

№28
(557)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 13 по 19 июля 2026 года

ТЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
ДЕНЬ АПОСТОЛОВ
ПЕТРА И ПАВЛА

стр. 27

КАБАЧОК:
ОТ ВАРЕНЬЯ
ДО ЧИПСОВ

стр. 8

Каждый имеет
право
СЛЫШАТЬ ЧЁТКО!

Реклама

стр. 7

КАК
РАЗМНОЖИТЬ
ЗЕМЛЯНИКУ
САДОВУЮ

стр. 30

СПАСАЕМ
ГОЛОВУ
ОТ СОЛНЦЕПЁКА

стр. 29

ЭДГАРД
ЗАПАШНЫЙ
ЦИРК – ИСКУССТВО
ТРУДОЛЮБИВОЕ

стр. 2

Фото предоставлено пресс-службой
Большого Московского цирка

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2313-4933



4 650239 122047 01 26028

Потомственный дрессировщик, генеральный директор Большого Московского цирка на проспекте Вернадского, народный артист России Эдгард Запашный отмечает полувековой юбилей.

Наш корреспондент пообщался с ним накануне юбилейной даты...

Юбилей в кругу семьи

— Эдгард, без ложной скромности, вы — один из ярких представителей династии Запашных. Не удивительно, что поклонники интересуются — как думаете отмечать круглую дату? Как вообще относитесь к датам?

— Не поверите, впервые я расстроился из-за возраста в... 22 года. Именно тогда я почувствовал, что возраст, оказывается, штука стремительная, что время бежит семимильными шагами. Да, я отмечал дни рождения, но не ощущал в этом праздника, не было ощущения некоего счастья или чего-то радостного. Я просто это принял. Сейчас, когда на пороге моего 50-летия многие ждут, что масштабно отмечу эту дату, сразу скажу — этого не будет! Главная причина — потому что идет СВО. С первых дней я поддерживаю наших ребят, сам стараюсь бывать у них. Словом, убежден, что сегодня мой день рождения не повод для масштабного веселья. Поэтому отмечу круглую дату в узком кругу дорогих мне людей. Но 11 июля, непосредственно в день рождения, в рамках Всемирного фестиваля циркового искусства «ИДОЛ», который будет проходить в нашем цирке, выйду на манеж в качестве ведущего. С 18 июля, уже на спектакле

Эдгард ЗАПАШНЫЙ:

// ЦИРК — Искусство трудолюбивое



ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

«Все уже работают»

— Вы — многодетный отец. Скажите, кто-то из ваших детей заразился цирковым вирусом?

— Все. Дочки, сын, обе племянницы — все уже работают, все пашут. Цирк — трудолюбивое искусство. Некоторые наши детки уже выигрывают на международных цирковых фестивалях. Они очень погружены в профессию, очень мотивированы и абсолютно не избалованы. Каждый день упорного труда доказывают свою состоятельность. Каждый из них к фамилии Запашный уже хочет приписать собственное имя.

«Совсем Большой», выступлю еще и как дрессировщик. Выступления будут приурочены сразу к двум датам — моему 50-летию и 55-летию цирка, который я возглавляю последние 14 лет.

— Помните, когда осознанно поняли, что хотите заниматься этой профессией?

— 1990-й год. Мне 14 лет, брату 13. В это время мы начали понимать, что добиться желаемого результата можно только трудом. А трудолюбия было не занимать. Спасибо родителям, которые нас правильно воспитали, сформировали правильное отношение к труду.

«Не жалею ни об одном дне»

— Можете сказать, что вы счастливы?

— Однозначно счастлив. Потому что не жалею ни об одном дне, проведенном в профессии. Несмотря на то, что я сталкивался с серьезными трудностями: были и травмы — физические и моральные, и боль, и трагедии. Но это все неотъемлемая часть нашей профессии. И я счастлив, что ею занимаюсь. Счастлив, что преуспел в этом деле, что вышел на уровень, который позволяет что-то делать не только для себя или для своей семьи, но и для других. Ну, и, конечно, в первую очередь стараюсь помогать нашей цирковой школе, нашему родному

цирковому искусству. Чтобы оно развивалось и впредь оставалось лучшим в мире.

— Вы — генеральный директор Большого Московского государственного цирка. У вас в подчинении более 400 человек. Мне кажется, самое сложное — это выстроить взаимоотношения с людьми.

— Понятно, что для всех хорошим не будешь. Но все равно стремиться к тому, чтобы жить с коллективом душа в душу. Это ежедневная рутинная работа, которой надо заниматься, но без этого никуда.

— Дрессировщик, руководитель большой компании, общественный деятель. Как бы вы сами расставили приоритеты?

— Сейчас руководство для меня на первом месте. Мне вверено большое предприятие с большим количеством людей и животных. Поэтому первым делом я должен быть именно руководителем. Но эта должность позволяет мне совмещать, и я по-прежнему остаюсь артистом, дрессировщиком. Это уже, так сказать, мое личное счастье. А по-

скольку у меня есть дополнительный ресурс и какое-то время, я могу еще быть полезным как общественный деятель.

Настоящие «Мужики»

— Вы ко всему ещё телеведущий, вели передачу на канале «Звезда» «Легенды цирка с Эдгардом Запашным»...

— С начала СВО эту программу закрыли, и теперь я — ведущий другой передачи — «Мужики», где рассказываю о наших героях, о героях СВО. Вышло уже более 50 программ. К сожалению, некоторых из них уже нет в живых, но в моих фильмах они будут жить всегда, убежден, что и в памяти народа тоже. Мы всегда будем ими гордиться. Так что в эту передачу я вкладываю большую часть своей души.

— Знаю, что за передачу «Мужики» ваша команда получила премию Министрства обороны, что подтверждает важность этого проекта. И гастроли в Луганске, откуда недавно вернулся коллектив вашего цирка, не менее важны...

— Да, конечно. Три года подряд, 9 мая, наш коллектив действительно выступает в Луганске и Донецке. В этом году мы показали в Луганске «Сказку о золотой рыбке».

— Постоянно работая в интенсиве, напряжении, наверху мечтаете передохнуть. Получается?

— Раз в пару лет (улыбается). Отдых все время откладывается на потом. Но, чем дальше, тем больше понимаю, что надо учиться это делать, чтобы сохранить работоспособность как можно дольше и в здравии.

Наталья АНОХИНА

Пожелание читателям «Телека»:

— Желаю читателям «Телека» здоровья и сил, благополучия и мудрости и ещё житейского умения фильтровать правду от лжи.





«Капитанская дочка» расскажет о вечных ценностях

Завершились съёмки эпической многосерийной драмы «Капитанская дочка» по мотивам одноимённой повести Александра Сергеевича Пушкина. Проект производства ON Студии, при участии кинокомпании Star Media, телеканала «Россия» и при поддержке Института развития интернета (АНО «ИРИ»). Телепремьера запланирована в эфире телеканала «Россия».

Главные роли – молодого офицера Петра Гринёва и его возлюбленной Маши – исполнили Олег Савостюк и Евгения Леонова. В картине также снялись Сергей Безруков, Евгений Ткачук, Виктория Исакова, Егор Корешков, Фёдор Добронравов и другие. Режиссер – Дима Литвиненко. Создатели проекта стремились воссоздать атмосферу эпохи Пугачёвского восстания с особым вниманием к исторической достоверности, масштабным натурным сценам и психологической глубине персонажей.

– Наверное, главное отличие нашей экранизации от предыдущих – в подробности повествования: все-таки у нас сериал, а не полнометражное кино, – рассказал о своей работе режиссер Дима Литвиненко. – Я считаю, что «Капитанская дочка» актуальна всегда, ведь любовь и честь – это абсолютно вечные драматургические двигатели историй.

Фото телеканала «Россия»

Комики станут сыщиками в комедийной сказке «Фунтик»

Продолжаются съёмки комедийной сказки «Фунтик», основанной на цикле историй детского писателя Валерия Шульжика о маленьком поросёнке. Производство картины занимаются кинокомпания «Киноцех» совместно с кинокомпанией ВОЛЬГА.

Фильм расскажет зрителям историю мальчика – циркового артиста (Матвей Тараканов) со сценическим именем Фунтик, который мечтает найти своих родителей. Он сбегает из цирка коварной госпожи Беладонны (Нонна Гришаева), использовавшей его в корыстных целях, и по пути обретает новых друзей. В погоне за беглецом отправляются преданные Беладонне ищейки Добер и Пинчер. Роли «лучших сыщиков в Галактике» исполнят комики Илья Куруч и Алексей Шальнов.

Фото кинокомпании ВОЛЬГА



«Ты супер!» вернётся в эфир с юбилейным сезоном

Осенью в эфир телеканала НТВ выйдет десятый сезон международного вокального проекта «Ты супер!», который на протяжении многих лет открывает стране талантливых детей, оставшихся без попечения родителей. Юбилейный сезон будет особенным: на сцену «Ты супер!» вернутся 48 самых ярких участников прошлых лет: Анастасия Симоганова, Валерия Адлейба, Иван Масленников, Карина Исмаилова, Денберел Ооржак, Виталий Толочкин, Владимир Скрипаль, Кирилл Есин и другие герои. Ведущими проекта выступят Вадим Такменёв и Анастасия Пак.

– В этот раз мы увидим наших любимых участников из прошлых сезонов! Все хотели узнать, что же с ними стало и какими они выросли. И такая возможность, наконец-то, выпала, – рассказала Анастасия Пак. – Главное – никто из наших ребят не бросил петь: практически все окончили музыкальные учебные заведения, поэтому в десятом сезоне случится настоящая битва.

Фото PR НТВ

Сергей Лазарев отправился за новыми талантами

В пятницу, 10 июля, в 21:30 на телеканале «Россия» начинается третий сезон вокального шоу «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». В этом году очные отборы впервые прошли в Ростове-на-Дону, Владикавказе, Самаре, Казани и Перми. Всего музыкальной командой проекта прослушано около 5000 претендентов! Бессменными звездами «Народного кастинга» остаются Николай Басков и Сергей Лазарев. В этом сезоне компанию им составили известные музыкальные эксперты сотни – представители разных жанров и школ: Олеся Евстигнеева, Ирина Олифер, Григорий Юрченко, Арсений Бородин, Андрей Солод, Николай Ерохин, Андрей Билль, Дарья Храмова, Этери Бериашвили и другие.

– Я, как и зрители, очень жду «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг», потому что это встреча с нашими участниками задолго до того, как их увидит вся сотня и телезрители осенью, – поделился эмоциями Сергей Лазарев. – Я всегда говорю о том, что обязательно надо иметь все слагаемые успешного выступления вкупе: это, безусловно, талант, голос, хороший правильный репертуар, и внешний образ, конечно, тоже влияет. А самое главное – выходить на сцену и получать удовольствие.

Фото телеканала «Россия»



ОСТАНОВИТЕ РАЗРУШЕНИЕ СУСТАВОВ!

Почему «АРСИЛ АРТРО» стал спасением для пенсионеров

ВОПРОС ЧИТАТЕЛЬНИЦЫ: «Прошу совета! Очень болят суставы: колени ноют, отекают, тяжело ногу сгибать, а в тазобедренном суставе тупая, периодически проходящая боль. Из дома практически не выхожу. В лучшем случае дойду до магазина и домой. Врачи говорят, что хорошо бы заменить сустав, а это операция под общим наркозом. В моем возрасте уже боюсь. Может быть есть какие-то натуральные комплексы, способные снять и боль и отек?» Галина Петровна, г. Раменское

СОВЕТ ЭКСПЕРТА: Боль в суставах, особенно с возрастом, возникает из-за повреждения и разрушения суставного хряща. Он покрывает поверхность костей в местах соединения. Процесс разрушения может затрагивать все суставы: коленный, тазобедренный, кисти рук.

Степень разрушения коленного сустава



Эластичные и гладкие хрящи работают как амортизаторы – не дают костям тереться друг о друга, предотвращая их разрушение во время движения. С возрастом суставной хрящ, из-за нехватки суставной жидкости, начинает изнашиваться и разрушаться.

Это приводит к хрусту и дискомфорту, боли при движении, ограничению подвижности.

Считалось, что это неизбежный процесс старения, но ученые доказали: восстановление суставов возможно!

Доказанная эффективность

Ученые обнаружили, что жители Крайнего Севера, чей рацион традиционно вклю-

чает тюлений жир, практически не страдают от артрита, артроза и остеопороза. Это подтверждает, что регулярное употребление тюленьего жира помогает поддерживать здоровье опорно-двигательного аппарата даже в пожилом возрасте. Жир тюленя богат полиненасыщенными жирными кислотами всех видов и скваленом, эти вещества необходимы для здоровья суставов и костей. Тюлений жир усваивается легче, чем рыбий, а питательная ценность у него намного выше. В его составе 24 вида жирных кислот, пять из которых нужно получать извне, то есть они не вырабатываются организмом самостоятельно.

«АРСИЛ АРТРО» – уникальный способ восстановить хрящи

Совсем недавно на российском рынке появился инновационный комплекс «АРСИЛ АРТРО». В его основе ценнейший тюлений жир, добыча которого разрешена всего четырем странам мира, в том числе и России.

«АРСИЛ АРТРО» помогает:

- стимулировать выработку суставной жидкости;
- остановить воспаление;
- избавиться от боли;
- восстановить хрящевую ткань;
- улучшить подвижность суставов.

«АРСИЛ АРТРО» – это целый комплекс уникальных ингредиентов, направленный на поддержание здоровья опорно-двигательного аппарата. У него нет аналогов.

Звоните бесплатно прямо сейчас:

8-800-100-55-60

или ***2031** (только с мобильного)

Код подарка **«ХОЧУ ХОДИТЬ»**



Помните, что крепкие и здоровые суставы – это активный образ жизни и наслаждение каждым моментом, это новые впечатления, свобода и легкость движения! Позаботьтесь о себе прямо сейчас!

Необходима консультация специалиста. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. I, комн. 28. СГР № АМ.01.07.01.003.R.002070.12.23 от 19.12.2023. * Акция действует с 01.07.2026 по 31.12.2026 при покупке 3 упаковок. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. На упаковке: Арсил; Артро; Ларга.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Куда податься без опыта работы в 2026 году?

«Требуется опыт от 1 года» – эта фраза в вакансиях действует на новичков как красная тряпка на быка. Кажется, что рынок закрыт, а диплом обесценился. Но проблема не в отсутствии стажа, а в незнании «входа». Вот пять дверей, которые открыты даже для вчерашнего студента.

Клиентский сервис и продажи (B2C)

Это вечная классика. Оператор колл-центра, консультант в магазине электроники или менеджер по работе с клиентами. Здесь не нужны сложные хард-скиллы. Работодатели ищут стрессоустойчивость, грамотную речь и желание зарабатывать.

Техподдержка и начальный IT

Вопреки стереотипам, в IT попадают не только программисты. Специалисты первой линии поддержки (L1) часто не пишут код, а работают по скриптам. Запросы клиентов типизированы, а базовые знания дают на курсах самой компании.

Работа с контентом и данными

Если вы пишете без ошибок и умеете гуглить – добро пожаловать в копирайтинг, SMM или модерацию. На маркетплейсах постоянно требуются менеджеры по заполнению карточек товаров. Эти задачи алгоритмичны, им обучают за вечер.

Логистика и складские операции

Кладовщик, комплектовщик или оператор ПК в отделе доставки. Это физически активная, но понятная работа. Крупные сети вроде Wildberries или Ozon постоянно открывают наборы, где дают полный инструктаж.

Рабочие профессии (помощники)

Помощник повара, автомойщик или курьер. Здесь ценятся руки и желание трудиться, а не записи в трудовой.

Каждое утро начинается одинаково: кофе недостаточно горячий, газета не там лежит, дети слишком шумят, а мир вообще устроен не так, как надо.

Он не злой – он просто вечно недоволен. И вы уже не помните, когда в последний раз слышали от него что-то теплое, кроме критики. Вы пытаетесь угодить, подстроиться, стать идеальной – но планка каждый раз поднимается выше. Знакомо? Тогда эта статья для вас.

Почему он такой?

Вечное недовольство редко бывает врожденным – чаще это защитный механизм или результат глубоких внутренних проблем.

1 Неудовлетворенность собой. Парадокс: чем больше мужчина недоволен собой, тем громче он критикует других. Это проекция. Он не может признать, что не достиг желаемого, не реализовался – и переносит эту боль на ближайшего человека.

2 Сценарий из детства. Если его самого растили в атмосфере вечной критики, он не умеет иначе. Для него «любовь» и «замечания» – синонимы. Он не осознает, что можно хвалить, поддерживать, принимать.

3 Страх близости и контроль. Постоянно указывая на ваши «недостатки», муж держит вас в состоянии неуверенности и зависимости. Это неосознанная стратегия: если вы будете слишком уверенной и счастливой, вы сможете уйти. А он этого боится.

4 Привычка и усталость. Длительный стресс, выгорание, финансовое давление – мужчины реже говорят о чувствах и чаще выражают дискомфорт через агрессию и раздражение. Он не против вас – он против мира. Но вы – самый безопасный объект для выплеска.

Вечно недовольный МУЖ.

уйти нельзя смириться



5 Разные языки любви.

Возможно, он считает, что забота = исправление недостатков. «Я говорю тебе, что плохо, потому что хочу, что-

бы стало лучше» – так он действительно может думать. И не понимает, что вместо «лучше» вы получаете только боль.

Ваша реальность

Как ни странно, вечно недовольный муж – это всегда история двоих. Вот несколько сценариев, которые могут быть разыграны.

ВЫ В РОЛИ СПАСАТЕЛЯ. «Если я стану еще лучше, еще удобнее, еще идеальнее – он наконец-то оценит». Знакомо? Это ловушка. Вы берете на себя ответственность за его счастье – а это непосильный груз. Вы не можете заполнить пустоту, которую он носит внутри себя.

ВЫ ТЕРПИТЕ, ПОТОМУ ЧТО СТРАШНО. Страшно уйти в никуда, страшно за детей, страшно, что «а вдруг я не права», страшно, что осудят родственники, страшно быть одной. Вы откладываете решение – а он с годами не меняется.

ВЫ ОПРАВДЫВАЕТЕ ЕГО. «Он же устает», «У него тяжелая работа», «Он не со зла». Вы придумываете сотни причин, чтобы не признать главное: его поведение – это его выбор. Ваше право – не быть мишенью для этого выбора.

Что делать? Четыре пути

Путь первый: принять как данность

Перестаньте ждать, что он изменится. Примите его недовольство как особенность, как хромоту или привычку громко храпеть. Научитесь отключаться и перестаньте реагировать на каждое его замечание.

Путь второй: честный разговор

Не в момент скандала, а в спокойной обстановке. Без обвинений, через «я-сообщения»: «Я чувствую себя обесцененной, когда слышу критику. Мне нужна поддержка, а не замечания». Если он готов слушать – есть шанс. Если он обесценивает и ваши чувства – это тоже ответ.

Путь третий: совместная терапия

Многие мужчины боятся слова «психолог», но иногда это единственный шанс. Третья сторона, нейтральный взгляд, может помочь ему увидеть то, что он не замечает.

Путь четвертый: уйти

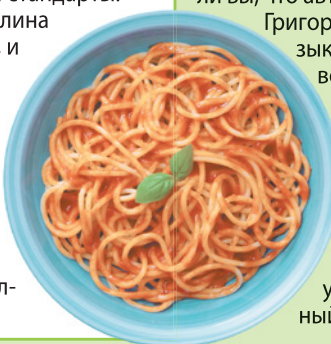
Если годы попыток не дали результата, если вы разрушаетесь, если дети растут в атмосфере вечного напряжения – возможно, любовь к себе важнее, чем сохранение формы без содержания. Уйти не значит проиграть. Уйти – значит признать: я достойна другого. И это не эгоизм – это ответственность за свою единственную жизнь.

Нет правильного ответа на вопрос «уйти или смириться». Важно другое: вы не обязаны терпеть. Вы – отдельная личность со своим правом на счастье, тепло и принятие. И если этот текст заставил вас задуматься – значит, время пришло. Какое бы решение вы ни приняли – пусть оно будет вашим.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Какой длины спагетти?

Итальянцы относятся к пасте максимально серьезно. Недаром они придумали более 500 видов этого продукта. Примерно треть от этого числа – спагетти. И тут тоже есть свои стандарты. Например, традиционно длина спагетти составляла 50 см, и ломать их во время варки категорически запрещалось. В наше время стандарты пришлось пересмотреть. В целях экономии места длину спагетти сократили вдвое. Но для ценителей традиций до сих пор изготавливают мелкие партии по 50 см.



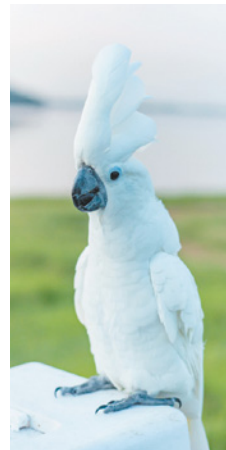
Шедевр из пластилина

Легендарный мультфильм Александра Татарского «Пластилиновая ворона» знаком всем. А знаете ли вы, что автор музыки, композитор Григорий Гладков, написал музыку на 8 минут. Проблема возникла, когда выяснилось, что экранного времени отведено на три минуты меньше. Выход нашлся просто: аудиодорожку ускорили. В результате получился тот самый узнаваемый «мультишный» звук.

Какаду-мастеровой

Попугаи недаром считаются самыми умными птицами.

Ученые из Австрии провели ряд экспериментов и доказали, что какаду Гоффина способны осознанно пользоваться приспособлениями, чтобы добывать еду. Они предлагали птицам угощение, до которого можно было добраться, используя последовательно несколько разных палочек. Большинство подопытных быстро справились с задачей. А научившись добывать еду, начали носить палочки с собой – вдруг пригодятся?



Легенда из мира мотоциклов

В 20-е годы прошлого века конструкторы создали уникальный мотоцикл под названием «Мегола». Его главная особенность была в том, что двигатель располагался на переднем колесе. Такая конструкция имела ряд недостатков: заводилась с толкача и не могла полностью останавливаться, не заглушив мотор. Зато у такого мотоцикла была отличная управляемость и весьма крутящий момент.

Светлана СИДОРЧУК



РОССИЙСКИЙ РАЗРАБОТЧИК
И ПРОИЗВОДИТЕЛЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ

Prodex

КАК УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ ВСЕГО ЗА 5 МИНУТ В ДЕНЬ? ОТКРЫТИЕ, ДОСТОЙНОЕ НОБЕЛЕВСКОЙ ПРЕМИИ!



«Всю жизнь поработала швеей. Зрение всегда было отличное. Но пять лет назад я заметила, что стала хуже видеть. С тех пор я начала стремительно терять зрение. Сейчас уже не только нитку в иголку вдеть не могу - все плывет. Даже собственные пальцы на вытянутой руке не вижу. Что дальше, слепота? А ведь мне еще и 60 нет! Страшно. Не хочу быть обузой родным...» Вот такое письмо с криком о помощи пришло в нашу редакцию. И, к сожалению, таких людей с каждым годом становится все больше и больше. Поэтому мы решили серьезно разобраться в этой проблеме и выяснить, есть ли оно - «лекарство» от старости? И можно ли продлить молодость своих глаз?

«БОЛЕЗНЬ КОРОТКИХ РУК»

Чтобы прочесть любимую газету, руку приходится отодвигать всё дальше и дальше от глаз. Знакомая ситуация?

В народе это называется «болезнь коротких рук». Но это вовсе не болезнь, конечно, а естественный процесс. А уж если есть хронические заболевания (гипертония, диабет, шейный остеохондроз), дело и вовсе может закончиться слепотой.

Но исправить ситуацию можно!

Ещё мало кто знает, но учёные из Санкт-Петербурга разработали, уникальный аппарат. Который может в домашних условиях, без операции улучшить зрение - «Глазник»!

НОБЕЛЕВСКАЯ ПРЕМИЯ ЗА ИЗОБРЕТЕНИЕ

В 1964 году советский академик Александр Михайлович Прохоров получил Нобелевскую премию по физике за изобретение лазерных технологий. Это открытие навсегда изменило медицину.

Сегодня лазерная терапия - это самый надёжный, а главное эффективный способ лечения. Который может помочь, казалось бы, даже в самых безнадежных ситуациях! Именно такая технология и применяется в аппарате «Глазник».

В основе его работы лежит воздействие на глаза низкоинтенсивным монохроматическим лазерным излучением. Раньше лечение лазером было доступно лишь в специализированных центрах, квоту в которые приходилось ждать годами. Или же в частных клиниках за большие деньги. И только с появлением аппарата «Глазник» хорошее зрение стало доступно каждому! Тем более что лечиться им можно даже дома. А процедура длится не более 5 минут! Да и цена доступная!

ЗАБУДЬТЕ ПРО КАПЛИ И УКОЛЫ В ГЛАЗА!

Аппарат «Глазник» способствует разрастанию капиллярной сетки глаз.

Больше капилляров - лучше питание тканей и кровотоков. Это позволяет быстрее справиться с истощением глазных тканей и дистрофией. Ведь именно это является первопричиной большинства глазных заболеваний! А для людей, страдающих диабетом, аппарат «Глазник» вообще не заменим. Ведь глаза для них - слабое место! Аппарат поможет справиться с главной проблемой - диабетическими сгустками в глазных капиллярах. И остановить потерю зрения. «Глазник» также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые ещё не атрофированы. То есть предотвращает дальнейшее ухудшение и, что важно, сохраняет здоровые участки. В результате улучшается отток жидкости, диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, и происходит невероятное - функция нерва начинает восстанавливаться! Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фантастика! При этом многим, чтобы увидеть первые улучшения, требуется всего один курс процедур! А эффект от него держится длительное время!

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- глаукома (повреждение зрительного нерва при увеличенном внутриглазном давлении);
- катаракта (помутнение хрусталика);
- дистрофия, диабетическая ретинопатия и другие поражения сетчатки;
- частичная атрофия зрительного нерва;

- конъюнктивит (воспаление слизистой глаза);
- гнойное воспаление и герпес век;
- дистрофические заболевания и воспаления роговицы глаза;
- иридоциклит и хориоретинит (воспаление радужки и цилиарного тела глаза).

ОДОБРЕНО ПРОФЕССИОНАЛАМИ!

Аппарат «Глазник» настолько уникален, что аналогов у этого аппарата нет.

Весь секрет в том, что для достижения качественного лечебного эффекта длина волны лазерного излучения должна быть 650 нанометров. Так вот, из всех представленных на рынке аппаратов для улучшения зрения только «Глазник» обладает такими параметрами.

Теперь Вы понимаете, почему среди профессионалов «Глазник» получил самые высокие оценки! Его феноменальным результатам были поражены даже заядлые скептики. Ведь как показали исследования (на базе Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика И. П. Павлова), положительные изменения наблюдались в 89 % случаев!

Поэтому если у Вас плохое зрение и Вы действительно нуждаетесь в лечении - не тяните время. Звоните прямо сейчас. Иначе Ваша льгота просто пропадёт или же ей воспользуются другие. Верните себе здоровье. И смотрите на мир своими глазами!

ПОДАРОК ЗА ПРОСТОЙ ЗВОНОК! ВАШИ ГЛАЗА СКАЖУТ ВАМ «СПАСИБО»!
ПОЗВОНТЕ СЕЙЧАС И ПОЛУЧИТЕ БОНУС!



«Я 5 лет откладывала покупку из-за цены... и зря!
Всего 1 звонок — и мне доставили аппарат с огромной скидкой!»
Ольга Семеновна, 67 лет, г. Краснодар

ТОЛЬКО ДЛЯ ПЕРВЫХ 100 ЗВОНКОВ!



- 1 СПЕЦИАЛЬНАЯ СКИДКА на хит-аппарат «Глазник»¹
- 2 БЕСПЛАТНАЯ консультация и доставка

**БЕСПЛАТНАЯ «ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ»
ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ ЗАКАЗА:**

8 (800) 333-17-38
WWW.PRODEX.RU²

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. *Акция действует с 08.07.2026 г. до 08.08.2026 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. Перевод: селфдокс, продекс. ¹Среди аппаратов продекс. ²ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.



Живу с близорукостью, зрение — минус 4. Дома хожу в очках, а если выхожу, то надеваю линзы. В общем, постоянная головная боль. Когда совсем надоело мучиться со зрением, решила попробовать что-то действенное. Заказала «Глазник». Быстро разобралась с инструкцией: что куда, какой режим. Аппарат простой и удобный. Стала им пользоваться и через 5 процедур ко мне начала возвращаться острота зрения. Как говорится, картинка стала четче, цвета ярче. Рекомендую всем, кто хочет вернуть себе нормальное зрение!

Надежда Васильевна П., 63 года, г. Челябинск



Я программист. За последние несколько лет глаза из-за компьютера стали сильно уставать. Часто появляется раздражение, боль, жжение. Иногда глаза вообще начинают слезиться. Ходить по процедурам не привык — нет времени. Знакомый офтальмолог порекомендовал отечественную разработку — аппарат «Глазник». Прибор ничем не уступает физкабинетной технике, при этом им можно пользоваться дома, носить с собой. После пары курсов глаза перестали слезиться и болеть, как раньше не устали. Спасибо «Глазнику»!

Антон Сергеевич В., 51 год, г. Зеленоград

Окончив мастерскую Алексея Бородина в ГИТИСе, Александра оказалась перед выбором – остаться служить в РАМТе (Российский академический молодежный театр), худруком которого является Алексей Бородин, или принять предложение театра «Школа драматического искусства» (ШДИ).

Александра остановила свой выбор на ШДИ. Захотелось выйти из зоны комфорта, из-под крыла своего мастера, отправиться в самостоятельный путь, в начале которого ее ждали две главные роли: в спектакле «Сюзанна» (с народной артисткой России Евгенией Симоновой) и Калерия в «Дачниках»...

Хочется большой роли

– **Признайтесь, спустя 10 лет после того решающего шага, не пожалели о своём выборе?**

– Если вспомнить себя в 22 года, когда окончила ГИТИС, и сравнить с той, что сейчас, это небо и земля. Могу уверенно сказать, что мне повезло. Многие, оказавшись в театре, подолгу выходят на сцену в массовке, играют в эпизодах, а мне сразу дали главные роли. Я это очень ценю. Конечно, иногда закрадывается мысль: что было бы, если бы стала служить в РАМТе,

Александра ЛАХТЮХОВА:

ТЕАТР – ТОНУС для актёра

ДЕТАЛИ



Благодарна родителям и учителям

– Читала в одном из ваших интервью, что в юности, глядя на маму и бабушку, вы категорически заявляли, что никогда не будете учителем, как они. Но профессия педагога всё равно догнала вас. Вы стали преподавать в педагогическом университете на актёрском отделении.

– Да, четыре года я выступала в качестве педагога. Когда поступило такое предложение, мне было 23 года. С ребятами, почти моими ровесниками, было здорово дружить и общаться, даже какие-то классные вещи делать. Но я поняла, что должно-го опыта у меня нет. И ушла.

– **А любовь к Набокову тоже привили мама с бабушкой? Знаю, что у вас большая коллекция его книг...**

– Моя любовь к Набокову началась со спектакля «Приглашение на казнь», который посмотрела в РАМТе. Я в большей степени визуал, и для меня тот спектакль соединился с прочитанным произведением. Все вместе произвело невероятное впечатление. Это было эмоциональное восприятие. А коллекция набоковских книг началась в 2019-м году, когда мы с подругой оказались на книжном развале в Барселоне, и я увидела «Камеру обскура» в рваной обложке. Просто не могла ее не купить. Она и стала первой книгой будущей коллекции. Сегодня у меня книги Набокова на итальянском, венгерском, голландском, английском языках, на фарси... Из всех стран, куда езжу, привожу их.

– **Вы свободно говорите на английском. Без перевода смотрите фильмы на английском... Откуда такой опыт?**

– Я хорошо и увлеченно училась в московской спецшколе, где английский был пять раз в неделю. Во время летних каникул практиковала язык в Лондоне. Спасибо родителям, которые дали мне такую возможность. Вообще за все лучшее, что есть у меня в жизни, я благодарна родителям и учителям.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– **Цените жизнь, заряжайте себя позитивом. Любите окружающий мир. Он такой прекрасный. Это вдохновляет и даёт много энергии.**

– Каждые новые съемки – дополнительный опыт, независимо от того, снимаешься ли ты в главной роли в мелодраме «Твоя чужая» или в небольшой роли в фильме «Когда горит огонь», премьера которого только прошла на Первом канале. Для меня это одинаково классная работа, новый опыт. Обожаю работать. Мне сложно сидеть и ничего не делать. Слава Богу, в театре у меня большая загруженность. Хотя не скрою, хочется больше пространства для кино, хочется на нем сфокусироваться, получить больше опыта в интересных проектах с интересными людьми. При этом я очень люблю театр. Он был, есть и будет в моей жизни. Театр – тонус для актёра.

Интересно жить и работать

– **Рассстраиваетесь, если встречаете в свой адрес критику?**

– Человек так устроен, что если ему скажут 10 хороших слов, он все равно запомнит одно плохое. Не потому, что как-то сильно зависим, а просто некоторые слова попадают в точки неуверенности. Как у любого нормального человека, у меня бывают минуты, когда сомневаюсь в себе. Например, до самой премьеры могу переживать, думать, способна ли сыграть эту роль?



Сцена из спектакля «Строитель Солныс».

– **Вместе с мужем (актёр Алексей Славкин) играете в спектаклях «Гроза. Апокриф» и «Черный монах». Как вам вместе работаете? Как приняла вас известная актёрская семья? (Алексей – сын актрисы Зои Кайдановской и внук актёров Евгении Симоновой и Александра Кайдановского. – Прим. ред.).**

– Замечательно приняла. Я благодарна судьбе, что так получилось. Семья Кайдановских-Симоновых очень поддерживает меня, в профессиональном плане в том числе, ходит на мои премьеры, что очень приятно. Что касается мужа, я люблю работать с Алексеем, мне нравится обсуждать творческую составляющую нашей жизни (улыбается). Много советуюсь с ним по поводу съемок, потому как в кино у него больше опыта, чем у меня. И когда записываю дома пробы, он выступает в качестве партнера. Нам интересно вместе жить и работать.

Наталья АНОХИНА

Такая полезная смородина

Любимая ягода садоводов – смородина, день которой отмечается в России 14 июля. Наша викторина об этой пахучей и полезной ягоде.



1 Смородина богата витаминами. Интересно, что неспелые ягоды насыщены аскорбиновой кислотой аж в четыре раза больше, чем спелые. Но есть такие ягоды не полезно: кроме проблем с ЖКТ можно получить и аллергию. А спелые ягоды, в количестве 35-40 штук, позволяют взрослому человеку получить дневную норму витамина С. А в какой ещё части растения содержится кладезь витаминов?

а) Ветки. **б)** Почка. **в)** Листья.

2 Из ягод чёрной смородины изготавливают краситель (в пищевой промышленности зарегистрирован как Е163). Цвет обеспечивают антоцианы – растительные пигменты. Натуральный краситель даёт цвет от красно-фиолетового до синего, что зависит от кислотности среды. Используется он в разных сферах: в текстильной промышленности, в косметике (окрашиваются витаминные комплексы – источники антиоксидантов), и, конечно, в пищевой продукции. Такой краситель применяют для окрашивания кондитерских изделий – конфет, глазурей, мармелада, соусов, йогуртов, выпечки. В какой цвет окрасит смородиновый краситель любой молочный продукт?

а) В красный. **б)** От красного до синего. **в)** В синий.



3 Русский народ очень метко подмечает все нюансы выращивания и свойства растений. Эта пословица про смородину в иносказательном смысле означает, что если человек любит что-то, то и с его недостатками должен мириться. Какая пословица наиболее близка к этой ситуации?

а) «Любишь смородину – люби и оскомину». **б)** «Коси малину, руби смородину». **в)** «Черную смородину растят для внуков, красную – для детей, белую – для себя».

1-в. Листья. **2-б, в.** От красного до синего и в синий. **3-а.** «Любишь смородину – люби и оскомину».

«ЭТО ПРЕСТУПЛЕНИЕ ДЕРЖАТЬ ТАКОЕ ОТКРЫТИЕ В ТАЙНЕ. Мой долг – дать людям возможность слышать мир четко»

Это заявление уважаемого специалиста по восстановлению слуха всколыхнуло все сообщество. Речь идет об уникальном подходе, который предлагает не лечение симптомов, а полную «перезагрузку» слуховой системы. В тихом кабинете, среди научных монографий и наград, профессор Николай Андреевич сделал заявление, которое звучало как исповедь: он представил уникальную разработку – ушные капли «Сенсолан», которые способны полностью обновить и «перезагрузить» слух на клеточном уровне.

Тихий ужас потери слуха: почему нельзя игнорировать признаки тугоухости?

Многие из нас сталкиваются с тугоухостью или просто с признаками угасания слуха: приглушенные звуки, сложности с распознаванием речи, ощущение, словно звуки стали нечеткими и далекими. Этот тихий, подкрадывающийся страх – страх однажды потерять возможность слышать мир во всех его проявлениях – знаком очень многим, в том числе и профессору, который ранее страдал от тугоухости. А что насчет вас? Представьте мир без музыки, без голосов близких, без возможности услышать звонок телефона. Именно этот страх и чувство профессионального долга подтолкнули профессора Николая Андреевича к его сенсационному шагу.

«Перезагрузка» слуха: новая эра

Ключевая особенность капель «Сенсолан» заключается в их уникальной формуле. Препарат работает как мощный ускоритель обновления, обеспечивая полную «перезагрузку» слуховой системы. Как объясняет профессор, это первые в стране капли, которые обладают невероятной биосовместимостью с органами слуха. Они являются аналогом «знаменитых тканевых биоматериалов», которые уже много лет успешно применяются для восстановления поврежденных структур.

«Мы запускаем процесс глубокой клеточной «перезагрузки». Это помогает тканям ушного аппарата полностью обновиться и «вспомнить», как работать правильно», – подчеркнул профессор.

Моральный долг или преступление? Почему формулу нельзя скрывать

Самое сильное в этой истории – это не научные термины, а этическая позиция профессора. Западные фармкомпании предлагали выкупить формулу за 5 миллионов долларов и впоследствии запретить продажу капель «Сенсолан» на территории России. Он заявил, что не имеет права скрывать формулу от своих сограждан, ведь эти уникальные капли могут помочь вернуть хороший слух, как в молодости.

«Это вопрос совести: как можно молчать о решении проблемы, которая изолирует людей от полноценной жизни, как можно на этом зарабатывать, как можно не поделиться средством, которое помогло мне самому вернуть хороший слух, а также моим пациентам?» – эмоционально говорит Николай Андреевич.

Открыта запись в реестр на получение «Сенсолана»

Профессор прямо сказал: здоровье пытались поменять на деньги. Обычным людям хотели закрыть доступ к «Сенсолану».

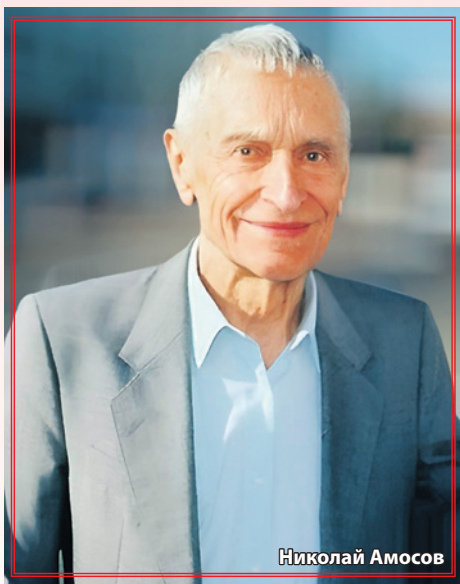


Николай Андреевич

«Когда кто-то решает, кому слышать, а кому – привыкать к тишине, это цинизм. Я не буду молчать и скрывать правду», – подчеркнул он.

Чтобы средство не исчезло в закрытых поставках и у перекупщиков, открыт реестр распределения первой партии в порядке живой очереди. Это не продажа, а льготная программа. Расходы покрывает производитель. Чтобы получить «Сенсолан», необходимо позвонить по телефону: 8-800-303-05-55 и при звонке сказать оператору: «Я хочу записаться в реестр № 2509». Запись открыта с 8 июля до 5 августа 2026 г.

«ЭЛИКСИР АМОСОВА»¹ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА, СОСУДОВ И УЛУЧШИТЬ РАБОТУ МОЗГА!



Николай Амосов

Николай Михайлович Амосов – легендарный советский академик. Он прославился на весь мир не только тем, что спас тысячи людей, но и еще Николай Михайлович автор уникальной рецептуры, которая может помочь улучшить состояние сердечно-сосудистой системы, головного мозга и организма в целом без операций и лекарств.



В чем заключается секрет здоровья от Амосова?

Основной принцип – прием натурального препарата, способствующего восстановлению сердечно-сосудистой системы. Амосов создал его состав сам. Он часто его назначал людям, многие из которых впоследствии отмечали настолько сильные улучшения, что даже отказывались от лекарств и возвращались к полноценной жизни. Рецепт его препарата актуален по сей день. Пользуясь им, ученые создали средство, которое полностью повторяет легендарное средство академика – «Эликсир Амосова». В его состав входят экстракты прополиса, виноградных косточек, финика, инжира, абрикоса, сливы, грецкого ореха, кешью,

а также витаминный премикс. «Эликсир Амосова» пьют 1 раз в день во время еды. Препарат создан в жидкой форме, благодаря чему прекрасно усваивается организмом.

Как действует «Эликсир Амосова»?

Благодаря специально подобранному натуральному составу он способствует очищению сосудов от холестериновых бляшек, тромбов, кальциевой извести, нормализации уровня холестерина, разжижению крови и наполнению ее кислородом, стимуляции выработки молодых красных кровяных телец, заживлению микроразрывов сосудов и улучшению их тонуса.

Высокая эффективность

Природные компоненты «Эликсира Амосова» для внутреннего применения способствуют улучшению памяти, избавлению от тревожности, головных болей, нестабильного давления и головокружений, повышению настроения и укреплению нервной системы. Они содействуют

стабильной работе сердца, устранению ишемии. Активная формула «Эликсира Амосова» может помочь преодолеть одышку, шум в ушах, онемение конечностей и холод в них, подарить возможность в целом чувствовать себя лучше. Так что если вы страдаете от гипертонии, атеросклероза, стенокардии, сердечной недостаточности, нарушений памяти, головных болей, панических атак или депрессии, вам определенно следует обратить внимание на это уникальное средство!

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ**

«Каждому пенсионеру – здоровое сердце и мозг»

Страдаете от заболеваний сердечно-сосудистой системы? Тогда вы имеете право на программу по приобретению «Эликсира Амосова». Скидка действует только с 8 июля до 8 августа 2026 г. Чтобы воспользоваться скидкой:

1. Позвоните по телефону **8-800-302-30-30**
2. Продиктуйте код **6055** и получите «Эликсир Амосова» **ВСЕГО ЗА 9 РУБЛЕЙ!**

Звонки и доставка бесплатные!²
¹«Эликсир Амосова» – это Ампилы Амосова.

Кабачок, наверное, самый популярный овощ лета после помидоров и огурцов. Что совсем не удивительно, ведь блюда из кабачка легки в приготовлении, всегда вкусны и очень полезны.

Чтобы получить максимально вкусное блюдо из кабачка, срывать его нужно в самом нежном возрасте, не старше 7-12 дней, когда плод не длиннее 20 см, а лучше еще меньше. Главная особенность кабачка – он легко сочетается практически с любыми продуктами, поэтому блюдо с кабачками в мировой кулинарии бесчисленное количество. Это и салаты, и закуски, и гарниры, а также первые и горячие блюда. Если хотите удивить гостей, угостите их вареньем из кабачков, для приготовления которого можно использовать даже переросшие плоды. Все вышесказанное касается также родных братьев кабачка – цуккини и патиссонов.

Запечённые чипсы

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 101 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 молодых цуккини
- 2 ст. л. растительного (оливкового) масла
- 1 ч. л. поджаренной паприки ■ молотый чёрный перец ■ соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Цуккини вымыть, обсушить, нарезать тонкими (1-2 мм) кружочками, пересыпать солью, переложить в дуршлаг, оставить на 15-20 минут, дать стечь всему выделившемуся соку, переложить в миску.
- 2** Полить кружки цуккини растительным маслом, посыпать паприкой, солью и перцем, перемешать, выложить в один слой на противень, застеленный силиконовым ковриком (или бумагой для выпечки).
- 3** Запекать в разогретой до 100-110 градусов духовке до золотистого цвета и хруста (примерно полтора часа).
- 4** Готовые чипсы переложить на решетку или бумажные полотенца, дать полностью остыть.

СОВЕТЫ

- Тонко нарезать кабачки можно с помощью специальной тёрки или овощечистки.
- Сделать чипсы из кабачков ещё проще в электросушилке.

КАБАЧОК- от варенья до чипсов

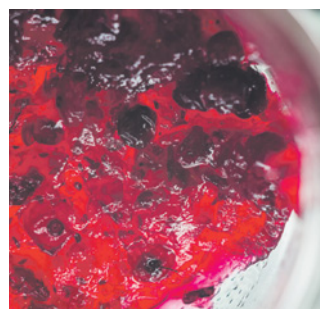


Варенье с чёрной смородиной

Российская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 170 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг кабачков
- 500 г чёрной смородины
- 1 кг сахара



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Смородину снять с веточек, вымыть, обсушить.
- 2** У кабачков удалить семена, нарезать кубиками.
- 3** Сложить кабачки и смородину в емкость для варки варенья, засыпать сахаром, оставить на несколько часов до выделения сока.
- 4** Когда выделится сок, емкость поставить на слабый огонь, довести, помешивая, до кипения (сахар должен полностью раствориться); через 5-10 минут снять с огня.
- 5** Через 12 часов снова довести до кипения, варить 5-10 минут; еще через 12 часов повторить еще раз.
- 6** Готовому варенью дать полностью остыть, разложить по чистым банкам. Хранить в прохладном месте.

Жаренные с сыром кабачки

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 61 ккал

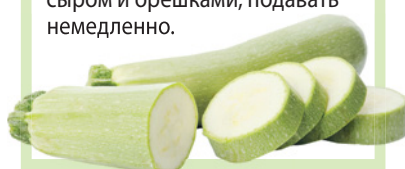
ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 молодых кабачка
- 50 г тёртого твёрдого сыра
- 1 лимон
- 2 ст. л. очищенных кедровых орехов
- растительное масло для фритюра
- молотый чёрный перец
- соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Орехи подсушить на сухой сковороде.
- 2** Из половинки лимона выжать сок.
- 3** Кабачки нарезать некрупными брусочками, обжарить во фритюре до готовности.
- 4** Горячие кабачки разложить по тарелкам, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сыром и орешками; подавать немедленно.



Салат из молодых кабачков

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 45 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 3 молодых кабачка
- 1 пучок шнитт-лука
- 2-3 зубчика чеснока
- 80 мл натурального питьевого йогурта
- 1 ст. л. растительного масла
- горсть очищенных тыквенных семечек ■ соль ■ молотый чёрный перец



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Семечки подсушить на сухой сковороде. Кабачки вымыть, обсушить, нарезать тонкими полосками.
- 2** Шнитт-лук нарезать некрупно, чеснок нарубить.
- 3** Соединить полоски кабачков и лук, посолить, поперчить, сбрызнуть маслом, перемешать.
- 4** Йогурт смешать с чесноком, заправить салат.
- 5** Готовый салат разложить по порционным салатникам, посыпать семечками; подавать немедленно.

Корсиканский суп из цуккини

Французская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 54 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 молодых цуккини
- 1-2 спелых помидора
- 1 лук-шалот
- 3-4 зубчика чеснока
- 500 мл овощного бульона
- 2-3 веточки тимьяна
- 4-5 ст. л. растительного (оливкового) масла
- 1 багет ■ молотый чёрный перец ■ соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Цуккини и лук нарезать мелко, помидоры разрезать на четвертинки, 2 зубчика чеснока мелко порубить.
- 2** В кастрюле с толстым дном разогреть 2 ст. л. оливкового масла, обжарить до прозрачности лук, добавить цуккини, жарить, помешивая, 5-7 минут.
- 3** Добавить в кастрюлю еще 1 ложку масла, тимьян, помидоры и рубленый чеснок, жарить, периодически помешивая, еще 10-15 минут на среднем огне.
- 4** Влить горячий бульон (или воду), посолить, поперчить, довести до кипения, томить на слабом огне под крышкой 30 минут.
- 5** Сделать крутоны: багет нарезать небольшими ломтиками, чеснок раздавить плоской стороной ножа; в сковороде разогреть оставшееся масло, обжарить чеснок до отчетливого аромата, извлечь из сковороды; на чесночном масле поджарить ломтики багета до румяности; готовые крутоны переложить на бумажные полотенца.
- 6** Готовый суп пюрировать с помощью блендера (тимьян предварительно убрать), дать полностью остыть.
- 7** Перед подачей суп разогреть, подавать с крутонами.

Я выхожу замуж. Первый раз за свои пятьдесят с хвостиком.

Мы случайно пересеклись спустя почти 30 лет после знакомства, и оба восприняли нашу встречу как чудо. Наверное, и правда жизнь подбрасывает испытания для того, чтобы мы научились ценить то хорошее, что приходит позже.

Молодо-зелено

После окончания института по распределению я попала на завод, где должна была отработать три года. Предприятие находилось в соседнем городе, и мне хотелось быстрее вернуться домой.

В один из дней в наш отдел зашел новый курьер – молодой паренек. Уж не знаю, почему я ему так приглянулась, но с того самого первого дня Антон не давал мне проходу. Мне, конечно, льстило его внимание, но в качестве жениха я его не рассматривала. Одна из причин – разница в возрасте. Он был младше меня на пять лет, и через несколько месяцев его должны были призвать в армию. Но дело даже не в этом. Если бы я окунулась в вихрь чувств, любая причина не имела бы никакой силы. Но тогда мое сердце билось ровно и спокойно.

– Скоро я отправлюсь в армию, – остановил меня в коридоре Антон. – Ты будешь ждать?

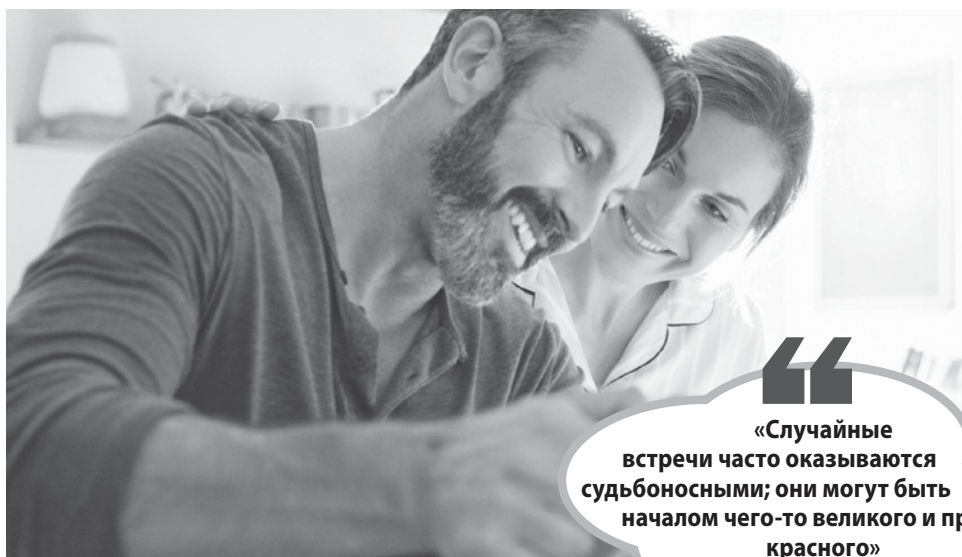
Я посмотрела в его полные надежды глаза, вздохнула и твердо сказала:

– Ты хороший парень, но для меня слишком юный. Извини, но у нас разные пути.

– Все равно мы будем вместе. Не сейчас, потом, я точно знаю, – ответил парень, повернулся и быстро ушел.

В армию Антона провозжали всем отделом. Каждый произносил напутственные речи, когда

ЛЮБОВЬ, пережитая дважды



«Случайные встречи часто оказываются судьбоносными; они могут быть началом чего-то великого и прекрасного»
Иван Тургенев

очередь дошла до меня, я стала говорить общие слова о родине, долге, о том, что на заводе все будут рады его возвращению.

– И ты? – он посмотрел на меня долгим взглядом.

– Конечно, – смутилась я.

Отложенное решение

Вскоре в моей жизни появился Григорий, инженер-конструктор. Мы начали встречаться на обедах, а затем и после работы. Григорий умел слушать, и мне было приятно делиться с ним своими мыслями и переживаниями. Он рассказывал о своих проектах, о сложностях, с которыми сталкивался на работе, а я делилась своими впечатлениями о заводе и жизни в новом городе. О том, что Григорий женат, я узнала случайно. Когда я реши-

лась на серьезный разговор, он замаялся.

– Я думаю о разводе, но это сложно. У нас ребенок, и я не хочу его травмировать.

Песня «У нас с женой уже давно нет любви. Мы просто живем под одной крышей ради сына» длилась еще почти год. Я выслушивала его сомнения, успокаивала, поддерживала и ждала, когда, наконец, он примет решение. Истекали три года моей обязательной отработки по распределению. Как только вышел срок, я уволилась с завода и вернулась в родной город.

От себя не убежишь

Жизнь потекла своим чередом. Я нашла интересную работу по душе, которая увлекла меня на долгие годы. Личная жизнь складывалась с пе-

ременным успехом – меня любили, я любила, но до статуса замужней женщины так и не дошла.

От заводской подружки, с которой мы с молодости сдружились на всю жизнь, знала, что Антон после армии вернулся на завод, заочно окончил институт, женился и строил карьеру на предприятии. Больше мы с ним не встречались, но я помнила влюбленного юношу все время.

Прошло время, я отметила полувековой юбилей. В моей жизни было по-прежнему уравновешенно спокойно: работа – дом – садовый участок. Я смирилась со всеми обстоятельствами своего бытия и уже не питала никаких иллюзий. В то утро, которое развернуло мою судьбу на 180 градусов, я проснулась с ощущением радости. В прекрасном настроении раздернула

шторы и увидела за окном радугу. От макушки до пят пробежали мурашки.

Новая встреча

Я увидела Антона первой – он вылез из припаркованной машины и направился в мою сторону, не отрывая взгляда от телефона. Меня будто приварили к асфальту. Когда он поравнялся со мной, мельком взглянул и пошел дальше. Через пару метров Антон резко развернулся и застыл.

– Это ты? – выдохнул он.

Я смогла только утвердительно качнуть головой.

Мы брели по улице, и разговор шел так легко, будто расстались только вчера.

– Работал на заводе, потом открыл свое дело. Дети выросли, встали на ноги, живут отдельно, но навещают часто, – рассказывал Антон. – Ребята у меня замечательные, стараются скрасить мое одиночество.

– Одиночество? А жена?

– Машу я потерял два года назад, – после паузы ответил Антон. – Она и не болела совсем, просто уснула навсегда.

– Прости, мне очень жаль... – мое сердце сжалось от сочувствия.

– Было тяжело, но жизнь продолжается. А ты как живешь? Семья, дети?

– Нет, не сложилось как-то, – улыбнулась я с легкой грустью. – Казалось, что времени еще навалом, а оно пролетело слишком быстро. Сколько ж мы не виделись?

– 27 лет, – ответил Антон. – Ты совсем не изменилась.

– А ты очень изменился. Я знала тебя совсем юным, а теперь ты ..., – замялась я, подбирая слова.

– Теперь мы сравнялись по годам, – рассмеялся он. – Вернее, я подросток, а ты все та же красивая недостижимая звездочка.

Возраст не помеха

Мы стали общаться, переписывались и созванивались почти каждый вечер. И я поймала себя на мысли: это тот человек, с которым мне хочется быть рядом.

Антон оказался очень практичным, рукастым мужчиной. С его появлением мой садовый участок превратился в райское местечко. Мы разбирали и сжигали старый хлам, когда Антон повернулся и как-то буднично сказал:

– Ленусь, у меня к тебе дело.

– Да? – ответила я, поправляя выбившиеся волосы из-под косынки.

– Давай поженимся? Я замерла от неожиданности:

– Ты серьезно?

– Да! Хочу провести с тобой всю оставшуюся жизнь. Надеюсь, мой возраст тебя больше не смущает?

...
Завтра наша свадьба. Конечно, волнуясь, но только из-за организационных вопросов. Теперь точно знаю: можно снова стать счастливой с человеком, который когда-то уже был в твоей жизни.

ЕЛЕНА

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

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

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

1 ★★★★★★

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

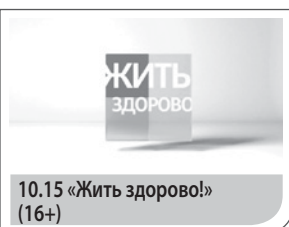
2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

ПЕРВЫЙ



10.15 «Жить здорово!» (16+)

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

РОССИЯ 1



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+)
 16.30 Вести
 17.00 «Малахов». (16+)
 18.00 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
 21.30 «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ». (16+)
 Москва, XIX век. В дом дворян Авериных приходит беда: глава семьи, Илья Игоревич, проигрывает фамильное имение в карты графу Николаю Шереметьеву.
 23.40 «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ». (16+)
 02.25 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
 03.00 Вести
 03.30 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)

НТВ



20.00 «БАЛАБОЛ». (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 «ЛЕСНИК». (16+)
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
 К Джорджу приезжает младший брат из Ботсваны Федор - избалованный мажор. В аэропорту он знакомится с Анитой, племянницей владельца сети ломбардов Юрия Липцина по прозвищу Лейпциг. Джордж и Балабин расследуют убийство пенсионера Ростомского, дочь и зять которого явно что-то скрывают.
 22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 00.20 «Сегодня»
 00.35 «КУПЧИНО». (16+)

СТС



05.00 «Пернатый патруль». (12+)

05.00 «Пернатый патруль». (12+)
 05.05 «100 мест, где поесть». (16+)
 05.10 С лёгким утром! (16+)
 06.45 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
 08.05 «100 мест, где поесть». (16+)
 09.40 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
 11.25 «СПАСТИ ПАНДУ». (16+)
 13.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
 17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
 21.00 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (16+)
 2028 год. Лос-Анджелес. В стране происходят массовые народные волнения, ситуация близка к гражданской войне.
 22.50 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
 01.30 «ИНСУРГЕНТ». (16+)
 03.15 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
 04.45 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



19.00 «ЖУКИ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 08.55 «Большой куш». (16+)
 13.05 «САШАТАНЯ». (16+)
 19.00 «ЖУКИ». (16+)
 23.00 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
 Обычная жительница мегаполиса Аня Смолина после череды неудач решает, что пришло время всё изменить. Она достаёт запылившийся велосипед, сажает в прицеп таксу Капу и отправляется через всю Россию - мириться с мамой.
 01.10 «ПЫШКА». (16+)
 Уиллоудин, полная дочь-подросток бывшей королевы красоты, в знак протеста решает участвовать в местном конкурсе красоты, который курирует её мама. Вскоре к ней присоединяются и другие девушки, чья внешность отличается от общепринятых стандартов.
 03.00 «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 01.40 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 «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 02.30 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «Безумные факты». (16+)
 20.50 «ХОЛОД В ИЮЛЕ». (16+)
 23.25 «БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
 05.40 Пятница News. (16+)
 06.10 Гастротур. (16+)
 07.00 Четыре дачи. (16+)
 10.10 Адский шеф. (16+)
 13.30 Битва шефов. (16+)
 17.20 Домохозяйки против шефов. (16+)
 20.40 Битва шефов. (16+)
 22.50 Ставка на любовь. (16+)
 01.40 Пятница News. (16+)
 02.00 На ножах. (16+)
 03.40 Секреты на кухне. (16+)
 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 05.50 «Моя свадьба лучше!» (16+)
 Каждую неделю 4 девушки ходят на свадьбы друг друга и оценивают событие соперниц по четырем параметрам.
 07.40 «Супермама». (16+)
 10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 12.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 16.30 «Беременна в 45». (16+)
 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 00.05 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 02.05 «Разводы». (16+)
 03.45 «Моя-твоя еда». (0+)
 04.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.10 «БУЙНАЯ СИЛА». (16+)
 07.00 «+100500». (16+)
 09.00 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.
 18.00 Влад решает. (16+)
 20.00 Решала. (16+)
 21.00 Найди по ID. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
 04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (16+)
 05.40 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
 06.15 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
 07.35, 10.20 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
 10.10 «Белорусский стандарт». (12+)
 11.05 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
 14.10, 16.15, 18.20 «Дела судебные». (16+)
 00.10 «Наше кино». (16+)
 01.00 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 23.45 «Великие шедевры строительства». (12+)
 15.15 «СУЕТА СУЕТ». (12+)
 16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
 17.00 «Формула здоровья». (12+)
 18.00 «Губернские новости». (12+)
 20.45 «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ». (16+)
 22.10 «ДОЛЯ АНГЕЛОВ». (16+)
 01.25 Отражение. Итоги. (12+)
 02.30 Острова в океане. (12+)

ПОБЕДА

04.50 «Путь к победе» (16+)
 05.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (16+)
 07.30 «ПОКУШЕНИЕ». (16+)
 13.50 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». (16+)
 У Петра Авдеича позади десять лет тюрьмы, проведенных по несправедливому обвинению в контрреволюционной деятельности. Он возвращается в родной город: его дом обветшал, из близких - вечно недовольная внучка Лиза, присланная родителями в помощь деду. Соседи его сторонятся, зато впереди - жизнь и свобода!
 17.40 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)
 21.20 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)
 01.05 «ОСЕНЬЮ 41-ГО» (12+)
 02.50 «КУКУШКА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 07.35 «Лунтик». (0+)
 10.25 «Парк Турум-Бурум». (0+)
 10.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
 10.45 «Тима и Тома». (0+)
 13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
 13.15 «Инфинити Надо». (6+)
 13.45 «Барбоскины». (0+)
 16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
 16.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 16.50 «Геройчики». (0+)
 18.40 «Буква в деле». (0+)
 19.00 «Оранжевая корова». (0+)
 Знакомьтесь, это семейство коров: телята Бо и Зо и их родители - Мама Коровы и Папа Бык. В каждой серии дети самостоятельно или с друзьями решают какую-нибудь проблему, а родители поддерживают их и дают полезные советы. Мультсериал научит детей находить выход из разных ситуаций, которые возникают в общении со взрослыми и сверстниками. Телезрители станут свидетелями трогательных и смешных историй.
 20.35 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.15 «Ми-ми-мишки». (0+)
 22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
 01.00 «Буба». (6+)
 02.30 «Смешарики». (0+)
 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
 08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 08.45 «Простоквашино». (0+)
 10.00 «Буква в деле». (0+)
 10.10 «Простоквашино». (0+)
 11.30 «Бумажки». (0+)
 12.00 Время малышей. (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (12+)
 13.45 «Чик-Чикирико». (0+)
 14.45 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
 15.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 17.00 Время малышей. (0+)
 18.00 «Маша и Медведь». (0+)
 19.00 «Горошек и компания». (6+)
 19.25 «Лунтик». (0+)
 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
 В центре сюжета - захватывающие приключения юных волшебниц: Вари, Маши, Снежжи, 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 подружки отправляются вслед за ней. Новые приключения юных волшебниц в третьем сезоне мультфильма связаны с их учебной в волшебном колледже.
 21.00 «Барбоскины». (0+)
 21.30 «Поленьки». (6+)
 22.30 «Сказочный патруль». (0+)
 02.00 «Сказочный патруль». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
 00.50 «Щёлкин. Крёстный отец атомной бомбы». (12+)
 01.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 02.35, 22.40 «Уроки Нюрнберга». (12+)
 03.05, 23.05 «Забытые войны России». (12+)
 04.00 «Это подкаст. История». (12+)
 04.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
 05.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 06.35 Обыкновенная история. (6+)
 06.45, 09.45, 13.30, 17.10 «Русская история». (12+)
 08.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
 08.55 «Ледоколы войны». (12+)
 11.10, 15.10, 19.10 Историограф. (12+)
 12.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
 16.00 «Хлеб, «Север» и кобальт». (12+)
 17.00, 22.35 Семь дней истории. (12+)
 20.00 «Манящие огни Александра Фадеева». (12+)
 20.30 «Морская пехота». (12+)
 21.15 Это их выбор. (16+)
 21.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)

VJU HISTORY

06.00 «Война асов». (12+)
 07.10 «Джек Лондон, американское приключение». (12+)
 09.00 «Революция в научной фантастике». (16+)
 11.00 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
 12.45 «История королевских скандалов». (16+)
 Профессор Сюзанна Липскомб расскажет нам, как скандалы в королевской семье влияли на всю историю Великобритании на протяжении веков.
 14.30 «Тайный Версаль Марии-Антуанетты». (12+)
 15.25 «Рождение роскоши». (12+)
 16.25 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
 18.10 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
 20.00 «Карты убийств». (16+)
 21.40 Большой побег. (12+)
 22.40 «Первая мировая война: Туннели смерти». (12+)
 23.40 «Дикий и удивительный мир Илона Маска». (12+)
 00.40 «Загадка Шалаяпина». (16+)
 01.25 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
 03.00 «История королевских скандалов». (16+)
 Профессор Сюзанна Липскомб расскажет нам, как скандалы в королевской семье влияли на всю историю Великобритании на протяжении веков.
 04.35 История вещей. (16+)
 05.05 Большой побег. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 06.55, 01.30, 02.25 Легенды Европы. (12+)
 07.50, 03.20 «Лошади его Величества». (12+)
 08.50 «Кельты». (16+)
 09.50, 04.15 «Елена Камбуров». (12+)
 10.45, 20.55 «Вторая мировая война». (16+)
 11.35 «Тайны Саккары». (12+)
 12.35 «Парни из нашего «Горького». (12+)
 13.30 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
 14.30 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
 15.20 «Тайны затонувших миров. Моряки Римской империи терпят крушение». (12+)
 16.15 «Тайны затонувших миров. Мартиника». (12+)
 17.15 «Спасённые шедевры России». (12+)
 18.10 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
 19.05 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
 19.55 «Эпоха гигантов». (12+)
 21.45, 05.05 «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)
 22.45 «Поединки в Лефортово. Шах и мат Бурбону». (12+)
 23.40 «Рим. Армия строителей». (12+)
 00.45 «Нонна Мордюкова». (12+)

РОССИЯ К
Культура



09.15 Диалоги
о животных

07.30 «ЭТО БЫЛО ПРОШЛЫМ ЛЕТОМ»
08.50 02.30 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 Незвестные маршруты России
11.00 «РАННЕЕ, РАННЕЕ УТРО...»
12.10 «Забытое ремесло»
12.45 «Твердыни земли русской»
13.35 «Возрождение дирижабля»
14.35 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ»
17.15 01.35 Симфонические сюиты
18.15 «Сияющий купол»
18.45 «Мая Миткевич»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
20.30 «Кунсткамера»
21.10 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
23.10 «МАКЛИНТОК!»
00.15 «Вначале было дело»

ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ
ДЕТЕКТИВ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
08.35 «ОТЛИЧНИЦА». (16+)
10.35 04.35 «Фитиль». Взрывоопасный юмор. (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
16.55 «Актёрские драмы. Градус несчастья». (16+)
18.05 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Тайная комната. Герман Геринг». (16+)
01.30 «Не дошли до ЗАГСа». (16+)
02.10 «Русские тайны. Проект «Ванга». (16+)

ТВ-3



08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка». (16+)
15.30 «Порча». (16+)
16.00 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
Ушаков в ужасе - Роднина в тяжелом состоянии в реанимации, помочь ей может дорогостоящий доктор, у Ушакова нет таких денег. На вызове Ушаков случайно обнаруживает тайник пенсионерки с серьезной суммой денег. Сын пенсионерки обвиняет бригаду в воровстве и грозит завести дело.
23.00 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
01.15 Кадони шоу. (16+)
02.00 Экстра такси. (16+)
02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 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 «ГРУЗ ПРОШЛОГО». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)
23.15 «Понять. Простить». (16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.55 «Верну любимого». (16+)
02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.50 Тест на отцовство. (16+)
04.30 Давай разведёмся! (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 06.00 07.25 09.30 11.15 00.30 «СВОИ». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
15.15 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

05.45 09.15 «СМЕРШ: ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ». (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
10.10 13.25 15.05 17.15 03.05 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Скрытые угрозы». (16+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.30 «ТАЕЖНАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
02.15 «Атом: энергия мира». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
11.30 03.30 «Документальное кино». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 17.30 «Понятная политика». (12+)
12.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
12.30 «Просто жизнь». (12+)
13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)
13.45 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 18.15 22.30 «Служу Отчеству». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
17.45 «Территория успеха». (12+)
18.45 22.45 «Полицейский вестник». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
22.00 03.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
23.00 «ГАРАНТИРУЮ ЖИЗНЬ». (16+)
01.30 «Арт-Проспект». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. К. Усман - Л. Эдвардс. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.35 Новости
07.05 17.15 22.30 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 12.40 14.55 18.00 20.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
17.10 Новости
23.30 Футбол. Премия Winline Герои РПЛ. Трансляция из Москвы. (6+)
01.05 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
01.25 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
02.25 Триатлон. Мировая серия. Мужчины. Трансляция из Германии. (6+)
04.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Команды. Трансляция из Испании. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 06.55 04.20 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)
08.05 Грэпплинг. Чемпионат России. (12+)
09.40 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. (6+)
10.30 21.00 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)
11.05 21.50 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.05 04.00 Лица Страны. (12+)
13.25 Фестиваль тенниса в Москве. (6+)
15.00 00.30 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
16.00 21.30 Небесная гонимая. (6+)
16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
18.15 Век нашего спорта. (12+)
18.55 Баскетбол. Заполняющий матч звёзд. (6+)
00.05 География спорта. (12+)
01.50 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.05 Муз'итив. (16+)
06.00 Короли Чартов. (16+)
07.00 «10 самых!» (16+)
08.00 Хиты по-русски. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Страна на Муз-ТВ (16+)
11.00 Плейлист лето. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Народный микрофон. (16+)
14.00 Плейлист лето. (16+)
15.00 Pro-новости. (16+)
15.30 Лига клипов. (16+)
16.00 Звёзды с приветом. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00 Pro-новости. (16+)
18.20 «10 самых!» (16+)
18.55 Плейлист лето. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.50 «Артист - не настоящий!» (16+)
21.40 Pro-новости. (16+)
22.00 Top-30. (16+)
00.25 Плейлист лето. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.30 «ДЖОН УИК-2». (16+)
08.35, 10.00 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Серия. Испания, 2022 г. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес, Мишель Кальво.
11.25 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)
13.30, 14.15 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.10 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
18.55 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
21.05 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)
23.20 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
02.00 «ИЩЕЗНУВАША». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Смешарики». (6+)
05.55 «Простоквашино». (6+)
06.30 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
07.35 «Три кота». (6+)
08.15 «ПО ЛЮБВИ». (16+)
09.35 «ЗА СЛОВА ОТВЕЧАЮ». (16+)
11.25 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (16+)
13.20 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
15.10 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
17.00 «МОНАХ И БЕС». (16+)
19.00 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
21.45 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
00.30 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
02.10 «ВИЙ». (16+)
04.15 «Мойдодыр». (6+)
04.30 «Дикие лебеди». (6+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
06.35 «АНТИГАНГ». (16+)
08.05 «АНТИГАНГ: СМЕНА». (16+)
09.45 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
11.15 «РЕЙС НАВЫЛЕТ». (16+)
13.00 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
14.45 «АГЕНТ НА УИКЕНД». (16+)
16.25 «БРАТСТВО ВОЛКА». (16+)
19.00 «ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА». (18+)
20.30 «ДРУГОЙ МИР». (16+)
22.30 «ДРУГОЙ МИР II: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
00.15 «ВОСХОД ЧЁРНОЙ ЛУНЫ». (16+)
01.50 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
03.25 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
04.50 «ТАЧКА №19». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 06.00, 07.30, 10.10 «Маша и Медведь». (0+)
05.55, 07.20, 10.05, 12.20 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
12.30 «Маша и Медведь». (0+)
13.30, 16.00, 18.20 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.20 Богиня шопинга. (16+)
23.50 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.45 Суббота News-2026. (16+)
01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.40 Суббота News-2026. (16+)
02.50 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.40 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
04.45 «Маша и Медведь». (0+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.10 «НОВЫЙ ПАРЕНЬ МОЕЙ ЖЕНЬ». (18+)
04.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
06.40 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
08.35 «ЖЕНИХ». (16+)
10.20 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
12.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАНИЕ ТЬМЫ». (6+)
13.55 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
15.45 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
17.50 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
19.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
21.15 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.15 «Три кота». (6+)
06.10 «Мишки-братишки». (6+)
07.10 «Смешарики». (6+)
08.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (6+)
09.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
12.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
14.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Серия. Россия, 2004. Драма.
18.30 «УБОЮНАЯ СИЛА» (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
00.50 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
02.30 «КАК Я ВСТРЕТИЛ ЕЁ МАМУ». (16+)
03.50 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА-2». (12+)

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
Отцу Жени повысили зарплату, и теперь её мама может не работать, однако она отказывается увольняться. Несмотря на запрет родителей Женья все-таки идет в школу. Савченко поддерживает намерение Стаса создать еще одну музыкальную группу. Не догадываясь об истинных намерениях Вадима, «Ранетки» принимают его предложение о студийной записи.
17.30 «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 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
10.15 «Церковь и мир». (0+)
10.40 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)
11.40 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
12.10 День Патриарха. (0+)
12.20 Монастырская кухня. (0+)
12.50, 13.20 Монастырская кухня. (0+)

СПАС
13.50 «Я ВАС ДОЖДУСЬ». (6+)
15.10 «СЫН». (6+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.00 «День Ангела». (0+)
18.50 «Святые целители». (0+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.30 Вечер на «Спасе». (0+)
21.45 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ». (12+)
22.55 Вечер на «Спасе». (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.10 Прямая линия жизни. (16+)
01.00 «День Ангела». (0+)
01.40 «Святые целители». (0+)

Православный календарь

13 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице. 12-й Собор святых и всесвятных глас апостолов: Петра, Андрея, брата его, Иакова Зеведеева, Иоанна, брата его, Филиппа, Варфоломея, Фомы, Матфея, Иакова Алфеева, Иуды Иаковлева, или Фаддея, Симона Зилота и Матфия.



Прп. Петра, царевича Ордынского (Ростовского). Прославление свт. Софрония, еп. Иркутского. Собор детей-мучеников Ястребарских и Сисакских (Серб.). Собор святых Биробиджанской епархии.

Поста нет.

«Брак не служит препятствием для шествия к небу. Если бы он был препятствием, и жена была бы причиною наших бедствий, то Бог, вначале сотворив ее, не назвал бы ее помощницею».

Свт. Иоанн Златоуст

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 «РАБОТА НАД ОШИБКАМИ». (16+)
 23.00 «Большая игра». (16+)
 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
 03.00 Новости

РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (12+)

05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.30 Местное время
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 Вести. Местное время
 12.00 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 «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 «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ». (16+)
 Молодой граф Шереметьев строг и скуп на эмоции не без причины: у него должна быть тайна!
 23.40 «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ». (16+)
 02.25 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
 03.00 Вести
 03.30 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)

НТВ



20.00 «БАЛАБОЛ». (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 «ЛЕСНИК». (16+)
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
 Михай с почетом уходит на пенсию, оставляя за главного в криминальном мире города Губы. Конкуренты Михея тут же видят в этом возможность подмять под себя его бизнес и переходят к решительным действиям. Начальник службы безопасности клуба «Золотой век» Степан Мельников просит Михея о встрече.
 22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
 00.20 «Сегодня»
 00.35 «КУПЧИНО». (16+)

СТС



06.45 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 05.10 С лёгким утром! (16+)
 06.45 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
 08.05 «100 мест, где поесть». (16+)
 10.05 «ЙОГНУТАЯ СЕМЕЙКА». (16+)
 11.50 «ВИОЛА В БУТСАХ». (16+)
 13.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
 17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
 21.00 «РАДИОВСПЫШКА». (16+)
 Сверхмощный электромагнитный импульс отключает электроснабжение всей западной части США, с населением более 200 миллионов человек.
 23.05 «ДИВЕРГЕНТ: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
 01.20 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
 02.55 «РОЖДЁННЫЙ ЧЕМПИОНОМ». (16+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 19.00 «ЖУКИ». (16+)
 23.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
 История легендарной женщины-снайпера Людмилы Павличенко, ставшей одним из символов мужества в годы Великой Отечественной войны. На фронте ей предстоит пройти через тяжёлые испытания, обрести любовь и сделать выбор между личным счастьем и долгом перед Родиной. Фильм основан на реальных событиях.
 01.20 «ПРОВОДНИК». (16+)
 Девушка, обладающая даром видеть призраков, отправляется на поиски бесследно исчезнувшей сестры-близнеца. Но чем ближе она подбирается к разгадке, тем сильнее стирается грань между реальностью и потусторонним миром...
 02.50 «Однажды в России». (16+)
 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Военная тайна». (16+)

05.00 18.00 01.15 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+)
 09.55 «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 Чапмана». (16+)
 20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
 20.45 «ДЖУНГЛИ». (16+)
 23.25 «МАЛЫШКА С ХАРАКТЕРОМ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
 05.40 Пятница News. (16+)
 06.10 Битва шефов. (16+)
 10.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
 13.00 Молодые ножи. (16+)
 16.00 Черный список. На кухне. (16+)
 19.00 Новый Ревизорро. (16+)
 20.10 Черный список. На кухне. (16+)
 23.10 Ставка на любовь. (16+)
 01.00 Пятница News. (16+)
 01.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
 03.00 На ножах. (16+)

Ю

05.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 05.55 «Моя свадьба лучше!» (16+)
 07.40 «Супермама». (16+)
 10.00 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 12.10 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 16.30 «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+)
 00.05 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

ЧЕ!

06.30 Улетные животные. (16+)
 07.50 «+100500». (16+)
 09.00 Улетное 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+)
 21.00 Найди по ID. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона. (16+)
 04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (16+)
 05.10 «Понять. Простить». (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
 06.15 «Наше кино. История большой любви». (12+)
 06.40 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (16+)
 08.30 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (16+)
 10.10 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
 14.10, 16.15, 18.20 «Дела судебные». (16+)
 21.15 «МИМИНО». (16+)
 23.20 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (16+)
 01.05 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 23.45 «Известные дуэты. Ив Кляйн - Арман. Пустота и Полнота». (16+)
 15.15 «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ». (16+)
 17.00 «Такие разные». (12+)
 18.00 «Губернские новости». (12+)
 18.15 «Вечер вместе». (12+)
 20.45 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
 22.15 «ОТЕЦ - ДНЕВНИК ОДНОЙ ВЕРЫ». (16+)
 01.25 Отражение. Итоги. (12+)
 02.30 «Острова в океане». (12+)

ПОБЕДА

04.40 «Путь к победе». (16+)
 05.40 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
 07.30 «СПЯЩИЕ». (16+)
 Цепь не связанных между собой событий: нападение боевиков-исламистов на российских дипломатов в Ливии, самоубийство высокопоставленного чиновника МИД, информация о готовящемся в Москве теракте и проникновение боевиков на территорию России, заявление правоохранителя о фактах коррупции - на самом деле является комбинацией западных спецслужб.
 15.40 «ШУЛЕР». (16+)
 01.35 «КОНТРИБУЦИЯ». (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 «Тима и Тома». (0+)
 13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
 13.15 «Инфинити Надо». (6+)
 13.45 «Барбоскины». (0+)
 16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
 16.45 «Край Бебис. Волшебные слезы». (0+)
 Герои живут в прекрасной долине, где повсюду растут необычные растения и живут забавные животные. Малыши носят яркие пижамы, которые делают их похожими на своих питомцев - мышек, фламинго, зайчиков, божьих коровок и других зверей. У каждой девочки есть свой уютный домик и верный друг-животное.
 16.50 «Геройчики». (0+)
 18.40 «Буква в деле». (0+)
 19.00 «Оранжевая корова». (0+)
 20.35 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.15 «Ми-ми-мишки». (0+)
 22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
 23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
 01.00 «Буба». (6+)
 02.30 «Смешарики». (0+)
 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
 08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 08.45 «Простоквашино». (0+)
 10.00 «Буква в деле». (0+)
 10.10 «Простоквашино». (0+)
 11.30 «Бумажки». (0+)
 12.00 Время малышей. (0+)
 13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 13.45 «Чик-Чириконо». (0+)
 14.45 «Ката и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
 15.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 Приключения неутомимых озорников: бурого 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. Из каждой серии дети узнают что-то новое: как заботиться об окружающей среде, что значит «уметь дружить» и что делать, если сломалась техника.
 17.00 Время малышей. (0+)
 18.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
 19.00 «Горюшек и компания». (6+)
 19.25 «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 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 07.00

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Это подкаст. История». (12+)
 00.55 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
 01.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 02.35 Обыкновенная история. (6+)
 02.45, 05.45, 09.30, 13.10 «Русская история». (12+)
 04.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
 04.55 «Ледоколы войны». (12+)
 07.10, 11.10, 15.10 Историограф. (12+)
 08.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
 12.00 «Хлеб, «Север» и кобальт». (12+)
 13.00, 18.35 Семь дней истории. (12+)
 16.00 «Манящие огни Александра Фадеева». (12+)
 16.30 «Морская пехота». (12+)
 17.15 Это их выбор. (16+)
 17.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 18.40, 22.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
 19.05, 23.00 «Забывшие войны России». (12+)
 20.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
 20.55 «Кондратий Рылеев. Последнее письмо». (12+)
 21.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
 04.40 «Преследуя зло» (16+)

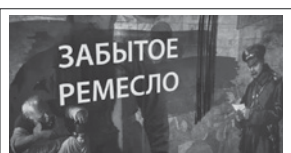
VJU HISTORY

06.00 «Первая мировая война: Туннели смерти». (12+)
 07.00 История вещей. (16+)
 07.25 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
 09.05 «Осажденные крепости». (16+)
 11.05 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
 12.55 «Карты убийств». (16+)
 14.35 «Дикий и удивительный мир Илона Маска». (12+)
 15.35 «Загадка Шалаяпина». (16+)
 16.25 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
 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 «Карты убийств». (16+)
 21.40 «Железнодорожники против нацистов». (16+)
 Железнодорожники в годы Второй мировой войны стали невидимой армией...
 22.40 «Нюрнберг. Свидетели». (16+)
 23.30 «Тайный Версаль Марии-Антуанетты». (12+)
 00.25 «Рождение роскоши». (12+)
 01.20 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
 03.00 «Карты убийств». (16+)
 04.40 «Преследуя зло» (16+)

ИСТОРИЯ

06.00 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
 06.50, 16.50, 01.15 «Вторая мировая война». (16+)
 07.40 «Тайны Саккары». (12+)
 08.40 «Парни из нашего «Городка». (12+)
 09.35 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
 10.30 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
 11.15 «Тайны затонувших миров». (12+)
 12.15 «Тайны затонувших миров. Мартиника». (12+)
 13.15 «Спасённые шедевры России». (12+)
 14.05 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
 15.05 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
 15.50 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы. Два противоположных образа жизни». (12+)
 17.40 «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)
 18.35 «Поездик в Лефортово». (12+)
 19.35 «Рим. Армия строителей». (12+)
 20.30 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
 21.20, 22.20 Легенды Европы. (12+)
 23.20 «Лошади его Величества». (12+)
 00.20 «Елена Камбурова». (12+)
 02.00 Перерыв в вещании. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.10 «Забывшее ремесло»

07.30 «ЭТО БЫЛО ПРОШЛЫМ ЛЕТОМ»
08.50 22.45 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.15 Неизвестные маршруты России
11.00 «РАННЕЕ, РАННЕЕ УТРО...»
12.10 «Забывшее ремесло»
12.45 00.15 «Вначале было дело»
13.15 «Самые смертоносные вулканы»
14.10 20.30 «Кунсткамера»
14.50 21.10 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
17.15 Симфонические сюиты
17.55 01.40 Кристальные истории
18.15 «Сияющий купол»
18.45 «Острова»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
23.10 «МАКЛИНТОК!»
00.45 «Почему вымерли неандертальцы?»
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

ТВЦ ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ОТЛИЧНИЦА». (16+)
10.35 04.30 «Союзмультфильм». Недетские страсти». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
16.55 «Актёрские драмы. Окаянные дни». (16+)
18.05 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Звёздная эмиграция». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Русские тайны. Слово пацана». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)
02.15 «Обжалованию не подлежит. Фотограф». (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 «Порча». (16+)
16.00 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
Кулыгин получает пулю от захватчика в банке. Рыков все время на телефоне с Дианой, его тревожит ее недомогание, Арефьева сильно ревнует. Арефьева находит деньги для Ушакова, Родниной делают сложную операцию. Ясновидящая на вызове предсказывает Кулыгину большие проблемы.
23.00 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (18+)
01.00 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

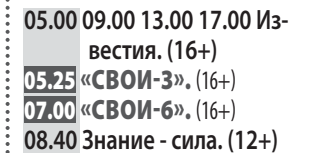
ДОМАШНИЙ



13.40 «Голоса ушедших душ». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.00 Давай разведёмся! (16+)
08.00 Тест на отцовство. (16+)
10.15 «Прости меня...» (16+)
11.20 «Беду отведу». (16+)
12.30 01.25 «Знахарка». (16+)
13.05 «Верну любимого». (16+)
13.40 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.15 «СУРРОГАТНАЯ МАТЬ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)
23.15 «Понять. Простить». (16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.55 «Верну любимого». (16+)
02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.50 Тест на отцовство. (16+)
04.30 Одна за всех. (16+)
04.45 Давай разведёмся! (16+)

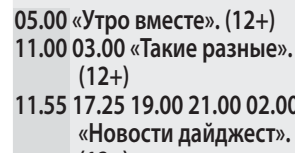
5 5-Й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 «СВОИ-3». (16+)
07.00 «СВОИ-6». (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.30 01.20 «СВОИ-4». (16+)
11.15 00.30 «СВОИ-7». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА
06.00 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». (16+)
10.15 13.25 15.05 17.15 03.00 «НЕМЕЦ». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.25 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+)
01.55 «Шедевры военных музеев». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 03.00 «Такие разные». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 01.30 «Территория успеха». (12+)
12.30 22.00 «Арт-Проспект». (12+)
13.00 «БЕССОННИЦА». (16+)
13.45 «Служу Отечеству». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 18.45 01.15 «Полицейский вестник». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Специальный репортаж». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 20.15 «Актуальное интервью». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 «Понятная политика». (12+)
20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
23.00 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 3: ВСЕ ЗВЕЗДЫ». (12+)
00.45 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**
06.00 Смешанные единоборства. К. Усман - Л. Эдвардс. UFC. Трансляция из Великобритании. (16+)
07.00 12.35 17.10 Новости
07.05 21.00 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 12.40 14.55 18.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
17.15 Все на Матч! Прямая трансляция
20.15 Футбол. Лучшие голы. чемпионата мира 2026. (6+)
01.25 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
02.25 Триатлон. Мировая серия. Женщины. Трансляция из Германии. (6+)
04.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Индивидуальное первенство. Трансляция из Испании. (6+)

МАТЧ! СТРАНА **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.20 Баскетбол. Заполярный матч звезд. (6+)
09.25 16.00 21.30 05.15 «Страна спортивная». (12+)
09.40 Автопорт. Дрифт.. RDS GP. (6+)
10.30 21.00 «Парусный спорт». (12+)
11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)
11.05 21.50 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
15.00 04.20 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)
16.25 05.30 География спорта. (12+)
18.25 Человек из футбола. (12+)
18.55 Смешанные единоборства. (16+)
00.30 Грэпплинг. Чемпионат России. (12+)
01.50 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 События и звёзды (16+)
05.05 Муз-тив. (16+)
06.10 Муз-ТВ чарт. (16+)
07.00 Звёзды на утро. (16+)
08.00 Хиты по-русски. (16+)
08.40 Про-новости. (16+)
09.00 Топ-15 Like FM. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Топ-чарт. (16+)
11.30 «10 самых!» (16+)
12.00 Страна на Муз-ТВ (16+)
13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)
15.00 Про-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Моя волна. (16+)
17.00 Русский чарт. (16+)
18.20 «10 самых!» (16+)
18.55 Плейлист лето. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 «Иди по краю. 45 лет без Высоцкого». (16+)
22.00 Короли Чартов. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Наше. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
05.50 «ДЖОН УИК-3». (16+)
08.05 09.30 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Сериал. Испания, 2022 г. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес
11.00 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
13.10 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
14.55 «СКРЫТЫЙ ДОМИШНИК». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «СБОЙ СОЗНАНИЯ». (16+)
21.05 «МАШИНА». (16+)
22.45 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
01.30 «ЛЕГЕНДА БАГЕРА ВАН-СА». (16+)
03.30 «МИРНЫЙ ВОИН». (16+)

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
05.30 «Смешарики». (6+)
06.10 «Простоквашино». (6+)
06.45 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
07.30 «Три кота». (6+)
08.15 «ГОЛОЛЬ. НАЧАЛО». (16+)
10.05 «ГОЛОЛЬ. ВИЙ». (16+)
11.55 «ГОЛОЛЬ. СТРАШНАЯ МЕСТЬ». (16+)
13.45 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
16.35 «СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ». (16+)
19.00 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)
22.05 «КРАСНЫЙ ШЁЛК». (16+)
00.35 «ТОБОЛ». (16+)
02.20 «18-14». (16+)
03.55 «Большое путешествие». (6+)
05.20 «Волк и телёнок». (6+)

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
06.10 «ЛИНКОВЫЙ ДЛЯ АДВОКАТА». (16+)
08.10 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (16+)
09.40 «БРАТСТВО ВОЛКА». (16+)
12.15 «ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА». (18+)
13.45 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
15.25 «ЭКСТРАСЕНС 2: ЛАБИРИНТЫ РАЗУМА». (16+)
17.05 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
19.00 «ЯЧЕЙКА 234». (16+)
20.25 «БУНКЕР». (16+)
22.00 «ВИДЕНИЯ». (16+)
23.20 «КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ». (16+)
01.05 «В ТИХОМ ОМУТЕ». (16+)
02.40 «ПРИЗРАКИ В КОННЕКТИКУТЕ». (16+)
04.15 «КОЗЫРНЫЕ ТУЗЫ». (16+)

суббота! **СУББОТА!**
05.00 06.00 07.20 09.00 09.55 «Маша и Медведь». (0+)
05.50 07.15 09.50 12.15 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
08.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
12.20 12.50 13.10 «Маша и Медведь». (0+)
13.30 16.00 18.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.00 Богиня сыска. (16+)
00.00 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.55 Суббота News-2026. (16+)
01.10 01.50 02.40 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
02.30 Суббота News-2026. (16+)
03.40 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
01.00 «ФУТБОЛИСТ НА ВСЮ ГОЛОВУ». (18+)
03.05 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
05.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
06.40 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
08.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
10.35 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
12.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
14.15 «ВСЕ МОГУ». (16+)
15.50 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
17.40 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)
19.30 «УЛОВИТЬ ЖОРУ». (18+)
21.05 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
23.20 «ПАРИЖ. ВСЁ ВКЛЮЧЕНО». (18+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
05.15 «Три кота». (6+)
06.10 «Мишки-братишки». (6+)
07.10 «Смешарики». (6+)
08.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (6+)
09.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
12.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
14.40 «МЕНОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
00.50 «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
02.10 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
04.00 «МЕНЯЛЫ». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
Благодаря вмешательству Савченко угроза счастью Каримовой и Рассказова отступает. Вместе с Лагуткиным и певицей «Ранетки» разоблачают лжепродюсера Вадима. Вернувшись домой Аня узнает, что их семья вынуждена вернуться в Екатеринбург. Благодаря Матвею семья Ани получает возможность остаться в Москве.
17.35 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.00 «ТЕЛЪ «ЭЛЕОН». (16+)
02.00 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Рассказжи мне о Боге. (6+)
05.40 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
06.00 08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
10.15 «День Ангела». (0+)
11.10 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
11.40 День Патриарха. (0+)
11.50 Монастырская кухня. (0+)
12.50 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
13.45 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». (0+)

СПАС
15.10 «РОСА». (0+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.00 01.05 «Обитель святых целителей Космы и Дамиана». (0+)
18.50 «Лики Богородицы». (0+)
19.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.35 Вечер на «Спасе». (0+)
21.50 «Поле битвы». (16+)
22.20 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (6+)
23.50 Вечер на «Спасе». (0+)
00.55 День Патриарха. (0+)
01.50 «Рельсовая война. Партизан Старин». (0+)

Православный календарь

14 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице.
Глас 5. Бессребреников Космы и Дамиана, в Риме пострадавших.



Мч. Потита. Прп. Петра патрикия. Прав. Ангелины, десподиссы Сербской. Сщмч. Аркадия пресвитера. Сщмч. Алексия диакона.

Поста нет.

« Заботься не на земле оставить детей, но возвести на небо; не прилепляйся к супружеству плотскому, но стремись к духовному, рождай души и воспитывай детей духовно».

Свт. Василий Великий

ПЕРВЫЙ



14.00 «Большая игра». (16+)

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

РОССИЯ 1



17.00 «Малахов». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «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 «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ». (16+)
Похоже, кошмары о войне больше не преследуют Николая: ему снится Анна. Грёзы не отпускают графа и днём - отныне Шереметьев смотрит на служанку совсем иначе.
23.40 «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ». (16+)
02.10 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
03.00 Вести
03.30 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)

НТВ



14.00 «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 «ЛЕСНИК». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
Постышева едет в отпуск, но даже в частном пансионате оказывается в центре криминальных событий. Сначала исчезает ее соседка по столу Елена, потом кто-то стирает информацию из заблокированного телефона девушки. Понимая, что что-то случилось, Варвара Семеновна вызывает на помощь Балабина.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.35 «КУПЧИНО». (16+)

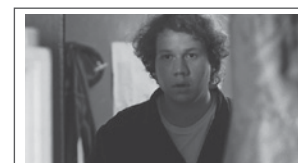
СТС



05.00 «100 мест, где поест». (16+)

05.10 С лёгким утром! (16+)
06.45 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.05 «100 мест, где поест». (16+)
10.00 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ». (16+)
Во время деловой командировки убеждённая холостячка Сью знакомится с робким менеджером отеля Майком, который влюбляется в неё с первого взгляда.
11.55 «С - СЧАСТЬЕ». (12+)
14.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
21.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (12+)
23.35 «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)
01.25 «ДОГМЕН». (18+)
03.05 «ГОНКА ВЕКА». (16+)
04.40 «100 мест, где поест». (16+)

ТНТ



19.00 «ЖУКИ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
08.00 «Кто куда». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «ЖУКИ». (16+)
23.00 «МУШКЕТЁРЫ В 3D». (12+)
Начало XVII века. Мушкетёры Атос, Портос, Арамис и девушка Атоса, Анна де Бейль, она же миледи, проникают в тайное хранилище чертежей Леонардо да Винчи, предварительно вырвав ключи от этого хранилища из рук знатных людей. Они похищают чертёж летающего корабля...
01.05 «КОЛОМБИАНА». (16+)
На глазах маленькой Каталей жестоко убивают её родителей, и спустя годы она превращается в профессионального киллера. Ведя двойную жизнь, девушка шаг за шагом приближается к главной цели - найти виновных в трагедии детства...
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 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Момент в истории». (16+)
17.00 02.20 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «Дикий, дикий мир». (16+)
20.40 «ПАРКЕР». (16+)
23.25 «ХРАНИТЕЛЬ ТАЙН». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

06.00 Гастротур. (16+)
06.50 Четыре дачи. (16+)
10.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
13.20 На ножах. (16+)
17.00 Домохозяйки против шефов. (16+)
18.40 Домохозяйки против кондитеров. (16+)
20.00 Черный список. На кухне. (16+)
23.00 Ставка на любовь. (16+)
00.50 Пятница News. (16+)
01.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
02.50 На ножах. (16+)
03.40 Секреты на кухне. (16+)

Ю

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+)
Чтобы заслужить звание победительницы проекта, невестки и свекрови должны стать одной командой и превзойти конкурентов на кухне.
17.00 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
02.00 «Разводы». (16+)

ЧЕ!

06.30 Улетные животные. (16+)
07.50 «+100500». (16+)
09.00 Улетное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
21.00 Найди по ID. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри».

МИР

05.00 «СВАДЬБА». (16+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15 «Наше кино. История большой любви». (16+)
06.55 «КАПКАН». (16+)
10.10 «КАПКАН». (16+)
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10, 16.15, 18.20, 20.25 «Дела судебные». (16+)
21.15 «РОДНЯ». (16+)
23.20 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
01.10 Первый Евразийский канал. (12+)
02.00 «Наше кино. История большой любви». (16+)
02.25 «ШУМЫ ГОРОДОВ». (16+)
03.40 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10
11.00 23.45 «Вспышки света». (16+)
15.15 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «КУРЬЕР». (16+)
22.05 «ЛАСКОВОЕ БЕЗРАЗЛИЧИЕ МИРА». (16+)
01.25 Отражение. Итоги. (12+)
02.30 «Острова в океане». (12+)
03.00 «Преодоление». (12+)
03.40 «Большая страна». (12+)

ПОБЕДА

04.30 «Путь к победе». (16+)
05.30 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
07.30 «НЕОКОНЧЕННЫЙ БОЙ». (16+)
15.00 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
21 июня 1941 года артисты цирка-шапито под управлением Андрея Белова, выступающего под псевдонимом Великий Армандо, дают представление в латвийском городке. Во время исполнения номера под куполом жена Белова, воздушная акробатка Эльза, видит среди зрителей маленькую девочку...
22.55 «72 МЕТРА». (16+)
01.30 «БРАТ ВО ВСЁМ». (16+)
02.45 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Лунтики». (0+)
О приключениях Лунтика, удивительного пушистого существа, родившегося на Луне и свалившегося с нее на Землю. На Земле малыш встречает новых друзей, от которых узнает много нового и интересного.
10.20 «Парк Турум-Бурум». (0+)
10.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
10.45 «Тима и Тома». (0+)
13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
13.15 «Инфинити Надо». (6+)
13.45 «Барбоскины». (0+)
16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
16.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
16.50 «Геройчики». (0+)
18.40 «Буква в деле». (0+)
19.00 «Ум и Хрум». (0+)
20.35 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Ми-ми-мишки». (0+)
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.00 «Буба». (6+)
Буба - милый и любопытный ребенок. Он изучает мир без злобы и обид, только с радостью и удивлением.
02.30 «Смешарики». (0+)
04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

07.00 Время малышей. (0+)
08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Буква в деле». (0+)
10.10 «Простоквашино». (0+)
11.30 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
13.45 «Чик-Чирикино». (0+)
14.45 «Ката и Эф. Куда угодно - дверь». (0+)
Образовательно-развлекательный мультсериал, из которого дети узнают о природе вещей. В первом сезоне друзья посещают пекарни, заводы, поезд, пароходы и разбираются, как все устроено, и какие бывают профессии. Во втором сезоне Катя и Эф путешествуют по разным странам и ходят в гости к детям по всему миру. В третьем сезоне они уже могут не только увеличиваться до размера планет и уменьшаться до атомов, но и путешествовать в прошлое!
15.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
19.00 «Горошек и компания». (6+)
19.25 «Лунтики». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Тюленьки». (6+)
22.30 «Буба». (6+)
03.00 «Приключения Бубы». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
01.00 Семь дней истории. (12+)
01.05 «Ледоколы войны». (12+)
11.05 Историограф. (12+)
11.50 Семь дней истории. (12+)
12.00 «Манящие огни Александра Фадеева». (12+)
12.30 «Морская пехота». (12+)
13.15 Это их выбор. (16+)
13.40 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
14.35 Семь дней истории. (12+)
14.40 «Уроки Нюрнберга». (12+)
15.05 «Забытые войны России». (12+)
16.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
16.55 «Кондратий Рылеев. Последнее письмо». (12+)
17.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
18.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
19.00 «Забытые войны России». (12+)
20.00 «Кротовое правление Спартово». (16+)
20.50 «Инженер Победы. Маршал Аганов». (6+)
21.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
22.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
23.00 «Забытые войны России». (12+)

VJU HISTORY

06.00 «Нюрнберг. Свидетели». (16+)
07.00 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
08.40 «Тайный Версаль Марии-Антуанетты». (12+)
09.40 «Рождение роскоши». (12+)
10.40 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
12.25 «Карты убийств». (16+)
14.05 «Мир Джона Уика». (16+)
Фильм подробно рассказывает, как актер годами тренировался, чтобы самому выполнять сложнейшие трюки. В ленте есть откровенные моменты: Ривз не стеснялся показывать синяки и раскисывать о физических нагрузках (у него с молодости сращены позвонки на шее, и он годами работал в полном контакте, получая травмы коленей и плеч).
16.20 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
18.00 «Внутри пирамид». (12+)
20.00 «Карты убийств». (16+)
21.40 «Преследуя зло». (16+)
23.10 «Возмездие. После Нюрнберга». (16+)
00.00 «Мир Джона Уика». (16+)
02.05 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
03.40 «Карты убийств». (16+)
05.10 «Железнодорожники против нацистов». (16+)

ИСТОРИЯ

07.00, 02.30 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рожденные легенды». (12+)
07.50, 03.20 «Тайны затонувших миров. Моряки Римской империи терпят крушение». (12+)
08.50, 04.10 «Тайны затонувших миров. Мартиника. Последние часы Сен-Пьера». (12+)
09.50 «Спасенные шедевры России». (12+)
10.40 «Фрэнк Синатра». (16+)
11.40 «Фрунзик Мкртчян». (12+)
12.25 «Эпоха гигантов». (12+)
13.25, 22.55 «Вторая мировая война». (12+)
14.15 «Затерянные гробницы Нотр-Дамы». (12+)
15.15 «Поездик в Лефортово. Шах и мат Бурбону». (12+)
16.15 «Рим. Армия строителей». (12+)
17.15 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
18.05, 19.00 Легенды Европы. (12+)
20.00, 05.05 «Лошади его Величества». (12+)
21.00 «Елена Камбуrowa. Роман со временем». (12+)
21.55 «Кельты». (16+)
23.45 «Тайны Саккары». (12+)
00.45 «Парни из нашего «Городка». (12+)
01.40 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)

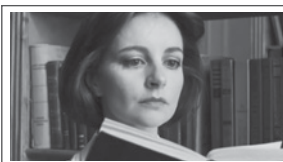
РОССИЯ К
Культура



19.45 Библейский сюжет

10.00 12.30 17.00 19.30 Новост
сти культуры
10.15 02.15 Известные
маршруты России
11.00 «РАННЕЕ, РАННЕЕ
УТРО...»
12.10 «Забывое ремесло»
12.45 00.15 «Вначале было
дело»
13.15 «Почему вымерли не-
андертальцы?»
14.10 20.30 «Кунсткамера»
14.50 21.10 «СЛЕДСТВИЕ
ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
16.30 «Запечатленное
время»
17.15 01.35 Симфонические
сюиты
18.15 «Сияющий купол»
18.45 «Последняя высота».
100 лет со дня рожде-
ния Рема Хохлова
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи,
малыши!
22.30 «Острова»
23.10 «ДЕТИ САНЧЕСА»
00.40 «Конец эпохи динозав-
ров»

ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ
ДЕТЕКТИВ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.35 «ОТЛИЧНИЦА». (16+)
10.35 «Союзмультфильм».
Только для взрослых». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 Со-
бытия
11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ:
ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕ-
РИНКА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ
ДЕТЕКТИВ». (16+)
16.55 «Актёрские драмы.
Наш ласковый и неж-
ный зверь». (16+)
18.05 «ЭФФЕКТ ДОМИНО».
(16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 01.30 Хроники москов-
ского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Дорогие товарищи.
Золотое дно». (16+)
02.15 «Тайная комната. В
постели с тираном».
(16+)

ТВ-3



08.30 «Леди Баг и Супер-
Кот». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-
Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Порча». (16+)
16.00 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».
(16+)
Рыков застает у Аре-
фьевой бывшего мужа,
скандалит. Кулыгин летит
в Новосибирск, в само-
лете спасает известного
ведущего с НТВ. На своей
исторической родине
он ищет Эллу, узнает, что
она задолжала крупную
сумму криминальным
авторитетам.
23.00 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЕ
РОБОТЫ». (18+)
2032 год. Человечество
использует реалистичных
андроидов в качестве
слуг и чернорабочих.
01.00 Дневник экстрасенса
с Фатимой Хадуевой.
(16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого».
(16+)

06.30 По делам несовершен-
нолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся!
(16+)
08.30 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 «ГРЫМЗА». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...»
(16+)
23.15 «Понять. Простить».
(16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.55 «Верну любимого».
(16+)
02.25 «Голоса ушедших
душ». (16+)
02.50 Тест на отцовство.
(16+)
04.30 Одна за всех. (16+)
04.40 Давай разведёмся!
(16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Из-
вестия. (16+)
05.25 «СВОИ-3». (16+)
07.20 11.15 00.30 01.15
«СВОИ-7». (16+)
08.10 «СВОИ-6». (16+)
09.30 «СВОИ-4». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕП-
НАЯ ПЯТЁРКА-5».
(16+)
17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый
выпуск. (16+)

ЗВЕЗДА

05.45 «НЕМЕЦ». (16+)
09.00 13.00 17.00 Новости
дня. (16+)
09.15 «НЕМЕЦ». (16+)
10.00 13.25 15.05 17.15
02.45 «ЭШЕЛОН».
(16+)
15.00 Военные новости.
(16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.40 «Секретные материа-
лы». (16+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.15 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ».
(12+)
02.15 «Перелом. Хроника
Победы». (16+)

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе».
(12+)
11.00 «Дискуссионный
клуб ТВ Губернии».
(12+)
11.55 17.25 18.45 20.45 01.45
«Новости дайджест».
(12+)
12.00 00.30 «Диалоги с про-
шлым». (12+)
12.30 00.00 «Футбол губер-
нии». (12+)
13.00 «АННА ГЕРМАН».
(16+)
14.00 16.00 19.15 21.15 02.15
«Губернские новости».
(12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ».
(16+)
15.45 01.00 04.15 «Полицей-
ский вестник». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
17.30 «Такие разные». (12+)
18.30 «Азбука Православия».
(12+)
18.55 20.55 01.55 «Вечер
вместе». (12+)
19.45 21.45 03.15 «Здоровая
среда». (12+)
22.45 «АМЕРИКАНСКИЙ
ДЕДУШКА». (16+)
01.15 «Документальное
кино». (12+)
02.45 «Открытая наука».
(12+)
04.30 «Арт-Проспект». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**
06.00 Смешанные единобор-
ства. И. Махачев - А. Вол-
кановски. UFC. Трансляция
из ОАЭ. (16+)
07.00 12.35 17.10 Новости
07.05 17.15 20.15 00.00 Все на
Матч! Прямая трансляция
09.30 Футбол. Чемпионат
мира-2026. 1/2 финала. Тран-
сляция из США
11.45 Улётный футбол. Пря-
мая трансляция
12.40 14.55 18.00 Футбол.
Чемпионат мира-2026.
1/2 финала. Трансляция из
США. (6+)
21.00 Футбол. Чемпионат ми-
ра-2026. 1/2 финала. Пря-
мая трансляция из США
01.25 Пляжный волейбол.
Финал Кубка России. Жен-
щины. Финал. Трансляция
из Орла. (6+)
02.25 Триатлон. Мировая се-
рия. Смешанная эстафе-
та. Трансляция из Герма-
нии. (6+)
04.00 Стрельба из лука. Кубок
мира. Классический лук.
Команды. Трансляция из
Испании. (6+)

МАТЧ! СТРАНА **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 16.55 Гандбол. Чемпио-
нат России. Суперлига. (6+)
07.30 23.55 Фестиваль тенни-
са в Москве. (6+)
09.05 Век нашего спорта (12+)
09.40 Автоспорт. Дрифт.. RDS
GP. (6+)
10.30 Что за спорт?». (12+)
11.00 13.20 16.20 18.50 Ново-
сти. (0+)
11.05 21.50 Волейбол. Чем-
пионат России. Суперли-
га. (6+)
12.45 Небесная грация. (6+)
13.05 16.00 21.30 05.15 «Стра-
на спортивная». (12+)
13.25 «Вы это видели». (12+)
14.15 23.30 Спорт, который
есть. (12+)
15.00 04.20 Пляжный во-
лейбол. Финал Кубка Рос-
сии. (6+)
16.25 05.30 «Магия большого
спорта». (12+)
18.20 «Парусный спорт» (12+)
18.55 Воляная борьба. Меж-
дународный турнир. Пря-
мая трансляция
01.50 Спортивная гимнасти-
ка. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
02.00 Профилактика на кана-
ле с 02.00 до 10.00
10.00 Страна на Муз-ТВ (16+)
11.00 Топ-30. (16+)
13.00 Прогноз по году. (16+)
14.00 Плейлист лето. (16+)
15.00 Про-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон.
(16+)
17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
18.00 Про-новости. (16+)
18.20 Хит-сториз. (16+)
18.55 Плейлист лето. (16+)
20.00 Кто следующий?
(16+)
20.40 «Михаил Шуфутинский.
Атаман русского шансона».
(16+)
21.40 Про-новости. (16+)
22.00 Топ-30: Русский плей-
лист недели. (16+)
00.00 Плейлист лето. (16+)
01.00 Золотая лихорадка.
(16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
05.35 «ДЖОН УИК-4». (16+)
08.30 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕ-
СТИ». (18+)
Сериал. Испания, 2022 г. В
ролях: Хуан Эчанове, Эль-
вира Мингес.
11.30 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВ-
НЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ».
(16+)
13.45 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ
ДВЕРЬ». (16+)
15.20 «ВАСАБИ». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ
УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «ЧЁРНОЕ ЗОЛОТО» (16+)
21.25 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
23.25 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕ-
СТИ». (18+)
02.00 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ».
(16+)
04.10 «ОДЕРЖИМОСТЬ».
(16+)

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
05.30 «Смешарики». (6+)
05.55 «Простоквашино». (6+)
06.20 «Смешарики. Новые
приключения». (6+)
06.55 «Три кота». (6+)
07.35 «Три богатыря и Пуп
Земли». (12+)
09.05 «МАСТЕР И МАРГАРИ-
ТА». (16+)
11.55 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)
15.00 «КОД АПОКАЛИПСИСА».
(16+)
16.55 «НЕПОБЕДИМЫЙ».
(16+)
19.00 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТА-
НИЕ». (16+)
21.30 «ЭКИПАЖ». (16+)
23.55 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ».
(16+)
02.20 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В
ПУСТЫНЕ». (16+)
03.55 «Большое путеше-
ствие. Вокруг света». (6+)

VIJU TV1000 **VIJU TV1000**
06.05 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
07.40 «ПУШКИ АКИБО».
(16+)
09.10 «ВИДЕНИЯ». (16+)
10.30 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
12.25 «БУНКЕР». (16+)
14.05 «ЯЧЕЙКА 234». (16+)
15.25 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБО-
ВЬЮ». (16+)
17.00 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕН-
Я КИНУЛ». (16+)
19.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИН-
ГЛИШ». (16+)
20.30 «АГЕНТ ДЖОННИ ИН-
ГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА».
(16+)
22.10 «АГЕНТ ДЖОННИ ИН-
ГЛИШ 3.0». (16+)
23.40 «ДЕВИЧНИК: УБОЙНАЯ
НОЧЬ». (16+)
01.15 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИН-
КА». (16+)
02.55 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ».
(16+)

СУББОТА! **СУББОТА!**
05.00, 06.00, 07.20, 09.50,
12.20, 13.00 «Маша и
Медведь». (0+)
05.50, 07.15, 09.40, 12.10
«Маша и Медведь. Маши-
ны песенки». (0+)
12.30 «Маша и Медведь:
Парк чудес». (0+)
13.30, 16.00, 17.50 Новые
Четыре свадьбы. (16+)
20.20, 21.30, 22.50 Богиня
свиданий. (16+)
00.00, 00.30 «МОЯ ВТОРАЯ
МАМА». (16+)
00.55 Суббота News-2026.
(16+)
01.10, 02.00 «ВЕТРЕННЫЙ».
(16+)
02.40 Суббота News-2026.
(16+)
03.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.40, 04.20 «ПРОСТО МА-
РИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ**
01.25 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИ-
ЯМ». (18+)
02.55 «ВЫШИБАЛА». (18+)
04.35 «НЕ ВСЕ ДОМА». (16+)
06.25 «ЖЕНИХ». (16+)
08.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО
РЕЖИМА». (16+)
10.15 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУ-
НА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖ-
ДАТЬ». (18+)
12.20 «НОЧНАЯ СМЕНА».
(18+)
14.10 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИ-
ЕЙ». (16+)
15.50 «УЛОВИТЬ ЖОРУ».
(18+)
17.30 «В БАНЮ!» (16+)
19.30 «СЕРДЦЕЕД» (16+)
21.25 «ПОСЛЕДНИЙ БОГА-
ТЫРЬ: ПОСЛАНИЕ ТЬМЫ».
(6+)
23.20 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
05.25 «Три кота». (6+)
06.10 «Мишки-братишки».
(6+)
07.10 «Смешарики». (6+)
08.00 «Белка и Стелка. Тай-
ны космоса». (6+)
09.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
12.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ».
(16+)
14.40 «МЕНОВСКИЕ ВОЙНЫ».
(16+)
18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА».
(16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ».
(16+)
В 1995 году он получает
тяжелое ранение при ис-
полнении долга и попадает
в кому. А когда приходит в
себя - прошло целых 20 лет.
00.50 «КУКОЛЬНИК». (16+)
02.20 «ГОСТИ». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
«Ранеткам» предстоит кон-
церт в кафе. Гуцула уволь-
няют. Калярия убеждает
Круглову, что Савченко
собирается отправить ее
на пенсию. Лера знакомит
свою сестру с друзьями.
Платонов не справляется с
работой бармена. Аня при-
ходит к Матвею и застает
там Еву. Аня узнает, что На-
таша была в курсе отноше-
ний Матвея и Евы, девочки
ссорятся.
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 «От воскресенья до
воскресенья». (6+)
10.15 «Обитель святых цели-
телей Космы и Дамиана».
(0+)
11.10, 17.30 Прямая линия.
Ответ священника. (12+)
11.40 День Патриарха. (0+)
11.50 Монастырская кухня.
(0+)
12.50 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ».
(12+)

СПАС
13.45 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛ-
ДАТ». (0+)
15.10 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВ-
НИКА ШАЛЫГИНА». (6+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
18.10, 01.00 «Донбасс. Ис-
терзанное сердце России».
(12+)
19.15 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ».
(12+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.35 Вечер на «Спасе». (0+)
21.50 «Поле битвы». (16+)
22.20 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯ-
ЧИ». (12+)
23.45 Вечер на «Спасе». (0+)
00.50 День Патриарха. (0+)
01.55 «Гвардия. Мы были
простыми смертными».
(0+)

Православный календарь

15 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице.
Глас 5. Положение честной ризы
Пресвятой Богородицы во Влахерне.



Свт. Иувеналия, архи-
еп. Иерусалимского.
Свт. Фотия, митр. Ки-
евского. Феодотьев-
ской, Пожайской, и
Ахтырской икон Бо-
жией Матери.

Постный день.
Разрешается рыба.

« Семейные тяготы должно пе-
реносить как добровольно из-
бранную нами долю. Задние мысли тут
скорее вредны, нежели полезны. Спа-
сительно лишь то, чтобы о себе и о се-
мействе молиться Богу, да сотворит о
нас полезное по воле Своей святой».
Прп. Амвросий Оптинский (Гренков)

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 «РАБОТА НАД ОШИБКАМИ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 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 «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ». (16+)
Анна обеспокоена поведением брата: с его порывистостью недалеко до беды. И дворянка волнуется не зря: Рома предлагает Юле сбежать в деревню.
23.40 «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ». (16+)
02.00 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
03.00 Вести
03.30 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)

НТВ



14.00 «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 «ЛЕСНИК». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
К Брумелю по обмену опытом приезжает эксперт Яна Францевна. Между ними быстро возникает симпатия. В это время в городе похищают бизнесмена. Один из бандитов, получив ранение во время похищения, умирает. Подельники бросают его труп в лесу, где его находит грибник и вызывает полицию.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
00.20 «Сегодня»
00.35 «КУПЧИНО». (16+)

СТС



05.10 С лёгким утром! (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.10 С лёгким утром! (16+)
06.45 ПроСТО кухни. Лучшее. (12+)
08.05 «100 мест, где поесть». (16+)
10.05 «ЛЮБОВНЫЙ НАПИТОК №9». (16+)
12.00 «ЛЕТО, КОГДА Я НАУЧИЛАСЬ ЛЕТАТЬ». (12+)
13.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВЫЕ». (12+)
17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ». (16+)
21.00 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: МАНУСКРИПТ ДРАКОНА». (16+)
22.45 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: ЗЕРКАЛА ПРИЗРАКОВ». (16+)
00.55 «КИЛЛЕР-ХРАНИТЕЛЬ». (18+)
02.25 «Принцесса Мононоке». (16+)
04.30 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
19.00 «ЖУКИ». (16+)
23.00 «ОТСТУПНИКИ». (18+)
Два лучших выпускника полицейской академии оказались по разные стороны баррикады: один из них - агент мафии в рядах правоохранительных органов, другой - «крот», внедрённый в мафию. Каждый считает своим долгом обнаружить и уничтожить противника...
01.50 «НЕ БУДИ ВО МНЕ КИЛЛЕРА». (16+)
Беспощадный наёмный убийца неожиданно теряет способность выполнять свою работу - теперь при виде крови он теряет сознание. Чтобы скрыть это от босса и сохранить свою жизнь, ему приходится начать совершенно новую карьеру...
03.20 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

05.00 18.00 01.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 Документальный спецпроект. (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
10.55 «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 02.05 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
21.00 «БУДИКА: КОРОЛЕВА ВОИНОВ». (16+)
23.25 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. (16+)
07.10 Битва шефов. (16+)
09.20 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
11.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Свадьба вслепую. (16+)
22.20 Одни дома. (16+)
23.30 Ставка на любовь. (16+)
01.20 Пятница News. (16+)
01.40 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
03.20 На ножах. (16+)
04.10 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

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

ЧЕ!

06.30 Улетные животные. (16+)
07.50 «+100500». (16+)
09.00 Улетное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
21.00 Найди по ID. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами.
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

05.00 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15 «Наше кино. История большой любви». (16+)
06.55 «КАПКАН». (16+)
10.10 «КАПКАН». (16+)
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10, 16.15, 18.20 «Дела судебные». (16+)
16.15 «Обману. Нет». (16+)
20.25 «Дела судебные. Новые истории». (16+)
21.15 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
23.05 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (16+)
01.05 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10
11.00 23.50 «Товарищ клоун». (12+)
15.15 «КУРЬЕР». (16+)
17.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
22.10 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)
01.25 ОТражение. Итоги. (12+)
02.30 Острова в океане. (12+)

ПОБЕДА

05.05 «Путь к победе» (16+)
06.05 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
07.30 «ВОЛЧЬЕ СОЛНЦЕ» (16+)
19.30 «БАТАЛЬОН». (16+)
История первого женского «батальона смерти» и его командира Марии Бочкаревой. Весна 1917-го года. Февральская революция меняет жизнь России и ход Великой войны. Государь отрывается от престола. В окопах, где противостояние с немцами длится уже не один год, вовсю ведут свою пропаганду большевики. Армия находится на пороге окончательного разложения.
23.30 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)
01.30 «КАДЕТ». (16+)
03.00 «ПОМИЛОВАНИЕ». (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. Супер-команда». (0+)
10.45 «Тима и Тома». (0+)
13.00 «Джи-Джи Бонд: Супер-гонщик». (6+)
13.15 «Инфинити Надо». (6+)
13.45 «Барбоскины». (0+)
16.30 «Мой брат - монстр». (6+)
В центре сюжета - девятилетняя школьница по имени Петунья, которая скучает на летних каникулах, ведь все её друзья разъехались. Однажды во дворе она встречает необычного друга по имени Момбу.
16.45 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
16.50 «Геройчики». (0+)
18.40 «Буква в деле». (0+)
19.00 «Ум и Хрум». (0+)
20.35 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Ми-ми-мишки». (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.
01.00 «Буба». (6+)
02.30 «Смешарики». (0+)
04.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
08.30 «Джи-Джи Бонд: супер-гонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Буква в деле». (0+)
10.10 «Простоквашино». (0+)
11.30 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супер-гонщик». (6+)
13.45 «Чик-Чиркино». (0+)
Чик-Чиркино - 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 Чиркиных, главных героев мультсериала. Жизнь шумного семейства полна маленьких приключений и комичных ситуаций, в которые воробьи попадают благодаря своим птенцам.
14.45 «Ката и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)
15.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». (0+)
«Машины сказки». (0+)
19.00 «Горошек и компания». (6+)
19.25 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Поленки». (6+)
22.30 «Маша и Медведь». (0+)
02.00 «Маша и Медведь». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
01.30 Обыкновенная история. (6+)
01.40, 05.10, 22.40 «Русская история». (12+)
03.20, 07.10, 23.10 Историограф. (12+)
04.05 «Хлеб, «Север» и кобальт». (12+)
08.00 «Манящие огни Александра Фадеева». (12+)
08.30 «Морская пехота». (12+)
09.15 Это их выбор. (16+)
09.40, 13.45, 17.45, 21.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
10.35 Семь дней истории. (12+)
10.40, 14.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
11.05, 15.00, 19.00 «Забывшие войны России». (12+)
12.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
12.55 «Кондратий Рылеев. Последнее письмо». (12+)
В фильме «использованы малоизвестные документы из фондов отдела рукописей Российской национальной библиотеки.
16.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
16.50 «Инженер Победы. Маршал Аганов». (6+)
18.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
20.00 «Это подкаст. История». (12+)
21.05 «Сквозь времена». (12+)

VJU HISTORY

06.00 «Возмездие. После Нюрнберга». (16+)
О сенсационном расследовании преступлений голландского миллионера Питера Ментена, о которых стало известно через много лет после окончания Второй мировой войны.
06.50 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
08.25 «Загадка Шалаяпина». (16+)
09.15 «Дикий и удивительный мир Илона Маска». (12+)
10.15 «Внутри пирамид». (12+)
12.10 «Карты убийств». (16+)
13.50 «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.
15.45 «Свадьба века». (16+)
17.05 «Эпоха Дианы». (16+)
18.00 «Внутри пирамид». (12+)
20.00 «Карты убийств». (16+)
21.40 Высадка в Нормандии: сто дней до победы. (16+)
23.30 «Осаждённые крепости». (16+)
01.25 «Внутри пирамид». (12+)
03.10 «Карты убийств» (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 02.55 «Спасённые шедевры России». (12+)
06.45, 02.00 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
07.45, 03.40 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
08.30, 04.20 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы. Два противоположных образа жизни». (12+)
09.25, 19.35, 05.15 «Вторая мировая война». (12+)
10.15 «Затерянные гробницы Нотр-Дам». (12+)
11.15 «Поединок в Лефортово». (12+)
12.15 «Рим. Армия строителей». (12+)
13.10 «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
14.00, 15.50 Легенды Европы. (12+)
15.00 «Мир накануне катастрофы. XX век». (16+)
16.45 «Лошади его Величества». (12+)
17.45 «Елена Камбурава». (12+)
18.40 «Кельты». (16+)
20.25 «Тайны Саккар». (12+)
21.25 «Парни из нашего «Городка». (12+)
22.20 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
23.20 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
00.10 «Тайны затонувших миров». (12+)

РОССИЯ К
Культура



06.30
Пешком...

06.30 Пешком...
07.30 «ФОТОГРАФИИ НА СТЕНЕ»
09.00 18.00 Кристальные истории
09.15 Диалоги о животных
10.15 02.15 Известные маршруты России
11.00 «КАПИТАН СОВРИГОЛОВА»
12.10 «Забытое ремесло»
12.45 «Вначале было дело»
13.15 «Конец эпохи динозавров»
14.10 20.30 «Кунсткамера»
14.50 21.10 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
15.50 «Мая Миткевич»
16.30 «Запечатленное время»
17.15 01.35 Симфонические сюиты
18.15 «Сияющий купол»
18.45 «Евгений Тарле»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.40 «Роман в камне»
23.10 «ДЕТИ САНЧЕСА»

ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ
ДЕТЕКТИВ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.35 «ОТЛИЧНИЦА». (16+)
10.35 «Песня года». Битва за эфир». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ: ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
16.55 «Актёрские драмы. Гражданский брак». (16+)
18.05 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Легенды эстрады. Миг удачи». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Охота на маньяка. Дело ивановского изверга». (16+)
01.30 «Настоящий детектив. Смерть на шпильках». (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 «Порча». (16+)
16.00 «Слепая». (16+)
18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
После нападения Рая боится оставаться одна и везде ходит за мамой. Из-за проверки на подстанции начальство просит всех быть осторожнее. Рыков грубит проверяющему, а позже они с Арефьевой устраивают прилюдный скандал и расстаются.
23.00 «ОХОТА НА ВОЛКОВ». (18+)
Супруги Нолан и Софи отправляются в поход, так как Нолан работает над кулинарным проектом, посвященному охоте и еде из дичи.
01.00 Дневник экстрасенса. (16+)

ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведёмся!
(16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Прости меня...» (16+)
11.45 «Беду отведу». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ПАВЛИН, ИЛИ ТРЕУГОЛЬНИК В КВАДРАТЕ». (16+)
19.00 «ДОКТОР, Я БО-ЮСЬ...» (16+)
23.05 «Понять. Простить». (16+)
00.15 «Порча». (16+)
01.20 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)
04.25 Одна за всех. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Из-вестия. (16+)
05.25 «СВОИ-3». (16+)
07.20 11.15 00.30 «СВОИ-7». (16+)
09.30 «СВОИ-4». (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8». (16+)
14.20 23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
02.05 «СЛЕД». (16+)
ЗВЕЗДА
05.40 «ЭШЕЛОН». (16+)
09.00 13.00 17.00 Новости дня. (16+)
09.15 «ЭШЕЛОН». (16+)
10.00 13.25 15.05 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
17.15 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.». (16+)
19.00 Новости дня. (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.05 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
00.25 «САМАЯ ДЛИННАЯ СОЛОМИНКА». (12+)
02.00 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (12+)
03.25 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 03.30 «Здоровая среда». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.00 01.15 «Документальное кино». (12+)
12.30 «Футбол губернии». (12+)
13.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 «Азбука Православия». (12+)
16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 00.45 «Великий, могучий». (12+)
18.30 «Актуальное интервью». (12+)
18.45 01.45 «Служу Отечеству». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.30 22.30 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
23.00 «ФАНИОЦЦИ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Ш. Стрикланд. UFC. Трансляция из Австралии. (16+)
07.00 12.35 17.10 Новости
07.05 17.15 20.15 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 12.40 14.55 18.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/2 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
22.25 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал. Трансляция из Катара. (6+)
01.25 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Финал. Трансляция из Орла. (6+)
02.25 Лёгкая атлетика. Мировой континентальный тур. Трансляция из Венгрии. (6+)
04.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Индивидуальное первенство. Трансляция из Испании. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.20 23.55 Фестиваль тенниса в Австралии. (16+)
08.55 Воляная борьба. Международный турнир. (12+)
11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)
11.05 22.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.05 05.15 «Страна спортивная». (12+)
13.25 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивной. (6+)
15.00 04.20 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)
16.00 04.05 Спортивные мамы. (12+)
18.30 01.30 Небесная гонимая. (6+)
18.55 Воляная борьба. Женская борьба. Международный турнир. Прямая трансляция
21.30 География спорта. (12+)
01.50 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 События. (16+)
05.05 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка. (16+)
07.00 «10 самых!» (16+)
07.30 «10 самых!» (16+)
08.00 Хиты по-русски. (16+)
08.40 Про-новости. (16+)
09.00 Дачный плейлист Радио Дача. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист лето. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)

13.00 Ждите ответа. (16+)
14.00 Плейлист лето. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Love Radio чат. (16+)
17.00 Короли Чартов. (16+)
18.00 Про-новости. (16+)
18.20 «10 самых!» (16+)
18.55 Плейлист лето. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 «Почему иностранцы рвутся в Россию?» (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Фан-зона. (16+)
00.00 Плейлист лето. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.05 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
08.05 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Сериял. Испания, 2022 г. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес, Мишель Кальво.
10.55 «ЧЁРНОЕ ЗОЛОТО». (16+)
13.20 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.05 «ДОСЬЕ «ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА»». (16+)
17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
19.00 «БАЛЕРИНА». (16+)
21.10 «ПОХИЩЕННАЯ». (16+)
23.05, 00.30 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
01.45 «ДЕНЬ ТРИФИДОВ». (16+)
04.45 «ВИРУС». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Царевна и Дракон». (6+)
06.10 «Смешарики». (6+)
06.40 «Простоквашино». (6+)
07.15 «Маша и Медведь». (6+)
07.30 «Три кота». (6+)
08.00 «ТУРИСТ». (16+)
09.50 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
12.25 «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
14.30 «ЛЁТЧИК». (16+)
16.20 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ». (16+)
19.00 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ-2: ПРЕДСТОЯНИЕ». (16+)
22.10 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ-2: ЦИТАДЕЛЬ». (16+)
01.00 «ГРУППА КРОВИ». (16+)
02.35 «В СПИСКАХ НЕ ЗНАЧИЛСЯ». (16+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
05.45 «КУРЬЕР». (16+)
07.20 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
08.55 «АГЕНТ ЕВА». (16+)
10.30 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)
12.30 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
14.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
15.45 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
17.15 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
19.00 «АГЕНТ НА УИКЕНД». (16+)
20.40 «РЕЙС НАВЫЛЕТ». (16+)
22.20 «НЕ БУДИ ВО МНЕ КИЛЛЕРА». (16+)
00.00 «МАЧЕТЕ». (16+)
01.45 «МАЧЕТЕ УБИВАЕТ». (16+)
03.20 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00, 06.10, 07.30, 10.00, 12.20, 13.00 «Маша и Медведь». (0+)
05.50, 07.25, 09.55, 12.05 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
13.30, 15.40, 17.50 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.50, 21.00 Богиня свиданий. (16+)
22.10 Богиня сыска. (16+)
23.30, 00.00 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.25 Суббота News. (16+)
00.40, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.25 Суббота News-2026. (16+)
02.40 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.20, 04.00 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
04.40 «Маша и Медведь». (0+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
03.25 «ВРЕМЕННО БЕРЕМЕННА». (18+)
05.00 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)
06.50 «ВСЁ МОГУ». (16+)
08.25 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
10.05 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
12.00 «ЗАМЕРЗАЮЩАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
13.50 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
15.55 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
17.55 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
19.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)
21.20 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
23.25 «СВИДЕТЕЛИ». (18+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.15 «Три кота». (6+)
06.10 «Мишки-братишки». (6+)
07.10 «Смешарики». (6+)
08.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (6+)
09.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
12.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
14.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
18.30 «УБОЮНАЯ СИЛА». (16+)
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
00.50 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
02.30 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
04.00 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.15 «РАНЕТКИ». (16+)
Наташа приходит к Лене и просит подружку вернуться в школу. Бабушка Зеленовой хлопочет о медали для внуки. Рассказов разбирается в неприятной истории, где замешаны Калерия и Белута. Лера возвращается домой и застаёт там Надю и Платонова. Узнав о проблемах Наташи, Лагуткин прерывает гастрольный тур. Стас предлагает собрать подписи против Калерии.
17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
22.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
02.00 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС 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 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
10.15 «София». (12+)
11.40 День Патриарха. (0+)
11.50 Монастырская кухня. (0+)
12.45 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (12+)
13.40 «СТАЛЬНАЯ КОЛЫБЕЛЬ». (12+)

13.55 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». (0+)
15.20 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ». (12+)
17.00 Вечер на «Спасе». (0+)
17.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
18.10 «День Ангела». (0+)
18.45 «Святые целители». (0+)
19.20 «Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы». (0+)
20.15 Вечер на «Спасе». (0+)
20.30 Бесогон. (18+)
21.35 «Корона под молотом». (0+)
23.00 «Царские дни». Прямая трансляция. (0+)

Православный календарь

16 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице.
Глас 5. Мч. Иакинфа.



Перенесение мощей свт. Филиппа, митр. Московского, всея России чудотворца. Мчч. Диомиды, Евлампия, Асклипиодота и мч. Голиндухи. Мчч. Мокия и Марка. Прп. Александра, обители «Неусыпающих» первоначальника. Свт. Анатолия, Патриарха Константинопольского. Прпп. Анатолия и другого Анатолия затворника, Печерских. Свт. Василия, еп. Рязанского. Блгвв.

Поста нет.

« Кто в семье живет, тому и спасение от семейных добродетелей. Свт. Феофан Затворник

ПЕРВЫЙ

18.00 Вечерние новости
(с субтитрами)

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 «Через тернии к звездам». (12+)
23.20 «ВКУС СЧАСТЬЯ». (18+)
00.55 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



18.00 «60 минут». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.30 Вести. Местное время
21.50 Торжественная церемония открытия XXXV Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске»
00.30 «ЛАБОРАНТКА». (12+)
Молодой микробиолог Люся Поликарпова, не поступив в Петербурге в аспирантуру, возвращается в родной город. Работы по специальности там для неё нет, но ей удаётся устроиться на работу в соседнем городке.

НТВ



14.00 «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 «ЛЕСНИК». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
В городе появляется новый препарат. За его производством стоят очень опасные люди. Волею случая в центре закрутившихся событий оказывается выпущенный по состоянию здоровья из тюрьмы старый «знакомый» майора Балабина.
22.15 «ДЕЛЬФИН». (16+)
00.25 «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО». (16+)
02.00 «Квартирный вопрос». (0+)
02.50 «ПЕТЛЯ». (16+)

СТС



11.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
Ведущий кулинарного тревел-шоу Александр Белькович снова отправится в кулинарное турне по стране, чтобы дополнить гастрономическую карту России. 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, какие посмотреть достопримечательности и где остановиться на ночь.
05.10 С лёгким утром! (16+)
06.45 Просто кухня. (12+)
08.05 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
11.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

ТНТ



01.00 «Женский стендап». (18+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
13.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
Майские шашлыки, Новый год, дни рождения, годовщины и десятки других поводов собраться за одним столом - в семье Пыжовых каждый праздник неизбежно превращается в настоящее испытание. Забавные недоразумения, семейные конфликты, неожиданные признания и тёплая атмосфера делают этот марафон идеальным выбором...
21.00 «Комеди Клуб». (16+)
Шоу, которое уже много лет задаёт тон российскому юмору. Острые шутки, яркие номера, неожиданные импровизации, звёздные гости и фирменная атмосфера Comedy Club - всё, за что зрители продолжают любить проект и возвращаются к нему снова и снова.
01.00 «Женский стендап». (18+)
03.20 «Однажды в России». (16+)

РЕН



13.00 «Тайны Чапмана». (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 17.00 03.20 «Тайны Чапмана». (16+)
18.00 02.40 «Главные тайны мира». (16+)
20.00 «Безумные факты». (16+)
20.30 «ТРОЙНАЯ УГРОЗА». (16+)
22.30 «Соль. Легенда». (16+)
23.40 «Здравствуй, это я!» История группы «Руки Вверх». (16+)
01.05 «ОКОВЫ СМЕРТИ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.00 Гастротур. (16+)
06.50 «НЕ ОДНА ДОМА-2». (12+)
08.50 Четыре дачи. (16+)
10.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
13.10 Битва шефов. (16+)
19.00 Ставка на любовь. (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.30 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
03.10 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.10 «Свадебный размер». (16+)
08.10 «Битва за тело». (16+)
09.50 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
12.00 «Бывшие 2.0». (16+)
Реалити про тех, кто готов дать бывшему партнёру второй шанс. В этом проекте вы увидите героев, которые когда-то решили расстаться со своими «вторыми половинками», но со временем захотели вернуть отношения.
15.05 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
02.05 «Разводы». (16+)

ЧЕ!

06.30 Улетные животные. (16+)
07.50 «+100500». (16+)
09.00 Улетное видео. (16+)
14.30 Решала. (16+)
18.30 Влад решает. (16+)
20.30 Найди по ID. (16+)
«Найди по ID» - это настоящее интернет-расследование с применением новейших технологий.
22.30 Опасные связи. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
00.00 «БЛИЗНЯШКИ. БОРЬБА ЗА НАСЛЕДИКА». (16+)
01.20 Опасные связи. (18+)
03.00 Заступницы. (16+)
04.30 Улетные животные. (16+)

МИР

05.00 «ВРАТАРЬ». (16+)
05.10 «Понять. Простить». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15 «Пять причин поехать в...» (12+)
06.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
08.00 «РОДНЯ». (16+)
10.10 «Дела судебные» (16+)
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10, 16.15 «Дела судебные». (16+)
16.15, 18.20 «Миллион за 5 минут». (16+)
21.10 «Славянский базар в Витебске». (12+)
01.10 «Наше кино. История большой любви». (16+)
02.25 «МЕЧТА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10
11.45 «Нескучное дело». (12+)
15.15 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
17.00 «Великий, могучий». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)
22.15 «БОРСАЛИНО И КОМПАНИЯ». (16+)
00.00 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)
01.10 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)

ПОБЕДА

04.45 «Путь к победе». (16+)
05.45 «ЛЁТЧИК». (16+)
07.30 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3.
19.00 «ПОЗЫВНОЙ «ЖУРАВЛИ». (16+)
23.20 «ОТРЯД СВЕТЛЯЧКОВ». (12+)
01.10 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)
02.30 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
03.55 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Турбозавры». (0+)
10.30 «Четверо в кубе». (0+)
13.15 «Инфинити Надо». (6+)
13.45 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
Маленькие истории о больших делах. Хотите узнать, откуда появляются булочки на завтрак, почему подводная лодка всё время тонет, как из горы получают вилки и ложки и зачем синоптикам сачки? Девочка Катя и её друг Эф путешествуют по пекарням, заводам, поездам, пароходам и изучают, как всё устроено и какие бывают профессии.
16.30 «КАНИКУЛЫ СВЕТОФОРОВЫХ». (6+)
17.00 «Кошечки-собачки». (0+)
Что происходит в сериях? Каждое утро школьный автобус собирает ребят и отвозит в школу. После уроков друзья не только играют, устраивают соревнования, праздники или походы, но и помогают родителям в их деле.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
21.15 «Горошек и компания». (6+)
Тая, Филя и Горошек живут в небольшом провинциальном городке. Тая и Филя - совершенно не похожие друг на друга двойняшки-первоклассники. Горошек - их младший четырёхлетний брат, который своим трогательным и наивным видом умилает всех вокруг.
23.00 «Маша и Медведь». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
Время открывать для себя новое. Чем и будут заниматься весёлые герои вместе со своими юными зрителями. Вопросы про геометрические фигуры, разного вида рашифровки и прочие необходимые знания о мире, уже ждут. Персонажи мультсериала «Азбука со Смешариками» помогут зрителям найти нужные и правильные ответы на всё. А герои «Цветняшек» споют добрые песни о самых интересных и важных вещах.
08.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
08.45 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Буква в деле». (0+)
10.10 «Простоквашино». (0+)
Дядя Фёдор продолжает жить в Простоквашино со своими друзьями.
11.30 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.30 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
13.45 «Чик-Чирикино». (0+)
14.45 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
15.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
17.00 Время малышей. (0+)
18.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
19.00 «Горошек и компания». (6+)
19.25 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Поленьки». (6+)
22.30 «Простоквашино». (0+)
02.00 «Простоквашино». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Хлеб, «Север» и кобальт». (12+)
01.00, 06.35, 10.35 Семь дней истории. (12+)
01.10, 18.40, 21.40 «Русская история». (12+)
03.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
04.00 «Манящие огни Александра Фадеева». (12+)
04.30 «Морская пехота». (12+)
05.15 Это их выбор. (16+)
05.40, 09.40, 13.45, 17.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
06.40, 10.40 «Уроки Нюрнберга». (12+)
07.05, 11.05, 15.00 «Забывшие войны России». (12+)
08.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
08.55 «Кондратий Рылеев. Последнее письмо». (12+)
12.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
12.55 «Инженер Победы. Маршал Аганов». (6+)
14.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
Цикл документальных фильмов о великих учёных России и их современных последователях.
16.00 «Это подкаст. История». (12+)
17.05 «Сквозь времена». (12+)
20.00 «Оружие холодной войны». (16+)
20.45 «Ледоколы войны». (12+)
21.30 Обыкновенная история. (16+)

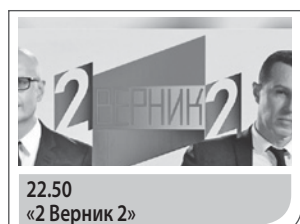
VJU HISTORY

06.00 Высадка в Нормандии: сто дней до победы. (16+)
07.05 «Свадьба века». (16+)
08.30 «Мир Джона Уика». (16+)
10.40 «Внутри пирамид». (12+)
12.40 «Карты убийств». (16+)
14.20 «Осаждённые крепости». (16+)
16.20 «Эпоха Дианы». (16+)
Она «сделала моду модной», став настоящей иконой стиля. Её называли «королевой людских сердец», но королевский трон она так и не заняла. Она постоянно нарушала королевский протокол и не боялась говорить правду.
18.00 «Внутри пирамид». (12+)
20.00 «Карты убийств». (16+)
20.50 «Принц Альберт: герой викторианской эпохи». (16+)
Его главная идея в том, чтобы показать: хотя в истории принца Альберта чаще всего помнят как мужа королевы Виктории, на самом деле он сыграл гораздо более масштабную роль в формировании викторианской Британии.
21.45 «Война, изменившая мир». (16+)
23.35 «Революция в научной фантастике». (16+)
01.25 «Внутри пирамид». (12+)
03.10 «Карты убийств». (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 01.10 «Затерянные границы Нотр-Дамы». (12+)
06.55, 02.00 «Поединки в Лефортово. Шах и мат Бурбону». (12+)
07.50, 02.55 «Рим. Армия строителей». (12+)
08.50, 03.50 «Нонна Мордкова. Простая история». (12+)
09.40, 10.35 Легенды Европы. (12+)
11.30 «Лощади его Величества». (12+)
12.30 «Елена Камбурова. Роман со временем». (12+)
13.25 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
14.25 «Тайны Саккар». (12+)
15.20, 00.20 «Вторая мировая война». (16+)
16.10 «Пари из нашего «Горького». (12+)
17.05 «Дворец морского министерства. Архитектурное сокровище». (12+)
18.05, 05.15 «Шерлок Холмс и доктор Ватсон. Рождение легенды». (12+)
18.50 «Тайны затонувших миров». (12+)
20.45 «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
21.45, 04.35 «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
22.35 «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы». (12+)
23.30 «Спасённые шедевры России». (12+)

РОССИЯ К
Культура



22.50 «2 Верник 2»

07.30 «ФОТОГРАФИИ НА СТЕНЕ»

09.00 Кристальные истории

09.15 Диалоги о животных

10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры

10.15 Неизвестные маршруты России

11.00 «КАПИТАН СОВРИГОЛОВА»

12.10 «Забывшее ремесло»

12.45 «Вначале было дело»

13.15 «Тайны родословной гигантских птиц»

14.10 «Кунсткамера. Вертикальный музей»

14.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»

16.30 «Запечатленное время»

17.15 «Владимир Селивохин»

17.50 «Московский Монмартр»

18.35 «Иван Затевахин»

19.45 «Невский ковчег»

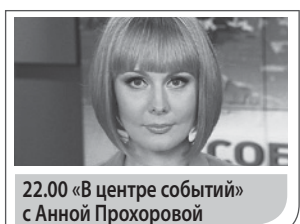
20.15 «ВЕЧНЫЙ МУЖ»

22.50 «2 Верник 2»

00.35 «Кинескоп»

01.15 «БОЛЬШИЕ ДЕРЕВЬЯ»

ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

06.00 «Настроение»

08.10 11.50 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ». (12+)

11.30 14.30 17.50 События

12.25 15.05 «ТИХИЕ ЛЮДИ». (16+)

14.50 Город новостей

16.55 «Актёрские драмы. Мама против». (16+)

18.10 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)

20.05 «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА». (16+)

22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

23.05 «Тайная комната. Призрак Третьего рейха». (16+)

00.00 «Русские тайны. Экстрасенсы на службе КГБ». (16+)

00.40 «МАЧЕХА». (0+)

02.10 «Петровка, 38». (16+)

02.30 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (16+)

06.00 «Песня года». Битва за эфир. (16+)

06.40 «10 самых...» (16+)

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 «Порча». (16+)

16.00 «Слепая». (16+)

19.00 «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК». (16+)

В лесах Луизианы разбивается пассажирский самолет. У выживших нет связи, поэтому, чтобы спастись, они вынуждены пройти через болото, в котором находятся аллигаторы. Хищники стали еще агрессивнее из-за выбросов химикатов.

20.45 «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ». (16+)

22.45 «ОБИТЕЛЬ СТРАХА». (16+)

00.15 «ПИРАНЬИ 3DD». (18+)

01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

03.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. Молодой ученик. (16+)

ДОМАШНИЙ



00.25 «Порча». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

07.30 Давай разведёмся! (16+)

08.30 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 «КАК МЫ ЛЮБИЛИ ДРУГ ДРУГА». (16+)

19.00 «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» (16+)

23.15 «Понять. Простить». (16+)

00.25 «Порча». (16+)

01.25 «Знахарка». (16+)

01.55 «Верну любимого». (16+)

02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)

02.50 Тест на отцовство. (16+)

04.30 Давай разведёмся! (16+)

5-й КАНАЛ

05.25 «СВОИ-3». (16+)

07.25 11.15 «СВОИ-7». (16+)

09.00 13.00 Известия. (16+)

09.30 «СВОИ-4». (16+)

13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)

Ночью в подсобке магазина убита продавщица Елена Волкова. В причастности к преступлению подозревают бывшего парня Елены.

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

23.45 Они потрясли мир. (16+)

02.10 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

ЗВЕЗДА

06.25 09.20 «ОТДЕЛ С.С.С.Р». (16+)

09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)

10.50 13.25 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». (16+)

13.55 15.05 17.15 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)

19.40 «Загадки века». (12+)

20.25 «Война миров». (16+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.30 Музыка+. (12+)

01.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «Территория успеха». (12+)

11.30 15.30 «Арт-Проспект». (12+)

11.55 17.25 19.00 «Новости дайджест». (12+)

12.00 01.45 «Великий, могучий». (12+)

12.30 «Мастерская спорта». (12+)

13.00 «Здоровая среда» (12+)

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

14.30 «День вместе». (12+)

15.00 «Футбол губернии». (12+)

16.30 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)

17.30 «Открытая наука» (12+)

18.00 02.15 «Служу Отечеству». (12+)

18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)

18.30 «Актуальное интервью». (12+)

18.45 «Специальный репортаж». (12+)

19.10 «Вечер вместе». (12+)

20.00 23.00 «Адрес истории». (12+)

20.30 «Просто жизнь». (12+)

21.00 «Документальное кино». (12+)

22.00 «Малая сцена». (12+)

23.30 «ПРАЗДНИК НЕПОСЛУШАНИЯ». (12+)

00.45 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 Смешанные единоборства. К. Усман - Х. Бакли. UFC. Трансляция из США. (16+)

07.00 09.05 12.35 15.40 Новости

07.05 15.45 22.10 Все на Матч! Прямая трансляция

09.10 «Небесная грация». (6+)

09.30 12.40 23.10 Футбол. Чемпионат мира-2026. (6+)

11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция

14.55 Футбол. Лучшие голы. чемпионата мира 2026. (6+)

16.30 04.00 Смешанные единоборства. Оне FC. Прямая трансляция из Таиланда

19.30 Смешанные единоборства. АСА. Прямая трансляция из Казахстана

01.25 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. Трансляция из Московской области. (6+)

02.25 Стрельба стендовая. Профессиональная лига. Трансляция из Санкт-Петербурга. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

07.30 00.25 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивного. (6+)

08.55 Воляная борьба. Женская борьба. Международный турнир. (12+)

11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)

11.05 21.50 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

13.55 18.35 05.15 «Страна спортивная». (12+)

14.10 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. (6+)

15.00 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. (6+)

16.00 21.30 Небесная грация. (6+)

16.25 04.45 Спорт, который есть. (12+)

18.55 Женская борьба. Греко-римская борьба. Трансляция

01.50 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

04.15 «Магия Большого спорта». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.45 «ВАСАБИ». (16+)

08.25 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)

Сериал. Испания, 2022 г. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес, Мишель Кальво, Чани Мартин, Аманда Риос.

11.20 «ЛЕОН». (16+)

13.45 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)

15.25 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)

17.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)

19.00 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)

22.15 «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)

02.20 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)

04.10 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

01.05 «ПАРИЖ. ВСЁ ВКЛЮЧЕНО». (18+)

03.00 «В БАНЮ!» (16+)

05.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)

06.40 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)

08.10 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)

10.00 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)

11.40 «УЛОВИТЬ ЖОРУ». (18+)

13.20 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)

15.30 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)

17.20 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)

19.30 «НЯНЬКИ». (12+)

21.15 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)

23.25 «ПРО МОЮ МАМУ И ПРО МЕНЯ». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

05.30 «Царевна и Дракон». (6+)

06.10 «Смешарики». (6+)

06.50 «Простоквашино». (6+)

07.30 «Маша и Медведь». (6+)

07.45 «Три кота». (6+)

08.25 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)

10.20 «НЕПОБЕДИМЫЙ». (16+)

12.25 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)

14.55 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (12+)

16.35 «ЭКИПАЖ». (16+)

19.00 «ДЕВЯТАЕВ». (16+)

20.55 «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)

23.00 «СНЕГИРЬ». (16+)

01.05 «ДЫХАНИЕ». (16+)

02.40 «АРИТМИЯ». (16+)

04.25 «Сказка о рыбаке и рыбке». (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.05 «Три кота». (6+)

06.10 «Мишки-братишки». (6+)

07.10 «Смешарики». (6+)

08.00 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (6+)

09.00 «БАЛАБОЛ». (16+)

12.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

Это история о двух напарниках-дальнобойщиках, которые косячат по стране и постоянно попадают в разные ситуации

14.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

18.30 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

22.30 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)

00.30 «ЛАРГО ВИНЧ-2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.40 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)

08.30 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)

10.00 «НЕ БУДИ ВО МНЕ КИЛЛЕРА». (16+)

11.35 «КОЛОМБИАНА». (16+)

13.25 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)

15.20 «АННА». (16+)

17.20 «ИГРА ГАННИБАЛА». (16+)

19.00 «СЛЕД КИЛЛЕРА». (16+)

20.35 «БАГРОВЫЕ РЕКИ-2: АНГЕЛЫ АПОКАЛИПСИСА». (16+)

22.20 «БАГРОВЫЕ РЕКИ-2: АНГЕЛЫ АПОКАЛИПСИСА». (16+)

00.00 «Я, АЛЕКС КРОСС» (16+)

01.40 «СТРЕЛА ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)

03.00 «КОД 355». (16+)

04.55 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)

07.00 «Три кота». (0+)

10.15 «РАНЕТКИ». (16+)

Аня поспорилась с отцом, её мать очень переживает из-за этого. Родители Жени решают праздновать Новый год в кафе. Леа рассказывает папе Ани, кто действительно виноват в несчастном случае на стройке. Новогодний концерт продолжается. Свечка удивлена странным поведением Милошлавского. Она не подозревает, кто скрывается под костюмом Деда Мороза.

17.35 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)

22.00 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН»». (16+)

01.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС

05.00, 07.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)

09.00 «От воскресенья до воскресенья». (6+)

09.15 «Лето Господне». (6+)

11.30 «Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы». (0+)

12.25 День Патриарха. (0+)

12.35, 13.05 Монастырская кухня. (0+)

13.35 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (6+)

Машинист Фёдор Иванович Моргунов ждёт помощника, чтобы отогнать состав в ремонт на станцию Беляевка. Состав включает два тепловоза,

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

17 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице. Глас 5. Свт. Андрея, архиеп. Критского.

Прп. Марфы, матери прп. Симеона Дивного-рца. Прп. Андрея Рублева, иконописца. Страстотерпец Императора Николая II, Императрицы Александры, царевича Алексея, великих княжен Ольги, Татианы, Марии, Анастасии и страстотерпца праведного Евгения врача. Мчч. Феодота и Феодотии. Сщмч. Феодора, еп. Кириинейского.

Постный день. Разрешается рыба.

Принуждение природе и умерщвление ее не противится браку, потому что отвращает мертвость блуда. Супружество служит жизни, а блуд — смерти, потому что вредит чадородию». Прп. Ефрем Сирий

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ

05.00 События и звёзды (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.10 Русский чарт. (16+)

07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

08.05 Teen чарт. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Love Radio чат. (16+)

10.00 Плейлист. (16+)

11.00 Плейлист лето. (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Самый лучший день. (16+)

17.00 Новое Радио (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Московский выпускной-2026. Лучшее. (16+)

23.00 Dance чарт. (16+)

00.00 Танцпол. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

03.00 Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)

04.45 Муз'итив. (16+)

МУЗЫКА

05.00 События и звёзды (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.10 Русский чарт. (16+)

07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

08.05 Teen чарт. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Love Radio чат. (16+)

10.00 Плейлист. (16+)

11.00 Плейлист лето. (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Самый лучший день. (16+)

17.00 Новое Радио (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Московский выпускной-2026. Лучшее. (16+)

23.00 Dance чарт. (16+)

00.00 Танцпол. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

03.00 Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)

04.45 Муз'итив. (16+)

МУЗЫКА

05.00 События и звёзды (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.10 Русский чарт. (16+)

07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

08.05 Teen чарт. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Love Radio чат. (16+)

10.00 Плейлист. (16+)

11.00 Плейлист лето. (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Самый лучший день. (16+)

17.00 Новое Радио (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Московский выпускной-2026. Лучшее. (16+)

23.00 Dance чарт. (16+)

00.00 Танцпол. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

03.00 Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)

04.45 Муз'итив. (16+)

МУЗЫКА

05.00 События и звёзды (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.10 Русский чарт. (16+)

07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

08.05 Teen чарт. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Love Radio чат. (16+)

10.00 Плейлист. (16+)

11.00 Плейлист лето. (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Самый лучший день. (16+)

17.00 Новое Радио (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Московский выпускной-2026. Лучшее. (16+)

23.00 Dance чарт. (16+)

00.00 Танцпол. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

03.00 Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)

04.45 Муз'итив. (16+)

МУЗЫКА

05.00 События и звёзды (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.10 Русский чарт. (16+)

07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

08.05 Teen чарт. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Love Radio чат. (16+)

10.00 Плейлист. (16+)

11.00 Плейлист лето. (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист лето. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Самый лучший день. (16+)

17.00 Новое Радио (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Московский выпускной-2026. Лучшее. (16+)

23.00 Dance чарт. (16+)

00.00 Танцпол. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

03.00 Топ-30: Русский плейлист недели. (16+)

04.45 Муз'итив. (16+)

ПЕРВЫЙ



18.20 «Сегодня вечером». (16+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Слово не воробей». (12+)
11.10 «Вспомнить всё». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Поехали! (12+)
13.10 «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ». (16+)
В ролях: Ангелина Поплавская, Александр Балув.
Апрель 1959 года. 18-летняя Таня Мещерская, выросшая в детдоме, едет в Москву к отцу, академику Викентию Рябинскому.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Сегодня вечером». (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.20 «Владимир Кузьмин. Трибьют». (12+)
01.10 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



12.00 «Доктор Мясников». (12+)

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
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 «НЯНЬКА ДЛЯ РОГОЖИНЫХ». (16+)
00.40 «РАЗБИТЫЕ СЕРДЦА». (12+)
04.15 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ, ЛЮБОВЬ». (12+)

НТВ



16.20 «Следствие вели...» (16+)

04.20 «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 «Секрету на миллион»! (16+)
23.00 «Импровизаторы». (16+)
00.05 «ОТПУСК». (16+)
01.50 «Дачный ответ». (0+)
02.40 «Прошу, прости!» (16+)

СТС



12.00 «Чем заняться в выходные?» (16+)

05.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.50 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «100 мест, где поесть». (16+)
12.00 «Чем заняться в выходные?» (16+)
12.30 «МОЙ ДИКИЙ ДРУГ». (6+)
14.35 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: СТРАЖ ИМПЕРАТОРА». (16+)
Потерпев неудачу в прошлой экспедиции, детектив Ху Байи и его команда отправляются в новое путешествие. Охотники за сокровищами хотят найти исцеляющую жемчужину Му Чена. Впервые на СТС.
16.25 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ: КОРОЛЕВА МОНСТРОВ». (16+)
18.20 «КИН». (16+)
20.25 «МИЗАНТРОП». (16+)
22.50 «ЧОКНУТЫЕ». (16+)
00.50 «НАСЛЕДНИК». (18+)
02.45 «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОН-КОНГ». (16+)

ТНТ



12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
11.30 «Кто куда». (16+)
Лео Канделаки и Анжелика Стубайло продолжают путешествовать по России и открывать знакомые города с неожиданной стороны. Новые маршруты, необычные развлечения, местные традиции и яркие впечатления - всё, чтобы вдохновить зрителей на собственные путешествия.
12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
18.30 «Мастер игры». (16+)
Во втором сезоне психологического реалити ставки становятся ещё выше.
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



09.00 «Минтранс». (16+)

05.00 03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «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+)
18.20 «Засекреченные списки». (16+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «Дикий, дикий мир». (16+)
20.30 «ОТЗВУКИ ПРОШЛОГО». (16+)
22.25 «СТРЕЛОК». (16+)
00.25 «РАЙСКИЙ ГОРОД». (18+)
02.00 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.30 Пятница News. (16+)
05.50 Гастротур. (16+)
06.40 Кондитер. Дети. (12+)
08.00 Умнее всех. (12+)
09.00 Гастротур. (16+)
09.50 Четыре дачи. (16+)
15.00 Черный список. На кухне. (16+)
23.20 «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
01.10 «ПРОПАВШАЯ». (18+)
02.40 Пятница News. (16+)
03.00 На ножах. (16+)
03.50 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.15 «Свадебный размер». (16+)
08.20 «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.
10.00 «Формула здоровья». (16+)
10.30 «Статус: Неравный брак». (16+)
13.15 «Беременна в 45». (16+)
16.15 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
01.55 «Моя-твоя еда». (0+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)
09.15 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.
19.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Тревел-блог Че! (16+)
02.45 Рюкзак. (16+)
03.30 Тревел-блог Че! (16+)

МИР

05.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)
05.15, 06.10 «Мультфильмы». (12+)
05.45 «Всё, как у людей». (6+)
06.30 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
08.15 «Игра в кино». (16+)
09.00, 10.20 «СПОРТЛОТО-82». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
10.10 «Предварительный диагноз». (12+)
11.20, 13.15 «ЗИТА И ГИТА». (16+)
14.50, 18.15 «МЕСТЬ И ЗАКОН». (16+)
19.00 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (16+)
22.00 «Славянский базар в Витебске». (12+)
01.10 «Наше кино. История большой любви».

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.30 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТОК». (0+)
10.50 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (0+)
12.10 «ИСКРЕННЕ ВАШ...» (16+)
13.35 «Герман Титов». (16+)
17.00 «День вместе». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.05 «Вечер вместе». (12+)
20.25 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)
22.00 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
23.40 «ЭМА: ТАНЕЦ СТРАСТИ». (18+)
03.05 «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ». (16+)

ПОБЕДА

05.35 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
07.55 «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
10.00 «МАРШ-БРОСОК» (16+)
12.10 «ГЛАЗ ПУСТЫНИ» (16+)
17.00 «СПЕЦНАЗ». (16+)
Страна не знает своих героев в лицо, так как их лица и их работа - это государственный секрет. Реальные и, в то же время, невероятные события из жизни спецназа на Северном Кавказе, в Косово, в Таджикистане, в Афганистане, в Москве и Санкт-Петербурге.
23.55 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
01.40 «НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛИЯМИ». (16+)
03.15 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Чик-Чирикино». (0+)
08.25 «Бумажки». (0+)
09.05 «Чик-Чирикино». (0+)
10.20 «Команда Флоры. Экопатруль». (0+)
12.40 «Простоквашино». (0+)
16.30 «КАНИКУЛЫ СВЕТОФОРОВЫХ». (6+)
17.00 «Ум и Хрум». (0+)
19.30 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРОДОЛЖАЮТСЯ». (12+)
В небольшом 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. Лишь маленький мальчик-сирота Себастьян, встретившись с Чудовищем нос к носу, разгадал в горной собаке пиренейской породы друга и красавицу Белль.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Отель у овечек». (0+)
23.00 «Летучий корабль» (0+)
23.20 «Обезьянки». (0+)
00.20 «Птичка Тари». (0+)
00.25 «Каникулы Бонифация». (0+)
00.45 «Как Лъвёнок и Черепаша пели песню». (0+)
00.55 «Тараканище». (0+)
01.10 «Лягушка-путешественница». (0+)
01.30 «Кошкин дом». (0+)
02.00 «Зоомания». (6+)
02.20 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Приключения Бубы». (6+)
09.30 «Буба». (6+)
Откуда появился Буба? Никто не знает. Этот герой проживает 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-кто 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. Буба всему научится опытным путём.
10.30 «Горошек и компания». (6+)
12.00 «Горошек и компания». (6+)
12.05 «Буба». (6+)
16.00 «Буба». (6+)
19.00 «Горошек и компания». (6+)
19.05 «Буба». (6+)
00.00 «Буба». (6+)
03.00 «Буба». (6+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 «Маяющие огни Александра Фадеева». (12+)
00.30 «Морская пехота». (12+)
01.15 Это их выбор. (16+)
01.40, 05.45, 09.40, 13.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
02.40, 06.35 «Уроки Нюрнберга». (12+)
03.05, 07.00, 11.00 «Забытые войны России». (12+)
04.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
04.55 «Кондратий Рылев. Последнее письмо». (12+)
08.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
08.50 «Инженер Победы. Маршал Аганов». (6+)
10.35 Россия научная. (12+)
12.00 «Это подкаст. История». (12+)
13.05 «Сквозь времена». (12+)
14.40, 17.40, 21.55, 22.40 «Русская история». (12+)
15.10, 19.10, 23.10 Историкограф. (12+)
16.00, 20.00 «Оружие холодной войны». (16+)
16.45 «Ледоколы войны». (12+)
17.30 Обыкновенная история. (6+)
20.50 «На пути к Великой Победе». (12+)
21.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
В программе - легендарные поединки Европы и России, их знаменитые и забытые участники...

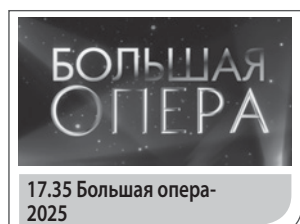
VJU HISTORY

06.00 «Тайный Версаль Марии-Антуанетты». (12+)
07.10 «Карты убийств». (16+)
10.30 «История королевских скандалов». (16+)
12.10 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
14.00 «Внутри пирамид». (12+)
17.00 «Революция в научной фантастике». (16+)
19.55 История автомобилей. (16+)
В центре внимания путь автомобиля от первых прототипов до наших дней. Авторы разбирают, как изобретение повлияло на общество: как меняло облик городов, трансформировало экологию, а в итоге и экологию планеты. В сериях рассказывают, какие технологические прорывы сделали машину массовой, как возникали и развивались крупные автоконцерны, вспоминают знаковые модели.
22.50 Большой побег. (12+)
23.50 «Первая мировая война: Туннели смерти». (12+)
00.50 «Железнодорожники против нацистов». (16+)
01.40 «Нюрнберг. Свидетели». (16+)
02.25 «Преследуя зло». (16+)
03.50 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
05.25 Взлет и падение испанского короля. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00 «Роллон. По следам первого нормандца». (12+)
06.55 «Моя «железная леди». Татьяна Лиознова». (12+)
07.35 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
08.30 «Союзники Третьего рейха». (12+)
09.20 «Медина-Азахара». (12+)
10.20 «Розы с шипами для Мирей. Самая русская французженка». (12+)
11.10 «Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)
12.45 «Тайны затонувших миров». (12+)
14.45 «Роллон. По следам первого нормандца». (12+)
15.45 «Моя «железная леди». Татьяна Лиознова». (12+)
16.25 «Кельты». (16+)
17.20 «Союзники Третьего рейха». (12+)
18.10 «Медина-Азахара. Затерянная жемчужина Аль-Андалуса». (12+)
19.10 «Розы с шипами для Мирей. Самая русская французженка». (12+)
20.00 «Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)
21.40 «Тайны затонувших миров». (12+)
23.35 «Роллон. По следам первого нормандца». (12+)
00.35 «Моя «железная леди». Татьяна Лиознова». (12+)
01.15 «Кельты». (16+)

РОССИЯ К
Культура



17.35 Большая опера-2025

06.30 День памяти преподобного Сергия Радонежского

07.05 «Мультфильмы»

08.20 «ЦЕНА»

10.10 «Пряничный домик»

10.40 «Острова»

11.20 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНЧКИН»

12.35 «Передвижники»

13.05 К 90-летию киностудии «Союзмультфильм»

14.55 «Энциклопедия загадок»

15.25 «Цирк». Я хотела быть счастливой в СССР!»

16.05 «ЦИРК»

17.35 Большая опера-2025

19.30 Новости культуры

19.45 «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ»

22.10 XXXV Международный фестиваль искусств «Славянский базар в Витебске». Гала-концерт «Юбилейный календарь Союзного государства»

01.25 «Искатели»

ТВЦ



07.10 «Православная энциклопедия». (6+)

07.40 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)

09.35 «МОЕ ПРЕКРАСНОЕ АЛИБИ». (16+)

11.30 14.30 События

11.50 «Смешите меня семейно». (16+)

12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)

13.15 14.45 «ЗАЛОЖНИЦА». (12+)

17.15 «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА». (16+)

21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным

22.10 «Русские тайны. Звездные войны». (16+)

22.55 «90-е. Всегда живой». (16+)

23.40 «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями». (16+)

00.25 «Обжалованию не подлежит. Гад». (16+)

01.05 «Актёрские драмы. Градус несчастья». (16+)

ТВ-3



09.00 «Слепая». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)

09.00 «Слепая». (16+)

12.00 «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (12+)

13.45 «ОХОТА НА ВОЛКОВ». (16+)

15.30 «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ». (16+)

17.15 «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК». (16+)

19.00 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)

20.45 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)

Человечество колонизирует космос. Лейтенант Кейн Соммервилл несет службу во всемирной военной корпорации Эксор на далекой планете, где проводятся биологические эксперименты.

22.45 «АПОКАЛИПСИС». (16+)

01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. Молодой ученик. (16+)

05.15 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



06.30 Одна за всех. (16+)

06.45 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)

10.20 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)

Вера и Олег вместе 12 лет, они две половинки, которые обрели друг друга и по-настоящему счастливы. Но готовы ли наши герои к череде разочарований, потерь и опасностей, которые готовит им судьба? Переживёт ли их любовь все невзгоды и преграды на своём пути?

19.00 «СЕРАЯ МЫШЬ». (16+)

В жизни Юли наступают сложные времена. Помимо проблем на работе, выясняется, что муж Гена завел любовницу. Юля в отчаянии: накануне юбилея совместной жизни она ощущает себя никому не нужной серой мышью.

23.25 «Н+Н». (16+)

03.20 Одна за всех. (16+)

03.55 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

С балкона выбрасывают шамана, принимавшего клиентов в квартире жилого дома. Кому не угодил служитель культа с бубном?

07.55 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)

09.40 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

14.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)

15.10 «ЭЛЬБРУС». (16+)

02.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

03.30 «ПИЛИГРИМ-2». (16+)

★ ЗВЕЗДА

05.45 «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ...» (12+)

07.30 09.15 13.20 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)

09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)

18.10 19.25 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)

20.40 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)

22.30 Галерея звезд. (12+)

00.10 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)

01.40 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

10.00 «Смешарики 2». (0+)

11.00 «Здоровая среда». (12+)

12.00 «Документальное кино». (12+)

12.30 «Великий, могучий». (12+)

13.00 «Служу Отечеству». (12+)

13.15 «ПРАЗДНИК НЕПОСЛУШАНИЯ». (12+)

14.45 «Футбол губернии». (12+)

15.15 «Адрес истории». (12+)

15.45 «Просто жизнь». (12+)

16.15 «БЕСЦЕННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

18.00 «Марафон». (12+)

19.00 «Территория успеха». (12+)

19.30 «Губернские новости». (12+)

19.45 «Арт-Проспект». (12+)

20.15 «Специальный репортаж». (12+)

20.30 «Мастерская спорта». (12+)

21.00 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)

22.45 «Истории маленького городка». (16+)

23.30 «Марафон». (12+)

00.30 «Малая сцена». (12+)

01.30 «Такие разные». (12+)

02.30 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция из Таиланда

07.30 Новости

07.35 Все на Матч! Прямая трансляция

09.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. (6+)

11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция

12.35 Новости

12.40 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. (6+)

17.10 Новости

17.15 Все на Матч! Прямая трансляция

18.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). Olimpbet Суперкубок России. Прямая трансляция из Нижнего Новгорода

22.00 Все на Матч! Прямая трансляция

00.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - К. Усман. UFC. Прямая трансляция из США

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 16.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

07.40 00.10 Автопорт. Дрифт. RDS GP. (6+)

08.35 16.00 18.25 23.55 05.15 «Страна спортивная». (12+)

08.55 Женская борьба. Греко-римская борьба. (12+)

11.00 13.20 16.20 18.50 Новости. (0+)

11.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

13.00 Небесная гонимая. (6+)

13.25 Баскетбол. Запоярный матч звезд. (6+)

15.30 05.30 «Парусный спорт». (12+)

16.25 21.30 Сюртис. (12+)

18.55 Женская борьба. Греко-римская борьба. Прямая трансляция

22.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

01.00 «Вы это видели». (12+)

01.50 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

04.20 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 События и звёзды. (16+)

05.05 Муз'итив. (16+)

06.30 Про-новости. (16+)

06.50 Плейлист лето. (16+)

07.40 Звёзды о звёздах (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Звёзды на утро. (16+)

10.00 У-Дачный чарт. (16+)

11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)

12.00 Про-новости. (16+)

12.30 Плейлист «Под шашлычок». (16+)

13.00 Топ-30. (16+)

15.30 Хит-сториз. (16+)

16.00 «От Борисова до Персилья» (16+)

17.00 Соль. Легенда. (16+)

18.30 Жара Music Awards-2025. (16+)

21.30 Народное диско. (16+)

22.00 Dance чарт. (16+)

23.00 Танцпол. (16+)

01.00 Топ-30. (16+)

02.45 Карaoke хит. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 TV1000 РУССКОЕ

06.10 «АРСЕН ЛЮПЕН». (16+)

08.20 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)

11.40, 12.30, 13.25, 14.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)

Сериал. Австрия, Германия, 1995 г. В ролях: Тобиас Моретти, Герхард Цеманн, Фриц Муляр, Санто фон Хаус Цигельмайер, Вольф Бахофнер.

15.15 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)

17.05 «СОЛОМОН КЕЙН». (16+)

19.00 «В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ». (16+)

20.45 «РАЗРУШИТЕЛЬ МИРОВ». (16+)

22.25 «ДЫШИ!» (16+)

00.10 «ДЖОН УИК-2». (16+)

02.05 «ДЖОН УИК-3». (16+)

04.05 «ДЖОН УИК-4». (16+)

TV1000 TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Три кота». (6+)

06.05 Мультфильмы (6+)

10.00 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ГОСТЬ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)

10.55 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ГОСТЬ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)

11.45 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. СЕМЬ СЕСТЁР». (16+)

12.40 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. СЕМЬ СЕСТЁР». (16+)

13.30 «СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ». (16+)

15.55 «КРАСНЫЙ ШЁЛК». (16+)

18.30 «1612». (16+)

21.10 «ЛЕГЕНДА О КОЛОВАРТЕ». (16+)

23.15 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)

01.45 «ВИКИНГ». (16+)

03.55 «Три богатыря и Пуп Земли». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

08.30 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (16+)

10.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (16+)

11.35 «ПОЕЗД ИДЕТ НА ВОСТОК». (16+)

13.15 «ОНИ ВСТРЕТИЛИСЬ В ПУТИ». (16+)

14.50 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (16+)

16.15 «МИМИНО». (16+)

18.00 «СПОРТЛОТО-82». (16+)

19.45 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+)

21.30 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)

23.00 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)

01.45 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (18+)

04.00 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.20 «Смешарики». (6+)

05.40 «Фиксики: большой секрет». (6+)

07.00 «Союзмультфильм представляет...» (6+)

10.00 «КЛАССИК». (16+)

12.00 «САНЯ, ГАЗУИ!» (16+)

16.00 «САНЯ, ГАЗУИ! НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

19.00 «ХОЛОП». (16+)

Россия, 2019. Комедия. В ролях: Милош Бикович, Александра Бортич

21.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)

23.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

01.20 «УИК-ЭНД». (16+)

03.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЫЩИКИ». (16+)

04.10 «ЧИЖИК-ПЫЖИК ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (12+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)

07.00 «Три кота». (0+)

10.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)

Макеев улаживает вопрос с амуницией. Казанцев мирится с Романовой. Жилин давит на самолюбие Бакина-старшего. Кисляк пытается разобраться в проблемах Царёва. Пахомов увольняет Жилина. Казанцев ссорится с Романовой. Краснова согласна на все условия Максима, лишь бы спасти Царёва. Субтитры Казанцев находит себе союзника.

22.30 Сердца за любовь. (16+)

00.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС

05.00 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)

05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)

05.40 «Завет». (6+)

06.25 Прямая линия жизни. (16+)

07.15 «День Ангела». (0+)

07.45 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)

08.30 Простые чудеса. (12+)

09.30 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)

12.00, 12.30 «Святые целители». (0+)

13.00 В поисках Бога. (12+)

13.30 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (6+)

15.30 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)

16.30 «ЖИВЁТ ТАКОЙ ПА-РЕНЬ». (6+)

18.30, 19.55 «Мама на продажу. Правда о суррогатном материнстве». (16+)

21.25 Бесогон. (18+)

22.35 «Русский мир». (12+)

23.35 День Патриарха. (0+)

23.45 «София». (12+)

00.45, 01.15 «Святые целители». (0+)

01.45 «Святые воины». (6+)

02.15 «Елизавета». (0+)

03.10 Простые чудеса. (12+)

04.00 «Русский мир». (12+)

Православный календарь

18 июля

Седмица 7-я по Пятидесятнице. Глас 5. Прп. Афанасия Афонского.

Обретение честных мощей прп. Сергия, игумена Радонежского. Мцц. Анны и Кириллы. Прп. Лампада Иринопольского. Сщмч. Геннадия пресвитера. Прмцц. вел. кн. Елисаветы и инокини Варвары. Прп. Агапита исп. Иконы Божией Матери, именуемой «Экономисса».

Поста нет.

« Те жены, которые блистают красотой душевною, чем больше проходит время и чем больше они обнаруживают свое благородство, тем сильнее делают привязанность в своих мужьях и более воспламеняют их любовь». Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ

00.40 Подкаст.Лаб.
(16+)

06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Победа». (16+)
13.15 «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «СКРЫТЫЕ МОТИВЫ»
21.00 «Время»
23.00 «ПАРА НА ПАРУ». (16+)
00.40 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1

08.35 «Когда все дома»
с Тимуром Кизяковым

06.05 «УСЛЫШЬ МОЁ СЕРДЦЕ». (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
12.00 «Рассказы из русской истории». (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
22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.10 «Рассказы из русской истории». (12+)
02.55 «УСЛЫШЬ МОЁ СЕРДЦЕ». (16+)
Таня Клочкова живёт с матерью в посёлке и работает официанткой в придорожном кафе...

НТВ



15.00 «Своя игра». (0+)

04.20 «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 «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 «Aguteens Fest». Фестиваль Леонида Агутина. (0+)
00.55 «ОТЦЫ». (16+)
02.35 «Прошу, прости!» (16+)
04.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



13.40 «Эмма в мире лам». (6+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
08.10 ПроСТО кухня. (12+)
08.45 «Чем заняться в выходные?» (16+)
09.25 «Мой сосед Тоторо». (6+)
11.05 «Унесённые призраками». (16+)
13.40 «Эмма в мире лам». (6+)
15.20 «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ». (12+)
17.55 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)
20.00 «1+1». (16+)
22.15 «STARПЕРЦЫ». (16+)
00.15 «МАМА МАФИЯ». (18+)
Кристина, писательница и эксперт по продажам в косметической компании, переживает кризис среднего возраста.
02.00 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ». (18+)
03.25 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
04.45 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



23.00 «Шоу Воли». (16+)

07.00 «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+)
Двенадцать звёздных пар, двенадцать одинаковых чемоданов, один приз в 10 миллионов рублей и одна чёрная метка, которая означает вылет. Чтобы дойти до финала, участникам предстоит блефовать, строить союзы, просчитывать соперников и рисковать всем ради победы.
21.00 «Погоня». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.10 «Мастер игры». (16+)
02.15 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 23.00 «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 23.25 «Документальный спецпроект». (16+)
18.55 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)
20.40 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
00.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. (16+)
06.50 «НЕ ОДНА ДОМА-2». (12+)
08.50 Как люди живут. (16+)
09.50 Во что верят люди. (16+)
12.00 Погнали! (16+)
13.00 Белая амазонка. (16+)
14.00 Погнали! (16+)
22.00 Погнали. Дос. (16+)
22.50 «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
00.30 «ГИПНОТИК». (18+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.20 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)

Ю

05.45 «Свадебный размер». (16+)
07.35 «Будни роддома». (16+)
09.00 «Мама в 16». (16+)
12.15 «Беременна в 45». (16+)
15.00 «Мама в 16». (16+)
18.15 «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.
01.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.20 «ЛЮБИМАЯ СИЛА». (16+)
18.30 «+100500». (16+)
«+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их. Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра.
23.00 «+100500». (18+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.00 «ЛЮБИМАЯ СИЛА». (16+)

МИР

05.00 «Мультфильмы» (12+)
05.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
07.00 «Наше кино». (16+)
07.30 «Диктор делает» (16+)
08.00 «Фазендалайф». (6+)
08.35, 10.10 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
10.45 «ЗА СПИЧКАМИ». (16+)
12.50, 13.15 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ» (16+)
15.00 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)
18.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
20.15 «СПОРТЛОТО-82» (16+)
22.15 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (16+)
23.55 «ДВА ДНЯ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Календарь». (12+)
09.25 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» (0+)
11.25 12.05 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
15.40 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (16+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.45 «Содружество «Донбасс». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.15 «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ». (16+)
20.45 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
02.05 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
03.50 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (0+)

ПОБЕДА

05.05 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
06.40 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+)
09.00 «ПОЗЫВНОЙ «ЖУРАВЛИ». (16+)
13.20 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
16.30 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
1943 год. Небольшой диверсионной группе предстоит выполнить сложное и ответственное задание - захватить документы с последними директивами Гитлера.
19.50 «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (16+)
23.20 «СУДЬБА ДИВЕРСАНТА». (16+)
01.25 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
02.55 «ПОРТНОШ ИЗ БРУКЛИНА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Ася и Вася». (0+)
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
Ведущие Дарья Сагалова и ее дочери, Стефания и Мирослава, будут готовить по вашим рисункам. Раньше они готовили по сказкам, а теперь превращают работы, которые присылают зрители, в угощения. В каждом выпуске программы зрители ждут невероятное блюдо по рисунку юного телезрителя!
10.10 «10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)
14.10 «Сказочный патруль». (0+)
Невероятные приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки. Три подруги приезжают в заповедник сказок, город Мышкин, и знакомятся с местной девочкой Аленкой. Они подбирают на улице необычную милую зверушку Печальку, которая позже превращается в монстра Тоску, грозящего принести большие неприятности. Вместе девочки преодолевают Тоску и спасают город.
16.30 «КАНИКУЛЫ СВЕТОФОРОВ». (6+)
17.00 «Барбоскины». (0+)
19.55 «Три кота и море приключений». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Тюленьки». (6+)
23.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
02.00 «Зоомания». (6+)
02.20 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - это первый российский мультсериал, который заговорил на одном языке с детьми и взрослыми во всем мире, рассказав о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для 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 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
00.55 «Кондратий Рылев. Последнее письмо». (12+)
01.40, 05.45, 09.45 «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
02.35 Семь дней истории. (12+)
02.40 «Уроки Нюрнберга». (12+)
Цикл просветительских фильмов «Уроки Нюрнберга»: истории о беспрецедентном событии 20 века.
03.05, 07.00 «Забытые войны России». (12+)
04.00 «Кровавое правление Стюартов». (16+)
04.55 «Инженер Победы. Маршал Аганов». (6+)
08.00 «Это подкаст. История». (12+)
09.05 «Сквозь времена». (12+)
10.40, 13.40, 17.55, 18.40, 21.35 «Русская история». (12+)
11.10, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
12.00, 16.00 «Оружие холодной войны». (16+)
12.45 «Ледоколы войны». (12+)
13.30, 21.25 Обыкновенная история. (6+)
16.50 «На пути к Великой Победе». (16+)
17.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
20.00 «Я найду тебя, отец!» (16+)

VJU HISTORY

06.00 «Рождение роскоши». (12+)
07.00 «Эпоха Дианы». (16+)
09.30 «Карты убийств». (16+)
12.00 «Разгадка тайны пирамид». (12+)
13.50 «Внутри пирамид». (12+)
16.45 «Урарту. Забытое царство». (12+)
Создатели последовательно раскрывают разные грани истории Урарту - государства, которое процветало на Армянском нагорье в I тысячелетии до н.э.
17.40 «Помпей: после извержения». (16+)
В 2018 году исследователи получили новый доступ в Помпеи, чтобы изучить ранее неизвестные свидетельства катастрофы 79 года нашей эры. В фильме археолог Ракша Дейв возвращается на место событий вместе с историком Энном Шоу
18.55 «Тайна озера Изник». (16+)
20.00 «Ожившие мумии». (16+)
21.45 «Возмездие. После Нюрнберга». (16+)
22.35 Высадка в Нормандии: сто дней до победы. (16+)
00.25 «Война, изменившая мир». (16+)
02.05 «Свадьба века». (16+)
03.20 «Корея. 5000 лет выживания». (16+)
05.40 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00 «Медина-Азахара. Затерянная жемчужина Аль-Андалуса». (12+)
06.55 «Розы с шипами для Мирей. Самая русская французенка». (12+)
07.45 «Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)
09.20 «Тайны затонувших миров». (12+)
11.20 «Роллон». (12+)
12.20 «Моя «железная леди». Татьяна Лиознова». (12+)
12.55 «Кельты: Нерассказанная история». (16+)
13.55 «Союзники Третьего рейха». (12+)
14.45 «Медина-Азахара. Затерянная жемчужина Аль-Андалуса». (12+)
15.45 «Розы с шипами для Мирей». (12+)
16.35 «Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)
18.10 «Тайны затонувших миров». (12+)
20.10 «Роллон. По следам первого нормандца». (12+)
21.10 «Моя «железная леди». Татьяна Лиознова». (12+)
21.50 «Кельты». (16+)
22.45 «Союзники Третьего рейха». (12+)
23.35 «Медина-Азахара». (12+)
00.35 «Розы с шипами для Мирей. Самая русская французенка». (12+)
01.20 «Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)
02.50 «Тайны затонувших миров». (12+)

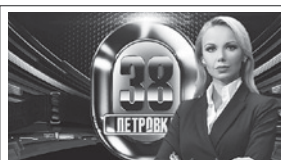
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.05 «Страна птиц»

07.05 «Мультфильмы»
08.05 23.50 «ТОЛЬКО В МЮЗИК-ХОЛЛЕ»
09.10 «Исторические курорты России»
09.40 «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ»
12.05 00.55 «Страна птиц»
12.45 «Бессмертнова». 85 лет со дня рождения Наталии Бессмертновой
13.40 Легендарные спектакли Большого
16.00 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ»
18.00 «Твердыни земли русской»
18.45 Посвящение Андрею Дементьеву. «Песня не прощается»
19.30 Новости культуры
19.45 «2 Верник 2»
20.55 «ЖУРАВУШКА»
22.20 «Сказки народов мира в опере». Фестиваль в музее-заповеднике «Царицыно»
01.50 «Искатели»
02.35 «Легенда о Сальери»

ТВЦ ТВЦ



00.45 «Петровка, 38». (16+)

06.00 «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА». (16+)
07.35 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (12+)
09.35 «ЗАБЕРИ МЕНЯ К СЕБЕ». (16+)
11.30 00.30 События
11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
12.35 «МАЧЕХА». (0+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи. Королевский гамбит». (16+)
15.50 «Охота на маньяка. Дело о казанском декораторе». (16+)
16.35 «Настоящий детектив. Тайна красного дракона». (16+)
17.25 «МИСС ПОЛИЦИЯ». (12+)
21.15 «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ». (12+)
00.45 «Петровка, 38». (16+)
00.55 «ТИХИЕ ЛЮДИ». (16+)
04.05 «Павел Кадочников. Затерянный герой». (16+)

3 ТВ-3



01.45 Дневник экстрасенса. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.00 «Слепая». (16+)
12.00 «ЛЕДИ-КОШКА». (12+)
13.45 «ВСЁ МОГУ». (16+)
15.30 «ДИТА ОСИРИСА». (16+)
17.30 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)
19.00 «ОКУПАЦИЯ». (16+)
Ещё утром жители тихого австралийского городка даже не могли подумать, что такое возможно - жестокое вторжение совсем не дружественных инопланетян. Инопланетяне разрушают всю инфраструктуру города, убивают огромное количество людей, а оставшихся порабащают. Самые смелые герои объединяются и пытаются противостоять врагам.
21.30 «ОКУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ». (16+)
00.15 «ОБИТЕЛЬ СТРАХА». (18+)
01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. Молодой ученик. (16+)

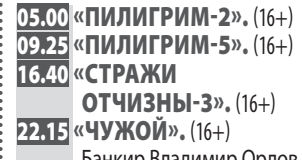
ДОМАШНИЙ



07.15 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)

06.30 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
07.15 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)
10.55 «НАСЛЕДИЕ». (16+)
История русской балерины, потерявшей в одной из «горячих точек» 90-х ребенка. Ей принадлежит огромное наследство за рубежом, о котором балерина не подозревает. Бывший сотрудник спецслужб, нанятый преступниками, с целью похитить у балерины наследство, неожиданно обнаруживает, что её дочь жива.
19.00 «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЁТ». (16+)
Красивая, умная, но очень избалованная Вика влюблена в обаятельного бездельника Гошу. Поругавшись с отцом, Вика решает уйти из дома и начать самостоятельную жизнь.
23.30 «ПРИСЯЖНАЯ». (16+)
03.15 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)

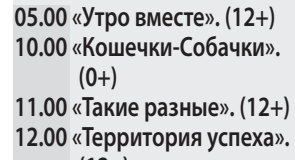
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «ПИЛИГРИМ-2». (16+)
09.25 «ПИЛИГРИМ-5». (16+)
16.40 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-3». (16+)
22.15 «ЧУЖОЙ». (16+)

Банкир Владимир Орлов вынужден бежать за границу, спасаясь от правосудия. Орлов оказывается в небольшом городке на границе с Финляндией. Волею судьбы он присваивает себе личность майора полиции. Теперь герой живёт двойной жизнью и ищет возможность нелегально пересечь границу.
02.25 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
★ ЗВЕЗДА
05.55 01.50 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРЕСТУПНИК». (12+)
07.50 09.10 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
12.20 «Код доступа». (12+)
14.05 «ВИКИНГ». (16+)
18.20 «Незримый бой». (16+)
23.30 «ПОБЕГ». (16+)
03.25 «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ...» (12+)
04.50 «Москва - фронту». (16+)
05.15 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Кошечки-Собачки». (0+)

11.00 «Такие разные». (12+)
12.00 «Территория успеха». (12+)
12.30 «Марафон». (12+)
13.30 «Документальное кино». (12+)
14.00 «Адрес истории». (12+)
14.30 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)
16.30 «Великий, могучий». (12+)
17.00 «Просто жизнь». (12+)
17.30 «Азбука Православия». (12+)
17.45 «БЕСЦЕННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
19.30 «Территория успеха». (12+)
20.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.30 «Футбол губернии». (12+)
21.00 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
22.30 «Истории маленького городка». (16+)
23.15 «Такие разные». (12+)
00.15 «Марафон». (12+)
01.15 «Служу Отечеству». (12+)
01.30 «Здоровая среда». (12+)
02.30 «Малая сцена». (12+)
03.30 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Х. Чимаев. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00 12.35 17.55 Новости
07.05 18.00 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Матч за 3-е место. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.40 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал. Трансляция из Катара. (6+)
15.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. Матч за 3-е место. Трансляция из США. (6+)
21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. Финал. Прямая трансляция из США
02.30 «Месси». (12+)
03.45 «Джеррард. Прирожденный лидер». (12+)
05.00 Автопорт. Дрифт. RDS GP. Трансляция из Московской области. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.50 Лица Страны. (12+)
08.10 Спортсмены. (12+)
08.55 Женская борьба. Греко-римская борьба. (12+)
11.00 13.20 17.00 18.50 Новости. (0+)
11.05 22.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
13.45 Автопорт. Дрифт. RDS GP. (6+)
14.35 00.15 Специальный репортаж. (12+)
14.55 Хайдайвинг. Международный фестиваль «Две реки». Прямая трансляция
17.05 Стрельба стендовая. Профессиональная лига спортивного. (6+)
18.30 Небесная грация. (6+)
18.55 Греко-римская борьба. Международный турнир. Прямая трансляция
21.30 02.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
00.30 Хайдайвинг. Международный фестиваль «Две реки». (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.40 «Трио в перьях-2». (6+)
08.10 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
09.55 «В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ». (16+)
11.40, 12.35, 13.25, 14.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
Сериал. Австрия, Германия, 1995 г. В ролях: Тобиас Моретти, Герхард Цеманн, Фриц Муллер.
15.15 «РАЗРУШИТЕЛЬ МИРОВ». (16+)
17.00 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)
19.00 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
20.40 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР». (16+)
22.45 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
00.35 «СБОЙ СОЗНАНИЯ». (16+)
02.25 «МАШИНА». (16+)
03.45 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

05.30 Мультфильмы (6+)
10.00 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (16+)
10.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (16+)
11.40 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ГРАФСКИЙ ПАРК». (16+)
12.25 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ГРАФСКИЙ ПАРК». (16+)
13.20 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
15.25 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
17.05 «ПРИЗРАК». (12+)
19.05 «МОЙ ПАПА - МЕДВЕДЬ». (6+)
20.55 «БЕЛЯКОВЫ В ОТПУСКЕ». (18+)
22.30 «ОТДОХНУТЬ ПОЛЮДСКИ». (16+)
00.10 «ГОВОРЯТ ЗЕМЛЯ!» (16+)
02.05 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.35 «ДРУГОЙ МИР». (16+)
08.35 «ДРУГОЙ МИР II: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
10.15 «ГОРОД ТАИН». (16+)
12.15 «ГОРОД ТАИН: ИСЧЕЗНУВАША». (16+)
14.10 «ИСЧЕЗНУВАШИ». (16+)
15.45 «НЕМАЯ ЯРОСТЬ». (16+)
17.25 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ДЖЕНТЛЬМЕНСКИ». (16+)
19.00 «ЭЛЬ ДЬЯБЛО». (16+)
20.30 «СТРЕЛОК». (16+)
22.15 «КОСТОЛОМ». (16+)
23.50 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
01.40 «ВИДЕНИЯ». (16+)
02.55 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
04.20 «ЭКСТРАСЕНС 2: ЛАБИРИНТЫ РАЗУМА». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 06.00, 07.15, 09.40, 11.00, 13.00 «Маша и Медведь». (0+)
05.50, 07.10, 09.35, 11.55 «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
10.40 «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
12.00, 12.10, 12.20 «Маша и Медведь». (0+)
12.30, 13.20, 14.10, 15.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
15.50, 18.20 Новые Четыре свадьбы. (16+)
20.10, 21.20 Богиня свиданий. (16+)
22.40 Богиня шопинга. (16+)
23.50, 00.20 «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
00.50, 01.40, 02.30 «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
03.10, 03.50 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
04.30 «Маша и Медведь». (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.25 «СВИДЕТЕЛИ». (18+)
02.55 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)
04.35 «ПРО МОЮ МАМУ И ПРО МЕНЯ». (12+)
06.30 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
08.00 «ВЫШИБАЛА». (18+)
09.40 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
11.45 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
13.55 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
16.05 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
17.40 «НЯНЬКИ». (12+)
19.30 «УЛОВИТЬ ЖОРУ». (18+)
21.05 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)
22.55 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.35 «САМПО». (12+)
09.25 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК». (16+)
10.50 «ВЕСЕЛЫЕ ЗВЕЗДЫ». (16+)
12.40 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (16+)
14.20 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (16+)
15.55 «ТАРАХ». (16+)
17.45 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (16+)
Это история о трёх подружках-провинциалках, приехавших в Москву в поисках любви, дружбы и счастья.
20.25 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
23.00 «ВАТЕРЛОО». (16+)
01.20 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
03.45 «ДЯДЮШКИН СОН». (12+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.40 «Смешарики». (6+)
06.10 «Союз зверей: спасение двуногих». (6+)
07.50 «Побег из цирка». (6+)
09.30 «Побег из курятника». (12+)
11.00 «ПРИНЦ ПУСТЫНИ». (16+)
13.00 «СЛАВА». (12+)
17.00 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)
18.30 «В БАНО!» (16+)
20.30 «ВЫКРУТАСЫ». (16+)
Россия, 2019. Комедия. В ролях: Константин Хабенский, Милла Йовович.
22.20 «НЕФУТБОЛ». (16+)
00.00 «НА ОСТРИИ». (16+)
02.00 «ДЕРЖИ УДАР, ДЕТКА». (16+)
03.40 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Три кота». (0+)
10.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
В Советском Союзе было два канала, но всегда было что посмотреть. Папа Вани смотрел «Служу Советскому Союзу» и «Спортлото». Мама - «Сельский час», сам Ваня - «Клуб путешественников», его брат - «В гостях у сказки». Хотя, если честно, до 3 курса Ваня тоже смотрел «В гостях у сказки».
22.30 Сердца за любовь. (16+)
00.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Плейлист лето. (16+)
05.30 Караокинг. (16+)
07.00 Рго-новости. (16+)
07.30 У-Дачный чарт. (16+)
08.30 Тееп чарт. (16+)
09.00 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 Плейлист. (16+)

13.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
14.00 Моя волна. (16+)
15.00 Лига клипов. (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.00 Плейлист. (16+)
18.00 Топ-30. (16+)
20.05 Плейлист лето. (16+)
21.00 Народное диско. (16+)
22.00 Золотая лихорадка. (16+)
00.00 Соль. Легенда. (16+)
01.30 Лайкер. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. (6+)
06.05 «День Ангела». (0+)
06.35 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
07.45 «Метанойя». (12+)
09.00 Простые чудеса. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 «София». (12+)
13.55 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
15.45 «Русский мир». (12+)
16.50 «ДЕНЬ АНГЕЛА». (12+)
18.15 «ЗИМОРОДОК». (6+)
Советский художественный фильм режиссёра Вячеслава Никифорова.

снятый по одноимённой повести Юрия Яковлева на киностудии «Беларусь-фильм» в 1972 году.
19.55 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)
20.55 Бесогон. (18+)
22.00 «Главное» с Анной Шаfran. (16+)
23.25 Щипков. (12+)
23.35 День Патриарха. (0+)
23.45 «Мама на продажу. Правда о суррогатном материнстве». (16+)
01.00 «От воскресенья до воскресенья». (6+)
02.40 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)
03.30 «Главное» с Анной Шаfran. (16+)
04.50 Щипков. (12+)

Православный календарь

19 июля
Неделя 7-я по Пятидесятнице.
Глас 6. Прп. Писидия Великого.



Собор Радонежских святых. Мчч. Марина, Марфы, Авдиакса, Аввакума, Кирика, Валентина пресвитера, Астерия и иных многих в Риме. Мч. Коинта Фригийского. Мч. Лукии девы и с нею мчч. Рикса, Антония, Лукиана, Исидора, Диона, Диодора, Кутония, Ароноса (Ориона), Капика и Сатура. Мчч. Исавра диакона, Иннокентия, Филикса, Ермия, Василия, Перегриния, Руфа и Руфина Македонских.

Поста нет.
«Блажен, кто, уступив немного законам брака, приносит в дар Христу большую часть любви». Свт. Григорий Богослов

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

Середина лета – разгар дачного сезона. Майор Петрович с женой все выходные проводили на даче, стараясь захватить и вечер пятницы, если майора не задержат на службе.

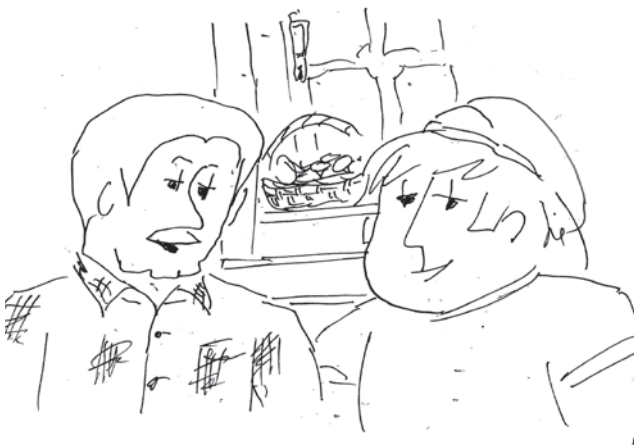
Вот и в эту пятницу они выехали сразу, как только Петрович вернулся с работы. Он только переоделся в «дачное» – так остроумно его жена окрестила одежду, предназначенную для дачи – и они выехали, не медля ни минуты.

Приехали так рано, что Петрович решил сходить ненадолго в лес – на разведку. На прошлой неделе он обнаружил, что на знакомых грибницах появились крошечные лисички-гвоздики. Собрать такую мелочь тогда смысла не было, а вот проверить, насколько они подросли было теперь самое время.

– Да их уже собрали, наверное, – засомневалась жена.

– А вот и посмотрим, – ответил Петрович. – Да ты не волнуйся, я скоро. Проверю только те грибницы, до которых

Обмен по-соседски



рукой подать. Аппетит, опять же, нагуляю.

– Ой, можно подумать, у тебя после работы нет аппетита. Так не бывает.

Есть, конечно, и очень даже неплохой. А после леса будет еще лучше!

– Ну хорошо, – улыбнулась жена и пошла готовить ужин.

Лисички оказались на месте – все обойденные Петровичем грибницы выдали хороший, никем не тронутый, урожай. Довольный, он возвращался из леса, когда дорогу ему перегородил сосед:

– Привет, Петрович! Ты, я вижу, уже с добычей. Когда успел-то?

– Да я ж тут, недалеко, ходил. И недолго – от силы полчаса.

И за полчаса полкорзины лисичек набрал? Ну ты волшебник! Я вчера два с половиной часа лес бороздил – нашел две горсти малявок. А ты за полчаса вон каких хороших набрал. Как это у тебя получается? Леший помогает?

– Какой еще леший?! Я – представитель правоохранительных органов, от меня вся нечисть в страхе, на километры разбегается, – ответил Петрович и сурово погрозил пальцем воображаемой нечисти. – А грибы –

это совсем просто: места надо знать, вот и все.

– Ну если... – начал, было, сосед, но Петрович не дал ему договорить:

– Ты вот что, приходи-ка к нам на ужин, там и продолжим. Очень есть хочется.

– Не, на ужин не приду, – покачал головой сосед. – Моя жена плов готовит, вкусно-тища!.. Я уже весь измаялся в предвкушении. Вот на чай после ужина загляну с удовольствием.

На том и порешили.

Жена встретила Петровича накрытым к ужину столом, поэтому корзину с грибами он оставил у порога – успеется. Ничего лисичкам за пару часов не сделается. После ужина их обработают, помогут и уберут в холодильник.

К чаю, как и договаривались, пожаловал слегка отяжелевший от плова сосед. Еще раз похвалив хороший улов Петровича, он в красках рассказал, как прекрасен плов его жены и пригласил на завтра к обеду:

– Плов у жены получается замечательный, только она понемногу его готовить не умеет. Вот стоит теперь целый казан, а нас только двое – не-

делю доедать. Так что приходите, не стесняйтесь, поможем нам с пловом.

Петрович с женой пригласению искренне обрадовались и не раздумывая согласились – они оба любители плов, особенно из казана.

– Ну а вас с супругой тогда милости прошу на ужин, – сказала жена Петровича. – Я приготовлю что-нибудь вкусненькое из лисичек.

– Это мы с удовольствием! – энергично закивал головой сосед. – Моя жена к лисичкам очень равнодушна, прям обожает.

– Ну, раз такое дело, завтра принесу я вам лисичек, – сказал Петрович. – Утром встану с петухами и наберу.

– Но на ужин все равно к нам! – тоном, не терпящим

никаких возражений, сказала жена.

– Мне так неудобно... – засмущался сосед.

Нудно спать на полке – одеяло падает, – ответил Петрович. – А грибами с соседями поделиться очень даже удобно. Давай-ка я тебе лучше загадку загадаю, чтоб ты ерундой всякой голову себе не забивал.

– А давай! – с энтузиазмом согласился сосед.

– Ну слушай, только внимательно, – лукаво улыбнулся Петрович. – В сарае у крестьянина 3 курицы, 5 цыплят, 1 петух, 4 кролика, 2 щенка и кошка. Утром крестьянин зашел в этот сарай, с ним забежала собака. Внимание, вопрос: сколько всего ног оказалось в сарае?

Виктория АНДРЕЕВА



А вы, дорогие читатели, сможете ответить на этот вопрос?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 27: Петрович задержал секретаря, так как тот предоставил ложное алиби: его теща, которая, якобы, собственноручно поливала овощи на даче, никак не могла этого делать, так как является лежащей больной. Значит, ни на какую дачу он не ездил и вполне мог украсть деньги.

Рис. Ирины Световой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

13 июля Восход: 4 ч. 20 м. Заход: 20 ч. 37 м. Долгота дня: 16 ч. 17 мин.
Убывающая Луна в знаке Рака

14 июля Восход: 4 ч. 21 м. Заход: 20 ч. 36 м. Долгота дня: 16 ч. 15 мин.
Новолуние, Луна в знаке Рака

15 июля Восход: 4 ч. 22 м. Заход: 20 ч. 35 м. Долгота дня: 16 ч. 13 мин.
Растущая Луна в знаке Льва

16 июля Восход: 4 ч. 24 м. Заход: 20 ч. 34 м. Долгота дня: 16 ч. 10 мин.
Растущая Луна в знаке Льва

17 июля Восход: 4 ч. 25 м. Заход: 20 ч. 33 м. Долгота дня: 16 ч. 08 мин.
Растущая Луна в знаке Девы

18 июля Восход: 4 ч. 26 м. Заход: 20 ч. 32 м. Долгота дня: 16 ч. 06 мин.
Растущая Луна в знаке Девы

19 июля Восход: 4 ч. 27 м. Заход: 20 ч. 31 м. Долгота дня: 16 ч. 04 мин.
Растущая Луна в знаке Весов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 13 ПО 19 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

13 ИЮЛЯ

В 1882 году в Москве и Санкт-Петербурге начали работу первые в России телефонные станции.

14 ИЮЛЯ

В 1897 году в России воскресенье объявлено официальным выходным днем.

В 1903 году состоялся ввод в эксплуатацию Великого Сибирского пути (Транссибирской магистрали).

15 ИЮЛЯ

В 1240 году русские войска разбили шведов в Невской битве.

В 1783 году поплыл первый в истории пароход.

16 ИЮЛЯ

В 1748 году Михаил Ломоносов впервые сформулировал «всеобщий естественный закон» – закон сохранения материи.

17 ИЮЛЯ

В 1775 году открылся первый в мире военный госпиталь.

В 1911 году стартовал первый в России автопробег военных грузовиков между Петербургом и Москвой.

В 1942 году началась Сталинградская битва.

18 ИЮЛЯ

В 1898 году Пьер и Мария Кюри представили доклад о существовании других радиоактивных элементов, кроме урана. В 1985 году создан первый «Тетрис».

19 ИЮЛЯ

В 1485 году на Москверке заложена старейшая из башен Московского кремля – Тайницкая. В 1790 году произошло Керченское сражение между русской и турецкой эскадрами.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

13 ИЮЛЯ. Андрей, Матфей, Тимофей, Филипп.
14 ИЮЛЯ. Алексей, Ангелина, Аркадий, Арсений, Пётр.
15 ИЮЛЯ. Иувеналий, Фотий.
16 ИЮЛЯ. Александр, Анатолий, Иоанн, Константин.
17 ИЮЛЯ. Александра, Анастасия, Димитрий, Мария, Марфа, Николай, Ольга, Татьяна.
18 ИЮЛЯ. Анна, Варвара, Геннадий, Елисавета, Сергей.
19 ИЮЛЯ. Антоний, Валентин, Василий, Феодор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

13 ИЮЛЯ ■ Международный день головоломки
■ Международный день горных пород
■ Международный день дирижёра
14 ИЮЛЯ ■ День хаоса и беспорядка
■ День смородины
15 ИЮЛЯ ■ Всемирный день навыков молодёжи
■ День рождения Нижегородской ярмарки
■ Международный день варенья
16 ИЮЛЯ ■ День вкусной еды
17 ИЮЛЯ ■ День этнографа в России
■ День основания морской авиации ВМФ РФ
18 ИЮЛЯ ■ День органов государственного пожарного надзора в России
19 ИЮЛЯ ■ День Москвы-реки ■ День металлурга

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

День убывает – жара прибывает

13 июля отмечали день 12 апостолов и говорили: «День убывает – жара прибывает». Следили в этот день и за приметами: желтоватые облака предвещали дождь, обильная утренняя роса – солнечную погоду.

14 июля, на Летние Кузьминки, наблюдали за Луной: если серп красноватый – жди ветров.

В день Вьюна Зеленого, 15 июля, следили за приметами: утром по воде туман стелется – к хорошей погоде.

16 июля, в день Лукьяна Ветряка, обращали внимание на ветер: северо-западный ветер сулит сырость, северо-восточный – непрерывные дожди. Облачная погода 17 июля, в день Ми-

трофана Навозника, считалась предвестником теплых дней. В Дорощев день, 18 июля, наблюдали за месяцем: если он рогами вверх, то зима будет холодной, круторогий – теплой.

19 июля, в Ларионов день, по месяцу определяли погоду на ближайшие дни: зеленоватый месяц сулил скорые дожди, белый и блестящий – холодную погоду без осадков. Про этот день говорили: «Пришел Ларион – дурную траву из поля вон».

Когда на Руси ещё не было календарей, время года определяли по оливье: если оливье с майонезом – зима, если оливье с квасом – лето.



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

№ 28 (557).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 07.07.2026 г.

Дата изготовления: 07.07.2026 г. Срок годности не ограничен

Дата выхода в свет: 08.07.2026 г. Тираж 45 810 экз.

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

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

Заказ 4144 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой,

Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 802 930 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.

В самом понятии «борьба с лишним весом» уже заложен некий дискомфорт – это же борьба!

То есть впереди голод и тренировки на грани человеческих возможностей. Но есть способ, который не потребует от вас ни абонеента в спортзал, ни специальной одежды, ни суперусилий. Это обычная ходьба. То, что очень естественно для каждого из нас, и то, что вы делаете ежедневно.

Помощь со всех сторон

Любое движение сжигает калории, а при ходьбе в среднем темпе человек весом 70 кг расходует около 250-300 ккал в час. Кажется, что не так и много. Но если умножить это на семь дней в неделю, то получится около 1500-2000 ккал. А за месяц уйдет почти килограмм жира без каких-либо дополнительных усилий с вашей стороны.

Кроме того, ходьба нормализует уровень кортизола (гормона стресса), который также влияет на накопление жира. Снижает уровень сахара в крови после еды. Улучшает сон, который буквально является одним из друзей стройности.

Шагаем и худеем



Я пользуюсь той самой новомодной диетой, когда ты ешь всё подряд и надеешься на чудо.



Очевидные плюсы

ЛЕГКОСТЬ И ДОСТУПНОСТЬ. Не нужно ничего покупать, никуда записываться. Вышел из дома – и уже на тренировке.
НЕТ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ. В отличие от бега, ходьба не дает ударной нагрузки на суставы и позвоночник. Ею можно заниматься с людьми с большим лишним весом, и начинающим.

ЕСТЕСТВЕННОСТЬ. Ходьба – это очень естественный процесс для нас. Поэтому не требуется никаких сверхусилий в обучении, которого, по сути, здесь и нет.

ПОЛЬЗА ДЛЯ ПСИХИКИ. Прогулки снижают тревожность, улучшают настроение. Вам будет значительно легче худеть, когда нет хронического стресса.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ. Регулярная ходьба улучшает работу сердца, нормализует давление и обмен веществ, т.е. работает на все здоровье в целом, а не только на вес.

Небольшие минусы

Это даже не минусы, а особенности, зная которые вы не забросите пешие прогулки.

МЕДЛЕННЫЙ РЕЗУЛЬТАТ. Если ждете быстрых изменений за пару недель, можно разочароваться. Эффект накапливается постепенно.

ЭФФЕКТ ПЛАТО. Со временем тело адаптируется к нагрузке, и одно и то же количество шагов начинает сжигать меньше калорий. В этом случае нужно увеличить темп, длительность или добавить подъемы, лестницы.

НЕ ЗАМЕНИТ ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ. Ходьба будет работать только в связке с правильным питанием. Если после прогулки съесть лишнее, то результата не будет.

Детали

Шагомер в помощь

Начните с 30 минут ходьбы в день и постепенно увеличивайте время. Можно использовать шагомер или приложение для подсчета количества шагов и постановки ежедневных целей. Выбирайте маршруты, которые нравятся: парк, набережная, новые улицы. Ходьба должна приносить удовольствие.

Мнение специалиста Для лучшего результата

Советы по организации пеших прогулок нам дает тренер Елена Рошупкина.



– Нужно ли при ходьбе с целью похудения придерживаться каких-либо определенных значений пульса?

– Строго придерживаться каких-то цифр не обязательно. Для жиросжигания важнее сам факт регулярной нагрузки. Ваш пульс должен быть в зоне «разговора с легкой одышкой», когда вы можете говорить, но с усилием (ориентир 60-70% от максимума). Но важно понимать, что нет такой волшебной цифры пульса, при которой жир сжигается эффективнее всего в целом. Подберите тот темп ходьбы, который комфортен именно вам, и постепенно увеличивайте нагрузку.

– Чередование скорости, темпа ходьбы даст лучший результат, чем монотонность?

– Чередование темпа помогает телу активнее тратить калории и быстрее адаптироваться, поэтому, если вы будете ускорять темп на 1-2 минуты каждые 5 минут, результат будет лучше.

Татьяна МИХАЛЁВА

ПАРАЗИТЫ МОГУТ БЫТЬ У КАЖДОГО: они пожирают организм изнутри, пока вы лечите совсем другие болезни



Андрей Викторович

О том, как паразиты попадают в организм, мы поговорим со специалистом по паразитарным инвазиям Андреем Викторовичем.

«Меня, специалиста по паразитарным инвазиям с большим стажем, трудно чем-то удивить. Но я до сих пор поражаюсь, когда вижу людей, которых паразиты годами пожирают изнутри, а они списывают симптомы на возраст, усталость или плохую экологию. Печень, кишечник, легкие, желчный пузырь, глаза и даже мозг – паразитарная инвазия способна поражать самые разные органы. Как специалист, я знаю: нужна регулярная противопаразитарная профилактика».

– Андрей Викторович, правда, что паразиты могут жить внутри годами, а человек даже не догадывается?

– Да. Вы уверены, что внутри вас никто не пожирает? Паразиты бывают разными – от микроскопических до гигантских червей длиной до 15 метров. Их цель – жить за ваш счет, высасывать питательные вещества и отравлять организм продуктами своей жизнедеятельности. Они могут жить в кишечнике, печени, легких, желчном пузыре, глазах и даже мозге.

– Чем грозит такое соседство?

– Аскариды бьют по легким и пищеварению. Цистицерки могут годами поражать мозг, вызывая головные боли, психические нарушения и слепоту. Ленточные глисты нарушают работу кишечника. Токсокары опасны для глаз. Лямблии бьют по печени. Острицы провоцируют кишечные заболевания. И все это может начинаться с обычной усталости, вздутия или сыпи, на которые человек годами машет рукой.

– Многие думают: если мою руки, значит, паразитов быть не может.

– Это опасное заблуждение. Паразиты попадают в организм не только через грязные руки. Они поджидают на рыбе, мясе, овощах, фруктах, деньгах, в воде, на домашних животных и в общественных местах.

Организм часто сам кричит о заражении: появляются тошнота, запоры или поносы, боли и вздутие в животе, аллергия, зуд, папилломы, усталость, бессонница, скрежет зубами, боли в суставах и мышцах, скачки веса, слабый иммунитет, головные боли, выпадение волос, ломкость ногтей.

– Как правильно бороться с паразитами?

– Казалось бы, выпил таблетку – и порядок. Но химические препараты решают часть проблемы: ударяют по паразитам, а продукты их распада остаются внутри и продолжают отравлять токси-

нами. Получается кладбище паразитов в организме.

Важно не просто уничтожить «непрошенных гостей», а помочь организму вывести их и очиститься. Для этого создан натуральный фитококцентрат «Фригельмин»¹. Он способствует выведению паразитов, их личинок и яиц, помогает очищать организм от токсинов и продуктов их жизнедеятельности, поддерживает восстановление нормальной работы кишечника и иммунитета. Не откладывайте борьбу с паразитами на завтра. Если симптомы уже есть – действуйте сегодня.

С 8 июля до 5 августа 2026 года производитель открыл специальную программу на льготное обеспечение фитококцентратом «Фригельмин». Позвоните по бесплатному номеру 8-800-303-05-55 и назовите код 1227*. Просто расскажите, что беспокоит. Специалист спокойно все объяснит и подскажет, как получить «Фригельмин».



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

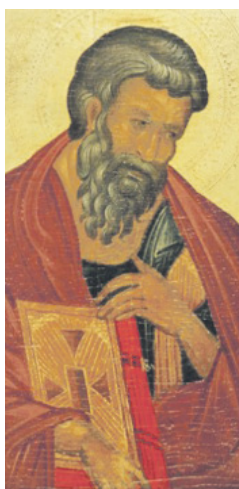
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...По вере вашей да будет вам»



Когда Иисус шел оттуда, за Ним следовали двое слепых и кричали: помилуй нас, Иисус, сын Давидов! Когда же Он пришел в дом, слепые приступили к Нему. И говорит им Иисус: веруете ли, что Я могу это сделать? Они говорят Ему: ей, Господи! Тогда Он

коснулся глаз их и сказал: по вере вашей да будет вам. И открылись глаза их; и Иисус строго сказал им: смотрите, чтобы никто не узнал. А они, выйдя, разгласили о Нем по всей земле той. Когда же те выходили, то привели к Нему человека немного бесноватого. И когда бес был изгнан, немой стал говорить. И народ, удивляясь, говорил: никогда не бывало такого явления в Израиле. А фарисеи говорили: Он изгоняет бесов силою князя бесовского. И ходил Иисус по всем городам и селениям, уча в синагогах их, проповедуя Евангелие Царствия и исцеляя всякую болезнь и всякую немощь в людях. (Мф,9:27-35)

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 19 июля, в воскресенье.

Слепые, которых исцелил Господь, это не случайные прохожие. Евангелие говорит, что они целенаправленно шли за Иисусом, после того как Он вышел из Капернаума. Вероятно, шли как минимум день, до вечера, пока Господь не пришел в некий дом для отдыха. Всю дорогу слепые кричали, чтобы Христос исцелил их. Однако народу было много. И возможность оказаться рядом с Господом у них появилась только вечером.

Приняв во внимание все это, мы и можем понять фразу «по вере вашей да будет вам». По какой, спрашивается, вере? А по той, которую слепцы продемонстрировали на деле. По вере, которая сопровождается конкретными поступками. Они не просто признали, что Иисус - это Мессия, который может вернуть им здоровье. Они напрягли свои силы, понудили себя встать и, претерпевая неудобства и дискомфорт, продемонстрировали твердость своего намерения. Такая вера действенная. Она приводит нашу душу в движение.

Но что делать, если вдруг нет никаких сил, а воля парализована? Ответ на этот вопрос находим во втором эпизоде евангельского отрывка. Немой бесноватый находился именно в таком плачевном состоянии. Че-

ловек явно себя не контролировал и сам себе не принадлежал. За него действия совершали другие. Его близкие. И они тоже преодолевают определенные трудности. Чудо происходит в присутствии влиятельных и авторитетных фарисеев, которые считают Иисуса богохульником и грозят отлучить от синагоги всех, кто обращается к Нему за помощью.

Если хотим получить от Бога просимое, нам также необходимо продемонстрировать свою веру. И это не просто признание того факта, что Господь есть и Он может мне помочь. Вера требует какого-то действия, направленного на преодоление препятствий по пути к своей цели. Хочу получить от Бога здоровья, сам начинаю заниматься физкультурой, сражаюсь с вредными привычками, слежу за графиком питания. Прошу у Бога улучшить материальное благополучие, сам повышаю свою квалификацию, учусь в свободное от работы и отдыха время, изучаю азы финансовой грамотности. Прошу, чтобы Он наладил отношения с близкими, сам иду к своим супостатам, недругам, противникам и всеми доступными мне средствами пытаюсь наладить с ними отношения.

Бог, видя мое усердие и мои старания, восполнит то, на что у меня своих сил



Комментирует священник
Дмитрий Барицкий

не хватает. Причем восполнит по моей вере. То есть ровно в той степени, в какой я напрягался, понуждал себя и действовал. Иначе говоря, совершать поступки придется в любом случае. Ведь под лежащий камень вода не течет. Так и благодать не задерживается в душе человека, который только просит, но не готов преодолевать трудности. Или же который ждет, что за него попросят другие. Надеяться на дела веры других людей мы можем лишь в том случае, если оказались на месте человека, который не контролирует себя, как немой бесноватый. Но пока у нас есть силы хотя бы на то, чтобы подобно слепцам, идти за Господом на ощупь, спотыкаясь, и кричать, нам придется идти, спотыкаясь и кричать. Лишь в этом случае наша вера оживает, а Бог подает просимое.

СТРАНА СОВЕТОВ

Современные гаджеты не просто спасают от жары – они делают это с умом, не занимая лишнего места в рюкзаке или сумке.

Сегодня разберем пятерку незаменимых помощников, которые сделают это лето комфортным.

Ветер в кармане

Ручные и складные веера ушли в прошлое. Им на смену пришли портативные вентиляторы, которые являются настоящим хитом сезона. Современные модели – это не просто «вертушки», а продуманные девайсы. Например, складные мини-вентиляторы легко трансформируются из ручных в настольные. У них есть телескопическая подставка, позволяющая регулировать высоту от 30 до 36 см, что удобно и на столе, и на полу. Особый тренд – модели со встроенным аккумулятором. Время автономной работы может достигать 8-12 часов на малой скорости. Это значит, что вы можете зарядить его дома от USB и пользоваться весь день на пляже или в парке, не привязываясь к розетке.

«Умная» бутылка

Обезвоживание – главный враг. Обычная бутылка часто забывается в сумке, а вода в ней нагревается за считанные минуты. На помощь приходит «умная» бутылка для воды. Это не просто емкость, а полноценный гаджет, который напомнит вам о необходимости сделать глоток и поможет контролировать водный баланс. Производители оснащают их датчиками и приложениями для смартфона. Бутылка может отслеживать ваш график питья и подсвечиваться, когда пора попить. А термоизоляционные материалы сохраняют воду холодной даже в самый сильный зной. Это незаменимая вещь для тех, кто много времени проводит на улице или занимается спортом.

Свежесть в компактном виде

Термосумки – еще один незаменимый атрибут долгой поездки. Они сохраняют еду и напитки свежими в течение нескольких часов, что особенно важно в жару. Современные модели легкие, компактные и легко помещаются в багажник автомобиля.

Кстати

Бонус: забота о четвероногих друзьях

Стоит упомянуть гаджеты для тех, кто путешествует с питомцами. Охлаждающий коврик для кошек и собак – настоящее спасение в зной. Внутри такого коврика – нетоксичный гель, который поглощает тепло тела животного, сохраняя поверхность прохладной на 5-7 градусов ниже комнатной температуры. Коврик не требует электричества или заморозки, работает автоматически и восстанавливает свои свойства после 15-20 минут покоя.



Складной стульчик

Если вы планируете пикник или просто долгую прогулку по парку, складной стульчик – это маст-хэв. Современные модели кардинально отличаются от громоздких аналогов прошлого поколения. Они выполнены из легких сплавов и прочных синтетических тканей, складываются в компактный чехол. Главное преимущество – универсальность. Вы всегда будете уверены, что у вас есть место для отдыха, не нужно сидеть на влажной траве или искать свободную скамейку. Это практичное решение для отдыха на природе.

Солнечная энергия на службе комфорта

Отдельного внимания заслуживают гаджеты, работающие от солнца. Солнечные пауэрбанки – настоящая находка для тех, кто уезжает на природу или проводит много времени на пляже. Они заряжаются от солнечного света даже в пасмурную погоду и могут питать смартфон, наушники или портативную колонку. Это значит, что вы остаетесь на связи, даже если забыли зарядить все устройства дома.

Светлана СИДОРЧУК

Ежегодно 12 июля мы почитаем святых первоверховных апостолов Петра и Павла, которые проповедовали христианство по всему миру и приняли за веру мученическую смерть.

Русская церковь начала их почитание сразу после Крещения Руси. Первоверховные апостолы были очень разными. Пётр был одним из ближайших учеников Иисуса Христа при Его земной жизни, а Павел был гонителем христиан и ревнителем фарисейства. Не уверовал он и после Воскресения Спасителя. Однако оба стали ревнителями веры. Прославляя их, Церковь напоминает нам о разнообразии человеческих характеров и путей, которые ведут к Богу.

Пётр: смирение и вера простого рыбака

Симон, позднее названный Петром, как и его брат Андрей, был простым рыбаком. Они вместе промышляли рыбной ловлей в Тивериадском (Геннисаретском) озере, называемом также Галилейским морем, где на берегу и находился дом Симона (там он проживал с женой и тещей). Вместе с братом Симон стал учеником Спасителя, оставив дом (впоследствии жена станет спутницей на его миссионерской стезе). Об Иисусе Христе в Палестине ходило множество слухов. И однажды Спаситель решил заинтересоваться у учеников, что они думают. Апостолы стали пересказывать, что думают другие, и только Пётр заявил, что исповедует его сыном Живого Бога. Тогда Господь и обещал, что на камне его веры будет созиждена Церковь Христова, ему будут доверены ключи от рая и ада с властью прощать и оставлять грехи. С этого момента Симон и стал «Петром» (по-гречески «камнем»).

Уже Петру Господь открыл немощи человеческие, чтобы, познав их, апостол был сильнее своих слабостей, научился смирять их и преодолевать. После событий в Гефсиманском саду, когда Христа арестовали, Пётр троекратно от него отрекся, искренне раскаялся и признал эту слабость, сокрушенно е

День памяти первоверховных апостолов ПЕТРА И ПАВЛА

ФАКТЫ

✓ Первый монастырь в честь первоверховных апостолов построили в Новгороде в 1185 году. Церковь Петра и Павла – сегодня единственная сохранившаяся постройка Петропавловского женского монастыря.

✓ В России в начале XVIII века в честь апостолов названы города: Санкт-Петербург, основанный в 1703 году, и Петропавловск-Камчатский, основанный в 1740 году.

✓ По данным сайта sobory.ru, в России насчитывается 1592 храма, собора и церкви, освященных во имя святых апостолов Петра и Павла.

оплакивая в дальнейшем. После Воскресения Спаситель восстановил его в апостольском достоинстве, и горячая речь Петра в Иерусалиме после сошествия Святого Духа приводит к покаянию, а затем и крещению трех тысяч человек. Завершил свое служение Пётр мученической смертью через распятие во времена правления императора Нерона.

Павел: прозрение гонителя христиан

Савл (так звали апостола до обращения ко Христу) по праву рождения был римским гражданином, что давало ему мно



КСТАТИ

В собрании Новгородского музея-заповедника хранится икона апостолов Петра и Павла середины XI века из новгородского Софийского собора. По преданию, эту икону привез из Корсуни (Херсонеса) великий князь Владимир Мономах. На иконе изображены апостолы в полный рост, головы которых повернуты на три четверти. В руках у Петра – древко креста, свиток и три ключа от рая, у Павла – книга. Над ними помещена полуфигура Иисуса Христа.

велев идти в Дамаск и принять крещение от ученика Господа. Вступив на этот новый для него жизненный путь, Савл стал именоваться Павлом, что глубоко символично – перемена имени означала изменение всей жизни:

Иконография праздника

Первые иконы апостолов появились в раннехристианский период (вторая половина IV – первая половина V века), где апостола Петра изображали с короткими седыми волосами, а Павла – с высоким лбом и длинной бородой.

А как только был установлен совместный день памяти (в IV веке), то появляются совместные иконы. Сначала апостолов изображали фронтально, а затем, с XVI века – обращенными друг к другу.

Апостол Пётр изображается со свитком и ключом на длинной цепи в левой руке, про который у евангелиста Матфея упоминается указание Иисуса Христа «...и дам тебе ключи Царства Небесного». У апостола Павла в руках книга, символизирующая написанные им 14 посланий, которые вошли в Новый Завет.

«И тотчас как бы чешуя отпала от глаз его, и вдруг он прозрел; и, встав, крестился». Почему Господь обратил внезапно Савла? Как писал святитель Лука Войно-Ясенецкий, «потому что Господь Сердцеведец знал, что и святой Павел загладит грех свой многострадальной жизнью и пламенной проповедью своей. Он знал, чем будет Павел, знал, что Павел скажет: «Уже не я живу, но живет во мне Христос»». В Деяниях

апостольских сказано, что босыми ногами, пешком обошел Павел все области Малой Азии (был в Македонии и в Греции, в Афинах и в Риме, доходил даже до Испании), везде и всюду проповедуя о Христе, везде и всюду основывая церкви. За свою деятельность Павел претерпел множество страданий: его побивали камнями, избивали, смог выжить после кораблекрушения. Помощь Божия не давала ему умереть, но за свои проповеди он был казнен. По преданию, Павла обезглавили ударом меча на остиийской дороге Древнего Рима.

Святые об апостолах

Митрополит

Антоний Сурожский:

«...Пётр был апостолом среди евреев; Павел пронес Евангелие Христово среди язычников. Они собой представляют как бы два полюса церковной деятельности того времени – обращение всех: израильского народа, в котором родился Христос, и всего остального мира».

Святитель Иоанн Златоуст:

«Будем свидетельствовать о Христе, ведь свидетели не только апостолы, но и мы. Они называются свидетелями потому, что, будучи принуждаемы отречься, претерпели всё для исповедания истины; так и мы, когда страсти побуждают нас отречься от добра, не будем покоряться им».

Святой Паисий Святогорец:

«Покаяние – это крещение слезами. Каясь, человек проходит через новое крещение, возрождается. Апостол Пётр своим отречением в какой-то степени предал Христа. Однако он «плакал горько» (Мф. 26, 75 и Лк. 22, 62) и поэтому получил прощение в своём падении. Так искреннее покаяние укрепило его связь с Господом, сделало её даже более глубокой».





Сильная жара – не лёгкое испытание даже для здорового человека, а уж для сердечников и по-давно. Проблемы с сердечно-сосудистой системой при экстремально жаркой погоде только усугубляются.

Но есть и хорошие новости: можно свести потенциальный ущерб к минимуму. Сегодня мы расскажем, как именно.

Группа риска

В группе риска во время сильной жары люди, страдающие следующими заболеваниями:

- ишемическая болезнь сердца;
- врожденные и приобретенные пороки сердца;
- ревмокардит;
- нарушения сердечного ритма (мерцательная аритмия, экстрасистолия и т.д.);
- болезни сосудов головного мозга и периферических артерий;
- тромбоз вен и эмболия легких.

В эту же группу необходимо добавить людей с избыточной массой тела, так как лишний вес сам по себе является дополнительной нагрузкой на сердечно-сосудистую систему, и повышенные температуры эту нагрузку только усугубляют.

Когда обратиться к врачу

Как ни странно, но сильная жара может иногда воздействовать на организм парадоксальным образом – например, понижается давление. И человек, страдающий гипертонией, может перестать принимать прописанные врачом лекарства от давления. Делать этого ни в коем случае нельзя, так как из-за отказа от приема лекарств обострение заболевания не заставит себя ждать. Поэтому первое, что нужно запомнить сердечникам – что бы ни случилось, нужно продолжать принимать прописанные лечащим врачом препараты. И обязательно нанести визит врачу – только врач может адекватно оценить ваше состояние и определить необходимость дальнейшего приема лекарств.

Обратиться к врачу следует как можно скорее, если:

Что надо знать СЕРДЕЧНИКАМ в жару



Подробности

Признаки сердечного приступа

Симптомы сердечного приступа (или инфаркта миокарда) иногда появляются внезапно, однако могут возникать не только за часы и дни, но и за недели. Во время такого приступа может проявиться один признак или комбинация из нескольких.

Частые признаки инфаркта:

- боли (или дискомфорт – распирание, сдавливание) в центре или в левой стороне грудной клетки;
- боли в руках, спине, плечах, шее, челюсти;
- головокружение, необычная усталость;
- тошнота, боль в животе, изжога;
- одышка;
- холодный пот.



- изменилось давление;
- пульс стал неритмичным;
- появилось головокружение, ощущение нехватки воздуха, усилилась одышка;
- усилились или изменили характер боли в области сердца;
- явно понизилась переносимость физических нагрузок;
- появились (или увеличились) отеки ног.

Как пережить жару

В жаркие дни сердечникам лучше находиться в хорошо проветриваемом помещении с комфортной температурой. Не выставляйте кондиционер на +18°C, если на улице +30°C – такой сильный перепад температур воздействует на любой организм не лучшим образом. Оптимально выставить +23-+24°C.

Прогулки нужно перенести на раннее утро или вечер, когда нет опасности оказаться под интенсивным солнцем. Самое активное солнце летом с 12:00 до 18:00, в это время на улицу выходить не нужно.

Если есть возможность, лучше всего перебраться

хотя бы на время жары за город, на природу.

Также очень важно правильно одеваться. Одежда должна быть изготовлена из натуральных тканей (хлопок, лен и т.п.), хорошо пропускать воздух и быстро впитывать влагу. Крой одежды должен быть свободным, между телом и тканью должна создаваться воздушная прослойка, которая играет роль защитного буфера. Такая прослойка помогает телу работать сбалансированно и не перегреваться. Открытые вещи лучше не носить, одежда должна закрывать кожу максимально: чем больше открытых мест, тем больше активного солнца попадает на кожу, лучше этого избегать.

Обязательны в сильную жару солнцезащитные очки и головной убор. Работающим сердечникам стоит отрегулировать режим труда: после каждых 30-40 минут работы необходимо делать перерыв на отдых (15-20 минут). Если есть такая возможность, лучше работать с раннего утра до 10-11 часов, затем сделать перерыв и возобновить работу после 16 часов.

Пищу следует выбирать легкую, нежирную, отдавая предпочтение свежим овощам и фруктам. В течение дня нужно пить чистую негазированную воду. Объем потребляемой жидкости, включая жидкую пищу, должен быть не менее 2 л в сутки.

Кстати, рекомендуемая норма воды в сутки – 30 мл на килограмм массы тела.

Редакция благодарит врача-кардиолога Л. П. ЛУКШИНУ за помощь в подготовке материала.

Важно!

Чего в жару следует избегать

- Освежающие контрастные души, ныряния в холодную воду и другие экстремальные водные процедуры сердечникам не подходят, так как могут спровоцировать приступ стенокардии.
- Категорически запрещен алкоголь, а также крепкие чай и кофе.

Очень желательно отказаться от жирной и жареной пищи,

а также от больших ее объемов. Переедание излишне нагружает ЖКТ, этого следует избегать.

- Нельзя в жару работать, сильно согнувшись вперед и/или вниз головой (полоть грядки, например), так как может нарушиться отток крови от головы. В результате может резко подняться артериальное давление, что может довести до потери сознания и даже инсульта.

При малейших отклонениях в самочувствии следует немедленно прекратить любые действия. Если в состоянии покоя не становится легче – вызывать скорую медицинскую помощь.

Светлана ИВАНОВА.



– Привет! Слушай, может, завтра днём погуляем?
– На улице такая жара... Давай чуть позже.
– Это когда?
– В ноябре, например.



Этим летом головной убор – важная часть образа, делающая его продуманным и завершённым.

Поэтому выбор любого из актуальных трендов будет хорош, так как останется в моде на несколько сезонов. Благо, палитра актуальных головных уборов настолько богата, что каждая модница обязательно найдет модель, подходящую ей идеально.

Панама

Панамы не сходят с модных подиумов не первый сезон, но популярность их не падает. И это понятно, ведь панамы очень удобны: она легкая, небольшая, при этом полностью выполняющая все необходимые функции. Ее можно просто снять, заходя в помещение, и убрать в сумку, что просто невозможно сделать со шляпой. Этот головной убор добавляет чуть свободы и легкости даже в самый строгий гардероб, делая его демократичным. Панамы могут быть изготовлены из любого материала – от хлопка и денима до нейлона и лаковых тканей, может быть яркой или спокойной, с принтом или без, с интересным рисунком или однотонной – выбор только за вами.

Спасаем голову от солнцепёка

Соломенная шляпа

Шляпа из соломы снова вышла на первый план и останется там надолго. Что совсем не удивительно, ведь солома легка, экологична и прекрасно справляется со всеми задачами. Кроме того, соломенная шляпа придает образу особое – летнее – настроение: чуть беззаботности, немного запаха моря, особый шарм немого кино.

В этом сезоне выбор моделей чрезвычайно велик: от аккуратных панам до роскошных шляп в голливудском стиле с огромными полями. Очень популярны модели с необработанными краями, дополненные натуральным декором (ракушки, камешки, деревянные бусины и т.п.). Такая шляпа добавит образу богемный и немного романтический шарм. Тем, кто любит внимание, модные дизайнеры предлагают выбирать соломенные шляпы черного цвета. Их готическая строгость выглядит на общем разноцветном фоне весьма нетривиально и, конечно, не останется незамеченной.

Платок, косынка, бандана

Небольшой кусок ткани, будь то платок, косынка или бандана, способен буквально преобразовать любой наряд. Дерзкая бандана придаст образу легкую беззаботность и сделает его расслабленным, а повязанный под подбородком шелковый платок добавит романтики и немного ретро-шика. Косынка – аксессуар, который модные дизайнеры считают самым актуальным этим летом. С летящими платьями и легкими сарафанами они предлагают повязывать косынку в тон, с нарядами построго – шортами, костюмами, юбками миди и макси и т.п. – монохромные, что выглядит очень стильно.

Дама оборачивается к сидящему сзади неё в театре зрителю:
– Вам не мешает моё перо на шляпе?
– Нисколько! Я его отрезал, и теперь всё прекрасно вижу!

Кепка, бейсболка

Кепка или бейсболка – прекрасный выбор для повседневных кэжуал-образов, которым летом не помешает добавить чуть непринужденности. Главное – не акцентировать внимания на спортивном прошлом бейсболки, и ваш образ будет максимально актуальным.

Светлана ИВАНОВА

История моды хранит десятки названий одежды и аксессуаров, которые сегодня звучат непривычно или вовсе непонятно. Одни вещи исчезли вместе со своей эпохой, другие изменили форму и назначение, а третьи дали начало современным предметам гардероба. В день моды – 9 июля – попробуйте разобраться, что скрывается за этими необычными словами.

СЛОВАРИК старинного модника

1

В XVII–XVIII веках мужчины и женщины нередко носили поверх одежды широкий круглый воротник из тончайшего кружева. Его изготовление требовало огромного мастерства, а стоимость иногда превышала цену хорошей лошади. Особенно ценились воротники из фламандского кружева, которые могли передаваться по наследству как семейная реликвия. Как назывался такой воротник?

а) Манишка. б) Горжет. в) Фреза.

2

В европейской моде XVI–XVII веков женские юбки порой достигали такой ширины, что пройти в обычную дверь становилось непросто. Добивались этого не количеством ткани, а особым каркасом из дерева, китового уса или металлических обручей, который скрывался под платьем и полностью менял силуэт фигуры. Позднее подобные конструкции распространились практически при всех королевских дворах Европы. Как назывался этот каркас?

а) Турнюр. б) Панье. в) Кринолин.

3

В XVIII веке модницы нередко украшали лицо маленькими кусочками черной тафты. Считается, что моду на этот аксессуар ввела Маргарет Кавендиш. Она обыграла недостатки своей кожи, наклеив своеобразные чёрные «пластыри», которые потом получили название «пятнышко красоты». Такие украшения не только скрывали следы перенесенной оспы, но и служили языком моды: расположение на правой щеке говорило об игривости, на левой – о галантности, под нижней губой слева – о кокетстве, а справа – о готовности к поцелуям. Как назывались такие украшения?

а) Фестоны. б) Мушки. в) Кокарды.

4

При дворе французских королей XVII века обувь с высокими каблуками была не просто элементом моды. Право носить ярко-красные каблуки имели далеко не все придворные. Был даже издан указ, по которому носить обувь с красными каблуками могли только аристократы. При этом была градация: у самого короля каблуки были самыми яркими и высокими (6–8 см), у приближенных – чуть тусклее, а чем дальше человек был от двора, тем бледнее оказывался оттенок. Позднее традицию скопировали по всей Европе. При дворе какого короля красные каблуки стали символом высокого статуса?

а) Людовика XIV. б) Генриха IV. в) Карла II.

5

Первым прообразом женской сумочки считается необычный предмет гардероба, представляющий из себя крюк (или брошь), подвешивающийся к поясу. Он появился в викторианскую эпоху. На нём на цепочках или шнурах подвешивались разные полезные мелочи: ключи, ножницы, небольшие кошельки, наперстки. По такому аксессуару можно было понять социальный статус женщины. Хозяйки дома носили более солидные серебряные модели, а служанки – более простые, из жести или дерева. Как назывался этот аксессуар?

а) Ридикюль. б) Шателайн. в) Кисет.

6

Прототип этого предмета одежды появился в IX веке, когда женщины в северных рыбацких поселениях вязали тёплые кофты для своих мужей. Своё современное название он получил только в XIX веке по имени британского графа, который во время Крымской войны стал носить такой вязаный свитер под военным мундиром и впоследствии распорядился о создании подобных одежд для своих солдат. После войны он стал популярным и в гражданском обществе, особенно среди преподавателей и студентов, и вошел в стиль smart casual. Какой предмет одежды обязан своим названием английскому аристократу?

а) Реглан. б) Лонгслив. в) Кардиган.



Июль и август, после сбора урожая, – самое время для обновления земляничной грядки.

Чтобы заняться размножением земляники садовой (она же клубника, она же виктория), нужно изучить все возможные способы и тонкости процедуры. Самые популярные способы размножения земляники мы сегодня и разберем.

Размножение усами: проверенный народный способ

Для каких случаев подходит? Для размножения сортов, которые дают усы.

Усами называют побеги-столоны. По сути это длинные, тонкие стелющиеся побеги, которые растение выпускает для вегетативного размножения.

Размножить садовую землянику усами проще всего. У большинства сортов усы появляются весь сезон, и главная задача садовода – превратить эти «телефонные провода» в крепкую рассаду.

ШАГ 1. ВЫБИРАЕМ «ЭЛИТНЫХ» МАМ

Лучшая рассада получится только от самых сильных кустов. Поэтому во время плодоношения нужно отметить (привязать веревочку, поставить рядом колышек) те растения, которые дали самые крупные и сладкие ягоды. Их и выбирают в маточники. С одного куста для получения качественной рассады рекомендуют оставлять не больше пяти усов, чтобы маточник не истощился. Все лишние усы нужно удалять.

ШАГ 2. УКОРЕНЯЕМ

При пересадке легко травмировать нежные корешки, поэтому опытные садоводы укореняют розетки в небольшие рас-

Усы или рожки,

или Летние способы размножения земляники садовой



садные стаканчики объемом 100-200 мл (можно использовать одноразовую посуду). Почва в стаканчиках должна быть рыхлой и питательной – идеально подходит хорошо перепревший компост. Подготовленный стаканчик с питательным грунтом важно хорошо пролить. Затем нужно выбрать на усе самую мощную розетку первого порядка (ближайшую к маточнику) с 2-3 листочками. Прикопать стаканчик рядом с маточным кустом, поместив в него розетку. Розетку лучше прищипить к грунту в стаканчике согнутой проволочной шпилькой или канцелярской скрепкой. Основание розетки слегка заглубить, но следить,

чтобы сердечко (сердцевина розетки) не была под землей. Оставшуюся часть уса лучше обрезать – пусть мама отдыхает. Примерно через 4-6 недель розетка укоренится и нарастит хорошие корешки. Узнать готовность просто: у молодого растения появятся 4-6 крепких листочков.

ШАГ 3. ПЕРЕСАЖИВАЕМ НА НОВОЕ МЕСТО

Когда рассада готова, останется перевернуть стаканчик, достать ком земли с корешками и высадить на подготовленную грядку. Если хотите получить особенно мощный куст, можно посадить в одну лунку по 3-4 розетки на расстоянии 10 см друг от друга (расстояние между кустами – 50 см).

Размножение рожками: спасение для безусых

Для каких случаев подходит? Для размножения безусых сортов земляники.

Рожками называют однолетние побеги длиной 0,5-1,5 см, которые образуются у земляники из боковых почек после плодоношения. У каждого рожка есть верхушечная почка, розетка из 3-5 листьев и свои корешки. У однолетнего растения формируется 2-3 рожка, у двухлетнего – уже 5-10, а у трехлетнего – до 16! И каждый рожок может дать цветонос, то есть ягоды.

ШАГ 1. ВЫБИРАЕМ КУСТИКИ ДЛЯ ДЕЛЕНИЯ

Обычно делят кусты в возрасте 2-4 лет. Если делить старые, 3-4-летние кусты, вы не омолаживаете растение, а просто «размножаете старость». Старые рожки хуже плодоносят и чаще болеют. Поэтому для деления лучше брать молодые 2-летние кусты – они дадут здоровое и крепкое потомство. Делить кусты лучше весной или в конце лета. Для этого советуют аккуратно выкопать куст, стараясь не повредить корни, очистить корни от земли.

ШАГ 2. ДЕЛИМ КУСТИК НА ЧАСТИ

Острым ножом или секатором разделяем куст на части. Важно, чтобы у каждой деленки (рожка) было не менее 2-3 розеток листьев и собственные корешки. Перед посадкой у корешков можно срезать 1,5-2 см.

ШАГ 3. ПЕРЕСАДКА НА НОВОЕ МЕСТО

Высаживая деленки на новое место, не забудьте их обильно полить. Желательно сажать в шахматном порядке, выдерживая расстояние между кустами 40-50 см.



Размножение семенами

Есть еще один способ – размножить землянику семенами. В отличие от вегетативных способов (размножение усами или рожками), этот способ не копирует маточное растение, а дает новое, со своим набором признаков. Поэтому его используют для выведения новых сортов или когда нужно массово размножить редкий сорт, у которого нет усов.



Важно! Семенами не размножают крупноплодные сорта обычного срока плодоношения – их свойства не сохраняются. А вот мелкоплодная ремонтантная земляника (безусая) размножается семенами отлично. Учитывая, что собрать семена нужно со зрелого плода, просушить, посеять на рассаду в феврале – способ легким не назовешь!

Валерия ПАШЕЧКИНА

ДОБРЫЙ СОВЕТ

Как наладить сбор дождевой воды?

Дождевая вода мягкая, без солей, с хорошим pH – растения её обожают. Как наладить сбор дождевой воды на даче?

Сбор воды со строений

Проще всего – поставить бочку под водосток с крыши дома (бани, сарая, теплицы и т.п.). Но в сильный дождь бочка быстро переполняется. Решение – система из нескольких бочек. Бочки стоят на разной высоте, вода перетекает из верхней в нижнюю самотеком.

Полезные доработки:

- Установите на входе сетку (2-3 мм), чтобы мусор не попадал в бочку.
- Врежьте кран в нижней части (на 10 см выше дна) – вода будет чище, без осадка.

Сбор воды в чистом поле (без построек)

Если на участке еще нет крыш, можно собрать воду с помощью подручных материалов.

- **ВАРИАНТ 1.** Расстелите на открытом месте большой кусок плотной пленки или брезента. Закрепите края колышками, в центре сделайте небольшое углубление и отверстие, подставьте емкость. Вода будет стекать прямо в бочку.
- **ВАРИАНТ 2.** Натяните пленку на опоры или используйте старый зонт, установленный над бочкой. Вода будет стекать по наклонной поверхности внутрь.





ОВЕН (21.03 – 20.04)

Овнам представится возможность радикально изменить свою судьбу. Проведите работу над ошибками, правильные выводы помогут выбрать верный путь. Сделайте что-то новое и непривычное, о чем мечтали, но боялись воплотить в жизнь.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львам будет трудно сосредоточиться, что повлечет за собой множество неприятностей. Будьте аккуратны и готовы к небольшим материальным потерям и риску испортить свой авторитет. Не теряйте контроль над эмоциями, особенно в моменты душевного волнения.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Звезды покровительствуют профессиональной сфере Стрельцов, рабочие дела будут решаться легче. Удачный маршрут, график, многие ситуации будут как бы дополнять друг друга. Это придаст вам уверенности и подарит возможность завести полезные знакомства.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Водолеям рекомендуется заранее планировать все дела. Отсутствие определенности может помешать исполнить задуманное. Не теряйте контроль над эмоциями, особенно в моменты доверительного разговора. Ваше поведение может послужить причиной для ссоры.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Тельцам предстоит задуматься об отношениях с окружающими. В ближайшее время звезды подскажут, кто настоящий друг, а кто не готов подставить плечо для опоры. Проанализируйте свои действия. Возможно, именно вы стали причиной такого отношения.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

Неделя Дев может стать не слишком удачной. Есть риск разругаться с друзьями. Не прерывайте связи из-за зависти или корысти. Старайтесь не поддаваться негативным чувствам. Правильным решением будет проявить дипломатичность в общении с неприятными людьми.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецов ждут интересные встречи. На работе вы легко справитесь с решением любых вопросов. Ваша общительность сплотит вокруг вас людей с такой же позицией. Будьте бдительны, этот период может быть наполнен множеством стрессовых ситуаций.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Для Весов благоприятны физические нагрузки, общение, активный отдых и развлечения. Если вас попросят о помощи, не отказывайтесь. Благодарность за нее может быть выше всех ожиданий. В делах не старайтесь быть слишком настойчивыми и упрямыми.



РАК (22.06 – 22.07)

У Раков появится множество вариантов дальнейшего развития событий. Вам необходимо приструнить свои желания и не выходить за рамки приличия. Старайтесь проводить больше времени на свежем воздухе. Перед вами могут открыться новые горизонты, необычные перспективы.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Скорпионы будут просто переполнены энергией. Вам нужно использовать этот момент, чтобы завершить все дела. Вы с легкостью справитесь со всеми задачами и достигнете своей цели. Чтобы не тратить эту энергию впустую, ходите в спортзал и активно отдыхайте с друзьями.



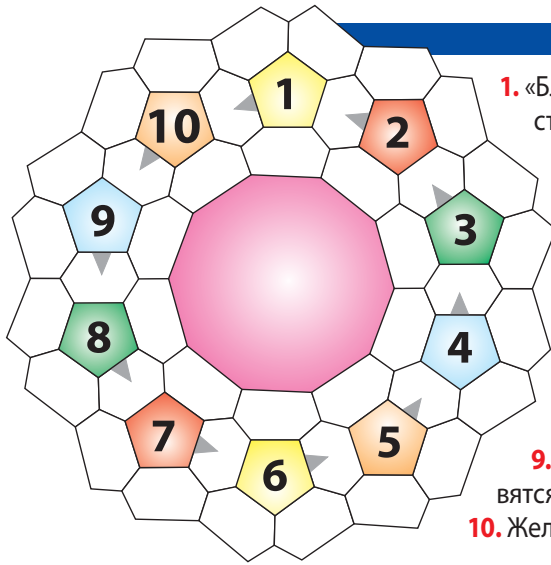
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Независимо от внешних воздействий Козероги смогут достичь своих целей. Воспользуйтесь этой возможностью, чтобы понять, что вам понадобится в будущем. Благодаря повышенной умственной энергии, которая дает важные импульсы, вы сможете реализовать свой потенциал.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Рыбам нужно постараться не расходовать понапрасну жизненную энергию. На этой неделе у вас все будет получаться, особенно запланированные поездки и дела. Игнорируйте критические комментарии других и избегайте таких заявлений сами.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. «Благоразумие – лучшая ... храбрости» (Уильям Шекспир).
2. «Сумерки» в сознании гипнотизируемого.
3. И задание, и одеяние.
4. Кушанье из княжеского меню.
5. Угодья для стада.
6. Живой организм, уместившийся в одной клетке.
7. Не во вред, а на ...
8. Смельчак в кивере.
9. Кладовое строение, где мыши резвятся.
10. Желтая слива для соуса ткемали.

Ответы: 1. Черта. 2. Транс. 3. Наряд. 4. Яство. 5. Выпас. 6. Амеба. 7. Благо. 8. Гусар. 9. Амбар. 10. Алыча.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

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

Мы предлагаем:

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

Телефоны для связи:

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



ВАКАНСИЯ
г.Химки Московская область
РАБОЧИЙ
ПО КОМПЛЕКСНОМУ
ОБСЛУЖИВАНИЮ
И РЕМОНТУ ЗДАНИЙ
Вахта 90 дней. 3/п 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, шекели, 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.



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



ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (903) 792-47-73

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.

Там из бревен доски делают

Дип, куда чипсы макают

Мини-затвора на оконной раме

Походка, величия полная

Руководитель на стройке

В кино - похититель Рождества

Сквайр Трелони, а доктор?

Ткань на строгие костюмы

Голыш в мини-атюрной коляске

См. фото

Есть у дуба и у мозга

Один из гитаристов рок-группы

Его силу измеряют в амперах

Достигнутый пик славы

Их используют в гиродотерапии

Бабушкин баловень

Бык, вымерший еще в XVII веке

"Бивак" механизаторов в поле

Западная страна Южной Америки

Слива с колючего куста

Анна - муза Пушкина

Стиль музыки группы Boney M

Двуногий участник корриды

Гриб на обрубке

Оптика не для бассейнов Мартышки

Его не доверишь болтушке

Рост курса валюты

Город Пантеона и Колизея

"Постояльцы" хлева

То, что служит средством обмана

Вода, собравшаяся на небо

Соль, добытая вокалом

Гарин в романе Алексея Толстого

Пригорок на равнине

"Невесомый" субпродукт

"Госпожа" на родине Барбары Брыльски

Цвет какао с молоком

"Бородки" на обеих щеках

В ней "кровь стынет"

"Участник" костюмной тройки

Дикая утка

Бывшая столица Западной Германии

Обязательство дебитора

Карандашное рисование

Длина в высоту

Пустяковое "ранение" хвоянкой

График Гюстав ...

Животное семейства верблюдовых

Ученый ... Гаусс

Крупный десерт во главе стола

Укус ее гасит с шипением

Спорт орловских рысаков

Единица счета в турнирной таблице

Бог Солнца, брат Селены и Эос

Увесистый камень на кадке с огурцами

Изыск, от которого слюнки текут

Блеющий коллектив

Выполнял задания царя Пелия

Враг короля Артура

Расход из кошелька



ТЕЛЕК

Оформить подписку до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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



П2912

«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА на 2026 год

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

№47 (472) 36 КАНАЛОВ ТВ

ТЕЛЕК

ТАБЛИЦА РАСТЕНИЙ ДЛЯ ЦВЕТОВОДОВ-НОВИЧКОВ стр. 25

ИСТОРИЯ И ТРАДИЦИИ. КАЛЕНДАРЬ РОЖДЕСТВЕНСКОГО ПОСТА стр. 30

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ: ОТМИГА ДО ЯРОКЕТОВ стр. 8

ВАЛЕРИЙ СЮТКИН

У ЧЕЛОВЕКА ДОЛЖНО БЫТЬ ЛЮБИМОЕ ДЕЛО стр. 2

КРАСИМ ВОЛОСЫ ДОМА стр. 30

НАЧЕГОРЬСЯ С РУМИНАЦИЕЙ? стр. 7

12+

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс П2912

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2026 года*

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

Оформить подписку до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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



П2912

«ТЕЛЕК Черноземье»

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



Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.

Выберите газету * (по индексу – 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.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

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