенда. (16+)
01.30 Лайкер. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. (6+)
06.05 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
06.50 «Метанойя». (12+)
08.05 Лето Господне. (6+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 «София». (12+)
13.55 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
15.40 «Русский мир». (12+)
16.45 «ФРАНЦУЗ». (12+)
18.15 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)
Великая Отечественная война. Молодёжный мюзикант из провинциального городка Володя Данилин после гибели отца уходит добровольцем на фронт.
19.50 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)
20.50 Бесогон. (18+)
22.00 «Главное» с Анной Шафран. (16+)
23.25 Щипков. (12+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.45 «День Ангела». (0+)
00.15 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
01.45 «Апостолы». (0+)
02.15 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)
03.00 «Апостолы». (0+)
03.30 «Главное» с Анной Шафран. (16+)
04.50 Щипков. (12+)

Православный календарь

12 июля

Неделя 6-я по Пятидесятнице. Глас 5. Славных и всехвалных первоверховных апостолов Петра и Павла.



Свт. Григория, митр. Ираклийского (Конст.). Прп. Паисия Святогорца. Прмчца. Неофита, Ионы,

Поста нет.

«Хочешь увидеть луч света? Сделай глаза твои чистыми, здоровыми и зоркими. Господь показал тебе Свет истинный, но если ты, избегая света, устремляешься во тьму, — какое ты найдешь оправдание, какое прощение?»
Свт. Иоанн Златоуст

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

Группа майора Петрови-ча приехала на вызов в офис частной фирмы. Полицию вызвал директор фирмы.

Именно он и встретил их на пороге небольшого офисного центра.

– Здравствуйте, это я вас вызвал, – сказал вышедший им навстречу невысокий мужчина в строгом костюме, представившийся директором. – Пойдемте, я провожу, так быстрее будет. Тут планировка немного... необычная.

Они поднялись на второй этаж, прошли его весь по узкому коридору и поднялись на третий по другой лестнице, дверь на которую была ловко замаскирована под пожарный шкаф.

– Да, сами бы мы тут долго плутали, – недоуменно констатировал Петрович.

– Вот потому я вас и встретил сам, – ответил директор. – Тут все плутают.

Он провел их в свой кабинет и продемонстрировал широко раскрытый абсолютно пустой сейф.

Проверенные кадры



– Прихожу я сегодня на работу, а тут вот... Я даже и представить себе не мог, что такое может случиться в моем офисе.

Петрович внимательно осмотрел сейф.

– Следов взлома я не вижу, – сказал он. – Похоже, ключами открывали. Что было в сейфе?

– Деньги, – коротко ответил директор.

– Много было денег?

– Два миллиона без малого.

– Больше ничего из кабинета не пропало?

– Да тут и пропадать больше нечему, – ответил директор. – Самые важные докумен-

ты я храню дома, а остальные никакого интереса ни для кого не представляют.

– Понятно, – кивнул Петрович. – Вы сами кого-нибудь подозреваете?

– Не могу я никого подозревать, все кадры у меня проверенные, отлично себя зарекомендовавшие.

Пойдем другим путем. У кого, кроме вас, есть ключ от сейфа?

– Еще один есть на связи, которой могут пользоваться только три человека: секретарь, заместитель и бухгалтер.

– Вы уверены в этих людях?

– Сегодня ни в ком нельзя быть уверенным, – вздохнул директор. – Но все они работают со мной не первый год и никогда не подводили.

– У кого-то из них есть финансовые проблемы?

В том-то и дело! – заметно оживился директор. – У всех! Заместитель на днях выдает замуж дочь, которая желает непременно роскошную свадьбу, – сами понимаете, какие это расходы. У секретаря жена недавно разбила новую машину и теперь нужен дорогостоящий ремонт. Секретарю вообще явно не везет: не так давно его старушка-теща сломала шейку бедра, ей необходим квалифицированный круглосуточный уход – опытная сиделка или медсестра. Бухгалтер готовится к платной косметической операции – разумеется, в лучшей клинике и, разумеется, бесплатно. Все они хорошо зарабатывают, я не обижаю своих работников, но даже для них такие расходы достаточно обременительны.

– Понятно, – кивнул Петрович. – Мне необходимо побеседовать с каждым из них.

– Конечно, – ответил директор. – Если они пришли на работу. Я, знаете ли, всегда раньше всех...

– То есть о краже еще никто не знает?

– Нет, я еще никого из них не видел. Вы так быстро приехали...

– Хорошо. Тогда оставайтесь здесь, а я опрошу каждого из них на рабочем месте.

Выходя из кабинета директора, Петрович нос к носу столкнулся с мужчиной средних лет, оказавшимся заместителем директора. Его явно беспокоило появление полицейского, и он задал вопрос первым:

– Что случилось?

– Сейф в кабинете вашего директора взломан. Украдены деньги. Вы не знаете, кто мог сделать это?

– Нет, не знаю. А как его взломали? А когда?

Секретарь директора на тот же вопрос ответил более обстоятельно:

– Не имею даже приблизительного понятия. Меня лично даже в городе не было, я только что с дачи вернулся – возил туда тещу. У нее там помидоры-огурцы без ее собственноручного полива, видите ли, загнуты.

Бухгалтер долго причитала и возмущалась, и в конце концов заявила, что украсть деньги мог вообще любой работник, так как все они, с ее точки зрения, способны на все. Что же касается ее предстоящей операции, у директора уставшие сведения: дорогая клиника на днях отменилась, операцию она делать перестала.

Виктория АНДРЕЕВА



Петрович выслушал каждого очень внимательно и уже через несколько минут задержал одного из сотрудников фирмы по подозрению в краже. Кого именно?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 26: сам себя парикмахер не стрижет, а значит, по поводу сомнительной прически шатена есть вопросы к его коллеге блондину. А вот идеальную прическу блондину, скорее всего, сделал именно шатен, именно поэтому его и выбрала жена Петровича.

Рис. Ирины Световой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

6 июля Восход: 4 ч. 13 м. Заход: 20 ч. 42 м. Долгота дня: 16 ч. 29 мин.

Убывающая Луна в знаке Овна

7 июля Восход: 4 ч. 14 м. Заход: 20 ч. 42 м. Долгота дня: 16 ч. 28 мин.

Убывающая Луна в знаке Овна

8 июля Восход: 4 ч. 15 м. Заход: 20 ч. 41 м. Долгота дня: 16 ч. 26 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

9 июля Восход: 4 ч. 16 м. Заход: 20 ч. 40 м. Долгота дня: 16 ч. 24 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

10 июля Восход: 4 ч. 17 м. Заход: 20 ч. 39 м. Долгота дня: 16 ч. 22 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

11 июля Восход: 4 ч. 18 м. Заход: 20 ч. 39 м. Долгота дня: 16 ч. 21 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

12 июля Восход: 4 ч. 19 м. Заход: 20 ч. 38 м. Долгота дня: 16 ч. 19 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 6 ПО 12 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

6 июля

В 1885 году вакцина Луи Пастера против бешенства впервые и успешно испытана на человеке. В 1912 году в России впервые введено страхование от несчастных случаев и болезни. В 1926 году в СССР открылась первая электрифицированная ветка железной дороги.

7 июля

В 1938 году в Ленинграде опытным телецентром показан в эфире двухчасовой концерт – первая в СССР телевизионная передача.

8 июля

В 1922 году в СССР впервые в мире применена авиация для борьбы с вредителями сельского хозяйства. В 1974 году началось строительство Байкало-Амурской магистрали.

9 июля

В 1957 году был открыт нобелей – 102-й элемент таблицы Менделеева.

10 июля

В 1712 году в Петербурге торжественно заложен Петропавловский собор. В 1925 году создано ТАСС (Телеграфное агентство Советского Союза).

11 июля

В 1874 году в России запатентована лампа накаливания (Лампа Лодыгина).

В 1897 году была принята первая попытка исследования Арктики с помощью аэростата.

12 июля

В 1561 году на Красной площади в Москве освящен Покровский собор, известный также как храм Василия Блаженного.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

6 июля. Александр, Артемий, Митрофан.

7 июля. Антоний, Иоанн.

8 июля. Василий, Никон, Пётр, Феврония.

9 июля. Георгий.

10 июля. Анатолий, Владимир, Иларион, Лев, Макарий.

11 июля. Герман, Сергей.

12 июля. Григорий, Павел, Пётр.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

6 июля ■ Всемирный день поцелуя

7 июля ■ День воинской славы России –

День победы русского флота над турецким флотом в Чесменском сражении (1770 г.)

8 июля ■ Всероссийский день семьи, любви и верности

■ День зенитных ракетных войск ПВО ВКС РФ

9 июля ■ День моды

■ Международный день уничтожения оружия

10 июля ■ День воинской славы России –

День победы русской армии над шведами в Полтавском сражении (1709 г.)

11 июля ■ Всемирный день народонаселения

■ Всемирный день шоколада

12 июля ■ Всемирный день бортопроводника

гражданской авиации ■ День фотографа

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Пётр и Павел час убавил

6 июля по народному календарю считали днем Аграфены Купальницы. Долгая радуга в этот день предвещала сырую погоду.

7 июля отмечали день Ивана Купалы и наблюдали за приметами. Звездная ночь обещала много грибов, обильная роса – богатый урожай огурцов, ливень – неурожай орехов.

В день Петра и Февронии, 8 июля, следили за температурой. Считалось, что если в этот день жарко, то и следующие 40 дней будут жаркими.

Обилие ягод **9 июля**, в день Давида Земляничника, говорило о том, что зима будет холодной.

Дождь на Самсона Сеногноя, **10 июля**, обе-

щал сырость до самого бабьего лета. На Крапивное заговенье, **11 июля**, было принято наблюдать за птицами: если кукушка перестала куковать в это время, то зима наступит рано. Если **12 июля**, в день Петра и Павла, пойдет дождь, то весь сенокос будет мокрый. Однако смена погоды в течение одного дня, когда за дождем следует солнце, а затем снова дождь, сулила плодородие. По этому поводу говорили: «На святого Петра дождь – урожай худой, два дождя – хороший, три – богатый».

– Доченька, а какие фрукты ты любишь больше всего? – Шоколадные!



ТЕЛЕК
Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77731 от 29.01.2020 г. Издаётся с ноября 2015 года.



Учредитель, редакция и издатель:

ООО «Издательская группа «КАРДОС»

Генеральный директор

ВАВИЛОВ А.Л.

Адрес редакции:

127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4.

e-mail: telek@kardos.ru

Адрес издателя:

111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13,

этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.

Тел. +7 (495) 580-95-77

Зам. главного редактора

ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор

ЖУЧКОВА С.С.

Билд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора

по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. +7 (495) 937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Отдел подписки:

Тел. +7 (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора

по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

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

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон департамента рекламы:

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

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

№ 27 (556).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 30.06.2026 г.

Дата изготовления: 30.06.2026 г. Срок годности не ограничен

Дата выхода в свет: 01.07.2026 г. Тираж 47 160 экз.

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

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

Заказ 4146 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой,

Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 815 620 экз. Розничная цена свободная.

Еженедельная семейная газета для читателей 12+

Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»

Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания

рекламных материалов.

Копирование без указания источника запрещено.

Как в отпуске сберечь здоровье ЖКТ

И снова за чашечкой чая собралась наша знакомая компания: бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. На этот раз темой для обсуждения стал летний отпуск и связанный с ним вопрос сохранения здоровья ЖКТ.



Машенька,
девушка на выданье

Верочка,
домохозяйка

Анна
Адамовна,
учительница

Галина
Сергеевна,
бизнесвумен

1 – Девочки, я собираюсь в отпуск к морю и заранее волнуюсь о том, что будет с моим пищеварением. У меня, конечно, есть свои, накопленные горьким



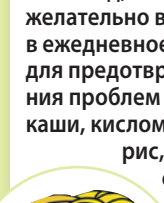
опытом способы убежать от неприятных сюрпризов, но хотелось бы более широкого спектра мнений. Мне кажется, все вместе мы сможем собрать исчерпывающие рекомендации.

2 – Очень хороший и своевременный вопрос. Если проблемы уже есть, начинать нужно с визита к своему гастроэнтерологу. Его консультация о возможных негативных эффектах вследствие проживания в той или иной местности просто необходима. Он же подберет лекарства в дорогу и порекомендует адекватную диету.



Если вы постоянно соблюдаете диету, нужно выбирать такое место отдыха, в котором вам смогут ее обеспечить. Ну, или отдать предпочтение местам со шведским столом, где можно найти и выбрать нужные блюда. В крайнем случае можно готовить еду самостоятельно, если в вашем номере есть кухня и холодильник.

3 – Можно заранее составить список блюд, которые желательно включить в ежедневное меню для предотвращения проблем с ЖКТ. Это каши, кисломолочные продукты, рис, макароны, отварные овощи, нежирное мясо и рыба (лучше целыми кусками, а не в рагу), овощные салаты без лука и чеснока, сладости (джемы, конфитюры, зефир, фруктовые пюре).



И конечно, нужно воздерживаться от сомнительных, с точки зрения пользы для ЖКТ, блюд: жареного, копченого, соленого и острого. Возможно даже – крепких чая и кофе. А некоторым противопоказаны овощи и фрукты с ярким вкусом (например, приторно-сладкие, острые и т.п.). То есть соблюдайте рекомендации врача. В отпуске я бы рекомендовала не нарушать своих пищевых традиций.

4

– Это все понятно, и это правильно. Я бы еще настоятельно рекомендовала соблюдать личную гигиену. Мыть руки перед едой, овощи-фрукты – особенно тщательно. Не нужно ничего есть на улице, особенно продукты сомнительного качества, не стоит даже пить напитки со льдом – ведь для его приготовления может быть использована



нефильтрованная и некипяченая вода, а кишечные микробы при замораживании не погибают (как, кстати, и при воздействии алкоголя). Пить лучше бутилированную воду, питаться – только в проверенных/рекомендованных местах. Например, в своем отеле.



5 – Из моего опыта я знаю, что будучи в отпуске, не стоит пропускать завтрак. Ведь если не позавтракать, а потом отправиться, например, на экскурсию, очень скоро захочется есть, и придется питаться у уличных торговцев фастфудом, что само по себе в ряде случаев может быть небезопасно для здоровья ЖКТ.



Кстати, лучше всего даже в отпуске соблюдать режим питания – это сильно облегчает работу ЖКТ. 3-4 основных приема пищи в день просто обязательны. Но объедаться не стоит – «впрок» все равно не запасти, только лишняя нагрузка на ЖКТ. Вообще, в первые пару дней лучше питаться привычно, выбирать знакомые блюда, а не бросаться сразу на экзотику. Нашей пищеварительной системе сначала нужно адаптироваться к местным условиям, а уж потом можно попробовать что-то необычное.

6 – И конечно, особенно в жарких местах, всегда нужно помнить о запасе питьевой негазированной воды. Бутылочка с питьевой водой должна быть всегда у вас под руками. Скажу о себе. Я каждое утро, в том числе и в отпуске, начинаю со стакана чистой воды натощак, это помогает нашему ЖКТ «проснуться» и как следует подготовиться к приему пищи. И повторю, с чего начала: всегда ношу с собой бутылку чистой негазированной воды, даже если день не особо жаркий. На пляж или на длительную экскурсию беру бутылку побольше.

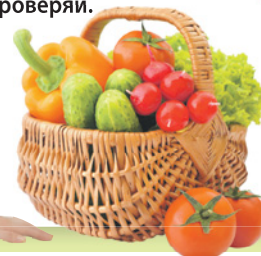


И повторю, с чего начала: всегда ношу с собой бутылку чистой негазированной воды, даже если день не особо жаркий. На пляж или на длительную экскурсию беру бутылку побольше.

7 – Девчонки, со своей стороны еще раз хочу напомнить, что в отпуске нужно быть максимально придирчивым к тому, что ешь. Малейшее сомнение – неприятный запах, подпорченная кожа, подпорченная кожа фруктов, нарушенная кожа рыбы, недозревшие или недозревшие продукты и т.д. и т.п. – должно быть поводом к отказу от блюда. Вообще, любой местной, незнакомой вашему желудку, кухне особо увлекаться не стоит. Как говорится, доверяй, но проверяй.



продукты и т.д. и т.п. – должно быть поводом к отказу от блюда. Вообще, любой местной, незнакомой вашему желудку, кухне особо увлекаться не стоит. Как говорится, доверяй, но проверяй.



8

– Ну а если что – не стесняйтесь обращаться к врачу! Если симптомы пищевого расстройства не проходят в течение суток, тем более необходима помощь медиков.



С собой в дорожную аптечку, помимо прописанных лечащим врачом лекарств, обязательно нужно взять активированный уголь или другие сорбенты. Не помешают также про- и пребиотики, кишечные антисептики – какие конкретно, порекомендует врач.



9

– Спасибо, девочки, теперь я во всеоружии. Надеюсь, мой отпуск у теплого моря пройдет без неприятных приключений.





Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

Доступно
онлайн

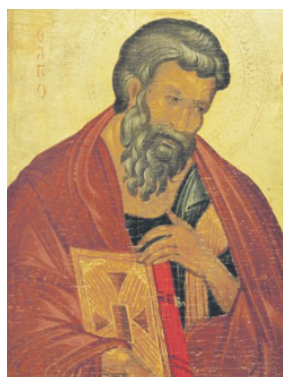
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«Ты – Христос, Сын Бога живаго»



Придя же в страны Кесарии Филипповой, Иисус спрашивал учеников Своих: за кого люди почитают Меня, Сына Человеческого? Они сказали: одни за Иоанна Крестителя, другие за

Илию, а иные за Иеремию, или за одного из пророков. Он говорит им: а вы за кого почитаете Меня? Симон же Петр, отвечая, сказал: Ты – Христос, Сын Бога живаго. Тогда Иисус сказал ему в ответ: блажен ты, Симон, сын Ионин, потому что не плоть и кровь открыли тебе это, но Отец Мой, Сущий на небесах; и Я говорю тебе: ты – Петр, и на сем камне Я создам Церковь Мою, и врата ада не одолеют ее; и дам тебе ключи Царства Небесного: и что свяжешь на земле, то будет связано на небесах, и что разрешишь на земле, то будет разрешено на небесах. (Мф, 16: 13-19)

«Главное в духовной жизни – вера в Промысл Божий и рассуждение с советом». Архимандрит Иоанн (Крестьянкин).

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 12 июля, в воскресенье.

Христос задает Своим ученикам два вопроса, и каждый раз они обращены к разным адресатам. Первый раз – что о Нем думают «люди» – «они». И ученики подробно озвучивают как раз людские слухи, что, словно эхо, передаются между жителями Палестины.

А знаете ли вы, где именно происходит этот диалог Христа с учениками? Кесария Филиппова (современный Баниас) – северная граница Святой земли, подножие горы Ермон, – где находилось древнее святилище языческого бога Пана – зияющая пещера-«уста» под отвесной скалой. Начиная с III в. до Рождества Христова у входа в эту большую карстовую пещеру существовал греко-римский пантеон; центр культа Пана располагался прямо у выходящего из пещеры ключа. Когда проходили шумные празднества в честь Пана, представляете, какое мощное эхо заполняло все пространство? И, кстати говоря, «паника» – происходит именно отсюда: *паникός* – относящийся к Пану!

Смотрите, как получается интересно: слухи, как эхо, в своем пределе всегда будут приводить к панике: бесконечное переповторение слухов, словно эхо, окончательно все запутывает и наваливается, словно удушающее покрывало.



Комментирует протоиерей Павел Великанов

Но после того, как ученики озвучили слухи, Христос задает второй вопрос, уже направленный к самим ученикам: а для вас Я – кто? Все – молчат: повторять слухи смысла нет. И только самый горячий из апостолов, Пётр, возвышает свой голос: Ты – Мессия!

Из этого евангельского чтения хочется сделать два важных вывода. Первый: не хочешь оказаться в паническом состоянии – не верь слухам. Кто транслирует слухи – служит не Христу, а панике!

Второе: когда есть мужество и дерзновение не транслировать чужое, но объявить свое мнение, собственный взгляд – все слухи быстро замолкают, словно захлебнувшееся эхо, и никаких причин для паники уже не будет!

ДОРОГА К ХРАМУ

? При крещении нам даруется ангел-хранитель. Как я понимаю, он сам смотрит за тем, когда нам «подстелить соломки». Или это не так и за помощью к нему надо обращаться каждый раз, когда что-то случается? Н. Минаева

Ангел, которого Господь приставляет к человеку при крещении, чтобы защищать и помогать нам в добрых делах, всегда с вами. Этот ангел-хранитель ведет человека по земному пути и остается с ним после, как в молитве ангелу хранителю: «в страшный же час смерти неотступен буди ми, благий хранителю мой... егда имам преходити воздушная мытарства». И вместе с тем, мы должны всегда вспоминать своего ангела-хранителя и призывать его в молитве нашей. Кстати, в утреннем и вечернем правиле – акафисте ангелу-хранителю. Он один для всех, но каждым читается именно своему ангелу.

ВОПРОС – ОТВЕТ МОЖНО ЛИ ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К АНГЕЛАМ

фото предоставлено радио «Вера» и www.shutterstock.ru

Пресноводные рыбы составляют лишь небольшую часть рыбного мира, однако и среди них встречаются необычные существа. Одни живут дольше человека, другие способны охотиться на неожиданную добычу, а третьи сохранили черты, существовавшие ещё миллионы лет назад.

1 Таймень считается одним из крупнейших пресноводных хищников Евразии. Старые особи занимают вершину пищевой цепи в сибирских и дальневосточных реках. Известны случаи, когда эти рыбы нападали на добычу, размеры которой кажутся совершенно несоизмеримыми обычной речной рыбе. Именно за силу и прожорливость тайменя нередко называют «речным волком». Какую добычу, помимо рыбы, может хватать крупный таймень?

а) Мелких грызунов.
б) Уток. в) Выдр.

О речных рыбах, больших и не очень



2 Налим – единственная широко распространённая пресноводная рыба из семейства тресковых. В отличие от большинства речных рыб налим активен в холодное время года. Пока многие виды рыб становятся вялыми и малоподвижными, налим активно охотится и готовится к размножению. Его любовь к холоду настолько велика, что летом он часто прячется в самых глубоких и холодных местах водоёма. В какое время года нерестится налим?

а) Весной. б) Осенью. в) Зимой.

3 Сомов обычно представляют как медлительных донных рыб, но у европейского сома есть необычная охотничья стратегия. В некоторых реках Франции и Испании учёные наблюдали, как эти хищники намеренно выбрасываются на мелководье, чтобы схватить добычу у самой кромки воды, а затем возвращаются обратно. Такое поведение ранее считалось характерным скорее для морских животных, чем для речных рыб. На какую добычу сомы чаще всего охотятся таким способом?

а) На лягушек. б) На речных раков.
в) На водоплавающих птиц.

4 В Амазонии обитает одна из крупнейших пресноводных рыб мира. Её длина может превышать два метра, а масса достигать сотен килограммов. Эта рыба регулярно поднимается к поверхности за воздухом, потому что её плавательный пузырь частично выполняет функции органа дыхания. Благодаря этому амазонская рыба-рекордсменка может жить в водоёмах, где многие другие виды быстро погибли бы от нехватки кислорода. Как называется эта рыба?

а) Паку. б) Арапаима. в) Тамбаки.

5 Не все рыбы добывают пищу одинаково. Одни охотятся из засады, другие преследуют добычу, а третьи фильтруют воду, извлекая из неё мельчайшие организмы. Среди пресноводных рыб есть достаточно крупные (длинной до 1,5 метра, весом до 32 килограммов) едоки фито- и зоопланктона. Этих обитателей пресных вод нередко называют «серебряными карпами». О какой рыбе идёт речь?

а) Толстолобик. б) Голавль. в) Язь.



6 В Северной Америке обитает необычная рыба, внешне напоминающая осетра и акул. Её длинное рыло покрыто тысячами чувствительных рецепторов, способных улавливать слабые электрические сигналы, возникающие при движении мелких водных организмов. Благодаря этому рыба может эффективно находить пищу даже в очень мутной воде. При этом эта рыба может достигать внушительных размеров: длины до 2 метров и веса более 80 килограммов. О какой рыбе идёт речь?

а) Панцирная щука.
б) Веслонос.
в) Длиннорогий саблезуб.

ОТВЕТЫ

1-а. Мелких грызунов. 2-в. Зимой. 3-в. На водоплавающих птиц. 4-б. Арапаима. 5-а. Толстолобик. 6-б. Веслонос.

Запор убивает иммунитет!

Вот почему организм начинает болеть все чаще и тяжелее

В 2024 году гарвардский профессор Деннис Каспер доказал: кишечные бактерии «обучают» иммунную систему. А значит, когда кишечник встает колом и начинается запор, ломается не только пищеварение. Ломается иммунитет. Мы поговорили об этом с иммунологом Валерием Яковлевичем.



Валерий Яковлевич

– То есть кишечник учит иммунитет работать?

– Именно. Представьте школу. Учитель объясняет детям, кто друг, а кто враг. В нашем организме роль учителя играют полезные бактерии. Они выделяют молекулу – полисахарид PSA. Она попадает в лимфоузлы и настраивает Т-клетки: «это не трогать – это свои, а вот это – враг, атакуй». Без этого урока иммунитет слепнет. И организм начинает болеть.

“ Запор – не проблема туалета, а поломка иммунитета ”

– А что первым делом рушит эту внутреннюю школу?

– Запор. Люди считают: ну не сходил в туалет, ну вздуло, потерплю. А в это время в кишечнике начинается поломка иммунитета: все застаивается, полезные бактерии гибнут, патогенные – захватывают территорию. «Учителя» исчезают.

– То есть человек может годами лечить простуды, аллергию, слабость, а причина – в кишечнике?

– Именно. Каспер доказал: нормальный транзит и здоровая микробиота – обязательное условие правиль-



Кишечник
заблокирован

Иммунитет
активирован

ной настройки иммунной системы. Если кишечник работает плохо, иммунитет начинает сбоить. Отсюда частые болезни, воспаления, вялость.

– Что делать, если запор уже стал привычным делом? Слабительное?

– Слабительные убирают проблему на час. Но не возвращают полезных бактерий. Нужно не просто пробить застой, а вернуть кишечнику нормальную работу и здоровую микрофлору. Поэтому я рекомендую сво-

им пациентам эликсир Рефектан. Он мягко очищает кишечник, устраняет запоры, вздутие, убирает воспаление и помогает вернуть способность обучать иммунитет.

– То есть Рефектан – это не просто история про запор?

– Конечно нет. Запор – это не проблема туалета. Запор – это поломка иммунитета. Рефектан помогает кишечнику вернуться к нормальной работе, а иммунитету – снова встать на защиту организма.

В рамках нашей льготной программы «Школа иммунитета» с 1 до 29 июля 2026 г. эликсир «Рефектан» можно получить напрямую от производителя – без наценок и посредников. Средство способствует избавлению от запоров, восстановлению здоровой микрофлоры кишечника и укреплению иммунной защиты всего организма. Для получения «Рефектана» позвоните по бесплатному номеру 8-800-303-05-55 и назовите код 7524*.

Если у человека есть папилломы, значит, его заживо едят паразиты!

К эксперту по здоровью кожи обращаются тысячи женщин и мужчин, и многим он помогает. Сегодня мы решили узнать у него, что он думает по поводу папиллом.

– По Вашему мнению, что провоцирует возникновение папиллом?

– Если на коже человека есть папилломы, значит, в его организме поселилась целая колония паразитов. Они поедают человека изнутри и своими токсическими продуктами жизнедеятельности отравляют его организм. Первой об интоксикации организма «кричит» наша кожа. Как следствие на ней появляются папилломы. И чем больше усугубляется паразитарная инвазия, тем больше появляется папиллом. Эти наросты могут появляться на шее, в области подмышек, в паховой области и других частях тела. Однако не все знают, что эти папилломы могут возни-



До и после применения «Папиклина»

кать и внутри организма, например, в горле или мочевом пузыре. Это может вызывать не только неприятные симптомы, но и опасные последствия. Поэтому, если папилломы есть, от них важно избавляться!

– Выжигание или иссечение папиллом может помочь?

– Выжигание или иссечение никак не повлияет на поселившихся внутри организма паразитов.

– Что же может помочь избавиться от папиллом?

– Я рекомендую использовать натуральный сироп «Папиклин». Он со-

держит множество полезных компонентов, подобранных в помощь человеку, желающему очистить кожу от папиллом, а организм – от паразитов. В состав «Папиклина» входят экстракты лесных ягод, андрографиса, грейпфрутовых косточек, родиолы, лимонника китайского, женьшеня, грибов агарика и рейши. Такая продуманная формула способствует уничтожению папиллом, паразитов и их яиц, обладает очищающим действием, содействует детоксикации организма и оздоровлению кожи.

– Если в организме не будет паразитов, то и папиллом на коже не станет?

– Совершенно верно! Сироп «Папиклин» может помочь не просто избавиться от папиллом, но и улучшить общее самочувствие, благодаря очищению организма от паразитов. В таком случае может появиться больше энергии, у человека будет возможность выгля-

деть моложе и свежее. Более того, я искренне уверен, что, освободившись от паразитов, папиллом и очистив организм, можно прожить на 15-20 лет дольше. Организм свободный от паразитов и папиллом, это не только залог красивой и гладкой кожи, но и крепкое здоровье. Это просто замечательно, когда организм менее подвержен болезням и работает в разы продуктивнее. Сироп «Папиклин» – это не только свобода от папиллом, но и здоровье для всего тела!

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ

«Каждому пенсионеру – здоровую кожу»

Страдаете от папиллом? Тогда вы имеете право поучаствовать в специальной программе по приобретению сиропа «Папиклин». Скидка действует только с 1 июля до 1 августа 2026 г.

Чтобы воспользоваться скидкой:

1. Позвоните по телефону **8-800-302-30-30**
2. Продиктуйте код **8188** получите сироп «Папиклин» всего за 7 рублей!

Звонок и доставка бесплатные.

Если ваш дачный участок ежегодно бывает атакован полчищами вредителей, не спешите хвататься за ядовитую химию!

Природа уже создала для нас свое безопасное решение проблемы. Есть растения, которые созданы природой так, что могут защищать ваш сад от непрошенных гостей, пока вы отдыхаете. Что нужно высадить, чтобы создать систему биозащиты вашего сада?

Репелленты от надоедливых насекомых

Репелленты – это растения, которые выделяют фитонциды и эфирные масла, дезориентирующие насекомых и заставляющие их облетать ваш участок стороной. Посадите в саду живые репелленты, чтобы снизить количество надоедливых мелких соседей.

● **БАРХАТЦЫ.** Их корни выделяют вещества, которые отпугивают нематод – микроскопических червей, уничтожающих корни томатов, картофеля и клубники. Надземная часть своим резким запахом не нравится колорадскому жуку, тле и белокрылке. Достаточно посадить их по периметру грядок – и эффект сохранится на несколько лет. Бархатцы готовы защищать томаты, картофель, капусту, клубнику.

● **КАЛЕНДУЛА (НОГОТКИ).** Эфирных масел, которые выделяет календула, боятся тля и белокрылка. Ее корни обеззараживают почву. Лучше размещать календулу среди посадок картофеля (от колорадского жука), томатов (от белокрылки), капусты, среди ягодников.

● **ЛАВАНДА.** Это природный репеллент против комаров, мух, блох и моли. А еще ее эфирные масла создают природный барьер, который слизни просто не решаются пересечь. Лучшие соседи: клубника, капуста (для защиты от слизней), сладкий перец, баклажаны, розы.

● **ЧЕСНОК.** Он работает и против грибковых заболеваний (фитофторы, мучнистой росы), и

Растения – помощники для защиты сада от вредителей



Зазывалы для полезных хищников

Божьи коровки, златоглазки, мухи-журчалки, наездники и трихограммы – наши союзники в борьбе с вредителями. Их называют энтомофагами – «пожирателями насекомых». Для их привлечения на свою сторону нужно высевать нектароносные растения, которые, сменяя друг друга, будут цвести весь сезон и привлекать энтомофагов.

● **ПИЖМА.** Хорошо привлекает божьих коровок, златоглазок и паразитических ос.

● **ТИМЬЯН, ФАЦЕЛИЯ, ЛЮПИН, ДОННИК.** Также популярны у энтомофагов. Они работают не только на борьбу с вредителями, но и на украшение участка.

Возможные схемы посадки растений-защитников

● **ДЛЯ ЗАЩИТЫ КАРТОФЕЛЯ.** Посадите по периметру поля бархатцы, календулу и пижму. Рядом можно высадить фасоль, горох, хрен, бобы и кориандр – они избавляют от колорадского жука.

● **ДЛЯ ЗАЩИТЫ КАПУСТЫ.** Высаживайте рядом сельдерей – он отгоняет бабочек-капустниц. Настурция отвлечет гусениц на себя.

● **ДЛЯ ЗАЩИТЫ КЛУБНИКИ.** Бархатцы по периметру защитят от нематоды, долгоносика и медведки. Чеснок между кустами спасет от слизней и грибковых заболеваний.

● **ДЛЯ ЗАЩИТЫ ТОМАТОВ И ПЕРЦЕВ.** Базилик, посаженный рядом, защитит от муравьев и тли. Котовник (кошачья мята) отпугнет тлю, колорадского жука и земляную блошку.

● **УНИВЕРСАЛЬНАЯ СХЕМА.** Чередуйте ряды овощей с цветами и травами: например, ряд моркови + ряд бархатцев + ряд укропа. Сажайте растения-защитники по периметру участка – это создаст барьер для вредителей.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ВАЖНО!

Никакой природный метод не даёт 100% гарантии. Но комплексный подход снижает численность вредителей до безопасного уровня.

против насекомых – тли, паутинного клеща, земляных блошек. Посаженный рядом с розами, он прогоняет тлю, а вокруг яблонь – защищает от плодовой гнили. И, конечно, чеснок отлично отпугивает слизней.

● **БАЗИЛИК** своим запахом выгоняет клеща, тлю и совку, а также мух, комаров, морковную муху и белокрылок. Посадите среди пасленовых – томатов, перцев, баклажанов или рядом с посадками моркови.

● **МЯТА И МЕЛИССА,** растущие у крыльца, отпугнут комаров и мух. Мята перечная эффективна против блох, моли, муравьев, жуков и даже грызунов. Можно разместить ее в нескольких местах на участке.

Приманки для ползающих вредителей

Обязательно посадите в саду растения-приманки, которые собирав на себя вредителей, чтобы отвлечь их от огородных культур.

● **НАСТУРЦИЯ.** Этот цветок – настоящая живая ловушка. Вредители, особенно тля и гусеницы, обожают ее сочные листья и яркие цветы. Посадите настурцию на некотором отдалении от основных культур, и она соберет всех вредителей на себя. Вам останется только удалить куст вместе с колонией насекомых. Посадки настурции целесообразно организовать рядом (но не слишком близко) с картофелем, кабачками, капустой.

● **КЕРВЕЛЬ.** Это растение эффективно привлекает слизней, отвлекая их от других огородных культур. Сажайте рядом с капустой, пасленовыми.

ДОБРЫЙ СОВЕТ

3 отличных способа размножить жимолость

Если вы являетесь поклонником этой ягоды, то понимаете: жимолости много не бывает! И когда запланируете украсить участок ещё несколькими экземплярами, прислушайтесь к нашим советам.

Способ 1

Отводками (самый простой)
Ранней весной пригните сильный однолетний побег к земле, надрежьте кору в месте соприкосновения, прищипьте и присыпьте влажной землей, оставив верхушку снаружи. Поливайте все лето. К осени появятся корни, отрежьте от куста и высадите.
«+»: минимум хлопот.
«-»: не подходит для кустов с прямыми ветвями.

Способ 2

Делением куста (быстрый)
Выкопайте молодой куст (3-6 лет) ранней весной или осенью. Острым секатором разделите на 2-3 части так, чтобы каждая имела 2-3 стебля и хорошие корни. Сразу высадите.
«+»: получаете крупные кусты.
«-»: стресс для растения, не для старых экземпляров.

Способ 3

Черенкованием (самый эффективный)
Летом нарежьте зеленые побеги длиной 7-12 см с 2-3 междоузлиями. Нижние листья удалите, верхние обрежьте наполовину. Обработайте стимулятором корнеобразования и высадите в парник под пленку. Черенки сажайте вертикально, оставляя над землей 5 см.
«+»: много саженцев.
«-»: требует ухода.



Жаркие летние деньки – лучшее время для стиля сафари.

В едь его фактически породила Африка – самый жаркий континент на нашей планете.

Из саванны на подиум

Именно в качестве одежды для путешествий в жаркие страны, и в частности для сафари, в Африке были придуманы максимально функциональные модели с большими накладными карманами, немаркого землистого цвета или оттенка песков Сахары. Никакого отношения к моде такая одежда изначально не имела, от нее требовался только комфорт. Довольно долгое время удобная, но непрезентабельная одежда была всего лишь чем-то вроде униформы, о которой забывали, как только возвращались из Африки. Но в конце 60-х годов прошлого века на нее обратил внимание великий Ив Сен-Лоран. Вдохновившись эстетикой этой суровой одежды, он создал супер-мини-платье с большими накладными карманами и эффектной шнуровкой на груди. Это платье из плотного хлопка «скучного» светло-бежевого оттенка произвело настоящий фурор и немедленно стало культовым. Считается, что именно так возник стиль сафари.



Сафари в городе

Сегодня сафари – это актуальный городской стиль. Он объединяет утилитарность и элегантность, многослойность и расслабленность. Основная палитра стиля остается природной: песочный, беж, хаки. В качестве эффектных дополнений используются «ледяные» тона: холодный серо-коричневый, кристально-голубой и т.п. Самые трендовые вещи – платья-рубашки максимальной длины, объемные куртки, брючки-карго, комбинезоны свободного кроя. Пуговицы и пряжки – деревянные или металлические, матовые, заметные. Обувь также предпочтительна удобная: сандалии на плоском ходу с многочисленными ремешками, мокасины, брутальные ботин-

ки на тракторной подошве, сапожки-казаки. Обязательные аксессуары этого лета – солнцезащитные очки-маски, буквально закрывающие половину лица, широкие кожаные ремни, подвески на шнурках в этническом стиле, многослойные бусы, массивные цепи, крупные серьги и браслеты из природных материалов. В качестве головного убора подойдут панамы, легкие банданы, соломенные шляпы сдержанной формы – сафари, федора, шериф и т.п. Конечно, для образа в стиле сафари не подойдут маленькие гламурные сумочки, зато прекрасно впишутся удобные объемные тоуты, разнообразные рюкзаки, сумки через плечо из рельефной кожи. Для стиля сафари очень важно подбирать каждый предмет очень внимательно – не должно быть ничего лишнего, ни одной посторонней детали.

Добавим шика

В прошлом году в стиль сафари внедрился элегантный шик. Обувь из лаковой кожи на платформе или танкетке способна преобразовать обычный сафари в сафари-шик. Для этого варианта сафари актуальна игра на контрастах: брутальный жакет цвета хаки и нежная светло-бежевая юбка, объемная куртка с карманами и остроносые туфельки из лаковой кожи и т.д. Яркие характеризуют сафари-шик аксессуары. Это может быть сумочка в неоновых или, наоборот, классических тонах, яркая бандана, шейный платок или шарф нехарактерного для сафари оттенка, ремень с акцентной пряжкой, кольцо с крупным камнем и т.п. Стиль сафари – это удобство и комфорт. Особенности и возможности этого стиля еще очень долго будут будоражить умы дизайнеров, и вряд ли когда-нибудь он выйдет из моды.

Светлана ИВАНОВА



Найди 10 отличий Что нужно для романтического ужина?

Конечно же, свечи – они добавляют романтики даже к обычному ужину.

Ответы: 1. Изменен цвет свечей. 2. Изменен цвет хлеба. 3. Изменен цвет фруктов. 4. Изменен цвет посуды. 5. Изменен цвет одежды. 6. Изменен цвет стен. 7. Изменен цвет мебели. 8. Изменен цвет пола. 9. Изменен цвет потолка. 10. Изменен цвет картин.

Домашний повар. Спецвыпуск. Консервирование



Выпуски уже в продаже!

В нашей серии «Домашний повар» выходит новый спецпроект «КОНСЕРВИРОВАНИЕ». Для любителей сохранять дары лета на зиму мы составили сборники рецептов по темам: «Огурцы», «Помидоры», «Перец», «Кабачки, баклажаны и патиссоны», «Капуста».

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Ремонт ванной комнаты начинается с главного вопроса: что выбрать – ванну или душ?

Это решение повлияет не только на комфорт, но и на функциональность пространства, счета за коммунальные услуги и даже на ваше настроение по утрам и вечерам. Давайте разберемся, какой вариант подходит именно вам.

Душ: скорость и минимализм

Современный ритм жизни диктует свои правила, и душ становится выбором тех, кто ценит функциональность и время.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

• Экономия пространства.

Душевая кабина занимает значительно меньше места, чем ванна. Стандартный поддон имеет размеры от 70×70 см, что актуально для малогабаритных санузлов. Высвободившееся место можно использовать для стиральной машины, тумбы или систем хранения.

• **Экономия воды.** Это самый весомый аргумент в пользу душа. Для наполнения стандартной ванны требуется 150-200 литров воды, тогда

Ванна или душ?

Ремонт начинается с выбора



Поворачивая кран с холодной водой на кухне, муж корректировал тональность поющей в душе жены.



Ванна: релаксация и домашний уют

Ванна – это не просто сантехника, а символ домашнего уюта и возможность устроить себе полноценный отдых, не выходя из дома.

КЛЮЧЕВЫЕ ПЛЮСЫ ВАННЫ:

- **Релаксация и забота о себе.** Теплая вода снимает напряжение, помогает при болях в мышцах и суставах, снижает тревожность и готовит ко сну. Можно добавить морскую соль, эфирные масла или пену – и обычная гигиеническая процедура превращается в ритуал.
- **Удобство для детей.** Ванна становится домашним бассейном для малышей, где можно играть с игрушками и пускать мыльные пузыри. Педиатры отмечают, что плавание в теплой воде с первых дней жизни способствует развитию мышц.

МИНУСЫ ВАННЫ:

- **Занимает много места.** Стандартная ванна требует больше площади, в маленьком санузле она может «съесть» все полезное пространство.
- **Большой расход воды.** Как мы уже говорили, наполнение ванны требует в 3-4 раза больше воды, чем душ.

как 5-10-минутный душ расходует всего 40-60 литров. Разница особенно заметна в семьях с несколькими людьми.

• **Безопасность для пожилых.** Низкий поддон или слив в полу, возможность установки поручней и сиденья делают душ более безопасным для людей старшего возраста и маломобильных людей.

МИНУСЫ:

- **Меньше возможностей для релаксации.** Душ не позволяет полноценно расслабиться после тяжелого дня, устроить «спа-ритуал».
- **Неудобство для семей с детьми.** Купание малышей в душевой кабине небезопасно и неудобно, ванна в этом случае гораздо практичнее.

Кстати

Компромиссные решения

Если вы не готовы полностью отказываться ни от одного из вариантов, есть несколько компромиссов:

- ✓ **Душ над ванной.** Классическое решение для типовых квартир. Главное – установить качественную стеклянную перегородку и удобный смеситель с длинным шлангом.
- ✓ **Разделение пространства.** Если позволяет площадь, можно разместить и полноценную ванну, и отдельную душевую зону.

Что ещё учесть?

РАЗМЕР ПОМЕЩЕНИЯ. Пожалуй, это главный критерий. Для санузлов площадью менее 5 кв. м лучше выбрать душ или компактную сидячую ванну. Если же комната просторная (от 6 кв. м), можно рассмотреть комбинированный вариант: и душ, и ванну одновременно.

БЮДЖЕТ. Простая душевая кабина обойдется дешевле, чем ванна, но высокотехнологичные душевые системы с гидромассажем могут стоить дороже премиальной чугунной ванны. Также стоит учитывать долгосрочные расходы на воду: душ значительно экономнее.

Светлана СИДОРЧУК

СТРАНА СОВЕТОВ

В жару ноги отекают, потеют и быстро устают, особенно если приходится много ходить.

В этом году производители и дизайнеры объединили усилия, чтобы сделать летние кроссовки не просто модным аксессуаром, а настоящим высокотехнологичным инструментом комфорта. Давайте разберемся, на какие материалы и модели стоит обратить внимание в этом сезоне.

Амортизация и комфорт

Летом технологии ходьбы важны как никогда. Не обязательно покупать беговые «монстры», но на качественную подошву стоит обратить внимание. Технология полых «облаков» в подошве – один из лидеров по комфорту. Такие элементы сжимаются при касании земли и становятся жесткими при отталкивании, делая шаг невесомым.

Другой подход – сочетание в одной подошве нескольких слоев разных пеноматериалов, а также изогнутого воздушного элемента, который повторяет форму стопы.



Дышащие кроссовки в дождь становятся ещё и пьющими.

Пешком в лето:

выбираем идеальные кроссовки



Сетка, текстиль и инновации

Главное правило летней обуви – вентиляция. Лидером здесь остаются инженерные сетки, которые теперь стали «умнее». Современные сетчатые материалы имеют разную плотность плетения в разных зонах: плотнее по бокам (для надежности) и максимально открытое плетение на подъеме для лучшего охлаждения. Классические ретро-модели с мягкой сетчатой тканью в сочетании со

вставками из искусственной кожи – яркий пример правильного летнего верха. Такая конструкция обеспечивает отличную вентиляцию, позволяя ногам «дышать» даже в 30-градусную жару. Если нужен бюджетный вариант, обратите внимание на модели, полностью выполненные из легкого сетчатого материала, который не перегревает ногу даже при длительной носке.

Без лишних трат

Если хочется стильно выглядеть без огромных трат, присмотритесь к китайским производителям. Многие из них теперь сертифицируют продукцию по международным стандартам и используют переработанный полиэстер. Недорогие модели за приятную цену предлагают стельку из натуральной свиной кожи – редкость в бюджетном сегменте – и аккуратный минималистичный дизайн. А кроссовки из плотного текстиля (канвас) в ретро-стиле хорошо подходят для сухой погоды и легко чистятся.

Выбирая кроссовки на лето, исходите из своих задач. Для спорта и сверхдолгих прогулок берите технологичные модели с пенными амортизаторами. Для города и офиса идеальны элегантные «тихие» кроссовки и гибриды «а-ля Мэри-Джейн». Для жаркой погоды без раздумий берите сетку – проверенные ретро-модели или легкие бюджетные аналоги.

Элегантность и ностальгия

Мир кроссовок переживает перезагрузку. Гигантские «папины» кроссовки уходят на второй план, уступая место изящным силуэтам.

Кроссовки-балетки (модель Мэри-Джейн) – главный гибрид сезона. Это балетки с перфорацией и ремешком, посаженные на удобную кроссовочную подошву. Популярность таких моделей выросла в разы – их выбирают те, кто хочет сочетать женственность и практичность.

Кеды и «тихие» кроссовки. Мода возвращается к классике. Культовые модели, созданные еще в середине прошлого века, снова на пике – их отличает замшевый Т-образный мыс и тонкая резиновая подошва. Не отстают и ретро-модели, а также изящные кожаные кроссовки-дерби, которые визуально напоминают классические туфли, но на комфортной подошве.

Светлана СИДОРЧУК



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Звезды советуют Овнам заняться самообразованием. Подумайте над тем, в какой области вы испытываете недостаток знаний. Ваша занятость вам не помешает, а новые знания сделают жизнь интереснее. Не идите на поводу у лени, сейчас самое благоприятное время для познания.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львы смогут увидеть результаты своего труда. Будьте тактичны и учитывайте чувства других людей. Во многих трудных ситуациях следует опираться на поддержку родных и близких. Звезды советуют больше времени проводить на природе.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Неделя пройдет более удачно, если Стрельцам удастся выбросить из головы все лишние мысли. Время также подходит для новых встреч и увлечений. Постарайтесь больше времени посвятить личному отдыху, искренне пообщайтесь с друзьями.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Обычная неделя у Водолеев, которая будет омрачена небольшими проблемами как в профессиональных, так и личных отношениях. Вы можете услышать неприятные высказывания в свой адрес. Не обращайтесь внимания на критику и избегайте сами желчных высказываний.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Тельцам нужно постараться не испытывать сильных эмоций и быть нейтральными по отношению к событиям. Беритесь за задачу с энтузиазмом. Коллеги помогут вам, благодаря чему вы добьетесь отличных результатов. Возможно появление нового интересного собеседника.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

Звезды рекомендуют Девам не проявлять излишней инициативы, она может обернуться против вас. При этом не нужно бояться налаживать взаимоотношения с новыми знакомыми, в будущем они окажут вам поддержку. Это наполнит вас позитивной энергией и придаст новых сил.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Неделя принесет Близнецам сомнения. Вы недовольны тем, как идет ваша жизнь и как складываются события в последнее время. Причина будет лежать на поверхности. Но если увидеть ее у вас не получится, обратитесь за помощью к человеку, который искренен и объективен.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

У многих Весов появится шанс решить затянувшийся вопрос. Наберитесь смелости расставить все точки над «и» с человеком, который нарушает ваше спокойствие. Чем больше он занимает ваши мысли, тем больше осложняются отношения. Будьте сдержанны, избегайте конфликтов.



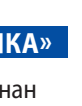
РАК (22.06 – 22.07)

Тело и душа Раков будут наполнены позитивной энергией. Ее нужно направить на конструктивную деятельность или решение важной задачи. Выходные проведите в кругу семьи. Посмотрите любимый сериал, ждите хороших новостей. Возможна интересная долгожданная встреча.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Неделя подарит Скорпионам новые возможности. Все это позволит раскрыться вашим талантам и умениям. Готовьтесь к неожиданным сложностям, которые вы сумеете преодолеть. Делитесь своими проблемами с близкими – они всегда на вашей стороне.



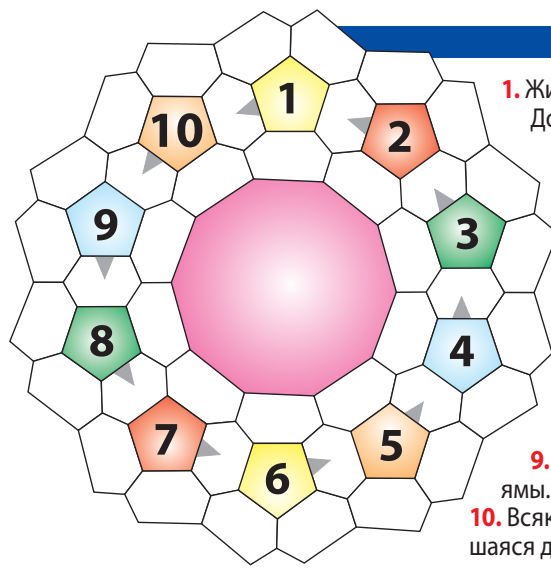
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Звезды поощряют порядок как в мыслях Козерогов, так и в окружающем их пространстве. Проведите уборку в доме и на работе. Внесите в жизнь перемены. Даже небольшие изменения привлекут позитивные тенденции. Многие Козероги получат поддержку, в которой нуждались.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Рыбы будут полны решимости. На работе проявите больше старания. Также вас ждут новые знакомства, поездки, так что возможностей проявить себя будет предостаточно. Сосредоточьтесь на решении личных вопросов. Хорошо расслабит и поможет отдохнуть выезд на природу.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Житель Индии в повести Артура Конан Дойла «Знак четырёх».
2. Занятия за партой.
3. Детка – от горшка два вершка.
4. Придает горечь тону.
5. Переходит на Федота, а с него на Якова.
6. Корона главы Ватикана.
7. Виктор, ставший князем Чечвинским в «Петербургских тайнах».
8. Дорожный маневр нетерпеливого лихача.
9. Куча, растущая возле выкапываемой ямы.
10. Всякая скульптура из Эллады, сохранившаяся до наших дней.

Ответы: 1. Индус. 2. Уроки. 3. Кроха. 4. Хинин. 5. Икота. 6. Тиара. 7. Раков. 8. Обгон. 9. Отвал. 10. Антик.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

График: 4 дня в неделю

Получение печатной продукции на складе, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.

Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.

Наличие мессенджеров – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

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



ВАКАНСИЯ

г.Химки Московская область

РАБОЧИЙ по комплексному обслуживанию и ремонту зданий

Вахта 90 дней. 3/н 270000р. Предоставляется проживание

т. +7-925-123-01-48

КУПЛЮ

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



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

Мы предлагаем:

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

Телефоны для связи:

8 (952) 956-14-98, 8 (473) 277-27-00



КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от **300** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокасса»: на сайте kardos.media (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка:
ООО «Издательская группа «Кардос»,
ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК,
БИК 044525225, к/с 30101810400 000000225,
р/с 40702810038000020635
В назначении платежа указать:
«Оплата за рекламное объявление в издании» и Ф.И.О.

Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).

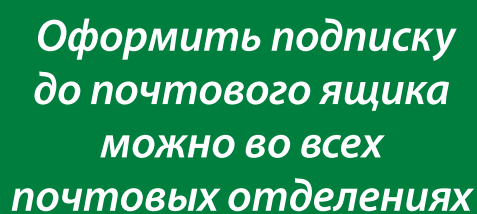
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ
В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (903) 792-47-73

	Желто-оранжевый цветок							Грегори в "Римских каникулах"	Народный артист СССР ... Райзман	Советская поэтесса по имени Римма								
	Трава в стогу	"Экспонат" в зоопарке		Основной аллюр медведя	Лишек брюк над голенищами		"Дорожки" в парке или лесу	Перечень имущества		Парусник с вёслом на борту	Ручной "навес" от дождя		Морские "мурзики" из тюленей		Режиссер фильма "Морозко"	Целая часть числа		
				Итальянский дирижабль-строитель					Рубашка с открытым воротом	Каратистский разряд			Фитиль в огне					
	"Глазок" в швейной иглке	Заливистые рудалы спящего				Палубный "забор"		Николас из фильма "Скала"				Больше дуэта, меньше квартета				Прорыв в плотине		
				Ее порой пускают в глаза						"... юношей питают"		Нарты с пропеллером	За них цепляют очки	"Четырёхместный номер" в вагоне				
	Массивная привязь Полкана	Иномарка из Южной Кореи			Магия обольщения		Сказочный дом мышкнорушки			Наличные					Граничит с Алжиром и Гвинеей		В космосе она черная	
				Один-два на табло						Наряд индианки				Карловы ... в Чехии	Земля королевы ... в Антарктиде			
	См. фото		Тонкий и подвижный песок	Стрижка Мирей Матье										Хоббит Фродо, актер				
	Бело-вежский ареал зубров		Неразлучные голубки		Знак перед Овном	Вероятность				Приток Москва-реки	Под зеленкой на коленке		Группа птиц в небе	Горный родич фазана				
Бугорок на огурце								Имя утки Айболита	Кавказ, Алтай		Круглое тело							
Неровности дороги					Испанский "кулак"				Кадка из бани									
Желтые плоды "рога-лики"		"Родитель" стружки						Денежная единица древних русичей										
						Плоские рыбы				Мелодия, исполняемая в опере								

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



Подписной индекс
П2912

Газета выходит
1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2026 года*

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

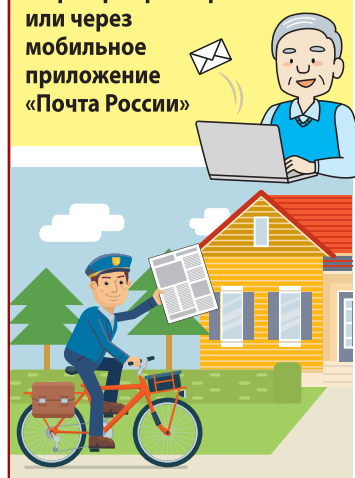
* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика
можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



инструкция онлайн-подписки на сайте podpiska.pochta.ru и через мобильное приложение «Почта России»

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

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



П2912

«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!