№27
(752)

ТВ-программа с 6 по 12 июля 2026 года

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**52 КАНАЛА ТВ**

## КАКИЕ РАСТЕНИЯ ЗАЩИТЯТ ДАЧУ ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ?

стр. 10

## ДОЛЖНЫ ЛИ СБЫВАТЬСЯ ДЕТСКИЕ МЕЧТЫ?

стр. 4

## ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА от опасного застоя

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 15

## БЕРЕЖЁМ ПИЩЕВАРЕНИЕ В ОТПУСКЕ

стр. 12

## ВКУСНАЯ ПАЛИТРА ХОЛОДНЫХ СУПОВ

стр. 8

# АЛЕКСЕЙ ВАКУЛОВ

## ЛЮБОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДАЁТ ПИЩУ ГОЛОВЕ И ДУШЕ

стр. 7

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2226-6380

Фото телеканала Домашний

# ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

**ФИЛИАЛЫ В КАЖДОМ ОКРУГЕ СТОЛИЦЫ**
**БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ**

**585-я или 583-я проба – 4 600 р. за 1 г. 750-я проба – 5 700 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого**

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

**Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?**
В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

**Чем скупка «Аурум» отличается от других?**
Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

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

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

- **Максимальная оценка**
- **Выплата наличными или переводом на карту**
- **Любые драгоценные металлы, в любом состоянии**
- **Высокие рыночные цены**
- **Принимаем в скупку дороже любого ломбарда**
- **Не продавайте без нашей экспертной оценки**

**Компания «АУРУМ» – Ваш надежный партнер вот уже 3 года!**
**За это время услугами компании воспользовались более 2 575 читателей газеты!**

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

**Татьяна Валентиновна, 56 лет**
— Всегда боялась попасть в ситуацию, когда срочно нужны деньги. Был у знакомых и друзей печальный опыт обращения в организации, выдающие микрозаймы, – еле рассчитались… И вот, по закону подлости, сама с подобным столкнулась: понадобилось срочно покупать новый холодильник взамен сломанного. Шла бы речь о стиральной машинке или телевизоре – не беда, подкопила бы в течение нескольких месяцев и купила. Но несколько месяцев без холодильника – немыслимо! Особенно в сезон заготовок. Покупать с рук не рискнула, можно нарваться на такой же неисправный. Сижу горюю, а тут соседка звонит, спрашивает, как дела на даче. Поплакалась ей, что с урожаем-то все отлично, а вот с его хранением проблемы. Она и посоветовала обратиться в «Аурум» – филиал совсем рядом с домом. Взяла золотые украшения, которые в юности активно носила, и пошла туда. Кто бы мог подумать, что моя проблема так быстро решится! Мою ювелирку быстро оценили, предложили хорошую цену – я согласилась. Сразу же побежала покупать новый холодильник и уже назавтра новенький агрегат уже стоял у меня на кухне!

**Ольга, 23 года**
— Мама всегда учила меня, что черная полоса в жизни всегда сменяется белой. Для меня черная полоса началась с отмененной свадьбы. Причина банальная: жених изменил с одной из моих подруг... Я была в жутком состоянии, казалось, что так будет всегда. Но однажды утром я проснулась и приняла решение: иду на курсы, получаю новую профессию и начинаю новую жизнь. Одна проблема: где взять деньги на курсы? Идея появилась мгновенно: надо продать помолвочное кольцо с бриллиантом да еще несколько ненужных советских золотых украшений, доставшихся от бабушки. Обратилась в «Аурум», у них много филиалов, и есть услуга бесплатного выезда ювелира на дом. Позвонила, в назначенное время приехал специалист со специальными инструментами, реактивами. Все оперативно взвесил, оценил и предложил выкупить мои украшения за приличную сумму. Я согласилась, деньги попросила на карту перевести, чтоб сразу курсы оплатить. Удобно и безопасно! Спасибо «Ауруму» за начало белой полосы в жизни!

**Егор Иванович, 70 лет**
— У нас с женой есть любимица – собачка Найда. Беспородная, но очень умненькая, подобрали ее возле мусорки семь лет назад совсем крошкой. Живем мы с женой вдвоем, Найда – наша единственная радость. Когда она месяц назад заболела, мы места себе не находили. Собачники во дворе посоветовали хорошего ветеринара. Диагноз оказался неутешительный – опухоль... Ветеринар настаивал на операции, и мы без раздумий согласились. Пришлось срочно искать деньги. Решили продать украшения жены, все равно она их давно не носит, на память оставить некому. Вспомнили, что в газете читали про компанию «Аурум», и решили вызвать оценщика. Молодой человек пришел быстро, осмотрел колечки и цепочки, предложил хорошую цену. Больше того, оказалось, что даже не придется все продавать, часть украшений остались про запас – вдруг что, не молодые уже. В итоге: любимица наша прооперирована, все хорошо, мы выдохнули, сбережения целы. Спасибо «АУРУМ»!

# Получите летом +10 000 руб. к оценке!*

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

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

*Условия предложения: +10 000 руб. при сумме сделки от 100 000 руб. **Действует при сумме оценки от 20 000 руб.
Предложение действует в период с 22.06.2026 г. по 31.08.2026 г. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2. ЛО23-00119-77/00389972 от 22 декабря 2021 г. РЕКЛАМА.

# Евгений Цыганов сыграет жертву амнезии

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

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

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

*Фото кинокомпании «ПРОФИТ», предоставлено пресс-службой Первого канала*

# Театр «Модерн» завершает 38 сезон «Ночью в Лиссабоне»

**«Ночь в Лиссабоне» – удивительный роман Ремарка о любви, вписанный в контекст истории.** И впервые на театральной сцене взялся оживить его Юрий Грымов. Получилось стильно, нуарно, страшно, больно и красиво!

Спектакль начинается в казино во Франции накануне Второй Мировой войны. Ночь со сцены начинает постепенно перебираться в зрительный зал и погружает в ту действительность, в которой Он и Она пытались жить, любить и находить радость в непростых обстоятельствах. А потом вся эта атмосфера заражает каждого жадным желанием жить. Во что бы то ни стало...

5 июля, Театр «Модерн», инсценировка Марины Сулчани, режиссер Юрий Грымов, в ролях - Анастасия Сычёва, Александр Колесников, Вадим Пинский, Алексей Багдасаров, Александра Плетнёва и другие.

*Фото предоставлено пресс-службой театра «Модерн»*

# Александр Робак и Алексей Лукин станут напарниками

**Кинокомпания 1-2-3 Production по заказу телеканала ТНТ приступила к съёмкам нового комедийного сериала «Участковые из Сити».** Режиссер-постановщик проекта – Василий Свиридов. В главных ролях: Александр Робак, Алексей Лукин, Александр Лыков, Анна Невская, Инга Оболдина. В центре сюжета – двое полицейских. Один живет по строгим правилам, второй – молодой мажор. Закон и порядок блюсти придется в двух соседних, но абсолютно разных мирах. С одной стороны – пафосный Москва-Сити, с другой – обычный спальный район с вечными бытовыми проблемами. Фёдор (Александр Робак) пытается учить наглого напарника уму-разуму, Лёха (Алексей Лукин) в ответ подкалывает Фёдора и решает вопросы по-своему – деньгами и связями.

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

*Фото 1-2-3 Production*

# Сериал «Шифр» ждёт пятый сезон

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

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

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

# Сергей Шаталов покажет человека с непростой судьбой

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

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

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

*PR НТВ*

# Людмила Свитова восхищена своим персонажем

**Телеканал Домашний завершил съёмки мелодрамы «В тени предательства».** (Производство «Кинокомпания Джи Пи Синема»). Режиссер-постановщик проекта – Юрий Попович. Главные роли в фильме исполнили Людмила Свитова, Прохор Дубравин, Татьяна Гаркуша и Игорь Сидорчик.

У Елены Виноградовой (Людмила Свитова) было все, о чем можно мечтать: свое дело, надежный муж Михаил, дочь Катя. Однажды «командировка» мужа оказалась отпуском с любовницей, где они трагически погибают, оставив Елене их пятилетнего сына Илью. Отказавшись от опеки над ребенком «изменщика», она принимает помощь адвоката Алексея. Но когда Илья попадает в больницу, анализ ДНК выдает невозможное: мальчик не сын Михаила, но при этом – биологический брат Кати...

– Елена вышла яркой, эмоциональной, темпераментной, – рассказывает Людмила Свитова. – Даже в самых тяжелых обстоятельствах она не теряет внутреннего огня. Самым сложным испытанием для Елены оказывается не предательство и не потеря, а необходимость принять чужого ребенка. Именно это она переживает как настоящий тупик.

*Фото пресс-службы телеканала Домашний*

# «Палево» расскажет о подделках и лжи

**Начались съёмки сериальной криминальной мелодрамы «Палево».** Режиссером проекта стал Илья Аксёнов. В ролях в фильме заняты Паулина Андреева, Иван Янковский, Юрий Чурсин, Антон Васильев, Яна Поплавская, Олеся Судзиловская, Кристина Бабушкина, Ольга Тумайкина, Алена Савастова, Вера Строкова, Ян Гэ, Даниил Газизуллин и другие артисты. Производством фильма занимается INEY Productions по заказу «НМГ Студии». Сериал пополнит линейку Wink Originals.

Сериал «Палево» – история о мире люксовых подделок, где за фасадом роскоши скрываются ложь, страх, одиночество и постоянные попытки казаться кем-то другим. Сериал рассказывает о людях, которые годами строят «идеальную жизнь», не замечая, что сами давно живут внутри подделки. В центре сюжета – Ксения, жена богатого девелопера, существующая в мире дорогих брендов, закрытых клубов и вечной борьбы за статус. Но после трагической случайности она оказывается втянута в подпольный рынок элитной «пали».

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

СЕКРЕТ УСПЕХА

## Испытательный срок: ваши права и правила игры

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

**ПОД ЗАЩИТОЙ ЗАКОНА**

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

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

**СРОКИ: СКОЛЬКО И ДЛЯ КОГО**

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

- Важно: если вы устроились по срочному договору на срок от 2 до 6 месяцев, испытание не может длиться дольше 2 недель.
- Продлить испытание нельзя, но если вы болели – дни болезни в срок не засчитываются.

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

**ПРОЦЕДУРА УВОЛЬНЕНИЯ**

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

Если же вы решили уйти, предупредить работодателя нужно также за три календарных дня.

# Должны ли сбываться детские мечты?

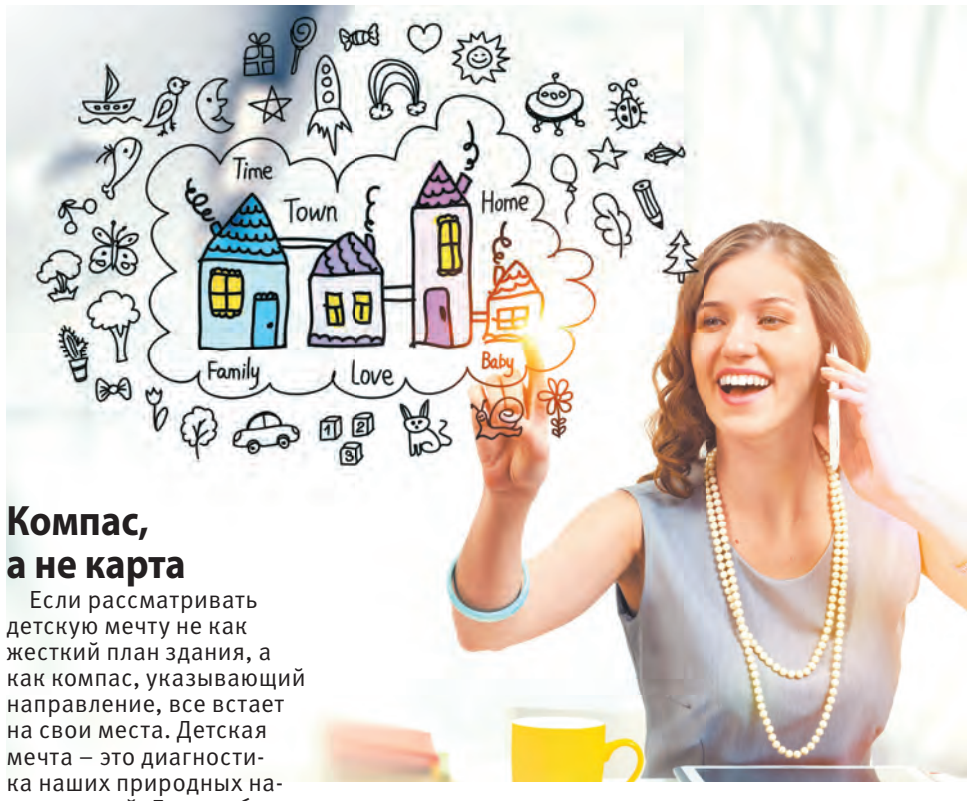
**В детстве мир кажется огромным и податливым, как пластилин.**

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

## Иллюзия статичности

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

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




## Компас, а не карта

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

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

**– У тебя сбылась хоть одна детская мечта? – Да, я стала взрослой…**

## Синдром отложенной жизни

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

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

## Пересмотр ценностей

Часто мы идеализируем свои детские желания.

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

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

*Поэтому ответ на вопрос «должны ли?» звучит парадоксально: детские мечты должны не сбываться, а трансформироваться. Их главная задача – дать нам энергию в начале пути и указать направление наших глубинных ценностей. Не корите себя за то, что не стали президентом или балериной. Посмотрите на свою жизнь сейчас: возможно, вы каждый день проявляете заботу, героизм или творчество, просто в другом формате. Идеальная формула взрослой жизни – это взять эссенцию детской мечты (любопытство, смелость, нежность, азарт) и вплести ее в канву сегодняшнего дня.*

**Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ**

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

## Лакомство лакомств – шоколад

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

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

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

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

**а)** Хикипилли. **б)** Сонтли. **в)** Кетцаль.

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

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

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

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

**ОТВЕТЫ**

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

СУСТАВЫ

РОССИЙСКИЙ РАЗРАБОТЧИК
И ПРОИЗВОДИТЕЛЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ | Prodex

# ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ

## ОШИБКИ, КОТОРЫЕ ДОПУСКАЕТ КАЖДЫЙ ВТОРОЙ

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

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

Заболевания прогрессируют. Артриты и артрозы развиваются уже у 90% людей старше 50. Вот что делать в такой ситуации? Здесь нужно революционное средство, не меньше! И такое средство есть! Как в своё время пенициллин произвёл настоящую революцию в медицине, так и ультразвуковая терапия сейчас проводит революцию в лечении суставов. Тем более сейчас это доступно каждому, даже в домашних условиях! Как такое возможно? Сейчас расскажем.

### КАК ДОЛГО МЫ К ЭТОМУ ШЛИ

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

### БРИЛЛИАНТ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЫ

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

Ведь главное преимущество аппарата «Аврора» – его можно применять даже дома! Вы сами с лёгкостью сможете проводить процедуры, прямо не вставая с дивана. Удобно? Конечно же да! Хотите знать, за счёт чего происходит оздоровительный эффект? Сегодня мы готовы раскрыть секрет уникальной технологии.

### ЧТО ДЕЛАЕТ «АВРОРА»?

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

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

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

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

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

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

### НА ЗДОРОВЬЕ НЕ ЭКОНОМЯТ?

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

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

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

### ВСЁ ЕЩЁ СОМНЕВАЕТЕСЬ?

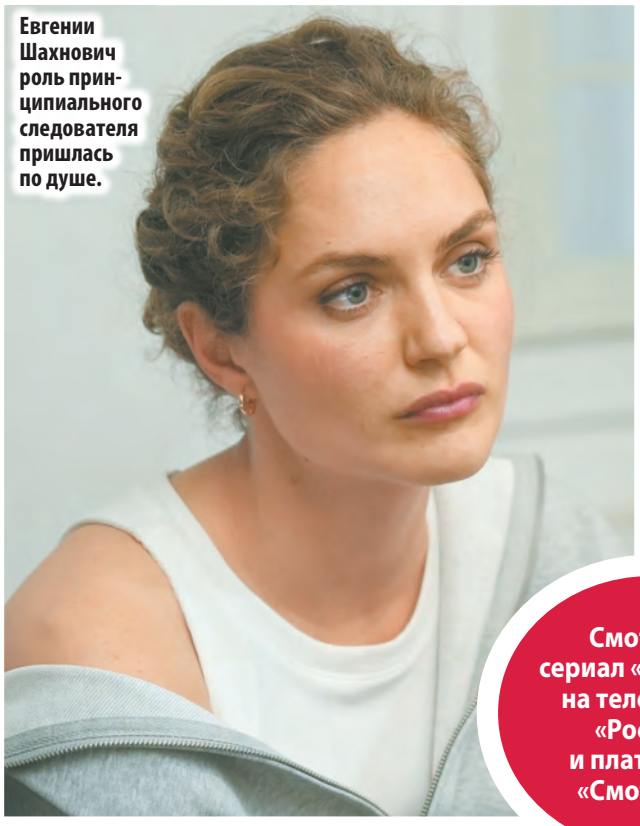
Если уже на протяжении нескольких лет вы лечитесь, а результата всё нет. Если вы устали от боли, а ваши родственники уже не могут водить вас по больницам. Если ваши суставы уже изношены дальше некуда и давно подают сигнал SOS, хватит сомневаться, пора действовать! Тем более создатели «Авроры» сделали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

БОЛЬ И ДИСКОМФОРТ ПРИ ДВИЖЕНИИ?
Суставы хрустят? Припухлость и отёк в суставах?
НЕ НУЖНО ТЕРПЕТЬ!
ЗВОНИТЕ, И МЫ ПОДБЕРЕМ РЕШЕНИЕ ДЛЯ ВАШЕЙ ПРОБЛЕМЫ С СУСТАВАМИ:
8 (800) 511-60-42
WWW.PRODEX.RU[1] БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА
МЕДИЦИНСКОЕ ИЗДЕЛИЕ РУ № ФСР 2012/13534

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:
КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:* ТЕЛЕК
г. Москва
• м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А • м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
! (ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 01.07.2026 г. по 01.08.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. [1]ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, сэлфдокс. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Евгении Шахнович роль принципиального следователя пришлась по душе.

# «ДЕРЗКАЯ»: когда правда важнее карьеры

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

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

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

## Непростое дело

Действие начинается в Великом Новгороде, где Вера служит следователем по особо важным делам в одном из районных УМВД. Выезжая на очередной вызов, она узнает в погибшем своего бывшего возлюбленного, журналиста Сергея Рудовского. Самой вероятной причиной убийства следствие считает профессиональную деятельность Сергея: он собирал компромат на двух известных людей в городе. Первый – крупный бизнесмен Лунев (Александр Майоров), второй – чиновник городской администрации Дудин (Сергей Сафронов). Лунев делает так, чтобы к расследованию был подключен его школьный друг — полковник Валерий Могучий (Олег Назаров), возглавляющий УМВД Центрального района Санкт-Петербурга. Разумеется, Вера против такой «помощи»: ей кажется, что главная задача Могучего — отмазать друга. Не случайно коллеги зовут ее «дерзкой» – она в глаза говорит все, что думает, не считаясь с чинами и званиями. Между коллегами вспыхивает конфликт, который заходит в тупик, когда следующим убитым становится Лунев. Вере и Могучему придется объединить усилия, чтобы раскрыть это непростое дело.

## Время сильных женщин

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

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

Для актрисы Евгении Шахнович ее героиня Вера Филатова стала приятным удивлением:

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

Олег Назаров в роли полковника Могучего.

Кира Кауфман сыграла подчинённую Могучего, влюблённую в своего шефа.

– Героиня моя меня впечатлила, мне захотелось ее сыграть! Она мне близка, я это увидела сразу, почувствовала сразу, потому что сегодня, на мой взгляд, время сильных женщин. Это не значит ни в коем случае, что время слабых мужчин. Но просто сегодня такое время, когда женщина должна успевать и работать, и строить карьеру, и женщинам этого хочется, у женщин это очень хорошо получается. При всем этом женщина должна быть хорошей матерью. И, конечно, как все мы, женщины, мы хотим любить и быть любимыми. Это сегодня три основных закона жизни и существования женщины в этом мире. И у нас в сценарии все эти грани у Веры есть.

## Идеальная домохозяйка

События сериала затронут судьбы и других женщин. Одной из них станет Антонина, жена полковника Могучего. Ее роль сыграла актриса Ольга Павловец. Антонина – домохозяйка, мама троих детей, но какая! В элегантных нарядах, всегда выглядящая безупречно! Никаких стереотипов о вечно сидящей в декрете женщине, которая сосредоточена только на домашних хлопотах.

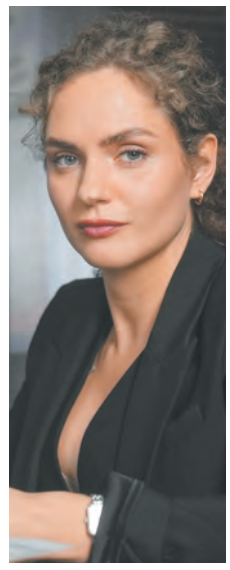
– Мне показалось интересным сделать этот образ не совсем типичным для домохозяйки, а явить на экране женщину, которая следит за собой, отлично выглядит, и можно, увидев ее, на первый взгляд сказать, что это бизнес-вумен, и она всем рулит, – рассказывает о своей героине Ольга Павловец. – Она выглядит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

## В путешествие по Ленобласти

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

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

### Евгения ШАХНОВИЧ: «Я всегда иду туда, куда иду»



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

**Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ**

Фото телеканала «Россия»

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

## Алексей ВАКУЛОВ:

# «Любое путешествие даёт пищу голове и душе»

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

### Жизнь состоит из разных историй

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

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

***– Чему пришлось научиться для роли врача-гинеколога?***

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

***– Насколько доктор Андрей Крылов оказался вам близок?***

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

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

### Партнёрство – важная составляющая успеха

***– И что делать, если первая же смена (в кино сюжет снимают не в хронологической последовательности, а вразнобой) требует любовной страсти, а вы с актрисой и познакомиться толком не успели?***

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

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

### Главные проекты впереди

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

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

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

– Думаю, такие работы еще впереди. Но это не значит, что те, которые были, для меня второстепенны. Каждый раз, выходя на площадку в новом проекте, волнуюсь, как впервые, переживаю – как оно будет. Волнение должно обязательно присутствовать. Нельзя с холодным носом и с температурой 36,6 выходить на сцену или входить в кадр. К тому же волнение здесь в помощь: его можно трансформировать в нечто более продуктивное.

***– Вы помните свои первые съёмки?***

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

**ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:**

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

## Подробности

### Размышляя и сравнивая

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

– Во-первых, они расширяют границы твоего сознания. Во-вторых, ты больше общаешься с людьми, видишь, как по-разному они живут, и это меняет твое представление о жизни. Я бывал в разных местах, порой сильно неблагополучных, и там понимал, что все наши жалобы на какую-то бытовую неустроенность здесь – мелочи по сравнению с тем, как живут люди в других точках мира и в других условиях, гораздо худших. У нас выключат для профилактики горячую воду на две недели, и мы страдаем, а у людей вообще ее нет. Таких примеров могу привести много. Это же касается чрезмерной роскоши, которую тоже доводилось видеть. Наверное, если бы я родился в какой-то деревне или небольшом городке и никогда оттуда не выезжал, у меня было другое мироощущение, другое сознание. Но когда много ездишь и много видишь, невольно начинаешь размышлять и сравнивать.

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

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

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

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

**Мария СУХАНОВА**

Фото телеканала Домашний

# Аппетитны и вкусны ЛЕТНИЕ СУПЫ

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

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

## Фруктовый суп

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

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

**КАК ПРИГОТОВИТЬ:**

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

## Таратор

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

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

**КАК ПРИГОТОВИТЬ:**

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

## Суп из цукини с фисташками

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

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

**КАК ПРИГОТОВИТЬ:**

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

## Виноградный гаспачо

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

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

**КАК ПРИГОТОВИТЬ:**

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

## Постный свекольник с капустой

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

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

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

**КАК ПРИГОТОВИТЬ:**

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

**СОВЕТЫ**

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

**Светлана ИВАНОВА**

# Запор убивает иммунитет!

## Вот почему организм начинает болеть все чаще и тяжелее

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

Валерий Яковлевич

**– Валерий Яковлевич, почему один человек простуду почти не замечает, а другой сразу валится с температурой и осложнениями?**

– Потому что у одного иммунитет обучен, а у другого – сбит. А главная школа для иммунитета находится в кишечнике. Еще Илья Мечников, лауреат Нобелевской премии, говорил, насколько связаны микрофлора и иммунитет. Но именно Каспер в 2024 году доказал: полезные бактерии действительно настраивают иммунную систему на молекулярном уровне.

**– То есть кишечник учит иммунитет работать?**

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

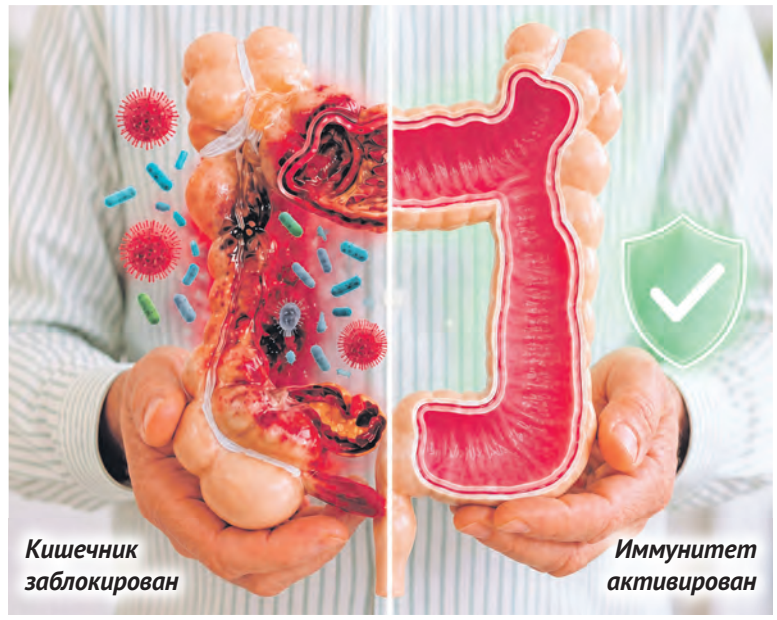
> **Запор – не проблема туалета, а поломка иммунитета**

**– А что первым делом рушит эту внутреннюю школу?**

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

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

– Именно. Каспер доказал: нормальный транзит и здоровая микробиота – обязательное условие правильной настройки иммунной системы. Если кишечник работает плохо, иммунитет начинает сбоить. Отсюда частые болезни, воспаления, вялость.




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

– Слабительные убирают проблему на час. Но не возвращают полезных бактерий. Нужно не просто пробить застой, а вернуть кишечнику нормальную работу и здоровую микрофлору. Поэтому я рекомендую своим пациентам эликсир Рефектан. Он мягко очищает кишечник, устраняет запоры, вздутие, убирает воспаление и помогает вернуть способность обучать иммунитет.

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

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

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

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

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

**– По Вашему мнению, что провоцирует возникновение папиллом?**

– Если на коже человека есть папилломы, значит, в его организме поселилась целая колония паразитов. Они поедают человека изнутри и своими токсическими продуктами жизнедеятельности отравляют его организм. Первой об интоксикации организма «кричит» наша кожа. Как следствие на ней появляются папилломы. И чем больше усугубляется паразитарная инвазия, тем больше появляется папиллом. Эти наросты могут появляться на шее, в области подмышек, в паховой области и других частях тела. Однако не все знают, что эти папилломы могут возникать и внутри организма, например, в горле или мочевом пузыре. Это может вызывать не только неприятные симптомы, но и опасные последствия. Поэтому, если папилломы есть, от них важно избавляться!

До и после применения «Папиклина»

**– Выжигание или иссечение папиллом может помочь?**

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

**– Что же может помочь избавиться от папиллом?**

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

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

– Совершенно верно! Сироп «Папиклин» может помочь не просто избавиться от папиллом, но и улучшить общее самочувствие, благодаря очищению организма от паразитов. В таком случае может появиться больше энергии, у человека будет возможность выглядеть моложе и свежее. Более того, я искренне уверен, что, освободившись от паразитов, папиллом и очистив организм, можно прожить на 15-20 лет дольше. Организм свободный от паразитов и папиллом, это не только залог красивой и гладкой кожи, но и крепкое здоровье. Это просто замечательно, когда организм менее подвержен болезням и работает в разы продуктивнее. Сироп «Папиклин» – это не только свобода от папиллом, но и здоровье для всего тела!

**ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ****

**«Каждому пенсионеру – здоровую кожу»**

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

Чтобы воспользоваться скидкой:

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

Звонок и доставка бесплатные.

Не является лекарственным средством. Не является БАД. ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. *Сроки акции с 1 до 29 июля 2026 г. **Сроки акции с 1 июля до 1 августа 2026 г. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков можно узнать по телефону: 8-800-302-30-30. Реклама

# РАСТЕНИЯ – ПОМОЩНИКИ для защиты сада от вредителей

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

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

## Репелленты от надоедливых насекомых

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

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

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

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

● **ЧЕСНОК.** Он работает и против грибковых заболеваний (фитофторы, мучнистой росы), и против насекомых – тли, паутинного клеща, земляных блошек. Посаженный рядом с розами, он прогоняет тлю, а вокруг яблонь – защищает от плодожорки. И, конечно, чеснок отлично отпугивает слизней.

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

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

**ВАЖНО!**

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

## Зазывалы для полезных хищников

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

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

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

## Приманки для ползающих вредителей

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

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

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

**Фактически уничтожение колорадского жука – это межвидовая война за картошку.**

## Возможные схемы посадки растений-защитников

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

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

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

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

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

ДОБРЫЙ СОВЕТ

# 3 отличных способа размножить жимолость

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

**СПОСОБ 1**
**Отводками (самый простой)**
Ранней весной пригните сильный однолетний побег к земле, надрежьте кору в месте соприкосновения, пришпильте и присыпьте влажной землей, оставив верхушку снаружи. Поливайте все лето. К осени появятся корни, отрежьте от куста и высадите.
**«+»:** минимум хлопот.
**«-»:** не подходит для кустов с прямыми ветвями.

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

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

Валерия ПАШЕЧКИНА

# ХЕДЕРА: минимум места – максимум зелени

**Если хочется озеленить комнату, но так, чтобы само растение не требовало много места, присмотритесь к хедере (плющу).**

В естественной среде хедера растет, расстилаясь по земле большим ковром или мягко окутывая стволы деревьев. Растет этот плющ быстро, в уходе не капризен. Так что вырастить на своих жилых квадратных метрах хедеру с высокой декоративностью по силам даже начинающему цветоводу.

## Освещение

К свету растение не особо требовательно. Хедера хорошо переносит и полутень, и яркий свет. Но пестролистным формам растения требуется больше света, иначе окраска листьев станет более блеклой, то есть цветок потеряет свою декоративность. От постоянных прямых солнечных лучей очень желательно растение также притенять, чтобы листья не выгорали и на них не было ожогов.

## Температура

Плющ плохо переносит жару. В летнее время желательно помещение с температурой 20-25 градусов. В жаркий день не забывайте почаще проветривать помещение, но в то же время берегите свою хедеру от сквозняков. Можно также в теплый сезон вынести ее на улицу. Зимой желательны более прохладные условия – до 10-12 градусов.

## Пересадка

Молодые растения пересаживают ежегодно в начале весны. Пятилетние растения и старше достаточно пересаживать каждые 2-3 года. Пересаживать лучше всего методом перевалки, чтобы минимально беспокоить корневую систему.

При пересадке на дно нового горшка не забудьте выложить дренажный слой. А почвогрунт для пересадки подойдет, в принципе, любой. Самое главное, чтобы он был нетяжелый и рыхлый.

## Полив

Всегда следует помнить, что этот плющ лучше перенесет недополив, чем перелив. Излишек воды может привести к закисанию почвы и болезням корневой системы. Если зимой растение содержится в прохладных условиях, частоту и количество поливов уменьшают.

## Обрезка

Чтобы плющ был более пышным и привлекательным, его нужно систематически подвергать формирующей обрезке. Для активного роста боковых побегов прищипывайте верхушки. Взрослые старые растения для омоложения можно обрезать более сильно.

## Удобрение

С весны до осени каждые две недели вносят универсальные удобрения для декоративно-лиственных растений. Можно также делать внекорневые подкормки. Крайне важно не перекармливать цветок. К тому же избыточное содержание азота в почве может привести к тому, что уйдет пестролистность и листья у хедеры станут полностью зелеными.

## Размножение

Плющ лучше всего размножается черенками или отводками. В первом случае нарежьте верхушечных черенков примерно по 10 см длиной. На каждом должно быть по несколько листочков. Поставьте их в банку с водой и, когда образуются корни, высаживайте в землю. При размножении отводками пригните побег к земле, закрепите его, присыпьте землей и полейте. Когда у растения появятся корни, можно будет отделить его и пересадить отдельно.

**В цветочном магазине.**
**– Сделайте мне букет, который бы убедительно объяснил моей жене, почему я три дня не был дома.**

## Влажность

Хедера неплохо переносит сухой воздух. Но на листьях растения со временем оседает пыль, поэтому их периодически нужно протирать влажной тряпочкой или можно время от времени цветок купать под душем. Если решили купать под струями воды, не забудьте предварительно обернуть горшок с землей пленкой или пакетом.

# СТРЕПТОКАРПЕЛЛА – цветочный водопад

**Если вам нравится семейство гесneриевых и хочется разнообразить привычные фиалки и глоксинии, обратите внимание на стрептокарпеллу.**

Этот цветок еще называют ампельным стрептокарпусом. Это растение привлекает любителей комнатного цветоводства своей высокой декоративностью и простотой в уходе. Прописав стрептокарпеллу в своей квартире, вы получите настоящий цветочный водопад.

## Освещение

Стрептокарпелле очень важен хороший свет. Он должен быть рассеянным, и его должно быть много. Южные окна подойдут для растения, но только с обязательным притенением в жаркий летний полдень.

А при размещении на северных окнах важно организовать стрептокарпелле дополнительную искусственную подсветку. Иначе растение будет скудно цвести или вообще перестанет формировать бутоны. Во время активного роста, весной и летом, стрептокарпелле очень желателен длительный световой день – не менее 12 часов. Так что в первые весенние месяцы, возможно, тоже следует задуматься о подсветке.

## Температура

С весны до наступления осени стрептокарпелла лучше всего себя чувствует в диапазоне температур от 22 до 25 градусов. При более высоких температурах желательно цветок вынести на свежий воздух, например, на балкон или лоджию. Зимой для хорошего самочувствия растения желательно небольшое понижение температуры содержания (до 18 градусов). Еще стрептокарпелла очень плохо переносит холодные сквозняки и сильные температурные перепады. Поэтому важно не размещать ее на холодном подоконнике, рядом с открытыми окнами и форточками.

## Влажность

Стрептокарпелла любит повышенную влажность. Она будет очень благодарна как за специальный увлажнитель воздуха, так и за опрыскивание из пульверизатора и размещение на поддоне с влажным керамзитом. Единственное, что нужно учесть при опрыскивании, необходимо увлажнять воздух вокруг растения, а не само растение, так как капли воды, попадая на цветы, могут привести к более быстрому отцветанию.

## Полив

Полив цветок предпочитает регулярный с обязательным просыханием верхнего земляного слоя. Земляной ком не должен как пересыхать полностью, так и быть переувлажненным. При зимнем прохладном содержании частоту поливов уменьшают, но также важно следить, чтобы почва в горшке не пересохла.

## Размножение

Размножают стрептокарпеллу двумя способами: семенами или черенками. Черенки нарезают из верхушек побегов, на каждом из которых должно находиться не меньше 2-3 междоузлий.

## Пересадка

Молодую стрептокарпеллу пересаживают ежегодно в начале весны. Взрослые экземпляры достаточно пересаживать по мере их взросления примерно раз в три года. Корневая система у стрептокарпеллы поверхностная, поэтому самый оптимальный выбор – плошка (низкая и широкая). Важно, чтобы горшок не был слишком большим, так как в излишне больших емкостях велика вероятность закисания почвы. На дно горшка обязательно выложить слой дренажа.

**Мама – малышу.**
**– Сынок, а ты знаешь, откуда на траве берётся роса?**
**– Конечно, это летом трава потеет.**

## Подкормка

Стрептокарпеллу подкармливают удобрениями для цветущих растений каждые две недели в течение весенне-летнего сезона. Если весной осуществлялась пересадка, подкормку производят месяц спустя.

**Ольга БЕЛЬСКАЯ**

# Как в отпуске сберечь здоровье ЖКТ

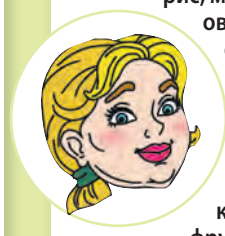
**И снова за чашечкой чая собралась наша знакомая компания: бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. На этот раз темой для обсуждения стал летний отпуск и связанный с ним вопрос сохранения здоровья ЖКТ.**

**1** – Девочки, я собираюсь в отпуск к морю и заранее волнуюсь о том, что будет с моим пищеварением. У меня, конечно, есть свои, накопленные горьким опытом способы уберечься от неприятных сюрпризов, но хотелось бы более широкого спектра мнений. Мне кажется, все вместе мы сможем собрать исчерпывающие рекомендации.

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

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

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

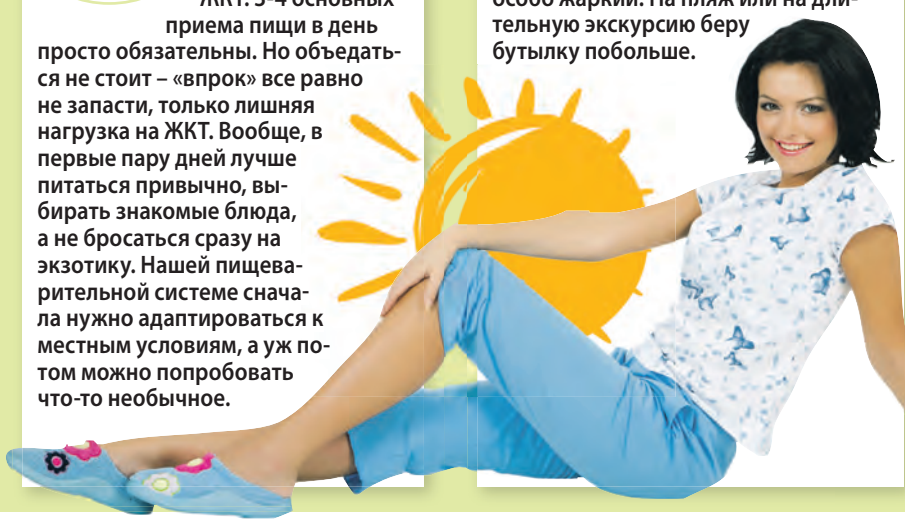


И конечно, нужно воздерживаться от сомнительных, с точки зрения пользы для ЖКТ, блюд: жареного, копченого, соленого и острого. Возможно даже – крепких чая и кофе. А некоторым противопоказаны овощи и фрукты с ярким вкусом (например, приторно-сладкие, острые и т.п.). То есть соблюдайте рекомендации врача.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

**4** – Это все понятно, и это правильно. Я бы еще настоятельно рекомендовала соблюдать личную гигиену. Мыть руки перед едой, овощи-фрукты – особенно тщательно. Не нужно ничего есть на улице, особенно продукты сомнительного качества, не стоит даже пить напитки со льдом – ведь для его приготовления может быть использована нефильтрованная и некипяченая вода, а кишечные микробы при замораживании не погибают (как, кстати, и при воздействии алкоголя). Пить лучше бутилированную воду, питаться – только в проверенных/рекомендованных местах. Например, в своем отеле.

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

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

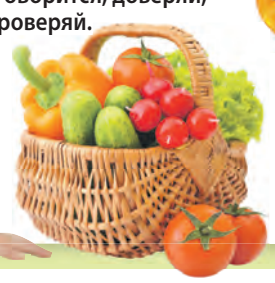


**6** – И конечно, особенно в жарких местах, всегда нужно помнить о запасе питьевой негазированной воды. Бутылочка с питьевой водой должна быть всегда у вас под руками. Скажу о себе. Я каждое утро, в том числе и в отпуске, начинаю со стакана чистой воды натощак, это помогает нашему ЖКТ «проснуться» и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

**7** – Девчонки, со своей стороны еще раз хочу напомнить, что в отпуске нужно быть максимально придирчивым к тому, что ешь. Малейшее сомнение – неприятный запах, подпорченная кожура или помятые бока фруктов, нарушенная кожа рыбы, недоваренные или недожаренные продукты и т.д. и т.п. – должно быть поводом к отказу от блюда. Вообще, любой местной, незнакомой вашему желудку, кухней особо увлекаться не стоит.

Как говорится, доверяй, но проверяй.

– Дорогой, я наконец-то составила план нашего отпуска.
– Отлично. Любимая, и что в нём?
– Ничего, просто, чтобы ты не говорил мне, что я не организованная.



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

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

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

**Разговор подслушала Светлана ИВАНОВА**

# Летние отёки:

## откуда берутся и как устранить

**Кажется, что летом худеть легко и приятно.**

И как же бывает обидно, когда лишний вес не только не уходит, но даже прибывает – за счет накопившейся в тканях жидкости. А возникает это по ряду причин. Например...

### … солёная пища

Отказаться от соленостей еще не значит не перебирать норму соли. На самом деле из-за скрытой соли в продуктах мы можем просто недооценивать ее количество.

Это необязательно селедка, маринованные и квашеные овощи, но и магазинные соусы, кетчупы и другие заправки, мясные полуфабрикаты, булочки, сыр, кисломолочные продукты и т.д. Это не значит, что эти продукты нужно из рациона исключить, но их можно минимизировать, оставив в небольшом количестве самые полезные из них.

### … сахарозаменители

Продукты, содержащие сахарозаменители вместо сахара, обладают свойством притягивать воду. Особенно это касается искусственных пищевых добавок. С возрастом это может усугубляться из-за более медленного обмена веществ, меньшей двигательной активности.

### … углеводы

Это бывает особенно заметно, если вы ранее жестко ограничивали себя в углеводах, а потом резко расслабились. И по большей части это касается рафинированных простых углеводов. Они вызывают резкий скачок уровня сахара в крови, происходит задержка натрия и воды – и тело буквально «заливает» жидкостью.

### … кортизол

Это не только гормон стресса. На него возложено гораздо больше функций. К примеру, поддержание стабильного уровня сахара в крови, нормального метаболизма, снижение воспалительных процессов. Из-за повышенного уровня кортизола может наблюдаться удержание воды.

### … недостаток или избыток белка

Белок помогает жидкости оставаться внутри сосудов. При его недостатке вода «уходит» в ткани – и появляются отеки.

Плюс снижается лимфоток, что тоже усугубляет застойные процессы. Убрать такие отеки никакими мочегонными средствами невозможно, только восполнением белка в рационе.

Избыток белковой пищи тоже может вызывать отеки, так как белок притягивает жидкость.

– Пора худеть.
– Ещё 5 минут.

**МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА**

## В ЖАРУ АКТУАЛЬНЫ ИЗОТОНИКИ

**Прислушайтесь к рекомендациям нашего референта, диетолога-консультанта Евгении Алексеевой.**

***– Говорят, что отёки могут возникать как при недостаточном употреблении жидкости, так и при избыточном. Это так?***

– Это правда, но механизмы возникновения этих состояний абсолютно разные. Если человек страдает отечностью и сокращает количество потребляемой жидкости, то все равно получит отек. Потому что включается компенсаторный механизм. Организм начинает удерживать каждую капельку воды в межклеточном пространстве. А при избыточном потреблении воды почки не успевают всю жидкость переработать. Вновь происходит процесс гипергидратации.

***– Так сколько же нужно пить в жару?***

– Женщинам рекомендовано употреблять около 2 литров воды в сутки, мужчинам – около 2,5 литра воды в сутки, если нет никаких отклонений в состоянии здоровья. В жару рекомендуется также пить специальные изотонические напитки. Их можно приготовить самостоятельно.

**Продукты**: ✔ 500 мл чистой фильтрованной воды, ✔ 1/4 ч. л. морской соли, ✔ 1 ст. л. меда, ✔ 2-3 ст. л. сока цитрусовых, ✔ зелень по желанию (розмарин, тимьян, мята, базилик).

**Порядок приготовления:**

1. В 50 мл теплой воды растворить мед и морскую соль.
2. Перелить полученный раствор в спортивную бутылку, долить оставшуюся воду.
3. Выжать сок из цитрусовых прямо в бутылку.
4. Траву слегка помять в ладонях (это раскроет эфирные масла без добавления калорий) и опустить в напиток.
5. Плотно закрыть бутылку, интенсивно встряхнуть и дать настояться 5-10 минут.

**Татьяна МИХАЛЁВА**

Фото из личного архива Евгении Алексеевой и www.shutterstock.com


**ПОДПИСКА на 2026 год**

**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!**
**Вы можете оформить подписку на 2-е полугодие 2026 года на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru»**

*Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях*

Подписной индекс
**П2939**

Газета выходит
1 раз в неделю

**Стоимость подписки на 2-е полугодие 2026 года***

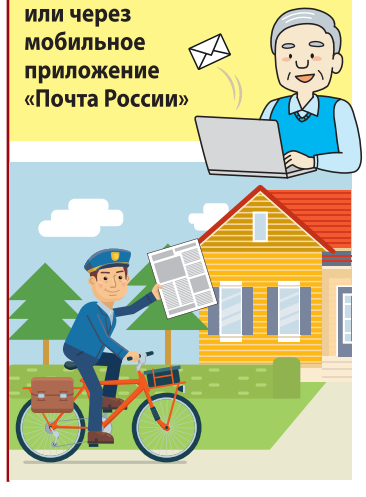
| на 1 месяц | на 2 месяца | на 3 месяца | на 4 месяца | на 5 месяцев | на 6 месяцев |
|---|---|---|---|---|---|
| 435,95 ₽ | 871,90 ₽ | 1307,85 ₽ | 1743,80 ₽ | 2179,75 ₽ | 2615,70 ₽ |

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

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

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

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



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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету * (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

**Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru»**

**П2939**

**«ТЕЛЕК Pressa.ru»**

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

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

# Как разбудить и взбодрить организм: гимнастика для ленивых

**Все мы знаем, что гимнастика очень полезна. И наверняка многие не раз давали себе слово, что с понедельника точно начнут делать зарядку ежедневно.**

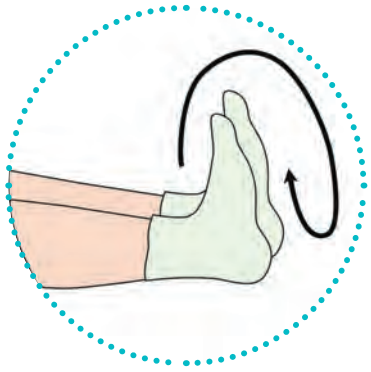
И начинали, но решимости хватало ненадолго – то не выспался, то проспал, а то просто не хочется...

И что же делать? Как бы ни была полезна гимнастика, ведь и правда очень часто так не хочется вылезать из-под одеяла сразу после пробуждения...

У нас есть ответ: делать гимнастику прямо в кровати! Вопреки распространенным заблуждениям, тренировать мышцы вполне эффективно можно и лежа. Несколько простых упражнений – и вы уже вполне бодры. К тому же, привычка делать зарядку в кровати имеет много шансов перерасти в привычку делать упражнения вне ее, а там недалеко и до спортзала. Так что есть смысл хотя бы попробовать.

Перед тем как приступить к упражнениям, нужно несколько раз потянуться – лежа на спине, вытянув руки за головой. Потягивание – это своеобразная разминка, которая «разбудит» организм окончательно и подготовит его к дальнейшим действиям.

Потянулись? Ложимся на спину, убираем из-под головы подушку и начинаем.



**УПРАЖНЕНИЕ 1**

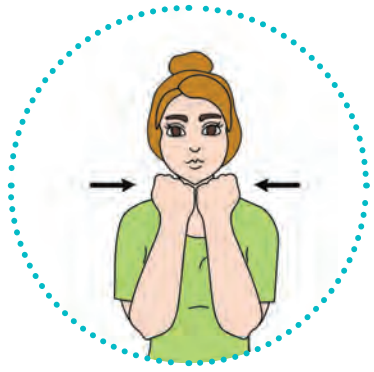
Выпрямить ноги. Делать вращения ступнями: по 20-30 секунд одновременно сначала в одну сторону, затем в другую. Закончив, рассинхронизировать движения: вращать ступнями по 20-30 секунд в разные стороны.

**УПРАЖНЕНИЕ 2**

Ноги согнуть в коленях, руки вытянуть вдоль туловища. Сводить и максимально разводить колени в течение 20-30 секунд.

**УПРАЖНЕНИЕ 3**

Поднять руки, ладони собрать в кулаки. Делать вращения кистями сначала в одну сторону, затем в другую.

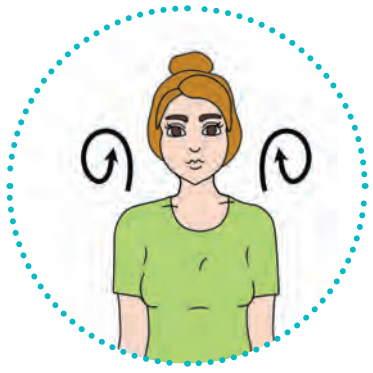


**УПРАЖНЕНИЕ 4**

Поднять руки, ладони собрать в кулаки. Постучать по тыльной стороне кулака правой руки тыльной стороной кулака левой руки 8-9 раз. Повторить, поменяв руки.

**УПРАЖНЕНИЕ 5**

Руки вытянуть в стороны, поднять и хлопнуть в ладоши, вернуться в исходное положение. Повторить несколько раз.

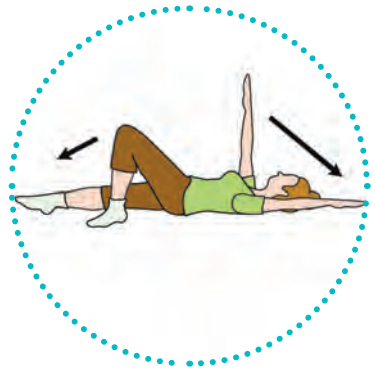


**УПРАЖНЕНИЕ 6**

Подтянуть плечи к ушам, сделать по несколько круговых движений плечами сначала вперед, затем назад.

**На весь комплекс упражнений вам понадобится максимум 10-12 минут, но практически все мышцы успеют поработать. При этом вам даже не придётся вставать с кровати!**

**Жена отчитывает мужа:**
**– Ты опять в выходные лежишь на диване и ничего не делаешь!**
**– Дорогая, я не лежу, я активно занимаюсь антигравитационной гимнастикой.**
**– Это как?**
**– Ну, я лежу, а гравитация пытается притянуть меня к Земле, но я сопротивляюсь и остаюсь на диване!**

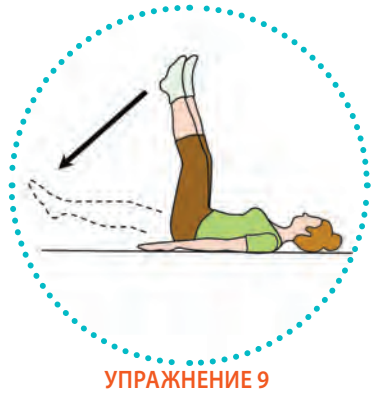


**УПРАЖНЕНИЕ 7**

Ноги согнуть в коленях, руки поднять вверх. Правую ногу выпрямить и опустить на кровать, одновременно левую руку опустить за голову. Вернуться в исходное положение, поменять руку и ногу. Повторить 8-10 раз.

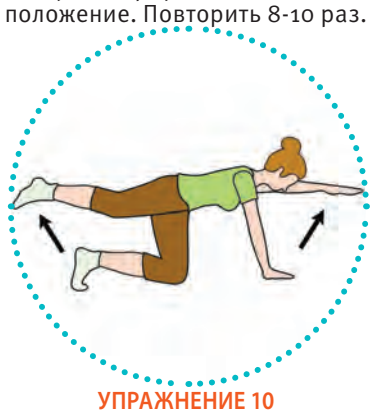
**УПРАЖНЕНИЕ 8**

Ноги согнуть в коленях, поставить на ширине бедер, руки вытянуть вдоль тела ладонями вниз. Поднять таз, напрягая ягодицы, зафиксировать верхнее положение на несколько секунд, вернуться в исходное положение. Повторить 8-10 раз.



**УПРАЖНЕНИЕ 9**

Ноги поднять, не сгибая в коленях, до прямого угла, затем опустить на расстояние 10 см от кровати и снова поднять. Повторить 8-10 раз.



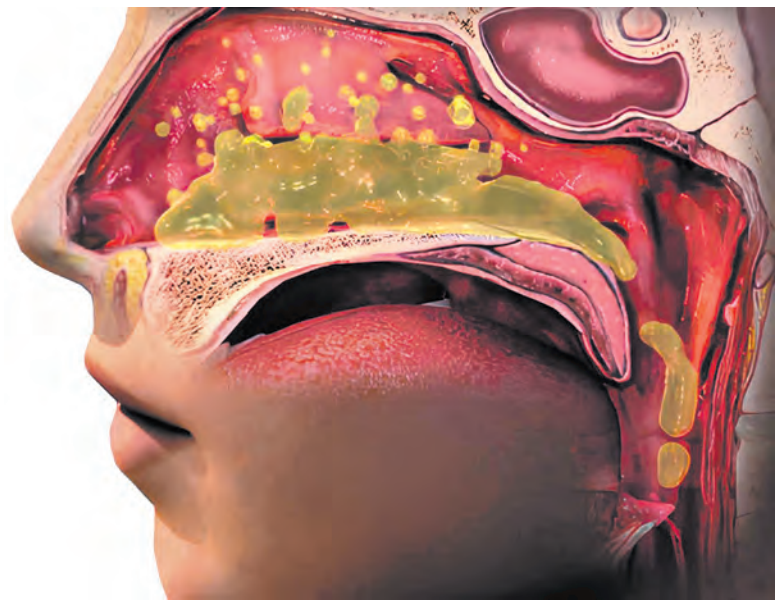
**УПРАЖНЕНИЕ 10**

Встать на четвереньки. Вытянуть назад левую ногу и вперед – правую руку, максимально напрячь пресс и удержать несколько секунд. Вернуться в исходное положение. Выполнить упражнение с другой ногой и другой рукой. Повторить 8-10 раз.

**Светлана ИВАНОВА**

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

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



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

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

Доктор Ли

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

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

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

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

**– Как человеку понять, что у него застой слизи?**

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

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

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

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

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

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

**– Врачи одобряют такое лечение?**

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

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

Медицинский прибор

**Ольга Сергеевна, г. Тверь**

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

**– Вы говорили: гипертония, боли в сердце…**

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

**Виктор Павлович, г. Екатеринбург**

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

**– И после этого псориаз прошел?**

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

**Нина Андреевна, г. Рязань**

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. *Сроки акции с 1 июля до 1 августа 2026 г. С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков можно узнать по телефону: 8-800-300-77-70 (звонки по РФ бесплатные). Регистрационное удостоверение на медицинское изделие № ФСР 2010/07421 Реклама

## ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
**22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)
В Наристане Мария дает интервью о выселении акшаев Королевым, но журналистка больше интересуется ее личными отношениями с предпринимателем, и Стрельцова понимает, что совершила ошибку.
22.55 «Большая игра». (16+)
00.05 «Время героев». (16+)
01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## РОССИЯ

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+)
Ранним утром в ювелирном магазине появляется необычный посетитель. На первый взгляд это дама, однако обе продавщицы и охранник салона безошибочно опознают в этой экстравагантной особе мужчину.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
**21.30 «ГАЛКА».** (16+)
Правда становится для Галки тяжёлым ударом. Женщина, которую она считала матерью, фактически украла у неё жизнь. Теперь девушка не знает, кто она и как ей дальше жить. Галка рассказывает правду о подмене Элле. Валя соглашается продать подругам имя и адрес настоящей матери Галки - Татьяны Крашенинниковой.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
**03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)

## ТВЦ

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

06.00 «Настроение»
08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
**08.35 «УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: ХИМИЯ УБИЙСТВА».** (16+)
10.35 «Актерские драмы. Тайные аристократы». (16+)
11.30 События
**11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ОБОРОТЕНЬ».** (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
**15.05 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ».** (12+)
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
**18.05 «МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Русские тайны. Мировая закулиса». (16+)
01.30 «Больше не смешно». (16+)
02.10 «Тайная комната. Крысиные тропы фашистов». (16+)
**03.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
04.35 «Актерские драмы. Тайные аристократы». (16+)
05.20 «Невидимый поединок. Брижит Бардо и Катрин Денёв». (16+)

## НТВ

08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

**04.45 «ЛЕСНИК».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
**08.25 «ЛЕСНИК».** (16+)
10.00 «Сегодня»
**10.35 «ЛЕСНИК».** (16+)
Ремонтируя печь в старом доме, мастер находит ларец со старинными монетами. Между ним и хозяином дома завязывается драка, старик бьет печника кочергой по голове и тот падает замертво. Дед прячет труп в лесу, но сам умирает от сердечного приступа.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
**14.00 «БИМ».** (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
**20.00 «БАЛАБОЛ».** (16+)
Возвращаясь с охоты, Саня с коллегами становятся участниками ДТП - под колёса их машины попадает наркокурьер, перевозивший крупную партию товара. Без труда раскидав оперов, курьер скрывается, бросив сумку с пятью килограммами зелья. Грибанову удается ранить его из охотничьего ружья.
**22.15 «ДЕЛЬФИН».** (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян. (16+)
**01.15 «ДЕЛЬФИН».** (16+)
**03.00 «ВОЛК».** (16+)

## РОССИЯ К Культура

13.35 Линия жизни

06.30 Царица небесная. Владимирская икона Божией Матери
07.05 Легенды мирового кино
**07.35 «ПРЕКРАСНАЯ ЕЛЕНА»**
09.00 «Забытое ремесло»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 02.10 Неизвестные маршруты России
**10.55 «РАСМУС-БРОДЯГА»**
12.05 «Запечатленное время»
12.45 «Твердыни земли русской»
13.35 Линия жизни
**14.30 «БЕЗ ПРАВА НА ПОЩАДУ»**
16.40 Кристальные истории
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.30 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
**18.45 «АЛИСА КООНЕН»**
90 лет со дня рождения Андрея Торстенсена
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
**20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль Российского академического молодежного театра
00.35 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»
03.00 Перерыв в вещании

## СТС

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
**09.45 «ХОЛОП».** (16+)
Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Милош Бикович, Александра Бортич, Александр Самойленко. Избалованный и наглый мажор Гриша живёт беззаботной жизнью...
**11.55 «СНЕЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК».** (12+)
**13.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ».** (12+)
**17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ».** (16+)
**21.00 «БИТВА С КИБОРГАМИ».** (16+)
США, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Сури Пател, Борислав Сарандев, Луис Мэндилор. ЦРУ отправляет наёмников на задание, после выполнения которого их лучше бы ликвидировать.
**22.55 «БОЕВОЙ МЕХАНИЗМ».** (16+)
**00.45 «КООРДИНАТЫ «ЦИТАДЕЛЬ».** (18+)
**02.15 «БЕЛЫЙ СЛОН».** (18+)
03.35 «Папа-мама гусь». (12+)
04.55 «100 мест, где поесть». (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
**05.40 «СВОИ-2».** (16+)
**07.00 «СВОИ-6».** (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 Известия. (16+)
**09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2».** (16+)
13.00 Известия. (16+)
**13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8».** (16+)
**14.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
17.00 Известия. (16+)
**17.30 «СЛЕД».** (16+)
**22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7».** (16+)
**23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
**00.30 «СВОИ-7».** (16+)
**02.05 «СЛЕД».** (16+)

## ЗВЕЗДА

**05.50 «НЕВЫПОЛНИМОЕ ЗАДАНИЕ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
**09.15 13.25 13.55 15.05 17.15 02.40 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)
Егор Ковальчук, амбициозный выпускник высшей школы милиции, устраивается стажером в патруль морской милиции в небольшом приморском городке.
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)
**22.05 «КАМЕНСКАЯ».** (16+)
**00.25 «ДЕНЬ СЧАСТЬЯ».** (12+)
02.10 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

## ОТР

**06.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ».** (16+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 «Путешествие в классику». (12+)
**15.15 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ».** (12+)
16.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
17.00 «Игра в классики». (12+)
17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
**20.45 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ».** (12+)
**22.20 «ПАБ «СТАРЫЙ ДУБ».** (16+)

## МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
10.00 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 18.25 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.30 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
10.05 «Москва. Итоги». (12+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 17.20 19.25 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 15.50 17.50 19.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 16.50 18.50 «Москва - столица спорта». (12+)
15.35 19.30 21.35 05.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
21.15 23.45 03.30 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание! Еда!»
08.00 «Сделано в России»
08.30 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.50 «За МКАДром». (12+)
10.35 «Погода для похода»
11.20 11.35 14.20 «Лето в Подмосковье». (12+)
13.15 «Гостеприимство». (12+)
16.05 03.30 «Рекопись Подмосковья». (12+)
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «На пути к катастрофе»
18.45 22.25 «Загадки древней истории». (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Вспомнить всё». (16+)
23.10 00.15 «Подкаст». (18+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

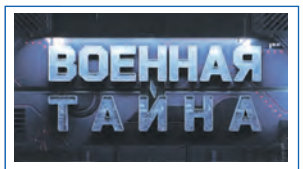
06.00 09.05 11.55 16.30 01.15 «Новости дня». (16+)
06.10 «Мой район». (12+)
07.05 «Правдивые истории». (12+)
07.30 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
08.15 «Тайны кино». (16+)
**09.10 «ЧЕЛОВЕК В ПРОХОДНОМ ДВОРЕ».** (16+)
11.25 03.15 «Улицы московские». (12+)
**12.00 23.40 «ФАЛЬШИВОМОНЕТЧИКИ».** (16+)
15.35 «Время московское». (12+)
**16.35 «ЖЕНЩИНЫ».** (16+)
**18.25 «ЦЕНА ГОЛОВЫ».** (16+)
**20.00 «2 БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС».** (16+)
**21.35 «ССОРА В ЛУКАШАХ».** (16+)
23.10 «Звёзды советского экрана». (16+)

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

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

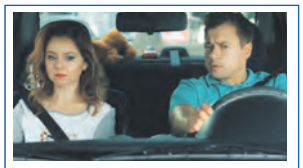
## РЕН




09.00 «Военная тайна». (16+)

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

## ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
09.00 **«Сокровища императора».** (16+)
Грандиозный финал приключенческого реалити «Сокровища императора». Борьба выходит на финишную прямую: в игре остаются лишь несколько команд, и ставки как никогда высоки.
13.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
19.00 **«ЖУКИ».** (16+)
23.00 **«ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА».** (16+)
США, 2013 г. Криминал. В ролях: Джесси Айзенберг, Марк Руффало, Вуди Харрельсон. Команда лучших иллюзионистов мира проворачивает дерзкие ограбления прямо во время своих шоу, играя в кошки-мышки с агентами ФБР.
01.10 **«НА КРАЮ».** (18+)
02.30 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

## ТВ-3

11.00 Гадалка. (16+)

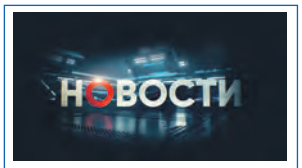
06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 «Порча». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 **«СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
Необычный вызов получает бригада Ломагина: медиков умоляют спасти умирающую собаку, которую кто-то подстрелил. Пока бригада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

## ЧЕ

04.20 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

06.30 Улётное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
Культовый проект телеканала «ЧЕ!». Ведущий - Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман, найти тех, кто за ним стоит, и вернуть украденные средства. Каждый выпуск помогает зрителям учиться на чужих ошибках и показывает, что делать, если ты столкнулся с обманщиком в реальной жизни.
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
Программа о защите честных отношений. Ее ведущие помогают заявителям опровергнуть или установить факт измены и разоблачить обманщиков.
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)

## МАТЧ ТВ




17.50 Новости

06.00 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
07.00, 12.55, 17.50 Новости
07.05, 17.55, 20.45, 00.05 Все на Матч! Пр.тр.
09.30, 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35, 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
13.00, 18.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Мексики. (6+)
21.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Прямая трансляция из США
01.05 Автоспорт. Дрифт. RDS GP. (6+)
02.10 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига. (6+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

## ДОМАШНИЙ

07.20 Давай разведёмся! (16+)

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

РЕКЛАМА

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР НИКИТА

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

РАБОТАЮ ЕЖЕДНЕВНО С 9.00 ДО 22.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

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

8 (964) 510-69-46

ПЕНСИОНЕРАМ!

ДОГОВОР РЕНТЫ С «ЖИЛСОЦГАРАНТИЕЙ»

*Надежность, подтвержденная 30-летним стажем*

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

являемся непосредственным плательщиком ренты*

Звоните:
(495) 626 45 55

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

Реклама

ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

- Выезд специалиста на дом
- Гарантийный, постгарантийный ремонт

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

www.surdology.ru

«Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, д. 8. (100 метров от метро)

РУ РЗН № РЗН 2020/11896 от 09.09.2020 ООО «АЭРОН» Реклама

Швейцарское качество!

- Скидки пенсионерам и участникам СВО
- Продажа по электронным сертификатам

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама

СУСТАВЫ НЕ БОЛЯТ!!! СПАСИБО CHS4.6

**С годами суставы подвергаются износу и если не давать хондроцитам своевременного необходимого питания и не насыщать хрящевую ткань нужными аминокислотами, то уже в раннем возрасте человек может столкнуться с такими неприятными последствиями как артрит и артроз. Нужно беречь свою подвижность и восполнять все дефициты организма!**

**CHS4.6 («СиАшэС4.6»)** – сбалансированный премикс для поддержания подвижности и эластичности суставов, защищает весь опорно-двигательного аппарат. Это новый современный продукт содержащий **пептид рыбного коллагена**, включающий в себя более **19 аминокислот**, среди которых есть ***ПРОЛИН*** и ряд других незаменимых для организма человека микро- и макроэлементов. Состав продукта сбалансирован таким образом, чтобы нести пользу не только суставам, но и всему организму: сосудистой системе, эндокринной системе, ЦНС.

В составе **CHS4.6** содержится 6 экстрактов лекарственных трав, гиалуроновая кислота и комплекс витаминов. Пептиды рыбного коллагена в совокупности с растительными эк страктами в составе **CHS4.6** быстро дают питание суставом, связкам и костям, способствуют улучшению подвижности.

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

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**06.20** «В СВЯЗИ С ПЕРЕХОДОМ НА ДРУГУЮ РАБОТУ». (16+)
**07.30** Мультфильмы
**09.25** «КОНЕЦ ВЕЧНОСТИ». (16+)
**11.50** «ЧЕЛОВЕК-НЕВИДИМКА». (16+)
**13.25** «КАРУСЕЛЬ». (16+)
**15.00** «КАДРИЛЬ». (16+)
**16.35** «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
**18.10** «ГАРАЖ». (16+)
**20.00** «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
**21.40** «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
**23.05** «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
**02.00** «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». (16+)
**03.30** «ЧЕГЕМСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

## VIJU TV1000

**06.40** «МУШКЕТЁРЫ». (16+)
**08.45** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**11.45** «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
**13.50** «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
**15.30** «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
**17.00** «КОМИССАР РЕКС». (16+)
**17.55** «КОМИССАР РЕКС». (16+)
**18.45** «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
**20.40** «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
**23.40** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**02.15** «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)
**03.55** «ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО». (16+)

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

**05.30** «Смешарики». (6+)
**06.00** «Простоквашино». (6+)
**06.40** «Смешарики». (6+)
**07.50** «Три кота». (6+)
**08.20** «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
**09.50** «ПИТЕР FM». (16+)
**11.25** «ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ». (16+)
**13.00** «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
**15.05** «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
**17.05** «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
**19.00** «БРАТЬЯ». (16+)
**20.55** «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
**22.55** «ЗЯТЬ». (16+)
**00.15** «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
**01.50** «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
**03.10** «ЛАВСТОРИ». (16+)

## VIJU TV1000 ACTION

**06.40** «ЧЕЛЮСТИ. СТОЛКНОВЕНИЕ». (16+)
**08.10** «СКАЛОЛАЗ». (16+)
**10.00** «ТЮРЯГА». (16+)
**11.55** «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
**13.35** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
**15.15** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
**17.20** «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
**19.00** «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
**20.35** «РЭМБО IV». (16+)
**22.05** «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
**23.45** «ТЮРЯГА». (16+)
**01.35** «КИКБОКСЁР-2: ДОРОГА НАЗАД». (16+)
**02.55** «КИКБОКСЁР-3: ИСКУССТВО ВОЙНЫ». (16+)
**04.20** «КИКБОКСЁР ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

**01.30** «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
**03.15** «РОБОПЁС». (12+)
**04.35** «ЛЮБОВНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (16+)
**06.00** «СЕМЬЯНИН». (16+)
**08.00** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
**09.45** «ПОШУМИМ!» (16+)
**10.55** «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
**12.25** «СПЕНСЕР». (16+)
**14.10** «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
**15.30** «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)
**17.10** «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)
**19.00** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
**20.30** «САПОЖНИК». (16+)
**22.00** «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
**23.50** «ЛЮБОВНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**06.10** «ПОЗЫВНОЙ «БАРОН». (16+)
**08.10** «ТЭЛИ И ТОЛИ». (16+)
**09.40** «РАЙЦЕНТР». (16+)
**11.30** «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
**13.15** «ЖГИ!» (16+)
**15.05** «АДАМ И ЕВА». (16+)
**16.50** «КОРОЛЁВ». (16+)
**19.05** «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
**21.00** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**22.00** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**23.00** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**00.45** «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
**02.25** «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
**03.50** «ТЭЛИ И ТОЛИ». (16+)
**05.05** «ВЕЧНАЯ ЗИМА». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

**01.10** «ШУТКИ В СТОРОНУ-2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
**03.15** «БАТЯ». (16+)
**04.45** «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
**06.55** «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
**08.50** «ЗА ПАЛЫЧА! 2». (16+)
**10.40** «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
**12.15** «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
**14.00** «ЖЕНИХ». (16+)
**15.40** «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
**17.45** «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
**19.30** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
**21.35** «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
**23.55** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)

## ДОМ КИНО

**04.35** «Три кота». (6+)
**05.30** «Союзмультфильм представляет...» (6+)
**06.30** «Барбоскины». (6+)
**07.30** «Чемпионы». (6+)
**09.10** «БАЛАБОЛ». (16+)
**13.00** «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
**15.00** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов.
**18.30** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
**22.30** «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
**01.00** «ПАПЫ». (16+)
**02.40** «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
**04.10** «ЗОЛОТЫЕ СОСЕДИ». (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

**07.25** «ДОПУСТИМЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
**09.00** «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
**10.50** «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА». (16+)
**14.10** «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (16+)
**17.55** «ОДНА НОЧЬ». (16+)
**19.30** «МАТЬ И МАЧЕХА». (16+)
**22.55** «ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА». (16+)
Россия, 2007. Драма. В ролях: Игорь Верник, Глафира Тарханова, Сергей Краснов, Юлия Рутберг.
**00.35** «КОСТЕР НА СНЕГУ». (16+)
**03.20** «ДОПУСТИМЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
**04.45** «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (16+)

## CINEMA

**07.25** «СКАЛОЛАЗ». (16+)
**09.20** «НЕ УПУСКАЙ ИЗ ВИДУ». (18+)
**11.00** «КОНЕЦ СВЕТА». (18+)
**13.00** «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (18+)
**14.50** «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)
**16.55** «НЕЗАКОННОЕ ВТОРЖЕНИЕ». (18+)
**18.55** «ЯГУАР». (16+)
**20.40** «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
**22.00** «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
**23.50** «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (18+)
**01.35** «АНТИГАНГ». (18+)
**03.00** «16 КВАРТАЛОВ». (16+)
**04.35** «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
**05.55** «БРЮС ЛИ: РОЖДЕНИЕ ДРАКОНА». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.20** «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (16+)
**02.00** «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ». (16+)
**03.20** «ВОЙНА». (18+)
**05.35** «ЖМУРКИ». (16+)
**07.40** «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» (16+)
**09.35** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
**11.30** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**13.20** «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)
**17.00** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**19.00** «ПРОРЫВ». (16+)
**20.40** «СИССИ». (16+)
**22.45** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)

## РЕТРО

**08.00** «В лесной чаще». (16+)
**08.20** «Оранжевое горлышко». (16+)
**08.40** «НЕОБЫКНОВЕННЫЙ МАТЧ». (16+)
**09.00** «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
**10.25** «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (16+)
**12.10** «Ореховый прутик». (16+)
**13.00** «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)
**14.35** «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
**16.00** «ПРИМИТЕ ТЕЛЕГРАММУ В ДОЛГ». (16+)
**17.25** «САША-САШЕНЬКА». (16+)
**19.00** «АМНИСТИЯ». (16+)
**20.20** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**22.00** «ЗОЛОТЫЕ ЯБЛОКИ». (16+)
**23.20** «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)

## СУББОТА!

**05.00, 05.30, 05.45, 06.00, 06.40, 06.55, 07.20, 07.50, 08.20, 09.20, 09.40, 09.50, 11.00, 11.10, 11.40, 12.00, 12.50, 13.20, 04.30** «Маша и Медведь». (0+)
**05.50, 07.10, 09.35, 11.55, 13.30** «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
**10.40** «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
**13.40, 16.00, 17.50** Новые Четыре свадьбы. (16+)
**20.00, 21.10, 22.20** Богиня шопинга. (16+)
**23.30, 00.00** «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
**00.30, 02.20** Суббота News-2026. (16+)
**00.40, 01.30, 02.40** «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
**03.20, 04.00** «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**09.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**11.00** «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
**15.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**16.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**17.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**19.00** «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
**23.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**00.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**01.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**03.00** «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
**07.00** «ТРИГГЕР». (18+)

## СТС LOVE

**06.00** Даёшь молодёжь! (16+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**10.20** «РАНЕТКИ». (16+)
Девочки замечают ссадину на лбу Леры, но она отказывается рассказывать, что с ней произошло. В школу из министерства приезжают с проверкой. Борзова рассказывает, что Савченко плохо справляется с обязанностями директора. Аня пытается дозвониться Матвею, чтобы узнать, почему он не пришел проводить ее в школу. Матвей не отвечает на звонки Ани.
**17.35** «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
**22.00** «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
**02.00** Даёшь молодёжь! (16+)

## ТВ21

**07.00** «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)
**09.05** «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)
**10.50** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
**12.35** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)
**14.50** «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)
**17.05** «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (18+)
Перевозчик» Фрэнк принял решение оставить свою непростую профессию и залечь на дно во Франции. Его покой нарушает бывший сослуживец с требованием найти Валентину
**18.50** «БУМЕР». (18+)
**20.55** «БУМЕР». (18+)
**23.00** «НЕЛЮБОВЬ». (18+)
**01.15** «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

**05.00** «У САМОГО СИНЕГО МОРЯ». (16+)
**06.00** Вместе каждый день
**06.15** «Наше кино. История большой любви». (16+)
**06.40** «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)
**08.40** «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
**10.00** Вместе каждый день
**10.10** «Белорусский стандарт». (12+)
**10.20** «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
**11.05** «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (16+)
**13.00** Вместе каждый день
**13.15** «Мировое соглашение». (16+)
**14.10** «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
**15.05, 20.25** «Дела судебные. Новые истории». (16+)
**16.00** Вместе каждый день
**16.15** «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)
**18.00** Вместе каждый день
**18.20** «Дела судебные». (16+)
**21.15** «ВА-БАНК». (16+)
**23.20** «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
**01.10** Первый Евразийский канал. (12+)

## ПОБЕДА

**03.40** «Путь к Победе». (16+)
**04.40** «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
**05.55** «СОЛДАТИК». (12+)
**07.30** «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
**17.40** «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ». (16+)
Сериал, Россия. 2013. Военная драма. В ролях: Александр Устюгов, Анатолий Гущин, Тимофей Трибунцев, Азамат Нигманов, Поля Полякова, Евгений Антропов, Александр Ефремов, Надежда Анципович.
Великая Отечественная война. Во время отступления частей Красной Армии шла переброска секретного оружия - «гвардейских миномётов БМ-13», впоследствии названных «Катюшами».
**21.20** «ЛАДОГА». (16+)
**01.20** «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
**02.45** «Я - УЧИТЕЛЬ». (16+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 03.50** Секреты на кухне. (16+)
**05.30, 01.40, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.00** Гастротур. (16+)
**06.40, 08.10** Четыре дачи. (16+)
**09.40** Адский шеф. (16+)
**13.00, 15.20, 20.50** Битва шефов. (16+)
На этот раз в кулинарном поединке примут участие профессионалы и любители со всего мира. Повара попробуют сделать щи с крапивой, посоревнуются в приготовлении чебуреков и пельменей, а также накормят Рената Агзамова и Константина Ивлева блюдами с гречкой. Как международные команды справятся с заданиями, увидим в программе «Битва шефов».
**17.20, 19.00** Домохозяйки против шефов. (16+)
**22.50** Ставка на любовь. (16+)
**02.10, 03.00** На ножах. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**06.00** «Моя свадьба лучше!» (16+)
**07.50** «Супермама». (16+)
**10.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
Сериал. Бразилия, 2000. Мелодрама. В ролях: Вера Фишер, Рейнальдо Джанеккини.
Инга – прекрасная жена, мать двух дочек и хозяйка цветочного салона. Но однажды она просыпается… разведённой женщиной. Многолетний брак, полный взаимной любви и доверия, закончился внезапно – муж ушёл, а она даже не успела осознать, как это произошло.
**12.10** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**16.35** «Беременна в 45». (16+)
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**02.00** «Разводы». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

**06.00, 09.00, 09.30, 12.00, 12.25, 21.00, 00.20** Дачные радости. (12+)
**06.30, 18.00, 18.30, 00.45** Декоративный огород. (12+)
**06.55, 01.15** Дачные радости. (12+)
**07.20** Букварь дачника. (12+)
**07.30, 01.40** Возрождение сада. (12+)
**08.00, 02.05** Сад-шедевр. (12+)
**08.25, 20.05** Урожай на столе. (12+)
**10.00** Консультант садовода. (12+)
**10.15** Тент на дачу. (12+)
**10.30** Как построить дом. (12+)
**11.00** Вершки-корешки. (12+)
**12.55** Дачный угодник. (12+)
**13.25** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**13.55** Домашние заготовки. (12+)
**14.55, 15.25, 03.50** История одной культуры. (12+)
**16.00, 05.10** Один день из жизни фермера. (12+)
**16.30, 04.45** Частный сектор. (12+)
**17.00, 17.15, 17.30, 17.40** Варенье. (12+)
**19.00, 19.35** Праздник в дом. (12+)
**21.30, 21.45** Лучки&Пучки. (12+)
**21.55** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**22.25** Стройплощадка. (12+)
**22.55** Огород от-кутюр. (12+)
**23.30, 23.40** Дачная кухня. (12+)
**23.55, 03.00** У мангала. (12+)
**04.15, 04.30** Мастер-садовод. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00** Андрей Старков и его команда. (16+)
**06.30** Рыболовная карта России. (16+)
**06.55** Утиные истории. (16+)
**07.20** Рыболовные путешествия. (16+)
**07.50, 11.50, 16.00, 20.10, 00.10, 04.00** Двое против рыбы. (16+)
**08.50, 14.05** На природе вкуснее. (16+)
**09.10, 05.35** Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)
**09.40** Рыболовная Россия. (16+)
**10.10** Лёша, подсекай! (16+)
**10.40** Родные просторы. (16+)
**11.15** Охота в Приволжье. (16+)
**12.50, 13.10, 22.45** Давай зарубимся! (12+)
**13.25** БАгатый улов. (16+)
**14.25, 14.55, 22.15** Охота на хищника. (16+)
**15.25** Лесная сторожка. (6+)
**17.00** Безграничная рыбалка. (16+)
**17.30**, 01.30 Спиннинг сегодня. (16+)
**18.00** Алиса в деревне. (16+)
**18.35** С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
**19.00** Ловись, рыбка. (16+)
**19.35** Лесной домашний зверь. (16+)
**21.10** Зубастая рыбалка. (16+)
**21.40** Территория фидера. (16+)
**23.10** Охота на кабана с луком. (16+)
**23.45** На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)
**01.05** Донка против фидера. (16+)
**01.55** Привет, Малек! (6+)

## ЖИВИ!

**00.00** Здоровые и знаменитые. (12+)
**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун. (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд». (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога. (12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00, 19.30** Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**07.35** Спортивные мамы. (12+)
**07.55** Дзюдо. Fonbet Кубок России. Трансляция из Кызыла. (12+)
**09.15** Человек из футбола. (12+)
**09.40** Лица Страны. (12+)
**10.00** Сюрпляс. (12+)
**10.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Регби. «Слава МАР» (Москва) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). Чемпионат России. (12+)
**12.55** «Магия большого спорта». (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. Групповая гонка. Мужчины. Трансляция из Казани. Шоссе. (6+)
**16.05** Спорт, который есть. (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** Что за спорт? (12+)
**16.55** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
**18.30** «В поисках самой сложной трассы». (12+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Дзюдо. Fonbet Кубок России. Трансляция из Кызыла. (12+)
**20.50** Спортивные мамы. (12+)
**21.05** «Магия большого спорта». (12+)
**21.30** Чемпионат России. . Грэпплинг. (12+)
**22.50** Человек из футбола. (12+)
**23.20** Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. Групповая гонка. Мужчины. Трансляция из Казани. Шоссе. (6+)
**01.55** Сюрпляс. (12+)
**02.25** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. Юниорки. (6+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

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

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**06.00** Время малышей. (0+)
**08.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**08.45** «Простоквашино». (0+)
**11.00** «Бумажки». (0+)
**12.00** Время малышей. (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**13.45** «Буба». (6+)
**14.50** «Тюленьки». (6+)
**15.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Это добрый и весёлый мультсериал о приключениях нескольких друзей, которые живут в волшебном лесу и постоянно попадают в забавные ситуации
**16.15** «Буква в деле. Доблестный рыцарь». (0+)
**16.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**17.00** Время малышей. (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
**19.35** «Лунтик». (0+)
**20.00** «Сказочный патруль». (0+)
**21.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Тюленьки». (6+)
**22.30** «Чик-Чирикино». (0+)

### О!

**05.00** «Три кота». (0+)
**06.00** «Приключения Ам Няма». (0+)
**06.30** «Ум и Хрум». (0+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**09.30** «Отель у овечек». (0+)
**10.30** «Лунтик». (0+)
Это добрая и познавательная история о приключениях маленького пушистого существа по имени Лунтик. Он родился на Луне, а затем упал на Землю и очнулся на лесной поляне возле пруда
**11.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**12.20** «Ум и Хрум». (0+)
**13.10** «Три кота». (0+)
**15.30** «Ум и Хрум». (0+)
**16.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**17.20** «Три кота». (0+)
**19.00** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Отель у овечек». (0+)
**23.10** «Зоомания». (6+)
**23.30** «Детский сад для зверят». (6+)
**00.00** «Чудо-Юдо». (6+)
**01.10** «Союзмультфильм представляет...» (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)
**07.35** «Лунтик». (0+)
**10.20** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**10.30** «Супер Крылья. Спасатели мира». (0+)
**10.45** «10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
**13.45** «Инфинити Надо». (6+)
**14.15** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Мой брат - монстр». (6+)
**16.40** «Царевны». (0+)
**17.15** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
**17.20** «Царевны». (0+)
**19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
По утрам школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу, где их уже ждёт учитель. Друзья учатся важным правилам жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир. Они устраивают весёлые забавы, соревнования, праздники и походы. Но малыши не только играют и озорничают - еще они помогают родителям в их семейном деле.
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Оранжевая корова». (0+)
**22.30** «Метал Кард Бот». (6+)
**23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
**00.55** «Король Шакир». (6+)
В каждой серии герои оказываются в необычных ситуациях, из которых всегда находят выход при помощи смекалки и юмора. Друзья обожают приключения и вечно попадают в нелепые, но очень весёлые и увлекательные истории. А ещё герои перемещаются во времени и путешествуют в разные миры!
**02.30** «Ералаш». (6+)
**04.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.00, 18.00** «Команда МАТЧ». (0+)
**06.20, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45, 00.20** «Цветняшки». (0+)
**06.40, 08.45, 12.40, 15.25, 18.40, 20.45, 00.40** «Тоботы». (6+)
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Домашние животные». (6+)
**08.10, 14.10, 20.10** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
**08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
**09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
**10.10, 16.55** «Шмя». (0+)
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
**11.15, 14.45** «Патруль Дино». (0+)
**13.50, 01.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
**21.55, 22.05** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**08.00** «Лунтик». (0+)
**09.00** «Чебурашка». (0+)
**09.30** «Простоквашино». (0+)
**12.30** «Три кота». (0+)
**15.30** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Простоквашино». (0+)
**18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
**19.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
**20.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Три кота». (0+)
Три кота - история о повседневной жизни, отношениях и приключениях трех маленьких любознательных котят Коржика, Компота и Карамельки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте.
**00.00** «Крутиксы». (6+)
**01.45** «Простоквашино». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

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

## Православный календарь

**6 июля**

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

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

**Петров пост.**

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

## ЦВЕТОК

**1.** Покровительство, забота. **2.** ... «бикини» получил свое название благодаря нашумевшему испытанию атомной бомбы на атолле Бикини. **3.** Плотная и упругая ткань мышцы. **4.** Леди, которую любил адмирал Нельсон. **5.** Где совмещают лечение с отдыхом? **6.** Вихревая пучина в реке или море. **7.** Разговорное название сотового телефона. **8.** Придумал Цокотуху и Бармалея. **9.** Артист театра марионеток. **10.** Имущество, собственность. **11.** Его имя носит МГУ. **12.** Профессионал, который пересчитывает всё и всех. **13.** Слуховая трубка в аквояже уездного лекаря. **14.** «Успехов в учебе!», написанное на открытке. **15.** Фильм Владимира Бычкова «... республики». **16.** Гуманность - это доброе ... ко всему живому. **17.** Пробурить сквозное ... **18.** Экзамен по языку и литературе. **19.** Живущий в высотке свидетель смогов и пробок. **20.** Институтский «отель» для иногородних студентов. **21.** Маневр космонавтов перед стыковкой. **22.** «Вне конкуренции» в экономике.

**Ответы.** 1. Попечение. 2. Кунгальник. 3. Сухожилие. 4. Гамильтон. 5. Сангопрь. 6. Водоворот. 7. Мобильник. 8. Чукоккий. 9. Кукольник. 10. Состояние. 11. Ломоносов. 12. Статистик. 13. Стетоскоп. 14. Пожелание. 15. Достояние. 16. Отношение. 17. Отверстие. 18. Сочинение. 19. Горожанин. 20. Общежитие. 21. Сближение. 22. Монополия.

На сайте WWW.FLOTRUSICH.RU. г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1. Тел.: 8 (800) 511-69-14 // СКИДКИ НА КРУИЗЫ 2027 Г

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

10.07.2026 – 12.07.2026 «ЛЮБОВЬ ТЕБЯ НАКРОЕТ» от 16 199 р.
Москва – Мышкин (музей «Русские валенки») – Москва

17.07.2026 – 19.07.2026 «ТВЕРСКИЕ ГУЛЯНОЧКИ» от 16 199 р.
Москва – Тверь (Старица/завод «Афанасий») – Москва

27.07.2026 – 31.07.2026 «ЗОЛОТЫЕ КУПОЛА» от 27 099 р.
Москва – Углич (церковь царевича Димитрия) – Ярославль (Ростов Великий) – Тутаев – Калязин (музей «Волгари») – Москва

31.07.2026 – 02.08.2026 «ЛЕТНИЙ ВЫХОДНОЙ» от 13 299 р.
Москва – Углич (Кремль) – Москва

02.08.2026 – 17.08.2026 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 160 799 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск – Москва

10.08.2026 – 13.08.2026 «И ОПЯТЬ Я ВИЖУ БЕЛЫХ ЧАЕК НАД РЕКОЙ» от 19 399 р.
Москва – Углич – Мышкин – Калязин (улиточная ферма/музей «Волгари») – Москва

14.08.2026 – 31.08.2026 «АСТРАХАНСКИЕ ПРОСТОРЫ» от 84 199 р.
Москва – Кострома – Городец – Н. Новгород – Казань – Тольятти – Самара – Саратов – Астрахань – Никольское – Волгоград – Винновка – Тетюши – Болгар – Чебоксары – Ярославль – Москва

31.08.2026 – 12.09.2026 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ» от 172 499 р.
Москва – Горицы – Кижи – Соловки (3 дня) – Архангельск – Беломорск – Тур вкл.: Медвежьегорск – Мурманск – Териберка – Москва

01.09.2026 – 04.09.2026 «РЕЧНЫЕ ПРОСТОРЫ, ГДЕ ВОЛГА ПОЕТ» от 16 899 р.
Москва – Углич (Музей гидроэнергетики) – Мышкин (музей «Русские валенки») – Калязин – Москва

04.09.2026 – 06.09.2026 «АХ, БЕЛЫЙ ТЕПЛОХОД» от 12 699 р.
Москва – Углич (церковь царевича Димитрия) – Москва

10.09.2026 – 17.09.2026 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС» от 81 899 р.
Петрозаводск – Кижи – Соловки (3 дня) – Беломорск – Сосновец – Петрозаводск

18.09.2026 – 27.09.2026 «СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ» от 75 799 р.
Петрозаводск – Кижи – Соловецкий архипелаг (3 дня) – Петрозаводск – Мышкин – Москва

28.09.2026 – 09.10.2026 «БУДДИЙСКИЕ МАНТРЫ – ОГНИ ВОЛГОГРАДА» от 96 299 р.
Москва – Углич – Ярославль – Н. Новгород – Чебоксары – Болгар – Самара – Волгоград – Автотур вкл.: Элиста – Ставрополь – Адыгея (пл. Лаго-Наки, Хаджохская т-на, Азишская п.) – Москва

28.09.2026 – 15.10.2026 «ЗДЕСЬ МАТУШКА ВОЛГА И ГЕРОЙ ВОЛГОГРАД» от 78 499 р.
Москва – Ярославль – Н. Новгород – Чебоксары – Болгар – Самара – Волгоград (2 дня) – Саратов – Балаково – Казань – Свияжск – Кострома – Москва «3-е место в подарок»

06.10.2026 – 15.10.2026 «БЕРЕГА ВОЛГИ И ТАЙНЫ СОЛЕНОГО ОЗЕРА» от 70 199 р.
Москва – Автотур вкл.: Саратов – Эльтон – Круиз: Волгоград – Саратов – Казань – Свияжск – Н. Новгород – Кострома – Калязин – Москва

КРУИЗЫ 2027 ГОДА – СКИДКА ДО 17 %

29.06.2027 – 14.07.2027 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 154 699 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск – Москва

СО СКИДКОЙ ДО 12 %, ТЕЛЕФОН: 8 (800) 511-69-14. Действительно при наличии мест. Реклама

## КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

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

**1.** «Капля крови» в россыпи яхонтов.
**2.** Драма режиссера В. Бортко «Афганский ...».
**3.** Актер в него входит и выходит.
**4.** Крупная ящерица.
**5.** Расплавленная «кровь» Земли.
**6.** Француженка под руку с супругом.
**7.** Журавль, что трубит громко.
**8.** Нудные хлопоты по «добыче» справок.
**9.** Световой глашатай на стадионе.
**10.** На них почивают герои.

**Ответ:** 1. Рубин. 2. Изюм. 3. Образ. 4. Крама. 5. Магма. 6. Мадам. 7. Алгам. 8. Мета. 9. Табло. 10. Лавры.

## ПЕРВЫЙ

16.05 «Мужское / Женское». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 **«МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)
Знакомый таможенник предлагает Исаеву конфискованную турбину. Исаев вспоминает об этом предложении после прессинга Блажиевского, который требует не дать состояться сделке Королева с китайцами на Дальнем Востоке.
22.55 «Большая игра». (16+)
00.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 **«СВОИ-2».** (16+)
06.40 **«СВОИ-6».** (16+)
08.05 Страна советов. (16+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 **«НАСТОЯЩИЙ-2».** (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8».** (16+)
14.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 **«СЛЕД».** (16+)
22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7».** (16+)
23.05 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 **«СВОИ-7».** (16+)
02.00 **«СЛЕД».** (16+)

## РОССИЯ

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+)
Случайно столкнувшись на светском рауте со своей старой знакомой, успешной предпринимательницей Александрой Шинкарёвой, Швецова и Колонкова не могли и подумать, что эта вечеринка станет последней в жизни Александры.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 **«ГАЛКА».** (16+)
Кирилл - маленький тиран семьи, он обижен, что отец уделяет ему мало внимания. Любимое занятие мальчишки - изводить своих сиделок. Поэтому ни одной из них не удавалось надолго задержаться. Но Галка не собирается так просто сдаваться. Тем временем Сергей замечает, что невеста ведёт себя странно и что-то от него скрывает.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
03.10 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)

## ЗВЕЗДА

06.00 **09.15 11.00 13.25 15.05 17.15 04.05 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.05 **«КАМЕНСКАЯ».** (16+)
Майор милиции Анастасия Каменская, за которой закрепилась слава прекрасного аналитика, говорит на пяти языках и обожает свою работу.
00.20 **«ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ».** (12+)
02.00 **«ДЕНЬ СЧАСТЬЯ».** (12+)
03.35 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

## ТВЦ

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

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 **«УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: СЕГОДНЯ ТЫ УМРЁШЬ».** (12+)
10.35 «Актерские драмы. Великие скандалисты». (16+)
11.30 События
11.50 **«ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ОБОРОТЕНЬ».** (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **«ЧЕЛОВЕК ИЗ ДОМА НАПРОТИВ».** (12+)
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
18.05 **«МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Не дошли до ЗАГСа». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Русская мафия Нью-Йорка». (16+)
01.30 Хроники московского быта. (16+)
02.15 «Следствие ведет КГБ. Пропавший шифровальщик». (16+)
03.00 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
04.35 «Актерские драмы. Великие скандалисты». (16+)
05.20 «Невидимый поединок. Высоцкий и Золотухин». (16+)

## ОТР

06.00 «Путешествие в классику». (12+)
06.50 «Преодоление». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 23.50 «Известные дуэты. Эдгар Дега - Мэри Кассат». (16+)
15.10 **«БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ».** (12+)
17.00 «Очень личное». (12+)
17.30 «Открывая Россию». (12+)
20.45 **«СТРАХ ВЫСОТЫ».** (12+)
22.10 **«ПЕПЕЛ И АЛМАЗ».** (16+)
00.45 «Игра в классики». (12+)

## НТВ

08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

04.45 **«ЛЕСНИК».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 **«ЛЕСНИК».** (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 **«ЛЕСНИК».** (16+)
Уроженец Ольховки Степан Луговой, владелец крупной агрофирмы, и его невеста Марина собираются подавать заявление в ЗАГС. Луговой делится радостью с Зубовым. На следующий день Луговой пропадает. Обеспокоенная Марина с братом Олегом спешат в Ольховку.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 **«БИМ».** (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 **«БАЛАБОЛ».** (16+)
Звезды сходятся таким образом, что все вокруг начинают ссориться. У Михея с Заей дело даже доходит до развода и раздела имущества. Вдобавок ко всему, кто-то обчищает сейф в доме Михея. На счастье, Саня оказывается рядом в свой выходной день и берется за расследование. Зая со своим адвокатом пытаются доказать супружескую неверность.
22.15 **«ДЕЛЬФИН».** (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 **«ДЕЛЬФИН».** (16+)
02.30 **«ВОЛК».** (16+)

## МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 18.25 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.30 00.00 01.00 «Новости». (16+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 17.20 19.25 «Деньги 24». (12+)
11.50 15.50 23.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 16.50 18.50 «Москва - столица спорта». (12+)
13.50 17.50 «Техно». (12+)
15.35 19.35 21.35 «Специальный репортаж». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
21.15 23.40 03.30 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## РОССИЯ К Культура

06.30 Пешком...

06.30 Пешком...
07.05 Легенды мирового кино
Надежда Румянцева
07.35 **«ЦЫГАНСКИЙ БАРОН»**
09.00 16.00 02.40 «Забытое ремесло»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 02.00 Неизвестные маршруты России
10.55 **«РАСМУС-БРОДЯГА»**
12.15 17.15 «Первые в мире»
12.45 00.20 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»
13.40 18.45 «Замечательный век моей жизни. Вячеслав Бровкин»
14.25 **20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
16.15 Отсекая лишнее
Советский скульптор Дмитрий Цаплин мог бы стать столь же известным, как Вера Мухина.
17.30 01.15 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль Российского академического молодежного театра. Постановка Алексея Бородина. Запись 2010 года
03.00 Перерыв в вещании

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание! Еда!»
08.00 «Сделано в России»
08.30 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.50 «За МКАДром». (12+)
10.35 «Погода для похода»
11.20 11.35 14.20 «Лето в Подмосковье». (12+)
13.15 «Гостеприимство». (12+)
16.05 03.30 «Рекопись Подмосковья». (12+)
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «На пути к катастрофе»
18.45 22.25 «Загадки древней истории». (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Это Китай!» (16+)
23.10 00.15 «Подкаст». (18+)

## СТС

05.05 С лёгким утром! (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
09.45 **«Я ХУДЕЮ».** (16+)
Россия, 2018 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Александра Бортич, Евгений Кулик.
У Ани любовь с красавцем-спортсменом Женей. Но девушка поправилась на 15 кг...
11.50 **«Я - МЕДВЕДЬ».** (6+)
13.55 **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ».** (12+)
17.55 **«ГРАНИЦА МИРОВ».** (16+)
21.00 **«(НЕ)ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ».** (12+)
Россия, 2025 г. Приключенческая комедия. В ролях: Леон Кемстач, Александр Самойленко. Во время экскурсии в научно-исследовательском центре студент первого курса Женя случайно попадает в испытательный образец новой модели робота «Апостол»...
23.00 **«СВОДИШЬ С УМА».** (16+)
01.00 **«РУКИ ВВЕРХ!»** (16+)
02.40 **«ЛЮБОВНИКИ».** (16+)
04.10 «100 мест, где поесть». (16+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 09.05 11.55 16.30 01.20 «Новости дня». (16+)
06.10 Энциклопедия. (16+)
06.35 11.25 03.15 «Улицы московские». (12+)
07.05 «Правдивые истории». (12+)
07.30 «Юмор на все времена». (16+)
08.15 22.50 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
09.10 **«ЧЕЛОВЕК В ПРОХОДНОМ ДВОРЕ».** (16+)
12.00 **23.40 «ФАЛЬШИВОМОНЕТЧИКИ».** (16+)
15.40 «Звёзды советского экрана». (16+)
16.10 «Тайны кино». (16+)
16.35 **«ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (16+)
18.25 **«БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА».** (16+)
20.00 **«КРУГ».** (16+)
21.30 **«ТАМОЖНЯ».** (16+)

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

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

## РЕН

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

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

## ТНТ

19.00 «ЖУКИ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
19.00 **«ЖУКИ».** (16+)
23.00 **«ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2».** (12+)
США, Франция, 2016 г. Боевик.
Команда лучших иллюзионистов мира возвращается в дело спустя год после побега от ФБР. Им предстоит вывести на чистую воду жестокого руководителя технологической корпорации.
01.00 **«СКАЙЛАЙН-2».** (18+)
США, Канада, Индонезия, Великобритания, Китай, Сингапур, 2016 г.
Самый плохой день в жизни детектива Марка Корли начался с внесения залога за собственного сына Трента и продолжился ужасающим зрелищем нашествия инопланетных кораблей...
03.05 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

## ТВ-3

09.00 «Слепая». (16+)

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

## ЧЕ

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

06.30 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)
08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.40 Улётное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
Реалити-расследование, в котором самый известный «решала» страны Влад Чижов вместе с командой единомышленников - проницательным «Техно» Яном, бесстрашным «Корейцем», обаятельной ассистенткой и - поднимает расследования на новый уровень. Теперь зрители увидят, как «сыщики» цепляются за улики и с помощью передовых технологий собирают паззл в понятную мошенническую схему.
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.20 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)

## МАТЧ ТВ

18.30 Футбол. Чемпионат мира-2026.

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

## ДОМАШНИЙ

14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)

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


# ЗАБУДЬ ПРО ЗАПОРЫ!

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

Гастро комплекс поможет отрегулировать процесс пищеварения.

Средство помогает мягкому выведению содержимого кишечника без дискомфорта. Каловые массы размягчаются и опорожнение кишечника проходит безболезненно.

Способствует восстановлению нормальной работы желудочно-кишечного тракта, убирая тяжесть, вздутие, спазмы. Активно регулирует основные пищеварительные функции желудка и кишечника.

Обладает антиоксидантной активностью и помогает улучшить общее самочувствие.

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56** • **8 (495) 136-59-66**
*Звонок по России бесплатный* *г. Москва*

БАД • РЕКЛАМА

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕНЫМ СРЕДСТВОМ



СОЦИАЛЬНАЯ РЕНТА

# Пенсионерам! Социальная рента

*является плательщиком ренты*

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

• до **15 млн. руб.** – сразу!
По желанию патронаж или пансионат. Защита от мошенников.
• до **100 тыс. руб.** – ежемесячно.
Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству.
Пожизненное проживание **в своей** квартире.

**8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54**
ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11
**Сайт: соцрента.рф**

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


НА ДОСУГЕ

## Найди 10 отличий

## Что нужно для романтического ужина?

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

**Ответы:** низ скатерти, цвет батона рядом, блюдо с пельменями, блюда с салатом и кренделечками, штора за спиной у женщины, прядь волос у ее лица, кувшин рядом, цвет футболки у мужчины, количество ядер в миске у мужчины, котик.

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**07.50** «Легенда о старом маяке». (16+)
**08.10** «Персей». (0+)
**08.30** «Лабиринт». (0+)
**09.40** «ТРИДЦАТЬ ПЕРВОЕ ИЮНЯ». (16+)
**12.10** «ШАНС». (16+)
**13.45** «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
**15.05** «КЛАССИК». (16+)
**17.00** «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (18+)
**18.40** «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)
**20.25** «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (16+)
**22.00** «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (18+)
**23.40** «КРЕЙЦЕРОВА СОНАТА». (16+)
**02.20** «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ». (16+)

## VIJU TV1000

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

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

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

## VIJU TV1000 ACTION

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

## ИЛЛЮЗИОН+

**01.15** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
**03.05** «ПОШУМИМ!» (16+)
**04.25** «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
**05.50** «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)
**07.35** «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)
**09.25** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
**10.55** «САПОЖНИК». (16+)
**12.25** «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
**14.15** «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
**16.00** «РОБОПЁС». (12+)
**17.15** «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
**18.40** «СПЕНСЕР». (16+)
**20.30** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
**22.55** «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**06.10** «РАЙЦЕНТР». (16+)
**07.45** «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
Мажор, прошедший школу ВДВ, помогает деду спасти дом.
**09.25** «ЖГИ!» (16+)
**11.20** «АДАМ И ЕВА». (16+)
**13.05** «КОРОЛЁВ». (16+)
**15.15** «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
**17.10** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**21.00** «ГОЛОВА-ЖЕСТЯНКА». (16+)
**23.15** «НА ОСТРИЕ». (16+)
**01.10** «ПОЗЫВНОЙ «БАРОН». (16+)
**03.10** «ТЭЛИ И ТОЛИ». (16+)
**04.25** «ДЖОКЕР». (16+)
**05.25** «ЖГИ!» (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

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

## ДОМ КИНО

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

## РУССКИЙ РОМАН

**07.50** «ОДНА НОЧЬ». (16+)
**09.30** «ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА». (16+)
Россия, 2007. Драма. В ролях: Игорь Верник, Глафира Тарханова, Сергей Краснов, Юлия Рутбер.
**11.15** «МАТЬ И МАЧЕХА». (16+)
**14.30** «ФОРМУЛА ЖИЗНИ». (16+)
**17.55** «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (16+)
**19.30** «ДЕВУШКА С ГЛАЗАМИ ЦВЕТА НЕБА». (16+)
**22.50** «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
**00.35** «ОСКОЛКИ ХРУСТАЛЬНОЙ ТУФЕЛЬКИ». (16+)
**02.00** «КТО Я». (16+)
**04.35** «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (16+)

## CINEMA

**07.25** «ИП МАН». (18+)
**09.15** «ИП МАН-2». (18+)
**11.05** «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (18+)
**12.55** «БАНДИТ». (18+)
**15.00** «13». (18+)
**16.35** «КОЛЛЕКТОРЫ». (18+)
**18.20** «КОЛЛЕКТОРЫ-2». (18+)
**20.00** «ГОРОД ТАЙН». (18+)
**22.00** «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)
Два американских судебных пристава отправляются на один из островов в штате Массачусетс, чтобы расследовать исчезновение пациентки клиники для умалишенных преступников.
**00.20** «ЛИНКОЛЬН ДЛЯ АДВОКАТА». (18+)
**02.15** «БРЮС ЛИ: РОЖДЕНИЕ ДРАКОНА». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.35** «ЖМУРКИ». (16+)
**02.40** «ИГРА НА ВЫБЫВАНИЕ». (16+)
**04.30** «МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ». (16+)
**06.50** «ПЛЕННЫЙ». (16+)
**08.20** «ДМБ». (16+)
**10.00** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
**11.50** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**13.45** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**14.45** «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
**16.55** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**19.00** «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
**21.10** «СИССИ - МОЛОДАЯ ИМПЕРАТРИЦА». (16+)
**23.15** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)

## РЕТРО

**08.00** «Валидуб». (6+)
**08.20** «Ореховый прутик». (16+)
**08.40** «Пёс и кот». (16+)
**09.00** «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)
**10.30** «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
**12.00** «ВЕСЕННЯЯ СКАЗКА». (16+)
**12.20** «Стёпа-моряк». (16+)
**13.00** «АМНИСТИЯ». (16+)
**14.20** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**16.00** «ЗОЛОТЫЕ ЯБЛОКИ». (16+)
**17.20** «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
**19.00** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
**20.15** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
**22.00** «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
**23.20** «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (16+)
**01.00** «ВЕСЕННЯЯ СКАЗКА». (12+)

## СУББОТА!

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

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**10.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**11.00** «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
**15.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**16.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**17.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**19.00** «ЗАЩИТА ПРОТИВ». (16+)
**23.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**00.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**01.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**03.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. КИЛЛЕР К ЮБИЛЕЮ». (16+)
**07.00** «ТРИГГЕР». (18+)

## СТС LOVE

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

## ТВ21

**07.00** «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)
**09.05** «ТЕРМИНАТОР 2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (18+)
**11.40** «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (18+)
**13.20** «ТЕРРИТОРИЯ». (18+)
**16.10** «ХЭППИ-ЭНД». (16+)
**18.00** «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
**20.05** «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
**21.50** «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
**23.50** «АФЕРА В МАЙАМИ». (18+)
**01.55** «СЕЛФИ». (16+)
**03.45** «МАМЕ СНОВА-17». (18+)
**05.35** «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

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

## ПОБЕДА

**04.25** «Путь к Победе». (16+)
**05.25** «ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
**07.30** «ЧИСТЫЕ РУКИ». (16+)
**19.20** «НАЗАД В СССР». (16+)
Россия, 2010. Комедия. В ролях: Карина Андоленко, Марат Башаров, Александр Андриенко, Андрей Кочинов, Евгений Миллер. Безбедная размеренная жизнь и кризис среднего возраста привели бизнесмена Антона к тоске и обилию алкоголя. Лучший друг, в попытке спасти Антона от пьянства, отправляет его на собрание общества анонимных алкоголиков, где человек по прозвищу Сталкер предлагает ему испытать новые ощущения.
**23.05** «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
**01.10** «ТРЕНЕР». (16+)
Футболист национальной сборной Юрий Столешников в ответственный момент не забивает пенальти.

## ПЯТНИЦА

**05.00, 04.00** Секреты на кухне. (16+)
**05.40, 01.00, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.00, 07.50** Битва шефов. (16+)
**10.00, 11.10, 12.20, 13.50, 15.00, 16.30, 18.00, 19.10, 20.30, 21.50** Черный список. Ремонт. (16+)
**23.10** Ставка на любовь. (16+)
**01.20, 02.10, 03.00** На ножах. (16+)
Ох, уж эти петербуржцы! Что ни ресторан, так уникальный концепт. Что ни повар, так творец свободной кулинарии. С одним из них Константину Ивлеву как раз довелось столкнуться в заведении под названием «Два хвоста». Шеф-повар ресторана убеждает посетителей, что готовит чешскую кухню, однако ею там даже не пахнет. Бардак на кухне, хаос в продуктах и полная анархия в управлении кафе топят бизнес.

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**06.05** «Моя свадьба лучше!» (16+)
**07.55** «Супермама». (16+)
**10.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**12.10** «Моя свекровь - монстр». (16+)
В каждом выпуске одна из невесток под строгим контролем своей свекрови приготовит по три блюда, при этом уложится в пять тысяч рублей и три часа готовки. Кто победит - решит тайное голосование свекровей в конце недели.
**16.25** «Статус: Неравный брак». (16+)
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**02.00** «Разводы». (16+)
**03.45** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**04.15** «Моя свекровь - монстр». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

**06.00, 09.00, 09.25, 21.30, 22.00, 00.20, 03.25** Дачные радости. (12+)
**06.25, 06.40, 18.00, 18.15, 18.30, 18.45, 00.40, 00.55** Лучки&Пучки. (12+)
**06.50, 19.00, 19.30, 01.05** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**07.20, 03.15** Букварь дачника. (12+)
**07.30, 01.30** Стройплощадка. (12+)
**07.55, 02.00** Огород от-кутюр. (12+)
**08.25, 08.40, 20.00** Дачная кухня. (12+)
**10.00** Дачный угодник. (12+)
**10.30** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**11.00** Домашние заготовки. (12+)
**12.000** История одной культуры. (12+)
**13.00** Один день из жизни фермера. (12+)
**13.30** Частный сектор. (12+)
**14.00, 14.10, 14.25, 14.40** Варенье. (12+)
**14.55, 15.25, 03.50** Декоративный огород. (12+)
**16.00, 16.30** Праздник в дом. (12+)
**17.00, 17.30, 05.35** Урожай на столе. (12+)
**21.00** Консультант садовода. Спецвыпуск. (12+)
**21.15** Тент на дачу. (12+)
**22.25** Как построить дом. (12+)
**22.55, 23.10, 23.25, 23.40** Вершки-корешки. (12+)
**23.50, 02.50** У мангала. (12+)
**04.15** Дачные радости. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00, 01.55** Рыболовная Россия. (16+)
**06.30, 02.25** Лёша, подсекай! (16+)
**06.55, 02.55** Родные просторы. (16+)
**07.25, 03.25** Охота в Приволжье. (16+)
**07.50, 11.45, 16.00, 20.05, 00.10, 03.50** Двое против рыбы. (16+)
**08.55, 05.00, 05.10** Давай зарубимся! (12+)
**09.10, 05.25** БАгатый улов. (16+)
**09.50, 01.00** На природе вкуснее. (16+)
**10.10, 10.40, 18.00** Охота на хищника. (16+)
**11.15** Лесная сторожка. (6+)
**12.45** Безграничная рыбалка. (16+)
**13.20, 21.40** Спиннинг сегодня. (16+)
**13.50** Алиса в деревне. (16+)
**14.20, 18.35** С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
**14.55** Ловись, рыбка. (16+)
**15.25** Лесной домашний зверь. (16+)
**17.00** Зубастая рыбалка. (16+)
**17.30** Территория фидера. (16+)
**19.00** Охота на вяхиря. (16+)
**19.35** На охотничьей тропе. (16+)
**21.05** Донка против фидера. (16+)
**22.10** Андрей Старков и его команда. (16+)
**22.40** Рыболовная карта России. (16+)
**23.10** Утиные истории. (16+)
**23.40** Рыболовные путешествия. (16+)
**01.15** Кулинарное путешествие. (16+)
**01.45** Привет, Малек! (6+)
**04.45** Охоты и охотники. (16+)

## ЖИВИ!

**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд» . (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога. (12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00, 19.30** Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. ЦСКА - «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**07.35** Небесная грация. (6+)
**07.55** Дзюдо. Fonbet Кубок России. Трансляция из Кызыла. (12+)
**09.15** Спорт, который есть. (12+)
**09.35** Что за спорт? (12+)
**10.05** «В поисках самой сложной трассы». (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Регби. «Локомотив-Пенза» - «Енисей-СТМ» (Красноярск). Чемпионат России. (12+)
**12.55** География спорта. (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Лица Страны. (12+)
**13.50** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. Трансляция из Москвы. Юниорки. (6+)
**16.00** «Сапборд. Модное увлечение». (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** «Магия большого спорта». (12+)
**16.55** Гандбол. ЦСКА - «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**18.30** «Страна спортивная». (12+)
**18.50** Спецрепортаж. (6+)
**19.05** Спортивные мамы. (12+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Дзюдо. Fonbet Кубок России. Трансляция из Кызыла. (12+)
**20.50** «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
**21.35** Джиу-джитсу. ACBJJ. (16+)
**23.40** «Век нашего спорта». (12+)
**00.15** Самбо. Командный чемпионат России. Трансляция из Москвы. (12+)
**01.10** Специальный репортаж. (12+)
**01.25** Что за спорт? (12+)
**01.55** «Магия большого спорта». (12+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

**05.00** События и звёзды. (16+)
**05.05** Муз'итив. (16+)
**06.10** Муз-ТВ чарт. (16+)
**07.00** Звёзды на утро. (16+)
**08.00, 13.00, 01.00** Хиты по-русски. (16+)
**08.40, 15.00, 18.00, 21.40** Pro-новости. (16+)
**09.00** Топ-15 Like FM. (16+)
**10.00** #ЯНАМУЗТВ. (16+)
**11.00** МузРаскрутка. (16+)
**11.30, 18.20** «10 самых!» (16+)
**12.00** Страна на Муз-ТВ. (16+)
**14.00, 18.55** Плейлист. Лето. (16+)
**15.20** В десятку! (16+)
**16.00** Моя волна. (16+)
**17.00** Русский чарт. (16+)
**19.45** Кто следующий? (16+)
**20.40** «Ну что ж ты странная такая! Как создаются нелепые песни». (16+)
**22.00** Короли чартов. (16+)
**23.00** Лихие хиты. (16+)
**00.00** Наше. (16+)
**03.00** Золотая лихорадка. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**06.00** Время малышей. (0+)
**08.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**08.45** «Простоквашино». (0+)
**11.00** «Бумажки». (0+)
**12.00** Время малышей. (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**13.45** «Буба». (6+)
**14.50** «Тюленьки». (6+)
**15.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**16.15** «Буква в деле». (0+)
**16.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**17.00** Время малышей. (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
**19.35** «Лунтик». (0+)
Это история о приключениях маленького пушистого существа по имени Лунтик.
**20.00** «Сказочный патруль». (0+)
**21.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Тюленьки». (6+)
**22.30** «Фиксики». (0+)
**02.00** «Фиксики. Дай пять!» (0+)

### О!

**05.00** «Три кота». (0+)
**06.00** «Приключения Ам Няма». (0+)
**06.30** «Ум и Хрум». (0+)
**07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**07.20** «Три кота». (0+)
**09.30** «Отель у овечек». (0+)
**10.30** «Лунтик». (0+)
**11.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**12.20** «Ум и Хрум». (0+)
**13.10** «Три кота». (0+)
**15.30** «Ум и Хрум». (0+)
**16.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
Рассказывает о забавных похождениях зелёного монстрика по имени Ам Ням, который обожает сладости и готов на всё ради них.
**17.20** «Три кота». (0+)
**19.00** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Отель у овечек». (0+)
**23.10** «Зоомания». (6+)
**23.30** «Детский сад для зверят». (6+)
**00.00** «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
**01.15** «Союзмультфильм представляет...» (0+)
**03.00** «Жужжалка». (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)
**07.35** «Лунтик». (0+)
**10.20** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**10.30** «Супер Крылья. Спасатели мира». (0+)
**10.45** «10 лет приключений. «Лео и Тиг». (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
**13.45** «Инфинити Надо». (6+)
**14.15** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Мой брат - монстр». (6+)
**16.40** «Царевны». (0+)
**17.15** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
**17.20** «Царевны». (0+)
**19.00** «Кошечки-собачки». (0+)
По утрам школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу, где их уже ждёт учитель. Друзья учатся важным правилам жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир. Они устраивают весёлые забавы, соревнования, праздники и походы. Но малыши не только играют и озорничают - еще они помогают родителям в их семейном деле.
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Оранжевая корова». (0+)
Знакомьтесь, это семейство оранжевых коров: телята Бо и Зо и их родители - Мама Корова и Папа Бык. В каждой серии дети самостоятельно или с друзьями решают какую-нибудь важную проблему, а родители поддерживают их и дают полезные советы.
**22.30** «Метал Кард Бот». (6+)
**23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
**00.55** «Колобанга. Только для пользователей интернета». (0+)
**02.30** «Ералаш». (6+)
**04.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.00, 18.00, 18.05** «Команда МАТЧ». (0+)
**06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45** «Цветняшки». (0+)
**06.40, 08.45, 12.40, 15.25, 18.40, 20.45** «Тоботы». (6+)
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Мокo. Защитники планеты». (6+)
**08.25, 14.25, 20.25, 20.30** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
**09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
**10.10, 16.55** «Шмяк». (0+)
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
**11.15, 14.45, 23.15** «Патруль Дино». (0+)
**13.50, 01.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
**21.55, 22.05** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**08.00** «Лунтик». (0+)
**09.00** «Чебурашка». (0+)
**09.30** «Простоквашино». (0+)
**12.30** «Три кота». (0+)
**15.30** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Простоквашино». (0+)
**18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
**19.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
**20.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Три кота». (0+)
Три кота - история о повседневной жизни, отношениях и приключениях трех маленьких любознательных котят Коржика, Компота и Карамельки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте: вместе они учатся выражать эмоции, поддерживать друг друга и находить выход из любой ситуации.
**00.00** «Крутиксы». (6+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

**05.00** День Патриарха. (0+)
**05.10** Расскажи мне о Боге. (6+)
**05.40** «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
**06.00, 08.00** Утро на «Спасе». (0+)
**10.00** «Обитель Святого Иосифа». (0+)
**11.00** Прямая линия. Ответ священника. (12+)
**11.30** День Патриарха. (0+)
**11.40, 12.10, 12.35** Монастырская кухня. (0+)
**13.05** «СПАС ПОД БЕРЁЗАМИ». (12+)
**14.00** «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
**15.35** «ПОРТ». (6+)
**17.00** Вечер на «Спасе». (0+)
**17.30** Прямая линия. Ответ священника. (12+)
**18.10** «Святой Муром. История Петра и Февронии». (0+)
**19.20** «СПАС ПОД БЕРЁЗАМИ». (12+)
**20.15** Вечер на «Спасе». (0+)
**20.30** Бесогон. (18+)
**21.40** Вечер на «Спасе». (0+)
**21.55** «Поле битвы». (16+)
**22.25** «ВРАЧА ВЫЗЫВАЛИ?» (0+)
**23.40** Вечер на «Спасе». (0+)
**00.45** День Патриарха. (0+)
**00.55** «Свидетельство о любви». (0+)
**02.15** «Культура наций». (0+)
**02.40** Вечер на «Спасе». (0+)
**02.55** «Поле битвы». (16+)

## Православный календарь

**7 июля**

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

Мчч. семи братий: Орентия, Фарнакия, Ероса, Фирмоса, Фирмина, Кириака и Лонгина. Прп. Антония Дымского, Новгородского. Правв. отроков Иакова и Иоанна Менюжских, Новгородских.

**Петров пост. Разрешается рыба.**

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

Прп. Марк Подвижник

ГАРДЕРОБ

# Модный стиль для жаркой погоды – САФАРИ

**Жаркие летние деньки – лучшее время для стиля сафари.**

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

## Из саванны на подиум

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

## Сафари в городе

Сегодня сафари – это актуальный городской стиль. Он объединяет утилитарность и элегантность, многослойность и расслабленность. Основная палитра стиля остается природной: песочный, беж, хаки. В качестве эффектных дополнений используются «ледяные» тона: холодный серо-коричневый, кристально-голубой и т.п.

Самые трендовые вещи – платья-рубашки максимальной длины, объемные куртки, брючки-карго, комбинезоны свободного кроя. Пуговицы и пряжки – деревянные или металлические, матовые, заметные.

Обувь также предпочтительна удобная: сандалии на плоском ходу с многочисленными ремешками, мокасины, брутальные ботинки на тракторной подошве, сапожки-казаки.

Обязательные аксессуары этого лета – солнцезащитные очки-маски, буквально закрывающие половину лица, широкие кожаные ремни, подвески на шнурках в этническом стиле, многослойные бусы, массивные цепи, крупные серьги и браслеты из природных материалов.

В качестве головного убора подойдут панамы, легкие банданы, соломенные шляпы сдержанной формы – сафари, федора, шериф и т.п.

Конечно, для образа в стиле сафари не подойдут маленькие гламурные сумочки, зато прекрасно впишутся удобные объемные тоуты, разнообразные рюкзаки, сумки через плечо из рельефной кожи.

Для стиля сафари очень важно подбирать каждый предмет очень внимательно – не должно быть ничего лишнего, ни одной посторонней детали.

**Две подружки:**
**– Ты знаешь, стилисты говорят, что в этом сезоне стоит носить только то, в чём ты чувствуешь себя максимально комфортно.**
**– Ого! И что это? Мой домашний халат?**
**– Жаль, что в нём нельзя выйти в свет!..**

## Добавим шика

В прошлом году в стиль сафари внедрился элегантный шик. Обувь из лаковой кожи на платформе или танкетке способна преобразовать обычный сафари в сафари-шик. Для этого варианта сафари актуальна игра на контрастах: брутальный жакет цвета хаки и нежная светло-бежевая юбка, объемная куртка с карманами и остроносые туфельки из лаковой кожи и т.д.

Ярко характеризуют сафари-шик аксессуары. Это может быть сумочка в неоновых или, наоборот, классических тонах, яркая бандана, шейный платок или шарф нехарактерного для сафари оттенка, ремень с акцентной пряжкой, колье с крупным камнем и т.п.

Стиль сафари – это удобство и комфорт. Особенности и возможности этого стиля еще очень долго будут будоражить умы дизайнеров, и вряд ли когда-нибудь он выйдет из моды.

**Светлана ИВАНОВА**

## ПЕРВЫЙ

15.15 Давай поженимся! (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 **«МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)
На похоронах отца Королев знакомится с парнем Саши - айтишником Егором. Неожиданно появляется Мария, которая передает Валерию дневники его деда. Королев пытается наладить отношения со Стрельцовой.
22.55 «Большая игра». (16+)
23.55 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)
01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## РОССИЯ

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+)
На заброшенной стройке сторож Савельич обнаруживает страшную картину: девять трупов возле площадки, на которой проходил импровизированный пикник местных бродяг.
16.30 Вести
17.00 «Семья семей». (12+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 **«ГАЛКА».** (16+)
У Кирилла случился приступ. Крашенинников принимает решение отправить сына в медицинский центр в сопровождении Галки. Но девушка поступает по-своему. Она везёт Кирилла в деревню к бабушке Марии Степановне и деду Владимиру Ивановичу. Бабушка сразу же принимает Галку за Викторию - она очень похожа на свою родную мать Татьяну.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
03.10 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)

## ТВЦ

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

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 **«МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ».** (16+)
10.35 «Актёрские драмы. Приказано полюбить». (16+)
11.30 События
11.50 **«ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: РАСПЛАТА».** (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **«ОХОТА НА КРЫЛАТОГО ЛЬВА».** (12+)
Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Евгений Пронин, Алексей Вакулов.
16.55 Прощание. (16+)
17.50 События
18.05 **«МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Охота на маньяка. Дело мнимого слепого». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)
02.15 «Обжалованию не подлежит. Душегубы». (16+)
03.00 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
04.40 «Актёрские драмы. Приказано полюбить». (16+)
05.20 «Прототипы. Остап Бендер». (16+)

## НТВ

08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

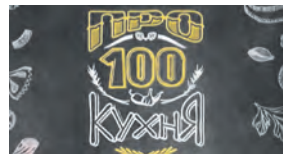
04.50 **«ЛЕСНИК».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 **«ЛЕСНИК».** (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 **«ЛЕСНИК».** (16+)
Заведующий городской свалкой Перуцкий влюблен в замужнюю женщину Елену Алексееву. Муж Елены, водитель Семен, вернувшись из рейса, застает любовников в постели. Разъяренный, он избивает Перуцкого, а затем гонится за женой и настигает ее в лесу.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 **«БИМ».** (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 **«БАЛАБОЛ».** (16+)
Только что освободившийся уголовник-рецидивист Тихон решает завязать с криминальным прошлым и начать нормальную жизнь. Он приезжает к своей гражданской жене Серафиме, но в день его приезда её убивают. Тихон с помощью своего старого приятеля Сиплого и Саниного дяди ищет убийцу и выясняет, что все произошло из-за сына Никиты.
22.15 **«ДЕЛЬФИН».** (16+)
00.20 «Сегодня»
00.40 **«ДЕЛЬФИН».** (16+)
02.25 **«ВОЛК».** (16+)

## РОССИЯ К Культура

20.15 Спокойной ночи, малыши!

06.30 Пешком...
07.05 Легенды мирового кино
Олег Ефремов
07.35 **«ГАННА ГЛАВАРИ»**
08.50 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 02.15 Неизвестные маршруты России
10.55 **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАЛЛЕ-СЫЩИКА»**
12.00 «Запечатленное время»
12.45 «Создатель пирамид - великий Имхотеп»
13.40 **«АЛИСА КООНЕН»**
14.25 **20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
15.55 Кристальные истории
16.15 Отсекая лишнее
Работы скульптора Паоло Трубецкого украшают крупнейшие столицы.
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.30 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
18.45 «Сны мастера»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
22.05 «Берег утопии» Тома Стоппарда. Спектакль Российского академического молодежного театра. Постановка Алексея Бородина. Запись 2010 года
00.40 «Настоящая жизнь римских легионеров»
03.00 Перерыв в вещании

## СТС




06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 **«СВОДИШЬ С УМА».** (16+)
12.00 **«МАРУСЯ ФОРЕVA!»** (12+)
13.40 **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ».** (12+)
17.55 **«ГРАНИЦА МИРОВ».** (16+)
21.00 **«ЗАЧЁТНАЯ ПРИНЦЕССА».** (16+)
Германия, 2024 г. Фэнтезийная комедия. В ролях: Йелла Хаазе, Гизем Эмре, Макс фон дер Грёбен. Шанталь хочет быть в центре внимания, но все её идеи не дают желаемого результата, что не мешает девушке продолжать мечтать о популярности. Однажды она находит волшебное зеркало и оказывается в сказочном королевстве.
23.20 **«ВИОЛА В БУТСАХ».** (16+)
01.20 **ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ЙОГНУТАЯ СЕМЕЙКА».** (18+)
02.40 «Шимми. Первый король обезьян». (12+)
04.15 «100 мест, где поесть». (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 **«СВОИ-2».** (16+)
06.50 **«СВОИ-3».** (16+)
07.35 **«СВОИ-6».** (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 **«НАСТОЯЩИЙ-2».** (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8».** (16+)
14.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 **«СЛЕД».** (16+)
22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7».** (16+)
23.05 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 **«СВОИ-7».** (16+)
02.05 **«СЛЕД».** (16+)

## ЗВЕЗДА

05.50 **09.15 11.00 13.25 15.05 17.15 03.15 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
Июнь 2015, Тунис. 23-летний студент Сейфеддин Резгуи со счастливой улыбкой на лице расстреливает на пляже отеля 38 иностранных туристов… Позже выяснится, террорист находился под воздействием наркотика...
22.05 **«КАМЕНСКАЯ».** (16+)
00.20 **«БЕЛЫЙ ВЗРЫВ».** (12+)
01.45 **«КОРТИК».** (12+)

## ОТР

06.00 «Известные дуэты. Эдгар Дега - Мэри Кассат». (16+)
06.50 «Очень личное». (16+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 00.00 «Расхищенное: Похищенные сокровища Азии». (16+)
15.15 **«СТРАХ ВЫСОТЫ».** (12+)
16.45 05.05 «На приёме у главного врача». (12+)
17.00 00.50 «Игра в классики». (12+)
17.40 «Отчий дом». (12+)
20.45 **«ДЕНЬ ПРИЁМА ПО ЛИЧНЫМ ВОПРОСАМ».** (16+)
22.15 **«ФРАНЦ».** (16+)
01.35 ОТРажение. Итоги. (12+)

## МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 18.25 19.00 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.30 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 17.20 19.25 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 15.50 17.50 19.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 16.50 18.50 «Москва - столица спорта». (12+)
15.35 19.30 21.35 05.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
20.45 «Торги Москвы». (12+)
21.15 23.45 03.30 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание! Еда!»
08.00 «Сделано в России»
08.30 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
09.50 «За МКАДром». (12+)
10.35 «Погода для похода»
11.20 11.35 14.20 «Лето в Подмосковье». (12+)
13.15 «Гостеприимство». (12+)
16.05 03.30 «Рекопись Подмосковья». (12+)
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «На пути к катастрофе»
18.45 22.25 «Загадки древней истории». (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Это Китай!» (16+)
23.10 00.15 «Подкаст». (18+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

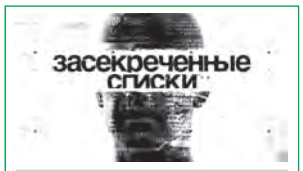
06.00 09.00 11.55 16.35 01.30 «Новости дня». (16+)
06.10 Энциклопедия. (16+)
06.35 11.25 03.25 «Улицы московские». (12+)
07.05 «Правдивые истории». (12+)
07.30 «Юмор на все времена». (16+)
08.15 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
09.05 **«КРАЖА».** (16+)
12.00 **23.45 «ФАЛЬШИВОМОНЕТЧИКИ».** (16+)
15.40 23.20 «Звёзды советского экрана». (16+)
16.10 «Тайны кино». (16+)
16.40 **«2 БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС».** (16+)
18.20 **«ССОРА В ЛУКАШАХ».** (16+)
20.00 **«МЕНЯ ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ».** (16+)
21.35 **«ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (16+)

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

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

## РЕН




10.00 «Засекреченные списки». (16+)

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

## ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
08.00 «Кто куда». (16+)
08.30 **«САШАТАНЯ».** (16+)
19.00 **«ЖУКИ».** (16+)
23.00 **«КОРОЛЁК МОЕЙ ЛЮБВИ: РАМАШ И ШАМАР».** (18+)
Россия, 2026 г. Комедия. В ролях: Демис Карибидис, Михаил Галустян, Адила Рагимова, Артур Ваха, Сергей Рост. Благородный и всеми любимый полицейский Рамаш, благодаря которому в городе Хурмада царит мир и порядок, вступает в борьбу с хитрым и алчным бандитом Шамаром. Воспитанный приемными родителями Шамар устраивает в городе серию преступлений, и Рамаш встает на защиту Хурмады.
01.10 **«БРАХМАСТРА».** (12+)
03.55 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

## ТВ-3

11.00 Гадалка. (16+)

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

## ЧЕ

06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

06.30 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)
08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.40 Улётное видео. (16+)
Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения.
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
Легендарный остросюжетный документальный детектив возвращается! Каждый выпуск расскажет о резонансном преступлении, раскрытом профессиональными следователями.
04.20 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)

## МАТЧ ТВ

17.55 Все на Матч!

06.00 Смешанные единоборства. UFC.16+)
07.00, 12.55, 17.50 Новости
07.05, 17.55, 00.00 Все на Матч! Пр.тр.
09.30, 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. (6+)
11.45 Улётный футбол. Пр.тр.
12.35, 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
13.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. (6+)
18.55 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Нефтчи» (Узбекистан). Winline Суперсерия. Пр.тр.
21.00 Смешанные единоборства. Бетсити. Fight Nights. Пр.тр.
01.05 «Вы это видели». (12+)
02.10 Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. Шоссе. Групповая гонка. (6+)
04.00 Спортивная гимнастика. ЧР. (6+)

## ДОМАШНИЙ

12.55 «Знахарка». (16+)

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

ЗАМУЧАЛИ РЕГУЛЯРНЫЕ ОСЕЧКИ В ПОСТЕЛИ?
«МАРАФОН» ВЕРНЁТ РАДОСТЬ И ЗАДОР!

*Знаете, почему мужчины больше всего на свете боятся «осечек»? Нет не потому, что это удар по самолюбию. И не потому, что это проблема, о которой стыдно поговорить даже с друзьями. Самое страшное – это перспектива оказаться ненужным. Мужчине настолько необходимо чувствовать себя сексуально востребованным – прежде всего любимой женщиной – что это распространяется на все остальные стороны жизни. Когда все в порядке в постели – и на работе дела спорятся, и спортом хочется заниматься, и настроение прекрасное!*

Но в жизни – сплошные проблемы и стрессы. Ну как тут без «осечек»? Очень просто: нужно впустить в свою жизнь **«MARAFFON» (МАРАФОН)».** Средство, которое поддержит потенцию на должном уровне! Оно всего за одно-два применения поможет вспомнить, каково это – быть неутомимым в постели, видеть восхищенные глаза любимой женщины и чувствовать себя молодым!

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56** *Звонок по России бесплатный* • **8 (495) 136-59-66** *г. Москва*

РЕКЛАМА

***

– Мамочка, а что тебе подарить на твой день рождения?
– Чистоту и порядок в доме.
– Мамуль, загадай лучше реалистичный подарок.

***

– Дочка, ну как вы с мужем, помирились?
– Помирились, но он ещё об этом не знает.

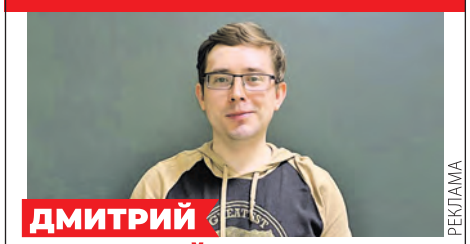
***

– Я идеален.
– И как ты можешь это доказать?
– Это аксиома, мой друг.

***

– Напиши мне то, что не можешь произнести вслух.
– Ъ.

ТЕЛЕМАСТЕР



ДМИТРИЙ

НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ

НАСТРОЙКА СМАРТ ТВ
НАСТРОЙКА ЦИФРОВОЙ ТВ-ПРИСТАВКИ
ПРОШИВКА ТЕЛЕВИЗОРА
РЯБИТ
ПЛОХО ПОКАЗЫВАЕТ
ТИХИЙ ЗВУК
ПРОКЛАДКА АНТЕННОГО КАБЕЛЯ
ПОДКЛЮЧЕНИЕ И НАСТРОЙКА ТВ
НЕТ СИГНАЛА
ПЛОХО РАБОТАЕТ ПУЛЬТ

☎ 8 (906) 055-44-48

РЕКЛАМА

Домашний повар. Спецвыпуск. Консервирование

Выпуски уже в продаже!

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

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Реклама. 12+

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

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

## VIJU TV1000

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

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

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

## VIJU TV1000 ACTION

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

## ИЛЛЮЗИОН+

**00.15** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
**01.45** «САПОЖНИК». (16+)
**03.15** «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
**04.25** «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
**05.50** «РОБОПЁС». (12+)
**07.10** «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
**08.35** «СПЕНСЕР». (16+)
**10.25** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
**12.50** «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)
**14.10** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
**15.55** «ПОШУМИМ!» (16+)
**17.10** «САПОЖНИК». (16+)
**18.40** «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
**20.30** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
**22.20** «ДЖОЙКА». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**07.00** «АДАМ И ЕВА». (16+)
**08.35** «КОРОЛЁВ». (16+)
**10.50** «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
**12.45** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**16.35** «ГОЛОВА-ЖЕСТЯНКА». (16+)
**18.50** «НА ОСТРИЕ». (16+)
Кира побеждает на всех соревнованиях и не сходит с обложек глянцевых журналов. Ее цель – занять место Покровской. Начинается отчаянная схватка не только на турнирах, но и в жизни.
**21.00** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
**22.55** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
**00.55** «РАЙЦЕНТР». (16+)
**02.25** «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
**03.55** «КОРОЛЁВ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

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

## ДОМ КИНО

**05.30** «Союзмультфильм представляет...» (6+)
**06.30** «Барбоскины». (6+)
**07.30** «Чемпионы». (6+)
**09.10** «БАЛАБОЛ». (16+)
**13.00** «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
**15.00** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов, Александр Лисицин.
**18.30** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
**22.30** «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
**01.00** «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ». (16+)
**02.40** «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

**06.00** «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
**07.40** «ДЕВУШКА С ГЛАЗАМИ ЦВЕТА НЕБА». (16+)
**10.55** «СЫГРАЙ МОЕГО МУЖА». (16+)
**12.55** «ПАПЫ ПРОТИВ МАМ». (16+)
**14.30** «БАБЬЕ ЦАРСТВО». (16+)
**17.45** «ПРО МОЮ МАМУ И ПРО МЕНЯ». (16+)
**19.30** «МОЯ ИДЕАЛЬНАЯ МАМА». (16+)
**22.50** «СЕСТРИЧКИ». (16+)
Сериал. Россия, 2021. Комедия. В ролях: Екатерина Соломатина, Эвелина Блёданс, Иван Паршин.
**00.45** «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО». (16+)
**04.05** «БЛАГИМИ НАМЕРЕНИЯМИ». (16+)

## CINEMA

**07.20** «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (18+)
**08.55** «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (18+)
**10.50** «22 МИЛИ». (18+)
**12.25** «ВЫСТРЕЛ В ПУСТОТУ». (18+)
**14.25** «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА». (18+)
**16.50** «ПРОРОК». (16+)
**18.25** «РАЗУМНОЕ СОМНЕНИЕ». (18+)
**19.55** «КТО ВЫ, МИСТЕР БРУКС?» (18+)
**22.00** «ДОРИАН ГРЕЙ». (18+)
**23.55** «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (18+)
**01.45** «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
**03.00** «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
**04.35** «ПРОРОК». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.10** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**01.10** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
**03.00** «ИГРА НА ВЫБЫВАНИЕ». (16+)
**04.55** «ПЛЕННЫЙ». (16+)
**06.25** «ВОЙНА». (18+)
**08.45** «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)
**12.20** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**15.25** «ПРОРЫВ». (16+)
**17.05** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**18.00** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-6: ЖУРНАЛИСТ». (16+)
**19.00** «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (18+)
**20.45** «СИССИ: ТРУДНЫЕ ГОДЫ ИМПЕРАТРИЦЫ». (16+)
**22.55** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)

## РЕТРО

**08.00** «ВЕСЕННЯЯ СКАЗКА». (16+)
**08.20** Мультфильмы
**09.00** «АМНИСТИЯ». (16+)
**10.30** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**12.00** «Волшебная птица». (16+)
**12.20** «Трубка и медведь». (16+)
**12.35** «Упрямое тесто». (16+)
**12.45** «Храбрый заяц». (16+)
**13.00** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
**14.20** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
**16.00** «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
**17.20** «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (16+)
**19.00** «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
**20.30** «ВЕСНА». (16+)
**22.15** «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)
**23.45** «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)

## СУББОТА!

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

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**09.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**11.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. КИЛЛЕР К ЮБИЛЕЮ». (16+)
**15.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**16.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
**17.00** «АГЕНТСТВО НЛС-2». (18+)
**19.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. КИЛЛЕР К ЮБИЛЕЮ». (16+)
**23.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**00.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**01.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**03.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КАИНА». (16+)
**07.00** «ТРИГГЕР». (18+)

## СТС LOVE

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

## ТВ21

**07.00** «БАРМЕН». (18+)
**08.40** «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
**10.35** «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
**12.20** «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
**14.15** «КОРОЛЬ ГОВОРИТ». (16+)
**16.25** «ХОЛОП ИЗ ПАРИЖА». (18+)
**18.25** «ТРИ МУШКЕТЕРА: Д'АРТАНЬЯН». (18+)
**20.30** «ТРИ МУШКЕТЕРА: МИЛЕДИ». (18+)
**22.40** «ДУЭЛЯНТ». (18+)
**00.35** «ОДИН ВДОХ». (18+)
**02.15** «СПУТНИК». (18+)
**04.00** «СВИНГЕРЫ». (18+)
**05.30** «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

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

## ПОБЕДА

**03.40** «Путь к Победе». (16+)
**04.40** «КАДИШ». (16+)
**06.10** «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
**07.30** «АПОСТОЛ». (16+)
В годы Второй мировой учитель притворяется шпионом-уголовником. Напряженная военная драма с Евгением Мироновым.
**18.00** «ЧЁРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
**01.15** «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
Россия, Беларусь, Чехия, Франция, Польша, Израиль, 2018. Драма. В ролях: Филипп Янковский, Владимир Кошевой, Ленн Кудрявицки, Михаил Горевой. Безмолвными свидетелями страшных происшествий во времена Второй мировой войны стали красные туфельки, немецкая овчарка Брут и эксклюзивная скрипка.
**03.05** «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 04.00** Секреты на кухне. (16+)
**05.50, 01.00, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.10** Гастротур. (16+)
**07.00, 09.00** Четыре дачи. (16+)
**10.40** Адский шеф. (16+)
**13.30, 19.10** Домохозяйки против кондитеров. (16+)
**14.50, 16.10, 01.30, 02.20, 03.10** На ножах. (16+)
Константина Ивлева попросили о помощи сотрудники комплекса «Гостеев», который расположен в Щёлково. В ресторане комплекса нет повара, а его работу выполняют непрофессионалы. Владелица «Гостеева» экономит не только на персонале, но и на кухонном оборудовании. Захочет ли Константин помогать коллективу ресторана, узнаем из программы.
**17.20** Домохозяйки против шефов. (16+)
**20.20, 21.20, 22.10** Черный список. На кухне. (16+)
**23.10** Ставка на любовь. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**06.00** «Моя свадьба лучше!» (16+)
**07.50** «Супермама». (16+)
**10.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**12.05** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**16.15** «Мама в 16». (16+)
Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16. На пути к материнству они столкнутся с предательством близких, пройдут через осуждение общества, научатся самостоятельно решать финансовые вопросы и брать ответственность за себя и за ребенка.
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.10** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**02.05** «Разводы». (16+)
**03.50** «Моя свекровь - монстр». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

**06.00, 01.50** «Рим. Армия строителей». (12+)
**06.55, 02.45** «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)
**07.45, 08.40, 18.25, 19.20, 03.30, 04.20** Легенды Европы. (12+)
**09.40** «СССР. Империя наоборот». (16+)
**10.30** «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
**11.25** «Ну, Котёночкин, погоди!» (12+)
**12.20** «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
**13.15** «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
**13.55** «Вечное очарование Египта». (12+)
**14.55** «Кукрыниксы против Геббельса». (16+)
**15.45** «Наследие Гюстава Эйфеля». (12+)
**16.45** «Мир накануне катастрофы. XX век». (16+)
**17.35** «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
**20.20** «Фрэнк Синатра. Золотой век Америки». (16+)
**21.20** «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
**22.10** «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы». (12+)
**23.10** «Вторая мировая война». (12+)
**23.55** «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)

## УСАДЬБА

**06.00, 06.25, 18.00, 18.30, 20.55, 21.25, 00.20, 00.45** Дачные радости. (12+)
**06.50, 01.05** Дачные хитрости. (12+)
**07.05, 01.20** Тент на дачу. (12+)
**07.20, 03.15** Букварь дачника. (12+)
**07.30** Дачный угодник. (12+)
**08.00, 08.10, 08.25, 08.40, 20.00, 20.15, 20.25, 20.40, 02.00, 02.10, 02.25, 02.35** Вершки-корешки. (12+)
**08.55** История одной культуры. (12+)
**10.00** Один день из жизни фермера. (12+)
**10.25** Частный сектор. (12+)
**11.00** Варенье. (12+)
**12.00, 12.30** Декоративный огород. (12+)
**13.00, 13.30** Праздник в дом. (12+)
**14.00, 14.30** Урожай на столе. (12+)
**15.00, 03.55, 04.05** Лучки&Пучки. (12+)
**16.00, 16.30, 04.15** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**17.00, 05.35, 05.50** Дачная кухня. (12+)
**19.00** На объекте с Владимиром Гудковым. (12+)
**19.30, 01.30** Как построить дом. (12+)
**21.55** Дачный угодник. (12+)
**22.25** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**22.55, 23.10, 23.25, 23.40** Домашние заготовки. (12+)
**23.55** У мангала. (12+)
**02.50** Дело в отделке. (12+)
**04.45** Стройплощадка. (12+)
**05.10** Огород от-кутюр. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00, 21.10** На природе вкуснее. (16+)
**06.20, 06.45, 13.55, 02.45, 03.10** Охота на хищника. (16+)
**07.10, 03.35** Лесная сторожка. (6+)
**07.40, 11.50, 15.55, 20.05, 00.10, 04.05** Двое против рыбы. (16+)
**08.40** Безграничная рыбалка. (16+)
**09.10, 17.30, 05.35** Спиннинг сегодня. (16+)
**09.40** Алиса в деревне. (16+)
**10.10, 14.25** С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
**10.40** Ловись, рыбка. (16+)
**11.15** Лесной домашний зверь. (16+)
**12.50** Зубастая рыбалка. (16+)
**13.20** Территория фидера. (16+)
**14.55** Охота на вяхиря. (16+)
**15.25** На охотничьей тропе. (16+)
**17.00** Донка против фидера. (16+)
**18.00** Андрей Старков и его команда. (16+)
**18.35** Рыболовная карта России. (16+)
**19.00** Утиные истории. (16+)
**19.35** Рыболовные путешествия. (16+)
**21.25** Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)
**21.55** Привет, Малек! (6+)
**22.10** Рыболовная Россия. (16+)
**22.40** Лёша, подсекай! (16+)
**23.10** Родные просторы. (16+)
**23.45** Охота в Приволжье. (16+)
**01.05, 04.55** Охоты и охотники. (16+)
**01.15, 01.30** Давай зарубимся! (12+)

## ЖИВИ!

**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун. Практика гармонии. (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд». (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога(12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00, 19.30** Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**07.35** Лица Страны. (12+)
**07.55** Дзюдо. Fonbet Кубок России. Трансляция из Кызыла. (12+)
**09.45** «Век нашего спорта». (12+)
**10.20** «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Регби. «Красный Яр» (Красноярск) - «Динамо» (Москва). Чемпионат России. (12+)
**12.55** Сюрпляс. (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** «Сапборд. Модное увлечение». (12+)
**13.50** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. Юниорки. (6+)
**15.50** Специальный репортаж. (12+)
**16.05** Спорт, который есть. (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** География спорта. (12+)
**16.55** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
**18.30** «Страна спортивная». (12+)
**18.50** Специальный репортаж. (12+)
**19.05** Небесная грация. (6+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Дзюдо. Fonbet Кубок России. . (12+)
**21.20** Спортивные мамы. (12+)
**21.35** Регби. «Енисей-СТМ» (Красноярск) - «Динамо» (Москва). Чемпионат России. (12+)
**23.25** Волейбол. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Заречье-Одинцово» (Московская область). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**01.30** Человек из футбола. (12+)
**01.55** География спорта. (12+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

**06.10** У-Дачный чарт. (16+)
**07.00** #ЯНАМУЗТВ. (16+)
**08.05** Teen чарт. (16+)
**08.40, 15.00, 18.00, 21.40** Pro-новости. (16+)
**09.00** Тор чарт Европы плюс. (16+)
**10.00** Страна на Муз-ТВ. (16+)
**11.00, 22.00** Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
**13.00** Прогноз по году. (16+)
**14.00, 18.55, 00.00** Плейлист. Лето. (16+)
**15.20** В десятку! (16+)
**16.00** Народный микрофон. (16+)
**17.00** Яндекс.Музыка чарт. (16+)
**18.20** Хит-сториз. (16+)
**19.45** Кто следующий? (16+)
**20.35** «Искусный интеллект: неужели нейронки заменят музыкантов?» (16+)
**21.05** «Инвестиция или фикция: как звёзды страдают от пластики». (16+)
**01.00** Золотая лихорадка. (16+)
**03.00** Караокинг. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**06.00** Время малышей. (0+)
**08.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**08.45** «Простоквашино». (0+)
**11.00** «Бумажки». (0+)
**12.00** Время малышей. (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**13.45** «Буба». (6+)
Любознательный добряк ежеминутно находит приключения на свою белую голову. Веселый мультсериал о познании мира.
**14.50** «Тюленьки». (6+)
**15.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**16.15** «Буква в деле». (0+)
**16.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**17.00** Время малышей. (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
**19.35** «Лунтик». (0+)
**20.00** «Сказочный патруль». (0+)
**21.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Тюленьки». (6+)
**22.30** «Буба». (6+)
**02.00** «Буба». (6+)

### О!

**05.00** «Три кота». (0+)
**06.00** «Приключения Ам Няма». (0+)
**06.30** «Ум и Хрум». (0+)
**07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**07.20** «Три кота». (0+)
**09.30** «Отель у овечек». (0+)
**10.30** «Лунтик». (0+)
**11.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**12.20** «Ум и Хрум». (0+)
**13.10** «Три кота». (0+)
**15.30** «Ум и Хрум». (0+)
**16.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**17.20** «Три кота». (0+)
**19.00** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Отель у овечек». (0+)
**23.10** «Зоомания». (6+)
**23.30** «Детский сад для зверят». (6+)
**00.00** «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
**01.15** «Союзмультфильм представляет...» (0+)
**03.00** «Жужжалка». (0+)
**03.05** «Три кота». (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)
**07.35** «Лунтик». (0+)
**10.20** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**10.30** «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
**10.45** «Простоквашино». (0+)
**14.00** «Оранжевая корова». (0+)
Знакомьтесь, это семейство оранжевых коров: телята Бо и Зо и их родители - Мама Корова и Папа Бык. В каждой серии дети самостоятельно или с друзьями решают какую-нибудь важную проблему, а родители поддерживают их и дают полезные советы.
**16.30** «Барбоскины». (0+)
**17.15** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
**17.20** «Барбоскины». (0+)
**18.50** «Чик-Чирикино». (0+)
**20.40** «Большое путешествие Люськи и Фрикадельки». (0+)
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Отель у овечек». (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. Волк оказывается мало того, что говорящим, так ещё и путешественником по параллельным вселенным. Он выручает попавших в разные истории героев сказок! Петя и Волк стали настоящими друзьями и теперь на помощь спешат вместе! Им предстоит решать самые разные задачи, например, как Кощею провести сигнализацию или сшить платье для Царевны-лягушки.
**00.55** «Колобанга.
Только для пользователей интернета». (6+)
**02.30** «Ералаш». (6+)
**04.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.00, 18.00** «Команда МАТЧ». (0+)
**06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45** «Цветняшки». (0+)
**06.40, 08.45, 12.40, 15.25, 18.40, 20.45** «Тоботы». (6+)
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
**08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
**09.55, 16.40, 04.40** «Тобот. Герои Дэндо». (6+)
**10.10, 16.55, 04.55** «Шмяк». (0+)
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
**11.15, 14.45, 23.15** «Патруль Дино». (0+)
**13.50, 01.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
**21.55, 22.05** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**08.00** «Лунтик». (0+)
**09.00** «Чебурашка». (0+)
**09.30** «Простоквашино». (0+)
**12.30** «Три кота». (0+)
**15.30** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Простоквашино». (0+)
**18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
**19.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
**20.00** «Барбоскины». (0+)
Барбоскины - веселая собачья семья, живущая в современном мире. Папа семейства не расстается с ноутбуком, мама - с мечтой о сцене, а дети - они такие же, как и юные зрители, - у каждого свой неповторимый характер.
**21.30** «Три кота». (0+)
**00.00** «Крутиксы». (6+)
**01.25** «Монсики». (0+)
**01.45** «Простоквашино». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

**05.00** День Патриарха. (0+)
**05.10** Расскажи мне о Боге. (6+)
**05.40** «Мультфильмы (0+)
**06.00, 08.00** Утро на «Спасе». (0+)
**10.00** Лето Господне. (6+)
**11.35** День Патриарха. (0+)
**11.45, 12.15** Монастырская кухня. (0+)
**12.45** «СПАС ПОД БЕРЁЗАМИ». (12+)
**13.40** «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
**15.00** «СЫНОВЬЯ УХОДЯТ В БОЙ». (12+)
**17.00** Вечер на «Спасе». (0+)
**17.30** Прямая линия. Ответ священника. (12+)
**18.10** «День Ангела». (0+)
**18.45** «Лики Богородицы». (0+)
**19.20** «СПАС ПОД БЕРЁЗАМИ». (12+)
**20.15** Вечер на «Спасе». (0+)
**20.30** Бесогон. (18+)
**21.40** Вечер на «Спасе». (0+)
**21.55** «Поле битвы». (16+)
**22.25** «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (6+)
**23.40** Вечер на «Спасе». (0+)
**00.45** День Патриарха. (0+)
**00.55** «Святой Муром. История Петра и Февронии». (0+)
**01.50** «Лики Богородицы». (0+)
**02.20** «Сибирский ковчег». (0+)
**02.40** Вечер на «Спасе». (0+)

## Православный календарь

**8 июля**

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

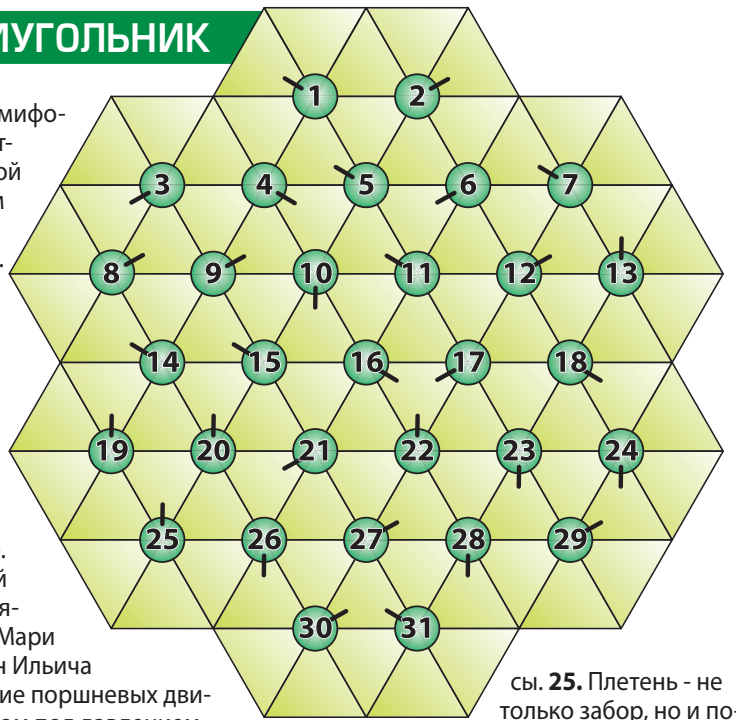
Прмц. Февронии девы. Прп. Далмата Исетского. Сщмч. Василия пресвитера. Прп. Никона Оптинского, исповедника. Сщмч. Василия пресвитера.

**Петров пост.**

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

Свт. Игнатий Брянчанинов

## ШЕСТИУГОЛЬНИК




**1.** В греческой мифологии бог богатства. **2.** Головной убор с жестким козырьком в конном спорте. **3.** Дядя Гарри Поттера. **4.** Эта балерина основала Национальный балет Кубы и Академию балета в Гаване. **5.** Живущая в тереме (песен.). **6.** Французский поэт, чье настоящее имя - Луи-Мари Андрие. **7.** План Ильича (1920). **8.** Питание поршневых двигателей воздухом под давлением. **9.** Имя певца Паваротти. **10.** Виртуозный пассаж в пении. **11.** Имя главного героя фильма «Брат». **12.** Курорт на Финском заливе. **13.** Несамоходное судно. **14**. Сезонный житель села. **15.** Обрубок бревна. **16.** Португалец, открывший Бразилию. **17.** Быстроходное трехмачтовое судно. **18.** Дрожание осинового листа. **19.** Морская рыба семейства сельдеобразных. **20.** Имя актрисы Портман. **21.** Шакал в книге Киплинга. **22.** Узкая полоска по краю ткани. **23.** Рисковый парень в корриде. **24.** Крупный сайт, объединяющий различные универсальные сервисы. **25.** Плетень - не только забор, но и подошва этого башмака. **26.** Минерал класса фосфатов. **27.** Место капитана корабля на свежем воздухе. **28.** «Отрезанный ... к хлебу не приставить» (пословица). **29.** Верхняя длиннополая одежда. **30.** Близкий товарищ по занятию. **31.** Валюта, за которую Буратино продал свою азбуку.

**Ответы:** 1. Плутос. 2. Картуз. 3. Вернон. 4. Аноско. 5. Грааль. 6. Аратон. 7. Голлро. 8. Наддув. 9. Лучано. 10. Рулада. 11. Данила. 12. Ренино. 13. Лихтер. 14. Дачник. 15. Чурбан. 16. Кабрал. 17. Клипер. 18. Трепет. 19. Килька. 20. Натали. 21. Табаки. 22. Кромка. 23. Тореро. 24. Портал. 25. Лапоть. 26. Апатит. 27. Мостик. 28. Ломоть. 29. Пальто. 30. Собрат. 31. Соньдо

## ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

**В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различным - разные. Одно слово уже вписано в сетку.**

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ■ | 14 | ■ | 12 | ■ | 10 | ■ | 22 | ■ | 14 | 2 | 12 | 1 |
| 5 | 9 | 8 | 1 | 16 | 6 | 21 | 13 | 6 | 8 | ■ | 7 | ■ |
| ■ | 8 | ■ | 3 | ■ | 3 | ■ | 9 | ■ | 17 | 25 | 2 | 1 |
| 1 К | 2 И | 3 Л | 4 О | 5 М | 6 Е | 7 Т | 8 Р | 9 А | 10 Ж | ■ | 3 | ■ |
| ■ | 1 | ■ | 11 | ■ | 24 | ■ | 11 | ■ | 9 | 11 | 4 | 13 |
| 17 | ■ | 12 | ■ | 18 | 4 | 3 | 2 | 1 | ■ | 22 | ■ | 6 |
| 18 | 8 | 2 | 23 | ■ | 20 | ■ | 1 | ■ | 16 | 3 | 26 | 14 |
| 11 | ■ | 11 | 4 | 11 | 6 | 7 | ■ | 17 | 15 | 19 | ■ | 4 |
| 6 | 13 | 4 | 1 | ■ | 7 | ■ | 4 | ■ | 9 | ■ | 12 | ■ |
| 11 | ■ | 14 | ■ | 7 | 4 | 21 | 7 | 6 | 8 | 19 | 6 | 8 |
| 2 | 12 | 7 | 6 | 8 | 11 | ■ | 3 | ■ | 7 | ■ | 13 | ■ |
| 6 | ■ | 2 | ■ | 2 | ■ | 20 | 6 | 3 | 4 | 7 | 9 | 3 |
| ■ | 12 | 1 | 15 | 4 | 16 | ■ | 7 | ■ | 15 | ■ | 11 | ■ |

**По горизонтали:** Писк. Маркшейдер. Ящик. Километраж. Анод. Голик. Гриф. Шлюп. Нонет. Явь. Едок. Тойтерьер. Истерн. Белотал. Сквош.

**По вертикали:** Парик. Склон. Железобетон. Ударник. Пряжа. Стило. Нуль. Депо. Ягнение. Синоптик. Фок. Швартов. Отлет. Седан. Трио.

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | | | | | | | | | | | | |

## ПЕРВЫЙ

14.00 «Большая игра». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
**22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)
Королев летит к Марии в Париж с признанием: благодаря ей он разобрался с прошлым и хочет связать с ней будущее. Во Франции же находится и их старый знакомый - поклонник Стрельцовой из МАГАТЭ. Марии предстоит сделать выбор…
22.55 «Большая игра». (16+)
00.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## РОССИЯ

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+)
Вернувшиеся из отпуска супруги Илюхины обнаруживают у себя дома тело молодого человека, прикованного наручниками к батарее. Панов делает однозначный вывод: юноша скончался от обезвоживания.
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
**21.30 «ГАЛКА».** (16+)
Из-за чувства вины Тамара решается на отчаянный поступок. Крашенинников обещает Галке помочь решить проблему с мошенниками. Он обращается за помощью к опытному адвокату - своей бывшей возлюбленной Марине. Виктория с Олегом возвращаются с Сейшел. Галка переживает за подругу Эллу, которая беременна от «принца» - богатого и красивого парня.
00.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
03.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

## ТВЦ

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

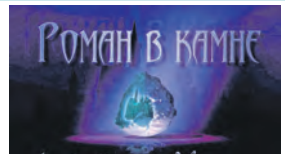
06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
**08.40 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ-2».** (16+)
10.35 «Актёрские драмы. Теряя рассудок». (16+)
11.30 События
**11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: РАСПЛАТА».** (16+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
**15.05 «ОХОТА НА КРЫЛАТОГО ЛЬВА».** (12+)
16.55 Прощание. (16+)
Два звездных модельера ушли из жизни друг за другом.
17.50 События
18.05 «МЕТОД МИХАЙЛОВА». (16+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 «Актёрские драмы. Роль по блату». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Настоящий детектив. Тайна счастливого билета». (16+)
01.30 «Русские тайны. Лаборатории смерти». (16+)
02.15 «Дорогие товарищи. Алмазная пыль». (16+)
**03.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
04.35 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (16+)
05.20 «Прототипы. «Щит и меч». (16+)

## НТВ

08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

**04.55 «ЛЕСНИК».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
**08.25 «ЛЕСНИК».** (16+)
10.00 «Сегодня»
**10.35 «ЛЕСНИК».** (16+)
Кто-то грабит фуры и убивает водителей. Дронов, проверив все данные, приходит к выводу, что убийства дальнобойщиков объединяет одно: все они останавливались в придорожном кафе, которым владеют братья Матвеевы. Дронов решает внедрить в среду дальнобойщиков своего человека.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
**14.00 «БИМ».** (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
**20.00 «БАЛАБОЛ».** (16+)
В городе все больше «процветают» случаи телефонного и интернет-мошенничества. Распутать этот клубок намерен лично майор Балабин. В отделе собралось уже несколько заявлений от обманутых граждан. Одним из пострадавших оказался подполковник Грибанов.
**22.15 «ДЕЛЬФИН».** (16+)
00.20 «Сегодня»
**00.40 «ДЕЛЬФИН».** (16+)
**02.30 «ВОЛК».** (16+)

## РОССИЯ К Культура




08.45 «Роман в камне»

06.30 Пешком...
07.05 Легенды мирового кино
Нонна Мордюкова
**07.35 «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА»**
08.45 22.05 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 01.45 Неизвестные маршруты России
**10.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАЛЛЕ-СЫЩИКА»**
12.00 02.25 «Запечатленное время»
12.45 00.05 «Настоящая жизнь римских легионеров»
13.40 «Сны мастера»
**14.25 20.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
16.00 «Забытое ремесло»
16.15 Отсекая лишнее
В ряду российских скульпторов 20 века имя Степана Дмитриевича Эрьзи - одно из самых популярных. Его обширное наследие бережно хранится на родине художника, в Мордовии.
17.15 «Первые в мире»
17.30 01.00 Неделя камерной музыки
18.15 «Всюду деньги, господа!»
18.45 «Сергей Ожегов. Человек и словарь»
19.45 Библейский сюжет
20.15 Спокойной ночи, малыши!
**22.30 «ДОРОГА НА БАЛИ»**
03.00 Перерыв в вещании

## СТС

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
**09.50 «РУКИ ВВЕРХ!»** (16+)
**11.55 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА-2».** (6+)
**13.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ».** (12+)
**17.55 «ГРАНИЦА МИРОВ».** (16+)
**21.00 «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА».** (16+)
Франция, 2001 г. Мистический триллер. В ролях: Софи Марсо, Мишель Серро.
В начале XX века экспедиция французских египтологов возвращалась на родину. Среди прочих древностей на борт корабля был погружен 3000-летний саркофаг с мумией, найденный при раскопках. Согласно записям судового врача, экипаж стала косить странная эпидемия.
**22.55 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА».** (16+)
**00.45 «РОЖДЁННЫЙ ЧЕМПИОНОМ».** (16+)
**02.35 «БОЕВОЙ МЕХАНИЗМ».** (18+)
04.00 «100 мест, где поесть». (16+)

## 5-Й КАНАЛ

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

## ЗВЕЗДА

**05.50 09.15 «МОРСКОЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
**09.50 13.25 14.20 15.05 17.15 02.40 «ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ».** (16+)
Старший сержант Игорь Волошин откомандирован на службу в Санкт-Петербург, чтобы помочь местной водной милиции. Попав в новые для себя условия, он старается показать свой профессионализм и заслужить уважение командира.
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
**22.05 «КАМЕНСКАЯ».** (16+)
**00.20 «ДЕРЗОСТЬ».** (12+)
02.05 «Атом: энергия мира». (16+)

## ОТР

06.00 11.00 00.00 «Расхищенное: Похищенные сокровища Азии». (16+)
06.50 «Очевидно. Вероятно». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРажение
**15.10 «ДЕНЬ ПРИЁМА ПО ЛИЧНЫМ ВОПРОСАМ».** (16+)
16.45 «Нескучное дело». (12+)
17.00 00.50 «Игра в классики». (12+)
17.40 «Почитаем!»(16+)
**20.45 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...»** (12+)
**22.20 «ЛИССАБОН».** (16+)
01.35 ОТРажение. Итоги. (12+)

## МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 18.25 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 22.30 22.45 23.00 23.30 00.00 01.00 «Новости». (16+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 17.20 19.25 «Деньги 24». (12+)
11.50 15.50 23.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 16.50 18.50 «Москва - столица спорта». (12+)
13.50 17.50 «Техно». (12+)
15.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
19.35 «Спецреп». (12+)
21.15 23.40 03.30 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание! Еда!»
08.00 «Сделано в России»
08.30 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 16.05 21.05 «СССР. Знак качества»
09.50 «За МКАДром». (12+)
10.35 «Погода для похода»
11.20 11.35 14.20 «Лето в Подмосковье». (12+)
13.15 «Гостеприимство». (12+)
17.05 «Викторина 360»
17.45 «Подмосковный нейротур». (12+)
18.15 «На пути к катастрофе»
18.45 22.25 «Загадки древней истории». (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Это Китай!» (16+)
23.10 «Подкаст. Джентльмены предпочитают». (16+)
00.15 01.20 «Подкаст». (18+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.15 08.55 11.55 16.55 01.20 «Новости дня». (16+)
06.25 Энциклопедия. (16+)
06.55 03.05 «Улицы московские». (12+)
07.20 «Юмор на все времена». (16+)
08.05 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
**09.00 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ».** (16+)
11.25 15.15 23.20 «Звёзды советского экрана». (16+)
**12.00 23.50 «ДЕЛО СЛЕДОВАТЕЛЯ НИКИТИНА».** (16+)
**15.25 «БЛИЗНЕЦЫ».** (16+)
**17.00 «КРУГ».** (16+)
**18.35 «ТАМОЖНЯ».** (16+)
**20.00 «МЕЧЕНЫЙ АТОМ».** (16+)
**21.40 «ВА-БАНК».** (16+)

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

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

## РЕН

11.00 «Как устроен мир». (16+)

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

## ТНТ

19.00 «ЖУКИ». (16+)

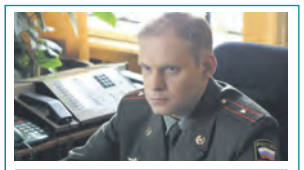
**07.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
**19.00 «ЖУКИ».** (16+)
Никита, Дэн и Артемий разработали уникальное приложение для смартфонов, вот-вот продадут его и осуществят все свои мечты. Но в последний момент многомиллионная сделка срывается...
**23.00 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО».** (16+)
США, Гонконг, Великобритания, Франция, 2018 г.
Ветеран Крестового похода лорд Робин Локсли возвращается в родной город Ноттингем и видит, что он погряз в коррупции. Робин присоединяется к группе Весёлых Шервудских Разбойников и становится знаменитым благородным вором...
**01.10 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО».** (16+)
02.50 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
**05.50 «САШАТАНЯ».** (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 «Слепая». (16+)
**18.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
На работе Рая попадает в переделку: после пустякового вызова ее обманом заманивают обратно в сауну и пытаются изнасиловать. Ей удается запереться в ванной и набрать Кулыгина.
**23.00 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОВОМ ПОЛЕ».** (18+)
США, 2020 г.
Агенты ФБР проводят расследование, чтобы поймать торговцев людьми. Однако выясняется, что это дело имеет отношение к другому расследованию...
01.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

## ЧЕ



06.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

**06.30 «СОЛДАТЫ-14».** (16+)
Россия, 2004-2013 гг.
В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева, Борис Щербаков, Роман Мадянов, Павел Кассинский, Максим Коновалов, Юрий Сафаров.
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.
08.15 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.40 Улётное видео. (16+)
14.00 Влад решает. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Влад решает. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
**04.20 «СОЛДАТЫ-14».** (16+)

## МАТЧ ТВ

20.10 Футбол. Чемпионат мира-2026.

06.00 Смешанные единоборства. UFC. Трансляция из США. (16+)
07.00, 12.35, 17.10 Новости
07.05, 17.15, 22.30 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30, 12.40, 17.55, 20.10 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из США. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Мексики. (6+)
02.10 Джиу-джитсу. ACBJJ. Трансляция из Москвы. (16+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. Трансляция из Калуги. (6+)

## ДОМАШНИЙ

13.30 «Верну любимого». (16+)

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

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

Комплекс GEMOTENOL*



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

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

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

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

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

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ (звонки по России бесплатно)
8 (800) 600-57-56
8 (495) 136-59-66

РЕКЛАМА

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**06.20** «МИМИНО». (16+)
**07.55** «Веселая карусель». (16+)
**09.30** «ЧЕСТНЫЙ, УМНЫЙ, НЕЖЕНАТЫЙ...» (12+)
**10.45** «ПОПРЫГУНЬЯ». (16+)
**12.20** «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
**14.55** «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (16+)
**16.35** «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
**18.20** «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (16+)
**20.00** «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (16+)
**22.45** «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (16+)
**00.25** «ГАРАЖ». (16+)
**02.10** «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (16+)
**03.45** «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА». (16+)

## VIJU TV1000

**06.15** «ЯГУАР». (16+)
**08.05** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**11.00** «УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ». (16+)
**13.25** «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
**15.15** «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
**17.00** «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
**18.55** «ДОЛИНА ТЕНЕЙ». (16+)
**21.05** «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». (16+)
**22.50** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
Сериал. Испания, 2020. Боевик. В ролях: Хуан Эчанове, Эльвира Мингес, Лусия Баррадо.
**01.35** «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
**02.55** «ЛЮБИТЕ КУПЕРОВ». (16+)

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

**05.30** «Смешарики». (6+)
**06.10** «Простоквашино». (6+)
**06.45** «Смешарики». (6+)
**07.55** «Три кота». (6+)
**08.25** «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
**10.05** «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
**11.40** «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
**13.20** «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
**15.10** «ПО-БРАТСКИ». (16+)
**16.55** «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
**19.00** «ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ». (16+)
**20.40** «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
**22.40** «ЗА СЛОВА ОТВЕЧАЮ». (16+)
**00.20** «Я БОГИНЯ». (16+)
**02.00** «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
**03.35** «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

## VIJU TV1000 ACTION

**05.30** «ДЭННИ ЦЕПНОЙ ПЁС». (18+)
**07.05** «ПАТРУЛЬ». (16+)
**08.50** «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». (16+)
**12.10** «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (16+)
**13.40** «ЛИНКОЛЬН ДЛЯ АДВОКАТА». (16+)
**15.40** «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
**17.25** «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
**19.00** «КОЗЫРНЫЕ ТУЗЫ». (16+)
**20.45** «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
**22.15** «ПУШКИ АКИМБО». (16+)
**23.55** «ВОЗДУШНЫЙ БОЙ». (16+)
**01.15** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
**02.55** «ПЛАН ПОБЕГА-2». (16+)
**04.25** «ПЛАН ПОБЕГА-3». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

**00.10** «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
**01.35** «СПЕНСЕР». (16+)
**03.25** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
**05.15** «ПОШУМИМ!» (16+)
**06.25** «САПОЖНИК». (16+)
**07.55** «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
**09.50** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
**11.40** «ДЖОЙКА». (16+)
**13.25** «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)
**15.15** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
**16.45** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
**19.10** «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)
**20.30** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
**22.35** «МУШКЕТЕРЫ». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**07.00** «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
**08.40** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**12.35** «ГОЛОВА-ЖЕСТЯНКА». (16+)
**14.45** «НА ОСТРИЕ». (16+)
**16.55** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
**18.50** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+) Лето 1999 года. Саша с родителями приезжает на отдых в санаторий, где парню достается главная роль в музыкальной постановке. В паре с ним выступит местная красавица Полина.
**21.00** «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)
**22.50** «КЛЯТВА». (16+)
**00.55** «ЖГИ!» (16+)
**02.35** «АДАМ И ЕВА». (16+)
**04.00** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

**00.05** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
**06.25** «ЗА ПАЛЫЧА! 2». (16+)
**08.10** «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)
**10.00** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
**12.10** «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
**13.45** «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
**15.25** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (6+)
**17.20** «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
**19.30** «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
**21.40** «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
**23.25** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)

## ДОМ КИНО

**04.30** «Три кота». (6+)
**05.30** «Союзмультфильм представляет...» (6+)
**06.30** «Барбоскины». (6+)
**07.30** «Чемпионы». (6+)
**09.10** «БАЛАБОЛ». (16+)
**13.00** «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
**15.00** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов, Александр Лисицин.
**18.30** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
**22.30** «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
**01.00** «ЖЕЛАНИЕ». (16+)
**02.40** «РЕБРО АДАМА». (16+)
**03.50** «ВЫ МЕНЯ ВИДЕЛИ?» (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

**07.30** «ПРО МОЮ МАМУ И ПРО МЕНЯ». (16+)
**09.15** «СЕСТРИЧКИ». (16+)
Сериал. Россия, 2021. Комедия. В ролях: Екатерина Соломатина, Эвелина Блёданс, Иван Паршин, Александр Арсентьев.
**11.05** «МОЯ ИДЕАЛЬНАЯ МАМА». (16+)
**14.25** «СИЛА ЛЮБВИ». (16+)
**17.50** «ТАРИФ «СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ». (16+)
**19.30** «ЛИНИЯ МАРТЫ». (16+)
**23.15** «ПОКА БЬЕТСЯ СЕРДЦЕ». (16+)
**00.55** «СЫГРАЙ МОЕГО МУЖА». (16+)
**02.50** «НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ». (16+)

## CINEMA

**06.05** «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА». (18+)
**08.25** «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)
**09.55** «ПЛАСТИК». (18+)
**11.40** «ПАРКЕР». (16+)
**13.35** «АДРЕНАЛИН: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)
**15.05** «ДЕНЬ КУРКА». (18+)
**16.50** «ОХРАННИК». (18+)
**18.20** «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)
**20.20** «БЭЙТАУН ВНЕ ЗАКОНА». (18+)
**22.00** «ПРИГОВОР». (18+)
**23.50** «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)
**02.05** «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
**03.35** «ПАРКЕР». (16+)
**05.25** «ЧЕРНОЕ ЗОЛОТО». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.50** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
**03.00** «ИГРА НА ВЫБЫВАНИЕ». (16+)
**03.50** «ИГРА НА ВЫБЫВАНИЕ». (16+)
**04.50** «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
**06.55** «ЖМУРКИ». (16+)
**09.00** «СИССИ». (16+)
**11.05** «ПРОРЫВ». (16+)
**12.45** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**14.45** «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
**17.00** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-6: ЖУРНАЛИСТ». (16+)
**19.00** «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
**23.25** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)

## РЕТРО

**06.15** «СВЕТЛАЯ ЛИЧНОСТЬ». (16+)
**08.00** Мультфильмы
**08.55** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
**10.15** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
**11.50** «ВОЛШЕБНЫЙ МАГАЗИН». (16+)
**12.20** Мультфильмы
**12.55** «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
**14.30** «ВЕСНА». (16+)
**16.15** «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)
**17.45** «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
**19.05** «ВКЛЮЧИТЕ СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (0+)
**20.25** «ГДЕ ТЫ, БАГИРА?» (16+)
**22.00** «АМНИСТИЯ». (16+)
**23.20** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**01.00** «ЗОЛОТЫЕ ЯБЛОКИ». (16+)

## СУББОТА!

**05.00, 05.10, 05.45, 06.10, 06.45, 07.00, 07.30, 07.40, 07.50, 08.40, 08.50, 09.40, 10.10, 10.50, 11.10, 11.30, 11.40, 11.55, 12.10, 12.25** «Маша и Медведь». (0+)
**05.55, 07.25, 09.55, 12.00, 13.25** «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
**09.10** «Маша и Медведь: Парк чудес». (0+)
**13.50, 15.50, 18.00** Новые Четыре свадьбы. (16+)
**20.00, 21.10** Богиня свиданий. (16+)
**22.30** Богиня сыска. (16+)
**23.50, 00.20** «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
**00.45, 02.35** Суббота News-2026. (16+)
**01.00, 02.00, 02.50** «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**09.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**11.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КАИНА». (16+)
**15.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**16.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**17.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**19.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КАИНА». (16+)
**23.00** «ТРИГГЕР». (18+)
**00.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**01.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**03.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В ПРОГРАММЕ». (16+)
**07.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)

## СТС LOVE

**06.00** Даёшь молодёжь! (16+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**10.15** «РАНЕТКИ». (16+) Отец Ани сообщает жене, что Лиза пыталась покончить жизнь самоубийством. Лену преследуют дельцы. Она все же решается принять участие в важном для «Ранеток» выступлении. Не обнаружив Лену дома, Степнов решает, что ее похитили. Степнов продолжает заботиться о Лене и её дедушке. Вопреки опасениям мамы, Женя одобряет её отношения с Галицким.
**17.35** «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
**22.05** «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
**02.05** Даёшь молодёжь! (16+)

## ТВ21

**07.00** «ОСЬМИНОГ». (18+)
**08.40** «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (18+)
**11.40** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (18+)
**13.20** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (18+)
**15.10** «К-19». (16+)
**17.40** «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)
**20.10** «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
Картина рассказывает реальную историю путешествия по югу США знаменитого джазового пианиста Дона Ширли
**22.30** «ДРАЙВ». (18+)
**00.20** «16 КВАРТАЛОВ». (16+)
**01.55** «ПРИЗРАК». (16+)
**03.40** «ХОЧУ ЗАМУЖ». (18+)
**05.25** «ПУРГА». (16+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

**05.00** «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (16+)
**05.10** «Понять. Простить». (16+)
**06.00** Вместе каждый день
**06.15** «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
**07.50** «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
**09.05** «Дела судебные. Новые истории». (16+)
**10.00** Вместе каждый день
**10.10** «Дела судебные» (16+)
**13.00** Вместе каждый день
**13.15** «Мировое соглашение». (16+)
**14.10** «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
**15.05** «Дела судебные. Новые истории». (16+)
**16.00** Вместе каждый день
**16.15** «Обману. Нет». (16+)
**16.35** «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)
**18.00** Вместе каждый день
**18.20** «Дела судебные». (16+)
**21.15** «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (16+)
**23.15** «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
**01.10** Первый Евразийский канал. (12+)

## ПОБЕДА

**04.55** «Путь к Победе». (16+)
**05.55** «СЕСТРЁНКА». (12+)
**07.30** «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
**18.10** «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА». (16+)
**22.00** «ТАНКИ». (16+)
Россия, 2018. Драма. В ролях: Андрей Мерзликин, Аглая Тарасова, Александр Тютин, Сергей Стукалов, Антон Филипенко, Алексей Овсянников, Сергей Четвертков.
Инженеру Кошкину предстоит проехать через половину страны на уникальном танке и не попасться в руки врагов! Когда руководству страны стало понятно, что большой войны не избежать, лично Сталиным был отдан приказ о разработке новой бронетехники.
**23.40** «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
**01.30** «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
**03.40** «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 03.30** Секреты на кухне. (16+)
**05.30, 00.30, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.00** Гастротур. (16+)
**06.50, 08.50** Битва шефов. (16+)
**10.50** Адский шеф. (16+)
**13.50, 16.30** Новые Четыре свадьбы. (16+)
В этом выпуске участницы пригласят на свои свадьбы с бюджетом более 1,5 миллиона рублей. Девушки отправятся в Сочи на тропическую свадьбу Елены. В Новосибирске состоится свадьба в стиле «голливудский шик» Александры. Фишкой мероприятия Кристины из Самары станет бар с коктейлями от жениха. А Наталья из Томска удивит гостей своей свадьбы чёрными кольцами жениха и невесты.
**19.00, 22.00** Свадьба вслепую. (16+)
**22.50** Ставка на любовь. (16+)
**01.00, 01.50, 02.40** На ножах. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**06.00** «Моя свадьба лучше!» (16+)
**07.50** «Супермама». (16+) Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей и завоевать главный титул!
**10.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**12.05** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**16.15** «Ждули». (16+) Реалити-шоу про девушек, которые предпочитают знакомиться и общаться с мужчинами из мест лишения свободы. Вы увидите судьбы женщин, которые решили связать свою жизнь с заключенными и ждут их возвращения из тюрьмы.
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.00** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**02.00** «Разводы». (16+)
**03.50** «Моя свекровь - монстр». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

**06.00** «Свободная Куба». (16+)
**07.00** «Ват Чум Кхонг, Луангпхабанг». (12+)
**07.25** «Сокровища Петры: в поисках лидана». (12+)
**08.25** «Война в Корее». (16+)
**10.25** «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
**12.25** «История королевских скандалов». (16+)
**14.05** «Тайна Золотых городов». (16+) Реальность не терпит грима. Камера показывает правду, а режиссёр находит в ней смысл. Каждый кадр - шаг к пониманию, каждое слово - ключ к тайне.
**15.05** «Осаждённые крепости». (16+)
**16.05** «Потерянный мир Ангкор-Вата». (12+)
**18.00** «Египетские гробницы. Имхотеп - создатель пирамид». (12+)
**20.00** «История королевских скандалов». (16+)
**21.45** «Свободная Куба». (16+)
**23.30** «Тайна Золотых городов». (16+)
**00.35** «Осаждённые крепости». (16+)
**01.25** «Гробницы Египта: последняя миссия». (12+)
**03.15** «История королевских скандалов». (16+)
**04.50** История вещей. (16+)

## ИСТОРИЯ

**06.00** «СССР. Империя наоборот». (16+)
**06.45, 01.50** «Граф Монте-Кристо. Подлинная история». (16+)
**07.45, 03.30** «Ну, Котёночкин, погоди!» (12+)
**08.35, 05.05** «Эпоха гигантов. Рептилии. Зависимость от климата». (12+)
**09.30** «Гений пародий. Недолгая жизнь Виктора Чистякова». (12+)
**10.15** «Вечное очарование Египта». (12+)
**11.15** «Кукрыниксы против Геббельса». (16+)
**12.00** «Наследие Гюстава Эйфеля». (12+)
**13.00** «Диктор Иванович. Солдат телевидения». (12+)
**13.50, 14.50, 23.55, 00.55, 04.15** Легенды Европы. (12+)
**15.45** «Спасённые шедевры России». (12+)
**16.40** «Фрэнк Синатра». (16+)
**17.35** «Фрунзик Мкртчян. История одиночества». (12+)
**18.20** «Эпоха гигантов. Гориллы и ленивцы». (12+)
**19.20** «Вторая мировая война». (12+)
**20.15** «Затерянные гробницы Нотр-Дама». (12+)
**21.10** «Поединок в Лефортово». (12+)
**22.10** «Рим. Армия строителей». (12+)
**23.10** «Нонна Мордюкова. Простая история». (12+)

## УСАДЬБА

**06.00, 06.25, 15.00, 15.30, 18.30, 00.20, 00.45, 03.30, 03.55** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**06.50, 01.10** Дачный угодник. (12+)
**07.20, 03.20** Букварь дачника. (12+)
**07.30, 19.30, 01.35** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**08.00, 20.00, 20.15, 02.00** Домашние заготовки. (12+)
**08.55, 09.25** Декоративный огород. (12+)
**10.00, 10.30** Праздник в дом. (12+)
**11.00, 11.30** Урожай на столе. (12+)
**12.05, 12.15, 12.30, 12.45** Лучки&Пучки. (12+)
**13.05, 13.30** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**14.00** Дачная кухня. (12+)
**16.00** На объекте с Владимиром Гудковым. (12+)
**16.30, 04.45** Как построить дом. (12+)
**17.00, 17.15, 17.30, 17.45, 05.10, 05.25, 05.35, 05.50** Вершки-корешки. (12+)
**18.00** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**19.00** Дачный угодник. (12+)
**21.00** История одной культуры. (12+)
**22.00** Один день из жизни фермера. (12+)
**22.25** Частный сектор. (12+)
**22.55** Варенье. (12+)
**23.55, 02.55** Дело в отделке. (12+)
**04.20** Дачные хитрости. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00, 02.25** Алиса в деревне. (16+)
**06.30, 10.15, 02.50** С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
**06.55, 03.20** Ловись, рыбка. (16+)
**07.25** Морская рыбалка. (12+)
**07.45, 11.50, 16.00, 20.05, 00.10, 04.15** Двое против рыбы. (16+)
**08.45, 05.10** Зубастая рыбалка. (16+)
**09.10, 05.35** Территория фидера. (16+)
**09.40, 22.45, 23.15** Охота на хищника. (16+)
**10.45** Охота на вяхиря с Евгением Шеляпиным. (16+)
**11.20** На охотничьей тропе. (16+)
**12.50** Донка против фидера. (16+)
**13.20, 01.45** Спиннинг сегодня. (16+)
**13.55** Андрей Старков и его команда. (16+)
**14.25** Рыболовная карта России. (16+)
**14.55** Утиные истории. (16+)
**15.25** Рыболовные путешествия. (16+)
**17.00, 21.05, 03.15** О главном. (16+)
**17.10, 22.25** На природе вкуснее. (16+)
**17.25** Кулинарное путешествие. (16+)
**17.55** Игра по-крупному! (16+)
**18.25** Лёша, подсекай! (16+)
**19.00** Родные просторы. (16+)
**19.35** Охота в Приволжье. (16+)
**21.15, 21.30** Давай зарубимся! (12+)
**21.45** БАгатый улов. (16+)
**23.40** Лесная сторожка. (6+)
**01.05** Охоты и охотники. (16+)
**01.15** Безграничная рыбалка. (16+)

## ЖИВИ!

**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун. (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога(12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00**, 19.30 Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
**07.35** «Сапборд. Модное увлечение». (12+)
**07.55** Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. Групповая гонка. Мужчины. Шоссе. (6+)
**10.30** География спорта. (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Регби. «Енисей-СТМ» (Красноярск) - «Динамо» (Москва). Чемпионат России. (12+)
**12.55** Спортивные мамы. (12+)
**13.10** «Страна спортивная». (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Спорт, который есть. (12+)
**13.50** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
**16.00** «Страна спортивная». (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** Человек из футбола. (12+)
**16.55** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
**18.30** «Век нашего спорта». (12+)
**19.05** Лица Страны. (12+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Смешанные единоборства. Бетсити. Fight Nights. (16+)
**21.40** Что за спорт? (12+)
**22.10** Самбо. Командный чемпионат России. Трансляция из Москвы. (12+)
**23.05** «Страна спортивная». (12+)
**23.20** Волейбол. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Заречье-Одинцово» (Московская область). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**01.30** «В поисках самой сложной трассы». (12+)
**02.25** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

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

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**06.00** Время малышей. (0+)
**08.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**08.45** «Простоквашино». (0+)
**11.00** «Бумажки». (0+)
**12.00** Время малышей. (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**13.45** «Буба». (6+)
**14.50** «Тюленьки». (6+)
**15.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**16.15** «Буква в деле». (0+)
**16.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**17.00** Время малышей. (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
Дружба Маши и Медведя - это классические отношения взрослого и ребенка. В мультфильме отражены детская непосредственность, забота и уважение к старшим.
**19.35** «Лунтик». (0+)
**20.00** «Сказочный патруль». (0+)
**21.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Тюленьки». (6+)
**22.30** «Маша и Медведь». (0+)

### О!

**05.00** «Три кота». (0+)
**06.00** «Приключения Ам Няма». (0+)
**06.30** «Ум и Хрум». (0+)
**07.00** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**07.20** «Три кота». (0+)
**09.30** «Отель у овечек». (0+)
**10.30** «Лунтик». (0+)
**11.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**12.20** «Ум и Хрум». (0+)
**13.10** «Три кота». (0+)
**15.30** «Ум и Хрум». (0+)
**16.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**17.20** «Три кота». (0+)
**19.00** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Отель у овечек». (0+)
**23.10** «Зоомания». (6+)
**23.30** «Детский сад для зверят». (6+)
**00.00** «Белка и Стрелка звездные собаки». (0+)
**01.25** «Союзмультфильм представляет...» (0+)
**03.00** «Жужжалка». (0+)
**03.05** «Три кота». (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)
**07.35** «Лунтик». (0+)
**10.20** «Парк Турум-Бурум». (0+)
**10.30** «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
**10.45** «Простоквашино». (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
**13.45** «Инфинити Надо». (6+)
**14.15** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Мой брат - монстр». (6+)
**16.40** «Царевны». (0+)
**17.15** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
**17.20** «Царевны». (0+)
**19.25** «Горошек и компания». (6+)
Тая, Филя и Горошек живут в небольшом провинциальном городе. Тая и Филя - совершенно не похожие друг на друга двойняшки-первоклассники. Горошек - их младший четырёхлетний брат, который своим трогательным и наивным видом умиляет всех вокруг.
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Мастер Витя и Мотор». (0+)
**22.30** «Метал Кард Бот». (6+)
**23.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
Однажды обычный питерский школьник Петя встречает не совсем обычного Волка, которому нужна помощь. Волк оказывается мало того, что говорящим, так ещё и путешественником по параллельным вселенным. Он выручает попавших в разные истории героев сказок! Петя и Волк стали настоящими друзьями и теперь на помощь спешат вместе! Им предстоит решать самые разные задачи, например, как Кощею провести сигнализацию или сшить платье для Царевны-лягушки.
**00.55** «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
**02.30** «Ералаш». (6+)
**04.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.00, 18.00, 00.00** «Команда МАТЧ». (0+)
**06.20, 09.45, 12.20, 16.30, 18.20, 21.45** «Цветняшки». (0+)
**06.40, 08.45, 12.40, 15.25, 18.40, 20.45** «Тоботы». (6+)
**07.05, 13.05, 19.05** «Робозуна». (6+)
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
**08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
**09.55, 16.40** «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
**10.10, 16.55, 04.55** «Шмяк». (0+)
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
**11.15, 14.45** «Патруль Дино». (0+)
**13.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
**21.55, 22.05** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**08.00** «Лунтик». (0+)
**09.00** «Чебурашка». (0+)
**09.30** «Простоквашино». (0+)
**12.30** «Три кота». (0+)
**15.30** «Барбоскины». (0+)
**16.30** «Простоквашино». (0+)
**18.00** «Нэйт опять опаздывает». (6+)
**19.00** «Приключения Пети и Волка». (12+)
Это история о дружбе обычного петербургского школьника Пети и говорящего Волка, который умеет перемещаться между разными мирами - нашим и сказочными. И вместе они решают самые разные волшебные проблемы.
**20.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Три кота». (0+)
**00.00** «Монсики». (0+)
**01.45** «Простоквашино». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

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

## Православный календарь

**9 июля**

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

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

**Петров пост. Разрешается рыба.**

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

Свт. Григорий Богослов

## СУДОКУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3х3 цифры не повторялись.

**1**

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

**2**

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

**3**

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

**4**

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

**5**

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

**6**

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

**Ответы**

**1**

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

**2**

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

**3**

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

**4**

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

**5**

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

**6**

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

## ПЕРВЫЙ

19.45 «Поле чудес». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Время покажет». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)
Компания Королева оказывается в эпицентре скандала из-за аварии на Зверинской ГЭС. Он не может допустить затопления города, который строил его репрессированный дед, и находит решение запустить новый водосброс. План Валерия требует не только мужества, но и человечности.
22.45 Юбилейный концерт группы «Рондо». (12+)
00.35 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 **«СВОИ-2».** (16+)
07.00 **«СВОИ-6».** (16+)
08.40 **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5».** (16+)
Новая домоправительница Ворона, Луиза Карловна, настаивает на ремонте загородного дома. Рыжов приезжает узнать про объём работ и знакомится с ней.
09.00 Известия. (16+)
09.30 **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5».** (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5».** (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 **«СЛЕД».** (16+)
01.00 Они потрясли мир. (16+)
01.50 **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4».** (16+)

## РОССИЯ

20.00 Вести

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)
В преддверии свадьбы юная невеста Анна Гринёва и её состоятельный жених Мальцев целиком посвящают себя приятным предпраздничным хлопотам. Внезапно девушка решает кардинальным образом изменить внешность и перекрашивается из блондинки в брюнетку.
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». (12+)
На телеканале «Россия» - третий сезон вокального шоу «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». В этом году география проекта пополнилась новыми городами: очные отборы впервые пройдут в Ростове-на-Дону, Владикавказе, Самаре, Казани и Перми. Всего телезрители увидят 5 отборочных туров.
23.55 **«ЛЮБОВЬ ПО НАЙМУ».** (12+)
03.20 **«МАМА ВЫХОДИТ ЗАМУЖ».** (12+)

## ЗВЕЗДА

05.40 09.20 **«ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
10.10 13.25 15.05 15.25 17.15 **«ВАРИАНТ «ОМЕГА».** (12+)
15.00 Военные новости. (16+)
19.40 «Загадки века» с Сергеем Медведевым». (12+)
20.25 «Война миров». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 Музыка+. (12+)
00.55 **«ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ».** (12+)
02.25 **«БЕЛЫЙ ВЗРЫВ».** (12+)
03.35 **«ДЕРЗОСТЬ».** (12+)
05.15 «Атом: энергия мира». (16+)

## ТВЦ

14.50 Город новостей

06.00 «Настроение»
08.10 **«НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ».** (12+)
11.30 События
11.50 **«НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ».** (12+)
12.25 **«ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ».** (12+)
Россия, 2015 г. Детектив. В ролях: Е.Полякова, В.Кошевой, О.Масленников-Войтов. Алина изучает редкий и смертоносный вирус «Конго-29», чтобы создать вакцину.
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **«ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ».** (12+)
16.55 «Легенды эстрады. Террариум друзей». (16+)
17.50 События
18.10 **«МЕТОД МИХАЙЛОВА».** (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.05 «Русские тайны. Проект «Ванга». (16+)
00.00 «Тайная комната. В постели с тираном». (16+)
00.45 **«ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (12+)
02.35 «Петровка, 38». (16+)
02.50 **«УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: ХИМИЯ УБИЙСТВА».** (16+)
04.30 **«УРАВНЕНИЕ С НЕИЗВЕСТНЫМИ: СЕГОДНЯ ТЫ УМРЕШЬ».** (12+)
06.15 «Рина Зелёная. 12 историй со счастливым концом». (16+)

## ОТР

06.00 «Расхищенное: Похищенные сокровища Азии». (16+)
06.50 «Моя история». (16+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.10 13.10 18.20 ОТРажение
11.00 «Человек и судьба». (16+)
11.25 «Почитаем!»(16+)
11.45 «Нескучное дело». (12+)
15.10 **«ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...»** (12+)
17.00 «На приёме у главного врача». (16+)
20.45 **«ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ».** (12+)
22.20 **«ИГРЫ МОТЫЛЬКОВ».** (16+)
00.00 **«ОТСЧЕТ УТОПЛЕННИКОВ».** (18+)

## НТВ

16.45 «ДНК». (16+)

04.55 **«ЛЕСНИК».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 **«ЛЕСНИК».** (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 **«ЛЕСНИК».** (16+)
Конфликт с черными копателями, разрывшими в лесу старые окопы времен войны, совпадает с приездом в Ольховку двух немцев - профессора биологии Курта и его студентки Берты. Сивый, у которого немецкие оккупанты расстреляли всю семью, ведет себя агрессивно.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 **«БИМ».** (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
18.00 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 **«БАЛАБОЛ».** (16+)
По городу прокатывается серия разбойных нападений. Пока отдел Сани занимается поиском грабителей, из местной психиатрической клиники сбегает пациент Сергей Филатов по прозвищу Флинт, проходивший по делу об ограблении. Николсон просит Балабина взять дело под свой контроль.
22.15 **«ДЕЛЬФИН».** (16+)
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
03.05 **«ВОЛК».** (16+)

## МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.30 16.00 17.00 17.30 18.00 18.25 19.00 20.00 20.30 20.45 21.00 21.30 22.00 23.00 23.30 00.00 01.00 02.00 03.00 «Новости». (16+)
11.20 12.20 13.20 14.20 15.20 16.20 17.20 19.25 «Деньги 24». (12+)
11.50 13.50 17.50 «Сити». (12+)
12.50 14.50 16.50 18.50 «Москва - столица спорта». (12+)
15.35 21.35 «Спецреп». (12+)
16.25 04.30 «Интервью». (12+)
18.40 «Качество жизни». (12+)
19.35 «Спецрепортаж». (12+)
21.15 23.45 03.30 «Московский патруль». (16+)
22.05 «Москва. Итоги». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## РОССИЯ К Культура

09.15 Диалоги о животных

06.30 Пешком...
07.05 Легенды мирового кино
Анатолий Кузнецов
07.35 **«ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА»**
08.45 «Роман в камне»
09.15 Диалоги о животных
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 Неизвестные маршруты России
10.55 **«ПРОДЕЛКИ СОРВАНЦА»**
12.10 «Первые в мире»
12.45 «Настоящая жизнь римских легионеров»
13.40 «Сергей Ожегов. Человек и словарь»
14.25 **«СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
16.00 «Забытое ремесло»
16.15 Отсекая лишнее
17.15 00.50 Неделя камерной музыки
18.15 Фильм-спектакль «Полтава». День победы русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавском сражении
19.45 «Фортуна Фабио Мастранджело»
20.35 **«КУРЬЕР»**
22.00 «2 Верник 2»
23.20 **«ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЕ И ОПАСНЫЕ»**
01.45 «Искатели»
02.30 «Как один мужик двух генералов прокормил»
03.00 Перерыв в вещании

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Новости МО». (16+)
06.00 «Прогулка». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
06.55 «Дача 360». (12+)
07.40 12.20 «Внимание! Еда!»
08.00 «Сделано в России»
08.30 «Погода на любой вкус»
09.05 09.35 15.15 16.05 21.05 «СССР. Знак качества»
10.35 «Выходные в Подмосковье». (12+)
11.20 11.35 14.20 «Лето в Подмосковье». (12+)
13.15 «Гостеприимство». (12+)
17.05 «Едем!» (12+)
18.15 «На пути к катастрофе»
18.45 «Загадки древней истории». (16+)
19.30 «Главные события дня»
20.30 «Это Китай!» (16+)
22.25 «Шестое чувство». (16+)
23.25 00.00 «Подкаст». (18+)
01.00 «Подкаст. Раскрыватор». (18+)
02.00 «Подкаст. Лепта». (16+)

## СТС

10.25 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

05.00 «100 мест, где поесть». (16+)
05.05 С лёгким утром! (16+)
05.50 Премьера! С лёгким утром! (16+)
Развлекательно-познавательная передача.
В программе - кулинарные путешествия, актуальные рецепты, идеи для выходных, свежие новости шоу-бизнеса и киноафиша.
06.40 ПроСТО кухня. Лучшее. (12+)
08.00 Премьера! Вам и не снилось. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.25 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
Юмористическое телешоу, создаваемое одноимённым творческим коллективом. Шоу включает в себя: эстрадные миниатюры на бытовые и социальные темы, музыкальные номера, пародии на известных личностей и телепередачи, интерактивы с гостями в зале и импровизации. Сценарии юмористических номеров пишут как сами актёры, так и сценаристы. Музыкальным оформлением шоу занимаются композитор Сергей Калугин и группа Liver Band. Участники: Дмитрий Брекоткин, Сергей Ершов, Сергей Исаев, Сергей Калугин и другие.

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.05 08.45 11.55 16.30 01.15 «Новости дня». (16+)
06.15 Энциклопедия. (16+)
06.45 «Улицы московские»
07.10 «Юмор на все времена»
07.55 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)
08.50 10.10 **«ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ».** (16+)
11.25 «Служебный роман»
12.00 23.45 **«ДЕЛО СЛЕДОВАТЕЛЯ НИКИТИНА».** (16+)
15.15 «Звёзды советского экрана». (16+)
15.40 23.05 «Тайны кино». (16+)
16.35 **«КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ».** (16+)
18.20 **«МЕНЯ ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ».** (16+)
20.00 **«ВЫСТРЕЛ В СПИНУ».** (16+)
21.35 **«ВА-БАНК-2 ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР».** (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

## РЕН

18.00 «Главные тайны мира». (16+)

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

## ТНТ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
13.00 **«ПРАЗДНИКИ».** (16+)
ТНТ запускает марафон народного сериала «ПРАЗДНИКИ». Чтобы провести пятницу в атмосфере тепла, семейного уюта и хорошего юмора, самое время включить ТНТ!
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шутки, точные попадания в актуальные темы и разнос звёзд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.
01.00 «Женский стендап». (18+)
У каждой - свой стиль, свой голос, но всех объединяет одно: они знают, как рассказать о жизни так, что будет смешно и очень правдиво.
03.20 «Однажды в России». (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 «Слепая». (16+)
19.00 **«И ГРЯНУЛ ГРОМ».** (16+)
Великобритания, Германия, США, Чехия, 2005 г. Путешествия во времени с некоторых пор стали не просто реальностью, но даже получили популярность...
21.00 **«ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО».** (16+)
США, 2008 г. Подросток Джейсон из южного Бостона обожает кунг-фу и фильмы про боевое искусство, которые он регулярно покупает в чайна-тауне.
23.00 **«НЕВИДИМОЗАВР».** (18+)
01.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

## ЧЕ

22.30 Опасные связи. (16+)

06.30 **«СОЛДАТЫ-14».** (16+)
09.00 Утилизатор. (16+)
Профессиональный борец с автохламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время навести порядок во всей стране! На запланированном маршруте Юрия Сидоренко города Золотого кольца и Поволжья.
16.30 «+100500». (16+)
22.30 Опасные связи. (16+)
00.00 **«БОСС НА ОДНУ НОЧЬ».** (16+)
Россия, 2026 г. Мелодрама. В ролях: Кристина Смирнова, Алим Хоконов. Скромная трудолюбивая Настя и представить не могла, что поход на корпоратив навсегда изменит ее жизнь, после которого она просыпается в постели с собственным красавцем-начальником...
01.20 «Женский 100500». (16+)
02.10 «+100500». (18+)
05.30 Утилизатор. (16+)

## МАТЧ ТВ

09.10 «Небесная грация». (6+)

06.00 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
07.00, 09.05, 12.35, 17.10 Новости
07.05, 17.15, 20.10, 00.05 Все на Матч! Пр.тр.
09.10 «Небесная грация». (6+)
09.30, 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. (6+)
17.55 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/8 финала. Трансляция из Канады. (6+)
21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. Пр.тр.
01.05 Смешанные единоборства. One FC. (16+)
03.00 Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
04.00 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (6+)

## ДОМАШНИЙ

01.20 «Порча». (16+)

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

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 6 ПО 12 ИЮЛЯ

### ОВЕН (21.03 – 20.04)

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

### ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

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

### БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

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

### РАК (22.06 – 22.07)

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

### ЛЕВ (23.07 – 22.08)

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

### ДЕВА (23.08 – 23.09)

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

### ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

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

### СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

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

### СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

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

### ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

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

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

скидка –30% в день обращения

Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей. Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье.

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- **недержание мочи;**
- **аденома предстательной железы;**
- **простатит, цистит, уретрит;**
- **мочекаменная болезнь;**
- **слабость мышц стенок мочевого пузыря.**

Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

Реклама

**МАЛЕУС (Malleus) — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.**

МАЛЕУС – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам 8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66

### КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

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

### РЫБЫ (19.02 – 20.03)

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

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 6 ПО 12 ИЮЛЯ

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**07.10** Мультфильмы
**09.05** «ЛИШНИЙ БИЛЕТ». (12+)
**10.40** «НАЗНАЧЕНИЕ». (16+)
**12.20** «А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ?» (16+)
Может ли комсомолец ходить по двору за руку с комсомолкой? А если это любовь?
**14.10** «АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)
**15.45** «ГОСТЬ С КУБАНИ». (16+)
**17.00** «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ!» (16+)
**20.30** «ИСКРЕННЕ ВАШ...» (16+)
**22.10** «ИНТЕРДЕВОЧКА». (18+)
**00.50** «АССА». (18+)
**03.20** «ЧЕРНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ПЕЧАЛИ, КРАСНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ЛЮБВИ». (16+)

## VIJU TV1000

**06.10** «СХВАТКА». (16+)
**08.05** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**11.00** «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+)
**13.45** «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
**15.25** «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ-2: ТАИНСТВЕННЫЙ НИЛ». (16+)
**17.00** «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
**19.00** «ВАСАБИ». (16+)
**20.40** «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
**22.10** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**23.40** «ПРОПАВШИЕ БЕЗ ВЕСТИ». (18+)
**01.00** «ВЫБОР». (16+)
**02.40** «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
**04.10** «МОИ ЧЕРНИЧНЫЕ НОЧИ». (16+)

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

**05.30** «Смешарики». (6+)
**06.10** «Простоквашино». (6+)
**06.40** «Смешарики. Новые приключения». (6+)
**07.45** «Три кота». (6+)
**08.15** «ВАСИЛИСА И ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ». (16+)
**10.00** «ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ». (6+)
**12.05** «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
**13.40** «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
**15.25** «БРАТЬЯ». (16+)
**17.20** «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
**19.00** «ПРАЗДНИКИ». (16+)
**20.25** «ТЁЩА». (16+)
**22.15** «МЫ РОЖАЕМ!» (16+)
**00.15** «ГОРЬКО!» (16+)
**01.55** «ГОРЬКО!-2». (16+)
**03.30** «ЗЯТЬ». (16+)
**04.45** «Чиполлино». (6+)

## VIJU TV1000 ACTION

**05.55** «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
**07.25** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
**09.05** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
**11.10** «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
**12.45** «ЧЁРНЫЙ ДРОЗД». (16+)
**14.15** «ПУШКИ АКИМБО». (16+)
**15.50** «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (16+)
**17.40** «УСКОРЕНИЕ». (16+)
**19.15** «АННА». (16+)
**21.10** «КОД 355». (16+)
**23.15** «АГЕНТ ЕВА». (16+)
**00.55** «ДЕВИЧНИК: УБОЙНАЯ НОЧЬ». (16+)
**02.20** «КУРЬЕР». (16+)
**03.55** «ТРЕЙСЕРЫ». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

**00.15** «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)
**02.05** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
**04.55** «ПОШУМИМ!» (16+)
**06.10** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
**08.35** «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)
**09.50** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
**11.55** «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
**13.40** «БОЛЕЛЬЩИЦЫ СО СТАЖЕМ». (16+)
**15.05** «СПЕНСЕР». (16+)
**16.50** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
**18.45** «ДЖОЙКА». (16+)
**20.30** «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
**21.45** «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
**23.50** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**06.30** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**07.15** «ДЖОКЕР». (16+)
**08.15** «ГОЛОВА-ЖЕСТЯНКА». (16+)
**10.35** «НА ОСТРИЕ». (16+)
**12.45** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
**14.35** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
**16.50** «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)
**18.40** «КЛЯТВА». (16+)
**21.00** «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
**23.05** «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
**00.55** «ПОДЛЕЦ». (18+)
**02.25** «ДЖОКЕР». (16+)
**03.25** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**04.10** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

**00.25** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
**00.55** «ЖЕНИХ». (16+)
**03.15** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
**06.40** «ВОСХИТИТЕЛЬНО!» (16+)
**08.50** «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)
**10.40** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
**12.55** «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
**14.35** «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)
**16.20** «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
**17.55** «ВСЁ МОГУ». (16+)
**19.30** «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
**21.15** «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
**23.25** «ВЫШИБАЛА». (18+)

## ДОМ КИНО

**05.30** «Союзмультфильм представляет...» (6+)
**06.30** «Барбоскины». (6+)
**07.30** «Чемпионы». (6+)
**09.10** «БАЛАБОЛ». (16+)
**13.00** «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
**15.00** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2004. Драма. В ролях: Александр Устюгов, Кирилл Таскин, Алексей Завьялов, Александр Лисицин.
**18.30** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
**22.30** «ТРИ МУШКЕТЁРА: Д'АРТАНЬЯН». (12+)
**00.40** «ТРИ МУШКЕТЁРА: МИЛЕДИ». (16+)
**02.40** «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

**06.05** «ТАРИФ «СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ». (16+)
**07.40** «ПОКА БЬЕТСЯ СЕРДЦЕ». (16+)
**09.20** «ЛИНИЯ МАРТЫ». (16+)
**13.00** «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ». (16+)
Сериал. Россия, 2021. Мелодрама. В ролях: Татьяна Казючиц, Кирилл Запорожский, Ефим Петрунин, Юлия Чеботникова.
**14.40** «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В РОМАНТИКУ». (16+)
**16.20** «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИМЕТЫ». (16+)
**19.30** «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В СОВПАДЕНИЯ». (16+)
**22.45** «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИНЦИПЫ». (16+)
**01.55** «САМАЯ СЧАСТЛИВАЯ». (16+)
**04.40** «БАРИСТА». (16+)

## CINEMA

**07.30** «КТО ВЫ, МИСТЕР БРУКС?» (18+)
**09.35** «ПРИЗРАК И ТЬМА». (16+)
**11.25** «АПОКАЛИПСИС». (18+)
**13.45** «ПОМПЕИ». (16+)
**15.30** «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)
**17.50** «ОХОТА НА ВОРОВ-2: ПАНТЕРА». (18+)
**20.00** «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». (18+)
**22.00** «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (18+)
Трагикомедия режиссёра Томаса Яна о двух молодых мужчинах, которые, узнав о смертельных диагнозах, решают прожить оставшиеся дни ярко и исполнить свои мечты.
**23.30** «ДОРИАН ГРЕЙ». (18+)
**01.25** «ОХРАННИК». (18+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.20** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**01.15** «ЖМУРКИ». (16+)
**03.30** «ИГРА НА ВЫБЫВАНИЕ». (16+)
**05.20** «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)
**08.55** «СИССИ - МОЛОДАЯ ИМПЕРАТРИЦА». (16+)
**11.00** «ВОЙНА». (18+)
**13.20** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**14.15** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-6: ЖУРНАЛИСТ». (16+)
**15.15** «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (18+)
**17.00** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-6: ЖУРНАЛИСТ». (16+)
**19.00** «ЖЕНЩИНА ДЛЯ ВСЕХ». (16+)
**20.35** «КАРАСИ». (16+)
**22.35** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)

## РЕТРО

**08.00** «ВОЛШЕБНЫЙ МАГАЗИН». (16+)
**08.30** Мультфильмы
**09.05** «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
**10.40** «ВЕСНА». (16+)
**12.30** «Золотая антилопа». (16+)
**13.05** «ВКЛЮЧИТЕ СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (0+)
**14.35** «ГДЕ ТЫ, БАГИРА?» (16+)
**16.00** «АМНИСТИЯ». (16+)
**17.20** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**19.00** «ОСЕННИЙ ПОДАРОК ФЕЙ». (16+)
**20.15** «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (16+)
**22.00** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
**23.15** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
**01.00** «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

## СУББОТА!

**05.00, 06.00, 07.20, 09.40, 11.55, 12.00, 12.20, 12.30, 12.50, 13.00, 13.20, 04.05, 04.25, 04.35, 04.50** «Маша и Медведь». (0+)
**05.50, 07.10, 09.35, 11.45, 13.15, 04.20** «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
**13.40, 16.10, 18.10** Новые Четыре свадьбы. (16+)
**20.00, 21.20** Богиня шопинга. (16+)
**22.30** Богиня свиданий. (16+)
**23.40, 00.10** «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
**00.30, 01.20, 02.20** «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
**03.00, 03.30** «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**09.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**11.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В ПРОГРАММЕ». (16+)
**15.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**16.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**17.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**19.00** «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В ПРОГРАММЕ». (16+)
**23.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**00.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**01.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**03.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**07.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)

## СТС LOVE

**06.00** Даёшь молодёжь! (16+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**10.15** «РАНЕТКИ». (16+)
У Жени налаживаются отношения с отцом. Матвей рассказывает Ане, почему организаторы благотворительного концерта отказали «Ранеткам». Зеленова, услышав речь Юрия, уходит с концерта. Вопреки ожиданиям Леры, Борзова совсем не радуется встрече с дочерью. Лена говорит девочкам, что появился шанс спасти Юрия. Зеленова ликует, инструменты «Ранеток» увозят.
**17.30** «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
**22.05** «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
**02.05** Даёшь молодёжь! (16+)

## ТВ21

**07.00** «НАСТОЯЩЕЕ БУДУЩЕЕ». (18+)
**08.40** «ЛЕВИАФАН». (18+)
**11.25** «НЕ ГОВОРИ НИКОМУ». (18+)
**13.50** «КРУШЕНИЕ». (18+)
**15.40** «ВЕК АДАЛИН». (16+)
**17.40** «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУЩОБ». (16+)
Джамал Малик, 18-летний сирота из трущоб в Мумбаи, всего в одном шаге от победы в телеигре «Кто хочет стать миллионером?» и выигрыша 20 миллионов рупий.
**19.50** «САМОВОЛКА». (18+)
**21.40** «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)
**23.55** «АНОРА». (18+)
**02.10** «БРАТ». (18+)
**03.45** «СКАЗ ПРО ФЕДОТА СТРЕЛЬЦА». (12+)

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

**05.00** «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (16+)
**05.10** «Понять. Простить». (16+)
**06.00** Вместе каждый день
**06.15** «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)
**08.00** «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
**10.00** Вместе каждый день
**10.10** «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
**11.05** «Дела судебные». (16+)
**13.00** Вместе каждый день
**13.15** «Мировое соглашение». (16+)
**14.10** «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
**15.05** «Дела судебные. Новые истории». (16+)
**16.00** Вместе каждый день
**16.15** «Миллион за 5 минут». (16+)
**18.00** Вместе каждый день
**18.20** «Миллион за 5 минут». (16+)
**18.55** «Миллион за 5 минут. Дети». (6+)
**21.10** «Игра в кино». (16+)
**22.45** «ЗНАХАРЬ». (16+)
**01.30** «Наше кино. История большой любви». (16+)
**02.45** «УЧИТЕЛЬ ТАНЦЕВ». (16+)

## ПОБЕДА

**04.55** «Путь к Победе». (16+)
**05.55** «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
**07.30** «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
**16.40** «ПОД НЕЛАСКОВЫМ НЕБОМ». (16+)
**20.20** «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
**00.10** «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (16+)
Россия, 2016. Драма. В ролях: Евгений Пронин, Кристина Асмус, Дарья Екамасова, Егор Корешков, Сергей Бондарчук (младший), Виктория Толстоганова, Сергей Сосновский.
Три киноновеллы рассказывают об истории восхождения к успеху легендарных российских спортсменов - борца Александра Карелина, гимнастки Светланы Хоркиной и пловца Александра Попова.
**01.55** «ЧЕМПИОНЫ». (16+)
**03.30** «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 04.00** Секреты на кухне. (16+)
**05.20, 01.10, 04.30** Пятница News. (16+)
**05.40** Гастротур. (16+)
**06.30** МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА. (16+)
**08.00** Четыре дачи. (16+)
**09.50** Адский шеф. (16+)
Константин Ивлев даст поварам возможность самим оценивать кулинарные работы соперников. Выставлять баллы конкурсанты будут за блюда, приготовленные в стиле новой русской кухни. А во втором испытании недели повара смогут проявить себя в создании авторских блюд. Кто справится с поставленными задачами, покажет программа «Адский шеф».
**12.50, 15.00, 17.00** Битва шефов. (16+)
**19.00** Ставка на любовь. (16+)
**01.30, 02.20, 03.10** На ножах. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**06.25** «Свадебный размер». (16+)
**08.30** «Битва за тело». (16+)
**09.50** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**12.00** «Бывшие 02.0». (16+)
В этом проекте вы увидите героев, которые когда-то решили расстаться со своими «вторыми половинками», но со временем захотели вернуть отношения. Но ради этого им предстоит проделать работу над ошибками и пройти терапию с психологом...
**15.05** «Мама в 16». (16+)
Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16. На пути к материнству они столкнутся с предательством близких,.
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.10** «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
**02.05** «Разводы». (16+)
**03.50** «Моя свекровь - монстр». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

**00.00** Доноры блокадного Ленинграда. Сквозь время. (12+)
**01.05** «Русский музей: увидеть невидимое». (12+)
**01.40** Семь дней истории. (12+)
**01.45, 02.25, 18.45, 21.45** «Русская история». (12+)
**03.10, 23.10** Историограф. (12+)
**05.15** Это их выбор. (16+)
**05.35, 09.45, 13.45, 17.40** «Война престолов: Подлинная история Европы». (16+)
**06.30, 18.35** Обыкновенная история. (6+)
**06.40, 10.35, 14.35** «Уроки Нюрнберга». (12+)
**07.05, 11.00, 15.05** «Забытые войны России». (12+)
**08.00** «Сквозь времена». (12+)
**08.40** «Революция live». (12+)
**12.00** «Кровавое правление Стюартов». (16+)
**12.50** «Щёлкин. Крёстный отец атомной бомбы». (12+)
**16.00** «Это подкаст. История». (12+)
**16.55** «Шахматные партии холодной войны». (16+)
**20.00** «Живота своего не жалеть для Отечества». (12+)
**20.55** «Ледоколы войны». (12+)

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

**06.00, 00.30** История одной культуры. (12+)
**06.55, 19.05, 01.20** Один день из жизни фермера. (12+)
**07.20** Букварь дачника. (12+)
**07.35, 19.35, 01.45** Частный сектор. (12+)
**08.00, 20.05, 02.10** Варенье. (12+)
**09.00** Лучки&Пучки. (12+)
**10.00, 10.30** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**11.00, 11.15, 11.30, 11.45** Дачная кухня. (12+)
**12.05, 12.30, 15.25, 03.30** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**13.00** На объекте с Владимиром Гудковым. (12+)
**13.30** Как построить дом. (12+)
**14.00, 14.15, 14.30, 14.45** Вершки-корешки. (12+)
**15.00** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**15.55, 04.20** Дачный угодник. (12+)
**16.25, 04.45** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**17.00, 17.15, 17.30, 17.40, 05.10, 05.25, 05.35, 05.50** Домашние заготовки. (12+)
**18.00, 18.35** Переделки на участке. (12+)
**21.05, 21.35** Декоративный огород. (12+)
**22.05, 22.35** Праздник в дом. (12+)
**23.05, 23.35** Урожай на столе. (12+)
**00.05, 03.05** Дело в отделке. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00, 18.25, 19.00, 02.10** Охота на хищника. (16+)
**06.30, 22.35, 02.35** С Нормундом по водоемам Беларуси. (16+)
**06.55, 10.55, 15.15, 18.00, 23.05, 03.55** О главном. (16+)
**07.00, 03.00** Охота на вяхиря. (16+)
**07.25, 03.30** На охотничьей тропе. (16+)
**07.55, 12.05, 16.00, 20.05, 00.10, 04.00** Двое против рыбы. (16+)
**08.55, 05.10** Донка против фидера. (16+)
**09.25, 21.35, 05.35** Спиннинг сегодня. (16+)
**09.55** Андрей Старков и его команда. (16+)
**10.25** Рыболовная карта России. (16+)
**11.00** Утиные истории. (16+)
**11.35** Рыболовные путешествия. (16+)
**13.10** Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)
**13.40** Игра по-крупному! (16+)
**14.10** Лёша, подсекай! (16+)
**14.45** Родные просторы. (16+)
**15.25** Охота в Приволжье. (16+)
**17.00** Давай зарубимся! (12+)
**17.20** БАгатый улов. (16+)
**18.05** На природе вкуснее. (16+)
**19.30** Лесная сторожка. (6+)
**21.05** Безграничная рыбалка. (16+)
**22.05** Алиса в деревне. (16+)
**23.10** Ловись, рыбка. (16+)
**23.45** Лесной домашний зверь. (16+)
**01.05** Зубастая рыбалка. (16+)
**01.30** Территория фидера. (16+)

## ЖИВИ!

**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун. (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд». (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога (12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00, 19.30** Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**07.35** «Страна спортивная». (12+)
**07.55** Специальный репортаж. (12+)
**08.15** Спорт, который есть. (12+)
**08.30** Джиу-джитсу. ACBJJ. (16+)
**10.35** «Магия большого спорта». (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Волейбол. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Заречье-Одинцово» (Московская область). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**13.10** «Страна спортивная». (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Небесная грация. (6+)
**13.50** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. (6+)
**16.00** «Страна спортивная». (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** Что за спорт? (12+)
**16.50** Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
**18.30** Стрельба из лука. Чемпионат России. (6+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. Групповая гонка. Мужчины. Шоссе. (6+)
**22.15** Специальный репортаж. (12+)
**22.35** География спорта. (12+)
**23.05** «Страна спортивная». (12+)
**23.25** Волейбол. «Заречье-Одинцово» (Московская область) - «Динамо-Ак Барс» (Казань). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**01.25** «Магия большого спорта». (12+)
**01.50** Спортивные мамы. (12+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

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

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**Пятни**ца, 10 июля
**06.00** Время малышей. (0+)
**08.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**08.45** «Простоквашино». (0+)
**11.00** «Бумажки». (0+)
**12.00** Время малышей. (0+)
**13.30** «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
**13.45** «Муся, Чук и Станислав». (6+)
**14.50** «Тюленьки». (6+)
**15.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**16.15** «Буква в деле». (0+)
**16.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
**17.00** Время малышей. (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
**19.35** «Лунтик». (0+)
**20.00** «Сказочный патруль». (0+)
Повествует о приключениях четырёх девочек-волшебниц, приехавших в город Мышкин.
**21.00** «Барбоскины». (0+)
**21.30** «Тюленьки». (6+)
**22.30** «Простоквашино». (0+)
**02.00** «Простоквашино». (0+)

### О!

**05.00** «Три кота». (0+)
**06.00** «Приключения Ам Няма». (0+)
**06.30** «Ум и Хрум». (0+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**09.30** «Отель у овечек». (0+)
**10.30** «Лунтик». (0+)
**11.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**12.20** «Ум и Хрум». (0+)
**13.10** «Три кота». (0+)
**15.30** «Ум и Хрум». (0+)
**16.30** «Приключения Ам Няма». (0+)
**17.20** «Три кота». (0+)
**19.00** «Барбоскины». (0+)
Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей. Барбоскины - веселая собачья семья, живущая в современном мире.
**22.00** «Ну, погоди!» (0+)
**23.25** «Союзмультфильм представляет...» (0+)
**03.00** «Жужжалка». (0+)
**03.05** «Три кота». (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Чик-зарядка». (0+)
**07.35** «Турбозавры». (0+)
**10.25** «Семь королевств». (0+)
**В Сем**и королевствах правят маленькие волшебники - принцы и принцессы! У каждого из них есть особый друг-питомец - фантастический дракончик. Эти волшебные создания всегда готовы помочь своим хозяевам, а также доставить их в место назначения. На них можно ездить верхом, лететь по воздуху и даже перемещаться под водой! Все волшебники владеют тремя уникальными способностями, а справиться с магическими миссиями им помогает наставница - мудрая фея Звёздочка.
**13.45** «Инфинити Надо». (6+)
История о приключениях суперкоманды из четырех мастеров фантастической игры Надо. С помощью волшебных волчков игроки получают необыкновенную силу, которую используют для борьбы со злом. Надо - это больше, чем игра.
**14.15** «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
Хотите узнать, откуда появляются булочки на завтрак, почему подводная лодка всё время тонет, как из горы получаются вилки и ложки и зачем синоптикам сачки? Девочка Катя и её друг Эф путешествуют по пекарням, заводам, поездам, пароходам и изучают, как всё устроено и какие бывают профессии. Каждый раз они возвращаются обратно, полные впечатлений и новых знаний. И всегда с неожиданными выводами.
**17.00** «Ум и Хрум». (0+)
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Тюленьки». (6+)
**23.00** «Маша и Медведь». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.00, 18.00** «Команда МАТЧ». (0+)
**06.15, 12.15, 18.15** «Шушумагия». (0+)
**06.20, 09.45, 11.40, 15.10, 16.30, 18.20, 21.45** «Цветняшки». (0+)
**06.40, 12.40, 18.40** «Робозуна». (6+)
**07.50, 19.50** «Ювик с планеты Ю». (12+)
**07.55, 13.55, 19.55** «Корги по имени Моко. Защитники планеты». (6+)
**08.25, 14.25, 20.25** «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)
**08.45, 09.55, 15.25, 16.40, 20.45** «Тоботы». (6+)
**09.20, 16.05, 21.20** «Колобанга». (6+)
**10.10, 16.55, 04.55** «Шмяк». (0+)
**10.20, 17.05, 22.20** «Команда Флоры». (6+)
**10.45, 17.30, 22.45** «Карбот». (6+)
**11.15, 14.45** «Патруль Дино». (0+)
**13.50** «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
**21.55** «Бабушкины сказки». (12+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**08.05** «Лунтик». (0+)
**09.00** «Чебурашка». (0+)
**09.30** «Простоквашино». (0+)
**18.00** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Ну, погоди!» (6+)
В известном советском мультсериале «Ну, погоди!» показаны весёлые приключения активного спортсмена и общественника Зайца и настойчивого хулиганистого Волка. В каждой серии Волк пытается заманить Зайца в ловушку, но тому каждый раз удаётся перехитрить серого. Действие каждой серии разворачивается в новом месте: пляж, спортивный стадион, музей, парк культуры и отдыха и многие другие.
**23.00** «Хомяк-молчун». (0+)
**23.05** «Так не бывает». (0+)
**23.10** «Три кота». (0+)
**00.00** «Монсики». (0+)
**01.45** «Простоквашино». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

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

## Православный календарь

**10 июля**

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

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

**Петров пост.**

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

Прп. Илия Екдик

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

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

# О речных рыбах, больших и не очень

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

**а)** Мелких грызунов.
**б)** Уток. **в)** Выдр.

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

**а)** Весной. **б)** Осенью. **в)** Зимой.

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

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

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

**а)** Паку. **б)** Арапаима. **в)** Тамбаки.

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

**а)** Толстолобик. **б)** Голавль. **в)** Язь.

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

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

**ОТВЕТЫ**

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

## ПЕРВЫЙ

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

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Я сегодня обеты молчанья нарушу». К 80-летию со дня рождения Валентины Толкуновой. (12+)
11.10 «Вспомнить всё». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Поехали! (12+)
**13.05 «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ».** (16+)
1959 год. 18-летняя воспитанница детдома Таня Мещерская приезжает в Москву из Казахстана. При себе у нее письмо к отцу - академику Викентию Яковлевичу Рябинскому, и старинная брошка - наследство от матери - Лилии Мещерской.
17.00 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Премьера. «День семьи, любви и верности». Праздничный концерт. (12+)
21.00 «Время»
21.35 Бокс. Мурат Гассиев (Россия) - Тони Йока (Франция). Бой за титул чемпиона мира WBA. Пр.тр.
**22.50 «БЕЛЫЕ НОЧИ ПОЧТАЛЬОНА АЛЕКСЕЯ ТРЯПИЦЫНА».** (16+)
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## РОССИЯ

09.00 «Формула еды». (12+)

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
В их репортажах - фронтовая жизнь, судьбы и события, которые непременно войдут в историю.
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
**21.00 «МУЖ МОЕЙ МЕЧТЫ».** (16+)
Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Рябова, Нил Кропалов. Софья Синицына, учитель русского языка и литературы, потратила лучшие годы своей жизни, обеспечивая своего возлюбленного, начинающего писателя Виктора Пастухова.
**00.40 «НИКТО КРОМЕ НАС».** (12+)
**04.10 «ОБРАТНЫЙ БИЛЕТ».** (12+)

## ТВЦ

07.05 «Православная энциклопедия». (6+)

07.05 «Православная энциклопедия». (6+)
**07.35 «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!»** (12+)
**09.35 «ДВА СИЛУЭТА НА ЗАКАТЕ СОЛНЦА».** (12+)
11.30 События
11.45 «Смешите меня семеро». (16+)
**12.45 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК».** (16+)
Преподавателя академии ФСБ полковника Волкова называют советским Джеймсом Бондом. Работа сталкивает его с дерзкой «новой сменой» - капитаном Игорем Камориным. Молодой ученик верит в силу современных технологий и ставит под сомнение авторитет Волкова. Но только поначалу!
14.30 События
**14.45 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК».** (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.10 «Тайная комната. Герман Геринг». (16+)
22.55 «Русские тайны. Слово пацана». (16+)
23.40 «Следствие ведет КГБ. Шпионская пыль». (16+)
00.25 «Обжалованию не подлежит. Фотограф». (16+)
01.05 Прощание. (16+)
04.00 «Хватит слухов!» (16+)
05.50 «Петровка, 38». (16+)

## НТВ

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

**05.20 «ЧУЖОЙ РАЙОН: ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО».** (16+)
В Красном Молоте стали пропадать собаки, за них просят выкуп.
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» с Сергеем Малозёмовым». (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»! Самые громкие секреты. (16+)
23.00 «Импровизаторы». (16+)
**00.00 «ФЕДЯ: НАРОДНЫЙ ФУТБОЛИСТ».** (12+)
Россия, 2024 г. Спортивная драма. В ролях: Станислав Румянцев, Николай Фоменко.
02.15 «Дачный ответ». (0+)
03.05 «Прошу, прости!» (16+)
**04.40 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

## РОССИЯ К Культура

06.30 Библейский сюжет

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
**07.50 «КОПИЛКА»**
10.10 «Отцы и дети»
**10.40 «КУРЬЕР»**
12.05 «Курьер». Мы перебесимся и будем такими же, как вы»
12.45 00.40 «Козероги - акробаты скалистых гор»
13.40 «Мультфильмы». К 90-летию киностудии «Союзмультфильм»
14.50 «Нобелевские победы российской науки»
Николай Басов и Александр Прохоров. Дата - 11.07.26 - 110 лет со дня рождения Александра Прохорова. Николай Басов и Александр Прохоров - физики, основоположники квантовой электроники.
15.35 «Энциклопедия загадок»
**16.05 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ»**
17.35 Большая опера-2025
19.30 Новости культуры
**19.45 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ»**
22.05 «Дожить до светлой полосы. Татьяна Лиознова»
**23.00 «ПЛОВЕЦ»**
00.15 «Роман в камне»
01.35 «Искатели»
02.25 «Мультфильмы для взрослых»
03.00 Перерыв в вещании

## СТС

12.30 «Принцесса Мононоке». (16+)

05.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.50 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «100 мест, где поесть». (16+)
12.00 Премьера! Чем заняться в выходные? Дайджест. (16+)
12.30 «Принцесса Мононоке». (16+)
Принц Ашитака навлекает на себя проклятие Татаригами. Отправляясь в путешествие на поиски лекарства от злых чар, принц оказывается в эпицентре войны между лесными богами и шахтёрской колонией Татарой.
**15.20 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. МАНУСКРИПТ ДРАКОНА».** (16+)
**17.05 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. ЗЕРКАЛА ПРИЗРАКОВ».** (16+)
**19.15 «ДИВЕРГЕНТ».** (16+)
США, 2014 г. Фантастический боевик. В ролях: Шейлин Вудли, Тео Джеймс, Джай Кортни. В мире, где живет Беатрис, люди делятся на пять фракций, каждая из которых посвящена определенному качеству человеческой личности.
**22.05 «ИНСУРГЕНТ».** (16+)
**00.20 «ДОГМЕН».** (18+)
**02.15 «ГОНКА ВЕКА».** (16+)
03.50 «Бесподобный мистер Фокс». (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
09.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
11.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
12.55 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
Охранник Колымы задолжал крупную сумму казино Карима. Он жаждет отыграться, идет ва-банк, но проигрывает. Чтобы припугнуть должника, Зураб ночью привозит его на стройку. Вскоре тело охранника падает с высоты и сбивает боковое зеркало машины...
14.45 «ЭЛЬБРУС». (16+)
00.00 Известия. Главное. (16+)
01.05 «ЭЛЬБРУС». (16+)
02.40 «ПИЛИГРИМ». (16+)

## ЗВЕЗДА

06.00 09.15 «В ЛЕСАХ ПОД КОВЕЛЕМ». (12+)
09.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)
10.25 13.20 19.25 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
Арина Прозоровская - идеалистка, убежденная комсомолка, выросшая в интеллигентной семье. Зоя Величко - деревенская девушка, дочь репрессированного кулака, волею судьбы оказавшаяся в уголовной среде. На Арине «висит» обвинение в измене Родине, а Зою обвиняют в убийстве матери Арины… Незадолго до войны обе попадают в разведшколу, которой руководит опытный майор Воротынников.
00.05 «ВАРИАНТ «ОМЕГА». (12+)

## ОТР

06.15 «ТАРЗАН - ЧЕЛОВЕК-ОБЕЗЬЯНА». (12+)
08.00 17.00 Пёстрый мир. (12+)
09.00 15.50 «Календарь». (12+)
09.25 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ». (12+)
10.50 01.45 «ШЛА СОБАКА ПО РОЯЛЮ». (0+)
12.00 15.00 19.00 Новости
12.05 «СУЕТА СУЕТ». (12+)
13.25 «Закулисье». (12+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 Спецрепортаж. (12+)
15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)
15.35 «Отчий дом». (12+)
16.15 «Очевидно. Вероятно»
17.35 «ЧИСТЫМИ РУКАМИ». (16+)
19.15 «Очень личное». (12+)
19.55 «Вспомнить всё». (16+)
20.25 «ВАЛЕНТИНА». (12+)
22.00 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!» (16+)
23.50 «ЧЕХОВСКИЕ МОТИВЫ». (18+)

## МОСКВА 24

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 14.00 15.00 15.30 16.00 16.30 17.00 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
06.35 16.35 «Качество жизни». (12+)
11.35 15.35 19.35 04.35 05.35 «Спецреп». (12+)
12.30 «Спецпроект. Наука». (12+)
13.25 «Сделано в Москве». (12+)
14.25 20.30 «Сити». (12+)
14.50 16.50 19.50 «Москва - столица спорта». (12+)
17.30 23.30 «Сити. Столик на двоих». (12+)
17.50 23.50 «Это Москва». (12+)
18.05 «Москва. Итоги». (12+)
21.25 «Откройте, Давид». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Кругосветка по Подмосковью». (12+)
06.15 «Дача 360». (12+)
07.00 14.30 «Всё просто!» (12+)
07.25 12.55 «Внимание! Еда!»
08.00 «Будни». (16+)
09.05 «Семейный маршрут».
10.00 «Погода на любой вкус»
11.00 «Поездка со вкусом»
11.30 17.05 «Выходные в Подмосковье». (12+)
12.00 20.00 «Новости 360»
12.30 «Сделано в России»
14.00 «ИнДизайн». (12+)
15.00 «Простая медицина»
15.30 21.00 «СССР. Знак качества». (12+)
16.10 «За МКАДром». (12+)
16.35 «Лето в Подмосковье»
17.30 «Город с историей». (12+)
18.10 «Едем!» (16+)
20.30 «Интервью 360». (16+)
23.10 «Взрослые люди». (18+)
23.55 «Снято! Семь дней Петра Семёныча». (18+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

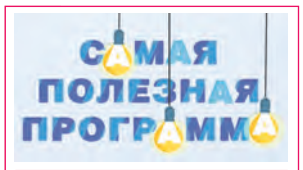
06.05 08.15 12.50 23.55 02.25 «Новости дня». (16+)
06.20 «Улицы московские»
06.45 «Юмор на все времена». (12+)
07.30 «Тайны кино». (16+)
08.30 «ПАССАЖИР С «ЭКВАТОРА». (16+)
09.50 «О ЛЮБВИ». (16+)
11.05 «МЕЧЕНЫЙ АТОМ». (16+)
13.00 14.40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (16+)
16.20 «Московский детектив». (16+)
16.50 «ВА-БАНК». (16+)
18.25 «ВА-БАНК-2 ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
20.00 21.20 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
22.35 «БЕС В РЕБРО». (16+)
00.05 «МОНОЛОГ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

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

## РЕН




10.00 Самая полезная программа. (16+)

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

## ТНТ

07.00 «Однажды в России». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
11.20 «Кто куда». (16+)
11.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
Здесь собираются те, кто уже доказал свою силу. Победители и финалисты «Битвы экстрасенсов» вступают в борьбу, проходя мистические испытания. Кто окажется сильнейшим среди сильнейших? Эмоции, конфликты и магия - в каждой серии.
18.30 «Мастер игры». (16+)
Второй сезон психологического реалити-шоу ТНТ, в котором звёздные участники оказываются в атмосфере тотального недоверия и интриг.
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+)

## ТВ-3

02.00 Дневник экстрасенса. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.45 «Замбезия». (6+)
11.30 «Лес чудес». (6+)
13.00 «Кунг-фу тигр». (6+)
15.00 **«ЗАПРЕТНОЕ ЦАРСТВО».** (16+)
17.00 **«И ГРЯНУЛ ГРОМ».** (16+)
19.00 **«БИБЛИОТЕКАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА».** (16+)
США, 2006 г.
Приключения молодого библиотекаря Флинна Карсена продолжаются. Устраиваясь на работу в городскую библиотеку Нью-Йорка, он не предполагал, что его ожидает...
21.00 **«БИБЛИОТЕКАРЬ: ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ ИУДЫ».** (16+)
23.00 **«ПИРАНЬИ 3DD».** (18+)
00.30 **«МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ».** (18+)
02.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

## ЧЕ

06.20 Утилизатор. (16+)

06.20 Утилизатор. (16+)
09.30 Автоблог Че! (16+)
11.00 **«УБОЙНАЯ СИЛА».** (16+)
Россия, 2001 г. Детектив.
В ролях: Андрей Федорцов, Константин Хабенский, Николай Лавров, Алексей Нилов, Александр Половцев.
Сериал «Убойная сила» снят российскими кинематографистами по рассказам Андрея Кивинова. Это продолжение повествования о нелегких буднях питерских ментов, начало которого показано в сериале «Улицы разбитых фонарей». В отдел по расследованию преступлений появляются новые сотрудники, которые сразу включаются в сложную и подчас очень опасную работу.
19.00 «+100500». (16+)
02.40 Рюкзак. (16+)
03.30 Тревел-блог Че! (16+)
05.00 **«УБОЙНАЯ СИЛА».** (16+)

## МАТЧ ТВ

06.00 Смешанные единоборства.

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

## ДОМАШНИЙ

06.30 Одна за всех. (16+)

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


# ПРАВОСЛАВНЫЕ!

***Ты хочешь милости, добра?***
***Будь сам его источником на свете.***
***Построим храм – пусть добрые дела***
***Помогут всем: и нам, и нашим детям!***

Подворье Лужецкого Богородицерождественского Ферапонтова мужского монастыря, расположенного в деревне Новопокров Можайского района Московской области после пожара, происшедшего 28 феврале 2014 года оказалось в бедственном положении. Сгорел братский корпус и домик настоятеля.

На сегодняшний день с Божьей помощью и благодаря вашим пожертвованиям многое удалось сделать.
Но на окончательное завершение работ нет средств.

Будем признательны всем неравнодушим людям за любую посильную помощь. Храни вас Господь!

**Реквизиты Подворья для перевода денег через банк:**
ИНН 5028997962
КПП 502801001
Религиозная организация
«Подворье Лужецкого монастыря»
Р/с 40703810740000002238
Банк: ПАО СБЕРБАНК
БИК 044525225
К/с 30101810400000000225
Адрес: 143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров

**Адрес для перевода денег по почте:**
143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров, Почтовое отделение «Поречье», Храм Покрова Пресвятой Богородицы Настоятелю подворья монастыря иеромонаху Димитрию (Леонову Анатолию Сергеевичу)

**8-915-216-76-77**

**Телефон для справок:**
**8-965-391-33-91, р.Б. Фотинья**

Социальная реклама



Реклама 0+

# ЗЕБРЁНОК

Детский журнал «Зебрёнок» — отличный компаньон для детей и взрослых: для вечера в семейном кругу, в поездке, в очереди, на отдыхе. Яркие забавные картинки, лабиринты и головоломки разной степени сложности привлекут детей разного возраста — от малышей, еще не умеющих читать, до младших школьников. 40 страниц «ходилок и бродилок» с разными сюжетами и игровыми персонажами обеспечат нескучную и ненавязчивую тренировку пространственного мышления и устного счета, развитие творческих способностей и мелкой моторики ребенка, а также дадут повод и родителям, бабушкам и дедушкам потренировать свой глазомер и внимательность.

**ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 3 ИЮЛЯ.**
**СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**07.35** «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (16+)
**09.10** «КАЩЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ». (0+)
**10.25** «САДКО». (12+)
**12.00** «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (16+)
**13.25** «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (16+)
**16.15** «АФОНЯ». (16+)
**17.55** «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (16+)
**19.40** «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
**21.25** «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (16+)
**23.00** «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (16+)
**04.05** «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (12+)

## VIJU TV1000

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

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

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

## VIJU TV1000 ACTION

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

## ИЛЛЮЗИОН+

**02.20** «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)
**04.25** «СПЕНСЕР». (16+)
**06.15** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
**08.15** «ДЖОЙКА». (16+)
**10.00** «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
**11.15** «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
В антиутопическом Чикаго будущего общество разделено на пять фракций: «Эрудиция», «Дружелюбие», «Искренность», «Отречение» и «Бесстрашие».
**13.20** «САПОЖНИК». (16+)
**14.50** «МОЙ ПАРЕНЬ - ПРИНЦ». (16+)
**16.45** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
**18.50** «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
**20.30** «ПАРАНОЙЯ». (16+)
**22.05** «КОД 355». (16+)
**00.00** «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**06.40** «НА ОСТРИЕ». (16+)
**08.35** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
**10.25** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
**12.40** «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)
**14.30** «КЛЯТВА». (16+)
**16.45** «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
**19.00** «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
**21.00** «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
**22.55** «РОВЕСНИКИ». (16+)
**00.35** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**01.25** «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
**03.50** «НЕ ОБМАНИ». (16+)
**05.20** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

**01.00** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
Сериал. Россия, 2014. Комедия. В ролях: Алина Алексеева, Степан Девонин.
**04.25** «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
**06.35** «НЕПОСЛУШНИКИ». (12+)
**08.40** «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
**10.35** «ВСЁ МОГУ». (16+)
**12.10** «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
**13.45** «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
**15.35** «ЗА ПАЛЫЧА! 2». (16+)
**17.20** «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
**19.30** «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
**21.40** «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
**23.20** «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (18+)

## ДОМ КИНО

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

## РУССКИЙ РОМАН

**07.15** «ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ». (16+)
**10.45** «НИКОМУ НЕ ГОВОРИ». (16+)
**14.20** «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (16+)
**17.45** «СКАЗКИ МАЧЕХИ». (16+)
**21.00** «БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ». (16+)
Сериал. Россия, 2022. Детектив. В ролях: Дмитрий Миллер, Эмилия Спивак, Владимир Колганов, Кристина Кузьмина, Алексей Митин, Анастасия Кравченя.
**00.20** «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (16+)
**03.20** «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (16+)
**04.50** «НОВЫЙ МУЖ». (16+)

## CINEMA

**06.05** «БАНДИТКИ». (18+)
**07.35** «АФЕРИСТКА». (18+)
**09.30** «ПРЕСТУПНИК». (18+)
**11.25** «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (18+)
**13.00** «КОНАН-ВАРВАР». (18+)
**14.55** «ДЖОН УИК-2». (18+)
Когда бывший коллега Джона решает взять под свой контроль таинственную гильдию убийц, Уик вынужден выйти из отставки.
**16.55** «ДЖОН УИК-3». (18+)
**19.10** «ДЖОН УИК-4». (18+)
**22.00** «ЛЕГИОНЕР». (18+)
**23.45** «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». (18+)
**01.35** «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)
**03.45** «НА ГРАНИ». (16+)
**05.20** «ПАРКЕР». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**00.25** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**01.25** «СИССИ». (16+)
**03.35** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-4: АРЕСТАНТ». (16+)
**10.15** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
**12.05** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
**14.00** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-5: ОПЕР». (16+)
**19.00** «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
**21.10** «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
По мотивам романа А. Дюма «Граф Монте-Кристо». В самый канун свадьбы с любимой девушкой Эдмон Дантес по ложному обвинению становится узником мрачного замка Иф.

## РЕТРО

**06.25** «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
**08.00** Мультфильмы
**09.05** «ВКЛЮЧИТЕ СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (0+)
**10.35** «ГДЕ ТЫ, БАГИРА?» (16+)
**11.55** «ГУСИ-ЛЕБЕДИ». (16+)
**12.15** Мультфильмы
**13.00** «ОСЕННИЙ ПОДАРОК ФЕЙ». (16+)
**14.15** «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (16+)
**16.00** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
**17.15** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
**19.00** «ПОДАРОК СУДЬБЫ». (16+)
**20.25** «ИГРУШКА». (16+)
**22.05** «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
**23.35** «ВЕСНА». (16+)
**01.20** «АР-ХИ-МЕ-ДЫ!» (16+)

## СУББОТА!

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

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**09.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**11.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**15.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**16.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**17.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**19.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**23.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**00.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**01.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**03.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**07.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)

## СТС LOVE

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

## ТВ21

**07.00** «О ЧЕМ ГОВОРЯТ НЕЗНАКОМЦЫ». (18+)
**08.40** «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
**10.30** «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
**12.20** «Я ХУДЕЮ». (16+)
**14.10** «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
**15.55** «ТАКСИ». (16+)
**17.30** «ТАКСИ-2». (16+)
**19.00** «ТАКСИ-3». (16+)
**20.35** «ТАКСИ-4». (18+)
**22.05** «ТАКСИ-5». (16+)
**00.00** «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
**01.50** «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (18+)
**03.35** «СБОЙ СОЗНАНИЯ». (18+)
**05.20** «ЛЮБОВЬ КАК БЕСТСЕЛЛЕР». (18+)

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

**05.00** «Мультфильмы». (12+)
**05.45** «Все как у людей». (6+)
**06.10** «Мультфильмы». (12+)
**06.45** «Исторический детектив» с Николаем Валуевым». (16+)
**07.10** «Мультфильмы». (12+)
**07.25** «Игра в кино». (16+)
**08.10** «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
**10.00** Вместе каждый день
**10.10** «Предварительный диагноз». (12+)
**10.20** «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)
**12.05** «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
**13.00** Вместе каждый день
**13.15** «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
**14.20** «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
**16.10** «КУРЬЕР». (16+)
**18.00** Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
**18.50** «ЗНАХАРЬ». (16+)
**21.30** «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
**00.30** «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (16+)
**01.50** «Наше кино. История большой любви». (16+)

## ПОБЕДА

**05.15** «ПАПА». (16+)
**06.50** «СМОТРИ НА МЕНЯ!» (16+)
**09.00** «ДОЛГИЙ ПУТЬ ДОМОЙ». (16+)
**00.35** «РОДНЫЕ». (16+)
Россия, 2021. Комедия. В ролях: Сергей Бурунов, Ирина Пегова.
Дорожные приключения не самого дружного семейства, которое отправилось навстречу мечте. Что делать человеку, которому осталось жить всего год? Конечно, отправиться навстречу своей заветной мечте! Павел Карнаухов так и поступил: объявил своей семье, что все они незамедлительно отправляются в путешествие, чтобы исполнить заветное желание главы семейства, - поехать с родными на Грушинский фестиваль и спеть свою песню.
**02.10** «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 03.50** Секреты на кухне. (16+)
**06.00, 02.30, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.20, 08.30** Гастротур. (16+)
**07.10** Умнее всех. (12+)
**09.20, 10.50, 13.00** Четыре дачи. (16+)
Четыре дачницы Подмосковья поделятся советами по уходу за садом и огородом. Олеся пригласит конкуренток в деревню Шипулино на свою дачу-конфетку. В Мамонтовке Тамара покажет дачу-квартирник. В Домодедово участницы увидят «таинственный лес» Елены. А в деревне Кулаково Екатерина расскажет о своей даче благополучия.
**14.50, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.20** Черный список. На кухне. (16+)
**23.20, 00.10** «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
**01.00** «СЕДЬМОЕ НЕБО». (18+)
**02.50** На ножах. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**05.20** «Свадебный размер». (16+)
Почему в семьях возникают разногласия? Откуда появляется лишний вес? И как вернуть утраченные чувства? В каждой серии проекта – история семейной пары, которая решает похудеть, чтобы сохранить свой брак. Это реальные судьбы, искренние эмоции и настоящие жизненные испытания.
**07.15** «Битва за тело». (16+)
**09.30** «Формула здоровья». (16+)
**10.00** «Статус: Неравный брак». (16+)
**13.05** «Беременна в 45». (16+)
**16.00** «Мама в 16». (16+)
«Мама в 16» – уникальный проект о девочках-подростках, столкнувшихся с ранней беременностью.
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.05** «Измены». (18+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

**06.00, 06.25, 20.50, 21.20** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**06.55, 07.05, 07.20, 07.30, 21.50, 22.05, 22.20, 22.30** Дачная кухня. (12+)
**07.45** Букварь дачника. (12+)
**07.55, 08.25, 10.55, 11.25, 22.50, 23.15, 01.50, 02.15** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**08.55, 23.45** На объекте с Владимиром Гудковым. (12+)
**09.25, 00.10** Как построить дом. (12+)
**09.55, 10.10, 10.25, 10.40, 00.35, 00.50, 01.00, 01.15** Вершки-корешки. (12+)
**11.55, 02.55** Дачный угодник. (12+)
**12.25, 03.20** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**12.55, 13.10, 13.25, 13.40, 03.45** Домашние заготовки. (12+)
**13.55, 14.25, 05.05, 05.35** Переделки на участке. (12+)
**14.55** Один день из жизни фермера. (12+)
**15.25** Частный сектор. (12+)
**15.55, 16.10, 16.25, 16.40** Варенье. (12+)
**16.55, 17.25** Декоративный огород. (12+)
**17.55, 18.25** Праздник в дом. (12+)
**18.55, 19.25** Урожай на столе. (12+)
**19.55, 20.10, 20.25, 20.40** Лучки&Пучки. (12+)
**01.25, 04.40** Дело в отделке. (12+)
**02.40** Свечной заводик. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00** Привет, Малек! (6+)
**06.15** Рыболовные путешествия. (16+)
**06.40** Охотник-одиночка. (16+)
**07.10** Привет, Малек! (6+)
**07.35** Рыболовные путешествия. (16+)
**08.00** О главном. (16+)
**08.10** Охотник-одиночка. (16+)
**08.40** Привет, Малек! (6+)
**09.10** Рыболовные путешествия. (16+)
**09.40** Охотник-одиночка. (16+)
**10.10, 11.45, 13.25, 15.00** Фидер. Секреты успеха. (16+)
**10.40, 12.20, 13.55, 15.35** Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
**11.15** Привет, Малек! (6+)
**12.15** О главном. (16+)
**12.55** Привет, Малек! (6+)
**14.30** Привет, Малек! (6+)
**16.05** О главном. (16+)
**16.10, 17.45, 19.15, 20.55** Рыболовная карта России. (16+)
**16.40** Охотник-одиночка. (16+)
**17.10** Привет, Малек! (6+)
**18.15** Охотник-одиночка. (16+)
**18.45** Привет, Малек! (6+)
**19.50** О главном. (16+)
**19.55** Охотник-одиночка. (16+)
**20.25** Кто? Куда? Зачем? (16+)
**21.30** Охотник-одиночка. (16+)
**22.00** Рыболовные путешествия. (16+)
**22.30** Охотник-одиночка. (16+)
**23.00** Привет, Малек! (6+)
**23.30** Рыболовные путешествия. (16+)

## ЖИВИ!

**02.00, 15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**03.00, 06.00** Проснись со Стасом. (12+)
**03.30, 08.30, 11.30, 22.15** «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
**03.45, 18.45, 23.45** Цигун. (12+)
**04.00, 07.00** YogaУтро. (12+)
**04.30, 07.30** «Утренний заряд». (12+)
**04.45, 07.45** Здоровые завтраки. (12+)
**05.00, 10.00** Йога. (12+)
**05.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**06.30, 09.30** Здоровая спина02.0. (12+)
**08.00, 20.30** Антистресс йога. (12+)
**08.45, 17.30, 22.00** Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
**09.00** «Скульптурное лицо». (12+)
**10.30** Экспресс-фитнес. (12+)
**10.45, 17.45** Core-тренировка. (12+)
**11.00, 20.00** Функциональный тренинг с элементами капоэйры. (12+)
**11.45** Фитнес с резинками. (12+)
**12.00, 19.30** Силовой стретчинг. (12+)
**12.30** «3D фитнес». (12+)
**13.00** Фитнес-бикини02.0. (12+)
**13.30** Shuffle Dance. (12+)
**14.00** Фитнес-бутик. (12+)
**14.30, 19.00** HIIT. (12+)
**16.00** Кроссфит02.0. (12+)
**16.30, 22.30** Шпагат. (12+)
**17.00** Здоровые ужины. (12+)
**17.15** Мистер Драйв. (12+)
**18.00, 23.00** Уроки чувственности. (16+)
**18.30, 23.30** Экспресс-йога. (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

## СПОРТ

### МАТЧ! СТРАНА

**06.00** «Финт Боброва». (12+)
**08.05** Сюрпляс. (12+)
**08.35** Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Трансляция из Грозного. (16+)
**10.45** Лица Страны. (12+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Волейбол. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Заречье-Одинцово» (Московская область). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**13.10** «Страна спортивная». (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Специальный репортаж. (12+)
**13.50** Стрельба из лука. Чемпионат России. Трансляция из Якутска. (6+)
**14.45** Небесная грация. (6+)
**15.05** «Страна спортивная». (12+)
**15.25** Фестиваль тенниса в Москве
**18.45** «Страна спортивная». (12+)
**19.00** География спорта. (12+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Чемпионат России. Грэпплинг. (12+)
**20.50** Небесная грация. (6+)
**21.10** «Страна спортивная». (12+)
**21.30** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
**22.25** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
**23.20** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Финал. Трансляция из Орла. (6+)
**00.15** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Финал. Трансляция из Орла. (6+)
**01.15** Лица Страны. (12+)
**01.35** «Светлана Журова. Бег к победе». (12+)
**02.15** «Сапборд. Модное увлечение». (12+)
**02.30** Джиу-джитсу. ACBJJ. (16+)

## МУЗЫКА

### МУЗ-ТВ

**06.30, 08.40** Pro-новости. (16+)
**06.50, 04.00** Плейлист. Лето. (16+)
**07.40** Звёзды о звёздах. (16+)
**09.00** Звёзды на утро. (16+)
**10.00** У-Дачный чарт. (16+)
**11.00** Top чарт Европы плюс. (16+)
**12.00** Pro-новости. Лучшее. (16+)
**12.30** Плейлист I Под шашлычок. (16+)
**13.00** Топ-30. Народный хит. (16+)
**15.30** Хит-сториз. (16+)
**16.00** «Пельменей мне, пельменей! Почему иностранцы рвутся в Россию?» (16+)
**17.00** Соль. Легенда. (16+)
**18.30** МУЗ-ТВ Фест на Новой Волне-2025. (16+)
**20.30** Народное диско. (16+)
**22.00** Dance чарт. (16+)
**23.00** Танцпол. (16+)
**01.00** Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
**02.45** Караоке хит. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

### МУЛЬТ

**06.00** «Смешарики». (0+)
**09.00** «Смешарики». (0+)
**12.00** «Буква в деле». (0+)
**12.05** «Смешарики». (0+)
**15.00** «Смешарики». (0+)
**18.05** «Буква в деле». (0+)
Приключения, развивающие, приключенческие развивающие. «Буква в деле» - это веселое приключение, где Папа и Максим с помощью волшебного кубика и карточек помогают зефирчикам выпутываться из самых неожиданных ситуаций
**19.10** «Смешарики». (6+)
Истории о дружбе и приключениях круглых героев. Весёлые и музыкальные, неожиданные и мечтательные, домашние и авантюрные. Целый мир в одной уютной ромашковой долине.
**20.25** «Смешарики». (6+)
**21.50** «Смешарики». (0+)
**02.00** «Смешарики». (0+)

### О!

**05.00** «Оранжевая корова». (0+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**09.00** «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
**09.20** «Ум и Хрум». (0+)
**12.00** «Дед Мороз и лето». (0+)
Это добрая сказка о том, как дети помогли доброму волшебнику узнать, что такое лето.
**12.20** «Барбоскины». (0+)
**15.00** «Лунтик. Возвращение домой». (0+)
Новые приключения Лунтика и его друзей - кузнечика Кузи, Пчеленка, бабочки Элины, гусениц Вупсня и Пупсня и других.
**16.15** «Три кота и море приключений». (0+)
**17.20** «Три кота». (0+)
**22.00** «Ну, погоди!» (0+)
**22.40** «Зоомания». (6+)
**23.00** «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
**00.15** «Чудо-Юдо». (6+)
**01.30** «Ну, погоди!» (0+)
**03.00** «Три кота». (0+)

### КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Маша и Медведь». (0+)
**08.20** «Бумажки». (0+)
**09.00** «Маша и Медведь». (0+)
Шедевр современной российской анимации! Мультсериал про приключения и проделки неразлучных друзей - неугомонной девчушки Маши и обаятельного медведя Миши. менной технике трёхмерной графики, благодаря чему герои выглядят очень привлекательно и реалистично. Добавим к этому увлекательный комичный сюжет и воспитательную составляющую - и маленькие, и взрослые зрители в восторге от нового творения отечественной мультипликации.
**10.20** «Команда Флоры». (0+)
**12.35** «Ми-ми-мишки». (0+)
**16.40** «Царевны». (0+)
**19.30** «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН». (12+)
В небольшом французском городке Сен-Мартан в горах на границе со Швейцарией жизнь перестала быть размеренной. Мало того, что Франция оккупирована войсками Третьего рейха, так еще и страшный зверь повадился воровать овец. Жители начинают охоту на Чудовище - как они называют зверя.
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Барбоскины». (0+)
**23.00** «Винни-Пух». (0+)
**23.10** «Винни-Пух идёт в гости». (0+)
**23.25** «Винни-Пух и день забот». (0+)
**23.45** «Змей на чердаке». (0+)
**23.55** «Ничуть не страшно». (0+)
**00.05** «Снежная королева». (0+)
**01.05** «Кот в сапогах». (0+)
**01.25** «Ох и Ах». (0+)
**01.35** «Ох и Ах идут в поход». (0+)
**01.45** «Чучело-Мяучело». (0+)
**01.55** «Зоомания». (6+)
**02.15** «Смешарики». (0+)

### ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 14.00, 22.00,** «Робокар Поли: Рой и пожарная безопасность». (6+)
В маленьком городке Брумстаун в уютном доме проживает большой озорник Питер вместе со своими родителями, сестрой Люси и псом Бадди. Питер гуляет по городу в поисках приключений вместе со своим лучшим другом Джонни, застенчивой Синди и тихим отличником Чарльзом. Но рядом с любопытными детьми таятся опасности, которые могут привести к большим пожарам.Дети узнают, что такое пожароопасность и противопожарные меры, а также познакомятся с техникой безопасности, которую продемонстрирует Рой.
**08.35, 16.35, 00.35** «BFF. Пушистые друзья». (6+)
**10.20, 18.20, 02.20** «Ум и Хрум». (0+)
**11.35, 19.35, 03.35** «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)

### МУЛЬТИЛАНДИЯ

**10.00** «Три кота». (0+)
**16.00** «Барбоскины». (0+)
Барбоскины - веселая собачья семья, живущая в современном мире. Папа семейства не расстается с ноутбуком, мама - с мечтой о сцене, а дети - они такие же, как и юные зрители, - у каждого свой неповторимый характер.
**20.00** «Кот Басик». (0+)
**21.00** «Три кота». (0+)
Три кота - история о повседневной жизни, отношениях и приключениях трех маленьких любознательных котят Коржика, Компота и Карамельки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте: вместе они учатся выражать эмоции, поддерживать друг друга
**00.00** «Монсики». (0+)
**01.45** «Простоквашино». (0+)

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

### СПАС

**05.00** День Патриарха. (0+)
**05.10** Расскажи мне о Боге. (6+)
**05.40** «Завет». (6+)
**06.25** «Валаам». (0+)
**07.20** «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
**09.00** Простые чудеса. (12+)
**10.00** Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
**12.30** В поисках Бога. (12+)
**13.00** Профессор Осипов. (0+)
**13.30, 15.10** «ПЛАМЯ». (12+)
**16.45** «Русский ковчег с Яном Таксюром». (12+)
**17.45** «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (6+)
**19.10** «Я ВАС ДОЖДУСЬ». (6+)
Действие фильма происходит в годы Второй мировой войны. Выйдя из госпиталя, молодой лейтенант на несколько часов попадает в Москву, в свой дом, где прошли его детство и юность...
**20.30** Простые чудеса. (12+)
**21.30** Бесогон. (18+)
**22.40** «Русский мир». (12+)
**23.40** День Патриарха. (0+)
**23.50** «София». (12+)
**01.05** «День Ангела». (0+)
**01.50** «Апостолы». (0+)
**02.20** «С преподобным Паисием Святогорцем по жизни». (0+)
**03.10** Простые чудеса. (12+)
**04.00** «Русский мир». (12+)

## Православный календарь

**11 июля**

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

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

**Петров пост. Разрешается рыба.**

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

Прп. Ефрем Сирин

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

| | | |
|---|---|---|
| 6 июля | Восход: 3 ч. 54 м. Заход: 21 ч. 14 м. | Долгота дня: 17 ч. 20 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Овна | |
| 7 июля | Восход: 3 ч. 55 м. Заход: 21 ч. 13 м. | Долгота дня: 17 ч. 18 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Овна | |
| 8 июля | Восход: 3 ч. 56 м. Заход: 21 ч. 12 м. | Долгота дня: 17 ч. 16 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Тельца | |
| 9 июля | Восход: 3 ч. 58 м. Заход: 21 ч. 11 м. | Долгота дня: 17 ч. 13 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Тельца | |
| 10 июля | Восход: 3 ч. 59 м. Заход: 21 ч. 10 м. | Долгота дня: 17 ч. 11 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Тельца | |
| 11 июля | Восход: 4 ч. 00 м. Заход: 21 ч. 09 м. | Долгота дня: 17 ч. 09 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Близнецов | |
| 12 июля | Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 21 ч. 08 м. | Долгота дня: 17 ч. 06 мин. |
| | Убывающая Луна в знаке Близнецов | |

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 6 ПО 12 ИЮЛЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

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

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

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

**9 ИЮЛЯ**
В 1957 году был открыт нобелий – 102-й элемент таблицы Менделеева.

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

**11 ИЮЛЯ**
В 1874 году в России запатентована лампа накаливания (Лампа Лодыгина).
В 1897 году была предпринята первая попытка исследования Арктики с помощью аэростата.

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

### ИМЕНИННИКИ

**НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ**

**6 ИЮЛЯ. Александр, Артемий, Митрофан.**
**7 ИЮЛЯ. Антоний, Иоанн.**
**8 ИЮЛЯ. Василий, Никон, Пётр, Феврония.**
**9 ИЮЛЯ. Георгий.**
**10 ИЮЛЯ. Анатолий, Владимир, Иларион, Лев, Макарий.**
**11 ИЮЛЯ. Герман, Сергий.**
**12 ИЮЛЯ. Григорий, Павел, Пётр.**

### ПРАЗДНИКИ

**НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ**

**6 ИЮЛЯ** ■ **Всемирный день поцелуя**
**7 ИЮЛЯ** ■ **День воинской славы России – День победы русского флота над турецким флотом в Чесменском сражении (1770 г.)**
**8 ИЮЛЯ** ■ **Всероссийский день семьи, любви и верности** ■ **День зенитных ракетных войск ПВО ВКС РФ**
**9 ИЮЛЯ** ■ **День моды** ■ **Международный день уничтожения оружия**
**10 ИЮЛЯ** ■ **День воинской славы России – День победы русской армии над шведами в Полтавском сражении (1709 г.)**
**11 ИЮЛЯ** ■ **Всемирный день народонаселения** ■ **Всемирный день шоколада**
**12 ИЮЛЯ** ■ **Всемирный день бортпроводника гражданской авиации** ■ **День фотографа**

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

## Пётр и Павел час убавил

**6 июля** по народному календарю считали днем Аграфены Купальницы. Долгая радуга в этот день предвещала сырую погоду.
**7 июля** отмечали день Ивана Купалы и наблюдали за приметами. Звездная ночь обещала много грибов, обильная роса – богатый урожай огурцов, ливень – неурожай орехов.
В день Петра и Февронии, **8 июля**, следили за температурой. Считалось, что если в этот день жарко, то и следующие 40 дней будут жаркими.
Обилие ягод **9 июля**, в день Давида Земляничника, говорило о том, что зима будет холодной.
Дождь на Самсона Сеногноя, **10 июля**, обещал сырость до самого бабьего лета.
На Крапивное заговенье, **11 июля**, было принято наблюдать за птицами: если кукушка перестала куковать в это время, то зима наступит рано.
Если **12 июля**, в день Петра и Павла, пойдет дождь, то весь сенокос будет мокрый. Однако смена погоды в течение одного дня, когда за дождем следует солнце, а затем снова дождь, сулила плодородие. По этому поводу говорили: «На святого Петра дождь – урожай худой, два дождя – хороший, три – богатый».

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

ТЕЛЕК

**Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».**
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 77734 от 29.01.2020 г.
Издается с февраля 2012 года

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

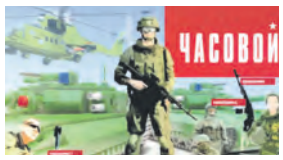
**Главный редактор** БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
**Зам. главного редактора** ЯШКОВА А.А.
**Региональный редактор** ЖУЧКОВА С.С.
**Бильд-редактор** ТЮТЧЕВА Л.В.
**Заместитель генерального директора по дистрибуции** ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
**Отдел подписки**: Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

**Заместитель генерального директора по рекламе и PR** ДАНДЫКИНА А.Л.
**Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами** БАХМУТОВА О.В.
**Телефон:** +7 (495) 937-95-77, доб. 273
**Ведущий дизайнер:** НЕМЫКИН Н.Н.
**Телефон департамента рекламы:** +7 (495)-792-47-73, **e-mail:** reklama@kardos.ru

№ 27 (752). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 30.06.2026 г., фактическое: 01.00 час. 30.06.2026 г. Дата изготовления: 30.06.2026 г.
Срок годности не ограничен. Дата выхода в свет 01.07.2026 г. Тираж 698 820.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 1572.
Выходит во всех областях ЦФО.
Общий тираж 815 620. Сайт газеты **telek.kardos.media**
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объём 5 п.л.
Розничная цена свободная.
**Подписной индекс П2939** в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

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

## ПЕРВЫЙ



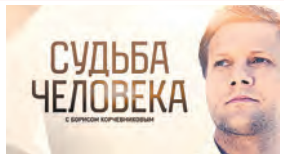

06.55 «Часовой». (12+)

06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Победа». (16+)
13.10 **«АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ».** (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 **«СКРЫТЫЕ МОТИВЫ».** (16+)
Когда-то Нина Покровская работала следователем, но ушла из профессии и обрела счастье в качестве жены и матери. Жизненная идиллия Нины начинает рушиться, когда она застает мужа с другой. Владимир и Нина направляются в дом Мани, но им так и не удается обнаружить тело. Покровская допрашивает арендатора.
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

## 5-Й КАНАЛ

05.00 **«ПИЛИГРИМ».** (16+)
06.50 **«ПИЛИГРИМ-4».** (16+)
13.45 **«СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-3».** (16+)
Спящие агенты должны помешать проведению операции «Октопус». Её истинные цели пока неизвестны, но последствия могут обернуться масштабной катастрофой. Иностранные спецслужбы завербовали сотни россиян и с помощью секретных технологий превратили их в неуязвимых убийц. Эти люди живут обычной жизнью, не подозревая о своей истинной роли, пока встроенный в их тело чип не активирует программу уничтожения.
23.00 **«ЧУЖОЙ».** (16+)
02.50 **«СВИДЕТЕЛИ».** (16+)

## РОССИЯ




12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

05.55 **«ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ».** (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 «Рассказы из русской истории». (12+)
Михаил Муравьёв - один из самых эффективных русских администраторов, ещё при жизни прозванный «Вешателем». Недолгий попутчик декабристов, успешный губернатор, критик реформ, усмиритель польского восстания, консерватор, патриот и государственник.
12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои.
20.00 Вести недели
22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.10 «Рассказы из русской истории». (12+)
02.15 **«ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ».** (16+)

## ЗВЕЗДА

06.00 «Москва - фронту». (16+)
06.25 **«ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ».** (12+)
08.05 **09.10 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА».** (12+)
09.00 18.00 Новости дня. (16+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.40 «Легенды армии». (12+)
11.30 «Война миров». (16+)
12.20 «Код доступа». (12+)
13.30 **«ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД».** (16+)
18.20 «Незримый бой». (16+)
22.40 **«В ЛЕСАХ ПОД КОВЕЛЕМ».** (12+)
02.30 **«В КВАДРАТЕ 45».** (12+)
03.35 **«ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ».** (12+)
04.55 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

## ТВЦ

11.30 События

06.00 **«ДОМИК У РЕКИ».** (12+)
09.30 **«НОВЫЙ СОСЕД».** (12+)
11.30 События
11.45 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
12.20 **«ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи. Золотое дно». (16+)
15.50 «Охота на маньяка. Дело ивановского изверга». (16+)
16.40 «Настоящий детектив. Смерть на шпильках». (16+)
17.30 **«БЫВШИЕ».** (12+)
21.20 **«ТОТ, КТО РЯДОМ».** (12+)
Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: М.Иващенко, М.Щеголев.
Во время циркового выступления происходит несчастный случай: молодая акробатка падает с высоты и получает серьезную травму. Следователь Максим Крылов приезжает в больницу, чтобы прояснить обстоятельства дела.
00.20 События
00.35 **«ТОТ, КТО РЯДОМ».** (12+)
01.30 «Петровка, 38». (16+)
01.40 **«ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ».** (12+)
04.50 «Актёрские драмы. Теряя рассудок». (16+)
05.30 Московская неделя. (12+)

## ОТР

06.00 «Город с историей». (12+)
06.25 **«МОРЕ СТУДЁНОЕ».** (12+)
08.00 17.00 Пёстрый мир. (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (12+)
09.25 **«ОСЛИНАЯ ШКУРА».** (0+)
10.45 05.05 «На приёме у главного врача». (16+)
11.40 **12.05 «ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ».** (12+)
12.00 15.00 19.00 Новости
13.25 «Открывая Россию». (12+)
13.50 «Конструкторы будущего». (12+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 «Моя история». (16+)
16.30 «Свет и тени». (16+)
17.35 **«ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ».** (16+)
19.15 Спецрепортаж. (12+)
19.30 **20.45 22.00 «БРАТЬЯ КАРАМАЗОВЫ».** (12+)
23.10 «Женщины, создающие кино». (18+)
00.15 **«ВАЛЕНТИНА».** (12+)

## НТВ

13.00 «НашПотребНадзор». (16+)

05.10 **«ЧУЖОЙ РАЙОН: ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО».** (16+)
Виктор Чайкин должен бывшему напарнику по бизнесу крупную сумму.
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 10 лет в эфире! «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
19.40 10 лет «Секрету на миллион»! Самые громкие секреты. (16+)
22.40 «Emin». Большой сольный концерт. (12+)
На НТВ - телевизионная премьера сольного концерта народного артиста Азербайджанской Республики EMIN'a в Live Арене. В этот вечер певец подарит слушателям невероятное шоу, которое совместит в себе искреннюю музыку и камерные разговоры со зрителем.
01.35 «Прошу, прости!» (16+)
03.20 **«ГРОМ ЯРОСТИ».** (16+)

## МОСКВА 24

06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 11.00 11.30 12.00 13.00 13.30 14.00 14.30 15.00 15.15 15.30 16.00 17.00 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 «Новости». (16+)
06.30 22.30 «Сделано в Москве». (12+)
10.05 «Москва. Итоги». (12+)
11.35 15.35 19.35 04.35 05.35 «Спецреп». (12+)
12.30 16.25 «Спецпроект. Наука». (12+)
13.35 21.30 03.35 «Качество жизни». (12+)
14.35 20.35 «Сити. Столик на двоих». (12+)
14.50 16.50 19.50 «Москва - столица спорта». (12+)
17.35 23.30 «Сити». (12+)
18.30 «Откройте, Давид». (12+)
21.50 «Это Москва». (12+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

## РОССИЯ К Культура

17.45 Романтика романса

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
07.40 «Эпоха Аркадия Райкина»
08.20 **«МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ»**
09.50 «Исторические курорты России»
10.20 «Острова»
11.00 **23.55 «НАШ ДОМ»**
12.35 01.30 «Страна птиц»
13.15 «Мультфильмы». К 90-летию киностудии «Союзмультфильм»
14.20 Концерт Государственного академического ансамбля народного танца имени Игоря Моисеева в Государственном Кремлёвском дворце
15.45 **«ПЛОВЕЦ»**
16.55 «Первые в мире»
17.15 Пешком...
17.45 Романтика романса
18.40 «Твердыни земли русской»
19.30 Новости культуры
19.45 **«ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!»**
21.25 «Всегда в движении. Диана Вишнёва»
22.05 Балет «Жизель». Постановка Московского академического Музыкального театра им. К. С. Станиславского и Вл. И. Немировича-Данченко. Дирижер Антон Гришанин
02.15 «Мультфильмы для взрослых»
03.00 Перерыв в вещании

## ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 01.40 «Будни». (16+)
06.00 «Дача 360». (12+)
06.40 14.00 «ИнДизайн». (12+)
07.05 14.30 «Всё просто!» (12+)
07.35 «Док. фильм». (16+)
08.00 17.30 02.35 «Город с историей». (12+)
09.05 «Семейный маршрут»
10.00 «Погода на любой вкус»
11.00 «Поездка со вкусом»
11.30 17.05 «Выходные в Подмосковье». (12+)
12.00 20.00 «Новости 360»
12.30 «Сделано в России»
12.55 «Внимание! Еда!» (12+)
15.00 «Простая медицина»
15.30 «СССР. Знак качества»
16.10 «За МКАДром». (12+)
16.35 «Лето в Подмосковье»
18.10 «Едем!» (16+)
20.30 «Интервью 360». (16+)
21.00 «Загадки древней истории». (16+)
23.10 «Исторический подкаст»
00.30 «Подкаст». (18+)

## СТС

09.20 «Побег из страны роботов». (6+)

05.00 «Бесподобный мистер Фокс». (16+)
05.05 «100 мест, где поесть». (16+)
08.05 ПроСТО кухня. (12+)
08.45 Чем заняться в выходные? Дайджест. (16+)
09.20 «Побег из страны роботов». (6+)
11.15 «Побег из лабиринта времени». (6+)
13.20 Премьера! «Побег из будущего». (6+)
15.35 **«РАДИОВСПЫШКА».** (16+)
17.40 **ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ».** (16+)
США, 2016 г. Фантастический боевик. В ролях: Шейлин Вудли, Тео Джеймс, Энсел Элгорт. Трис и Фор впервые покидают город и своих близких и оказываются в опасном мире за стеной, отделяющей Чикаго, где им открывается шокирующая правда. Они должны разобраться, кому можно доверять, так как битва, разгорающаяся за стенами города, угрожает всему человечеству.
20.00 **«ПАДЕНИЕ ЛУНЫ».** (12+)
22.35 **«ОБЛАСТИ ТЬМЫ».** (16+)
00.40 **«ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА».** (18+)
02.10 **«БИТВА С КИБОРГАМИ».** (16+)
03.35 «Пернатый патруль». (6+)

## МОСКВА. ДОВЕРИЕ

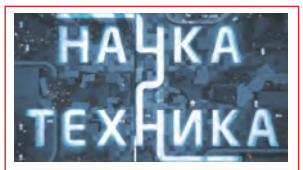
06.05 08.10 12.50 23.35 02.20 «Новости дня». (16+)
06.15 «Улицы московские»
06.40 «Юмор на все времена»
07.25 «Тайны кино». (16+)
08.25 **«ПРО КРАСНУЮ ШАПОЧКУ. ПРОДОЛЖЕНИЕ СТАРОЙ СКАЗКИ».** (16+)
10.45 **«КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ».** (16+)
12.20 «Знатоки Москвы». (12+)
13.00 **«СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».** (16+)
15.30 «Московский детектив». (16+)
16.00 **«ВЫСТРЕЛ В СПИНУ».** (16+)
17.35 **«ВЫГОДНЫЙ КОНТРАКТ».** (16+)
22.10 **«РАЗОРВАННЫЙ КРУГ».** (16+)
23.45 **«ПУТИ И СУДЬБЫ».** (16+)

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

**В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.**

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

## РЕН




11.00 «Наука и техника». (16+)

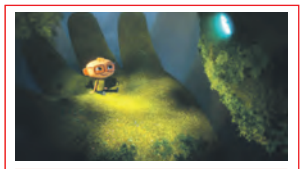
05.00 01.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
10.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
11.00 «Наука и техника». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00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

## ТНТ

09.00 «Битва пикников». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
09.00 «Битва пикников». (16+)
09.30 «Однажды в России». (16+)
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
18.30 «Большой куш». (16+)
22.35 «Шоу Воли». (16+)
В студии Павла Воли соберутся участники второго сезона «Мастера игры» - Торнике Квитатиани, Полина Диброва, Курбан Омаров, Анна Седокова, Влад Черевастый и Марго. Они раскроют закулисные тайны проекта и расскажут о том, с чем им пришлось столкнуться. Затем в студии появится известный рэп-исполнитель Мот.
23.55 «Мастер игры». (16+)
02.15 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)
05.50 **«САШАТАНЯ».** (16+)

## ТВ-3



10.00 «Лес чудес». (6+)

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

## ЧЕ

19.00 «+100500». (16+)

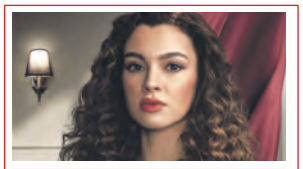
06.40 **«УБОЙНАЯ СИЛА».** (16+)
19.00 «+100500». (16+)
самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополосов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для «ЧЕ!». Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра.
00.30 «Женский 100500». (16+)
Новое юмористическое шоу. Это не попытка переплюнуть классику. Это свежий взгляд на популярный формат, где главным навигатором становится женская интуиция. За горячий обзор отборных интернет-приколов отвечает очаровательная актриса и певица - Аня Лулу.
01.20 **«УБОЙНАЯ СИЛА».** (16+)

## МАТЧ ТВ

17.55 Все на Матч!

06.00 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - М. Холлоуэй. UFC. Пр.тр.
07.00, 12.55, 17.50 Новости
07.05, 17.55, 23.15 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30, 13.00, 15.15, 21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/4 финала. (6+)
11.45 Улётный футбол. Прямая трансляция
12.35, 17.30 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор. (6+)
18.55 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Winline Суперсерия. Пр.тр.
00.30 Смешанные единоборства. К. Макгрегор - М. Холлоуэй. UFC. (16+)
03.00 «Вы это видели». (12+)
04.00 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига. (6+)

## ДОМАШНИЙ



06.40 «НОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)

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

## НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

# Проверенные кадры

Группа майора Петровича приехала на вызов в офис частной фирмы. Полицию вызвал директор фирмы.

Именно он и встретил их на пороге небольшого офисного центра.

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

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

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

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

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

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

Петрович внимательно осмотрел сейф.

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

– Деньги, – коротко ответил директор.

– Много было денег?

– Два миллиона без малого.

– Больше ничего из кабинета не пропало?

– Да тут и пропадать больше нечему, – ответил директор. – Самые важные документы я храню дома, а остальные никакого интереса ни для кого не представляют.

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

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

– Хорошо, пойдем другим путем. У кого, кроме вас, есть ключ от сейфа?

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

– Вы уверены в этих людях?

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

– У кого-то из них есть финансовые проблемы?

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

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

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

– То есть о краже еще никто не знает?

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

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

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

– Что случилось?

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

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

Секретарь директора на тот же вопрос ответил более обстоятельно:

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

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

**Виктория АНДРЕЕВА**

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

Ответ читайте в следующем номере.

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

Рис. Ирины Светловой

# КИНО И СЕРИАЛЫ

## МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

**06.15** «ГАРДЕМАРИНЫ-3». (12+)
**08.05** «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (16+)
**09.00** «ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ». (0+)
**10.20** «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ». (12+)
**12.00** «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА». (12+)
**13.25** «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». (16+)
**15.05** «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (16+)
**16.25** «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
**18.15** «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (16+)
**19.55** «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (16+)
**21.40** «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
**23.00** «КРЫЛЬЯ». (16+)

## VIJU TV1000

**06.15** «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
**07.55** «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
**09.25** «ДОСЬЕ «ЧЁРНАЯ КАНАРЕЙКА». (16+)
**11.15** «КОМИССАР РЕКС». (16+)
**14.55** «ПОХИЩЕННАЯ». (16+)
**16.50** «БАЛЕРИНА». (16+)
**19.00** «ДЖОН УИК-2». (16+)
США, Гонконг, 2017. Боевик. В ролях: Киану Ривз, Рикардо Скамарчо, Иэн Макшейн, Руби Роуз, Коммон, Клаудия Джерини, Лэнс Реддик, Лоренс Фишбёрн.
**21.10** «ДЖОН УИК-3». (16+)
**23.30** «ДЖОН УИК-4». (16+)
**02.20** «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
**04.50** «ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНИЙ». (16+)

## VIJU TV1000 РУССКОЕ

**05.30** «Три кота». (6+)
**06.10** «Смешарики. Новые приключения». (6+)
**07.45** «Смешарики. Спорт». (6+)
**08.00** «Смешарики». (6+)
**09.00** «Простоквашино». (6+)
**10.00** «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
Сериал. Россия, 2005. Драма.
**17.30** «ЛЁТЧИК». (16+)
**19.25** «СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС». (16+)
**21.25** «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)
**00.00** «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
**02.20** «ТУРИСТ». (16+)
**03.55** «Фиксики против кработов». (6+)
**05.20** «Варежка». (6+)

## VIJU TV1000 ACTION

**05.30** «РЭМБО IV». (16+)
**07.00** «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
**08.35** «НИКИТА». (16+)
**10.35** «КОЛОМБИАНА». (16+)
**12.25** «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
**14.00** «СТРЕЛА ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
**15.30** «ГЕРЦОГИНЯ». (16+)
**17.25** «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
**19.00** «РЕЙС НАВЫЛЕТ». (16+)
**20.40** «АГЕНТ НА УИКЕНД». (16+)
**22.20** «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
**00.05** «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СЕДАН». (16+)
**01.55** «ПАТРУЛЬ». (16+)
**03.30** «МЕДАЛЬОН». (16+)
**05.00** «ОПАСНЫЙ БАНГКОК». (16+)

## ИЛЛЮЗИОН+

**01.20** «ПОШУМИМ!» (16+)
**02.35** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
**04.25** «ДЖОЙКА». (16+)
**06.10** «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
**08.15** «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
**09.55** «ПАРАНОЙЯ». (16+)
**11.35** «КОД 355». (16+)
**13.25** «ЦЕЛЬ НОМЕР ОДИН». (16+)
**15.50** «КРОКОДИЛ ДАНДИ В ГОЛЛИВУДЕ». (16+)
**17.10** «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) Семейная пара открывает ресторан французской кухни, где жена работает шеф-поваром.
**18.25** «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
**20.30** «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
**22.00** «РИДДИК». (16+)
**23.50** «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)

## РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

**06.55** «МЕЖДУ НАМИ ЛЕТО». (16+)
**08.50** «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)
**10.40** «КЛЯТВА». (16+)
**13.05** «ПОЛНОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
**15.10** «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
**17.10** «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
**19.10** «РОВЕСНИКИ». (16+)
**21.00** «СИНДРОМ». (16+)
**22.35** «КУЛЬТУРНАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
**00.20** «ГОЛОВА-ЖЕСТЯНКА». (16+)
**02.15** «НА ОСТРИЕ». (16+)
**04.05** «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (16+)
**05.40** «КАК НАЗЛО СИБИРЬ». (16+)

## КИНОКОМЕДИЯ

**01.05** «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
**04.35** «ВОСХИТИТЕЛЬНО!» (16+)
**06.40** «ЖЕНИХ». (16+)
**08.25** «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
**10.10** «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
**12.15** «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
**13.50** «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
**15.30** «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
**17.20** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
**19.30** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (6+)
**21.40** «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (6+)
**23.35** «ВЫШИБАЛА». (18+)

## ДОМ КИНО

**04.35** «Смешарики». (6+)
**05.30** «Реальная белка». (12+)
**06.50** «Барсукот. Очень зверский детектив. Логово волка». (6+)
**09.00** «НАПАРНИК». (16+)
**10.40** «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
**12.30** «ДИКИЕ ПРЕДКИ». (16+)
**14.10** «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (16+)
**16.10** «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
**19.40** «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
**21.40** «ЖЕНИХ». (16+)
**23.20** «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
**01.00** «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
**02.20** «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
**03.50** «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (16+)

## РУССКИЙ РОМАН

**08.05** «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ». (16+)
**11.40** «СМЯГЧАЮЩИЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
**15.00** «МАМЫ». (16+)
**16.50** «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМЫ!» (16+)
**18.20** «КАМЕННОЕ СЕРДЦЕ». (16+)
**21.50** «ВХОДИТЕ, ЗАКРЫТО!» (16+)
**Сериал.** Россия, 2020. Мелодрама. В ролях: Ольга Ломоносова, Ольга Чудакова, Сергей Жарков, Илья Шакунов, Юлия Сорокина, Василиса Немцова, Виталий Олечкин.
**01.05** «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (16+)
**04.30** «МОЯ ИДЕАЛЬНАЯ МАМА». (16+)

## CINEMA

**07.00** «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)
**08.45** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)
**10.20** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)
**12.25** «НЕУДЕРЖИМЫЕ-4». (18+)
**14.05** «ЗАЛОЖНИЦА-2». (18+)
**15.35** «ОБЕТ МОЛЧАНИЯ». (18+)
**17.05** «57 СЕКУНД». (18+)
**18.45** «ХАРДКОР». (18+)
**20.15** «КТО Я». (18+)
**22.00** «САМОВОЛКА». (16+)
**23.45** «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)
**01.30** «БЭЙТАУН ВНЕ ЗАКОНА». (18+)
**03.00** «ЯМАКАСИ». (16+)
**04.25** «2:22». (16+)
**06.00** «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+)

## РОДНОЕ КИНО

**01.35** «СИССИ - МОЛОДАЯ ИМПЕРАТРИЦА». (16+)
**05.50** «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
**07.55** «ЖМУРКИ». (16+)
**10.00** «ВОЙНА». (18+)
**12.20** «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (18+)
**14.10** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-6: ЖУРНАЛИСТ». (16+)
**19.00** «ПРОРЫВ». (16+)
Основан на реальных событиях в начале второй чеченской кампании. Повествует о подвиге бойцов 6-й роты 104-го гвардейского парашютно-десантного полка 76-й гвардейской десантно-штурмовой дивизии ВДВ.
**20.35** «ЖЕНЩИНА ДЛЯ ВСЕХ». (16+)
**22.15** «КАРАСИ». (16+)

## РЕТРО

**06.15** «БОЛЬШОЙ ТРАМПЛИН». (16+)
**07.45** Мультфильмы
**08.45** «ОСЕННИЙ ПОДАРОК ФЕЙ». (16+)
**10.00** «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (16+)
**11.40** Мультфильмы
**12.35** «ПОДАРОК СУДЬБЫ». (16+)
**14.00** «ИГРУШКА». (16+)
**15.50** «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
**17.20** «ВЕСНА». (16+)
**19.05** «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (16+)
**20.25** «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)
**21.55** «ВКЛЮЧИТЕ СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (0+)
**23.15** «ГДЕ ТЫ, БАГИРА?» (16+)
**00.40** «АМНИСТИЯ». (16+)

## СУББОТА!

**05.00, 05.10, 05.30, 06.00, 06.30, 07.00, 07.20, 08.00, 08.40, 09.40, 09.50, 10.30, 11.50, 12.25, 04.30** «Маша и Медведь». (0+)
**05.50, 07.10, 09.35, 11.35** «Маша и Медведь. Машины песенки». (0+)
**12.40, 13.30, 14.10, 15.00** «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
**15.50, 17.50** Новые Четыре свадьбы. (16+)
**20.10, 21.40** Богиня свиданий. (16+)
**22.50** Богиня шопинга. (16+)
**00.00, 00.30** «МОЯ ВТОРАЯ МАМА». (16+)
**01.00, 01.50, 02.30** «ВЕТРЕНЫЙ». (16+)
**03.10, 03.50** «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)

## ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

**08.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**09.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**11.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**15.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**16.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**17.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
Главный герой - адвокат Андрей Зимогоров (Андрей Соколов), умный, обаятельный человек, отстаивающий право каждого на понимание и справедливость.
**19.00** «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
**23.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)
**00.00** «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
**01.00** «ЛИНИЯ ЗАЩИТЫ». (16+)
**03.00** «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)
**07.00** «ДЕНЬ ГНЕВА». (16+)

## СТС LOVE

**06.00** Даёшь молодёжь! (16+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**10.05** «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Многие думают, что в Советском Союзе не было выбора. Но это не так. Люди могли выбирать, где зарабатывать 120 рублей: на заводе или на фабрике. Они выбирали, куда поехать в отпуск: в Анапу или Геленджик. Пускай они не могли выбирать фасон одежды, но могли выбирать ее размер.
**22.30** Сердца за любовь. (16+)
**00.15** «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
**03.50** Даёшь молодёжь! (16+)

## ТВ21

**07.00** «КОРОБКА». (16+)
**08.50** «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (18+)
**10.55** «САБРИНА». (16+)
**13.10** «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
**15.25** «КОНАН-ВАРВАР». (18+)
**17.25** «АПОКАЛИПСИС». (18+)
**19.50** «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)
Биографическая криминальная чёрная комедия-драма режиссёра Мартина Скорсезе, основанная на одноимённых мемуарах Джордана Белфорта.
**22.45** «ДУХLESS». (18+)
**00.35** «ДУХLESS-2». (18+)
**02.20** «КУПИ МЕНЯ». (18+)
**03.55** «КОЛЛЕКТОР». (18+)
**05.05** «НЕУКРОТИМЫЙ». (16+)

# ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## МИР

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

## ПОБЕДА

**04.40** «ЖИЛИ-БЫЛИ». (16+)
**06.05** «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
**07.35** «КАЛАЧИ». (16+)
**09.00** «УЧАСТОК». (16+)
**20.55** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
Россия, 1995. Комедия. В ролях: Алексей Булдаков, Виктор Бычков, Зоя Буряк, Сергей Гусинский, Игорь Добряков.
Начало знаменитых приключений команды крепко пьющих охотников-рыбаков под предводительством генерала. Молодой человек по имени Вилле, гражданин Финляндии, пишет книгу об особенностях национальной охоты в разных странах.
**22.40** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
**00.25** «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
**01.50** «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
**03.15** «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)

## ПЯТНИЦА

**05.00, 03.50** Секреты на кухне. (16+)
**05.50, 02.40, 04.30** Пятница News. (16+)
**06.20** Гастротур. (16+)
Дмитрий Левицкий отправится в гастрономическое путешествие по Владимиру и Суздалю. Ведущий побывает в музее ложек, узнает рецепт салата «Клязьма», спросит о секрете суздальского огурца, выяснит, как выращиваются гигантские тыквы и что из них можно приготовить.
**07.10** МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА. (16+)
**08.50, 12.00, 14.10, 16.10, 17.20, 19.40** Погнали! (16+)
**10.00, 11.00** Во что верят люди. (16+)
**13.10** Белая амазонка. (16+)
**18.50** Погнали. Doc. (16+)
**22.00** Прекрасное далёко. (16+)
**23.20, 00.10** «ХАДСОН И РЕКС». (16+)
**01.00** «ТОЛЬКО НЕ СКАНДАЛ». (18+)
**03.10** На ножах. (16+)

## Ю

**05.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)
**05.45** «Свадебный размер». (16+)
Почему в семьях возникают разногласия? Откуда появляется лишний вес? И как вернуть утраченные чувства? В каждой серии проекта – история семейной пары, которая решает похудеть, чтобы сохранить свой брак.
**07.35** «Будни роддома». (16+)
**09.00** «Мама в 16». (16+)
**12.00** «Беременна в 45». (16+)
**14.55** «Мама в 16». (16+)
**18.20** «Ждули». (16+)
**21.00** «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
**00.05** «Измены». (18+)
Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду.
**02.00** «Моя свекровь - монстр». (16+)

# ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

## 365 ДНЕЙ ТВ

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

## VIJU HISTORY

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

## ИСТОРИЯ

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

## УСАДЬБА

**06.00, 21.00** Один день из жизни фермера. (12+)
**06.25, 21.30** Частный сектор. (12+)
**06.50, 07.05, 07.15, 07.30, 22.00, 22.15, 22.30, 22.45** Варенье. (12+)
**07.45** Букварь дачника. (12+)
**07.55, 08.25, 23.00, 23.30** Декоративный огород. (12+)
**08.55, 09.25, 00.00, 00.25** Праздник в дом. (12+)
**10.00, 10.30, 00.55, 01.20** Урожай на столе. (12+)
**11.00, 11.15, 11.25, 11.40, 02.15, 02.25, 02.35, 02.50** Лучки&Пучки. (12+)
**11.55, 12.25, 03.00, 03.25** Фитоаптека с Виталием Декабрёвым. (12+)
**13.00, 13.10, 13.25, 13.40, 03.55, 04.05, 04.20, 04.30** Дачная кухня. (12+)
**13.55, 14.25, 16.55, 17.25, 05.10** Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
**14.55** На объекте с Владимиром Гудковым. (12+)
**15.25** Как построить дом. (12+)
**15.55, 16.10, 16.25,** 16.40 Вершки-корешки. (12+)
**17.50** Дачный угодник. (12+)
**18.20** Ландшафтные эксперименты. (12+)
**18.55, 19.10, 19.25, 19.40** Домашние заготовки. (12+)
**19.55, 20.30** Переделки на участке. (12+)
**01.45, 04.45** Дело в отделке. (12+)

## ОХОТА И РЫБАЛКА

**06.00, 10.10, 14.00, 18.10, 21.55** О главном. (16+)
**06.05** Привет, Малек! (6+)
**06.20** Рыболовная карта России. (16+)
**06.45** Охотник-одиночка. (16+)
**07.15** Привет, Малек! (6+)
**07.40** Рыболовная карта России. (16+)
**08.10** Охотник-одиночка. (16+)
**08.40** Кто? Куда? Зачем? (16+)
**09.10** Рыболовная карта России. (16+)
**09.40** Охотник-одиночка. (16+)
**10.20, 11.55, 13.25, 15.05** Рыболовные путешествия. (16+)
**10.50** Охотник-одиночка. (16+)
**11.20** Привет, Малек! (6+)
**12.25, 14.05** Охотник-одиночка. (16+)
**12.55** Привет, Малек! (6+)
**15.40** Охотник-одиночка. (16+)
**16.10, 17.45, 19.20, 20.55** Рыбалка в Абхазии. (16+)
**16.40** Охотник-одиночка. (16+)
**17.10** Кто? Куда? Зачем? (16+)
**18.20** Охотник-одиночка. (16+)
**18.50** Кто? Куда? Зачем? (16+)
**19.55** Охота в Приволжье. (16+)
**20.25** Кто? Куда? Зачем? (16+)
**21.25** Охота в Приволжье. (16+)
**22.00** Рыболовная карта России. (16+)
**22.35** Охотник-одиночка. (16+)
**23.05** Привет, Малек! (6+)
**23.35** Рыболовная карта России. (16+)
**00.05** Охотник-одиночка. (16+)
**00.30** Привет, Малек! (6+)

## ЖИВИ!

**00.00, 20.00** Танцуй Twerk. (16+)
**01.00, 17.00, 22.00** «Йога Reflex» с Ириной Нельсон. (12+)
**02.00, 18.00, 23.00** Дыхание стретчинга. (12+)
**03.00** Здоровые и знаменитые: Русская версия. (12+)
**04.00, 07.00, 10.00** Боди-балет. (12+)
**04.30, 07.30, 10.30** Аэробика в стиле ретро. (12+)
**05.00, 08.00, 11.00** Витамин-шоу. (12+)
**06.00, 09.00, 12.00** «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
Авторский курс самомассажа от Виктории Цепляевой раскроет секреты омоложения и профессионального ухода в домашних условиях.
**06.30, 09.30, 12.30** Пилатес Intensive. (12+)
**13.00** Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
**13.30** Табата-хард. (12+)
**14.00** Фитнес-мама. (12+)
**14.30** «Делай тело» с Русланом Байрамовым. (12+)
**15.00, 21.00** Пилатес изнутри. (6+)
**16.00** Латинский квартал. (12+)
**19.00** Ароматный мир. (6+)
**19.30** Popsugar. Классная тренировка. (12+)

**В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.** Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

# СПОРТ

## МАТЧ! СТРАНА

**06.00** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
**06.55** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Матч за 3-е место. Трансляция из Орла. (6+)
**07.50** Фестиваль тенниса в Москве. (6+)
**11.00** Новости. (0+)
**11.05** Волейбол. «Заречье-Одинцово» (Московская область) - «Динамо-Ак Барс» (Казань). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал. (6+)
**13.10** «Страна спортивная». (12+)
**13.25** Новости. (0+)
**13.30** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Финал. Трансляция из Орла. (6+)
**14.30** Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Финал. Трансляция из Орла. (6+)
**15.30** География спорта. (12+)
**16.00** Специальный репортаж. (12+)
**16.20** Новости. (0+)
**16.25** Стрельба из лука. Чемпионат России. Трансляция из Якутска. (6+)
**17.20** «Финт Боброва». (12+)
**19.25** Новости. (0+)
**19.30** Что за спорт? (12+)
**20.00** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
**20.30** Смешанные единоборства. Бетсити. Fight Nights. Трансляция из Каспийска. (16+)
**22.35** Специальный репортаж. (12+)
**22.55** Фестиваль тенниса в Москве. (6+)
**02.00** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
**02.30** Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Трансляция из Грозного. (16+)
**04.35** «Магия большого спорта». (12+)
**05.05** «В поисках самой сложной трассы». (12+)

# МУЗЫКА

## МУЗ-ТВ

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

# ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

## МУЛЬТ

**06.00** «Маша и Медведь». (0+)
**10.00** «Маша и Медведь». (0+)
Маша - маленький ураган, который вовлекает в свои бесконечные затеи Мишу и других лесных зверей. Девочка Маша шаловлива, весела, упряма и... просто очаровательна! Обожает леденцы на палочке, впрочем, и от шоколадных конфет ни за что не откажется.
Миша - самый терпеливый и добрый в мире медведь! Любит покой и отдых, но разве же с Машей отдохнешь хоть минуточку? Как бы там ни было, Миша очень привязан к непоседе - разговаривает с девочкой, для общения с ней ему достаточно эмоций и жестов. Ко всему прочему, Миша - профессиональный циркач и большой любитель футбола.14.00 «Маша и Медведь». (0+)
**18.00** «Маша и Медведь». (0+)
**22.00** «Маша и Медведь». (0+)
**02.00** «Маша и Медведь». (0+)

## О!

**05.00** «Бодо Бородо». (0+)
**07.00** «Три кота». (0+)
**09.00** «Зоомания». (6+)
**09.20** «Барбоскины». (0+)
**12.00** «Трое из Простоквашино». (0+) Это добрая и забавная история о дружбе городского мальчика Дяди Фёдора, хозяйственного кота Матроскина и простодушного пса Шарика. Он снят по мотивам повести Эдуарда Успенского «Дядя Фёдор, пёс и кот».
**12.20** «Три кота». (0+)
**15.00** «Три кота и море приключений». (0+)
**16.05** «Три богатыря и Пуп Земли». (6+)
**17.25** «Барбоскины». (0+)
**22.00** «Ну, погоди!» (0+)
**22.40** «Зоомания». (6+)
**23.00** «Белка и Стрелка звездные собаки». (0+)
**00.25** «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
**01.45** «Союзмультфильм представляет...» (0+)
**03.00** «Жужжалка». (0+)

## КАРУСЕЛЬ

**05.00** Ранние пташки. (0+)
**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
**07.30** «Приключения гусенички Анфисы». (0+)
**08.10** «Лапозавры». (0+)
**10.00** «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
**10.10** «Буба». (6+)
**12.00** «Буба Шоу». (0+)
Добро пожаловать на «Буба Шоу»! Это весёлый и познавательный проект, в котором дети вместе с Бубой играют, смеются и учатся! Буба - наш любознательный и энергичный друг, который обожает пробовать новое. Пусть не всегда у него всё получается с первого раза, но его заразительный энтузиазм делает обучение увлекательным и весёлым! Во всех приключениях Бубе и его друзьям помогает закадровый голос, дающий полезные советы.
**12.15** «Геройчики». (0+)
**14.10** «Фиксики». (0+)
Фиксики - маленькие человечки, живущие рядом с людьми, внутри бытовых приборов. Они ухаживают за техникой, чистят, смазывают ее и исправляют различные поломки. Фиксики боятся, что люди, узнав о них, устроят на них охоту. Поэтому они прячутся от людей и умеют превращаться в обычные винтики.
**16.30** «Союз зверей: спасение двуногих». (6+)
**17.55** «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
**20.05** «Буква в деле». (0+)
**21.00** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
**21.15** «Лунтик возвращение домой». (0+) Новые приключения Лунтика и его друзей - кузнечика Кузи, Пчеленка, бабочки Элины, гусениц Вупсня и Пупсня и других. На этот раз веселая компания решает помочь Лунтику найти маму и вернуться домой на Луну.
**23.00** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
**01.55** «Зоомания». (6+)

## ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 14.00, 22.00** «Робокар Поли: Уроки безопасности с Эмбер». (6+)
**08.35, 16.35, 00.35** «BFF. Пушистые друзья». (6+)
Трогательная и волшебная дружба очаровательной команды BFF. У каждой подружки BFF и их питомцев есть своя собственная личность, интересы и отношение, и каждый член этой команды очень уникален! Каждый день начинается новое приключение и каждая из подружек может показать свои сильные стороны.
**10.15, 18.15, 02.15** «Ум и Хрум». (0+)
**11.30, 19.30, 03.30** «L.O.L. Дом сюрпризов». (6+)

## МУЛЬТИЛАНДИЯ

**07.40** «Косолапый агент». (6+)
**09.20** «Пес-самурай и город кошек». (6+)
**11.00** «Бернард. Миссия Марс». (6+)
**12.40** «Косолапый агент». (6+)
**14.30** «Пес-самурай и город кошек». (6+)
Хэнк - смелый пёс, мечтающий стать самураем, вот только в городе кошек его никто не воспринимает всерьёз. Но когда армия пушистых ниндзя угрожает стереть их городок с лица Земли, Хэнк становится единственной надеждой на спасение. Теперь с помощью мудрого учителя и верных друзей он должен в сжатые сроки овладеть навыками великого воина.
**16.15** «Три кота». (0+)
**22.00** «Чемпионы». (6+)
**23.00** «Три кота». (0+)
**00.00** «Монсики». (0+)

# ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

## СПАС

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

# Православный календарь

**12 июля**

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

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

**Поста нет.**

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

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

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
12+
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

# ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

## «Ты – Христос, Сын Бога живаго»

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

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

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

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

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

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

Комментирует протоиерей Павел Великанов

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

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

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

# ДОРОГА К ХРАМУ

## ВОПРОС – ОТВЕТ

## МОЖНО ЛИ ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К АНГЕЛАМ

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

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

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

Все объявления на правах рекламы

## ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОД ОКНА ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, Al, дерево
Ремонт окон, балконов, жалюзи
СЕЗОННЫЕ СКИДКИ
• ОТДЕЛКА • УТЕПЛЕНИЕ • КРЫШИ • ШКАФЫ
пенсионерам – скидка до 35%
8 (495) 740-76-09
8 (495) 941-96-29

Завод «СтройБалконСервис»
ОКНА ПВХ
BEHRU QUALITY AL PROVEDAL
БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
РЕМОНТ ОКОН И БАЛКОНОВ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
8-495-782-54-48
www.balkona.ru 8-495-543-53-97

## ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (903) 681-02-37 Недорогие переезды дач, квартир, офисов. Грузчики-славяне, машины со сдвоеной кабиной на 5 мест. Перевозка домашних животных, утилизация старой мебели и вещей. Скидка пенсионерам и ветеранам ВОВ. Работаем круглосуточно. Тел.: 8 (903) 681-02-37

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 **Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80**

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки НЕДОРОГО. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Недорого. Пенсионерам СКИДКА. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мебели и мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

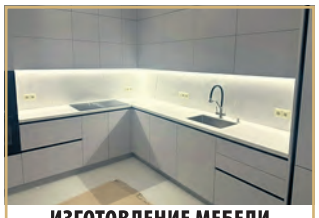
■ 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т. п. Время – не ограничено. Цельнометаллический фургон Пежо «Боксер» (свой, не аренда). ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ПОДХОД К ДЕЛУ. Без выходных и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

## МЕБЕЛЬ

■ 8 (495) 771-28-64 ОБИВКА, РЕСТАВРАЦИЯ МЕБЕЛИ В ЦЕХУ и ДОМА. ВЫБОР ТКАНИ, КОЖЗАМ, КОЖА. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8 (495) 771-28-64

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

Перетяжка мягкой мебели. Ремонт любой мягкой мебели с гарантией. Большой выбор обивочной ткани. Замена наполнителя, механизмов. Оценка по фото. **Тел.: 8 (916) 526-99-32, 8 (925) 421-92-32.**



ИЗГОТОВЛЕНИЕ МЕБЕЛИ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ЗАКАЗУ
шпонирование и окрашивание.
Г. Мытищи 1-й Силикатный переулок, д. 14Б/3
8-926-599-77-36
8-495-363-46-65
Шкафы распашные, гардеробные, прихожие, офисная мебель, кухни, спальни, детские, рекламные стенды

■ 8 (925) 504-54-71 Абсолютно любой ремонт мягкой и корпусной мебели. Тел.: 8 (925) 504-54-71

## ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТРИТУАЛ
СРОЧНЫЙ ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА на дом 24 Ч.
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ.
КРЕМАЦИЯ.
Тел.: 8 (916) 797-29-40, 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. **Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72**

## ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Юристы и адвокаты. Пенсионерам скидка до 50 %! Консультация бесплатная! **Тел.: 8 (495) 201-25-12**

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч.: вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

■ 8 (985) 210-25-63 Адвокаты. Уголовные, гражданские дела. Арбитраж. Банкротство. Споры по наследству, недвижимости, земле. Раздел имущества супругов. Расторжение и признание недействительными договоров. Выписка из квартир. Возврат квартир. Защита по любым уголовным делам на следствии и в суде. Тел.: 8 (985) 210-25-63

## ЗНАКОМСТВА

■ 8 (926) 138-24-00 ЗНАКОМСТВА! НАДЁЖНЫЕ! Для общения, встреч, совместной жизни! Москва и ближайшее Подмосковье. Звоните! Тел.: 8 (926) 138-24-00

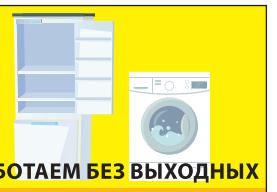
## КУПЛЮ

Куплю механические часы. Любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. **Тел.: 8 (495) 723-19-05**

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

■ 8 (903) 103-15-93 Куплю РАДИОДЕТАЛИ любые б/у и новые. Платы от любой радиотехники. Реле, разъёмы, пускатели, эл. автоматы, провода б/у в изоляции, трансформаторы б/у. Посуда мельхиор (МНЦ) б/у, часы наручные (СССР) в жёлтом корпусе, подстаканники. Тел.: 8 (903) 103-15-93

## БЫТОВАЯ ТЕХНИКА



РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ
РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
8 (495) 177-45-76
8 (901) 519-52-48
Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

■ 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48 **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48**

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ
• Ремонт любой сложности
• Ремонт подсветки
• Настройка каналов
• Настройка приставок
• РЕМОНТ АНТЕННЫ
• Замена штекера
• Замена разветвителя для антенны
• Протяжка телевизионного кабеля
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. ГАРАНТИЯ
8 (977) 575-85-64

■ 8 (499) 394-06-57 **Ремонт, установка, настройка: компьютеров, ноутбуков, Apple, планшетов, смартфонов, телевизоров, стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электро- и газовых плит, СВЧ. Услуги сантехника, электрика, муж на час, ремонт квартир. Гарантия, качественно, пенсионерам скидка 30 %! Тел.: 8 (499) 394-06-57**

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ, ДУХОВОК, КОНДИЦИОНЕРОВ и т.д.
Бесплатная диагностика при ремонте
☎ 8 (495) 106-25-69

■ 8 (995) 222-15-57 Частный мастер по ремонту стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электроплит и духовых шкафов, водонагревателей и пр. Ремонтирую и обслуживаю все виды техники! Выезд бесплатный. Гарантия 1 год. Пенсионерам скидки. Обращайтесь, буду рад помочь. Тел.: 8 (995) 222-15-57

■ 8 (499) 703-41-94 **Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94**

■ 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20 %. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

## ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКУПКА
КУПИМ ДОРОГО
✓Награды, знаки, медали, монеты, часы, шкатулки.
✓ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР.
✓БУДДУ, сервизы, бронзу, картины, книги, открытки.
✓АВТОГРАФЫ, янтарь, фото, ✓архив и др. ✓ВЫЕЗД 24ч
8(903) 666-33-55

НАДЁЖНО. ДОРОГО.
КУПЛЮ
Сервизы (остатки), вазы. Статуэтки (с дефектом) из фарфора, чугуна, кости. Иконы. Подсвечники. Часы. Подстаканники. Значки. Награды. Марки. Пластинки. Янтарь. Предметы интерьера из Китая.
Выезд. Оплата сразу.
8 (916) 359-05-00

■ 8 (906) 025-95-00 **Бижутерию, значки, часы, монеты, серебро, подстаканники, портсигары, мельхиор, фотоаппараты, книги, открытки, фото, статуэтки, сервизы, фарфор, коронки, янтарь, самовары, ёл. игрушки, пластинки, кассеты, хрусталь, духи, золото, марки, автографы, юб. рубли, иконы, грамоты и мн. др. Дорого. Тел.: 8 (906) 025-95-00**

■ 8 (916) 993-36-64 Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, коньяк СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (964) 585-40-04 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели автомобилей, ёлочные игрушки, иудаику и любой антиквариат. Тел.: 8 (964) 585-40-04

ДОРОГО КУПИМ
• ИКОНЫ. ФАРФОР.
• СТАТУЭТКИ (можно с дефектами).
• КАРТИНЫ И РАМЫ ОТ НИХ
• ПАТЕФОНЫ. ПЛАСТИНКИ
• СЕРЕБРО. ЗОЛОТО (изделия, лом)
• Портсигары. Подстаканники
• Часы. Знаки. Архивы и др.
Выезд 24 ч, оплата сразу!
8 (903) 964-67-77

■ 8 (916) 442-14-98 Уважаемые пенсионеры и жители Москвы и Подмосковья. Если у вас сохранились СТАРЫЕ ВЕЩИ, возможно, они имеют ценность. Быстро и ДОБРОСОВЕСТНО КУПИМ: часы, монеты, значки, украшения, книги и многое другое. БЕСПЛАТНО приедем, спокойно оценим, деньги СРАЗУ! Порядочность гарантируем! Тел.: 8 (916) 442-14-98

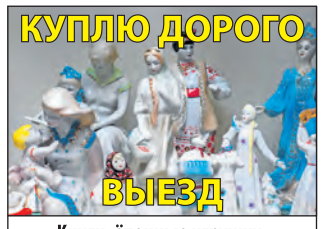
■ 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93, **СПАСИБО ЗА ЗВОНОК Купим, оплата сразу. Открытки, афиши, плакаты, фото, живопись, архивы, автографы, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора, стекла, металла, украшения. ВСЁ О РЕКЛАМЕ, ДИРИЖАБЛЯХ, АВИАЦИИ, и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Книги, журналы до 1945 г. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93**

■ 8 (916) 993-36-64 Времён СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, прейскуранты, акции времён приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, боны и купюры, векселя, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. **Тел.: 8 (495) 721-41-46**

■ 8 (905) 744-11-33 Мельхиор, хрусталь, фарфор, вышивки, скатерти, посуда, игрушки, пластинки, статуэтки, бижутерия, книги, фотоаппараты, бронза, значки, картины, иконы, столовое серебро, пластинки, марки, монеты. Тел.: 8 (905) 744-11-33

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИМ
Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Картины. Соцреализм. Сов. авангард. Пластинки. Старинную мебель. Столовые приборы. Любой антиквариат и многое другое.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8 (925) 403-68-83



КУПЛЮ ДОРОГО
ВЫЕЗД
Книги, ёлочные игрушки, бижутерию, фарфор. сервизы, статуэтки, ЗОЛОТО до 10 000 руб./г, СЕРЕБРО до 500 руб./г, иконы, мельхиор, значки, монеты, открытки, фото, часы, хрусталь, марки, Китай, банкноты и другой винтаж.
8 (905) 796-72-32

■ 8 (926) 345-91-70 КУПЛЮ СТАРЫЕ ВЕЩИ! С ВЫЕЗДОМ К ВАМ! Виниловые пластинки, иконы, кресты, чугун, мельхиор, подстаканики, флаги, бинокли, столовые приборы, статуэтки, подсвечники, бронзу, фарфор, чугун, украшения, ножи, картины, книги, военные фотографии, кожаные изделия и многое другое! Тел., мессенджер: 8 (926) 345-91-70

■ 8 (905) 777-77-53 Ковры. Мебель. КНИГИ. ЧАСЫ. МАСКИ. Посуду. СТАТУЭТКИ, Гжель. Хрусталь. Фарфор. СЕРВИЗЫ. РОГА. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУВЕНИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. маш. МЕХА. Духи. БИЖУТЕРИЮ. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Реновация. ПРИЕДУ НА ДАЧУ. Тел.: 8 (905) 777-77-53

■ 8 (903) 678-15-44 Посуду. Хрусталь. Фарфор. СТАТУЭТКИ. «Мадонну». Гжель. Китайские термосы. Серебро. Награды. МОНЕТЫ. Значки. ОТКРЫТКИ. ИКОНЫ. КАРТИНЫ. КОВРЫ. Юв. изд., бижутерию. Швейн., печат. машинки. ЁЛОЧ. ИГР., МЕХОВЫЕ ИЗД., ЭЛЕКТРОНИКУ. Видеомагнитофоны. Пластинки. Фотоаппараты. Воен. форму. Коронки. Тел.: 8 (903) 678-15-44

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО
• Награды • Значки
• Наградные знаки • Монеты
• Банкноты • Подстаканники
• Статуэтки • Иконы • Игрушки СССР
• Кортики • Сабли • Интересные антикварные старинные предметы, или коллекции
ВЫЕЗД и ОПЛАТА СРАЗУ
8 (985) 179-79-30
ВЛАДИМИР

8 (495) 643-72-12 Куплю книги, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1945 г., бижутерию, генеральскую форму, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. **Тел.: 8 (495) 643-72-12**

■ 8 (495) 508-53-59 Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т. д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Инструмент, метчики, плашки, тиски, станки, др. Тел.: 8 (916) 774-00-05, Дмитрий

Все объявления на правах рекламы

## РАБОТА

КРУПНАЯ ТОРГОВАЯ КОМПАНИЯ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ В МУЛЬТИМЕДИЙНЫЙ ПАВИЛЬОН

**ПРОДАВЦОВ-КОНСУЛЬТАНТОВ**

**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:**

- **Заработная плата:** от 140 000 РУБЛЕЙ за месяц работы;
- **Оплата за смену:** от 4 000 РУБЛЕЙ;
  (почасовая оплата 310 рублей/час + процент от продаж);
- **Ежемесячные премии, надбавки за стаж работы;**
- **Ежедневные выплаты** 1 000 рублей;
- **Сменный график работы:** 2/2, 3/3;
- **Место работы:** комфортные павильоны рядом со станциями метро «Шаболовская», «Новокузнецкая», «Спортивная»

**8 (965) 354-39-02 · 8 (925) 507-46-48**

---

Тверьсоюзпечать

**ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ**
**ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ**

***Мы предлагаем:***

- ☑ **Работу в крупной и развивающейся компании!**
- ☑ **Стабильный оклад 35 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
- ☑ **Выдача заработной платы два раза в месяц, БЕЗ ЗАДЕРЖЕК;**
- ☑ **НАДБАВКУ ЗА СТАЖ работы в кампании;**
- ☑ **Подходящий вам график работы:** 6/1 и 2/2;
- ☑ **Удобное местоположение киоска**
  (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- ☑ **Вакансия подходит ДЛЯ КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**

**ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ И ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!**

***Телефоны для связи:***

**8 (967) 292-04-91, 8 (925) 507-46-48**

---

ПРИГЛАШАЕМ:

**ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле**

**З/п от 150 000 – 170 000 руб.**
**График:** 4 дня в неделю (Москва и МО)

- Получение печатной продукции на складе в Москве, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Знание Москвы и МО, наличие мессенджеров – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

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

## НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **8 (903) 669-60-23** Женщина готова взять под опеку на условиях пожизненной ренты нуждающегося человека или семейную пару. Опыт работы по уходу за людьми с ограниченными возможностями. 58 лет, без вредных привычек. Мед. образование. Русская. Лена. Плательщик ренты: Копылова Елена, ИНН № 502500577315. Тел.: 8 (903) 669-60-23

■ **8 (903) 515-85-33** Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина.

## УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ **8 (965) 386-47-09 Московская СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ клопов, тараканов, грызунов, плесени, запахов и последствий затопления. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – договор. Работаем 24/7. СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ. Москва, область. Тел.: 8 (965) 386-47-09**

■ **8 (917) 548-19-76 ГОРОДСКАЯ САНЭПИДЕМСТАНЦИЯ. Уничтожим тараканов, клопов, грызунов, плесень. Обработка садовых участков. С ГАРАНТИЕЙ И НАВСЕГДА! Сертифицированные дезинфекторы, эффективные и безопасные средства без запаха. Конфиденциально. Бесплатный выезд (Москва и МО) ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА! Тел.: 8 (917) 548-19-76**

**ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:**

**8 (495) 792-47-73**

## АВТО

■ **8 (926) 888-54-66** КУПЛЮ: «Волга» любой модели, «Жигули» любой модели в любом состоянии, «Москвич», «Ока», «Газель», иностраные любые. Куплю в день обращения, порядочность гарантирую. Валерий Иванович. Тел.: 8 (926) 888-54-66

## СООБЩЕНИЯ

ОРГАНИЗАТОР ТОРГОВОГО К.У. ООО «ИНВЕСТ РИЭЛТИ» (ИНН 7702437348, ОГРН 1187746782816) ЯКОВЛЕВА Л.В. (ИНН 343201800849, РЕГ.№ В СГРАУ20126) ЧЛЕН НП СРО АУ «РАЗВИТИЕ» (ИНН 7703392442, ОГРН 1077799003435, РЕГ. № В ЕГРСОАУ 0024) НА ОСНОВАНИИ РЕШЕНИЯ АС Г. МОСКВЫ ОТ 20.01.25 ПО ДЕЛУ А40-148928/23 ИЗВЕЩАЕТ О ПРОВЕДЕНИИ ЭЛ. ТОРГОВ В ФОРМЕ АУКЦИОНА С ОТКРЫТОЙ ФОРМОЙ ПОДАЧИ ПРЕДЛОЖЕНИЙ О ЦЕНЕ ИМУЩЕСТВА ДОЛЖНИКА: ЛОТ №1 ЗЕМЕЛЬНЫЕ УЧАСТКИ (ОПИСАНИЕ ЛОТА, ПОРЯДОК, СРОКИ И ПРАВИЛА УЧАСТИЯ – В СООБЩЕНИИ НА ЕФРСБ № 22982293 ОТ 21.05.26 И НА ЭЛ. ПЛОЩ. HTTPS://TORGI.CDTRF.RU/ КОД ТОРГОВ 355956).

## ДВЕРИ

**ДВЕРИ ЗАВОДСКИЕ «АМПИР»**

ВХОДНЫЕ, МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

Шкафы, шкафы-купе, антресоли, кухни стандартных и нестандартных размеров

- Обивка дверей
- Замена, врезка замков
- Замер, установка

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ от 19 000 ₽

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ **8 (499) 408-40-71**

МЕЖКОМНАТНЫЕ от 3 000 ₽

## ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП www.n-help.ru

**ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ**

ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА
Доезд врача в течение часа
Москва и Подмосковье
Мотивируем на лечение

**8-925-008-97-53** Анонимно, 24/7

ООО «Первый шаг». ИНН 5040190043 Лиц. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

## СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

**БЕЛОРУССКАЯ БРИГАДА**

- Строительство домов
- Снос старых домов
- Вывоз мусора
- Подъём домов
- Сайдинг
- Замена кровли, лаг, полов, крыш
- Установка фундамента
- Монтаж забора, хозблоков и пристроек

Пенсионерам и инвалидам скидка 15%

**РЕМОНТ КВАРТИР:**
сантехник, электрика, плитка, штукатурка, обои евроремонт и ремонт под ключ

**8 (920) 009-00-86 • 8 (963) 676-41-92**
НИКОЛАЙ ДМИТРИЙ

---

**ЗАМКИ**

ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ

**(495) 740-21-51**
круглосуточно

---

Ключ-Сервис
**ЗАМКИ**
Замена, ремонт
8(495)997-91-37

■ **8 (495) 978-03-44, 8 (901) 517-03-44** РЕМОНТ КОМНАТЫ ИЛИ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО И ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44, 8 (901) 517-03-44

■ **8 (966) 099-99-53, 8 (495) 902-77-12** РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Без предоплаты! Поклейка обоев любых видов за 1 день. Малярка, покраска, ламинат, натяжные потолки, потолки под покраску. Ванна под ключ, электрика. Во время ремонтных работ соблюдаем чистоту и порядок. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (966) 099-99-53, 8 (495) 902-77-12, АЛЕКСАНДР И ЛАРИСА.

■ **8 (905) 557-77-37** Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

■ **8 (977) 354-98-39** Ремонт квартир, демонтаж, штукатурка стен и потолков, стяжка, электрика, шпаклёвка, поклейка обоев, укладка ламината, натяжные потолки. Качественно и в срок. Пенсионерам скидки. Доставка материалов. Тел.: 8 (977) 354-98-39, Владимир

■ **8 (905) 148-20-00, 8 (902) 880-39-16** Бригада мастеров с большим опытом работы, выполнит качественный ремонт, замену крыши, пристройки, веранды, террасы, отделку фасадов. Гарантия. Договор. Скидки. Тел.: 8 (905) 148-20-00, 8 (902) 880-39-16

---

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**
**ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»**

Скидки уточняйте у менеджера

| | |
|---|---|
| ПО ТЕЛЕФОНУ | **8 (495) 792-47-73** |
| ПО ПОЧТЕ | **reklama@kardos.ru** |
| ПО АДРЕСУ | **г. Москва, м. «Марьина Роща», ул. Полковая, д. 3, стр. 4, 2 подъезд, Издательская группа «КАРДОС»** |
| ЦЕНА | Стоимость строчного объявления от **1000** рублей за 1 выход |
| КАК ОПЛАТИТЬ | 1. **Через «Робокассу»:** на сайте *kardos.media* (подробности у менеджера);<br>2. **В отделениях любого банка:**<br>ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635<br>В назначении платежа указать:<br>*«Оплата за рекламное объявление в издании»* и Ф.И.О.<br>Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).<br>Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных. |

**Приём рекламы в рубрику «ВСЁ ОБО ВСЁМ» производится по адресам:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК»,** 8 (495) 792-47-73, м. «Марьина Роща» | **РА «Информ Экспресс»,** 8 (495) 543-99-11, 8 (903) 013-52-78, м. «Ленинский проспект» | **ООО «Арт Коруна»** 8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07, м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО | **ИД «ВСЕ ДЛЯ ВАС»** 8 (495) 909-98-96, м. «Алексеевская» |
| **РА «МангоАдв»** 8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно | **Stroki.info (ООО «Магазин рекламы»)** 8 (800) 551-50-98, 8 (495) 133-16-22, м. «Шоссе Энтузиастов» | **РА ООО «ГРИН КЛАССИК»** 8 (495) 926-38-00, многоканальный, м. «Семёновская», курьер БЕСПЛАТНО | **РА «Солидарность-Паблишер»** 8 (985) 769-28-51, м. «Аэропорт», курьер БЕСПЛАТНО |
| **ООО «100МЕДИА.РУ»** 8 (495) 961-00-97, м. «Арбатская», круглосуточно | **РА «Мир рекламы»** 8 (495) 228-06-30, м. «ВДНХ», выезд курьера БЕСПЛАТНО | **РА «НОВЫЙ ВАРИАНТ»** 8 (985) 933-58-69, м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО | **«РЕКЛАМА 21 ВЕК»** 8 (495) 774-74-20, 8 (916) 408-49-91, м. «Солнцево» |

# Правильный мужчина

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

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

## «Знаю, чего хочу от жизни»

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

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

– Привет! Как твои дела?

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

– Я просто хочу поваляться на пляже у моря.

– Это слишком банально. Лучше поезжай со мной к вулканам и гейзерам, — рассмеялся Роман.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Наконец-то, до меня дошло: не могу продолжать отношения с Романом. Я искала партнера для совместного роста и поддержки, а не красавца-эгоиста.

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

## Да будет свет!

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

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

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

– У вас света нет? Будем исправлять.

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

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

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

– Вы случайно не учились в 25-й школе?

– Да, училась, — удивленно ответила я.

– Вера? — снова спросил электрик.

Я утвердительно кивнула, и тут меня осенило.

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

– Точно. Вот это встреча.

Он продолжал работать, но уже не молча: мы погрузились в воспоминания о школьной поре.

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

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

– Ты – настоящий волшебник! — обрадовалась я.

Он снова улыбнулся и потянулся за инструментами.

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

## Женское счастье

Я проводила его до двери и остановилась на мгновение.

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

Он посмотрел на меня с удивлением и радостью.

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

– Отличная идея, сто лет там не была.

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

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

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

**ВЕРА**

**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!**

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

## БЫВАЕТ И ТАКОЕ

### На цыпочках, как лошадь

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

### Небесный памятник

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

### Рецепты по сезонам

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

### Сериал 200 лет назад

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

**Светлана СИДОРЧУК**

# Ванна или душ?
## Ремонт начинается с выбора

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

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

### Душ: скорость и минимализм

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

**ПРЕИМУЩЕСТВА:**

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

• **Экономия воды.** Это самый весомый аргумент в пользу душа. Для наполнения стандартной ванны требуется 150-200 литров воды, тогда как 5-10-минутный душ расходует всего 40-60 литров. Разница особенно заметна в семьях с несколькими людьми.

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

**МИНУСЫ:**

• **Меньше возможностей для релаксации.** Душ не позволяет полноценно расслабиться после тяжелого дня, устроить «спа-ритуал».

• **Неудобство для семей с детьми.** Купание малышей в душевой кабине небезопасно и неудобно, ванна в этом случае гораздо практичнее.

### Ванна: релаксация и домашний уют

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

**КЛЮЧЕВЫЕ ПЛЮСЫ ВАННЫ:**

• **Релаксация и забота о себе.** Теплая вода снимает напряжение, помогает при болях в мышцах и суставах, снижает тревожность и готовит ко сну. Можно добавить морскую соль, эфирные масла или пену – и обычная гигиеническая процедура превращается в ритуал.

• **Удобство для детей.** Ванна становится домашним бассейном для малышей, где можно играть с игрушками и пускать мыльные пузыри. Педиатры отмечают, что плавание в теплой воде с первых дней жизни способствует развитию мышц.

**МИНУСЫ ВАННЫ:**

• **Занимает много места.** Стандартная ванна требует больше площади, в маленьком санузле она может «съесть» все полезное пространство.

• **Большой расход воды.** Как мы уже говорили, наполнение ванны требует в 3-4 раза больше воды, чем душ.

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

**КСТАТИ**

### Компромиссные решения

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

✔ **Душ над ванной.** Классическое решение для типовых квартир. Главное – установить качественную стеклянную перегородку и удобный смеситель с длинным шлангом.

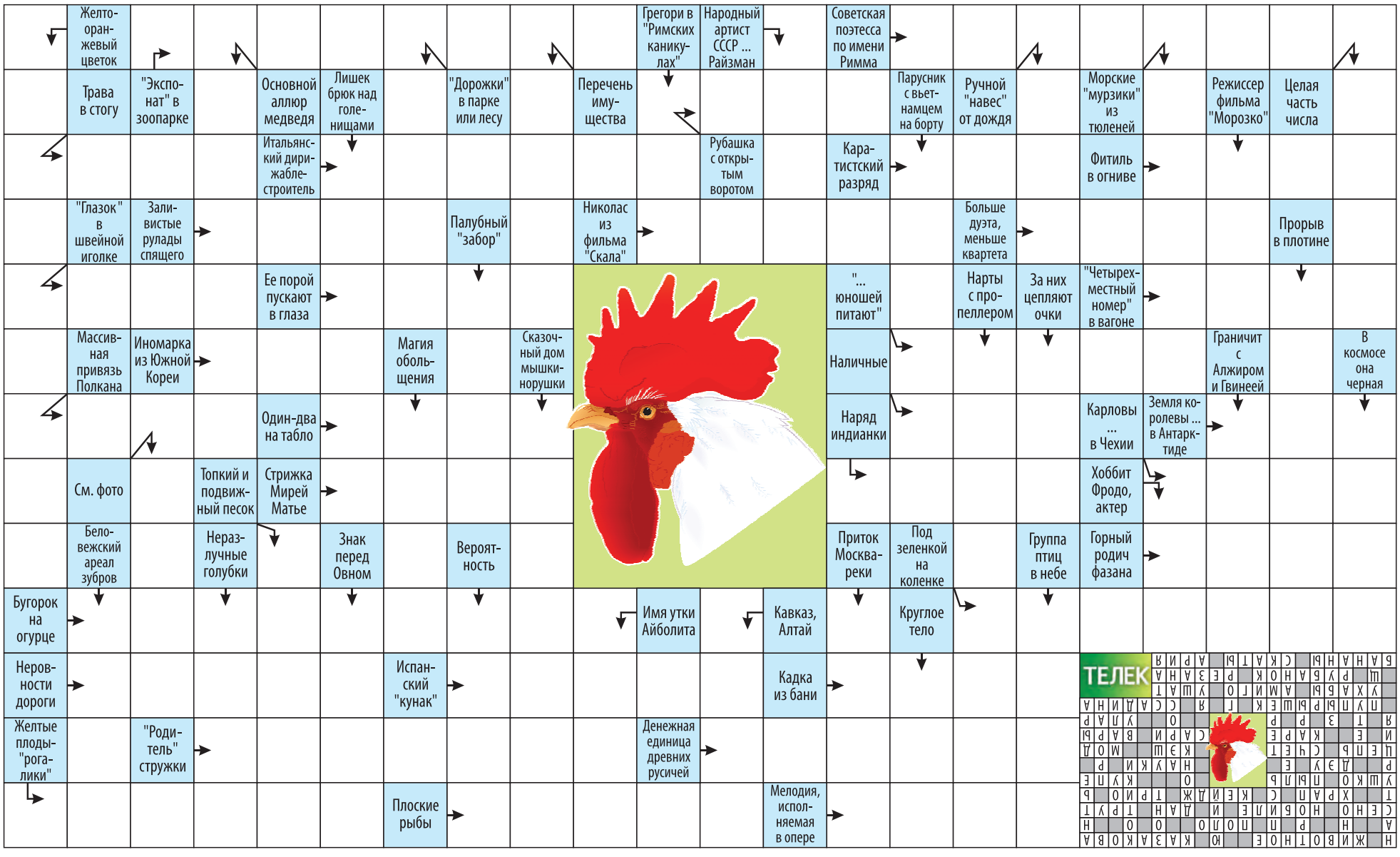
✔ **Разделение пространства.** Если позволяет площадь, можно разместить и полноценную ванну, и отдельную душевую зону.

### Что ещё учесть?

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

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

**Светлана СИДОРЧУК**



Реклама 6+

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8(800) 500-18-45 и получи ПОДАРОК*!
Скидки на ТВ-ХИТЫ до 60%

## Мини-печь «Чудо-жар»

9 л

лот 203839
~~5999~~ р. 4999 р.

Размер, см: 27,5×37×20,5

Режим работы, Т: 100–250°С

## Мультисковорода пароварка 4 в 1

- сковорода
- пароварка
- кастрюля
- скороварка

∅ 32 см

Антипригарное покрытие

*Контейнер-пароварка*

Ненагревающаяся ручка

лот 204273-01
~~3499~~ р. 2499 р.

4 л

*В комплекте: сковорода, контейнер-пароварка, стеклянная крышка с клапаном.*

## Набор термокастрюль «Магия вкуса», 8 пр.

4 объема: 0,4 л, 0,7 л, 1,4 л, 2,3 л

Сохраняет еду горячей или холодной в течение нескольких часов

Чаша из нержавейки

лот 28623
~~5499~~ р. 2999 р.

Материал: пластик, нержавеющая сталь

## Электрический измельчитель «Молния»

3 в 1
1. Мясорубка
2. Блендер
3. Миксер

Работает от сети 220 В

лот 22634
~~2499~~ р. 1699 р.

1,8 л Объем чаши

## Точилка для ножей и ножниц «Просто остро»

Для ножей и ножниц

Пружинный механизм заточки

лот 203635-01
~~1399~~ р. 999 р.

Размер: 12×7×16 см

## Тент «Универсальный»

Легкий монтаж

Защита от непогоды

Люверсы по периметру

Материал: ПЭ ткань с ламинацией.

лот 106775

3×3 м ~~1999~~ р. 999 р.

4×5 м ~~2599~~ р. 1999 р.

Размер: 3×3 м, 4×5 м — укажите при заказе

## Цепная аккумуляторная пила «Хищник»

1 кг

600 Вт

Для сада

Для дома

Длина шины 10 см

В комплекте: пила, цепь, аккумулятор, зарядное устройство, направляющая пластина, ключ, отвертка.

лот 105501-02
~~4999~~ р. 3699 р.

## Умные очки «Анти-блик», 2 шт.

Во время опасных работ

2 шт.

лот 18502-06
~~1299~~ р. 999 р.

Защита от солнца и бликов

Желтые + черные

Материал: ПВХ

## Чудо-шланг «Ультра»

7 режимов полива

Без скручивания и перегибов

Растягивается в 3 раза

Материал: пластик, нейлон, ТПЭ. Цвет: синий, зеленый. Без возможности выбора.

лот 104429

22,5 м ~~2299~~ р. 1799 р.

30 м ~~2499~~ р. 1999 р.

45 м ~~2999~~ р. 2499 р.

3/4″ Соединение

## Садовый фотофасад «Яркая жизнь»

Размер: 310×158 см

Легкий монтаж

Защита от непогоды

Выгодная цена при покупке 2-х шт. цена 1 шт. 1999 р.

лот 104236 ~~2999~~ р. 2499 р.

## Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»

до 200 м² Зона влияния

Работает от сети

лот 10034-01 ~~1999~~ р. 999 р.

## Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

- Герметик
- Резина
- Клей

Цвет на выбор: Белый, Прозрачный, Черный

Для разных поверхностей

лот 102640
~~1299~~ р. 999 р.

3 шт. по 450 мл

## Стул «Титан» для купания в ванной и душе

до 100 кг

Отверстия для слива воды

Нескользящие ножки регулируются по высоте (39-52 см)

Размер: 51×31×52 см

лот 106136-01
~~3499~~ р. 2999 р.

В ПОДАРОК: Самоклеящаяся накладка

## Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер» + Лосьон в ПОДАРОК!

1. Бритва
2. Триммер для бороды
3. Триммер для носа

60 мин работы

В ПОДАРОК: Лосьон после бритья

5 Вт

лот 402968-03
~~1999~~ р. 1499 р.

## Ножницы для педикюра

- Для тех, кому сложно нагибаться
- Для жестких ногтей

3,5 см Длина лезвия

лот 402091-03
~~899~~ р. 599 р.

Размер: 20×5,9 см

## Топ «Ажур Бра»

Комфортная посадка

Дышащий материал: 90% нейлон, 10% спандекс

Размер: 44-46, 48-50, 52-54, 56-58

лот 313589
1299 р. 999 р.

Серо-голубой, Бежевый, Черный, Белый

## Складная стиральная машина «Лотос»

СТИРКА ЗА 10 МИН!

7,5 л

3 программы стирки + отжим

Не требует подключения к водопроводу

Бежевый

Размер: 29×29×30 см

Зеленый

лот 104006
~~3999~~ р. 2999 р.

## Универсальная чистящая паста «Просто блеск» 2 шт. + 1 в ПОДАРОК!

3 шт. по 500 г

лот 106084-03
~~1999~~ р. 1299 р.

Сияющая чистота в 2 раза быстрее для разных поверхностей

## Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1

Устраняет коррозию, готовит поверхность к покраске

*При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!*

3 шт. по 450 мл

лот 19128-02
~~1499~~ р. 999 р.

## Массажный матрас «Блаженство»

9 в 1

Вибромассаж
Термотерапия

Размер: 49×135 см

Работает от сети

4 массажные зоны

Материал: велюр, пластик, металл

В комплекте: матрас, блок питания, пульт управления

лот 403912-01
~~7999~~ р. 4999 р.

## Складные очки «Фокус Плюс»

2 шт.

лот 43063-01
~~1999~~ р. 999 р.

- Небьющиеся линзы
- Футляр в комплекте

160% Увеличение

## Усилитель звука «Чуткий слух»

Может усиливать звуки до 30 дБ, на расстоянии до 10 м

Регулятор громкости

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

лот 404616 ~~1499~~ р. 999 р.

## Наколенник «Двигайся легко»

2 шт.

Фиксирует и уменьшает нагрузку на сустав

Размер универсальный Обхват ноги до 50 см

лот 45295 ~~1999~~ р. 999 р.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

## Домашний тренажер «Кардио» +

- Для тренировки рук и ног
- Для реабилитации
- Уровень нагрузки регулируется

Укрепляет сердце и сосуды

Размер: 40×53,5×25,5 см

лот 401808-01
~~3999~~ р. 2999 р.

## Диск здоровья от Leomax + ПОДАРОК!

до 120 кг

- Укрепляет мышцы рук, ног, ягодиц, спины и живота

Массаж стоп

∅ 27 см

Уменьшает объем талии

Зеленый Фиолетовый

лот 404737
~~1999~~ р. 1299 р.

В ПОДАРОК: Чудо-мазь «МауЛи» согревающая

## Умный браслет «Здоровье»

120/80 Тонометр Пульсометр

Шагомер

Kkal Счетчик калорий

Время и дата

USB-провод в комплекте

24 см Длина окружности

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

лот 402115-02
~~2999~~ р. 1999 р.

**ВАШ ПОДАРОК* при заказе от 2999 р.:**
Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)

**ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!**

* При единовременном заказе на сумму от 2999 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно с 01.07.26 по 30.09.26 г. Продавец: ООО «ШОП ТВ» ОГРН 5117746036128,115432, г. Москва, ул. Трофимова, дом 2А. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по телефону (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

**8(800) 500-18-45**