

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№01
(374)**

ТВ-программа с 9 по 15 января 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**КРАСОТА
ВНЕ МОДНЫХ
СТАНДАРТОВ**

стр. 26

**ДЕСЕРТЫ
ДЛЯ ЗИМНИХ
КАНИКУЛ**

стр. 8

**ОЛЬГА
ПАВЛОВЕЦ**

ЖЕЛАЮ ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

стр. 3

**БЕРЁМ ШТУРМОМ
СЕРДЦЕ
ХОЛОСТЯКА**

стр. 4

**УТЕПЛЯЙСЯ,
ЕСЛИ ХОЧЕШЬ
БЫТЬ ЗДОРОВ**

стр. 29

**ПРАВИЛА
СТРАТИФИКАЦИИ
СЕМЯН**

стр. 28

12+

Фото Дарьи Чуриловой

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 23001

Евгений Воловенко заговорил на суахили

Евгений Воловенко играет одну из главных ролей в сериале «Лихорадка», съёмки которого идут для телеканала «Россия».



Как утверждают создатели проекта, это шпионская история об опасной эпидемии, которая вспыхивает в одной из стран Африки. На смену сбежавшей международной медицинской миссии в страну прилетает российская бригада добровольцев. К ней присоединяются местный врач-инфекционист и российский гениальный ученый в области вирусологии, которые работают над производством необходимой вакцины. Роли в сериале исполняют Любовь Константинова, Евгений Воловенко, Тереза Диуро, Илья Малаков, Евгений Сидихин, Артур Ваха и Вадим Андреев. Работа над сериалом запланирована не только в России. Один из блоков недавно отсняли в Кении. Российская группа отработала эпизоды в африканской саванне и на улицах Найроби, где были отсняты самые масштабные и яркие сцены сериала, отражающие местный колорит. Специально для этого этапа съемок консультант-переводчик обучал российских актеров говорить на языке суахили.

Фото телеканала «Россия»

Ирина Пегова сыграла императрицу

В Москве и Санкт-Петербурге идёт работа над новым фильмом с рабочим названием «Царская прививка». Это история о том, как впервые в истории России была проведена массовая вакцинация, спасающая десятки тысяч жизней. В 1768 году, в разгар жесточайшей эпидемии



оспы, погубившей каждого десятого жителя страны, императрица Екатерина II принимает решение подать личный пример подданным: вместе со своим наследником, цесаревичем Павлом, она первой прививается от страшной болезни – и объявляет вакцинацию обязательной для всех!

Главную роль – Екатерины II – исполняет Ирина Пегова. Также в проекте заняты Филипп Янковский, Сергей Марин, Юрий Кузнецов, Полина Резаева и многие другие артисты.

Режиссером стал Егор Анашкин, знакомый многим по сериалу «Зулейха открывает глаза».

Телевизионная премьера «Царской прививки» запланирована на телеканале «Россия».

Фото телеканала «Россия»

Елена Яковлева задумалась о новой собаке

На телеканале «Россия» – премьера многосерийного детектива «Дама с собачкой». Роли в фильме исполняют Елена Яковлева, Александр Балух, Сергей Перегудов, Ирина Таранник, Александр Дзюба и другие.

В центре сюжета – пенсионерка и бывшая учительница математики Агата Денисовна Марфина (ее играет Елена Яковлева). Она становится случайным свидетелем загадочного убийства и вместе с любимой собакой Сири берется его расследовать.



Еще одну главную роль в сериале исполняет бордер-колли по кличке Сири – верный друг и напарник Агаты Денисовны. Найти артистку было непросто. Несмотря на то что это был дебют Сири в кино, справлялась она с ролью блестяще!

– Я уверена что Сири станет звездой, – рассказывает Елена Яковлева. – Мы с ней прекрасно проводили время, и расставаться было грустно. Дома у меня живут три собаки. Но, знаете, если встанет вопрос о расширении собачьего семейства, я заведу именно бордер-колли!

Фото телеканала «Россия»

Юлия Пересильд покажет Бабу-ягу

На одном из кинофорумов в Москве официально было объявлено, что Юлия Пересильд сыграет роль молодой Яги в фильме «Первый богатырь», который продолжит историю успешной кассовой трилогии «Последний богатырь». В фильме будет показан путь становления Яги, также главным героем станет Финист Ясный Сокол, которого сыграет Кирилл Зайцев.

Съемки планируется начать уже весной в Казахстане. В прокат фильм собираются выпустить в январе 2025 года.

Фото Вадима Тараканова

Ян Цапник готовится для нового проекта

Ян Цапник старается поддерживать свою физическую форму и честно признаётся, что иногда ему приходится прибегать к крайним мерам: серьёзно ограничивать себя в питании.

– Вы знаете, мне иногда для ролей даже надо где-то поправиться килограмм на двадцать, а где-то приходится худеть, – признается актер. – Вот сейчас моя цель – сбросить шесть килограмм.

Если проект хороший и надо соответствовать роли, то ты забываешь про все вредные привычки. Сейчас, например, из гарниров ем гречку, из мяса употребляю индейку, курицу, еще ем рыбу.

Правда, что это за проект, актер нам так и не признался (ответил: «Не скажу, чтобы не спугнуть удачу»).

Фото Вадима Тараканова

Shaman проведёт каникулы на гастролях

Shaman стал одним из самых популярных артистов в уходящем году. Его песня «Встанем» собрала на YouTube уже почти 35 миллионов просмотров. Правда, провести зимние праздники в отпуске, греясь где-нибудь на солнышке, у него точно не получится.

У артиста расписан гастрольный график начиная с 3 января и до конца марта. Как нам удалось узнать, музыкант планирует выступить в Ульяновске, Тольятти, Самаре, Саратове, Волгограде, Астрахани, Ставрополе, Сочи, Смоленске, Орле, Брянске, Санкт-Петербурге, Тюмени и других российских городах.

Фото Вадима Тараканова

Литературные КОТИКИ

Что мы знаем о котиках и их роли в литературе? Да мы с этим встречаемся с самого детства! Наша викторина – об известных котиках и кошках.



1 В детских сказках живут коты волшебные, говорящие. Это и кот Баюн, и кот Базилио из «Золотого ключика» Алексея Толстого. Есть ещё говорящий пушкинский кот, который «идёт направо – песнь заводит, налево – сказки говорит». В какое произведение поместил поэт котика из сказок своей няни Арины Родионовны?

- а) «Руслан и Людмила».
- б) «Сказка о царе Салтане, о сыне его славном и могучем богатыре князе Гвидоне Салтановиче и о прекрасной царевне Лебеди».
- в) «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях».

2 В литературе встречаются не только говорящие коты, но и ироничные и улыбочивые. Один такой кот, растворяясь в воздухе, оставляет на некоторое время только свою улыбку. В какой книге у Льюиса Кэрролла поражает своей улыбкой Чеширский кот?

- а) «Охота на Снарка».
- б) «Приключения Алисы в Стране чудес».
- в) «История с узелками».

3 А об этой богатой тёте-кошке и её друзьях, которые отвернулись от подруги, когда у неё сгорел дом, знают все дети. Как написана в сатирической сказке-пьесе, на помощь пришли те, кому она когда-то отказалась помочь. Сказка была издана в сборнике 1922 года «Театр для детей». Кто написал «Кошкин дом»?

- а) Борис Заходер.
- б) Корней Чуковский.
- в) Самуил Маршак.

Ольга Павловец, известная по картинам «Ангел-хранитель», «Тайны следствия», «Рикошет», не только прекрасная актриса, но и хорошая хозяйка, которая не гнушается встать у плиты и доставить своими кулинарными творениями удовольствие близким.

Актриса рассказала о том, как часто приходится готовить, о семейных застольях и традиционной встрече с друзьями.

Если хочется, то иногда можно

– Ольга, если у такой востребованной актрисы, как вы, появляется время и возможность порадовать близких домашней кухней, что предпочитаете готовить?



Ольга ПАВЛОВЕЦ:

Вкусно приготовленная еда – это всегда наслаждение

Кстати

Приём пищи – это определённая эстетика

– Вы рассказывали, что, снимаясь в Минске, в свободное время ходили по разным ресторанам, оценивали кухню. Какое блюдо произвело на вас неизгладимое впечатление?

– В одном из кафе, где основные блюда были так себе, мне подали

такой бомбический десерт, что до сих пор его вспоминаю. Это был торт-пломбир, полный восторг. В коржах – нежнейший крем, отдаленно напоминающий сметанник, но не такой плотности и кислотины. Это было настоящее открытие последнего времени. Вообще,

вкусно приготовленная еда – это всегда наслаждение. Причем я люблю не просто вкусно поесть, но и красиво. Это определенная эстетика – прием пищи. У меня может реально улучшиться настроение от предвкушения вкусного ужина или обеда в красивом месте.

– Очень люблю варить супы, будь то борщ, суп из лесных грибов, солянка или финская уха с лососем. Мне нравится их ингредиенты, нравится, что они готовятся поэтапно и что супа хватает не на один день (смеется). Иногда меня «пробивает» на выпечку, но не трудоемкую. Люблю испечь песочное печенье, торт с вишней или

малиной, кексики. Мои сыновья все это едят с удовольствием. Но если я занята и времени нет, готовкой себя не обременяю, делаю только самое элементарное.

– У артистов нерегламентированный рабочий день, и нередко они возвращаются домой на ночь глядя. Как относитесь к ужину после 6 часов вечера?

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Если аппетит хороший – значит, и со здоровьем, и на душе всё хорошо!

– У меня есть знакомая диетолог, которая утверждает, что в этом вопросе самое важное – не когда, а сколько ты съел, потому что для каждого человека положено определенное количество калорий, которые он должен получить в течение дня. Конечно, не надо злоупотреблять на ночь сладким, тяжелыми углеводами, но если очень хочется, то иногда можно. Когда мы испытываем изнуряющее чувство голода, ничего хорошего в этом нет, так что насчет того, чтобы «ужин отдать врагу», не всегда соглашусь. Мне кажется, нужно прислушиваться к себе, отталкиваться от своих ощущений. Если ты где-то на отдыхе или в кругу друзей, почему себя не побаловать, не поесть вкусненько? В кон-

це концов, можно разгрузиться в первой половине дня, если знаешь, что вечером предстоит идти в гости.

Торт «Наполеон» и шоколадный фондан

– В советское время люди чаще устраивали домашние застолья. Помните, как это было в родительском доме?

– Мама, папа и бабушки все прекрасно готовили и при этом очень разнообразно. Поэтому культ приготовления еды в нашем доме присутствовал всегда. Поскольку в те годы не было возможности ходить по ресторанам, все готовили дома. Мы жили скромно, порой переживали материальные трудности, но мама на кухне всегда что-то придумывала, и это всегда было вкусно. Мне нравится, что традиция собираться всей нашей большой семьей сохранилась до сих пор. Как правило, наши традиционные семейные посиделки проходят у родственников в Астрахани, где стол ломится от разносолов. А поскольку это Астрахань, то на столе всегда много ры-

бы: лосось, осетрина, еще раки, икорники (котлетки с хрустинкой из икры)... Всего не перечислить. И все невероятно вкусно. Так что из Астрахани невозможно уехать похудевшим.

– А сладкое любите? Можете назвать себя сладкоежкой?

– Если я хорошо поела, сладкое на десерт для меня обязательно. Это непременно составляющее, если я обедаю или ужинаю в ресторане. Люблю торт «Наполеон», который везде готовят по-разному, и шоколадный фондан. Для меня настоящий фондан – это когда нажимаешь на него ложечкой, а изнутри вытекает горячий шоколад. Но так бывает не всегда...

– Отдаёте предпочтение какой-нибудь кухне или вы всеядны?

– Люблю разную кухню. Не люблю острую пищу, когда все обжигает во рту и острота перебивает вкус. Все должно быть в меру.

Признаюсь, иногда меня тянет и на фастфуд, хочется съесть какой-нибудь бургер или «заточить» картошку фри. И я себе в таком удовольствии не отказываю.

Наталья АНОХИНА

Дословно

Пельменник для друзей

– А если гости приходят?

– Это бывает не часто. Я, скорее, интроверт, и если у меня происходят какие-то посиделки, то исключительно с близкими друзьями, моими одноклассниками. У нас есть традиция – после Нового года в период Рождества собираться у меня дома. И, например, устроить пельменник. Я люблю готовить пельмени и леплю их, как правило, много, делаю вкусно. Для этого нужно время, но ради друзей потратить его не жалко. Когда жду гостей, стараюсь испечь пирог или торт, друзья тоже что-то приносят – закуски, салатки, и получается настоящий пир. Кстати, наши посиделки – своего рода музыкальный салон. Почти все мои друзья имеют музыкальное образование, ведь все мы из одной школы, поэтому время проводим весело, с музыкой.

Дорогие друзья!

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

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

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

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

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

Номер в продаже с 13 января!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



ДОМАШНИЙ ПОВАР

№1 / 2023

БЛИНЫ
В БУДНИ И ПРАЗДНИКИ



Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

СЕКРЕТ УСПЕХА

Планируем день, месяц, год

Давайте поговорим о том, как распланировать свои задачи и цели на день, на неделю, на месяц и на год. Ведь сейчас самое время задуматься о долгосрочной перспективе.



Что будет завтра...

Самое благоприятное время для планирования – вечер предыдущего дня. Заканчивая день, зная, чем вы будете заняты завтра, гораздо спокойнее.

Планировать дела на день сложнее всего, ведь влияние стихийно появляющихся факторов бывает трудно предугадать. Поэтому список задач должен быть под рукой.

Его удобнее писать по приоритетам: сначала самые крупные и важные дела, а затем менее важные. Не забывайте делить задачи на личные и рабочие. Выполняйте задачи постепенно. Многозадачность хоть и вошла в моду, но далеко не для всех подходит. После выполнения задачи не забудьте ее вычеркнуть.

...через неделю

В недельные планы важно записывать те дела, на которые вы никак не могли решиться раньше. Также обязательно определяйте время, до которого намеченное должно быть сделано.

...через месяц

Эффективный ход – каждую неделю акцентировать внимание на разных сферах жизни и работы. Например, большую часть первой недели ответи для переговоров, вторую – работе в офисе, далее – командировки и т.д. Но при этом не стоит полностью исключать все остальные дела.

...через год

Важно фиксирование особенно важных целей. Обозначьте важные даты, дела в работе и личной жизни. Вероятность выполнения зафиксированной задачи гораздо выше, чем незафиксированной, поэтому, уделяя время планированию, вы потенциально делаете свою работу более эффективной.

Любой холостяк мечтает о том, чтобы обзавестись спутницей жизни, крепкой семьей, надёжным тылом?

Конечно, нет! Если мужчине и одному прекрасно, не стоит тратить на него время. А вот сердце того, кто готов к женитьбе, стоит попытаться взять штурмом. Только знайте, что задача эта – не из легких!

Начнём с удивления

Чтобы холостяк задумался о том, что перед ним женщина, которую обидно будет упустить, нужно чем-то выделиться из однообразного ряда прочих особ женского пола. Ему должно быть интересно продолжать знакомство с вами. Можно удивить потенциального супруга знаниями или умениями, которые никак не вяжутся с образом нежной феи. Например, обсудить недавний футбольный матч. Конечно, придется погрузиться в материал и искренне им заинтересоваться, но если перед вами холостяк мечты, игра стоит свеч! Присмотритесь, что он любит, найдите, где у него «кнопка», и действуйте. Помните: ради скучной серой мышки никто свою жизнь менять не захочет.

Проявим заботу

Пожалуй, ни один мужчина не откажется от домашней еды. Но как предложить ее, не вызывая подозрений в навязчивости? Можно воспользоваться рецептом Нади из фильма «Самая обаятельная и привлекательная» и угостить пирожками или салатиком не только объект внимания, но и его друзей и коллег. Главная задача на данном этапе – продемонстрировать свою способность заботиться – безадресно, просто так.

Берём сердце холостяка штурмом



Соблюдаем осторожность

Холостяк ни за что не должен почувствовать вашу повышенную заинтересованность и догадаться, что вы пытаетесь его «приручить».

Не старайтесь встречаться с ним чаще, не теревите звонками: позвонил – радуйтесь, не позвонил – ни в коем случае не высказывайте претензий. Не закливайтесь на нем: встречайтесь и с другими мужчинами, общайтесь с подругами. Пусть он видит, что вы не опасны для его независимости и не планируете тащить его в ЗАГС. Только в этом случае он будет чувствовать себя с вами легко и будет с удовольствием с вами встречаться. А сами постарайтесь не влюбиться в него по уши – вдруг он окажется тем самым свобододлюбивым мужчиной?

Поддерживаем инстинкт охотника

Обычно для мужчины процесс завоевания конечный. Привлек внимание женщины, понравился – и все, дело сделано. Но представительницы слабого пола другого мнения. Тот, кто продолжает добиваться расположения дамы даже после заключения брака, – настоящий мужчина мечты! Поэтому психологи советуют не вселять в избранника уверенность, что ваше сердце отдано ему навеки. Пусть он сомневается, время от времени скучает, бывает заинтригован. Вложив в ваши отношения большое количество сил и эмоций, холостяк уже не сможет эти отношения разорвать.

Подберём ключик к друзьям и маме

Мужчина, который не был женат, как правило, придает большое значение мнению друзей и мамы. Если у самых важных в его жизни людей сложится о вас очень хорошее впечатление, ваша привлекательность в его глазах возрастет.

Когда вы одиноки, вам повсюду мерцают счастливые супружеские пары. А когда вы женаты – кругом одни счастливые холостяки...

Мы надеемся, что вы отнесетесь к нашим советам с извещенной долей иронии. И все же здравое зерно в этих рассуждениях есть. Ну а пробелы в данной системе легко сможет компенсировать настоящая взаимная любовь, которой мы вам желаем от всей души!

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Кстати

Типология одиноких мужчин

• Холостяки бывают двух типов: которые не хотят жениться и которые хотят, но не могут. В первом случае это осознанная позиция: работа, друзья, интим без обязательств. Во втором случае есть две разновидности: холостяки, которые не нужны ни одной женщине (проблемные, с зависимостями и т.п.), и холостяки, которые в принципе не против брака, но слишком разборчивы. Как вы понимаете, тратить усилия на холостяков первого типа рискованно, а вот с представителями второго типа (из подгруппы разборчивых) попытаться счастья можно.

• Психологи уверены, что часто одинокие холостяки не готовы к серьезным отношениям не потому, что боятся расставаться со своей свободой. Причина их одиночества – комплекс или психологическая травма, полученная в детстве.

• Исследователи изучили связь между одиночеством и ростом мужчин. Оказалось, что шансы остаться холостяками у мужчин низкого роста выше, чем у высоких. К счастью, из этого правила есть огромное количество исключений.

Больше не бывает!

Какой живой организм из ныне существующих самый большой? Многие из вас назовут синего кита – и будут правы лишь отчасти. Действительно, он считается самым большим млекопитающим, потому что достигает 33 метров и весит до 200 тонн. И все же титул самого большого живого организма достался не киту, а... грибу. А точнее, грибочке *Armillaria ostoyae*, или Опенка темного. Находится она в США, в штате Орегон. Грибница состоит из грибвидных плодовых тел и охватывает около 4 км в диаметре, при этом не переставая расти.



Теория для землекопа

Помните школьные задачи про землекопов, которые роют землю с определенной скоростью, но чаще с неопределенными целями? А теперь представьте, что перед землекопом поставили задачу выкопать как можно более глубокую яму. Что получится? Ученые подсчитали. Трудолюбивый человек с лопатой обязательно столкнется с геотермическим градиентом – через каждые 100 метров температура будет повышаться на 3° С. Человек относительно легко может перенести температуру воздуха до 50° С. А значит, обыкновенной лопатой можно выкопать яму около 1,5 км. Чисто теоретически!



Потом и сейчас

Часто в ответ на просьбу что-то сделать можно услышать замечательный ответ: «сейчас». Исследователи решили выяснить, что собой представляет это в человеческом понимании. Результаты получились неожиданными: «сейчас» – это период времени до трех секунд. За этот промежуток человеческий мозг воспринимает и обрабатывает информацию. Все, что происходит за рамками этого временного интервала, оценивается нами как «потом».



Гольф с вертолёта

Вертолётный гольф – новый вид спорта. Игра проходит следующим образом: два вертолета, с экипажем по пять человек в каждом, гоняют по снежному полю два метровых шара при помощи четырехметровых клюшек. Один член команды управляет вертолетом, второй координирует действия, а третий бьет по мячу. Еще двое находятся на борту транспортного средства, чтобы заменять сокомандников, когда те устают.

Светлана СИДОРЧУК

МЕДИЦИНА НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

Какой подарок сделали питерские ученые россиянам?

12 апреля 1961 года произошёл первый полёт человека в космос. Это был настоящий прорыв! Событие, которое оставило след не только в мировой истории, но и в душе каждого советского гражданина.

Людей переполняла гордость за свою страну. Ведь мы были первыми, кому это удалось! Настоящее чудо! То, что ещё каких-то 100 лет назад (а в рамках истории целой страны, поверьте, это не так уж и много) казалось невозможным, – наконец-то свершилось!

Подобные чувства (восторг, изумление, потрясение, шок) испытали и наши современники, когда впервые попробовали новую супер-разработку российских учёных из Санкт-Петербурга – медицинский магнитный аппликатор «Ладийум». Чем же он так покорила всех?

ХИРУРГ БЕЗ «НОЖА»

«Лучшая операция – это та, которой удалось избежать», – так говорят хирурги. Но к их помощи, к сожалению, иногда приходится прибегать. Причиной тому часто является запущенное состояние болезни или малоэффективное лечение. Ведь мази и таблетки не всегда могут помочь. Они просто не доходят до очага инфекции. К тому же распределяются по всему организму, повреждая здоровые органы (отсюда и побочные эффекты). Препараты не решают проблему локально, а вот «Ладийум» – да! «Ладийум» – это не просто магнитный аппликатор. В нем органично сочетаются мощный лечебный эффект с щадящим, бережным отношением к Вашему здоровью. Аппликатор воздействует на организм магнитным полем низкой напряженности. Главное преимущество «Ладийума» перед другими магнитными аппликаторами – в том, что проникающая способность его магнитного поля очень высока (около 6 см, глубже – только скальпель хирурга! Но зачем же до этого доводить?). Это позволяет подобраться к очагам воспаления максимально плотно. Причем даже к тем, которые расположены глубоко. А точечная направленность действует напрямую на пораженные ткани.

Такая грамотная и продуманная технология позволяет добиться невероятно быстрых результатов. Причем уже с первого применения!

КОГДА ФИЗИКА ПРИХОДИТ НА ПОМОЩЬ МЕДИЦИНЕ

Что происходит с Вашим организмом во время применения аппликатора? На самом деле – невидимые глазу сложные процессы на биохимическом уровне. Проще говоря, магнитное поле «Ладийума» прочищает Ваши сосуды, как это делает вантуз при засоре в трубе. А как мы знаем, именно из-за закупорки сосудов и скапливаются токсины, пополнив копилку болезней. Как итог – к 50 годам у многих целый букет! А инфаркты, инсульты, образование холестериновых бляшек и тромбов –

про них уже и речи не идет. Давно известно – чистые сосуды наше все! Вследствие этого процесса, которые раньше носили хронический характер (только вдумайтесь, хронический, а значит мучили Вас годами) из-за невозможности доставить по «забитому» тракту лечебные элементы, наконец-то начинают работать в полную силу. Болезни уходят! А ведь для многих проснуться утром без боли – чудо сродни первому полету в космос! А главное, «Ладийум» доступен для Вас в любое время! Например, болит спина. Приложили аппликатор и лежите, отдыхаете. Магнитное поле само сделает всю работу. И совсем скоро поясницу отпустит. То есть работает не врач, не препарат, а сам организм настраивается на нужный лад. «Ладийум» – это настоящий народный лекарь!

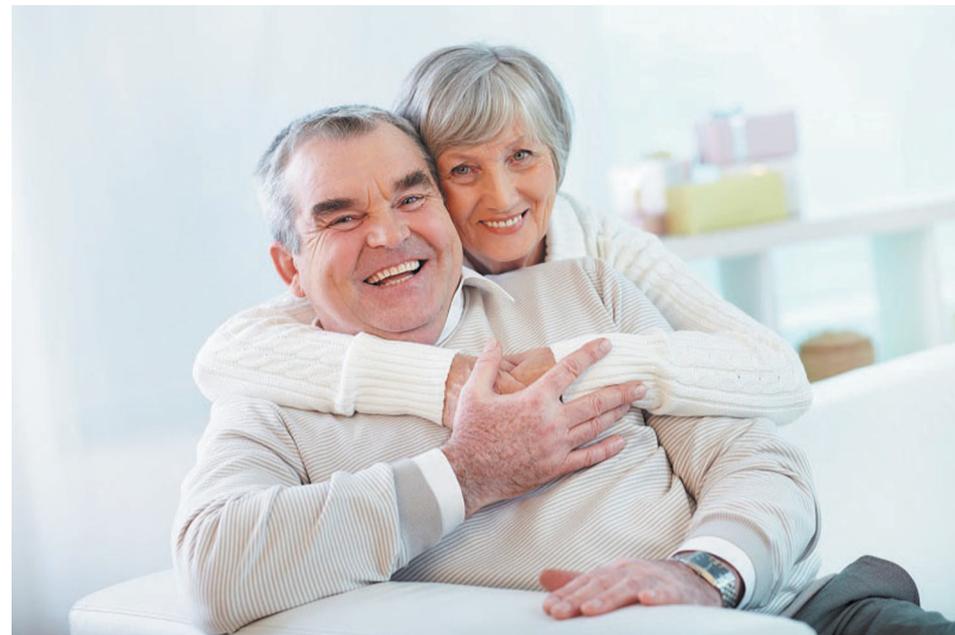
ОФИЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ

Данный магнитный аппликатор появился благодаря совместным усилиям научно-исследовательских лабораторий и блестящей технологической базе одного из наиболее перспективных предприятий Санкт-Петербурга.

Лечебные свойства «Ладийума» подтверждают многократные клинические испытания, проведенные ведущими научно-исследовательскими институтами и медицинскими клиниками как в России, так и за рубежом.

Однако гораздо большее впечатление производит перечень заболеваний, показанных для лечения и профилактики с помощью «Ладийума», посмотрите сами:

- Сердечно-сосудистая система (гипертония, ишемическая болезнь, стенокардия, дистония, гипотония, варикозная болезнь);
- Опорно-двигательный аппарат (остеохондроз, артрит, артроз, подагра, межпозвоночная грыжа, пяточная шпора, бурсит);
- Эндокринная система (сахарный диабет, заболевания щитовидной железы);



- Желудочно-кишечный тракт (гастрит, колит, язвенная болезнь, запор);
- Печень (гепатит и цирроз);
- Желчный пузырь (холецистит, желчекаменная болезнь);
- Поджелудочная железа (панкреатит);
- Неврология (головные боли, невроты, нарушения сна, хроническая усталость);
- Мочевыделительная система (простатит, пиелонефрит, нефрит, цистит, уретрит);
- Кожные покровы (псориаз, герпес, экзема, нейродермит);
- Нервная система (невропатия, радикулит, постинсультное состояние).

Не нашли в перечне свое заболевание? Возникли вопросы? Более подробную консультацию Вы можете получить у специалиста по бесплатной федеральной линии 8-800-777-96-24.

УЧИМСЯ ЭКОНОМИТЬ

Сколько лекарств в Вашей аптечке? Можете не отвечать на этот вопрос – много! Но вряд ли при покупке очередного препарата, кто-нибудь из Вас задумывается: а какая это пачка по счету? Гипертония, артрит, тахикардия, головные боли, бессонница – от каждой болезни своя таблетка! Просто потому, что мы так привыкли. Со временем запасы кончаются, мы идем за новой партией, кошелек пустеет – и так по кругу. Из месяца в месяц. Какую сумму Вы потратили в аптеке за последний год? А теперь скажите честно, Вы стали более здоровыми? Нет? Значит, надо менять подход! «Ладийум» – это совсем другая история.



Цена «Ладийум»
10 000 руб. 3 290 руб.

ВНИМАНИЕ!

Количество аппликаторов по социальной цене ограничено!*

Во-первых, цена его в разы (!) меньше курса приема лекарств. Это дает как можно большему количеству людей стать здоровыми! Согласитесь, с нашей нестабильной экономикой, которую постоянно «трясет», это чуть ли не единственный выход дожить до пенсии. И не «сидеть» на пустых макаронах.

Во-вторых, отсутствие побочных явлений. Что ни говорите, это важный аспект. Зачем травить и без того истощенный от болезней организм?! Это оттягивает момент выздоровления.

Ну и в-третьих, «Ладийум» универсален. Он подойдет и жене с гипертонией, и мужу с больными коленями. Да еще и прослужит, в отличие от лекарств, не один год!

Льготная программа

Сейчас проводится специальная льготная программа. Она позволяет приобрести аппликатор «Ладийум» незащищенным слоям населения (малоимущим, пенсионерам, ветеранам, инвалидам и др.) по доступной, льготной цене – всего 3 290 рублей. В то время как обычная стоимость аппликатора 10 000 рублей, т. е. в три раза дороже! Эта социальная программа направлена на то, чтобы оздоровить как можно больше населения России и разгрузить работу поликлиник (особенно в регионах, где катастрофически не хватает врачей).

Главный фактор в пользу аппликатора – его цена по сравнению с пользой, которую он приносит, – просто копейки. Мы уверены, что Вы уже потратили в три, а то и в пять раз больше! Не совершайте больше эту ошибку – воспользуйтесь «Ладийумом».

Реклама

Горячая линия для заказа

8-800-777-96-24

Если линия занята,
пожалуйста, перезвоните

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 04.01.23 г. по 12.02.2023 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.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

В прокат вышел добрый семейный фильм «Чук и Гек. Большое приключение» по известному рассказу Аркадия Гайдара.

Новогодняя история о том, как два дружных, но озорных брата, Чук и Гек, отправляются из Москвы далеко на Север, чтобы увидеть отца и встретиться с ним Новый год, трогает до глубины души. В дороге братьев ждут невероятные приключения, которые еще раз подтверждают, что в новогодние праздники возможны любые, даже самые невероятные чудеса. О них, о съемках в Пермском крае, о детском кино и любви к профессии рассказал нашему корреспонденту один из участников съемочного процесса – актер, режиссер и продюсер Александр Самойленко.

Чудес много не бывает

– Александр, сразу согласились сниматься в семейном кино? Насколько для вас важна эта тема?

– Когда меня позвал режиссер Александр Котт, сначала согласился из-за доброго к нему отношения. Саша первый раз в жизни снимал сказку: он любит делать то, чего никогда не пробоval. И хотя роль предложил небольшую (играю ямщика, который везет мальчишек от вокзала до заимки), я все равно сказал «да» и не пожалел. Получилась настоящая фэнтезийная новогодняя сказка, в которой много чудес. Из незатейливого рассказа Саша сумел сотворить волшебную историю.

– Где снимали картину? Новый год для россиян – это сугробы, ёлки, мороз...

– Всего этого было в избытке, ведь снимали картину в Пермском крае, где были такие снегопады, что приходилось чистить дороги дважды в день. Шаг в сторону – и проваливаешься в сугроб. Но главное – холода. Мороз -20 и ниже, зато красота неописуемая. В Пермский край я попал впервые и был этому рад, поскольку получил невероятный заряд энергии. В Прикамье самая настоящая тайга, раньше

Александр САМОЙЛЕНКО:

Намного интереснее жить сегодняшним днём



такую видеть не приходилось, тем более зимнюю. Я был очень впечатлен.

«Душа пирата»

– Мне кажется, в любом случае вам было интересно поучаствовать в создании этого кино, поскольку обращались к детской теме –

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Живите в моменте. И получайте удовольствие от жизни, она очень короткая.

сняли картину «Душа пирата»...

– Мы делали эту картину с моим давним коллегой – продюсером Давидом Бокучава, с которым работаем последние 10 лет. К сожалению, картина вышла во время пандемии, которая сильно подпортила ситуацию. Кинопроката практически не было, хотя предлагали фильм нескольким прокатчикам, но никто тогда этим не интересовался. Пришлось продать фильм на интернет-платформу. Возможно, сегодня, когда нет иностранного кинематографа, ситуация изменится. Во всяком случае, в ближайшее время ожидается премьера «Души пирата» на канале «Культура».

Вымышленный мир и реальность

– Детская тема проходит через всю вашу жизнь. У вас четверо детей с большой разницей в возрасте. Младшей девочке всего три года. Показываете ей советское детское кино?



ПОДРОБНОСТИ

Счастье – вещь эфемерная

– Вы почти на десять лет уходили из профессии, занимались бизнесом. Не жалуете сегодня?

– Жалеть вообще ни о чем не надо, потому как это бессмысленно. За те годы, что оставлял профессию, я столько узнал о себе и еще в большей степени о жизни, что,

наверное, для моей работы это было гораздо лучше. Я пришел к важному пониманию, что намного интереснее жить, нежели чего-то добиваться, жить сегодняшним днем, а не мифическим завтра. Мы все заточены в этой реальности, куда-то спешим, бежим, чтобы исполнить какую-то свою задачу, а этого делать не надо.

– Вы счастливы в профессии?

– Она еще маловата, а вот 13-летнему сыну показал все советские фильмы, включая сказки великого Александра Роу и замечательной Надежды Кошеверовой. На всю жизнь запомнил, как в детстве бабушка несколько лет подряд водила меня на премьеры сказок Роу. Это было самое большое чудо в моей детской жизни. Я был заряжен на весь год, словно побывал в фантастическом мире.

– Вы как-то сказали в интервью, что кино для актёра – сказка, в которую он погружается каждый раз и расстравляется, когда наступает время возвращаться в реальность...

– Мне кажется, все мы живем в некоем придуманном мире, который сами себе создаем, чтобы уйти от суровой реальности. Поэтому сказать о том, что мы выходим из выдуманного нами мира, – не знаю, скорее переходим из одного вымышленного мира в другой.

«Есенин» на выходе

– Про вас смело можно сказать, что почти постоянно живёте в вымышленном мире, поскольку у вас одна картина следует за другой. И сейчас с Климом Шипенко приступили к съемкам продолжения фильма «Холоп»...

Блюдо от звезды

Кавардак

– Готовится, как плов. Сначала обжариваете лук и мясо, потом кладете в казан, заливаете водой, добавляете туда различные специи и долго томите. В конце бросаете в казан картошку и считайте, что блюдо готово. От плова отличается тем, что вместо риса кладется картофель. Бабушка называла это блюдо «Кавардак».

– В этом году до начала съемок в «Холопе-2» снялся в другой его картине – «Декабрь» про Сергея Есенина. Получился фантастический фильм, где артист Александр Петров блеснет совершенно новой гранью. У меня там роль небольшая, но ключевая. Кроме как у Петрова, там нет больших ролей, но тот эпизод, в котором я снимаюсь, очень сильно влияет на сюжетную линию. Думаю, в этом фильме запомните и меня тоже. Другое дело, не знаю, когда это произойдет. Но мы очень ждем выхода картины.

– С Давидом Бокучава в этом году как продюсеры вы сняли ещё две картины для канала «Россия»...

– Одна из них – 16-серийная сага о семье, которая сейчас находится в монтаже. Я там сыграл одну из главных ролей в замечательной актерской команде – Женя Сидихин, Илья Аксененко, Аня Якунина... Второй проект – это 8-серийный фильм под названием «Неукротимая Неупокоева», которую играет Даша Урсуляк. Проект обещает быть интересным.

Наталья АНОХИНА

В Москве онлайн-кинотеатр START и телеканал СТС снимают новый сериал о жизни элитного посёлка, о богатых и влиятельных – глазами простых людей.

Рабочее название проекта – «Престиж». А роли в этой истории исполняют Ирина Розанова, Любовь Толкалина, Юлия Снигирь, Илья Любимов, Аскар Ильясов, Вера Кинчева, Никита Павленко, Марина Доможирова, Настасья Самбурская и многие другие. Режиссером картины стал Сергей Сенцов, знакомый многим зрителям по своим работам над сериалами «Физрук» и «Дылды». Нам удалось побывать на съемках и узнать все подробности.

Место для избранных

В центре сюжета сериала – элитный поселок «Престиж» и его обитатели. Это место для избранных: здесь живут чиновники, топ-менеджеры, оперные дивы со своими семьями и прислугой. Но привычное существование поселка прерывает убийство няни семьи Филimoniных. Это заставляет соседей с подозрением смотреть друг на друга и задаться вопросом: так ли безупречны те, кому они доверяют самое дорогое – своих детей? В ходе расследования, которое начинается «королева местной полиции» Елизавета Егоровна (ее играет Ирина Розанова), становится ясно, что свои тайны и мотивы для убийства есть абсолютно у каждого обитателя «Престижа».

– «Престиж» – это история про изнанку и лицо, – рассказывает нам режиссер проекта Сергей Сенцов. – Здесь все притво-

Ирина Розанова стала королевой полиции

Кстати Секрет её образа

Про сопливую и кашляющую бабушку Ирины Розанова не пошутит. И чтобы полностью соответствовать роли, актриса на площадке носит с собой маленький флакончик с морским солевым раствором – он помогает достоверно изобразить задуманное режиссером.



Главную роль (и даже две) в фильме играет Ирина Розанова.



В кадре Марина Доможирова и Настасья Самбурская.



Илья Любимов в сериале играет супруга героини Любови Толкалиной.



Помощник главной героини в исполнении Никиты Павленко.

психологии, определяет комедийную интонацию сериала, его меру условности...

Главная роль

Ирине Розановой в этом проекте досталось сразу два образа. Как вы уже, наверное, поняли, она сыграла роль главной рассказчицы – и, одновременно, главного обличителя жителей «Престижа»: той самой Елизаветы Егоровны, которая берется за расследование криминальной истории.

– Я уже работала с режиссером Сергеем Сенцовым, и когда он предложил мне роль, я прочитала сценарий – и сразу согласилась, – говорит нам Ирина Юрьевна. – Мне интересно побыть сразу в двух ролях: одна моя героиня – любимая бабушка своих внуков, которая с большой фантазией рассказывает им сказку на ночь, а вторая – героиня этой самой сказки, следователь. Что в этой истории правда, что вымысел, случилось ли эти события в реальной жизни Елизаветы Егоровны – об этом зрителю предстоит поразмышлять самому. Одно можно сказать точно: у Елизаветы Егоровны не забалуют ни внуки, ни преступники. Отдельно скажу про мой образ следователя. Сначала режиссер хотел из моей героини сделать такой персонаж помоложе и покрасше, но потом он сказал, что пусть все кругом будут красивые, а ты будешь бабушкой сопливой

в платочке. (Смеется.) Так что я вот такая – в платочке, очках и пальто...

Дома как актёры

Съемки многосерийного проекта проходят в Подмосковье – неподалеку от города Истра на территории живописного коттеджного комплекса.

– Наша история происходит в некоторой сказочной тональности, – рассказывает нам художник-постановщик картины Тимофей Рябушинский. – Потому что мы как бы заглядываем в какой-то закрытый мир и хотим понять, как он устроен. Этот мир мы создаем с помощью огромного количества кинодеталей. Например, в нашей истории дома отражают характеры героев, помогают раскрыть души своих хозяев. Один дом – отражение внутреннего покоя и аскетизма. Другой выполнен в викторианском стиле – это жилище русских «английских лордов». Третий – дом оперной певицы – иначе как «храмом искусства» не назовешь...

Как нам удалось узнать, все три дома находятся в разных поселках. Большая часть обстановки в домах уже была в наличии, художники-декораторы дополняли их разными деталями – например, развесили на стене картины одного из современных авторов.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

ПОДРОБНОСТИ

Такие разные герои

Необычный формат повествования этого сериала вызвал интерес и у Юлии Снигирь, чья героиня Эльвира – тоже жительница посёлка «Престиж». Она – приверженец йоги, дзен-буддизма и фэншуй – пытается не потерять ощущение баланса и гармонии даже в самых стрессовых ситуациях.

– Мне показалось любопытным то, что жанр этой истории достаточно сложно определить, – говорит о съемках

Юлия. – По крайней мере, мне это не удалось. Мне кажется, у картины есть все шансы на успех: кроме интересного сюжета, здесь собран отличный, небанальный актерский ансамбль.

Экранным супругом Юлии Снигирь выступит Аскар Ильясов.

– Персонаж, которого мне доверили материализовать, – Камил, успешный айтишник, реализовавший два крутых проекта и заработавший

огромные деньги, – говорит о своем герое актер. – Мне интересно узнать: как чувствует себя молодой мужчина, когда к 30 годам добивается почти всего, о чем мечтал?

Еще одной супружеской парой на экране станут Илья Любимов и Любовь Толкалина. Актриса похвасталась, что в проекте ей предстоит сыграть довольно яркий образ.

– Агрессивная сексуальность – такой видит мою героиню режиссер, – признается Толкалина.

– Мне, как человеку стеснительному и робкому, всегда интересно поиграть в то, что мне совсем не свойственно...

Герой Никиты Павленко – полицейский, вместе с кото-

рым персонаж Ирины Розановой и расследует преступление.

– Это роль-мечта, а тем более – я здесь играю с такими прекрасными коллегами! – рассказывает нам Никита. – Мы с Ириной Юрьевной Розановой изобрели такую фразу перед выходом на площадку: «Пойдемте играть блюз». И играем с ней именно так. Это невероятная импровизация, невероятная отдача, и самое главное – что это невероятная школа для молодого артиста.



Аскар Ильясов и Юлия Снигирь играют супружескую пару.

Зимние каникулы – отличное время для освоения новых навыков, в том числе кулинарных. И конечно, в первую очередь это касается десертов, ведь так хочется побаловать себя и всю свою семью чем-нибудь сладеньким.

Предлагаем вам несколько не совсем обычных, но очень простых и вкусных десертов для долгих зимних вечеров в хорошей компании.

Насыпной яблочный пирог



Венгерская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 236 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 стакан муки ■ 1 стакан манки ■ 1 стакан сахара
- 2 ч. л. разрыхлителя
- 0,5 ч. л. корицы
- 1,5 кг сочных яблок
- 180-200 г сливочного масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Смешать все сухие ингредиенты в одной емкости.
- 2 Яблоки почистить, удалить жесткую сердцевину, натереть на крупной терке (сок не сливать).
- 3 Форму для запекания щедро смазать сливочным маслом.
- 4 Разделить мучную смесь на четыре части, тертые яблоки – на три.
- 5 В форму для запекания выложить слоями мучную смесь и яблоки, разравнивая каждый слой.
- 6 Масло натереть на крупной терке, выложить сверху.
- 7 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до румяной корочки (40-50 минут).



ДЕСЕРТЫ ДЛЯ КАНИКУЛ



Морковные кексы с имбирём и орехами



Американская кухня. На 10 персон. Калорийность (на 100 г): 243 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 моркови ■ 0,5 стакана дробленых орехов ■ 3 яйца
- 220 г муки ■ 0,5 ч. л. соды
- 1,5 ч. л. разрыхлителя
- 1 стакан сахара ■ пакетик ванильного сахара
- 1 ст. л. сахарной пудры
- 160 мл растительного масла ■ 1 лимон
- 0,5 ч. л. молотого имбиря ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 С лимона снять цедру на мелкой терке (понадобится 2 ч. л.).

- 2 Морковь натереть на крупной терке, сок отжать.

- 3 Муку смешать с разрыхлителем, солью, содой и имбирем.

- 4 Миксером хорошо взбить яйца, масло и сахар (включая ванильный), добавить морковь и цедру, взбить еще раз.

- 5 Добавляя по частям мучную смесь в яичную, замесить од-

нородное тесто; добавить орехи, перемешать.

- 6 Разложить тесто по формочкам, заполняя их не более чем на две трети.

- 7 Выпекать в разогретой до 190 градусов духовке 20-25 минут.

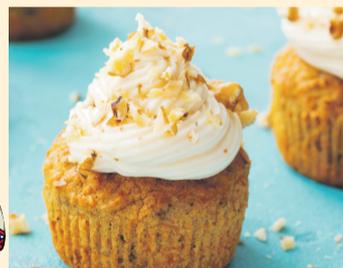
- 8 Готовым кексам дать полностью остыть в форме, перед подачей посыпать сахарной пудрой.

– А это моя десертная ложечка.
– А почему такая огромная?!
– Очень десерты люблю.



Пословицы и поговорки

Язык не лопатка: знает, что сладко.
Так сладко, того и гляди, язык проглотишь.
Кто не видел горького, не получит сладкого.



Черничный пирог



Финская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 329 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г черники (можно использовать любые ягоды, в том числе замороженные)
- 250 г сметаны ■ 200 г муки
- 190 г сахара ■ 2 яйца
- 150 г сливочного масла
- пакетик ванильного сахара
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 1 ч. л. крахмала ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Размягченное масло взбить с 150 г сахара, добавить 1 яйцо, взбить еще раз.

- 2 Муку просеять с разрыхлителем и солью, добавить в масляную смесь, замесить однородное тесто, сформировать в шар, обернуть пищевой пленкой, убрать в холодильник на 30-40 минут.

- 3 Выложить тесто в форму для запекания, формируя бортики, проколоть в нескольких местах вилкой, сверху застелить пекарской бумагой, насыпать сухой фасолью или горохом, поставить в разогретую до 200 градусов духовку на 10 минут.

- 4 Оставшийся сахар (включая ванильный) взбить со сметаной, добавить яйцо, еще раз взбить.



- 5 Из формы для запекания извлечь фасоль и пекарскую бумагу, на тесто выложить ягоды, залить сметанной массой.

- 6 Вернуть форму в духовку, выпекать 30 минут, выключить духовку, оставить в ней пирог до полного остывания.



Шоколадные пирожные



Бельгийская кухня. На 10 персон. Калорийность (на 100 г): 360 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г темного шоколада
- 5 яиц ■ 240 г сливочного масла ■ 200 г сахара
- 100 г муки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Шоколад аккуратно поломать на небольшие кусочки, сложить в миску вместе с маслом, растопить на водяной бане, перелить в миску большего размера.

- 2 Добавить к шоколаду сахар и просеянную муку, перемешать до однородности.

- 3 Ввести по одному яйца, постоянно взбивая тесто венчиком.

- 4 Тесто разложить по формочкам для кексов, заполняя их не более чем на две трети.

- 5 Выпекать в разогретой до 160 градусов духовке 30-35 минут.



Светлана ИВАНОВА

Пудинг «Стики-тоффи»



Британская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 376 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 320 г коричневого сахара
- 160 г фиников б/к
- 160 г сливочного масла
- 1 стакан муки
- 160 мл жирных сливок
- 1 яйцо ■ 4 ст. л. жирной сметаны ■ 1 ч. л. разрыхлителя
- 1 ст. л. растительного масла
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Финики мелко нарезать, залить горячей водой, оставить на 10 минут, после чего отжать.

- 2 Яйцо взбить с половиной сахара, добавить растительное масло, хорошо перемешать.

- 3 Отдельно смешать муку, разрыхлитель и соль.

- 4 Мучную массу аккуратно ввести в яичную, перемешать до однородности, добавить финики, еще раз хорошо перемешать.

- 5 Тесто разложить по формочкам (заполняя их наполовину), формочки запечатать фольгой.

- 6 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20-25 минут.

- 7 На сильном огне распустить сливочное масло, добавить оставшийся сахар, сливки, щепотку соли, перемешать до полного растворения сахара, убрать огонь до минимального, варить соус, постоянно помешивая, 4-5 минут.

- 8 Готовые пудинги извлечь из формочек, в каждом сделать зубочисткой несколько проколов и залить горячим соусом.

- 9 Подавать с холодной сметаной.



Прислонившись лбом к холодному стволу дерева и закрыв глаза, Димка тяжело дышал.

Я подошла сзади, положила руку ему на плечо, слегка сжала, подбадривая. Муж подруги не пошевелился. Во всей его позе чувствовались напряжение и смертельная усталость одновременно.

Опять не получилось

– Дим, подожди паниковать, может, образуется еще.

Мне самой стало противно от неуместной душевности в голосе. Мы оба с Димкой понимали, что и на этот раз провал. Но почему? Кто виноват? За что? Вопросов было больше, чем ответов.

В кармане у Димы звонил телефон. Мужчина встрепенулся, открыл глаза, сделал несколько глубоких вдохов-выдохов и только после этого нажал кнопку вызова.

– Да, Галюнь, ну что? – в глазах его мелькнула и тут же погасла надежда. – Да, я понял. Сейчас куплю. Меня пустят в палату? Нет? Хорошо, передам через медсестру. Да, полы дома помою, не переживай. Да, и постель поменяю.

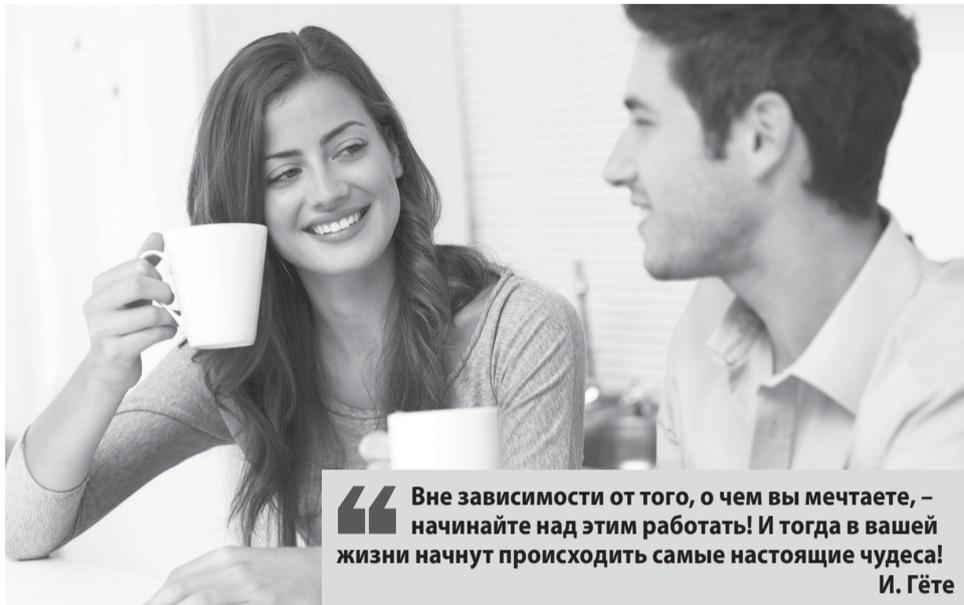
Дима нажал кнопку отбоя на телефоне, поднял на меня полный боли взгляд, отрицательно покачал головой. Я судорожно вздохнула, на несколько секунд закрыла руками в варажках лицо.

– Галя просила принести ей кофе, – отрешенно сказал Дима. – Пойду куплю, передам через медсестру.

– Дим, хочешь, я помою полы у вас? Приберусь? – предложила я, не зная, что еще сказать.

– Я сам, – ответил мужчина. – У Гали кровотечение было, там... – он сглотнул, – не надо, короче, я сам.

Не совпали мечтами



“ Вне зависимости от того, о чем вы мечтаете, – начинайте над этим работать! И тогда в вашей жизни начнут происходить самые настоящие чудеса! И. Гёте

Димка двинулся в сторону супермаркета, больше ничего не сказав. Я еще немного постояла у входа в больницу. Ужасно хотелось как-то поддержать ребят – Галочку, Димку. Третий выкидыш... Но я не решилась даже набрать Галин номер. Не до меня ей сейчас. Потом. Пусть оклемается.

Ну и пусть будет так

Неделю спустя мы сидели у Гали на кухне.

– Ну, значит, у вселенной на меня свои планы, – Галя выковырнула десертной ложкой сердцевину маракуйи, зажмурилась от удовольствия. – Ты где такую вкусноту достала?

– Друг из Бразилии привез, – улыбнулась я. – Нравится?

– Очень, – кивнула Галя. – Вот удивляюсь я тебе, Элька, вокруг тебя столько мужиков, каждый готов по первому твоему писку луну с неба достать, а ты все никак замуж не выйдешь.

– Амнеи одной неплохо, – отмахнулась я от подруги. – Ты лучше скажи, что вы с Димой решили. ЭКО? – по-серьезнела я.

Галочка еще поковыряла ложкой маракуйю, подумала.

– Да нет, Эль, хватит, наверное. Я что-то устала уже от больниц, ожидания, разочарований и Димкиного нытья о детях. Я вот, подруга, вообще считаю, что счастье, оно не в материнстве.

Галя резко поднялась со стула, шелковый ее халатик тоже возмущенно взметнулся, лоя настроение своей хозяйки. Женщина сгребла со стола фруктовые шкурки и безжалостно зашвырнула их в помойное ведро.

– Мы как только поженились с Димкой, так на детях и зациклились. А я, Эль, знаешь ли, и о карьере мечтаю. Ты вон уже до выпускающего редактора веб-сайта доросла, а я все продавец-консультант в парфюмерном бутике. Не о таком мне в институте мечталось. Давно бы уже

директором была, если бы не бесконечные больничные. Нет. Все. Хватит.

Галя помолчала.

– Я и детей-то никогда не хотела, – друг отрезала она, зло глядя в сторону, – это все Димка. Это у него инстинкт гнездования и жажда размножения, а мне, Эль, и без детей неплохо. Ты вон не особенно рожать стремишься, и правильно, я считаю. Архаизм какой-то. Материнство – оно не для всех.

Галка посмотрела на дверь, вздрогнула, на лице ее отобразился испуг. Я обернулась, но успела только увидеть, как за Димой закрывается дверь.

– Ну и пусть, – Галя кивнула своим мыслям, – пусть. Так даже лучше.

Утренний гость

– Можно? – Димка стоял на пороге моей квартиры. Бледный, потерянный, в руках коробка пастилы.

– Заходи, – отошла я в сторону, пропуская нежданного гостя.

– Разбудил? – виновато спросил он, сунув мне пастилу и расстегивая рубашку.

Я глянула на часы – полседьмого утра. Подавила зевок.

– Нет, я как раз встала, – соврала я. Вчера возились до трех ночи с сисадминами, были неполадки на сайте, и утром я собиралась отоспаться. Но не говорить же об этом Димке. – Ты где в такую рань пастилу-то достал? И где всю ночь был? Галка переживала, звонила.

– Неправда, – печально улыбнулся мужчина, – от нее ни одного пропущенного. Да я бы и трубку не взял. Не сейчас. Надо было все обдумать.

– И чего надумал? – я проводила мужчину в ванную, подала чистое полотенце для рук.

– Напои чаем, замерз. Всю ночь по улицам шлялся.

– Я сейчас завтрак быстро сделаю, – кивнула я. – Так что ты решил?

– Эль, у нас с Галкой давно все наперекосяк. Я думал, ребенок родится, и все изменится. Ну, понимаешь, забота о малыше, общие интересы, родительский инстинкт. Пахал как проклятый. Галка о доме своем мечтала. Я и зарабатывал на ее мечту. Думал, что и ребенку... детям в доме будет лучше. А получается...

Пора расширять горизонты

Я поставила перед Димкой тарелку с яичницей, пододвинула поближе

большую кружку обжигющего кофе и открыла коробку с пастилой. Села рядом, вооружилась вилкой и ножом, плотоядно посмотрела в свою тарелку.

– Ешь, Дим, – махнула я головой в сторону тарелки мужчины. – А дом, Дим, не для Галки нужно строить, а для себя. Ты-то сам хочешь дом?

– Не знаю, – пожал он плечами, подумал, поковырялся в яичнице, – я альпинизмом всегда мечтал заниматься.

– Вот, – кивнула я, с апетитом жуя, – занимайся. Что тебе мешает? А Галка, она о карьере мечтает. Вы немного не совпали мечтами, понимаешь? И ребенок, он не был вашей общей мечтой тоже. Пойми, Дим, не по силам маленькому существу склеить то, что не совпадает резьбой.

Димка посмотрел на меня с интересом, а затем тоже начал с аппетитом уплетать завтрак.

– Ты права, – сказал он пять минут спустя. – Пора расширять горизонты. А, кстати, о чем мечтаешь ты?

Я улыбнулась другу. Улыбнулась и не ответила. Собрала пустые тарелки, отнесла в раковину, взяла со стола чашку с кофе, отхлебнула ароматный напиток, закрыла глаза. Не сейчас, Димка. Было бы нечестно сообщать тебе о своих мечтах сейчас. Нечестно по отношению к Гале. Поэтому... Буду-ка и дальше пахать по двадцать пять часов в сутки. И пусть мечты пока так и останутся мечтами. Не время...

ЭЛЬВИРА

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



Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ПЕРВЫЙ



21.45 «МАЖОР», (16+)

- 05.00 «Доброе утро». (0+)
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «МАЖОР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

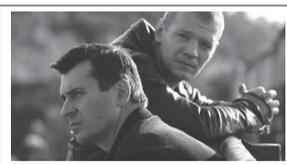
РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ», (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ». (16+)
- Брагин встречает давнего знакомого Стаса, занимающегося медициной катастроф. Он понимает, что ему самому работа в экстремальной среде дала бы шанс посмотреть на свою жизнь другими глазами.
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «КАМЕНСКАЯ-2». (12+)
- 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ», (16+)

- 04.45 «ГОРЮНОВ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ-2». (16+)
- 22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- У врача невролога Лутошина обнаруживают опухоль мозга. Не желая дожидаться мучительного ухода, он решает покончить жизнь самоубийством и выходит на скоростную трассу.
- 00.40 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)
- 04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

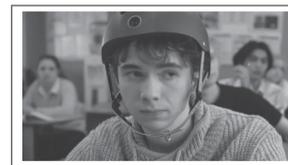
СТС



19.50 «НОЧЬ В МУЗЕЕ», (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.20 «НЯНЬКА НА РОЖДЕСТВО». (12+)
- 10.20 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- Жизнь Альбины Барвашиной похожа на сказку: особняк в Лондоне, муж - олигарх, двое чудесных детей. Но все переворачивается с ног на голову, когда муж таинственно исчезает, а семейное имущество арестовывают...
- 19.50 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)
- 21.55 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
- 00.20 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.10 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- История любви земной девушки и Гарднера Эллита, выросшего в экспериментальной колонии на Марсе.
- 03.00 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)

СТС



21.00 «СТРИМ», (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «СТРИМ». (16+)
- 22.00 «ОЛИВЬЕ И РОБОТЫ». (12+)
- Учительнице литературы пересаживают половину мозга бойца ММА. Она получает его профессиональные навыки, но теряет работу в школе.
- 23.05 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (18+)
- Джон влюблен в красавицу Лори, но есть одна проблема: говорящий плюшевый медведь. Дружат-то они с детства, вот только Джон повзрослел, а медведь совсем деградировал. Что же окажется сильнее - любовь к женщине или к игрушке?
- 01.05 «Импровизация». (16+)
- 03.30 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



00.30 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС», (18+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «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». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные спски». (16+)
- 17.00 02.45 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «KINGSMAN: СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА». (16+)
- 22.15 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 Кондитер. (16+)
- 06.30 «Простоквашино». (0+)
- 07.10 «Снежная Королева». (12+)
- 08.50 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». (12+)
- 10.10 Битва шефов. (16+)
- 23.20 «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА». (16+)
- 02.00 Пятница News. (16+)
- 02.20 «ДРЕВНИЕ». (16+)
- Загадочные, опасные и такие притягательные. Они прожили сотни лет. Видели рождение и гибель многих империй.
- 03.40 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 08.30 Утилизатор. (16+)
- 09.00 Утилизатор. (12+)
- 09.30 Утилизатор. (16+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 01.55 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 11.25 «ТУЗ». (16+)
- 15.10 23.15 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
- 16.00 00.10 «Дело о другой «Джоконде». (12+)
- 16.45 «Диалоги без грима». (6+)
- 17.00 «Здоровая среда». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
- 22.20 «Большая страна: открытие». (12+)
- 01.00 ОТражение. (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «Папа попал». (16+)
- Что, если мама неожиданно решит оставить мужа и детей, чтобы некоторое время отдохнуть? Смешное и поучительное реалити-шоу на «Ю» покажет, по зубам ли мужчинам справиться с традиционно женскими обязанностями.
- 11.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.00 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 01.50 «Измены». (18+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)
- 05.25, 10.20 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «КУЛИНАР». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия
- 00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 00.55 «ВАНГЕЛИЯ». (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
- 05.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 07.50 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 14.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
- Леонид и Борис - лётчики, только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают. Виновников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять. Но за Леонида и Бориса вступается сам командир...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ПЕРЕГОН». (16+)
- 03.20 «РИОРИТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.25, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Турбозавры». (0+)
- 09.25 Друзья на все времена. «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Геройчики. Премия Пинки». (0+)
- 11.35, 19.30, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Буба». (6+)
- 15.20 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Мальш и Карлсон». (6+)
- 17.50 «Морики Дорики». (0+)
- 18.00 «Косечки-собачки». (0+)
- 18.30 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.25, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 00.35 «Домики». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Дед Мороз и лето» (6+), «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)
- 01.30 «Малышарики». (0+)
- 02.00 «Цветняшки». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.30 «Бобр добр». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петроникс». (0+)
- 08.00 «Супер МЯУ». (0+)
- 11.10 «Бременские музыканты». (0+)
- 11.30 «По следам бременских музыкантов». (0+)
- 11.50 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 16.30 «Гудзонянс. Магическая сила!» (6+)
- 16.40 «Три кота». (0+)
- 18.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- Милые малыши с большим воображением исследуют удивительный мир.
- 18.55 «Волшебная кухня». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Лунтик». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.45 «Кентервильское привидение». (0+)
- 23.05 «Аленький цветочек». (0+)
- 23.45 «Спина к спине». (0+)
- 00.55 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
- 01.20 «Хэйли и Волшебное сердце». (6+)
- 02.50 «Куми-Куми». (12+)
- 03.55 «Салон дядошки Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 01.00, 05.25 Личность в истории. (12+)
- 01.30, 05.50 События в истории. (12+)
- 01.55, 04.40, 16.10 Историкограф. (12+)
- 02.40 Найти и рассказать. (12+)
- 03.10 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.20, 06.20 Историада. (12+)
- 04.15, 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.45, 16.55 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Последний первый секретарь Еревана. (12+)
- 09.25 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 11.45 Пешком по Москве. (6+)
- 12.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
- 12.45, 13.40, 14.35, 15.30 Монастырские стены (6+)
- 13.15, 14.05, 15.00 Россия. Связь времен. (12+)
- 16.00 История образования в России. (12+)
- 17.05 Книжные аллеи. (12+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.45 Ненаписанные мемуары. (12+)
- 18.45 Сальск. Карьер смерти. (12+)
- 19.25 Суверенное государство Российское. (12+)
- 20.00 Первая мировая (12+)
- 20.55 Тайное становится явным. (12+)
- 21.05 В рядах сопротивления. (12+)
- 22.05, 23.00 Великие живописцы. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.05 Взлом кодов: Код убийцы. (16+)
- 07.00 Планета сокровищ: Африка. (6+)
- 08.00 Планета сокровищ: Индия. (6+)
- 09.00 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)
- 09.55 Планета сокровищ: Латинская Америка. (6+)
- 10.55 Планета сокровищ: Европа. (6+)
- 11.55 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)
- 12.55, 13.50 Взлом кодов. (16+)
- 14.50 Королевская семья: сохранить корону: Война между двоюродными братьями. (16+)
- 15.50 Королевская семья: сохранить корону: Монархия и нацизм. (16+)
- 16.45, 17.35 Сокровища Инда. (12+)
- 18.30 Загадка костей: гендерная революция. (12+)
- 19.30 Призрак из Каменного века. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивка. (12+)
- 22.15 Дневники великой войны: Бездна. (16+)
- 23.15 Дневники великой войны: Бойня. (16+)
- 00.15, 01.10 Королевская семья: сохранить корону. (16+)
- 02.05 Забытые короли Теотиуакана. (12+)
- 03.00 Забытые воины Карфагена. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.00 Образ жизни - диабет. (12+)
- 06.30 Пульс. (12+)
- 07.30 Цифровые дети. (16+)
- 07.30 Единичество: за и против. (16+)
- 08.00 Тренажерка. (6+)
- 08.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 08.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 09.00, 21.00, 00.00, 03.00 Образ жизни - диабет. (12+)
- 09.30, 12.30, 21.30, 00.30, 03.30 Пульс. (12+)
- 10.00, 13.00, 22.30, 04.00 Цифровые дети. (16+)
- 10.30, 13.30, 04.30 Единичество. (16+)
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 23.00, 02.00, 05.00 Тренажерка. (6+)
- 11.30, 14.30, 17.30, 17.45, 20.30, 20.45, 23.30, 02.30, 05.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 11.45, 14.45, 23.45, 02.45, 05.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 12.00, 15.00 За и против. (16+)
- 15.30 Мужские вопросы. (16+)
- 16.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 16.30 Будьте здоровы (12+)
- 18.00 Будем жить. (12+)
- 18.30 Внешние данные. (12+)
- 19.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 22.00 Спросите тренера. (12+)
- 01.00 Генетический код. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.20
Новости культуры
«Пешком...»
06.35 «Невский ковчег»
07.05 «Архипелаг Земля»
07.35 «Архипелаг Земля»
08.35 15.50 «О ТЕБЕ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.40 ХХ век
12.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ»
13.45 «Ищите женщину». Какая ты красивая, когда молчишь!»
14.30 «Курьезы, театр, кино, жизнь». Избранное
15.05 Новости. АРТ
15.20 «Роман в камне»
17.10 00.50 «Острова»
17.50 01.30 Шедевры Бетховена
18.35 «Исчезнувшие люди»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 «Дневник «белой вороны»»
21.30 «400 УДАРОВ»
02.10 «По ту сторону сна»

ТВЦ
ТВЦ



23.10 «Знак качества». (16+)

06.00 «Настроение»
08.00 «Большое кино». (12+)
08.40 «ДОКТОР ИВАНОВ: ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (12+)
10.35 «Борис Щербаков. Вечный жених». (12+)
11.30 События
11.50 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «СВОИ». (16+)
17.00 «Звёздный суд». (16+)
17.50 События
18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
22.00 События
22.40 Специальный репортаж. (16+)
23.10 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 Прощание. (16+)
01.25 «90-е. Хиты дискотек и пьянок». (16+)
02.10 Хроники московского быта. (12+)
02.50 «Петровка, 38». (16+)

ТВ-3
ТВ-3



01.45 «СНЫ». (16+)

06.00 Святочные гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
07.30 «Пушистый шпион». (6+)
09.15 Святочные гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
17.20 «Слепая». (16+)
19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
Шестнадцатилетнего Джеймса обвиняют в убийстве учительницы. Парня задержали на месте преступления, но он утверждает, что не причастен к случившемуся. Полиция обращается за помощью в агентство «Лайтман Групп».
23.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
01.45 «СНЫ». (16+)
03.45 «Городские легенды». (16+)

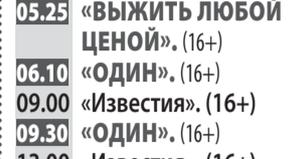
ДОМАШНИЙ
ДОМАШНИЙ



07.05 По делам несовершеннолетних. (16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
07.05 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.05 Давай разведёмся! (16+)
10.05 Тест на отцовство. (16+)
12.15 «Понять. Простить». (16+)
13.25 23.00 «Порча». (16+)
13.55 «Знахарка». (16+)
14.30 «Верну любимого». (16+)
15.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
19.00 «БЕЗЗАЩИТНОЕ СЕРДЦЕ». (16+)
23.35 «Знахарка». (16+)
00.05 «Верну любимого». (16+)
00.30 «Понять. Простить». (16+)
01.25 Тест на отцовство. (16+)
03.05 Давай разведёмся! (16+)
03.55 «Предсказания-2023». (16+)

5
5-Й КАНАЛ



05.25 «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
06.10 «ОДИН». (16+)
09.00 «ИЗВЕСТИЯ». (16+)
09.30 «ОДИН». (16+)
13.00 «ИЗВЕСТИЯ». (16+)
13.30 «ОДИН». (16+)
17.30 «ИЗВЕСТИЯ». (16+)
18.00 «ОДИН». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

05.05 «КАДЕТЫ». (12+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 01.10 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
10.50 «Освобождение». (16+)
13.20 15.05 03.15 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Непокорённые». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.20 «ДВА ФЕДОРА». (12+)
02.15 «Спутник. Русское чудо». (12+)

ТВ
ГУБЕРНИЯ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Здоровая среда». (12+)
11.00 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
12.00 «Up&Down». (12+)
12.30 «Здоровый интерес». (12+)
12.45 03.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
13.15 «Понятная политика». (12+)
13.30 «Просто жизнь». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
16.30 «25-Й ЧАС». (16+)
17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
17.45 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
18.30 22.15 «#open vrn» (12+)
18.45 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
22.00 00.15 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
22.45 «ЖАНДАРМ ЖЕНИТСЯ». (0+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 10.00 12.55 14.20 15.20 21.55 Новости
07.05 12.25 14.25 21.25 00.00 Все на Матч!
10.05 «Бока Хуниорс». (12+)
13.00 04.20 Специальный репортаж. (12+)
13.20 География спорта. (12+)
13.50 Матч! Парад. (0+)
15.25 Хоккей. «Сибирь» (Новосибирская область) - «Ак Барс» (Казань). Фонбет Чемпионат КХЛ
17.45 «Громко»
18.55 Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Астраханочка» (Астрахань). Чемпионат России. ОЛИМПЕТ Суперлига
20.30 Смешанные единоборства. (16+)
22.00 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
00.50 Волейбол. «Факел» (Новый Уренгой) - «Кузбасс» (Кемерово). Чемпионат России. Par1 Суперлига. Мужчины. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 13.05 16.20 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
07.55 00.10 «Первые ледя». (6+)
08.20 01.00 «Рождённые побеждать». (6+)
09.10 «Культив спорта». (12+)
09.35 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.05 18.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
11.55 12.15 12.40 16.00 21.00 00.35 05.10 05.30 Спецрепортаж. (12+)
14.55 20.00 Неделя КХЛ. (12+)
21.20 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
21.50 «Громко». (12+)
22.50 Гандбол Чемпионат России. Суперлига. (0+)
01.50 Бильярд. «Лига Чемпионов». (0+)
03.50 Прыжки в воду. Международные соревнования. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
07.30 Топ чарт. (16+)
08.00 10 самых! (16+)
08.30 Каждое утро. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00 2022-й. Захочешь - не забудешь. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Прогноз по году. (16+)
13.00 Моя волна. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)

15.00 Плейлист. Зима. (16+)
16.00 Top 15 Like FM. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
20.00 Приехали! (16+)
20.30 Топ-30. Русский плейлист года. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Зима. (16+)
00.00 Муз'итив. (16+)
01.30 Наше. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000
05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
09.10 «ТАКСИ». (16+)
10.40 «ТАКСИ-2». (12+)
12.15 «ТАКСИ-3». (16+)
13.50 «ТАКСИ-4». (12+)
15.20 «ВОЙНА МИРОВ Z». (12+)
17.20, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «МАЙОР ПЭЙН». (12+)
20.40 «БОЛЬШОЙ». (12+)
22.35 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
00.20 «ВАРКРАФТ». (16+)
02.10 «ГРАНЬ БУДУЩЕГО». (12+)
04.00 «Аисты». Мультфильм. (6+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.10 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)
07.55 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
10.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
12.25 «ОДНАЖДЫ». (16+)
14.05 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
15.45 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!». (16+)
17.10, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
19.00 «РОБО». (6+)
20.25 «ТОТ ЕЩЁ...». (12+)
21.55 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
23.25 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (12+)
01.35 «ЭКИПАЖ». (6+)
03.45 «ПАЛЬМА». (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.30 «Пиноккио. Правдивая история». (6+)
08.10 «Кошей. Похититель невест». (6+)
09.35 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
10.55 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
12.20 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
13.35 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
15.00 «Буба. Моё любимое чудовище». (6+)
16.50 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «НЮЖАЧ». (18+)
01.15 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
02.40 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
04.15 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
05.30 «ДЖУНГЛИ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.20, 00.20 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
01.10 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Евгений Цыганов, Александр Яценко
02.20 «КЕЙТ И ЛЕО». (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
03.10 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
05.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
07.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
09.30 «ОДНОКЛАССНИКИ». (12+)
11.20 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)
13.10 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
14.45 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ-2 1/2: ЗАПАХ СТРАХА». (12+)
16.20 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 33 1/3: ПОСЛЕДНИЙ ВЫПАД». (16+)
17.50 «ЕВРОТУР». (16+)
19.30 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
21.25 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
23.05 «ЖИВОТНОЕ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.45, 08.05 Мультфильмы. (0+)
07.55 Мультфильм. (6+)
08.35 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
10.20 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
11.50 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
13.35 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)
15.05 «МИМИНО». (12+)
16.50 «ВИЙ». (12+)
18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.50 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
21.30 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
23.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБОВ». (12+)
01.55 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2009 г. В ролях: Евгений Князев, Михаил Горевой, Роман Гречишкин, Владимир Долинский

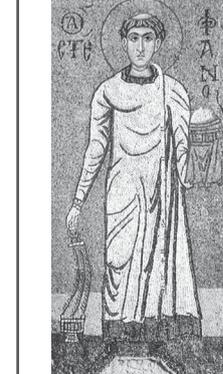
СТC LOVE STC LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
Андрей попадает в безвыходную ситуацию. Ката оказывается единственным человеком, к которому он может обратиться.
11.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
00.35 Даёшь молодёжь! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «ДВЕНАДЦАТЬ МЕСЯЦЕВ». 1 серия. (0+)
06.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00 Монастырская кухня. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Завет. (6+)
11.35 Храм всех святых поселка Зырянка. (0+)
11.50 Следы империи. (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Там, где нас любят. (0+)
15.35 «О НЁМ». (12+)
17.15 «БЕЗ СЫНА НЕ ПРИХОДИ!» (12+)
19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 1 серия. (16+)
Россия, 2014 г. В ролях: Николай Добрынин, Елизавета Арзамасова
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Святые войны. Феодор Тирон. (6+)
22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.05 Ласточки Христовы. (0+)
00.25 День Патриарха. (0+)
00.35 «Апокалипсис». Глава 6. (18+)
01.35, 02.30 Святые России. (6+)
03.25 Встреча. (12+)
04.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

9 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Ап. первомч. и архидиакона Стефана.



Прп. Феодора Нечертаного, исп. Свт. Феодора, архиеп. Константинопольского. Прп. Воинифатия Феофановского, Киевского. Сщмч. Тихона, архиеп. Воронежского. Мц. Антонины.
Поста нет.

«Православно думать легко, но для того, чтобы православно жить, необходим труд».

Старец Паисий Святогорец

ПЕРВЫЙ



01.00 Подкаст. Лаб. (16+)

- 05.00 «Доброе утро». (0+)
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «МАЖОР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- Нина возвращается в «Склиф» и с головой уходит в работу, чтобы забыть о личных проблемах. Брагин с командой Стаса летит в шахтёрский городок оказывать помощь пострадавшим при взрыве...
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «КАМЕНСКАЯ-2». (12+)
- 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)

- 04.55 «ГОРЮНОВ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ-2». (16+)
- 22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- Иван Лутошин узнает, что парень, которому он спас жизнь, задолжал крупную сумму микрофинансовой организации. Желая ему помочь, Иван нападает на офис конторы и забирает все договоры.
- 00.40 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)
- 04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 12.20 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
- 14.50 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)
- 22.00 «ЭТЕРНА: ЧАСТЬ ПЕРВАЯ». (12+)
- Герцог Ричард Окделл - Повелитель Скал и сын погибшего мятежника - поступает в училище оруженосцев Лаик. Он хочет вернуть былую славу своему древнему роду и отомстить за отца.
- 23.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)
- 01.25 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)
- 02.55 «6 кадров». (16+)

СТС



22.00 «ОЛИВЬЕ И РОБОТЫ». (12+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «СТРИМ». (16+)
- Жора видит, как мужчина паркует свой внедорожник так, что мешает выходу людей из подъезда. В том числе женщине с коляской.
- 22.00 «ОЛИВЬЕ И РОБОТЫ». (12+)
- Главный герой приезжает познакомиться с родителями своей девушки, но оказывается, что они умерли и оцифровали свое сознание. Теперь они - умный дом.
- 23.05 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ-2». (18+)
- 01.15 «Импровизация». (16+)
- 02.50 «Импровизация. Новогодний выпуск». (16+)
- 03.35 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.10 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (16+)

- 05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 12. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 02.50 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 22.30 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.30 Кондитер. (16+)
- 06.40 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». (12+)
- 08.00 «Снежная королева-3. Огонь и лед». (12+)
- 09.40 Черный список. (16+)
- 12.30 Битва шефов. (16+)
- 19.00 Кондитер. (16+)
- 20.40 Король десертов. (16+)
- 22.10 Битва шефов. (16+)
- 00.40 «47 РОНИНОВ». (16+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 «ДРЕВНИЕ». (16+)
- 04.10 Пятница News. (16+)
- 04.40 Зов крови. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 09.00 Утилизатор. (16+)
- 09.30 Утилизатор. (12+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию.
- 19.00 Охотники. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 01.55 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 11.30 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
- 15.10 23.15 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
- 16.00 00.10 «Дело о другой «Джоконде». (12+)
- 16.45 «Диалоги без грима». (6+)
- 17.00 «Такие разные». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 21.00 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 01.00 ОТражение. Главное. (12+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «Папа попал». (16+)
- 11.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- Вы будете закрывать глаза, но вряд ли захотите переключить телевизор. Этот проект - горькое лекарство для тех, кто оставляет свое здоровье на потом.
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.50 «Измены». (18+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 00.30 «ВАНГЕЛИЯ». (12+)
- 05.25, 10.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- Сериал. Иронический детектив, Россия, 2013 г.
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «КУЛИНАР». (16+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к Победе» (16+)
- 06.00 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 07.50 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЫШКИ». (16+)
- 13.10 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- Продолжение военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны, о дружбе, скрепленной кровью, мужестве и настоящей любви. Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании и приказывают сформировать собственный полк.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 02.40 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.25, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Гурбозавры». (0+)
- 09.25 Друзья на все времена. «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.30, 19.30, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Буба». (6+)
- 15.20 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Малыш и Карлсон. Карлсон вернулся». (6+)
- 17.50 «Морики Дорики». (0+)
- 18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.30 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 00.35 «Домики». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Зима в Простоквашино»
- 01.35 «Малышарики». (0+)
- 02.00 «Цветняшки». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.30 «Бобр добр». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Машинки Мокса». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронико». (0+)
- 08.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- 10.45 «ТриО!» (0+)
- 11.05 «Винни-Пух». (0+)
- 11.15 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)
- 11.25 «Винни-Пух и день забот». (0+)
- 11.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
- 16.40 «Три кота». (0+)
- Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестрочки Карамельки.
- 18.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 18.55 «Черепашки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Лунтик». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.45 «Чудо-мельница». (0+)
- 23.05 «Плоска-строитель». (0+)
- 23.15 «Лопкан и Шавка». (0+)
- 23.20 «Чудесный колокольчик». (0+)
- 23.45 «Спина к спине». (0+)
- 01.05 «Студия красоты». (0+)
- 01.20 «Хэйли и Волшебное сердце». (6+)
- 02.50 «Куми-Куми». (12+)
- 03.55 «Салон дядошки Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 04.45, 16.10 «Историограф». (12+)
- 05.25 Личность в истории. (12+)
- 05.50, 08.45, 09.40, 10.35, 11.30 «Монастырские стены». (6+)
- 06.20 «Историада». (12+)
- 07.15 Из истории советского периода. (6+)
- 07.45, 16.55 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
- 09.15, 10.05, 11.00 Россия. Связь времен. (12+)
- 11.55 Ненаписанные мемуары. (12+)
- 12.55 Сальск. Карьер смерти. (12+)
- 13.35 Не квартира - музей. (12+)
- 13.50 Суверенное государство Российское. (12+)
- 14.25 История оружия. (16+)
- 15.15 Освободители. (12+)
- 16.00 История образования в России. (12+)
- 17.10 Книжные аллеи. (12+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.45 Первая мировая (12+)
- 18.40 Тайное становится явным. (12+)
- 18.55 Тайны российской дипломатии. (12+)
- 19.30 На пути к Великой Победе. (12+)
- 20.00 Соперничество. (12+)
- 20.55 Морской узел. (12+)
- 21.20 Карл V. (16+)
- 21.50 Обыкновенная история. (6+)
- 22.00 Сыны России. (12+)
- 22.30, 23.15 Леонардо да Винчи. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.55 Дневники великой войны. (16+)
- 07.55, 08.45 Очень странные экспонаты. (12+)
- 09.35, 10.30 Сокровища Инда. (12+)
- 11.20 Загадка костей: гендерная революция. (12+)
- 12.20 Призрак из Каменного века. (12+)
- 13.15, 14.05 Очень странные экспонаты. (12+)
- 14.55 Королевская семья: сохранить корону: Послевоенная амнезия. (16+)
- 15.55 Королевская семья: сохранить корону: Отказ от традиций. (16+)
- 16.50 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
- 17.40 Шелковый путь. (12+)
- 18.40 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)
- 19.35 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мумия и железная рука. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)
- 22.15 Дневники великой войны: Мука. (16+)
- 23.15 Дневники великой войны: Страсть. (16+)
- 00.10, 01.10 Королевская семья. (16+)
- 02.00, 02.45 Сокровища Инда. (12+)
- 03.35, 04.20 Очень странные экспонаты. (12+)
- 05.05 Музейные тайны: Похищенный кинематографист. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.00 Образ жизни - диабет. (12+)
- 06.30 Пульс. (12+)
- 07.00 Цифровые дети. (16+)
- 07.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 08.00 Тренажерка. (6+)
- 08.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 08.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 09.00 За и против. (16+)
- 09.30, 21.30, 00.30, 03.30 Пульс. (12+)
- 10.00, 01.00, 04.00 Цифровые дети. (16+)
- 10.30, 01.30, 04.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 23.00, 02.00, 05.00 Тренажерка. (6+)
- 11.30, 14.30, 14.45, 17.30, 17.45, 23.30, 02.30, 05.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 11.45, 23.45, 02.45, 05.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 12.00 За и против. (16+)
- 12.30 Мужские вопросы. (16+)
- 13.00, 19.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 13.30, 19.30 Будьте здоровы. (12+)
- 15.00, 18.00 Будем жить. (12+)
- 15.30, 18.30 Внешние данные. (12+)
- 16.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 20.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 21.00, 00.00, 03.00 Образ жизни - диабет. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



08.50 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

- 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30
Новости культуры
- 07.35 18.40 «Исчезнувшие люди»
- 08.35 23.05 «Первые в мире»
- 08.50 15.50 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.40 XX век
- 12.15 16.55 «Забытое ремесло»
- 12.30 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ»
- 13.45 «Игра в бисер»
- 14.30 «Курьезы, театр, кино, жизнь». Избранное
- 15.05 Новости. Книги
- 15.20 «Передвижники»
- 17.10 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.50 01.25 Шедевры Бетховена
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.30 «ЧЕРНАЯ ОРХИДЕЯ»
- 00.45 «Подземные дворцы для вождя и синицы»

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ДОКТОР ИВАНОВ: ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (12+)
- 10.30 «Алексей Толстой. Никто не знает правды». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СВОИ». (16+)
- 17.00 «Звёздные приживалы». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Вдовьи слёзы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 Прощание. (16+)
- 01.25 «90-е. Хиты дискотек и пьянок». (16+)
- 02.05 Хроники московского быта. (16+)

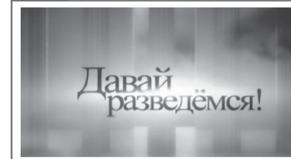
ТВ-3



19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)

- 06.00 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 «Джастин и рыцари доблести». (6+)
- 09.30 17.20 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
- Гангстер Мэни Трильо, приговоренный к пожизненному заключению, начинает писать книги, в которых рассказывает во всех своих преступлениях. Его творения привлекают внимание общественности. Власти штата принимают решение аннулировать вынесенный приговор, но губернатор хочет убедиться в искренности Мэни. К работе привлекают Лайтмана.
- 23.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 01.15 «Колдуны мира». (16+)

ДОМАШНИЙ



09.05 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.05 Давай разведёмся! (16+)
- 10.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.15 «Понять. Простить». (16+)
- 13.25 «Порча». (16+)
- 13.55 «Знахарка». (16+)
- 14.30 «Верну любимого». (16+)
- 15.00 «ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА». (16+)
- 19.00 «ДОЛГАЯ ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (16+)
- 22.35 «Порча». (16+)
- 23.10 «Знахарка». (16+)
- 23.35 «Верну любимого». (16+)
- 00.05 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 Тест на отцовство. (16+)
- 02.40 Давай разведёмся! (16+)
- 03.30 «6 кадров». (16+)
- 03.45 «Предсказания-2023». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.25 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ПЛАТА ПО СЧЕТЧИКУ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
- 19.50 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.20 13.20 15.05 03.10
«ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 01.10 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 10.50 «Освобождение». (16+)
- 16.10 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 18.55 «Непокорённые». (16+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «В ПОЛОСЕ ПРИБОЯ». (16+)
- 02.20 «Ким Филби». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «25-Й ЧАС». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 01.00 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- Ведущие журналисты рассказывают зрителям о самых главных событиях...
- 20.00 01.30 04.30 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.00 00.30 03.30 «Документальное кино». (12+)
- 22.45 «КТО ЕСТЬ КТО?». (16+)
- После загадочной гибели комиссара жандармерии Ниццы, в город, из Парижа, приезжает инспектор надзорного отдела, чтобы вскрыть коррупцию, царящую среди стражей правопорядка.

СПОРТ

- 06.00 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 09.55 12.55 14.20 21.55
Новости
- 07.05 12.25 14.25 19.15 00.00
Все на Матч!
- 10.00 13.00 05.45 Специальный репортаж. (12+)
- 10.20 «Леннокс Льюис: Нерасказанная история». (12+)
- 13.20 Что по спорту? (12+)
- 13.50 «Здоровый образ. Баскетбол». (12+)
- 15.55 География спорта. (12+)
- 16.25 «Ты в бане!» (12+)
- 16.55 Хоккей. «Автомобилист» (Екатеринбург) - ЦСКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 19.55 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ
- 22.00 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
- 00.50 «Бюка Хуниорс». (12+)
- 02.45 Новости. (0+)
- 02.50 Смешанные единоборства. (16+)
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55
Новости
- 07.55 «Тромко». (12+)
- 08.55 11.25 15.10 16.00 21.00
Спецрепортаж. (12+)
- 09.10 18.05 Неделя КХЛ (12+)
- 10.05 16.20 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 11.45 Комментаторы. (12+)
- 12.05 01.00 «Несвободное падение». (16+)
- 13.05 01.50 Бильярд. «Лига Чемпионов». (0+)
- 15.25 20.30 «БХБ». (0+)
- 17.40 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
- 19.00 «Любовь под грифом «Секретно». (12+)
- 20.00 География спорта. (12+)
- 21.20 Смешанные единоборства. (16+)
- 22.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 00.35 «Здоровый образ. Баскетбол». (12+)
- 03.50 Прыжки в воду. Международные соревнования. (0+)

МУЗЫКА

- 16.00 Плейлист по кайфу (16+)
- 16.30 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Русский чарт. (16+)
- 20.00 10 самых! (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.40 PRO-новости. (16+)
- 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.00 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Муз'итив. (16+)
- 10.00 Топ-30. (16+)
- 12.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 TikTok чарт. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

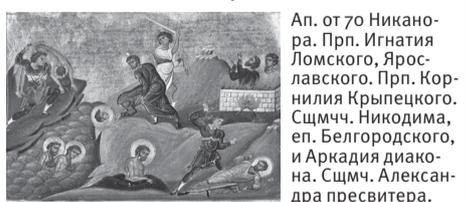
- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 09.10 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
- 10.55 «БОЛЬШОЙ». (12+)
- 12.50 «МЕЧ КОРОЛЯ АРТУРА». (16+)
- 15.00 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА». (16+)
- 17.25, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБИ». (16+)
- 19.00 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
- 20.40 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 22.25 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
- 00.35 «МИСС КОНГЕНИАЛЬНОСТЬ». (12+)
- 02.15 «МИСС КОНГЕНИАЛЬНОСТЬ-2. ПРЕКРАСНА И ОПАСНА». (12+)
- 04.05 «ЭЛЕКТРА». (12+)
- 05.35 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 09.15 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
- 10.50 «ТОТ ЕЩЁ...!» (12+)
- 12.15 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (12+)
- 14.40 «ЭКИПАЖ». (6+)
- 17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 19.00 «ОВЕЧКА ДОЛЛА БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 21.05 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 22.55 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 00.45 «ВИКИНГ». (12+)
- 02.55 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (12+)
- 06.50 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 08.15 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 09.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 10.55 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 12.35 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 13.50 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 15.25 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НОУХАЧ». (18+)
- 01.25 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
- 03.00 «АРТИСТКА». (12+)
- 04.40 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 3 сезон. Сериал. Фантастика, США, 2000 г. В ролях: Алисса Милано, Холли Мари Комбс, Роуз МакГоун
- 19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.20, 00.20 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 01.10, 02.10, 03.00 «ОТПЕЛ» (16+)
- 03.55 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Веник вот уже неделю занимается с Дашей физикой. Но завоевать ее симпатию не удается. Маша предлагает ему попробовать найти общие интересы с Дашей.
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.10 «МОЛОДЕЖКА» (16+)
- 00.45 Дашь молодежь! (16+)
- 02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Царевны». (0+)
- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- Сериал. Россия, 2005 г. В ролях: Лариса Удовиченко, Вера Сотникова, Владимир Стержаков, Анна Дворжецкая
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 08.05 Мультфильмы. (0+)
- 08.25 Мультфильм. (0+)
- 08.35 «Птичка Тари». Мультфильм. (0+)
- 08.45 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (12+)
- 11.45 «МУЖИКИ!». (12+)
- 13.25 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
- 15.00 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
- 16.45 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.55 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 21.30 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 23.10 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (12+)
- 01.35 «ДОБРЯКИ». (12+)
- 02.50 «КАДРИЛЬ». (12+)
- 04.10 «ПЯТЬ ВЕЧЕРОВ». (12+)
- 05.50 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 08.00 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)
- 05.30 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)
- 07.00 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)
- 08.30 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
- 10.25 «ДОКТОР ДУЛИТЛ». (12+)
- 11.55 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
- 13.30 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
- 15.30 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
- 17.35 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
- 19.30 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
- 21.40 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГ». (18+)
- 23.20 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
- 08.05 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Веник вот уже неделю занимается с Дашей физикой. Но завоевать ее симпатию не удается. Маша предлагает ему попробовать найти общие интересы с Дашей.
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.10 «МОЛОДЕЖКА» (16+)
- 00.45 Дашь молодежь! (16+)
- 02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Царевны». (0+)
- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДВЕНАДЦАТЬ МЕСЯЦЕВ». 2 серия. (0+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00 Монастырская кухня. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святые воины. Феодор Тирон. (6+)
- 11.05 Простые чудеса. (12+)
- 11.50 Следы империи. (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Ласточки Христовы. (0+)
- 16.20 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
- 18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 1-2 серии. (16+)
- Россия, 2014 г.
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Святые воины. Массовые страдания воинов-мучеников. (6+)
- 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.05 Служба спасения семьи. (16+)
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Апокалипсис». Глава 7. (18+)
- 01.10, 02.10 Святыни России. (6+)
- 03.10 Встреча. (12+)
- 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

10 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Мучеников 20 ооо, в Никомидии в церкви сожженных, и прочих, тамо же вне церкви пострадавших: Гликерия пресвитера, Зинона, Феофила диакона, Доротея, Мардония, Мигдония диакона, Индиса, Горгония, Петра, Евфимия, мцц. Агафии, Домны, Феофилы и иных.



Ап. от 70 Никанора. Прп. Игнатия Ломского, Ярославского. Прп. Корнилия Крыпецкого. Сщмчч. Никодима, еп. Белгородского, и Аркадия диакона. Сщмчч. Александра пресвитера. Сщмчч. Фректиса, Леонида, Николая пресвитеров. Сщмчч. Арефы и Александра пресвитеров.
Поста нет.
« Не ищи чудес, а ищи кроткого чело- века, который чудо из чудес. »
Свт. Серафим Соболев

ПЕРВЫЙ



21.45 «МАЖОР». (16+)

- 05.00 «Доброе утро». (0+)
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «МАЖОР». (16+)
- 22.40 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести.
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- Брагин и команда Стаса летят домой. Самолёт попадает в зону сильной турбулентности. Уставшие врачи вынуждены собраться, чтобы оказать необходимую помощь пассажирам, что помогает им ненадолго забыть об опасности.
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «КАМЕНСКАЯ-2». (12+)
- 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)

- 04.55 «ГОРЮНОВ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ-2». (16+)
- 22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- Джокер предлагает Лутошину выбор - освобождение заложницы в обмен на жизнь Лутошина. Но Лутошин уже боится смерти - ведь у него появился шанс на выздоровление.
- 00.40 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)
- Виталий не верит в то, что Роман - ученый, обвиняет его в некомпетентности.

СТС



20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 09.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 11.10 «RRR: РЯДОМ РЕВЁТ РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 14.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 20.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ: СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+)
- 21.55 «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА». (6+)
- Из-за неудавшегося ограбления музея из зоопарка пропала крошка-кенгуру. Да не одна, а вместе с украденным из музея алмазом. Кенгуру оказывается на ферме, где встречает девочку Эллу.
- 23.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)
- 01.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)
- 02.50 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



21.00 «СТРИМ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «СТРИМ». (16+)
- Утром в подъезде Жора нечаянно наткнется на двух странных мужчин с полными сумками. В школе Директор дозванивается до Николая и вызывает его к себе.
- 22.00 «ХБ». (18+)
- 23.00 «МАЧО И БОТАН». (16+)
- Горе-копы Мортон и Грег внедряются в среднюю школу под видом малолеток, чтобы разоблачить наркобарона, травящих неокрепшие умы подозрительными чипсами.
- 01.05 «Импровизация». (16+)
- 02.40 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.55 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



00.30 «НОЧНОЙ РЕЙС». (16+)

- 05.00 18.00 01.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 02.45 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «СТУКАЧ». (12+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «НОЧНОЙ РЕЙС». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 Кондитер. (16+)
- 06.40 «Три мушкетера». (12+)
- 08.20 «Гой, Феликс». (6+)
- 10.00 На ножах. (16+)
- 00.00 «МАРС АТАКУЕТ!» (16+)
- 01.50 Пятница News. (16+)
- 02.20 «ДРЕВНИЕ». (16+)
- 04.20 Пятница News. (16+)
- 04.45 Зов крови. (16+)
- Юлю удочерили еще в младенчестве. После того, как она об этом узнала, у девушки появилось желание найти свою биологическую мать.

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «Папа попал». (16+)
- 11.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- В течение 5 выпусков, с понедельника по пятницу, за звание лучших хозяек поборются 5 команд, состоящих из свекрови и невестки. Кто из них победит - покажет финальный пятничный выпуск.
- 16.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.50 «Измены». (18+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача вернуть деньги и проучить аферистов.
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 21.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 01.50 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00 «ВАНГЕЛИЯ». (12+)
- 06.25, 10.10, 04.45 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «КУЛИНАР». (16+)
- 01.20 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 02.25 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (0+)
- 03.55 Мультфильмы. (6+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 11.30 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 15.10 23.15 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
- 16.00 00.10 «Чужая земля». (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ». (12+)
- 22.20 «Большая страна: открытие». (12+)
- 01.00 ОТражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 04.50 «Путь к Победе» (16+)
- 05.40 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
- 08.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЫШКИ». (16+)
- 13.20 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (18+)
- Юные подпольщики для борьбы с карателями организуют свой отряд - «Молодую гвардию». Под самым носом у фашистов ребята совершают многочисленные диверсии. Операции становятся всё более отчаянными и рискованными. Фашисты и не подозревают, что имеют дело не с партизанами, а с горсткой юношей и подростков...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
- 02.40 «КРАЙ». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Гурбозавры». (0+)
- 09.25 Друзья на все времена. «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.25, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.30, 19.35, 02.30 «Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Буба». (6+)
- 15.20 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Вовка в тридевятом царстве». (0+)
- 17.50 «Морики Дорики». (0+)
- 18.00 «Кошечки-собачки. Секрет Викки». (0+)
- 18.30 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.25, 05.00 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 00.35 «Домики». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Малыш и Карлсон». (6+)
- 01.25 «Малышарики». (0+)
- 02.00 «Цветняшки». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.30 «Бобр добр». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронико». (0+)
- 08.00 «ДиноСити». (0+)
- Комедийный мультсериал о жизни города динозавров и его обитателей.
- 10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
- 11.10 «Мама для мамонтёнка». (0+)
- 11.20 «Умка». (0+)
- 11.30 «Умка ищет друга». (0+)
- 11.40 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Буба». (6+)
- 16.40 «Барбоскины». (0+)
- 18.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 18.55 «Деревяшки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.45 «Самый маленький гном». (0+)
- 23.20 «Ничуть не страшно». (0+)
- 23.30 «Змей на чердаке». (0+)
- 23.45 «Жила-была царевна». (0+)
- 01.05 «Студия красоты». (0+)
- 01.20 «Хэйли и Волшебное сердце». (6+)
- 02.50 «Куми-Куми». (12+)
- 03.55 «Салон дядошки Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 06.15 Историада. (12+)
- 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.45, 16.55, 21.55 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Ненаписанные мемуары. (12+)
- 08.55 Сальск. Карьер смерти. (12+)
- 09.40 Не квартира - музей. (12+)
- 09.50 Суверенное государство Российское. (12+)
- 10.25 История оружия. (16+)
- 11.15 Освободители. (12+)
- 12.00 Первая мировая. (12+)
- 12.55 Тайное становится явным. (12+)
- 13.10 В рядах сопротивления. Дворцы и замки. (12+)
- 14.05, 15.00 Великие живописцы. (12+)
- 16.00 История образования в России. (12+)
- 16.10 Историограф. (12+)
- 17.10 Книжные аллеи. (12+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.45 Сопrotивление. Русские французы. (12+)
- 18.40 Морской узел. (12+)
- 19.10 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 19.30 Сыны России. (12+)
- 20.00 Владимир Даль. (12+)
- 20.30 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
- 21.25 Карл V. Пути императора. (16+)
- 22.15 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+)
- 23.05 Исторические города Британии. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.50 Дневники великой войны. (16+)
- 07.50, 08.40 Очень странные экспонаты. (12+)
- 09.30 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
- 10.20 Шелковый путь. (12+)
- 11.20 Древневская семья: сохранить корону. (12+)
- 12.15 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 13.10, 14.00 Очень странные экспонаты. (12+)
- 14.50 Королевская семья: сохранить корону: Принцесса-бунтарка. (16+)
- 15.50 Королевская семья: сохранить корону: В погоне за нормальным. (16+)
- 16.45, 17.40 Шелковый путь. (12+)
- 18.40, 19.35 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Немские коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Монета викингов, древний диск и мертвая девочка, которая спасла миллионы. (12+)
- 22.15 Дневники великой войны: Уничтожение. (16+)
- 23.15 Дневники великой войны: Трудовой фронт. (16+)
- 00.15, 01.10 Королевская семья. (16+)
- 02.00 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
- 02.50 Шелковый путь. (12+)
- 03.40, 04.30 Очень странные экспонаты. (12+)
- 05.15 Музейные тайны. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.00 За и против. (16+)
- 06.30 Пульс. (12+)
- 07.00 Цифровые дети. (12+)
- 07.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 08.00 Тренажерка. (6+)
- 08.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 08.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 09.00 За и против. (16+)
- 09.30 Мужские вопросы. (16+)
- 10.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 10.30 Будьте здоровы. (12+)
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 02.00, 05.00 Тренажерка. (6+)
- 11.30, 11.45, 14.30, 14.45, 02.30, 05.30 «Коронный» вопрос. (12+)
- 12.00, 15.00, 18.00 Будем жить. (12+)
- 12.30, 15.30, 18.30 Внешние данные. (12+)
- 13.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 16.00, 19.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 16.30, 19.30 Будьте здоровы. (12+)
- 17.30, 20.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 21.00, 00.00 Образ жизни - диабет. (12+)
- 21.30, 00.30, 03.30 Пульс. (12+)
- 22.00, 01.00, 04.00 Цифровые дети. (16+)
- 22.30, 01.30, 04.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 23.00 Питливый ум. (16+)
- 23.45, 02.45, 05.45 Фитнес для малыша. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



21.30 «КТО ЕСТЬ КТО?»

07.00 07.30 08.30 10.00 15.00
19.30 23.20 Новости культуры
07.05 Легенды мирового кино
07.35 «Исчезнувшие люди - драматическая история эволюции человека»
08.35 15.50 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.40 ХХ век
12.30 Спектакль «Проснись и пой!»
14.15 «Забывтое ремесло»
14.30 «Курьезы, театр, кино, жизнь». Избранное
15.05 Новости. Кино
15.20 «Библейский сюжет»
17.15 «Роман в камне»
17.45 01.55 Шедевры Бетховена
18.35 01.00 «Шниди»
19.45 Главная роль
20.05 «Здесь и сейчас»
20.45 «Валаам»
21.30 «КТО ЕСТЬ КТО?»
02.40 «Первые в мире»

ТВЦ



13.40 «Мой герой». (12+)

06.00 «Настроение»
08.05 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ДОКТОР ИВАНОВ: ЧУЖАЯ ПРАВДА». (12+)
10.35 «Григорий Горин. Формула смеха». (12+)
11.30 События
11.50 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Тиран, насильник, муж». (16+)
17.50 События
18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
22.00 События
22.40 «10 самых...» (16+)
23.10 «Советские мафии». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 Прощание. (16+)
01.30 «Николай Цискаридзе. Развенчивая легенды». (12+)
02.10 «Тайная комната Билла Клинтона». (16+)

ТВ-3



23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)

06.00 Святочные гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
07.30 «Команда котиков». (6+)
09.15 Святочные гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
17.20 «Слепая». (16+)
19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
Лайтман и его команда пытаются спасти рабочих, оказавшихся в ловушке в строительном завале после аварии. Между тем, к Лайтману обращается миллионер, желающий удостовериться в искренности чувств своей возлюбленной.
23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
01.15 «Колдуны мира». (18+)
03.45 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



12.05 «Понять. Простить». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.00 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.05 «Понять. Простить». (16+)
13.15 «Порча». (16+)
13.45 «Знахарка». (16+)
14.20 «Верну любимого». (16+)
14.50 «БЕЗЗАЩИТНОЕ СЕРДЦЕ». (16+)
19.00 «УСПЕТЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ». (16+)
22.40 «Порча». (16+)
23.15 «Знахарка». (16+)
23.40 «Верну любимого». (16+)
00.10 «Понять. Простить». (16+)
01.05 Тест на отцовство. (16+)
02.45 Давай разведёмся! (16+)
03.35 «6 кадров». (16+)
04.00 Любимый Новый год. (16+)

5-Й КАНАЛ

05.25 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)
08.35 «НАСТАВНИК». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «НАСТАВНИК». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.55 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.20 13.20 15.05 03.05
«ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 01.10 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
10.50 «Освобождение». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Непокорённые». (16+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.20 «КОНТРАБАНДА». (12+)
02.20 «Другой атом». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
12.00 22.15 01.30 «Документальное кино». (12+)
12.30 18.30 «От 7 до 17». (12+)
13.00 16.30 «25-Й ЧАС». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 01.15 «#open vrn». (12+)
14.45 «В тени чемпионов». (12+)
17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 03.00 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.15 «Здоровая среда». (12+)
22.00 «Эксперт». (12+)
22.45 «МАНЯШИНО ОЗЕРО». (12+)
Девочка из сибирской глубинки Маняша рано потеряла маму и осталась с отцом. Пока несчастный вдовец целыми днями проводит на работе, Маняша ищет способ, как исполнить свою мечту...
04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ** **МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 09.55 12.55 14.20 21.50 Новости
07.05 10.45 14.25 18.45 21.15 00.00 Все на Матч!
10.00 13.00 05.45 Специальный репортаж. (12+)
10.20 «Паоло Росси. Чемпион и мечтатель». (12+)
13.20 «Ты в бане!» (12+)
13.50 «Вид сверху». (12+)
15.55 Что по спорту? (12+)
16.25 Хоккей. «Авангард» (Омск) - «Ак Барс» (Казань). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
18.55 Хоккей. «Локомотив» (Ярославль) - «Трактор» (Челябинск). Фонбет Чемпионат КХЛ
21.55 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Валенсия». Суперкубок Испании. 1/2 финала. Прямая трансляция из Саудовской Аравии
00.50 «Леннокс Льюис: Неразказанная история». (12+)
02.30 «Здоровый образ. Баскетбол». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
14.00 Top 15 Like FM. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Лайкер. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 ТiKок чарт. (16+)
20.00 Приехали! (16+)
20.30 Top-30. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Зима. (16+)
00.00 Муз'итив. (16+)
01.30 Наше. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 **ТВ1000** **ТВ1000** **ТВ1000**
05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
08.40 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
11.10 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
13.20 «МИСС КОНГЕНИАЛЬНОСТЬ». (12+)
15.20 «МИСС КОНГЕНИАЛЬНОСТЬ-2: ПРЕКРАСНА И ОПАСНА». (12+)
17.20, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «ТАКСИ». (16+)
20.35 «ТАКСИ-2». (12+)
22.10 «ТАКСИ-3». (16+)
23.40 «ТАКСИ-4». (12+)
01.10 «МЕЧ КОРОЛЯ АРТУРА». (16+)
03.10 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.55 «ЕВРОТУР». (16+)
02.25 «ШПИОН». (18+)
04.40 «ЖИВОТНОЕ». (12+)
06.10 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
08.05 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
09.55 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
11.50 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
13.25 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
15.35 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
17.35 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
19.30 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
21.15 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
23.45 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ-2 1/2: ЗАПАХ СТРАХА». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.30 «Паровозик из Ромашкова». Мультфильм. (0+)
07.40 «Муха-Цокотуха». Мультфильм. (0+)
07.50 «Песенка мышонка». Мультфильм. (0+)
08.00 Мультфильм. (0+)
08.10 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)
09.55 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.55 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
21.30 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
23.30 «ОТЦЫ И ДЕТИ». (12+)
02.35 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
03.45 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)
05.40 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
06.45 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)
08.15 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.40 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
10.55 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
12.20 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
13.40 «Кошки». Похититель невест. Мультфильм. (6+)
15.05 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
16.50 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «НЮХАЧ». (18+)
01.25 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
02.50 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
04.20 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)

суббота! **СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилики». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
9 сезон. Сериал. Фантастика, США, Канада, 2013 г.
23.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
00.30 Богиня шопинга. (16+)
01.30, 02.20, 03.20 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
Сериал. Семейная сага, Россия, Украина, 2009 г. В ролях: Виктория Толстоганова, Елена Панова, Александр Пороховщиков
14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
11.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
Сериал. Комедия, Россия, 2012 г. В ролях: Дмитрий Назаров, Марк Богатырев, Максим Подозревает, что Нагиев - отец ребёнка Виктории...
22.05 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
00.40 Даёшь молодёжь! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
04.20 «Фиксики». (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС **СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БЕЗ СЫНА НЕ ПРИХОДИ!» (12+)
06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00 Монастырская кухня. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Святые воины. Массовые страдания воинов-мучеников. (6+)
11.05 Полковой священник, гвардии капеллан. История военного духовенства России. (0+)
11.50 Следы империи. (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
16.40 «УДИВИТЕЛЬНАЯ НАХОДКА ИЛИ САМЫЕ ОБЫКНОВЕННЫЕ ЧУДЕСА». (0+)
18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 2-3 серии. (16+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Святые воины. Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. (6+)
22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.05 День Ангела. Святитель Макарий Московский. (0+)
23.40 День Патриарха. (0+)
23.50 «Апокалипсис». Глава 9. (18+)
00.40, 01.35 Святые России. (6+)
02.30 Простые чудеса. (12+)
03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

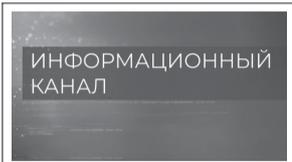
11 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Мучеников 14 ооо младенцев, от Ирода в Вифлееме избивенных.



Прп. Маркелла, игумена обители «Неусыпающих». Прп. Василиска Сибирского. Прп. Фадея исп. Прпп. Марка гробокопателя, Феофила и Иоанна Печерских. Прп. Феофила Омучского. Прп. Лаврентия Черниговского. Сщмчч. Павла пресвитера и Григория диакона. Сщмчч. Феодосия пресвитера. Мцц. Наталии, Наталии, Евдокии, Анны, Матроны, Варвары, Анны, Евдокии, Евфросинии, Агриппины и Наталии.

Поста нет.
«Каждому тот поступок ближнего кажется великим, который обличает его самого в чем-нибудь».
Прп. Иосиф Оптинский

ПЕРВЫЙ



10.45 Информационный канал. (16+)

- 05.00 «Доброе утро». (0+)
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «МАЖОР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
- Куликов в ужасе звонит Брагину и сообщает об аварии. Ольга жалеет, что рассказала Куликову о том, что с ней произошло на самом деле. Кривичкий подумывает об отъезде в Израиль, но неожиданно встречает бывшую одноклассницу...
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «КАМЕНСКАЯ-2». (12+)
- 03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)

- 04.40 «ГОРЮНОВ-2». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ-2». (16+)
- 22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- Между Тумановым и Белкиной портятся отношения. От Туманова Лутошин узнает, что отец Леоновой - в прошлом офицер полиции - был убит, расследуя дело, связанное с фармацевтической компанией...
- 00.40 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)

СТС



19.55 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
- 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 12.35 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
- 14.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- Для предвыборной гонки Альбине нужно получить помощь от инвестора, но в Добруйске все инвесторы давно «прикормлены» мэром.
- 20.00 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 22.35 «ГРОМОБОЙ». (12+)
- 00.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (12+)
- 02.15 «б кадров». (16+)
- 05.20 «Петушок - Золотой гребешок». (0+)

СТС



23.00 «МАЧО И БОТАН-2». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «СТРИМ». (16+)
- По приказу Директора в школе все учителя начинают относиться к Жоре хорошо. Дима возмущается этим. За это он получает двойку от Завуча.
- 22.00 «ХБ». (18+)
- 23.00 «МАЧО И БОТАН-2». (16+)
- Офицерам Шмидту и Дженко теперь предстоит работать под прикрытием в местном колледже. Однако когда Дженко встречает родственную душу в футбольной команде, а Шмидт проникает в богемную среду...
- 01.05 «Импровизация». (16+)
- 03.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



20.00 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (16+)

- 05.00 18.00 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (16+)
- 22.20 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «КАВАЛЕРИЯ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.25 «Простоквашино». (0+)
- 05.40 Кондитер. (16+)
- 06.50 «Снежная королева-3. Огонь и лед». (12+)
- 08.30 «ИСТОРИЯ ЗОЛУШКИ». (16+)
- 10.20 Четыре свадьбы. (16+)
- 11.40 Любовь на выживание. (16+)
- 13.30 Четыре свадьбы. (16+)
- 00.30 «АСТРАЛ-4: ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ». (16+)
- 02.10 Пятница News. (16+)
- 02.40 «ДРЕВНИЕ». (18+)
- 04.00 Пятница News. (16+)
- Ю**
- 05.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «Папа попал». (16+)
- 11.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.50 «Измены». (18+)
- Неверные мужа, а иногда и жены, стали изменять более изощренно, но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть!
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 08.30 Утилизатор. (16+)
- 09.00 Утилизатор. (12+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 16.00 21.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой.
- 01.50 Улётное видео. (16+)
- МИР**
- 05.10, 10.10 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40, 04.05 «КУЛИНАР». (16+)
- 01.20 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 02.25 «ВРАТАРЬ». (0+)
- 03.40 Мультфильмы. (16+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 11.40 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХ». (12+)
- 15.10 23.15 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
- 16.00 00.00 «Ромас, Томас и Иосиф». (12+)
- 17.00 «Здоровая среда». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «СЛУЧАЙ С ПОЛЫНИНЫМ». (12+)
- 01.00 Отражение. Главное. (12+)
- 03.35 «Сделано с умом». (12+)
- Победа**
- 04.40 «Путь к Победе». (16+)
- 05.40 «ТАНКИ». (16+)
- 07.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 08.40 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
- 12.10 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 15.30 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, Беларусь, 2009 г. В ролях: Александр Лымаев, Екатерина Вилкова, Иван Стебунов, Екатерина Маликова, Александр Лазарев-мл.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «СОЛДАТИК». (12+)
- 02.20 «Зоя КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
- 03.30 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.30, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Гурбозавры». (0+)
- 09.30 Друзья на все времена. «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.30, 19.40, 02.30 «Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Буба». (6+)
- 15.20 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Волшебное кольцо». «Новогодние волшебности». (0+)
- 17.50 «Морики Дорики». (0+)
- 18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.30 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Музыкальный патруль». (0+)
- 19.05 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 00.35 «Домики». (0+)
- 01.00 «Мальш и Карлсон. Карлсон вернулся». (6+)
- 01.25 «Мальшарики». (0+)
- 02.00 «Цветяшкы». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронки». (0+)
- 08.00 «Лунтик». (0+)
- 10.45 «Проце простого!» (0+)
- 11.05 «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)
- 11.15 «Новогодние волшебности». (0+)
- 11.25 «Умка на ёлке». (0+)
- 11.30 «Вовка и зима в Тридевятом царстве». (0+)
- 11.40 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- Приключения друзей, которые мастерски сражаются в игре под названием Надо.
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Простоквашино». (0+)
- 16.40 «Барбоскины». (0+)
- 18.45 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 18.55 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.45 «Золушка». (0+)
- 23.00 «Щелкунчик». (0+)
- 23.25 «Необычный друг». (0+)
- 23.45 «Жила-была царевна». (0+)
- 00.55 «Трам-пам-пам». (0+)
- 01.20 «Хэйли и Волшебное сердце». (6+)
- 02.50 «Куми-Куми». (12+)
- 03.55 «Салон дядашкы Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365**
- 365 ДНЕЙ ТВ
- 05.50 Монастырские стены. (6+)
- 06.15, 20.00 Историяда. (12+)
- 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 07.45, 16.55, 19.10 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Первая мировая. (12+)
- 08.55 Тайное становится явным. (12+)
- 09.05 В рядах сопротивления. (12+)
- 10.05, 11.00 Великие живописцы. (12+)
- 12.00 Сопротивление. Русские французы. (12+)
- 12.55 Морской узел. (12+)
- 13.20 Карл V. Пути императора. (16+)
- 13.50 Обыкновенная история. (6+)
- 14.00 Сыны России. (12+)
- 14.30, 15.15 Леонардо да Винчи. Атлантический кодекс. (12+)
- 16.00 История образования в России. (12+)
- 16.10 Историограф. (12+)
- 17.10 Книжные аллеи. (12+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.45 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
- 18.15 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
- 19.25 Тайны российской дипломатии. (12+)
- 20.50 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
- 21.35 Забытый полководец. (12+)
- 22.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
- 23.00 История Великой хартии вольностей. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.00 Дневники великой войны: Уничтожение. (16+)
- 06.55 Дневники великой войны: Трудовой фронт. (16+)
- 07.55, 08.45 Очень странные экспонаты. (12+)
- 09.35, 10.35 Шелковый путь. (12+)
- 11.35, 12.30 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 13.25, 14.15 Очень странные экспонаты. (12+)
- 15.10 Карты убийства: Питер Мануэль - Зверь из Биркеншо. (16+)
- 16.00 Карты убийства: Мэри Коттон. (16+)
- 16.50 Расшифрованные сокровища: Американский город пирамид. (12+)
- 17.40 Расшифрованные сокровища: Карта сокровищ Мертвого моря. (12+)
- 18.35 Затерянная пирамида Египта. (6+)
- 19.30 Тайны мумий животных. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Золотая шляпа, куб нацистов и часы на миллиард фунтов. (12+)
- 22.15 Дневники великой войны: Бунт. (16+)
- 23.15 Дневники великой войны: Поворот. (16+)
- 00.15, 01.05 Карты убийства. (16+)
- 01.50, 02.45 Шелковый путь. (12+)
- ЗДОРОВОЕ ТВ**
- 06.00 За и против. (16+)
- 06.30 Мужские вопросы. (16+)
- 07.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 07.30 Будьте здоровы! (12+)
- 08.00 Тренажерка. (6+)
- 08.30, 08.45 «Коронный» вопрос. (12+)
- 09.00 Будем жить. (12+)
- 09.30 Внешние данные. (12+)
- 10.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 11.00 Тренажерка. (6+)
- 11.30, 11.45 «Коронный» вопрос. (12+)
- 12.00 Будем жить. (12+)
- 12.30, 15.30, 18.30 Внешние данные. (12+)
- 13.00, 16.00, 19.00, 04.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 13.30, 16.30, 19.30, 04.30 Будьте здоровы. (12+)
- 14.00, 17.00, 20.00, 23.00, 02.00, 05.00 Тренажерка. (6+)
- 14.30, 17.30, 20.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 15.00, 18.00 Будем жить. (12+)
- 21.00 Образ жизни - диабет. (12+)
- 21.30, 00.30 Пульс. (12+)
- 22.00, 01.00 Цифровые дети. (16+)
- 22.30, 01.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 23.30, 02.30, 05.30, 05.45 «Коронный» вопрос (12+)
- 23.45, 02.45 Фитнес для мамы. (16+)
- 00.00, 03.00 За и против. (16+)
- 03.30 Мужские вопросы. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.20 «СИЛЬВА»
07.30 08.30 10.00 15.00 19.30
23.20 Новости культуры
07.35 «Шниди»
08.35 15.50 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.40 ХХ век
11.50 17.15 «Роман в камне»
12.20 «СИЛЬВА»
13.45 «Дневник «белой вороны»»
14.30 «Курьезы, театр, кино, жизнь». Избранное
15.05 Новости. Театр
15.20 «Пряничный домик»
17.45 01.15 Шедевры Бетховена
18.35 00.20 «Дамы и господа доисторических времен»
19.45 Главная роль
20.05 «Советский атомный проект»
20.45 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»
21.30 «МЫ НЕ АНГЕЛЫ»
02.40 «Первые в мире»

ТВЦ



15.00 «Петровка, 38». (16+)
06.00 «Настроение»
08.05 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ДОКТОР ИВАНОВ: ЧУЖАЯ ПРАВДА». (12+)
10.35 «Ольга Аросева. Расплата за успех». (12+)
11.30 События
11.50 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Ребенок или роль?» (16+)
17.50 События
18.05 «ЛАНЦЕТ». (12+)
22.00 События
22.40 «10 самых...» (16+)
23.10 «Русские тайны». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 Прощание. (16+)
01.25 «90-е. Короли шансона». (16+)
02.10 «Тайная комната Бориса Джонсона». (16+)
02.50 «Петровка, 38». (16+)

ТВ-3



19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
06.00 Святочные гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Святочные гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
17.20 «Слепая». (16+)
19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)
Террорист-смертник устраивает в городе взрыв, уносящий множество жизней. Команду Лайтмана привлекают к расследованию. Между тем, поступают сведения, что приятель Торрес-агент ФБР Карл Дюпри, пропал без вести.
23.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
01.15 «Колдуны мира». (16+)
03.45 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



13.40 «Порча». (16+)
06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.20 Давай разведёмся! (16+)
10.20 Тест на отцовство. (16+)
12.30 «Понять. Простить». (16+)
13.40 «Порча». (16+)
14.10 «Знахарка». (16+)
14.40 «Верну любимого». (16+)
15.15 «ДОЛГАЯ ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (16+)
19.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)
22.50 «Порча». (16+)
23.25 «Знахарка». (16+)
23.55 «Верну любимого». (16+)
00.20 «Понять. Простить». (16+)
01.15 Тест на отцовство. (16+)
02.55 Давай разведёмся! (16+)
03.45 «6 кадров». (16+)
04.00 Любимый Новый год. (16+)

5-Й КАНАЛ

05.25 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)
07.50 «БАТАЛЬОН». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Изнестия». (16+)
09.30 «БАТАЛЬОН». (16+)
13.00 «Изнестия». (16+)
13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
17.30 «Изнестия». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Изнестия. Итоговый выпуск». (16+)
03.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
★ ЗВЕЗДА
05.20 13.20 15.05 04.15 «ПСЕВДОНИМ «АЛ-БАНЕЦ»-2». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 01.00 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
18.55 «Непокорённые». (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.20 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...» (12+)
03.30 «Мартин Борман. Секретарь дьявола». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
12.00 17.30 03.30 «Здоровая среда». (12+)
13.00 16.30 «25-Й ЧАС». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
18.30 22.45 «В тени чемпионов». (12+)
18.45 22.30 «Служу Отечеству». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.30 04.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
23.00 «ПАЛЫМЫ В СНЕГУ». (16+)
Это история о большой любви, связи времен и поколений. Красавица Кларенс живет в холодных горах. Однажды она находит загадочное письмо и решает узнать правду о прошлом отца.
01.45 «#open vrn». (12+)
03.00 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 09.45 12.55 15.00 21.50 Новости
07.05 12.20 15.05 18.45 21.15 00.00 Все на Матч!
09.50 13.00 05.45 Специальный репортаж. (12+)
10.10 География спорта. (12+)
10.40 Биатлон. Рәги Кубок России. Спринт. Мужчины
13.20 Матч! Парад. (16+)
13.40 Биатлон. Рәги Кубок России. Спринт. Женщины
16.25 Хоккей. «Барыс» (Астана) - ЦСКА. Чемпионат КХЛ
19.25 Баскетбол. «Динамо» (Курск) - «Спарта энд К» (Видное). Рәги Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины
21.55 Футбол. «Бетис» - «Барселона». Суперкубок Испании. 1/2 финала
00.50 «Паоло Росси. Чемпион и мечтатель». (12+)
02.30 Что по спорту? (12+)
02.55 Новости. (0+)
03.00 Биатлон. Рәги Кубок России. Спринт. (0+)

TV1000 TV1000
05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.40 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.10 «Буба». Мультсериал. (6+)
09.15 «ЧАС ПИК». (16+)
11.05 «ЧАС ПИК-2». (6+)
12.40 «ЧАС ПИК-3». (16+)
14.15 «ТАКСИ». (16+)
15.50 «ТАКСИ-2». (12+)
17.25, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
20.50 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
22.55 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
00.45 «ЧАС ПИК». (16+)
02.20 «ЧАС ПИК-2». (6+)
03.55 «ЧАС ПИК-3». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
08.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
09.00 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
10.35 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
12.05 «БАБКИ». (16+)
13.10 «СТИЛЯГИ». (16+)
15.35 «РОБО». (6+)
17.05, 18.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
19.00 «ОДНАЖДЫ». (16+)
20.40 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
22.30 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЗОВАТЬСЯ». (16+)
00.05 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
01.35 «ТОТ ЕЩЕ...». (12+)
02.55 «РОБО». (6+)
04.20 «БАБКИ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.00 «Три кота». (6+)
06.40 «Бука. Моё любимое чудовище». (6+)
08.25 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
09.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
11.10 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
12.25 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
13.50 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
15.30 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
16.50 «СВАТАЧ». (16+)
23.30 «НЮХАЧ». (18+)
01.20 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (16+)
02.50 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА». (16+)
04.35 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.30 Богиня шопинга. (16+)
00.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
01.20, 02.20, 03.10 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
04.05 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «УДИВИТЕЛЬНАЯ НАХОДКА ИЛИ САМЫЕ ОБЫКНОВЕННЫЕ ЧУДЕСА». (0+)
06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (12+)
07.00, 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Святые воины. Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. (6+)
11.05 Полковой священник, гвардии капеллан. Путь архистратига. (0+)
11.50 Следы империи. (16+)
15.00 День Ангела. Свяитель Макарий Московский. (0+)
15.35 Донецкая Вратарница. (0+)
16.35 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 3-4 серии. (16+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00, 22.35 Святые воины. (6+)
23.05 День Патриарха. (0+)
23.20, 23.55 «Павсий Святогорец. Семейная жизнь». Фильмы 1-2. (0+)
00.25 «Апокалипсис». Глава 10. (18+)
01.20, 02.15 Святыни России. (6+)
03.10 Встреча. (12+)
04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
07.35 Teen чарт. (16+)
08.00 PRO-клип. (16+)
08.05 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
10.00 Top-30. (16+)
12.00 Плейлист по кайфу. (16+)

02.30 Прогноз по году. (16+)
14.00 TOP чарт. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
17.00 Консервы. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
20.00 Приехали! (16+)
20.30, 01.30 Лайкер. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Зима. (16+)
00.00 Хиты по-русски. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.20 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
03.55 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
06.00 «ОДНОКЛАССНИКИ». (12+)
07.50 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)
09.40 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (18+)
11.20 «ЕВРОТУР». (16+)
13.00 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
14.50 «ДОКТОР ДУЛИТЛ». (12+)
16.20 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
17.55 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
19.30 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
21.20 «НЕСНОСНЫЕ БОС-СЫ-2». (16+)
23.20 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 33 1/3: ПОСЛЕДНИЙ ВЫПАД». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Елена Аросева, Кирилл Сафонов
13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)

СТC LOVE STC LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
11.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
22.10 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
Антипова штрафуют, денег ни на что не хватает, в результате он срывается и затевает ненужную ссору. Макеев встречает Романенко, и тот снова просится вторым тренером...
00.45 Даешь молодёжи! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

Православный календарь

12 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Свт. Макария, митр. Московского.



Мц. Анисии. Сщмч. Зотика пресвитера, сиропитателя. Ап. от 70 Тимона. Мч. Филетера Никомидийского. Прп. Феодоры Кесарийской. Прп. Феодоры Константинопольской. Мц. Марии.

Поста нет.
«Более всего мы ищем в мире спокойствия душевного, но не имеем его, потому что это спокойствие есть плод кротости и незлобия». Архимандрит Иоанн Крестьянкин

7 ПЕРВЫЙ



23.20 Новогодняя ночь на Первом. 30 лет спустя. (16+)

- 05.00 «Доброе утро». (0+)
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон» (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Голос. Дети». (0+)
- 23.20 Новогодняя ночь на Первом. 30 лет спустя. (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.30 «Аншлаг. Старый Новый год». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 Аншлаг. Старый Новый год. (16+)
- В выпуске программы «Аншлаг», выходящей на Старый Новый год вот уже более 25 лет, как всегда, участвуют самые популярные, смешные и любимые артисты.
- 00.00 Новогодний голубой огонёк-2023
- Всем известно, что окончательно Новый год наступит только сегодня. Поэтому отметить его следует с «Голубым огоньком»!

НТВ



22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)

- 04.40 «ГОРЮНОВ-2». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.20 «Следствие вели...» (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «Следствие вели...» (16+)
- 11.00 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ-4». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ-2». (16+)
- 22.50 «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- Джокер взрывает братьев Ковалевых в их джипе...
- 00.40 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)
- 04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



21.00 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
- 08.55 Уральские пельмени. (16+)
- 10.05 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (12+)
- Валерка с друзьями обнаруживает у себя лотерейный билет. И никто не помнит: кто, когда и как покупал этот билет. А билет оказывается выигрышный - 43 миллиона рублей! Целое состояние для скромного Екатеринбург! Да чего уж там, для целого отдела продавцов - Валерки и его друзей. Выигрыш решили делить на всех, устроили гулянку, настроили планов...
- 22.45 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 01.15 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



22.00 «САМОИРОНИЯ СУДЬБЫ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 22.00 «САМОИРОНИЯ СУДЬБЫ». (16+)
- Грандиозный новогодний капустник, в котором зрители увидят самых популярных музыкантов, актеров и шоуменов, пародирующих любимые всеми нами фильмы, сериалы, клипы и шоу.
- 23.25 «Женский клуб. Новогодний». (16+)
- 00.25 «МАМЫ-3». (12+)
- Мамы покажут занудным европейцам - как нужно встречать Новый год...
- 01.55 «Импровизация». (16+)
- 02.40 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



20.00 «ФЛЕШБЭК». (16+)

- 05.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 03.20 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ФЛЕШБЭК». (16+)
- 22.00 «АГЕНТ ЕВА». (16+)
- 00.00 «ХОТА НА САНТУ». (18+)
- 01.45 «ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 Кондитер. (16+)
- 06.40 «Снежная Королева». (12+)
- 08.00 «МОЙ ДОМАШНИЙ ДИНОЗАВР». (12+)
- 10.10 Битва шефов. Новогодний выпуск. (16+)
- 14.00 Битва шефов. (16+)
- 21.00 «МАЛЬЧИШНИК В ВЕГАСЕ». (16+)
- 23.00 «МАЛЬЧИШНИК: ЧАСТЬ 3». (16+)
- 00.50 «МАШИНА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 «ДРЕВНИЕ». (16+)
- 04.20 Пятница News. (16+)
- Ю**
- 05.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «Папа попал». (16+)
- 11.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 13.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 15.10 «Обмен женами». (16+)
- На 7 дней женщины становятся хранительницами чужого очага, обретают новых мужей и детей. При этом они попадают в семьи с совершенно иным укладом и взглядом на жизнь.
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.50 «Измены». (18+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 07.00 Утилизатор. (16+)
- 07.30 Утилизатор. (12+)
- 09.30 Утилизатор. (16+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- «+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их.
- 11.30 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 01.50 Улётное видео. (16+)
- МИР**
- 05.00, 10.10 «КУЛИНАР». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.15, 17.55 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Слабое звено. (12+)
- 19.40 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
- 21.25 «ПУТЬ СКВОЗЬ СНЕГА». (12+)
- 23.15 «НОЧЬ ОДИНОКОГО ФИЛИНА». (12+)
- 00.50 Фестиваль Авторадио. (12+)
- 03.00 Мультфильмы. (6+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 16.10 «Исследу искусство». (16+)
- 11.25 «СЛУЧАЙ С ПОЛЫНИНЫМ». (12+)
- 15.10 «На приёме у главного врача». (12+)
- 15.50 «Хроники общественного быта». (6+)
- 17.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 23.20 «Что осталось за кадром». (12+)
- 01.40 «ВИИ 3D». (16+)
- ПОБЕДА**
- 05.10 «Путь к Победе». (16+)
- 06.10 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 13.00 «ШТРАФНИК». (18+)
- 1946 год. Капитан Советской армии Игнат Белов едет с фронта домой. Ему становится известно, что в поезде готовится ограбление дипломатов, которые возвращают на родину вывезенные фашистами драгоценности. Белов пытается воспрепятствовать преступникам. Однако несогласованная инициатива оборачивается для него арестом...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
- 03.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

- МУЛЬТ**
- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Гурбозавры». (0+)
- 09.25 Друзья на все времена. «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.25 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.30, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- Компания разных зверей живёт в лесу и веселится.
- 15.00 «Буба». (6+)
- 15.20 «Чуч-Мяуч: Свистать всех наверх! Осторожно, пингины! Снежный человек». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Голубая стрела», «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)
- 17.50 «Морики Дорики». (0+)
- 18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- О том, как живут самые разные кошечки и собачки.
- 18.30 «Простоквашино. Одни дома». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 19.20 «Геройчики. Премия Пинки». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.25 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 22.00 «Новогодний хоровод». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Петронико». (0+)
- 08.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
- 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 11.05 «Трое из Простоквашино». (0+)
- 11.25 «Зима в Простоквашино». (0+)
- 11.45 «Команда Флоры». (0+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
- В «Студии Каляки-Малыки» происходят удивительные вещи! Здесь учат рисовать и мастерить! Здесь всегда весело и интересно! Хотите познакомиться с Калякой-Малыкой поближе? В гостях у Саши и Ани - актёр театра и кино, а также ведущий программы «Студия Каляки-Малыки» Сергей Друзьяк!
- 14.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 15.40 «Большие и маленькие». Избранное. (0+)
- 16.40 «Геройчики». (0+)
- 19.15 «Умка». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 Кремлёвская ёлка 2023. «Заговор зеркал». (0+)
- 21.50 Новогодний мультмарафон. (6+)
- 03.30 «У меня лапки». (0+)
- 03.55 «Салон дядошки Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365**
- 365 ДНЕЙ ТВ
- 03.20, 06.15 Историада. (12+)
- 04.10, 07.10 Из истории советского периода. (6+)
- 04.40, 16.10 Историограф. (12+)
- 05.20 Личность в истории. (12+)
- 05.50 Монастырские стены. (6+)
- 07.45, 13.55, 16.55 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Сопровождение. Русские французы. (12+)
- 08.55 Морской узел. (12+)
- 09.20, 13.25 Карл V. Пути императора. (16+)
- 09.50 Обыкновенная история. (6+)
- 10.00 Сыны России. (12+)
- 10.30, 11.15 Леонардо да Винчи. Атлантический кодекс. (12+)
- 12.00 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
- 12.30 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
- 14.15 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+)
- 15.05 Исторические города Британии. (12+)
- 16.00 История образования в России. (12+)
- 17.10 Книжные аллеи. (12+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.45 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
- 18.30 Забытый полководец. (12+)
- 18.55 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
- 20.00, 20.45, 21.30, 22.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- 23.10 Перед вечностью... (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.00, 06.55 Дневники великой войны. (16+)
- 07.55, 08.45 Очень странные экспонаты. (12+)
- 09.40, 10.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 11.25 Затерянная пирамида Египта. (6+)
- 12.20 Тайны мумий животных. (12+)
- 13.20, 14.10 Очень странные экспонаты. (12+)
- 15.05 Карты убийства: Бак Рагстон. (16+)
- 15.55 Карты убийства: Убийства в Шепердс Буш (16+)
- 16.45 Расшифрованные сокровища: Затерянный город фараонов. (12+)
- 17.40 Расшифрованные сокровища: Могила Тутанхамона: скрытые комнаты. (12+)
- 18.30 Время великанов. (12+)
- 19.30 Настоящий неандерталец. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Фальшивка, шпион и паровой мозг. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Шаман Ледникового периода, небо Бронзового века и лампочка в стиле стимпанк. (12+)
- 22.15 Война асов: 1914-1916. (12+)
- 23.15 Война асов: 1917-1918. (12+)
- 00.10, 01.00 Карты убийства. (16+)
- 01.50, 02.35 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 03.20, 04.05 Очень странные экспонаты. (12+)
- 04.50 Музейные тайны. (16+)
- ЗДОРОВОЕ ТВ**
- 06.00 Будем жить. (12+)
- 06.30 Внешние данные. (12+)
- 07.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 08.00 Тренажерка. (6+)
- 08.30, 08.45 «Коронный» вопрос. (12+)
- 09.00 Будем жить. (12+)
- 09.30 Внешние данные. (12+)
- 10.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 10.30 Будьте здоровы. (12+)
- 11.00 Тренажерка. (6+)
- 11.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 12.00 Будем жить. (12+)
- 12.30, 15.30, 18.30, 03.30 Внешние данные. (12+)
- 13.00, 16.00, 19.00, 01.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 13.30, 16.30, 19.30, 01.30 Будем здоровы. (12+)
- 14.00, 17.00, 20.00, 02.00, 05.00 Тренажерка. (6+)
- 14.30, 17.30, 20.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 15.00, 18.00, 03.00 Будем жить. (12+)
- 21.00, 00.00 За и против. (16+)
- 21.30 Пульс. (12+)
- 22.00 Цифровые дети. (16+)
- 22.30 Одиночество: за и против. (16+)
- 23.00 Пылливый ум. (16+)
- 23.45 Фитнес для малыша. (16+)
- 00.30 Мужские вопросы. (16+)
- 02.30, 02.45, 05.30, 05.45 «Коронный» вопрос (12+)
- 04.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.40 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»

- 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.45 Новости культуры
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 «Дамы и господа доисторических времен»
- 08.30 16.15 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.50 «Подземные дворцы для вождя и синицы»
- 12.30 «ГАННА ГЛАВАРИ»
- 13.45 Власть факта
- 14.30 «Курьезы, театр, кино, жизнь». Избранное
- 15.05 Письма из провинции
- 15.35 «Энигма»
- 17.50 Цвет времени
- 18.00 Шедевры Бетховена
- 19.45 Линия жизни
- 20.40 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»
- 22.55 «2 Верник 2»
- 00.05 «БЕСПЛОДНАЯ КУКУШКА»
- 01.50 «Озеро Балатон»

ТВЦ



17.50 События

- 06.00 «Настроение»
- 08.05 «Большое кино». (12+)
- 08.40 «ДОКТОР ИВАНОВ: МАТЬ И СЫН». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ДОКТОР ИВАНОВ: МАТЬ И СЫН». (12+)
- 12.40 «ДОКТОР ИВАНОВ: РОДНАЯ КРОВЬ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ДОКТОР ИВАНОВ: РОДНАЯ КРОВЬ». (12+)
- 17.00 «Назад в СССР». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «Дед Мороз и зайцы». Юмористический концерт. (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Песни нашего двора». (12+)
- 00.00 «СПОРТЛОТО-82». (6+)
- 01.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 03.05 «Петровка, 38». (16+)

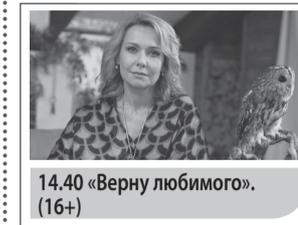
ТВ-3



19.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)

- 06.00 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.40 Гадалка. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- Миа и Саша - сводные сестры, но отношения между ними весьма натянутые. Родители пытаются примирить девушек и решают отправить сестренку на водную экскурсию.
- 21.15 «ГОДЗИЛЛА». (16+)
- 00.00 «УЙТИ КРАСИВО». (18+)
- 01.45 Волшебный Новый год. (16+)
- 03.00 Мистические истории. (16+)

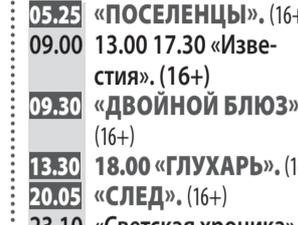
ДОМАШНИЙ



14.40 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.20 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.40 «Порча». (16+)
- 14.10 «Знахарка». (16+)
- 14.40 «Верну любимого». (16+)
- 15.15 «УСПЕТЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ». (16+)
- 19.00 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- 22.50 «Порча». (16+)
- 23.25 «Знахарка». (16+)
- 23.55 «Верну любимого». (16+)
- 00.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.15 Тест на отцовство. (16+)
- 02.55 Давай разведёмся! (16+)
- 03.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 05.25 «6 кадров». (16+)

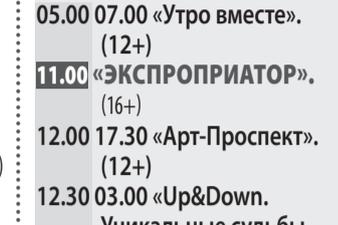
5-Й КАНАЛ



05.25 «ПОСЕЛЕНЦЫ». (16+)

- 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 09.30 «ДВОЙНОЙ БЛЮЗ». (16+)
- 13.30 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
- 20.05 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.15 Они потрясли мир. (12+)
- 01.00 02.30 03.50 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 01.45 03.10 04.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 05.50 13.20 15.05 18.40 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 09.20 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 11.05 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.00 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)
- 01.45 «КРУГ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
- 12.00 17.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 12.30 03.00 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 13.00 16.30 «25-Й ЧАС». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 18.00 «Документальное кино». (12+)
- 15.30 02.15 «#open vrn». (12+)
- 15.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.30 «Эксперт». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.15 «Записки из провинции». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ». (16+)
- 03.30 «ГАМБИТ». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.50 13.20 15.05 18.40 04.40 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 09.20 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 11.05 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.00 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (12+)
- 01.45 «КРУГ». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 07.00 09.45 12.55 14.50 22.35 Новости
- 07.05 12.25 16.30 18.55 21.45 00.45 Все на Матч!
- 09.50 Спецрепортаж. (12+)
- 10.10 Что по спорту? (12+)
- 10.40 Биатлон. Раги Кубок России. Гонка преследования
- 11.55 «Здоровый образ» (12+)
- 13.00 Лица страны. (12+)
- 13.20 Матч! Парад. (16+)
- 13.40 Биатлон. Раги Кубок России. Гонка преследования
- 14.55 Бадминтон. Всероссийские соревнования «Новогодний волан»
- 16.55 Мини-футбол. «Синара» (Екатеринбург) - «Тюмень». Чемпионат России
- 19.15 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). Финал Чемпионата КХЛ
- 22.40 Футбол. Чемпионат Италии
- 01.15 Бадминтон. Всероссийские соревнования «Новогодний волан». (0+)
- 06.00 07.05 Биатлон. Кубок России. Спринг. (0+)
- 08.00 10.00 13.00 14.50 Новости
- 08.05 19.30 Человек из футбола. (0+)
- 08.30 03.20 «Ты в бани!» (12+)
- 08.55 04.35 Что по спорту? (12+)
- 09.25 09.40 14.05 20.00 01.05 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 Баскетбол Чемпионат России. Премьер-Лига. (0+)
- 11.50 Лица страны. (12+)
- 12.10 «Рождённые побеждать». (6+)
- 13.05 «Вид сверху». (12+)
- 13.35 География спорта. (12+)
- 14.20 20.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 14.55 Бадминтон. Всероссийские соревнования
- 20.45 22.00 Биатлон. Кубок России. (0+)
- 23.10 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 01.20 Лёгкая атлетика. «Рождественские старты». (0+)

СПОРТ

- 06.00 07.05 Биатлон. Кубок России. Спринг. (0+)
- 08.00 10.00 13.00 14.50 Новости
- 08.05 19.30 Человек из футбола. (0+)
- 08.30 03.20 «Ты в бани!» (12+)
- 08.55 04.35 Что по спорту? (12+)
- 09.25 09.40 14.05 20.00 01.05 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 Баскетбол Чемпионат России. Премьер-Лига. (0+)
- 11.50 Лица страны. (12+)
- 12.10 «Рождённые побеждать». (6+)
- 13.05 «Вид сверху». (12+)
- 13.35 География спорта. (12+)
- 14.20 20.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 14.55 Бадминтон. Всероссийские соревнования
- 20.45 22.00 Биатлон. Кубок России. (0+)
- 23.10 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 01.20 Лёгкая атлетика. «Рождественские старты». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
- 10.35 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
- 12.20 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
- 14.15 «ТАКСИ-3». (16+)
- 15.50 «ТАКСИ-4». (12+)
- 17.20 «18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 19.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 21.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
- 23.25 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)
- 01.50 «БОЛЬШОЙ». (12+)
- 03.45 «ЛАРИИ КРАУН». (16+)
- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «ОДНАЖДЫ». (16+)
- 10.35 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 12.15 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
- 14.05 «ТОТ ЕЩЁ...» (12+)
- 15.30 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
- 17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 19.00 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 20.50 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 23.10 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ». (6+)
- 00.55 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 02.40 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 06.45 «СПОКОЙНЫЙ ДЕНЬ В КОНЦЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 07.15 Мультфильм. (0+)
- 07.30 «Василек». Мультфильм. (0+)
- 07.40 Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Тигренок на подсолнухе». Мультфильм. (0+)
- 08.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
- 09.45 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». (12+)
- 11.20 «ШТРАФБАТ». (16+)
- 21.00 «ПОДЕЛЬНИКИ». (18+)
- 22.55 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
- 00.30 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 02.45 «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (12+)
- 04.55 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
- 05.10 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.30 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 13.40 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 15.05 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НЮХАЧ». (16+)
- 01.35 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
- 03.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- 04.40 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.30 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 13.40 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 15.05 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НЮХАЧ». (16+)
- 01.35 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
- 03.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- 04.40 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.30 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 13.40 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 15.05 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НЮХАЧ». (16+)
- 01.35 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
- 03.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- 04.40 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+)
- 06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00 Монастырская кухня. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святые воины. Русские князья. (6+)
- 11.05 Святые воины. Воины-мученики первых веков. (6+)
- 11.35 «Спаский Мужской монастырь». Фильм из цикла «Храмы Якутии». (0+)
- 11.50 Следы империи. (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 «Паисий Святогорец. Семейная жизнь». Фильм 3. О родителях. (0+)
- 15.35 «Паисий Святогорец. Семейная жизнь». Фильм 4. О воспитании детей. (0+)
- 16.05 «УСАТЫЙ НЯНЬ». (0+)
- 17.35 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 4 серия. (16+)
- 18.35 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 «Лето господне». (6+)
- 23.20 Донбасс. По дороге в Рождество. (0+)
- 02.45 День Патриарха. (0+)
- 03.00 Святые воины. Феодор Тирон. (6+)
- 03.30, 04.00, 04.30 Святые воины. (6+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Teen чарт. (16+)
- 07.25 Каждое утро. (16+)
- 08.30 МузГорДвиж. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Необъяснимое. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Top 15 Like FM. (16+)
- 13.00 10 самых! (16+)
- 13.30 Лига клипов. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Ждите ответа. (16+)
- 17.00 Хиты по-русски. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Жара Cool Fest. (16+)
- 21.00 Танцпол. (16+)
- 22.40 PRO-новости. (16+)
- 23.00, 00.35 Танцпол. (16+)
- 23.20 МузГорДвиж. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Teen чарт. (16+)
- 07.25 Каждое утро. (16+)
- 08.30 МузГорДвиж. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Необъяснимое. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Top 15 Like FM. (16+)
- 13.00 10 самых! (16+)
- 13.30 Лига клипов. (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Ждите ответа. (16+)
- 17.00 Хиты по-русски. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Жара Cool Fest. (16+)
- 21.00 Танцпол. (16+)
- 22.40 PRO-новости. (16+)
- 23.00, 00.35 Танцпол. (16+)
- 23.20 МузГорДвиж. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 03.00 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
- 05.25 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
- 07.25 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
- 09.35 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
- 11.25 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
- 13.00 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ-2 1/2: ЗАПАХ СТРАХА». (12+)
- 14.35 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 3 1/3: ПОСЛЕДНИЙ ВЫПАД». (16+)
- 16.05 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
- 17.55 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
- 19.30 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 21.20 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
- 23.20 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.45 «СПОКОЙНЫЙ ДЕНЬ В КОНЦЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 07.15 Мультфильм. (0+)
- 07.30 «Василек». Мультфильм. (0+)
- 07.40 Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Тигренок на подсолнухе». Мультфильм. (0+)
- 08.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
- 09.45 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». (12+)
- 11.20 «ШТРАФБАТ». (16+)
- 21.00 «ПОДЕЛЬНИКИ». (18+)
- 22.55 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
- 00.30 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 02.45 «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (12+)
- 04.55 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
- 05.10 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.10 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 00.45 Даёшь молодёжь! (16+)
- 02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
- Папа Ани снова собирается прийти на работу к жене. Дельцы приходят в ярость, узнав, что Лагуткин передал клиенту пустую гитару. Зеленова придумывает способ помешать Лере уехать.
- 04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.55 «Царевны». (0+)
- 05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

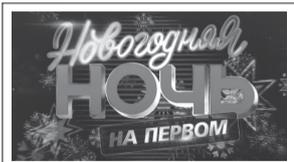
13 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Отдание праздника Рождества Христова.
Прп. Мелании Римляныни.

Свт. Петра Могилы, митр. Киевского. Свт. Досифея, митр. Загребского, исп. Прп. Паисия Святогорца. Сщмч. Михаила пресвитера. Мч. Петра.

Поста нет.

« Бог дает больше, чем мы просим. Мытарь просил отпущение, а получил оправдание. Разбойник просил Господа помянуть его в Царствии, но первый наследовал рай». Прп. Иоанн Лествичник

ПЕРВЫЙ



21.35 Новогодняя ночь на Первом. 20 лет спустя. (16+)

- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «ПроУют». (0+)
- 11.10 Премьера. «Поехали!» (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Анна Самохина. «Запомните меня молодой и красивой». (12+)
- 13.00 «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН». (12+)
- 15.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)
- 17.20 «Угадай мелодию». 20 лет спустя. (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Снова вместе. Ледниковый период». Финал. (0+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 Новогодняя ночь на Первом. 20 лет спустя. (16+)
- 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



13.05 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 По секрету всему свету
- 09.00 Формула еды. (12+)
- 09.25 Пятеро на одного
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 Доктор Мясников. (12+)
- 13.05 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 Привет, Андрей! (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ДУРОЧКА НАДЯ». (12+)
Надя Круглова - милая и добрая девушка, всегда готова помочь каждому, кто в этом нуждается в любой непростой ситуации - даже в ущерб себе и даже предавшему её человеку.
- 00.35 «СИЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 04.05 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (12+)

НТВ



10.20 «ДИНОЗАВР». (16+)

- 04.55 «Новогодняя сказка для взрослых». (16+)
- 05.45 «ГОРЮНОВ-2». (16+)
- 07.25 «ДАЛЬНОБОЙЩИК». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «ДАЛЬНОБОЙЩИК». (16+)
- 09.35 «Эволюция топлива». (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «ДИНОЗАВР». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ДИНОЗАВР». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «ПЕТР I: ПОСЛЕДНИЙ ЦАРЬ И ПЕРВЫЙ ИМПЕРАТОР». (16+)
Документально-художественный блокбастер о становлении и правлении императора Петра Великого, чья фигура до сих пор будоражит умы людей во всем мире.
- 22.10 «Новогодний Квартирник НТВ у Маргулиса». (16+)
- 01.15 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)

СТС



15.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Отель «У овечек». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 ПрОСТО кухня. (12+)
- 11.00 «Детектив Финник». (6+)
- 12.05 «Большое путешествие». (6+)
- 13.45 «ГРОМОБОЙ». (12+)
- 15.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
- 18.10 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)
- 21.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (12+)
- 23.15 «ЭТЕРНА: ЧАСТЬ ПЕРВАЯ». (12+)
- 00.50 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (12+)
- 02.45 «6 кадров». (16+)

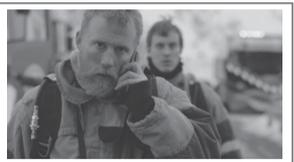
ТНТ



00.00 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМЫ!» (12+)

- 07.00 «Однажды в России. Новогодний выпуск». (16+)
- 09.00 «Модные игры». (16+)
- 09.30 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
Охранник Вадим - незаменимый человек в торговом центре. Он помогает всем и задаром... Немуудрено, что стажерка Ирина автоматом угодила в его добрые руки.
- 11.10 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 12.50 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)
- 14.30 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 16.15 «ДВА ХОЛМА». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМЫ!» (12+)
- 01.30 «Импровизация». (16+)
- 03.50 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.25 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



21.30 «ТУННЕЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 18.00 «ПОСЛЕДНИЙ ШАНС». (16+)
- 19.40 «СИЛА СТИХИИ». (16+)
- 21.30 «ТУННЕЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
- 23.25 «ВОЛНА». (16+)
- 01.20 «РАЗЛОМ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Пятница News. (16+) 05.20 Кондитер. (16+)
Участники со всей России дадут продегустировать свои десерты Ренату Агзамову, Ольге Вашуриной и Уллиаму Ламберти. 06.40 «Снежная королева-3. Огонь и лед». (12+) 08.10 «ИСТОРИЯ ЗОЛУШКИ». (16+) 10.10 Четыре свадьбы. (16+) 00.00 «ОТЧАЯННЫЙ». (18+) 02.00 Пятница News. (16+) 02.20 «ДРЕВНИЙ». (16+) 03.40 Пятница News. (16+) 04.10 Зов крови. (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 Утилизатор. (12+) 08.00 Утилизатор. (16+) 08.30 Утилизатор. (12+) 09.00 02.40 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов. 20.00 Большой кэш. (16+) 22.00 «+100500». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 01.00 Рюкзак. (16+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 ОТражение 11.40 «Коллеги». (12+) 12.35 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+) 17.00 «День вместе». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.05 «Вечер вместе». (12+) 19.45 «Ректорат с Анатолием Торкуновым». (12+) 20.25 «ВИКИ КРИСТИНА БАРСЕЛОНА». (16+) 22.00 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (12+) 23.15 «СЫН САУЛА». (18+) 01.00 «ВОЯЖ». (16+) 02.40 «МОЙ ДРУГ ИВАН ЛАПШИН». (12+) |
| <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
Девочка Маша случайно оказалась в доме Медведя, живущего неподалёку от её дома, и устраивает там беспорядок. Медведь, находясь в ужасе от поведения незнакомой гостьи, пытается избавиться от неё, оставив в лесу. С наступлением ночи он начинает переживать за Машу и отправляется в лес, чтобы найти её. 11.00 «Обмен женами». (16+) 15.40 «Беременная в 16». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «Измены». (18+) 02.55 «Дорогая, я забил». (12+) | <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00, 06.15 Мультфильмы. (6+) 06.00 Всё, как у людей. (6+) 08.10 Рожденные в СССР. (12+) 08.40 Исторический детектив с Николаем Валувым. (12+) 09.05 Слабое звено. (12+) 10.00 Погода в мире 10.10 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (0+) 11.35, 16.15, 18.45 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
По романам Андрея Константинова из цикла «Юность Барона». Предыстория сериала «Бандитский Петербург». 16.00, 18.30 Новости 03.20 «ПУТЬ СКВОЗЬ СНЕГА». (12+) 04.50 «НОЧЬ ОДИНОКОГО ФИЛИНА». (12+) | <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 04.20 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ». (16+) 05.50 «РЖЕВ». (16+) 07.50 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+) 09.20 «ТАНКИСТ». (16+) 12.30 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+) 16.10 «ШТРАФАБАТ». (16+)
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей. Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мировосприятии, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага. 01.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+) 02.40 «СМЕРШ». (16+) |

ДЕТСКИЕ

- | | |
|---|---|
| <p>МУЛЬТ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 06.30 «Смешарики». (0+) 07.00 «Время малышей». (0+) 08.00, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+) 08.40 «Умка». (0+) 10.30 «Кошечки-собачки». (0+) 12.00 «Кошечки-собачки. Эксперимент». (0+) 12.05 «Сказочный патруль. Чёрный ворон». (0+) 12.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Зеленые трюки». (0+) 12.25 Друзья на все времена. «Новогодние волшебности», «Вовка и зима в Тридевятом царстве», «Щелкунчик», «Мышкины истории». (0+) 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+) 17.50 «Морики Дорики». (0+) 18.00 «Сказочный патруль». (0+) 19.00 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Чёрный ворон». (0+) 19.10 «Куда-Угодно-Дверь. Зеленые трюки». «Кошечки-собачки. Эксперимент», «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл», «Волшебная кухня. Фруктовый плов», «Черепашки. Охотник за носками». (0+) 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+) 21.30 «Простоквашино». (0+) 02.10 МУЛЬТпреьера! (0+) 03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.30 «Бобр добр». (0+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Чуч-Мяуч». (0+) 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар и мастерица Рамина! Какое приспособление необходимо, чтобы котлета получилась ровной, как сделать зайку из шариков, и почему рыбака - идеальный питомец? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»! 09.20 «Отель у овечек». (0+) 11.00 «Семья на ура!» (0+) 11.25 «Монски». (0+)
О приключениях жителей удивительного мира, в котором правят эмоции. 13.00 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины! 15.00 «За секунду до счастья!» (0+) 15.30 «Ералаш». (6+) 16.50 «Двенадцать месяцев». (0+) 17.45 «Барбоскины». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 22.55 «Тайна третьей планеты». (0+) 23.45 «Бобо Борода. Путешествия». (0+) 01.05 «Мастерская «Умелые ручки». (0+) 01.20 «Космический рейнджер Роджер». (6+) 02.55 «44 котёнка». (0+) 03.55 «Салон дядаюшки Брэда». (6+) |
|---|---|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|---|--|--|
| <p>365</p> <ul style="list-style-type: none"> 00.00 Час истины. (12+) 01.00, 05.20 Личность в истории. (12+) 01.30, 05.50 Монастырские стены. (6+) 01.55, 04.40 Историограф. (12+) 02.40 История российского учителя. (6+) 03.05 Тайное становится явным. (12+) 03.20, 06.15, 12.00 Историкада. (12+) 04.10 Из истории советского периода. (6+) 07.10 Библиотеки России. (6+) 07.45, 10.00 История одной фотографии. (6+) 08.00 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+) 08.30 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+) 09.30 Книжные аллеи. (12+) 10.15 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+) 11.05 Исторические города Британии. (12+) 12.50 Бункер-42. Капсула времени. (12+) 13.35 Забытый полководец. (12+) 14.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+) 15.00 История Великой хартии вольностей. (12+) 16.00, 16.45, 17.30, 18.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+) 19.10 Перед вечностью... (12+) 20.00, 20.55, 21.45, 22.40 «ВИКТОР ГЮГО. ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (16+) 23.30 Киж. Храмовое деревянное зодчество. (12+) | <p>VIASAT HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.05 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+) 06.55 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пиявка. (12+) 07.45 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+) 08.35 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+) 09.30 Сокровища Инда. (12+) 10.20 Расшифрованные сокровища: Американский город пирамид. (12+) 11.15 Расшифрованные сокровища: Карта сокровищ Мертвого моря. (12+) 12.05 Загадка костей: гендерная революция. (12+) 13.05 Призрак из Каменного века. (12+) 14.05 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+) 15.05 Затерянная пирамида Египта. (6+) 16.00 Тайны мумий животных. (12+) 17.00, 17.50, 18.45 Королева Виктория и ее девять детей. (16+) 19.35, 20.35 Николай и Александра. (12+) 21.30 Фаберже, сотворение легенды. (12+) 22.30 Дневники великой войны: Бездна. (16+) 23.30 Дневники великой войны: Бойня. (16+) 00.30 Дневники великой войны: Мука. (16+) 01.30, 02.15, 03.00, 03.50 Очень странные экспонаты. (12+) | <p>ЗДОРОВОЕ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Тренажерка. (6+) 06.30 Диета без иллюзий. (12+) 07.00, 07.30 Внешние данные. (12+) 08.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+) 09.00, 09.15 «Коронный» вопрос. (12+) 09.30, 10.00 Будем жить. (12+) 10.30 Тренажерка. (6+) 11.00, 11.30 Будем жить. (12+) 12.00 Пересадка сердца. (12+) 13.00 Будьте здоровы (12+) 13.30, 14.00 Внешние данные. (12+) 14.30 Диета без иллюзий. (12+) 15.00, 15.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+) 16.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+) 17.00 Будьте здоровы. (12+) 17.30 Тренажерка. (6+) 18.00, 21.30, 01.30 Диета без иллюзий. (12+) 18.30, 00.00 Будьте здоровы. (12+) 19.00, 00.30, 01.00, 05.30 Тренажерка. (6+) 19.30, 04.30, 05.00 Будем жить. (12+) 20.00 Пересадка сердца. (12+) 21.00, 02.00, 02.30 Внешние данные. (12+) 22.00, 22.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+) 23.00, 03.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+) |
|---|--|--|

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



18.10 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ»

- 07.50 «ГАННА ГЛАВАРИ»
- 09.05 «Передвижники»
- 09.35 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»
- 11.50 «Эффект бабочки»
- 12.20 Международный фестиваль циркового искусства в Монте-Карло
- 14.20 «Озеро Балатон»
- 15.15 «Рассказы из русской истории»
- 16.00 «Репортажи из будущего»
- 16.45 Открытие I Международного конкурса вокалистов и концертмейстеров Хиблы Герзмава
- 18.10 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ»
- 19.45 «Космическая одиссея 1991 год»
- 20.25 «Синдром Мюнхгаузена»
- 21.05 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН»
- 23.20 «СЕМЕЙКА АДДАМС»
- 01.00 «Страна птиц»

ТВЦ



21.00 «Постскриптум»

- 05.45 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (12+)
- 07.25 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.50 «ЧЕТЫРЕ КРИЗИСА ЛЮБВИ». (12+)
- 09.35 «ПОХИЩЕННЫЙ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «СПОРТЛОТО-82». (6+)
- 13.30 «ЖЕНА НАПРОКАТ». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «ЖЕНА НАПРОКАТ». (12+)
- 17.30 «ПОЛОВИНКИ НЕВОЗМОЖНОГО». (12+)
- 21.00 «Постскриптум»
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.20 События
- 23.30 «Хроники перелома. Горбачев против Политбюро». (12+)
- 00.10 «90-е. С Новой Россией!» (16+)
- 00.50 Специальный репортаж. (16+)
- 01.15 «Звездный суд». (16+)
- 01.55 «Звездные приживалы». (16+)

ТВ-3



21.30 «СМЕРЧ». (12+)

- 06.00 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 10.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: ВОСХОЖДЕНИЕ ВОИНА». (16+)
- 12.30 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА МЕРТВЫХ». (16+)
- 14.45 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: В ПОИСКАХ ВЛАСТИ». (16+)
- 17.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА ДУШ». (16+)
- 19.00 «ВОКРУГ СВЕТА ЗА 80 ДНЕЙ». (12+)
- 21.30 «СМЕРЧ». (12+)
- 23.45 «ПАРНИ СО СТВОЛАМИ». (18+)
- 02.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: ВОСХОЖДЕНИЕ ВОИНА». (16+)
- 03.45 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)

- 06.30 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)
- 09.00 «ТРИ ДНЯ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.10 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.15 «ЕЁ СЕКРЕТ». (16+)
- 01.25 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 04.05 «ТРИ ДНЯ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
- У 20-летней Марии Петровой тяжелый недуг сердца, в любой момент способный лишить её жизни. Родители всё время опекают девушку. Им удается договориться об операции у известного кардиохирурга, талантливого Аркадия Маркова. За несколько дней до операции Маша вырывается из-под отеческой опеки и едет отдохнуть в приморский город к давнему другу. В самолете она знакомится с Аркадием.
- 05.45 «ДЕВИЧНИК». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 05.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 05.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 07.10 «ОТЦЫ». (16+)
- 09.00 «Светская хроника». (16+)
- 10.05 Они потрясли мир. (12+)
- 10.50 «УБИТЬ ДВАЖДЫ». (16+)
- 14.45 «НАВОДЧИЦА». (16+)
- 18.25 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия». (16+)
- 01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.05 04.15 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 08.15 «Морской бой». (6+)
- 09.15 «Победоносцы». (16+)
- 09.45 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (6+)
- 11.45 Легенды музыки. (12+)
- 13.35 «Главный день». (16+)
- 16.40 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
- 18.30 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
- 22.45 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (16+)
- 00.10 «РУССКАЯ РУЛЕТКА (ЖЕНСКИЙ ВАРИАНТ)». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Маша и медведь». (0+)
- 11.00 «25-Й ЧАС». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Записки из провинции». (12+)
- 13.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ». (16+)
- 15.30 19.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.00 «#open vrn». (12+)
- 16.15 «УТРАЧЕННЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ». (12+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 20.15 «Документальное кино». (12+)
- 20.45 «ГАМБИТ». (12+)
- 22.30 «Михаил Бублик. Жизнь за два часа». (16+)
- 00.30 «Малая сцена». (12+)
- 02.00 «Такие разные». (12+)
- 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 03.15 «ЖАНДАРМ И ЖАНДАРМЕТКИ». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.30 10.00 12.20 18.25 22.35 Новости
- 08.35 11.45 15.55 19.35 22.00 00.45 Все на Матч!
- 10.05 10.20 Мультфильм (0+)
- 10.40 18.30 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+)
- 12.25 Автоспорт. «Рождественская гонка чемпионов-2023». Прямая трансляция из Тольятти
- 13.55 Мини-футбол. «Синара» (Екатеринбург) - «Тюмень». Чемпионат России. Паралимпиада
- 16.25 Волейбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Нефтяник» (Оренбург). Чемпионат России. Суперлига. Мужчины
- 19.55 Футбол. «Лечче» - «Милан». Чемпионат Италии
- 22.40 Футбол. «Интер» - «Верона». Чемпионат Италии
- 01.15 Баскетбол. ЦСКА - «Астана» (Казахстан). Единая лига ВТБ. (0+)

- 06.00 06.50 Биатлон. Кубок России. Гонка преследования. (0+)
- 07.35 08.10 09.15 12.45 16.00 20.40 23.45 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Пара на дистанции. (12+)
- 08.30 20.25 «Десятка!» (12+)
- 08.45 «Ярослав Керод». (12+)
- 09.30 16.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 03.25 Бадминтон. Всероссийские соревнования. (0+)
- 13.05 22.55 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+)
- 13.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 16.45 01.50 Автоспорт. «Рождественская гонка чемпионов-2023». (0+)
- 18.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига
- 21.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига
- 00.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка (16+)
- 06.20 PRO-новости. (16+)
- 06.40 Плейлист. Зима. (16+)
- 07.30 Ждите ответа. (16+)
- 08.30 PRO-новости. (16+)
- 08.50 МузГорДвиж. (16+)
- 09.00 «ЯНАМУЗТВ». (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 TOP чарт. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Хит-сториз. (16+)
- 13.00 Top-30. Русский плей-

- лист недели. (16+)
- 15.00 10 самы! (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 На чьи гуляем, господа? Звездные тусы. (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Танцы! Ёлка! МУЗТВ!-2023. Лучшее. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 07.40 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 10.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
- 12.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)
- 15.20 «БОЛЬШОЙ». (12+)
- 17.10 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
- 19.00 «МАЙОР ПЭЙН». (16+)
- 03.45 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.50 «Три ката». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.50, 11.40 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.35 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 14.25 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 16.10 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 18.15 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 20.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
- 22.10 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 00.35 «СПУТНИК». (16+)
- 02.20 «ЧИЛОВНИК». (18+)
- 03.30 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)

- 06.40 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 09.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 11.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 12.50 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 14.40 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ХОЛОП». (16+)
- 01.25 «ГУДБАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 03.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 05.10 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)

- 01.20 «ДОКТОР ДУЛИТЛ» (12+)
- 03.15 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
- 04.45 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 07.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 08.50 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 10.45 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГ». (18+)
- 12.20 «НЕСОСНЫЕ БОС-СЫ-2». (16+)
- 14.20 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
- 15.55 «ЕВРОТУР». (16+)
- 17.35 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 19.30 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 21.20 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
- 23.10 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО». (16+)

- 06.35 «ЁЛКИ». (12+)
- 08.05 «ЁЛКИ-2». (12+)
- 09.55 «ЁЛКИ-3». (12+)
- 11.35 «ЁЛКИ 1914». (12+)
- 13.25 «ЁЛКИ-5». (12+)
- 15.00 «ЁЛКИ НОВЫЕ». (6+)
- 16.25 «ЁЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (12+)
- 18.05 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 20.00 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 22.50 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 00.20 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
- 02.00 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (16+)
- 03.35 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
- 05.05 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)

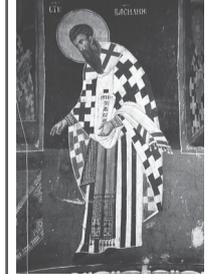
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Елена Аросьева, Игорь Теплов, Артём Осипов, Всеволод Володин
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.40 «СМЕЛЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 07.35, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.25 Простые чудеса. (12+)
- 10.15 В поисках Бога. (6+)
- 10.50, 02.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 11.25 «Лето господне». (6+)
- 12.50 Святые воины. Феодор Тирон. (6+)
- 13.25 Святые воины. Массовые страдания воинов-мучеников. (6+)
- 14.00 Святые воины. Меркурий Кесарийский и Меркурий Смоленский. (6+)
- 14.35 Святые воины. Русские князья. (6+)
- 15.10 Святые воины. Воины-мученики первых веков. (6+)
- 15.45 «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА». (0+)
- 17.50 «УСАТЫЙ НЯНЬ». (0+)
- 19.25, 01.20 «Земля жизни». Фильм 6. (0+)
- 20.30 Русский мир. (12+)
- 21.30 Простые чудеса. (12+)
- 22.20 Святыни России. (6+)
- 23.25, 04.15 Профессор Осипов. (0+)
- 00.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 01.05 День Патриарха. (0+)
- 02.40 Простые чудеса. (12+)
- 03.25 «Апокалипсис». Глава 10. (18+)

Православный календарь

14 января
Седмица 31-я по Пятидесятнице, суббота перед Богоявлением. Глас 5.
Обрезание Господне.
Свт. Василия Великого, архиеп. Кесарии Каппадокийской.



Мч. Василия Анкирского. Св. Емили, матери свт. Василия Великого. Свт. Афанасия Полтавского, чудотворца. Прмч. Иеремии. Сщмчч. Платона, еп. Ревельского, и с ним Михаила и Николая пресвитеров. Сщмчч. Александра, архиеп. Самарского, и с ним Иоанна, Александра, Вячеслава, Василия и Иакова пресвитеров.

Каждую душу ставит Господь в такое положение, окружает такой обстановкой, которая наиболее способствует ее преуспеянию.
Прп. Варсонофий Оптинский

7 ПЕРВЫЙ



19.05 «Поем на кухне всей страной». Финал. (12+)

- 04.30 06.10 «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН». (12+)
- 06.00 Новости
- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.40 «Часовой». (12+)
- 08.10 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Мечталлион». (12+)
- 09.40 «Непутевые заметки». (12+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Жизнь других». (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.15 «Наш Новый год». (12+)
- 14.20 «Главная роль его жизни». (12+)
- 15.25 «ТРЕМБИТА». (0+)
- 17.05 «Угадай мелодию». 20 лет спустя. (12+)
- 17.55 «Михаил Задорнов. От первого лица». (16+)
- 19.05 «Поем на кухне всей страной». Финал. (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.35 «НЕФУТБОЛ». (12+)
- 00.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



13.05 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (12+)

- 06.20 «ПОДАРИ МНЕ НЕМНОГО ТЕПЛА». (16+)
- Молодая работница хлебозавода мечтает родить ребёнка, но боится повторить судьбу своей матери, бросившей детей ради чужого мужчины...
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 Большие перемены
- 13.05 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 Песни от всей души. (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «ЕСЛИ БЫ Я ТЕБЯ ЛЮБИЛ...» (12+)
- 03.20 «ПОДАРИ МНЕ НЕМНОГО ТЕПЛА». (16+)

НТВ



04.50 «Я - АНГИНА!» (16+)

- 04.50 «Я - АНГИНА!» (16+)
- Деревенская девушка Маруся по прозвищу «Ангина» получает письмо от своего мужа Василия, в котором он сообщает, что добрался до города, устроился на работу и скоро будет богатым.
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «ДИНОЗАВР-2». (16+)
- Завязав с криминалом, Бабушкин с Басней создают фирму «Ключник», которая занимается законным вскрытием дверей и сейфов. На очередном вызове Басня вскрывает квартиру модной девичьи...
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ДИНОЗАВР-2». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Новогодняя Маска + Аватар». (12+)
- 00.55 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 03.30 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (0+)

СТС



11.30 «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 08.05 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
- 09.40 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ». (12+)
- 11.30 «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА». (6+)
- 13.15 «НОЧЬ В МУЗЕЕ». (12+)
- 15.20 «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)
- 17.20 «НОЧЬ В МУЗЕЕ: СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ». (6+)
- 19.10 «Пламенное сердце». (6+)
- 21.00 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 23.15 «ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО». (18+)
- 01.00 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Муха-Цокотуха». (0+)
- 05.30 «Гадкий утёнок». (0+)

СТС



00.00 «БЕЗБРАЧНАЯ НЕДЕЛЯ». (18+)

- 07.00 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМА!» (0+)
- 08.35 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (0+)
- 10.15 «САШАТАНЯ». (16+)
- 14.15 «ФОРСАЖ: ХОББ И ШОУ». (12+)
- Превосходный спец-агент, боец и стрелок Льюк Хоббс вынужден объединиться со своим старым врагом, опаснейшим преступником Деккардом Шоу...
- 16.50 «ЧАРЛИ И ШОКОЛАДНАЯ ФАБРИКА». (12+)
- 19.05 «УДИВИТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДОКТОРА ДУЛИТТЛА». (12+)
- 21.00 «Концерты». (16+)
- 23.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 00.00 «БЕЗБРАЧНАЯ НЕДЕЛЯ». (18+)
- 01.45 «Импровизация». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.45 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



18.50 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (16+)

- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Самая народная программа». (16+)
- 09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 10.30 «Наука и техника». (16+)
- 11.30 «Неизвестная история». (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «СТУКАЧ». (12+)
- 15.00 «ЛЬВИЦА». (16+)
- 17.00 «АГЕНТ ЕВА». (16+)
- 18.50 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (16+)
- Как когда-то и её мать, которую она не видела уже 15 лет, Сэм работает наёмной убийцей. Выполнив очередное задание, она жалеет восьмилетнюю девочку
- 21.00 «ИГРА ТЕНЕЙ». (16+)
- 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
- 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 Кондитер. (16+)
- 06.40 «Три мушкетера». (12+)
- 08.20 «МОЙ ДОМАШНИЙ ДИНОЗАВР». (12+)
- Обычный мальчик на берегу обычного озера нашёл необычное яйцо. Так началась эта сказочная история. Вскоре из яйца вылупился настоящий динозавр.
- 10.30 На ножах. (16+)
- 12.20 «МАЛЬЧИШНИК В ВЕГАСЕ». (16+)
- 01.10 «МАШИНА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 02.40 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 20.00 Большой кэш. (16+)
- Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность: есть гусеница, лежать в ванне со змеями, собирать тараканов голыми руками и брить голову налысо.
- 22.00 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 ОТражение
- 12.20 «Отчий дом». (12+)
- 12.35 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (12+)
- 15.30 Спектакль «Чёрный январь». (12+)
- 16.20 «Моя история». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Неделя». (12+)
- 18.30 «Просто жизнь». (12+)
- 19.35 «ЗЕЛЁНАЯ КНИГА». (16+)
- 21.40 «МОЙ ДРУГ ИВАН ЛАПШИН». (12+)
- 23.20 «Паваротти». (16+)
- 01.05 «ВИКИ КРИСТИНА БАРСЕЛОНА». (16+)

Ю

- 05.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 10.25 «Ветеринар». (16+)
- Как помочь пациенту, если он не может сказать, что у него болит? Как успокоить напуганного состояния питомца хозяина? Что делать, если заболела четвероногий член семьи? Ответы на эти вопросы знает ветеринарный врач Кирилл Сачков!
- 12.25 «Беременная в 16». (16+)
- 17.05 «Беременная в 16». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Измены». (18+)
- 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 05.00

МИР

- 05.00 «НОЧЬ ОДИНОКОГО ФИЛИНА». (12+)
- 06.25, 07.45 Мультфильмы. (6+)
- 07.00 Осторожно, вирус! (12+)
- 08.05 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (0+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.15 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (12+)
- 14.10, 16.15 «ЛАДОГА». (12+)
- Советская контрразведка узнает, что немцы готовят диверсию на «Дороге жизни» - единственном пути, по которому в город доставляется продовольствие и другие грузы.
- 18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
- 19.30, 01.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)

ПОБЕДА

- 05.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 07.10 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
- 09.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
- 11.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (12+)
- 13.20 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (12+)
- 15.20 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
- 17.30 «КОРОЛЁВ». (16+)
- Страницы из биографии Сергея Королёва - учёного, конструктора и основоположника советской космонавтики.
- 19.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 21.40 «МЕТРО». (16+)
- 00.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 01.20 «ТАНКИ». (16+)
- 02.50 «ПЯТЬ НЕВЕСТЬ». (12+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 06.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 16.00, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Волшебная кухня. Фруктовый плов». (0+)
- 10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 14.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Зеленые трюки». (0+)
- 15.00 «Монсики». (0+)
- 17.00 «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл». (0+)
- 17.50 «Моррики Дорики». (0+)
- 18.00 «Кошечки-собачки. Эксперимент». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки. Секрет Викики». «Волшебная кухня. Мандариновый торт», «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Мечты», «Геройчики. Премия Пинки», «Ник-изобретатель. Пойдём в разведку». (0+)
- 19.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.25 «Сказочный патруль. Чёрный ворон». (0+)
- 02.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 02.25 МУЛЬТпреьера! «Простокашину. Один дома», «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Ночь при луне», «Кошечки-собачки. Искатели приключений», «Енотки. Первые слова. Елка», «Малышарики идут в детский сад. Скорая помощь», «Черепашки. Торопыжка». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Смеш Юные супергерои». (0+)
- 09.00 «Еда на ура!» (0+)
- 09.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 11.00 «Трам-пам-пам». (0+)
- 11.25 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 13.00 «Азбука дружбы народов». (0+)
- «Азбука дружбы народов» со Смешариками - новый обучающий проект с любимыми героями. Смешарики приглашают познакомиться с народами, живущими в России, узнать их обычаи, их культурные традиции: от больших праздников до любимых народных угощений.
- 13.25 «Смешарики». (0+)
- 15.00 «У меня лапки». (0+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Снежная королева». (0+)
- 17.50 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Лунтик». (0+)
- 22.55 «Петя и Красная Шапочка». (0+)
- 23.15 «Возвращение блудного попугая». (0+)
- 23.45 «Бодо Борода. Путешествия». (0+)
- 01.05 «Проще простого!» (0+)
- 01.20 «Космический рейнджер Роджер». (6+)
- 02.55 «44 котёнка». (0+)
- 03.55 «Салон дядышки Брэда». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)
- 01.30, 05.50 Монастырские стены. (6+)
- 01.55, 04.40 Историограф. (12+)
- 02.40 История российского учительства. (6+)
- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.15, 08.00 Историада. (12+)
- 04.10, 07.10 Библиотеки России. (6+)
- 07.45 История одной фотографии. (6+)
- 08.50 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
- 09.35 Забытый полководец. (12+)
- 10.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
- 11.00 История Великой хартии вольностей. (12+)
- 12.00, 12.45, 13.30, 14.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- Сериал. Боевик, военный фильм, приключения, Россия, 2013 г.
- 15.10 Перед вечностью... (12+)
- 16.00, 16.55, 17.45, 18.40 «ВИКТОР ГЮГО. ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (16+)
- Сериал. Драма, история, биография, Франция, 2018 г.
- 19.30 Кижж. Храмовое деревянное зодчество. (12+)
- 20.00 Музейный феникс. (12+)
- 20.25 Гвардии Камчатка. (12+)
- 21.15 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
- 22.20 История оружия. (16+)
- 23.10 Освободители. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+)
- 06.45 Очень странные экспонаты: Золотая шляпа, куб нацистов и часы на миллиард фунтов. (12+)
- 07.35, 08.35, 09.30 Шелковый путь. (12+)
- 10.30 Расшифрованные сокровища: Затерянный город фараонов. (12+)
- 11.25 Расшифрованные сокровища: Могила Тутанхамона: скрытые комнаты. (12+)
- 12.15, 13.10, 14.05 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
- 15.00 Время великанов. (12+)
- 16.00 Настоящий неандерталец. (12+)
- 17.00, 17.50 По следам вождя гунов Аттилы. (12+)
- 18.40 Последний поход викингов: Эмигранты. (12+)
- 19.40 Последний поход викингов: Один день в Париже. (12+)
- 20.35 Последний поход викингов: Хорошая земля. (12+)
- 21.35 Последний поход викингов: Последняя битва викингов. (12+)
- 22.35 Дневники великой войны: Страсть. (16+)
- 23.30 Дневники великой войны: Уничтожение. (16+)
- 00.30 Дневники великой войны: Трудовой фронт. (16+)
- 01.30, 02.25, 03.15 Шелковый путь. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.00, 06.30 Будем жить. (12+)
- 07.00 Пересадка сердца. (12+)
- 08.00 Будьте здоровы (12+)
- 08.30, 09.00 Внешние данные. (12+)
- 09.30 Диета без иллюзий. (12+)
- 10.00, 10.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 11.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 12.00 Будьте здоровы. (12+)
- 12.30 Тренажерка. (6+)
- 13.00 Диета без иллюзий. (12+)
- 13.30 Будьте здоровы. (12+)
- 14.00 Тренажерка. (6+)
- 14.30 Будем жить. (12+)
- 15.00 Пересадка сердца. (12+)
- 16.00 Внешние данные. (12+)
- 16.30 Диета без иллюзий. (12+)
- 17.00, 17.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 18.00, 22.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 19.00, 03.00 Будьте здоровы. (12+)
- 19.30, 20.00, 00.30 Тренажерка. (6+)
- 20.30, 04.30 Диета без иллюзий. (12+)
- 21.00, 21.30, 03.30, 04.00 Внешние данные. (12+)
- 23.00, 23.15 «Коронный» вопрос. (12+)
- 23.30, 00.00, 01.00, 01.30 Будем жить. (12+)
- 02.00 Пересадка сердца. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



15.20 «ПОХИТИТЕЛИ
ВЕЛО-СИПЕДОВ»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 08.15 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ»
- 09.50 Запечатленное время
- 10.15 Тайны старого чердака
- 10.45 «Актерские байки». 100 лет со дня рождения Евгения Весника
- 11.40 «ВАС ВЫЗЫВАЕТ ТАЙМЫР»
- 13.10 «Страна птиц»
- 13.50 «Невский ковчег»
- 14.20 «Игра в бисер»
- 15.00 «Константин Кузнецов. Возвращение»
- 15.20 «ПОХИТИТЕЛИ ВЕЛОСИПЕДОВ»
- 17.00 «Пешком...»
- 17.30 «Восточный экспресс»
- 18.30 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 «ВИЗИТ ДАМЫ»
- 22.30 «Саша Вальц»
- 23.30 Балет «Ромео и Джульетта»
- 01.20 «32 декабря». «Очень синяя борода»
- 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 03.00

ТВЦ



14.30 Московская неделя

- 05.50 «ПОХИЩЕННЫЙ». (12+)
- 07.20 «ЛЮБОВЬ НА ВЫЖИВАНИЕ». (12+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.30 «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!» (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 13.40 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смешите меня семейно!» Юмористический концерт. (16+)
- 16.05 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ». (12+)
- 18.10 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)
- 21.45 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2». (12+)
- 00.05 События
- 00.20 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2». (12+)
- 01.10 «Формула смеха» (12+)
- 01.50 «Петровка, 38». (16+)
- 02.00 «ПОЛОВИНКИ НЕВОЗМОЖНОГО». (12+)

ТВ-3



23.15 «ГОДЗИЛЛА». (12+)

- 06.00 Святочные гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Святочные гадания. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 10.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА ДУШ». (16+)
- 12.15 «ВОКРУГ СВЕТА ЗА 80 ДНЕЙ». (12+)
- 14.45 «СМЕРЧ». (12+)
- 17.00 «СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- 19.00 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: ОСТРОВ КРИКУНОВ». (16+)
- 21.00 «ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬЧИК». (16+)
- 23.15 «ГОДЗИЛЛА». (12+)
- Неподалеку от островов Французской Полинезии, рыбацкое судно подвергается нападению загадочного существа.
- 01.45 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА МЕРТВЫХ». (16+)
- 03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)

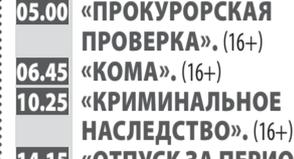
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)

- 06.30 «ДЕВИЧНИК». (16+)
- 09.15 «ЛЮБОВЬ И НЕМНОЖКО ПЛОМБИРА». (16+)
- Первая любовь Аси была как пломбир в летний день: пахла ванилью, наполняла блаженством и быстро растаяла. Предательство любимого помогли пережить соседи - вдовец Павел с маленькой дочкой Полей. А потом пришла мысль, что вместе им будет легче справиться с этой жизнью.
- 11.10 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)
- 15.10 «Я ТЕБЯ НЕ БОЮСЬ!» (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.15 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+)
- 01.45 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 04.50 «б кадров». (16+)
- 05.00 «ЛЮБОВЬ И НЕМНОЖКО ПЛОМБИРА». (16+)

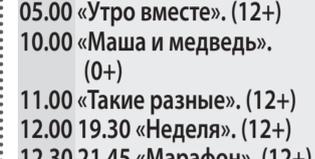
5-Й КАНАЛ



05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

- 06.45 «КОМА». (16+)
- 10.25 «КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО». (16+)
- 14.15 «ОТПУСК ЗА ПЕРИОД СЛУЖБЫ». (16+)
- Сержант-контрактник Игорь Беликов берет отпуск, чтобы навестить больного отца. По дороге он случайно становится пешкой в игре криминальных структур. За героем начинается «охота».
- 18.20 «СЛЕД». (16+)
- 02.00 «КОМА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 07.35 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 14.10 «МАРШ-БРОСОК: ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.45 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ВЫКУП». (12+)
- 01.30 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Маша и медведь». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 19.30 «Неделя». (12+)
- 12.30 21.45 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 14.15 «ГАМБИТ». (12+)
- 16.00 23.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.30 23.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 17.00 22.45 «Точка.ру». (12+)
- 17.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.45 «УТРАЧЕННЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ». (12+)
- Ещё недавно Люда могла назвать свою жизнь идеальной: у неё была любимая работа, дом и обожающий её муж Гриша, с которым они планировали в скором времени обзавестись ребёнком. Но очередная поездка на рыбалку оканчивается трагедией...
- 20.00 03.15 «ЖАНДАРМ И ЖАНДАРМЕТКИ». (12+)
- 00.15 «Документальное кино». (12+)
- 00.45 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 Бокс. Э. Брито - Л. Паломино. (16+)
- 07.00 10.00 12.55 18.55 21.50 Новости
- 07.05 12.05 16.30 21.00 00.15 Все на Матч!
- 10.05 «Приключения Болека и Лёлека». (0+)
- 10.40 Биатлон. Par1 Кубок России. Масс-старт. Мужчины
- 13.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 13.50 Биатлон. Par1 Кубок России. Масс-старт. Женщины
- 14.55 Гандбол. «Зенит» (Россия) - «Мешков Брест» (Белоруссия). Газпром Лиг
- 16.55 Мини-футбол. КИРФ (Москва) - «Новая генерация» (Сыктывкар). Чемпионат России. PARI-Суперлига
- 19.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 21.55 Футбол. Суперкубок Испании. Финал
- 01.00 Биатлон. Par1 Кубок России. Масс-старт. Трансляция из Рыбинска. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА

- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Лица страны. (12+)
- 08.20 08.35 08.55 09.40 12.45 15.10 Спецрепортаж. (12+)
- 09.15 «Неизвестная хоккейная Россия». (12+)
- 10.05 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+)
- 10.55 13.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 14.55 «Десятка!» (12+)
- 15.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 16.00 21.55 Пара на дистанции. (12+)
- 16.25 17.55 Гандбол. Газпром Лига
- 19.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 20.00 21.00 Биатлон. Кубок России. Масс-старт. (0+)
- 22.15 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 00.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.20 Муз'итив. (16+)
- 07.50 МузГорДвиж. (16+)
- 08.00 PRO-новости. (16+)
- 08.35 Teen чарт. (16+)
- 09.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 10.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. Фабрика «Про любовь». (16+)
- 12.30 Лига клипов. (16+)
- 13.00 На чьи гуляем, госпо-

- да? Звёздные тусы. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Top 30. Плейлист недели. (16+)
- 19.00 Жара Cool Fest-2022. (16+)
- 21.00 Танцы! Елка! МУЗ-ТВ!-2023. Лучшее. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 07.20 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «СЕМЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)
- 10.30 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 12.10 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- 14.50 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 17.15 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
- 19.00 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)
- 21.15 «ТУТСИ». (16+)
- 23.25 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
- 00.55 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 02.20 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
- 03.45 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.40 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 12.50 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 15.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
- 17.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» (12+)
- 19.05 «КРЫМ». (16+)
- 20.55 «НАХИМОВЦЫ». (12+)
- Россия, 2021 г. В ролях: Даниил Ходунов, Никита Ходунов, Василиса Шакунова
- 22.25 «АДМИРАЛЪ». (16+)
- 00.30 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 02.00 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
- 03.40 «СПУТНИК». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.40 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 08.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 09.25 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.50 «ПРИЗРАК». (6+)
- 12.50 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)
- 15.00 «ДОМОВОЙ». (6+)
- Россия, 2019 г. В ролях: Екатерина Гусева, Сергей Чирков, Юлия Сулес, Ольга Остроумова-Гутшмидт, Саша Политик
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.10 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 01.15 «ДВА ДНЯ». (16+)
- 02.40 «ЖАРА». (16+)
- 04.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
- 19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 19.40 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 21.35 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 23.00 Богиня шопинга. (16+)
- 00.00 «ШАЛУН». (12+)
- Канада, США, 2006 г.
- 01.40, 02.30, 03.10 Барышня-крестьянка. (16+)
- 03.55 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.45 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-2». (16+)
- 02.50 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)
- 04.15 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
- 06.05 «ДОРОГОЙ ПАПА» (12+)
- 07.45 «ПОДАЛЬШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
- 10.10 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 12.05 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
- 14.05 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
- 15.35 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (16+)
- 17.30 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
- 19.30 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ». (12+)
- 21.40 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
- 23.30 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.45 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
- 06.55 «НЕЙЛОН 100%». (12+)
- 08.25 «ДЕЛО № 306». (12+)
- 09.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (12+)
- 13.40 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ!». (16+)
- 15.20 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
- 17.55 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)
- 19.25 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
- 22.00 «ЧАРОДЕИ». (12+)
- 00.50 «АФОНЯ». (16+)
- 02.15 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 03.55 «БЫЛО У ОЦА ТРИ СЫНА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама
- 12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
- 13.00, 21.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕШВИ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 ф. ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 06.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)

СТC LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 06.50 «КУХНЯ». (12+)
- Макс и Катя пытаются уничтожить улики пребывания в баре. Дмитрий не оставляет попыток перейти на новый уровень отношений с Викой...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

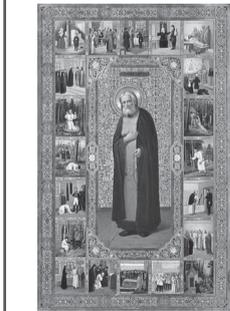
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.45 «МАКСИМКА». (0+)
- СССР, 1952 г. В ролях: Толя Бавыкин, Борис Андреев, Вячеслав Тихонов
- 07.15 «Земля жизни». Фильм 6. (0+)
- 08.20 Простые чудеса. (12+)
- 09.10 Преподобный Серафим Саровский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Русский мир. (12+)
- 14.55 Святыни России. (6+)
- 16.00 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (0+)

СПАС

- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.45 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО». (0+)
- СССР, 1978 г. В ролях: Татьяна Валентина, Новиков Борис, Егоров Михаил
- 21.30 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.05 День Патриарха. (0+)
- 23.20 Русский мир. (12+)
- 00.20 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 01.55 Война и Библия. (0+)
- 02.30 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 03.35 Святыни России. (6+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

15 января
Неделя 31-я по Пятидесятнице,
перед Богоявлением. Глас 6.
Предпразднство Богоявления.
Преставление, второе обретение мощей
прп. Серафима Саровского, чудотворца.



Свт. Сильвестра, папы Римского. Прав. Иулиании Лазаревской, Муромской. Сщмч. Феогена, еп. Парийского. Прп. Сильвестра Печерского. Мч. Василия.

Поста нет.

« Всегда радуйтесь! От внутренней натуры ничего доброго не сделаешь, а от радости - что угодно можно совершить». Прп. Серафим Саровский

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

Быков радостно притирал руки и, кажется, даже пританцовывал. Вера то и дело помахивала на коллегу и какое-то время старалась сохранять невозмутимое выражение лица.

Но через пять минут довольного урчания и пританцовывания не выдержала и спросила-таки:

– Ты, Быков, чего радуешься, в лотерею выиграл?

– Лучше, – тут же отозвался майор.

– Подполковника дают? – женщина посмотрела на коллегу уже с нескрываемым любопытством.

– Не дают, но скоро дадут, – заверил ее Быков без тени сомнения в голосе.

Ну давай, колись, – не выдержала Вера. – Что ты там такое грандиозное совершил?

– Раскрыл преступление века, не выходя из каби-

Триумф и провал Быкова



нета, – Быков снова потер ладонью о ладонь. – У тебя учусь.

Вера хмыкнула и погрузилась в свои бумажки, делая какие-то пометки в блокноте по ходу изучения документов, чем немало озадачила и даже, кажется, обидела Быкова. Но долго обижаться ему не пришлось, в кабинет постучали, и тут же откры-

лась дверь. Девушка лет двадцати двух несмело вошла в кабинет и замерла на пороге, озираясь по сторонам.

Вы Олеся Якушева? – налетел на нее Быков, вконец испугав бледную девицу с ярко-зелеными глазами и космическим маникюром. В буквальном смысле космическим – на черных ногтях

ее красовались звезды и планеты.

– Да, это я, – пискнула девица и вжала голову в плечи.

– И вы утверждаете, что вас ограбили прямо посреди улицы, – широко и недобро улыбнулся Быков.

Утверждаю, – несмотря на испытываемый перед странно ведущим себя следователем страх, кивнула девушка. – Я шла от бабушки домой через парк. Мы недалеко друг от друга живем. И у меня выдернули сумочку.

– Ну да, ну да, – кивнул радостно Быков, – а в сумочке, как на грех, оказались фамильные драгоценности. Конечно, застрахованные, – Быков победоносно посмотрел на Веру.

Та улыбнулась, хмыкнула, повнимательнее приоткрыла сумочку.

– Ну да, – кивнула Олеся. – Бабушка очень щепетильна в таких вопросах. Решила передать драгоценности мне как своей внучке, а у меня их стащи-

ли, конечно, не рассмотрели того, кто выхватил у вас сумочку.

– Не рассмотрела, – снова кивнула девушка.

У вас плохое зрение? – вкрадчиво спросил Быков. – На улице хоть и было сумеречно, но все же не тьма кромешная, как ни крути.

– Зрение у меня и правда не очень, – ответила девушка, – поэтому я ношу линзы. Но грабителя не удалось рассмотреть даже в них. От страха, наверное, в глазах все поплыло. Я даже не поняла, женщина это или мужчина, – сникла Олеся.

– Ха! – обрадовался Быков. – Очень удачно, правда? На вас нападают, грабят, в украденной сумочке драгоценностей по цене на хорошую маши-

ну, застрахованных, прощу заметить. А вы крайне удачно для грабителя не успеваете даже его пол определить, не говоря уже о том, чтобы рассмотреть лицо. А ведь на вас линзы.

Девушка сначала с удивлением посмотрела на Быкова, затем сникла, заозиралась по сторонам, ища поддержки, наткнулась взглядом на Веру. Та ободрило ей улыбнулась. Быков вперился в коллегу недоуменным взглядом. Мол, чего ты, я же мошенницу на чистую воду вывел... почти.

– Олеся действительно не видела грабителя, – Вера с сочувствием посмотрела на Быкова. – Будем копать, найдем. Но Олеся тут ни при чем.

Любовь АНИНА



Что дало Вере повод так думать?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 52: Николай опоздает на свидание на пять минут, а Елена придет на пять минут раньше. Это касается пробки от бутылки с газировкой, то она стоит 50 копеек, а бутылка – 10 рублей 50 копеек, то есть ровно на 10 рублей больше пробки.

Рис. Ирины Световой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

9 января Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 16 ч. 35 м. Долгота дня: 8 ч. 10 мин.

Убывающая Луна в знаке Льва

10 января Восход: 8 ч. 24 м. Заход: 16 ч. 36 м. Долгота дня: 8 ч. 12 мин.

Убывающая Луна в знаке Девы

11 января Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 16 ч. 38 м. Долгота дня: 8 ч. 15 мин.

Убывающая Луна в знаке Девы

12 января Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 16 ч. 39 м. Долгота дня: 8 ч. 16 мин.

Убывающая Луна в знаке Девы

13 января Восход: 8 ч. 22 м. Заход: 16 ч. 41 м. Долгота дня: 8 ч. 19 мин.

Убывающая Луна в знаке Весов

14 января Восход: 8 ч. 21 м. Заход: 16 ч. 42 м. Долгота дня: 8 ч. 21 мин.

Убывающая Луна в знаке Весов

15 января Восход: 8 ч. 20 м. Заход: 16 ч. 44 м. Долгота дня: 8 ч. 24 мин.

Убывающая Луна в знаке Скорпиона

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 9 ПО 15 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

9 ЯНВАРЯ

В 1769 году в России введены первые бумажные деньги – ассигнации.

В 1877 году организован Всероссийское театральное общество.

10 ЯНВАРЯ

В 1863 году в Лондоне открылась первая в мире линия метро.

11 ЯНВАРЯ

В 1917 году на территории России создан первый заповедник – Баргузинский.

В 1940 году в Ленинграде состоялась премьера балета Сергея Прокофьева «Ромео и Джульетта».

В 1957 году руководством СССР принято решение о создании космодрома «Плесецк».

12 ЯНВАРЯ

В 1998 году в Париже подписан Протокол о

запрете клонирования человека.

13 ЯНВАРЯ

В 1872 году в России начала работу служба погоды.

В 1874 году Александр II утвердил «Устав о воинской повинности».

В 1940 году завершился героический дрейф ледокола «Георгий Седов» во льдах Арктики.

14 ЯНВАРЯ

В 1700 году Пётр I повелел дворянам носить европейские костюмы.

В 1814 году в Петербурге открылась для общего посещения Императорская Публичная библиотека.

15 ЯНВАРЯ

В 1831 году Павел Николаевич Демидов учредил премию «для содействия к преуспеванию наук».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

9 ЯНВАРЯ. Антонина, Тихон, Феодор.

10 ЯНВАРЯ. Аркадий, Леонид, Николай.

11 ЯНВАРЯ. Анна, Григорий, Наталия, Павел.

12 ЯНВАРЯ. Макар, Мария.

13 ЯНВАРЯ. Мелания, Михаил, Пётр.

14 ЯНВАРЯ. Александр, Василий, Вячеслав, Иоанн.

15 ЯНВАРЯ. Иулиания.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

9 ЯНВАРЯ ■ Международный день хореографа

10 ЯНВАРЯ ■ День инженера-механика ВМФ

■ День имбирного пряника

11 ЯНВАРЯ ■ Международный день «спасибо»

12 ЯНВАРЯ ■ День работника прокуратуры России

13 ЯНВАРЯ ■ День российской печати

14 ЯНВАРЯ ■ Старый Новый год

■ День трубопроводных войск ВС России

■ День военно-оркестровой службы Вооруженных сил России

15 ЯНВАРЯ ■ День образования Следственного комитета Российской Федерации

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Анисью южный ветер сулит тёплое лето

9 января по народному календарю считалось Степановым днем. Про этот день говорили: «Пришел Степан – на нем красный жулан (теплый кафтан)» – это означало, что стоит ждать похолодания.

10 января, на Рождественский мясоед, наблюдали за поведением питомцев: собака спит на снегу – к метели, кошка спит весь день – к потеплению.

11 января по народному календарю считалось Страшным днем. Снег в этот день, падающий крупными хлопьями, обещал потепление.

А 12 января, в Анисин день, снег предвещал пасмурное лето, а вот южный ветер – лето теплое.

13 января, в Васильев вечер, о грядущем годе судили по приметам: обледенение на деревьях – к урожаю овощей, выюга – орехов, звездная ночь – быть урожаю ягод. В Васильев день, 14 января, по ветру определяли, какое будет лето: северный – холодное, западный – ненастное, восточный – засушливое, южный – теплое. 15 января, на Сильвестров день, или Куриный праздник, наблюдали за домашней птицей. Если петухи запели слишком рано, то ждать оттепели.

– Дорогая, ты прекрасна, как эти цветы!

– А может, я прекрасна, как золотой браслет?

– Нет. Ты прекрасна, как эти цветы.



ТЕЛЕК

Черноземье

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



Учредитель, редакция и издатель:

ООО «Издательская группа «КАРДОС»

Генеральный директор

ВАВИЛОВ А.Л.

Адрес редакции:

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

e-mail: telek@kardos.ru

Адрес издателя:

111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.

Тел. 8-495-580-95-77

Зам. главного редактора

ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор

ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора

по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.

Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора

по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Ведущий менеджер по работе

с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.

Телефон департамента рекламы:

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

№ 01 (374).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 30.12.2022 г. Дата производства: 03.01.2023 г. Дата выхода в свет: 04.01.2023 г. Тираж 41 050 экз.

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

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

Заказ 620. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой,

Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 829 850 экз.

Рекомендованная цена в розницу 27 рубля. Ежедневная семейная

газета для читателей 12+

Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»

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

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания

рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено.

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

После новогодних посиделок за столом с родными, друзьями и соседями холодильник за неделю превращается в скопление разноцветных контейнеров, баночек и кастрюлек с неизвестным содержимым...

А так хочется, чтобы все продукты были свежие, полезные и вкусные! Для этого важно вовремя провести ревизию. Об этом и поговорим сегодня.

ХОЛОДИЛЬНИК: ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ПРАЗДНИКОВ

Основные этапы

ЭТАП 1. Размах проблемы

Первым делом нужно выложить все содержимое холодильника на стол: все пакеты, банки, контейнеры. Это поможет вам оценить объем работы. Если у вас появились хоть малейшие сомнения в свежести содержимого, безжалостно расставайтесь с этими продуктами. Продукт кажется вам неприглядным, плохо пахнущим или заветренным? Выбросьте его, не жалея, здоровье дороже!

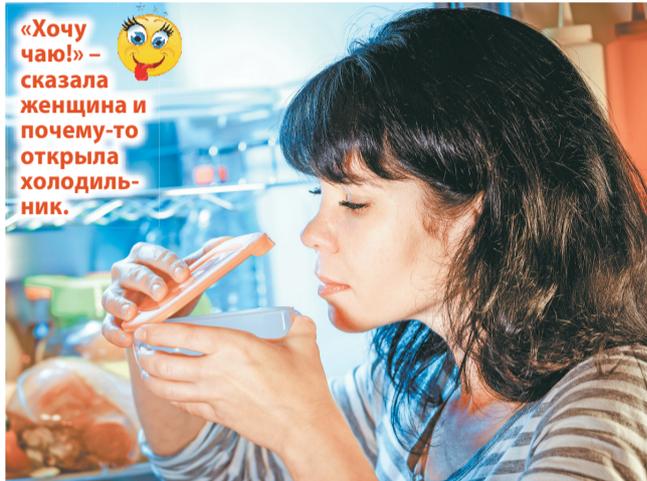
ЭТАП 2. Возвращение свежести

Возвращать оставшиеся продукты в холодильник лучше на чистые полочки и в помытые ящики. Так что вооружаемся тряпкой, неабразивным моющим средством и наводим порядок внутри холодильника.

ЭТАП 3. Обратно на полки

После того, как холодильник стал чистым, а сухие полочки заняли свое место внутри, приступаем к его наполнению.

Чтобы продукты дольше сохранялись свежими, важно правильно распределять их между собой в холодильнике. Правильное соседство – важное требование не только для холодильников кафе и ресторанов, но и для домашнего агрегата.



Правильные соседи

В холодильнике одну полку отводим для хранения молочных продуктов, другую для колбасы, консервов и мясных продуктов, а на оставшейся полке пусть хранятся готовые блюда: суп, салаты и прочие вкусности. Дверцу холодильника лучше не перегружать. В ней можно хранить покупные соусы, соки или варенье. А вот скоропортящиеся продукты в дверцу лучше не складывать, так как температурный режим здесь самый непостоянный. Да и яйца из-за постоянных сотрясений будут взбиваться хуже, чем те, что хранятся на полке.

Контейнеры на все случаи

Использовать контейнеры для хранения готовой еды очень удобно. Во-первых, это позволит освободить кастрюли для дальнейшего приготовления новых блюд. Во-вторых, прозрачные контейнеры всегда демонстрируют свое содержание. Это избавит вас от необходимости доставать объемные кастрюли, чтобы вспомнить, что внутри. Кроме того, можно выбрать контейнер необходимого объема, чтобы оставшиеся две ложки гречки на дне 2-литровой кастрюли не занимали половину полки холодильника.

Маркировка для морковки

Если вам все-таки удобнее использовать для хранения тарелки, пиалы и кастрюли, позаботьтесь о том, чтобы они долго не застаивались. Для этого можно написать на магнитной доске дату приготовления блюда и повесить ее на холодильник или приклеить на каждую кастрюлю наклейку с датой. Маркировка важна и для продуктов без производственной упаковки. Это чаще относится к покупкам на рынке.

КСТАТИ

В морозильной камере мясо, овощи, рыбу и ягоды следует раскладывать по разным ящикам!

Совет

Остатки – в дело

А чтобы в холодильнике ничто не мешало холодному воздуху циркулировать, раз в неделю просматривайте его содержимое и пускайте в дело продукты, которые больше не могут ждать. Пожарьте остатки макарон, добавьте давнишний, но еще съедобный кусочек колбасы, посыпьте сыром, который начал заветриваться. Вот вам и завтрак, и ликвидация остатков – вкусно и экономно.

Светлана СИДОРЧУК

По традиции мы наряжаем под Новый год ёлку. Она прочно, как и запах свежей хвои и мандаринов, ассоциируется с праздником. Подобные новогодние традиции сложились и в других странах. Наше путешествие – по ёлочкам мира.

Новогодние украшения и новогодние традиции

1 По тому, что вешают на ёлочку или какое растение украшают под Новый год, можно узнать страну. В этой средиземноморской стране хвойную красавицу нечасто встретишь, и по традиции на Новый год и Рождество главным становится гранатовое дерево. А ещё с давних времён к празднику Рождества было принято украшать лодки и корабли, а ровно в полночь хозяин дома должен был во дворе разбить плод граната об стену на счастье. В какой стране существует такая традиция?

- а) В Греции.
- б) В Италии.
- в) В Испании.

2 На нашей планете одни не представляют Новый год без снега и ёлки, другие – без песка и экзотического (для нас) растения. Украшают такие «ёлки» морскими звёздами, различными игрушками из ракушек. Принято украшать дома и дарить друг другу нуйтсию – растение, напоминающее европейскую омелу. Рождественское дерево расцветает яркими желтовато-оранжевыми кистевидными соцветиями ка раз к Новому году. Оно достигает примерно 10 метров в высоту. В какой стране украшают нуйтсию фигурками мишек-коал и кенгуру в костюмах Санта-Клауса?

- а) В Австралии.
- б) В Новой Зеландии.
- в) На острове Ява.

3 В этой стране на Рождество и Новый год наряд ёлочки составляют съедобные печенье под названием «рождественский венок» – Керсткрансьеса (Kerstkransjes). Печенье имеет форму круга с отверстием в центре. Для традиционной выпечки в качестве украшения используется миндальная стружка. В какой стране «рождественские венки» развешивают на лентах предпочтительно на сам праздник и тут же съедают?

- а) В Дании.
- б) В Ирландии.
- в) В Нидерландах.

4 Для многих жителей в этой стране украшение домов и елей венками и поделками из листьев омелы, падуба, плюща – древняя традиция. Обычай украшать жилище ветками омелы, вероятно, берёт своё начало ещё во времена друидов, которые считали это вечнозелёное растение священным. Бытует такая традиция: персону, случайно оказавшуюся под висящей веткой рождественской омелы, позволяет поцеловать любому. В какой стране рождественскую омелу называют «ветка поцелуев»?

- а) В Великобритании.
- б) В Исландии.
- в) В Ирландии.

5 Поскольку в этой стране не выпадает снег, то на ёлку кладут... вату. А ещё в столице украшают главную ёлку страны – плавучую, которая вошла в Книгу рекордов Гиннеса. В какой стране в парке Кантагалло на озере Лагоа каждый год устанавливают огромную плавучую ель?

- а) В Бразилии. б) В Венесуэле. в) В Мексике.

6 А здесь появилась традиция украшать ёлку не только полосатыми леденцами в виде трости – жители украшают рождественское дерево гирляндами из попкорна на верёвочке. Раньше такими бусами увешивали ёлки на улицах, чтобы зёрнами попкорна могли полакомиться птицы. В какой стране ещё очень любят украшать различными гирляндами, от изготовленных из простого попкорна до световых иллюминаций, не только ёлку, но и фасад дома с участком вокруг?

- а) В США. б) В Канаде. в) В Индии.

ОТВЕТЫ

- 1-а. В Греции.
- 2-а. В Австралии.
- 3-а. В Дании.
- 4-а. В Великобритании.
- 5-а. В Бразилии.
- 6-а. В США.



Каждой из нас хочется быть уникальной и неповторимой.

Но когда встает вопрос о похудении, мы зачастую начинаем подгонять себя под некие стандарты красоты, ставим высокие планки для их достижения. Но так ли они хороши, если можно худеть с удовольствием и комфортом, при этом сохраняя свою индивидуальность?

КРАСОТА вне модных стандартов

Внимание на действие

Даже если ваша цель – любимое платье 42-го размера, не стоит для мотивации думать о нем постоянно и тем более вешать на видное место. Вместо этого постарайтесь сосредоточиться на тех действиях, которые помогают вам худеть.

Например, на том, как заменить продукты на более полезные, какие блюда вы можете из них приготовить. Или про полчаса обязательных тренировок в день или про часовую прогулку пешком и т.д. Все эти действия помогут вам худеть. Плюс они завяжутся только от вас и находятся под вашим контролем, а значит, вашей психике будет проще с этим справляться.



Честность с собой

Если вы собираетесь что-то с чем-то сравнивать, критерии должны быть справедливыми. А это значит, что сравнение своих слабых сторон с чьими-то сильными сторонами заведомо несправедливо. Причем несправедливо по отношению к вам.

Гораздо лучше подходить к вопросу похудения честно. А честными могут быть только показания весов и сантиметровой ленты.

Никаких сравнений

Если вы состоите в группе по похудению или подписаны на подобный блог, проанализируйте – это вас мотивирует или, наоборот, сбивает с положительного настроения? А может, вы ходите на групповые тренировки, где едва выдерживаете темп или же они вам кажутся скучными?

Чтобы похудеть, мало ужинать до шести вечера, нужно ещё и не обжираться после десяти.



Не надо ни за кем гнаться, чтобы соответствовать лидерам группы или ходить с подругой только за компанию. Не нужно винить себя, если у вас не получается каждый день готовить разнообразные полезные блюда, подобно популярным блогерам. Если вас что-то выбивает, заставляет чувствовать себя недостаточно хорошим, лучше исключить этот демомотиватор из вашей жизни. И вы сразу заметите, как прибавится энергия, чтобы идти к цели.

Мнение специалиста

Три недели на перемены



Советы нашим читателям даёт психолог Юлия Карпенко.

– Если нет привычки заботиться о своём теле, с чего нужно начать это делать?

– Нужно начать с анализа – что хочется изменить в теле? Вспомнить себя, когда вы себе нравились. Проанализировать письменно или устно. Как тело изменилось с тех пор? А затем нужно проанализировать, что будет дальше. Спросите себя: «Если ничего не буду делать, к чему придет мое тело? Хочу ли я этого? Если я этого не хочу, то что я могу сегодня сделать, какие инструменты у меня для этого есть (например, спортзал рядом или парк для пробежки)?» И начинайте применять это систематически. Если нет привычки, то берем период (минимум 21 день), и каждый раз, когда отходим от правильных привычек, мы должны давать себе отчет, что делаем это осознанно, и это помешает прийти нам к желаемому результату.

Еще важно понимать, что тело дает только накопительный результат, и нужно время, чтобы его увидеть. И обязательно нужно придумать план Б, если вдруг не сможете в силу ряда причин придерживаться изначального плана.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 ЯНВАРЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 ЯНВАРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)

Овнам звезды советуют скорректировать стиль общения – больше слушать и наблюдать, а не доказывать и внушать. К возникающим на пути к цели трудностям отнеситесь философски. Они временны и скоро канут в Лету. А вот о близких не забывайте, вы им нужны.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)

У Львов появится шанс добиться того, что сами они еще недавно считали невозможным. Вы будете удивлены своей способностью сохранять самообладание, когда все идет не по плану. Кому-то из близких может потребоваться ваша помощь, будьте рядом.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Стрельцам пригодится умение действовать быстро, принимать решения и ориентироваться в меняющейся ситуации. Прекрасное время для импровизаций и экспериментов. Любимый человек давно ждет от вас приглашения на романтическое свидание.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Водолеям придется действовать решительно и быстро, чтобы справиться со всем, что подкинет судьба. Расслабиться удастся только к выходным. Отдохните от души, потому что после уик-энда опять придется много работать. Любимый человек порадует приятным сюрпризом.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Целеустремленные Тельцы могут рассчитывать на успех в профессиональной сфере и бизнесе. В первые дни года вам придется потрудиться, но вы будете только рады занять себя делом. Есть финансовые риски, будьте внимательны. Время отлично подходит для романтики.

ДЕВА (23.08 – 23.09)

Девы почувствуют непривычную для себя тягу к общению. Легко будет ладить и с давними знакомыми, и с теми, кого вы увидите впервые. Звезды подкинут возможность восстановить и укрепить связи с близкими, с которыми вы находитесь в ссоре.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Нагрузки Близнецов в начале года значительно возрастут, придется решать немало важных вопросов, порой в одиночку. Но звезды будут на вашей стороне, и все получится. Общение с близкими станет теплее, доверительнее, желаннее, и это вас очень порадует.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Впереди у Весов хоть несколько нервная, но очень плодотворная неделя. Вы будете удачно жонглировать несколькими делами одновременно. Хорошее время для обучения чему-то новому. И, да, ждите хороших новостей, которые будут касаться дорогих вам людей.

РАК (22.06 – 22.07)

Ракам звезды советуют активнее проявлять инициативу, щедрее делиться идеями. Это откроет путь к новым возможностям. Вам легко удастся привлечь на свою сторону единомышленников. И на работе, и в творчестве. Семья тоже даст немало поводов для радости.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

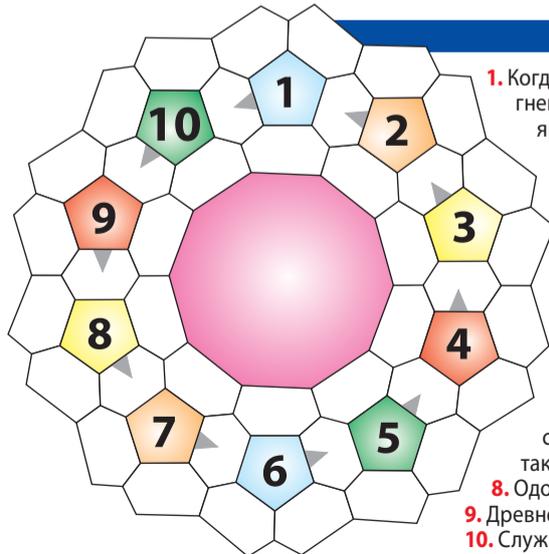
Скорпионам рекомендуется быть разборчивее в общении. Людей, желающих проехаться на вашей шее, найдется предостаточно. Однако откроются новые возможности в деловой сфере, заветные цели окажутся ближе. Семья встанет надежным тылом за вашей спиной.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Козерогам удастся завершить важные дела, а вот братья за новые звезды пока не советуют. Отдышитесь, оцените свои возможности, пересмотрите приоритеты. Время подходит для погружения в любимое хобби и для семейных путешествий тоже.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Стремление к анализу поможет Рыбам не ошибиться в принятии важных решений. Возможны некоторые разногласия с окружающими, но уже через пару дней все наладится. К концу периода вы сумеете найти на конец ответы на давно мучающие вас вопросы.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Когда этот древнеязыческий бог Солнца прогневался на жителей Берендеева царства, его ярость растопила Снегурочка.
2. Повесть Лескова о тульском умельце.
3. «Упаковка» семян новогоднего дерева.
4. Расколдованный кучер для Золушки.
5. Они есть на именованном пироге и на новогоднем столе.
6. Одна из двух европейских стран, в которой новогодние подарки разносят старичок Микулаш и его помощник Ежишек.
7. В Греции вечером перед Рождеством принято подавать эту ягоду вместе с густо приправленной специями лепешкой – так называемым «хлебом Христа».
8. Одолела ... – значит, вспоминает вас кто-то.
9. Древнеримские бани.
10. Служивый с лентами на бескозырке.

Ответы: 1. Ярило. 2. Левша. 3. Шилка. 4. Крыса. 5. Свечи. 6. Чехия. 7. Инжир. 8. Икота. 9. Термы. 10. Моряк.

Почему Пушкин редко танцевал с женой?

? Читала, что Пушкин не подходил к жене на светских раутах. Так и не поняла, из-за чего? Марина Лебедева, Московская область

Александр Сергеевич нежно любил свою супругу, и она отвечала ему взаимностью, но на светских раутах поэт старался держаться в стороне от Натали.



Причина такого поведения проста: жена Пушкина была выше его на полголовы, а поэт был самолюбив и не хотел, чтобы разница в росте бросалась в глаза окружающим.

Кто такая пипа?

? Кто такая суринамская пипа? Уж больно забавное имечко... Светлана Журавлёва, Нижегородская область

Суринамская пипа – земноводное из семейства пиповых. Это лягушка, внешним видом напоминающая плоскую засохшую лепешку. Тело имеет защитную окраску, передние лапки без перепонки. Живет в Южной Америке, на илистых берегах Амазонки. Интересно в ней (кроме имени) то, как она выращивает потомство. После оплодотворения икринок самцом самка ныряет и ловит икринки себе на спину. Икринки на спине матери попадают в ячейки, защищенные специальным секретом от агрессивной среды. Лягушка превращается в инкубатор для собственных спиногорызов (в прямом смысле этого слова). Через три месяца на свет появляются полностью готовые к жизни юные пипы.



Откуда взялась традиция стучать три раза?

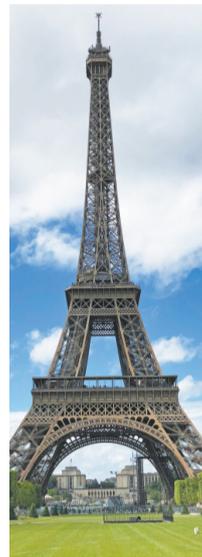
? Делилась с подругой планами на выходные, и она сказала мне: мол, стукни три раза, чтобы не сглазить. Откуда пошла такая традиция – постучать три раза? Наталья Николаевна Черепнина, Рязань

На Руси считали, что у человека на правом плече сидит ангел, а на левом – злой дух Анчутка. Он похож на маленького волосатого человечка с лохматой бородой. Анчутка подслушивает планы человека и может им помешать. Стук, по мнению наших предков, отпугивает его и мешает подслушать планы. С Анчуткой связана и другая традиция – поплевать три раза через левое плечо на удачу. Разумеется, это пустые суеверия.

Почему Эйфелеву башню нельзя фотографировать?

? Правда ли, что Эйфелеву башню запрещено фотографировать в темное время суток? Почему? Ирина Крупнова, Владимир

Ночная съемка Эйфелевой башни для профессиональных фотографов под запретом. Связано это с тем, что ночная иллюминация Эйфелевой башни является предметом искусства и объектом авторского права, которое запрещено нарушать. Профессионалам для съемки придется получить специальное разрешение. Но на любительские съемки, не предназначенные для коммерческих целей, ограничения не распространяются. Так что туристы могут фотографировать башню в любое время дня и ночи.



Между нами, женщинами



Где находится старейший ресторан?

? Известно ли, какой ресторан в мире самый старейший? Где он находится и как называется? Юлия Подгорная, Касимов

Самым старым действующим рестораном считается испанское заведение, которое открыл в 1725 году французский повар Жан Ботин. Назвал он его просто: «Casa Botin» («Дом Ботина»). После смерти повара ресторан унаследовал его племянник Кандидо Ремис, который, недолго думая, переименовал заведение в «Sobrin de Botin» («Племянник Ботина»). С тех пор ни название, ни внешний вид ресторана не изменялись. Известно, что рестораник обожал Хемингуэй, часто захаживал в «Botin» и даже упомянул его в своем романе «И восходит солнце».

Чем хорош безымянный палец?

? Недавно была в поликлинике и задумалась: почему кровь для анализа берут именно из безымянного пальца? Ольга Ворожко, Липецк

Подушечки пальцев доступны, в них много сосудов, их легко обеззаразить, а если понадобится – сдавить. На безымянном пальце кожа тоньше, да и нервных окончаний меньше, а значит, меньше будут и болевые ощущения при повреждении. Кстати, самый проблемный в этом отношении мизинец, он связан с запястьем, поэтому при занесении инфекции воспаление может распространиться и на кости запястья.



Что случилось с песком?

? Слышала, что в Японии есть пляж с песком в виде звездочек. Почему у песчинок такая интересная форма, что с ними случилось? Виктория Будан, Мценск

На японском пляже Хошизуна-но-Хама песчинки действительно имеют форму мини-звездочек. Пляж этот расположен на Иримоте, втором по величине острове в префектуре Окинава. Но с песчинками ничего не случилось просто потому, что это не совсем песчинки. Это скелеты миллиардов морских простейших, обитающих на дне океана, под названием фораминиферы.



Для чего придумали помидофель?

? Говорят, есть растение «помидофель». Расскажите, что за «фрукт» и с чем его едят? Галина Андреева, Королёв

Помидофель – это гибрид помидора и картофеля. Еще можно встретить и другие наименования этого чуда селекции: помидорфель, помитошка, тоματοшка, картофемидор, картофелетомат, картомаст и тому подобные. Идея получения «помеси» томата и картофеля давно привлекала овощеводов, но опыты по взаимному переопылению этих растений всегда

оканчивались неудачно. Несмотря на близкое родство (оба овоща относятся к семейству пасленовых), получить семена общего «потомка», которые имели бы полезные свойства обоих родителей, до сих пор не удалось. Откуда же взялся помидофель, плоды у которого – помидорки, а клубни – картофелины? Помидофель – не сорт и не гибрид, а просто результат прививки томата на куст картофеля. В сельском хозяйстве помидофель не прижился, так как привитый кустик не может «воспроизводить» свои характеристики в потомстве и размножаться.

Если на упаковке с семенами цветов, трав, овощей или кустарников вы прочли, что перед посевом семена должны пройти стратификацию, не стоит волноваться.

Процедура эта не простая, а суперпростая! Стратификацию легко провести самостоятельно в домашних условиях. Главное – соблюдать семь основных правил.

7 правил стратификации семян дома

ПРАВИЛО 1 Не понижать температуру ниже нуля

По сути, стратификация – это подготовка семечка к дальнейшему развитию. Для этого некоторым семенам необходима особая температура и влажность окружающей среды. В природе стратификация проходит в течение всей зимы, когда семена покоятся под снегом во влажности и холоде. В таких условиях твердая оболочка семечка размягчается, и в нужное время ему легче прорасти. Современные дачники научились успешно стратифицировать семена в домашних условиях. Условия стратификации (длительность, температуру, влажность) производители указывают на упаковке. Кроме того, важно соблюдать правила стратификации, сформулированные агрономами. И первое правило стратификации – нельзя понижать температуру ниже нулевой отметки. При температуре ниже 0 °С семена вымерзают!

Важно!

Помните про маркировку!

Невозможно запомнить наименования всех сортов и видов растений, время закладки на стратификацию. Поэтому пакеты и сами емкости с посевным материалом необходимо подписать (вложить внутрь пластиковые бирки с несмываемыми надписями и т.п.).

ПРАВИЛО 2 Использовать термометр

Повышать температуру выше нормы, рекомендованной для семян определенного вида, нельзя. Семена прорастут раньше времени и погибнут или будут слабыми. Недопустимо, если при холодной стратификации культура не будет выдержана при температуре ниже 4 градусов. В таком случае обработка холодом не произойдет, что негативно скажется на прорастании. Для большинства растений оптимальная температура стратификации – от +1 до +5 °С. Именно такая температура поддерживается в холодильнике на нижней полке. Чтобы контролировать температуру, рядом с емкостью, где стратифицируются семена, следует разместить термометр.

ПРАВИЛО 3 Регулярно проветривать

Важно регулярно проветривать семена, своевременно обеспечивая приток свежего воздуха, чтобы семенной материал не заплесневел. Если случилась неприятность и семена были испорчены, их нужно выбросить, а здоровые переместить в другой грунт.



ПРАВИЛО 4 По окончании стратификации – высадить

После того, как срок стратификации подошел к концу, семена перемещают в теплую среду для прорастания. Важно точно рассчитать сроки, в которые нужно закладывать семена на стратификацию, чтобы оставалось достаточное время для прорастания.

Работа программиста и агронома имеет много общего. Оба борются с непонятными словами, совершают непонятные действия и не могут объяснить, как это работает.



ПРАВИЛО 5 Не сокращать стратификацию

Нельзя по собственному желанию сокращать время охлаждения. Некоторым растениям нужна долгая зима, а некоторым достаточно пары недель. В двухнедельной стратификации нуждаются дельфиниум, аквилегия, виола, горечавка, колокольчики. Для большинства декоративных многолетников (аконит, анемона, астильба, гвоздика, гипсофила, купальница, лаванда, морозник, прострел, рудбекия, флокс, примула) достаточно месяца. Клематисам и княжикам требуется более длительный срок – от 1,5 до 3 месяцев стратификации.

ПРАВИЛО 6 Обработать семена и субстрат

Так как во время стратификации семена долго находятся во влажной среде и холоде, риск возникновения гнили и плесени повышается. Поэтому грунт и семена предварительно обеззараживают. Семена можно замочить на 3-6 часов в растворе биологически активных препаратов на основе сенной палочки. Теми же препаратами можно пролить субстрат и смочить губки или ватные диски.

ПРАВИЛО 7 Поддерживать влажность

Некоторые считают, что достаточно просто хранить пакетик с семенами в дверце холодильника, но это неверно. Ведь помимо сниженной температуры для стратификации нужна еще и влажность. Есть разные способы обеспечить ее: положить семена между влажных ватных дисков или губок, убрать в пакет и разместить в холодильнике; посеять по влажному грунту, укрыть снегом, закрыть контейнер крышкой и убрать в холодное место; заготовить кубышку из капустной кочерыжки и стратифицировать семена в ней. Время от времени нужно контролировать влажность, при необходимости опрыскивая субстрат или диски из пульверизатора.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий Что согреет в холода?

Безалкогольный глинтвейн и вкусное печенье помогут согреться после долгой прогулки. А можно выпить ароматного травяного чая с бабушкиным малиновым вареньем...

Ответы: цвет лент под коробкой, папачки в варенье, ленточки в пакете, варенье в пакете, перчик киви слева в пакете, варенье в пакете.

Переохлаждение – одна из самых частых причин наших болезней зимой. И повезёт, если обойдёмся простой простудой, хотя и в ней приятного мало.

Поэтому очень важно избежать переохлаждения, а значит, необходимо утепляться. И если выбор одежды, которую мы можем надеть наверх, поистине огромен, то вопрос, как утеплить ноги, часто стоит очень остро. Поговорим сегодня о том, какие брюки выбрать, чтобы наши ножки гарантированно не мерзли.

Модные веяния

Мы уже упоминали, что верх утепленных брюк может быть не только однотонным, но и принтованным. Клетка, цветочек, полоска, горошек. Но если все же душа лежит к однотонным материалам, которые, к слову, писать в гардероб легче, чем принтованные, то можно обратить внимание на яркие, сочные цвета и оттенки. Зимой так мало красок, что яркости точно много не будет. Помимо красок, утепленные брюки в этом сезоне принято украшать лампасами, накладными карманами, подтяжками, широким поясом, выраженной кокеткой. Фасоны утепленных брюк предлагаются самые разнообразные, в том числе и следующие модным трендам: бананы, широкие, клеш, с низкой посадкой и т.п.



Портной говорит:
– Можете мне поверить, эти брюки сидят на вас потрясающе!
– Я не спорю, но они немножко жмут мне под мышками.

Утепляйся, если хочешь быть здоров!

Чем и как утепляют брюки

Если в нашем детстве был один тип теплых зимних штанов – на ватине, то сегодня вариантов множество. Благо, промышленностью производится широкий ассортимент утепляющих материалов, из которых шьют зимние брюки на любой случай жизни. Актуальный вариант для офиса – брюки из шерсти на теплой подкладке. И лучше, если эта шерсть будет качественной, с небольшим процентом синтетики, которая обеспечит брюкам приличный внешний вид – брюки из чистой шерсти легко мнутся, вытягиваются и т.п. Оптимальный вариант на каждый день – утепленные джинсы, которые давно уже стали классикой. Джинсы удобны, легко вписываются в любой стиль и к тому же прекрасно сидят даже в утепленном варианте. Для недолгих прогулок – например, в городском парке – подойдут брюки с подкладкой из флиса. Флис очень приятен к телу, хорошо сохраняет тепло, а также отлично впитывает влагу, поэтому брюки на флисе подходят для активного движения – занятий спортом, игр на улице и т.п. А вот для длительных прогулок по свежему снежку – например, загородных – хорошо подойдут брюки на синтепоне. Это надежный и, что немало важно, легкий утеплитель, который не подведет даже в очень сильный мороз. Именно такие брюки предпочитают любители зимних видов спорта. Верх у них, как правило, непромокаемый, что, безусловно, является их дополнительным плюсом.

Материалы для верха утепленных брюк

Фаворит – непромокаемые материалы или ткани с водоотталкивающей пропиткой. Это лучшая защита от холода, какую только можно себе представить. Материалы, защищающие ноги от проникновения к ним влаги, – идеальный вариант для утепленных брюк. Выбор таких материалов сегодня очень велик, и с ними с удовольствием работают модные дизайнеры. Конечно, по-прежнему пользуются популярностью классические материалы для зимних брюк – шерсть и драп. В большой моде в этом сезоне кожа, и, конечно, ее очень активно используют для изготовления утепленных брюк.

Как выбрать утепленные брюки

Собираясь за утепленными брюками, необходимо в первую очередь определиться, когда и куда вы их будете носить. Понятно, что брюки на синтепоне не подойдут для офиса, а велюровые – для загородных прогулок. Второе, что нужно учитывать, – это особенности фигуры, ведь мы же хотим выглядеть привлекательно даже на лыжной трассе. И третье – помнить о том, что уже есть в гардеробе, чтобы брюки вписались в него наиболее органично.

Светлана ИВАНОВА



Читайте в свежем выпуске «ДАЧНОГО СПЕЦА»

В ПРОДАЖЕ С 13 ЯНВАРЯ!

ВИШНЯ БЕССЯ для ГУРМАНОВ

Вишню Бесся, или песчаную, нечасто встретишь на дачных участках средней полосы России. Тем не менее, есть садовые «гурманы», которые уже заманили к себе дальневосточную красавицу. Но вот вопрос: получится ли гостю заменить любимые нами вишневые деревья, которые в последние годы все чаще болеют?



ЛЕГЕНДАРНЫЕ ЯБЛОКИ И ГРУШИ

Сад никогда не бывает статичным: уходят старые деревья, поселяются молодые саженцы. Процесс этот затрагивает и любимые нами яблони. Но когда принимается решение о переменах, начинаются привычные метания – что посадить на этот раз? Сорты нового поколения или традиционные и легендарные?

НОВИНКИ НА ГРЯДКАХ

Узнаем, кто что планирует сажать в сезоне-2023. Общение дачников между собой помогает избежать ошибок в подборе сортов, вдохновляет на посадку чего-то нового. Предоставляем слово не только читателям, но и специалистам по овощеводству – что они рекомендуют иметь на грядках, и почему.



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



ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

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

12+ РЕКЛАМА

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

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON

ozon.ru¹



WILDBERRIES

wildberries.ru²



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

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

Лужайка в комнате

Разнообразить снежную зиму кусочком яркого лета и при этом соригинальничать?

Запросто! Все, что вам нужно, – это семена травы для домашнего газона. Живая трава ничуть не хуже привычных комнатных растений. Она прекрасно впишется в любой интерьер. Будет хорошо смотреться как возле кровати в спальне, так и на обеденном столе на кухне.

Ёмкость

Комнатные газоны можно выращивать в любой емкости. Это могут быть горшки различной высоты и ширины. Забавно смотрится трава в кашпо с глазками и лицами. Для посадки травы также можно использовать просторные ящики, в каких часто выращивают цветы на балконе. Можно даже сделать такой ящик самостоятельно. Не забудьте на дно любой емкости выложить слой дренажа (керамзит, камешки и т.п.).

Трава

Существует много разновидностей газонной травы. При посадке в домашних условиях лучше выбирать неприхотливые теневыносливые экземпляры. Среди них овсяница, райграс, полевица и др. Весьма милый газончик получается из офиопогона, который образует небольшие кустики, даже не требующие стрижки.



Учительница:

– Дети, скажите, откуда на траве берётся роса?



Ученик:

– Это трава потеет!

Посев

Оптимальная земля для посадки газона рыхлая, пористая, с нейтральным уровнем кислотности. Семена высеваются как можно равномернее по всей поверхности предварительно увлажненной почвы. Затем присыпаются небольшим (1-1,5 см) слоем земли.

Уход

Для газона нужен свет. В темном или полутемном помещении он расти не будет. В этом случае важна искусственная подсветка. Поливать можно нечасто, но обильно.

Следить за тем, чтобы не было переувлажнения почвы,

которое может вызвать загнивание корней. Пару раз в месяц можно проводить аэрацию, прокалывая грунт в нескольких местах. Это позволит обогатить почву кислородом и избежать закиснения почвы. В жаркие летние дни или в отопительный сезон зимой, когда воздух излишне сухой, желательно газон допол-



Ольга Бельская

Кстати

Питомцу в радость

Домашние газоны можно выращивать не только ради эстетического удовольствия. Многие домашние животные с радостью оценят кусочек природы. Кошки, собаки, птицы питаются не только кормом, но и растениями, благодаря чему улучшается работа их желудочно-кишечного тракта.

Именно по этой причине домашние животные иногда переключаются на комнатные растения, которые к тому же могут быть колючими или ядовитыми в отличие от травы. Обратите внимание, что в магазинах с товарами для животных продаются специальные семена

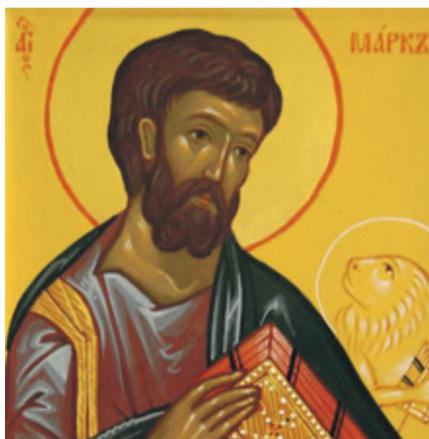
для посева травы.

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...я крестил вас водою, а Он будет крестить вас Духом Святым»

Начало Евангелия Иисуса Христа, Сына Божия, как написано у пророков: вот, Я посылаю Ангела Моего пред лицом Твоим, который приготовит путь Твой пред Тобою.

Глас вопиющего в пустыне: приготовьте путь Господу, прямыми сделайте стези Ему. Явился Иоанн, крестя в пустыне и проповедуя крещение покаяния для прощения грехов. И выходили к нему вся страна Иудейская и Иерусалимляне, и крестились от него все в реке Иордане, исповедуя грехи свои. Иоанн же носил одежду из верблюжьего волоса и пояс кожаный на чреслах своих, и ел акриды и дикий мед. И проповедовал, говоря: идет за мною Сильнейший меня, у Которого я недостойн, наклонившись, развязать ремень обуви Его; я крестил вас водою, а Он будет крестить вас Духом Святым.



Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 15 января, в воскресенье.

Евангелист Марк начинает свое Евангелие с указания на древние пророчества о пришествии в мир ангела, то есть посланника, задача которого заключается в том, чтобы приготовить людей к появлению Мессии. Для подтверждения этого он приводит цитату из пророка Малахии: «Я посылаю Ангела Моего пред лицом Твоим, который приготовит путь Твой пред Тобою».

Этим ангелом, по словам евангелиста Марка, и был Иоанн Креститель. И призвал он к очищению не посредством социальных, экономических и политических реформ, а в первую очередь при помощи покаяния, то есть изменения образа мысли и жизни. Символом покаяния было омовение в реке Иордан. Во время этого ритуального действия человек исповедовал Иоанну Предтече свои грехи. Зачем это было необходимо? Как это готовило людей к приходу Христа? Ответ находим во второй части отрывка. Пророк Иоанн утверждает, что лишь тот примет Сына Божия, кто окажется способен отказаться от своей прежней греховной жизни и засвидетельствовать это в водах Иордана, пройдя обряд очищения. Лишь этих людей Мессия будет крестить, то есть наполнит Духом Святым.



Комментирует священник Дмитрий Барицкий

Стех пор в христианской Церкви крещение также состоит из двух этапов. Во-первых, троекратное погружение в воду, которое символизирует то, что человек покаялся, то есть умер для прошлой, греховной жизни, иными словами, готов измениться, перестать жить по законам своих страстей. Во-вторых, Миропомазание, символизирующее дары Святого Духа, которые может получить лишь тот, кто очистил себя покаянием. Так Евангелие и церковное таинство напоминают нам, что лишь тот, кто действительно изменил образ своих мыслей и действий, тот, кто стремится исполнять Евангельские заповеди, бывает в итоге наполнен Божественной благодатью и впускает в свою жизнь Христа Спасителя.

ДОРОГА К ХРАМУ

МОЖНО ЛИ МАМЕ С ДОЧЕРЬЮ ПРИНЯТЬ КРЕЩЕНИЕ В ОДИН ДЕНЬ?

? Решили с мужем покрестить дочку. Стали советоваться с родными. Выяснилось, что и я некрещёная. Могу ли я вместе с дочкой в один день покреститься? Ольга Дмитриева

Нет запрета креститься в один день. Согласуйте в храме, как будет проходить таинство крещения.



Вышний Волочек 104,5 FM

Губкин 104,0 FM

Задонск 103,9 FM

Липецк 97,9 FM

Москва и область 100,9 FM

Мосолово 101,0 FM

Орёл 95,6 FM

Осташков 99,4 FM

Ржев 102,4 FM

Рязань 102,5 FM

Смоленск 88,4 FM

Старый Оскол 104,0 FM

Тверь 89,4 FM

Доступно онлайн

RADIOVERA.RU



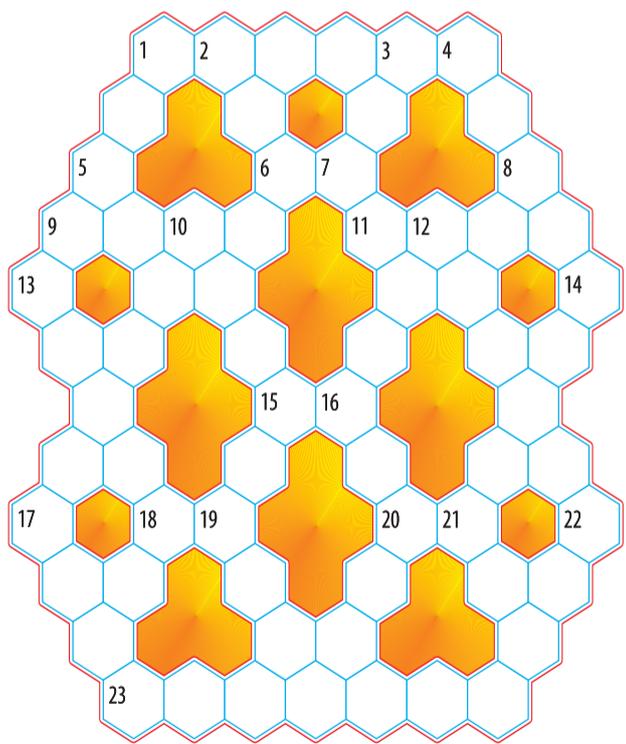
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

← См. фото									← "Песчинка" мироздания	Философ Уильям ... с "бритвой"	← Вереща-ние по-поросячьи				← ... Стри-женов в фильме "Гараж"	← Диктор советско-го ТВ ... Шатилова	
Произво-дитель ситца	Писа-тельница ... Саган		Родич омары в планктоне	Его воспитал медведь Балу		У этой ящерицы синий язык	Река в Закавказье				Органи-ческий краситель		Единица измерения магнитно-го потока	Водная преграда пред замком			
			Титул импе-ратора самураев						Опасный номер каскадера	Сцена для шансонье на Мон-мартре					Река в Усть-Куте и Тикси	Непро-ходимое место на болоте	
	Золотая, ставшая гранулами	Страна со столицей Маскат				Здесь готовили снопы к молотье	Одно из сословий царской России							Молоко после се-паратора			
			Урожай с мерой в стогах												"Делать ... (притвор-яться)"	Город фести-валя "Киношок"	Чем кожу лица скоблят?
	Низ кост-юма во-льничка	Липовая "улица" в парке	Футбо-лист ... Роналдо	Изобре-татель теплового двигателя	"Угрюмец" из сов						Пара кон-ферансье ... и Но-вицкий	Город на Иртыше и Транссибе		... Кроли-ков из "Ширли-мырли"			
			Щека (поэт.)								Дорож-ный указатель	"Бренд с тремя полос-ками"					
Вереница барханов	О чем Табель, изданный Петром I?	Кирстен ... в фильме "Джуманджи"				Виноград, хмель, плющ - всё это ...	Влекума ишаком				Нынешний король Велико-британии	Бедная из повести Карам-зина	Оторочка по шву	Афганский вариант персид-ского языка	... Вотру-ба из ка-бачка "13 стульев"		
								Дом в краю вечных снегов	Резино-вая кукла (Барто)	Курлы-канье журавлика			Снежная с ведром на голове				
Скрывает свое имя	Ее глазки знают все цвето-воды									Эфиопская царевна из оперы Верди							
					Пони-мание шуток												
Автор зна-менитой "Шоколад-ницы"	"Верзила" для проводов							Музыка Боба Марли	Кисло-водская мине-ралка								
					Тигровая с жабрами					Лапа тюленя							



ТЕЛЕК														
Т	С	У	В	У	Г	Л	Я	У	Д	У	Т	О	И	У
Н	У	Е	Д	В	Н	Г	У	О	Т	С	Л	У		
У	Т	И	У	И	Л	Е	У	И	Н	О	Н	У		
У	Г	У	У	У	И	Л	У	У	У	У	У	У		
Н	У	Ш	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
И	Д	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
С	У	У	И	Ф	С	И	У	У	У	У	У	У		
У	С	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
Р	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
Т	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
Н	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		
У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У		

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



По горизонтали:
1. Палочка в руках Антонио Вивальди. **9.** Зов в трубку телефона, когда собеседник «пропал». **11.** Философские мысли, доверенные бумаге. **23.** Актер по имени Анатолий, снявшийся в фильмах «Агония», «Неоконченная пьеса для механического пианино», «Несколько дней из жизни И.И. Обломова».

Слева-вниз-направо:
2. Британский остров в Ирландском море, на котором действует один из старейших парламентов в мире (тин-...

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Смычок. 9. Алло. 11. Эссе. 23. Ромашин.
Слева-вниз-направо: 2. ОТК. 6. Нож. 8. Псы. 10. Лобзик. 12. Спринк. 13. Резус. 16. Гид. 17. Кипр. 19. Хула. 21. Ты. 22. Стр. 14. Ренет. 15. Цех. 18. Суп. 20. Дева. 22. Канн.
Справа-вниз-направо: 1. Соар. 3. ОТК. 5. НЛО. 7. Кат. 10. Лжец. 12. Спринк. 13. Резус. 16. Гид. 17. Кипр. 19. Хула. 21. Ты. 22. Стр. 14. Ренет. 15. Цех. 18. Суп. 20. Дева. 22. Канн.

вальд) – с 979 года. **4.** Пират с королевской лицензией. **5.** Тарелка, в которой инопланетяне. **7.** Радистка из романа Юлиана Семенова «17 мгновений весны». **10.** Пудрит мозги и вешает лапшу. **12.** Котлетка из творожной массы. **13.** Важный фактор при переливании крови. **16.** Провожатый по достопримечательностям. **17.** В какой курортной стране есть города Ларнака, Пафос и Лимасол? **19.** Резкое осуждение. **21.** Забор из острых кольев. **Справа-вниз-направо:** **1.** Пеленгатор моряка. **3.** Заводская служба качества. **6.** Мачете или финка. **8.** Охранники на цепях. **10.** Какая пилка превращает фанеру в произведение искусства? **12.** «Памятник» скошенной траве на лугу. **14.** Сорт яблок ... Платона Симиренко. **15.** Отделение фабрики, завода. **18.** Разливают по тарелкам. **20.** Прелестница в зодиакальном круге. **22.** Курорт, где киношникам раздают «Золотые пальмовые ветви».

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ: книги, часы, статуэтки, медали и ордена, ёлочные игрушки, документы, грамоты, благодарности, янтарные бусы, броши, фарфор, монеты, самовары, игрушки, иконы, картины, военную атрибутику, значки, знаки, жетоны, открытки, мебель и многое другое до 1917 и советского периода. Покупаю ДОРОГО! Выезд в любой район города и области бесплатно 24 ч. Покупка, оценка по фото (ватсап, телеграмм, вайбер), помощь при продаже, комиссия. Выкуплю коллекции значков, монет, фарфора, открыток и т.д., очень ДОРОГО!!! Игорь Иванович, тел.: 8 (951) 869-75-55.

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ

В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость
строчного
объявления от **250** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка:
 ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635
 В назначении платежа указать:
 «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.
 Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
 Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки
уточняйте
у менеджера

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см,
80x200 см,
90x200 см,
120x200 см,
140x200 см,
160x200 см

СУПЕРЦЕНА
от 1690 руб.



Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

Корректор осанки S-M талия 60-85 см

L-XL талия 86-125 см

1690 руб. 990 руб.



Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки. Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильное положение. РУ № РЗН 2018/6874 от 28.02.2018 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Массажная подушка с функцией прогрева

3890 руб. 1690 руб.



Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста, промассируют ваши проблемные зоны, и вы ощутите приятное тепло и легкость. Массаж-шиацу + разогрев. Поможет убрать спазмы мышц, согревает и расслабляет. Используйте дома, в офисе, в автомобиле. Не является медицинским прибором.

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.



С дисплеем + душ

2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.

Новейший автоматический веник

1890 руб. 990 руб.



Автоматический веник необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Соприкасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетины веника собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360° и облегчает работу.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домашних животных. И в него встроены уютный ночник.

1+1 КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!



Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки

в комплекте: белый, черный, бордовый

2390 руб. 1690 руб.



«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши. S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

Бюстгалтер корректирующий «Ах Бра»

1710 руб. 990 руб.



Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек, не собирается складками и не сдавливает по бокам, делает декольте соблазнительным. Эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размер «Ах Бра» совпадает с размером вашей одежды (майки, рубашки): S 40-42, M 42-44, L 46-48, XL 50-52, XXL 52-54, XXXL 54-56.

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские)

Суперцена! 4 пары за 790 руб.



Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух, который обеспечивает тепло. Защищают от размножения бактерий и появления неприятных запахов. Отвечают за впитывание влаги. Размер носков – универсальный. Согревают ноги в любую погоду!

Стул для ванной и душевой с регулируемым ножками

2990 руб. 2490 руб.



Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой. Обеспечивает безопасность и комфорт, особенно пожилым людям. Ножки стула не скользят по мокрому полу, рама не подвержена коррозии благодаря специальному покрытию. Позаботьтесь о себе и своих близких!

Бесконтактный инфракрасный термометр

1990 руб. 1290 руб.



Вы можете легко измерить температуру на любом участке кожи всего за несколько секунд, не прикасаясь к телу. Это очень удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. В инфракрасном градуснике нет стекла и ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым.

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

990 руб.



Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимость даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в ответственный момент вы останетесь без источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете позвонить своей семье от разъема USB, который встроены в фонарь.

Термобелье мужское, женское

1690 руб. 990 руб.



Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Можно носить под брюки, джинсы, тонкие джемпера, блузы. Изготовлено из трехслойного волокна, которое нейтрализует размножение бактерий, устраняет запах пота, обеспечивает постоянный влагообмен, выполняет функцию корректирующего белья. Благодаря специальным утягивающим вставкам вы будете выглядеть стройнее и изящнее.

Вертикальная суперсушилка для белья

2690 руб. 1990 руб.



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить. Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушите любые вещи – от носовых платков и постельного белья до шорт и мягких игрушек!

Многофункциональный парогенератор

2590 руб. 990 руб.



Прибор сочетает в себе такие функции, как паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Выработывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерий. Попробуйте погладить им шторы, освежит кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 руб. 990 руб.

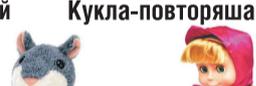


Календарь до 2099 г. показывает дату, время, год и день недели. С помощью встроенного комнатного термометра можно измерять температуру в Цельсиях, в Фаренгейтах. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра, классическую музыку. Проецирует звездное небо. Часы-проектор – отличный подарок детям!

Говорящий хомячок

Woody O' time (Original)

1790 руб. 990 руб.



Кукла-повторяшка

1790 руб. 1190 руб.



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохот!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Усилитель звука

990 руб.



Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. Не является медицинским изделием.

Электрический измельчитель «Молния»

2190 руб. 1590 руб.



«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).

Ледоходы для обуви

СУПЕРЦЕНА 790 руб.



Ледоходы – легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Обеспечивает прочное сцепление со льдом и избавит вас от падений, царапин и ссадин. Ледоходы легко надеваются на любую обувь размером от 35-го до 45-го. Отличительные черты новой модификации ледоходов – дополнительный противоскользящий протектор и 5 особо прочных шипов на каждой подошве, т.е. 10 шипов на пару, благодаря которым ледоходы максимально надежно держат Вас на самом скользком льду.

Подушка для ног «Здоровый сон»

1690 руб. 990 руб.



Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы чувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Особенно необходима для людей пожилого возраста.

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1390 руб. 990 руб.



Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Представляют собой переплетения миллион мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств и после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и галифе. Повышают тонус, защищают ноги от переувлажнения благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движения и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.

Лента «Супер Фикс»

2 шт. по суперцене 990 руб.



«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовывать герметичное соединение, закрывая трещины, порезы, разрывы и т.д. Легко зафиксировать на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!

ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ

1990 руб. 1490 руб.



Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!

Казан-вок «Сила гранита» 4 в 1. Диаметр 32 см

2690 руб. 1990 руб.



Это сковорода, сковородка, вок и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granite с частицами настоящего камня. Алмазное напыление с внутренней стороны сковороды. Благодаря силиконовой ободке крышка создает давление под воздействием вакуума, что позволяет готовить в разы быстрее.

Чудо-губка для чистки сковородок, кастрюль, и др.

СУПЕРЦЕНА! 2 штуки за 590 руб.



Губка с абразивным напылением из карбида кремния очистит посуду от загрязнений любого типа и срока давности. Используйте ее для полировки или заточки металла, шлифования изделий из дерева или пластика. Чудо-губка прекрасно подходит для очистки крана, кафеля, столешницы, мойки и других изделий.

Плита индукционная (настольная)

3890 руб. 1990 руб.



Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется экономней!

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

2 шт. 990 руб.



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности! Не являются медицинским изделием.

Чудо-пленка «Надежная защита» 3 м x 60 см

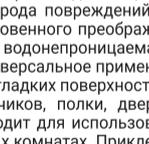
2 шт. 990 руб.



Самоклеющаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнения, а также для мгновенного преобразования интерьера. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Универсальное применение – для оклеивания любых гладких поверхностей (столешницы, фасады шкафов, полки, двери, стены и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг»

2 шт. по суперцене 990 руб.



Бандаж фиксирует голеностопный сустав в анатомически правильном положении, обеспечивает его неподвижность и стабилизирует. Не изнашивается хрящевая ткань. Не перегружаются связки и мышцы, сводится к минимуму риск получения растяжений, ушибов, вывихов.

Наколенник «Двигайся легко»

2 шт. по суперцене 990 руб.



Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги. Уменьшает нагрузку на сустав, не нарушает кровоток, незаметен под одеждой. Универсальный размер. Максимальный обхват ноги – 50 см. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ