

Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№12
(260)

ТВ-программа с 27 марта по 2 апреля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

35
КАНАЛОВ
ТВ

**КАЗАНСКАЯ
ИКОНА
БОЖЬЕЙ МАТЕРИ**

стр. 10

**КАПИТАНЫ
ПОДНИМАЮТ
ПАРУСА**

стр. 6

**ЛАРИСА
РУБАЛЬСКАЯ**

**ЛЮДИ ЛЮБЯТ СЛУШАТЬ ТО,
ЧТО УЖЕ ЗНАЮТ**

стр. 2

**ПОЛЕЗНЫЙ
УЖИН:
МНОГО ВКУСА,
МАЛО КАЛОРИЙ**

стр. 8

**ПОЧЕМУ
МУЖЧИНА
НЕ ЖЕНИТСЯ?**

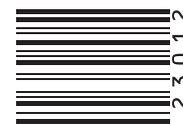
стр. 4

**ПОЛИВАЕМ
РАССАДУ
С УМОМ**

стр. 27

Фото телеканала «Россия»

ISSN 2618-933X



9 772618 193373 23012

12+

На телеканале «Россия» – премьера нового музыкального шоу «Моя Мелодия», которое будет выходить по пятницам. Героев этой программы можно назвать смельчаками, поскольку они не подозревают, что их ожидает.

Знают лишь, что нужно выйти на сцену, сесть в кресло и услышать «тайную мелодию» из своей жизни. Какая именно это будет мелодия, кто ее исполнит – секрет, который мы тоже не можем раскрыть раньше времени. Но что можем сказать однозначно: в новом музыкальном проекте зрители увидят своих кумиров и услышат трогательные истории из их жизни. В кресле главного героя окажутся Ангелина Вовк, Филипп Киркоров, Игорь Николаев, Андрей Соколов, Анна Ардова и Лариса Рубальская, с которой наш корреспондент пообщался после съемок программы...

Пожелание читателям «ТЕЛЕКа»:

– Смотрите телевизор! Там много того, что вас может обрадовать, заставить сострадать, думать, быть может, и разочаровать, но ни в коем случае не оставит равнодушным.

Сюрприз для Рубальской

– Лариса Алексеевна, когда организаторы предложили вам участвовать в «секретном» проекте, что вам сказали?

– Сказали, что снимают новое шоу. Попросили, чтобы я ни о чем не спрашивала, поскольку шоу будет с сюрпризом и однозначно интересное. Этого было достаточно, чтобы я согласилась.

– Тем не менее, предполагали, что это может быть?

– Поскольку программа называется «Моя Мелодия», я догадывалась, что будет звучать моя песня. Вопрос: какая именно, кто ее исполнит и в чем будет заключаться секрет?

– То, что увидели на сцене, вас удивило?

– Не только удивило, но растрогало и впечатлило. Это действительно был

Лариса РУБАЛЬСКАЯ:

СВОИ СТИХИ НЕ НАЗЫВАЮ ПОЭЗИЕЙ

подарок. С удовольствием бы этот вечер повторила, прокрутила бы обратно, если бы действительно существовала машина времени.

«Транзитный пассажир» и «Странная женщина»

– Песни в шоу звучат старые, хорошо известные, а вы продолжаете писать новые. Кого из исполнителей осчастливили своей новой работой?

– Для Михаила Шуфутинского вместе с замечательным композитором Игорем Слущким написали песню «Вы мне нравитесь, взрослая женщина!». Она уже звучит на радио «Шансон», вставляю ее в свои концерты и вижу женскую реакцию в зале, понимаю, что эта песня в них «попала».

– Вы написали порядка 600 стихотворений для песен. Есть любимые?

– Есть где-то 12 песен, которыми я горжусь. Их все знают, это песни-долгожители: «Угонщица», «На два

Дословно

«Гоню от себя одиночество»

– Вы публичный человек. Но наверняка бывают дни, когда вдруг ощущаете одиночество? Почти каждый человек проходит через это ощущение...

– Я не генерирую в себе чувство одиночества, хотя давно живу одна. У меня на этот счет есть знаковое стихотворение, которое заканчивается словами: «Мне тоже есть, чем поделиться, не все в жизни сложилось, как хочется. Зато я смотрю на ваши лица и забываю про одиночество». Я общительный человек, люблю взаимодействие, поэтому гоню от себя одиночество.



дня», «Напрасные слова», «Странная женщина», «Транзитный пассажир»...

Стихи изменили жизнь

– Любая хорошая песня, отправляясь в самостоятельное плавание, обращает историю. Могли бы рассказать одну?

– Недавно выступала в женском клубе, читала стихи, отвечала на вопросы. И одна из зрительниц после встречи подошла ко мне и сказала: «Давно искала случай, чтобы рас-

сказать, как ваше стихотворение перевернуло мою жизнь. Когда была совсем молодая, у меня был мужчина, которого любила, но который был женат. Я ждала момента, когда он решится уйти из семьи и женится на мне. Но он лишь морочил мне голову и не делал никаких радикальных шагов. Я часто плакала. И однажды мне на глаза попало ваше стихотворение «Ты изменяешь мне с женой, ты изменяешь ей со мной». Оно меня как-то встряхнуло, я многое переосмыслила, разорвала трудные для меня отношения и счастливо вышла замуж за другого человека. Подобных и разных других историй я знаю много, можно книгу писать.

Отнимает силы, но даёт эмоции

– Вы продолжаете активную концертную деятельность. Дайте полноценные, двухчасовые концерты на большие залы. Неужели одна выступаете?

– Иногда в моих концертах принимают участие другие исполнители, но в основном веду их сама. Это тоже моя гордость. Недавно вернулась с таких гастролей. Залы были полные. Это приятно. Моя главная задача сегодня – готовить себя к этим концертам, писать новые стихи, хотя люди любят слушать то, что уже знают. Заметила, что больше ра-



В кресле участника шоу «Моя Мелодия».

ботают стихи, написанные раньше. Удивительно, но это так.

– Вы, получается, лёгкая на подъём, несмотря на то, что дорога, концерты отнимают силы...

– Зато заряжают эмоционально. Это дорогого стоит.

Новое, любимое

– Вы давно и плодотворно пишете стихи. Никогда не хотелось перейти на прозу?

– У меня есть целый сборник рассказов, которые, правда, не называю прозой, как и свои стихи – поэзией. Сборник называется «Новое, любимое».

– Рассказы про вашу жизнь?

– Как бы про мою, но не совсем мою (смеется).

– Дневники не вели?

– Как-то в своих архивах я нашла школьную записку, где прочитала: «мечтаю, чтобы моим мужем стал мужчина, у которого есть ондатровая шапка». Видимо, так я представляла благополучного состоявшегося мужчину, каким хотела видеть будущего супруга (смеется). Больше с бумагой своими мыслями не делилась.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

Задачи на каждый день

– Сегодня существует много рекомендаций о том, как сохранить здоровье, продлить свою молодость, жизнь. Одни говорят про питание, другие про движение, третьи про умственную активность. Что, на ваш взгляд, продлевает жизнь? Стоит ли верить рекомендациям или надо просто жить в своё удовольствие, а не по правилам и диетам?

– Жить в свое удовольствие невозможно, потому что жизнь – непростая штука. Иногда нужно делать то, что нужно. Расскажу про свой опыт. Я всегда озабочена тем, чтобы придумать себе следующее занятие. Пока оно брезжит, тебя не тянет назад, ты не ощущаешь неизбежность возраста. Например, сегодня у меня были съемки, и я уже знаю, как

смонтирую ролик из тех песен, что звучали сейчас в качестве подарка в программе «Моя мелодия». Придумала, какую подведу к ним историю, как займу своих подписчиков на 5-6 минут, как все они будут радоваться. Это моя установка – обязательно знать, что делать дальше и работать в этом направлении. Таким образом, жизнь продолжается.

Фото телеканала «Россия»

Денис Никифоров рассказал о «Хозяине»



В эфире НТВ – премьера остросюжетной драмы «Хозяин». В ролях: Денис Никифоров, Ирина Таранник, Николай Козак, Сергей Шариффулин, Пётр Баранчев, Дмитрий Лавров и другие артисты.

В центре истории – бывший боксер Егор Таранцев (Денис Никифоров), который приезжает в родной приморский городок на похороны матери. 20 лет назад он уехал на соревнования и больше не возвращался в эти края. Карьера пошла на взлет, из любителей он вышел в профессионалы... Егор был уверен, что вернулся в этот раз в родной город ненадолго, но непредвиденная ситуация полностью изменила его планы: во время конфликта с бандой дальнобойщиков один из них погибает. Теперь его подозревает полиция и ищут бандиты. В самом же городе все также неблагоприятно, и Егор начинает помогать местным жителям.

– Сериал «Хозяин» стал прекрасным завершением моей боксерской карьеры в кинематографе, – рассказывает исполнитель роли Таранцева Денис Никифоров. – Рад, что логическую точку в этом виде спорта я поставил, исполнив роль замечательного персонажа Егора Таранцева, бывшего чемпиона по боксу. С каскадерами, работавшими на площадке, мы знакомы давно, поэтому какие-то технические вещи нам удалось осуществить быстро и красиво. Но дублеров у меня не было, все трюки я выполнял самостоятельно. Кстати, в боксерском зале, где проходили съемки, висели плакаты с моим изображением из другой кинокартины, посвященной боксу.

Фото PR НТВ



«Маска» обзавелась личным чат-ботом

У музыкального шоу «Маска» телеканала НТВ теперь тоже появился свой чат-бот (для тех, кто не в курсе, поясним: это так называемый «виртуальный собеседник» – компьютерная программа, которая отвечает на вопросы и задаёт свои). Предназначен он для истинных фанатов передачи – тех, кто смотрит каждый выпуск и следит за всеми новостями «Маски». Теперь благодаря чат-боту поклонники шоу смогут участвовать в конкурсах, набирать баллы и выигрывать призы. Найти новое развлечение можно в официальном сообществе «Маска» в сети ВКонтакте, зайдя в личные сообщения и написав слово «начать». Чат-бот будет развлекать и радовать своих подписчиков до самого финала «Маски», который состоится в конце апреля.

Фото PR телеканала НТВ

«Праведник» выйдет в Израиле

Фильм «Праведник» режиссёра Сергея Урсуляка вышел в российский прокат ещё в середине февраля. А скоро эта кинолента будет показана в Израиле. Местные зрители смогут увидеть картину с субтитрами на иврите с 13 апреля, в канун Дня памяти жертв Холокоста и героев сопротивления.

Напомним, что в основе фильма – бессмертный подвиг Николая Киселёва, офицера Красной армии, который в августе-октябре 1942 года спас 218 советских евреев, выведя женщин, стариков и детей из фашистской оккупации за линию фронта.

Съемки киноленты проходили в России, Беларуси и Израиле.



В новом шоу будет «Вкусно с Ляйсан»

На телеканале ТВ-3 – премьера шоу «Вкусно с Ляйсан». Как можно, наверное, догадаться из названия, его ведущей стала российская гимнастка Ляйсан Утяшева. Для спортсменки это уже не первый опыт ведения передач, поэтому на съемочной площадке Утяшева чувствует себя комфортно. По замыслу авторов шоу в гости к Утяшевой будут приходить звезды шоу-бизнеса, чтобы приготовить любимые блюда и вспомнить забавные истории из детства.

В числе гостей зрители увидят Глюкозу, Татьяну Котову, Елену Хангу, Надежду Ангарскую, Аллу Духову и многих других знаменитостей. – Я рада, что этот проект состоялся, – поделилась с нами Утяшева. – Обещаю вам, что будет вкусно, как в детстве!

Фото телеканала ТВ-3

«Синяя птица» готовит сюрприз

На телеканале «Россия» готовят сюрприз для поклонников проекта «Синяя птица». 26 марта в эфир выйдет специальный выпуск, который будет посвящен мамам и бабушкам, называться он будет «Синяя птица и друзья». Создатели проекта обещают зрителям настоящее яркое шоу. Будут неожиданные дуэты, новые яркие версии знакомых и любимых всеми песен и головокружительные акробатические номера.



На сцене соберутся участники прошлых сезонов, в том числе – ставшие настоящими звездами юная актриса Вита Корниенко, уже знакомая многим по различным сериалам и фильмам, а также олимпийская медалистка – российская гимнастка Виктория Листунова. Вместе с юными выпускниками «Синей птицы» выступят Марина Неёлова, Евгений Миронов, Денис Мацуев, Ваня Дмитриенко, Александр Зацепин и многие другие знаменитости.

Ведущей шоу будет Дарья Златопольская.

Фото телеканала «Россия»

Актёров отправили в экспедицию

В Архангельской области и на Чукотке одновременно, двумя группами, начались съёмки нового сериала «Челюскин. Первые» – об уникальной спасательной операции в Арктике, которая проводилась в 30-х годах прошлого века. Трагедия случилась при попытке прохождения Северного морского пути за одну навигацию. Пароход «Челюскин» был зажат льдами и пошел ко дну. И в суровых арктических условиях челюскинцам приходилось каждую минуту бороться за жизнь.

Главные роли в исторической драме исполняют Глеб Калюжный, Стася Милославская, Кирилл Кяро и Дмитрий Куличков. Одним из продюсеров сериала стал Фёдор Бондарчук.

Как нам удалось узнать, члены съемочной группы встречались с родственниками участников той экспедиции.

Несмотря на то что фильм основан на реальных событиях, он все же художественный.

– Наша история – это не документальное воспроизведение событий, а некая быль по мотивам событий, – поясняет режиссер Степан Коршунов. – В работе мы сталкивались с тем, что все время всплывают факты от свидетелей происшедшего, которые в официальной версии не подтверждаются. Где-то найденные нами факты и слухи используем, где-то – нет, но при этом стараемся быть очень аккуратными и не додумывать ничего совершенно невероятного.

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АКАДЕМИЧЕСКИЙ
ТЕАТР КОМЕДИИ
ИМЕНИ Н.П. АКИМОВА

В ДНИ ШКОЛЬНЫХ КАНИКУЛ
С 25 МАРТА ПО 2 АПРЕЛЯ

ASTRID
LINDGREN
COMPANY



6+

перевод Ксении Коваленко
Малыш и
КАРЛСОН
Астрид Линдгрэн

СЕКРЕТ УСПЕХА

Адаптируем рабочее место под себя

Сохранение здоровья и качество выполняемой работы во многом зависят от бытовых «мелочей»: от того, насколько удачно выбрана высота рабочего стола, правильной ли высоты ваш стул, на каком расстоянии находится монитор от глаз и т.д.



СТОЛ

Для людей с ростом 150-160 см оптимальная высота рабочего стола – 60-65 см.

Для сотрудников ростом 175-185 см высота стола должна достигать 70-80 см.

При росте от 190 до 200 см работник должен сидеть за столом высотой от 80 до 90 см.

ОФИСНОЕ КРЕСЛО

Во время сидения ступни должны ровно стоять на полу, а угол между бедром и голенью должен быть прямым. Если спинка кресла анатомическая (повторяющая контуры вашего тела), то это замечательно. Для достижения большего комфорта можно воспользоваться рулонной подушкой для поддержки спины, а для ног установить подставку, снимающую напряжение.

ВЫСОТА МОНИТОРА

Верхняя часть монитора должна быть примерно на уровне глаз (или чуть ниже). Вы выбрали правильную высоту монитора, если при взгляде в середину экрана пришлось совсем немного опустить взгляд. При этом шея пусть остается неподвижной. От глаз монитор располагайте примерно в 50 см. Обратите внимание: чем больше размер монитора, тем дальше от него следует находиться.

Даже адаптировав рабочее место «под себя», не забывайте время от времени вставать, ходить и разминаться. Старайтесь гулять во время обеда, чтобы найти баланс между сидячей работой и двигательной активностью.

Давайте будем честны: услышать марш Мендельсона больше мечтают женщины, чем мужчины.

Женщинам это дает чувство защищенности и служит доказательством серьезности намерений партнера. Для мужчин это дополнительный обязательство, которые не всегда радуют. И все же в каждой паре, где женщина задается вопросом: «Почему он на мне не женится?», можно найти свою отдельную причину. И в зависимости от этого выстраивать дальнейшие отношения.

Боязнь близости

1 Конечно, речь идет не об интимной стороне отношений, а о духовной близости. Часто такие мужчины тихо исчезают из жизни женщины без видимых, казалось бы, причин. Еще вчера все было отлично, дело по всем приметам шло к свадьбе – а он неожиданно удалился, не оставив даже записки или отделившись глупой отговоркой.

В ЧЁМ ДЕЛО? Скорее всего, в прошлом у такого мужчины были доверительные отношения с любимой женщиной, которой он открыл душу полностью, а в ответ получил предательство. И теперь он боится повторения травмирующего опыта.

КАК БЫТЬ? Отпустить. Пока мужчина сам не захочет исправить подобную ситуацию и не проработает травму с психологом, он продолжит прятаться из отношений в отношения.

«Почему он на мне не женится?»



Разговор друзей:
– Угрозило же тебя жениться!
– Ну и что? Зато голосок у неё очень приятный. А когда молчит, то вообще – слушал бы и слушал!

Страх потерять мужественность

2 Среди друзей вашего мужчины бытует мнение, что каждый женатый человек – подкаблучник. Мол, надел кольцо – и потерял самостоятельность.

В ЧЁМ ДЕЛО? Мужчина слишком зависим от чужого мнения. Это признак инфантильности и неуверенности в себе.

КАК БЫТЬ? Решить для себя, хотите ли вы продолжать отношения с человеком, который не готов нести ответственность за вас и ваших будущих детей.

Нет любви...

3 Чаще всего женщина в таких отношениях уверена, что ее любви и терпения хватит на двоих, поэтому готова терпеть пренебрежительное отношение к себе и нежелание мужчины оформить отношения официально.

В ЧЁМ ДЕЛО? Имеет место сочетание двух факторов – низкой женской самооценки и мужского стремления к комфорту. Ему приятен налаженный быт, и он просто пользуется женщиной в свое удовольствие, пока не подберется более удобный вариант.

КАК БЫТЬ? Повышать собственную самооценку и не позволять даже любимому мужчине собой пользоваться.

Мама лучше знает

4 Он добрый, заботливый, внимательный, но у этой медали есть обратная сторона: главный человек в его жизни – мама. Мужчина советуется с ней по любому мелкому поводу, ее мнение учитывается при выборе работы, квартиры, машины, имени будущего ребенка и так далее.

В ЧЁМ ДЕЛО? Такого сына мама растила одна или при номинальном участии папы, поэтому она занимает центральное место в его жизни.

КАК БЫТЬ? Решение о женитьбе, как и остальные решения, примет за мужчину мама. Можно попытаться завоевать ее доверие и сделать своей союзницей. Но придется смириться, что и после свадьбы влияние мамы на мужа будет сильно.

Неверие в брак

5 Как только вы намекаете на то, что были бы не против получить колечко, а с ним в комплекте руку и сердце вашего избранника, он резко переводит тему разговора. Или начинает горячо отстаивать плюсы свободных отношений, а его любимая цитата: «Хорошее дело браком не назовут».

В ЧЁМ ДЕЛО? Молодой человек вырос в семье, где мама и папа (или оба) воспринимали семейную жизнь как обузу, попрекали друг друга и бесконечно ссорились. Для мальчика, выросшего в вечном конфликте, брак – синоним плохих отношений.

КАК БЫТЬ? Не уговаривать, это бесполезно. Или ждать, пока он научится вам доверять (что довольно рискованно), или не тратить на него время.



В заключение хотим сказать, что мужчины по натуре своей собственники. Если ваш избранник вас действительно очень любит, он сделает все, чтобы показать всему миру, что вы его женщина. Ну а если ему это не важно, стоит задуматься: действительно ли он тот самый?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!

Бабушка – о внуках, внуки – о бабушке

Дорогие читатели!

Напоминаем вам, что наш конкурс в самом разгаре! И самое приятное, что многие из вас уже прислали свои работы – трогательные, нежные, полные любви и заботы. Их невероятно приятно читать!

Ну а если вы еще только собираетесь с мыслями, советуем поторопиться.

Условия прежние: вам нужно нарисовать, описать в стихах или в виде небольшого рассказа вашу дружную парочку – бабушку и внука или внучку. Расскажите, как вы весело проводите время, как вместе занимаетесь хозяйством или пу-



тешествуете. Выбирайте сами, как вам легче и приятнее будет самовыразиться.

Ждем ваши работы по адресу: 127018, Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4, редакция газеты «ТЕЛЕК», на конкурс «Бабушка – о внуках, внуки – о бабушке» или по электронной почте telek@kardos.ru до 29 марта 2023 года.

С 29 марта начнется второй этап нашего конкурса. Подробности – в № 13 газеты «ТЕЛЕК».

Победителей ждут отличные призы:

- 1 место** – два билета в цирк.
- 2 место** – полугодичная подписка на газету «ТЕЛЕК» и детская книга.
- 3 место** – детская книга и сборник рецептов.

Общие итоги конкурса и имена победителей будут объявлены в № 15 нашего издания, который выйдет в свет 12 апреля.

Желаем вам удачи и с нетерпением ждём ваши увлекательные истории!

Участие в конкурсе означает ваше ознакомление и полное согласие с «Общими правилами» участия в конкурсах, размещенными на сайте Организатора конкурса по адресу: <https://telek.kardos.media/project/> Не забывайте указывать свой номер телефона для связи!



ДОКТОР, КОТОРЫЙ СУМЕЛ ОБМАНУТЬ СМЕРТЬ,

или Как искусственный интеллект может спасти Вашу жизнь?

Можно ли обмануть смерть? На первый взгляд ответ кажется очевидным. Но есть один человек, которому это всё же удалось.

Мало того, его необычный метод уже спас сотни людей. И сегодня каждый, кто обладает этой ценной информацией, может продлить свою жизнь на годы. А то и на десятилетия! Что же это за секрет? Узнайте прямо сейчас.

Доктору Анатолию Зильберу сегодня 91. Он говорит смерти каждый день: «Не сегодня!». И знает главный секрет долголетия. Профессор, доктор медицинских наук, член общественных академий Российской медико-технической академии. Он стал первым, кому удалось разгадать феномен утренних смертей. Зильбер выяснил: рано утром у человека меняются биоритмы. И в кровь начинает поступать утренний гормон стресса — кортизол! Представляете, Вы ещё не успели открыть глаза, а кортизол уже заставил Ваши мышцы сокращаться. А просвет в сосудах — сузился до микроотверстия. Но как через это маленькое окошко в сосудах доставить кровь к внутренним органам? Особенно если она вязкая? Сердцу приходится «увеличивать напор», т. е. поднимать давление. На здорового человека это никак не влияет. Но вот люди, у которых проблемы с давлением, могут умереть от инфаркта или инсульта. То есть не все могут проснуться утром, понимаете? Почти полвека доктор Зильбер приходил в больницу в 4 утра, чтобы спасти людей. Он как никто знает, как важно следить за давлением! Поэтому в свои 91 Анатолий Петрович выглядит и чувствует себя отлично. А Вы?

ТИХИЙ УБИЙЦА

Многие могут сейчас махнуть рукой, мол, да у меня всю жизнь повышенное давление. «Рабочее», как у нас любят говорить. Но гипертонию не зря называют тихим убийцей. Она подкрадывается незаметно. И каждый день разрушает Вас изнутри, приближая на шаг к смерти. Причём вне зависимости от того, ощущаете Вы своё повышенное артериальное давление или нет.

Можно жить и не знать о недуге. Не измерять давление, но иметь артериальную гипертензию. Поэтому если Вы не хотите быть парализованным или умереть от инсульта, нужно держать давление под контролем!

Но как это делать грамотно? В этом мире всё уже придумано. И Ваша задача — просто пользоваться этим, если Вы хотите жить дальше. Как видите, сегодня даже с гипертонией можно жить почти до 100 лет. Это уже не кажется фантастикой. Мир стоит на пороге Революции Долголетия! Посмотрите сами. Человек уже сконструировал ядерный реактор, побывал на Луне и успешно клонировал овцу.

А наши российские учёные разработали уникальный аппарат — умный корректор артериального давления «Нейродэнс Кардио». Вам даже делать ничего не придётся — «Нейродэнс Кардио» сделает всё за Вас. Эта разработка, без преувеличения, уникальна. Ведь до этого устройств с такой эффективностью, способных регулировать давление, ни в России, ни за рубежом просто не было! Как же он работает? И кому может помочь? Давайте разберёмся.

ЧЭНС-ТЕРАПИЯ

Что такое ЧЭНС-терапия? На сегодняшний день это самый передовой, эффективный и главное безопасный метод физиотерапии. Как он действует?

Представьте дверной звонок. Что происходит, когда Вы нажимаете кнопку? Электрический ток бежит по проводам. Контакт замыкается, молоточек стучит по металлической пластинке и получается звук. По этому же принципу работает и аппарат для коррекции артериального давления «Нейродэнс Кардио».

Электроды аппарата начинают воздействовать на биологически активную точку Вашего запястья. Как мы, нажимая на звонок. Серия сложных электрических импульсов средней и низкой частоты бежит через нервный канал в мозг. Как ток по проводам. И Ваш мозг даёт организму сигнал — привести в норму уровень кортизола (из-за его резкого повышения и случаются инфаркты и инсульты, помните?).

Что же происходит дальше? А дальше Вы буквально физически ощущаете, как Вам становится легче. Снимается спазм, сосуды расширяются, нормализуется кровоток. Вы чувствуете приятную лёгкость, головная боль отступает. В висках больше не стучат сотни молотков. Пропадают мушки перед глазами. Проходит головокружение. Становится легче дышать. Давление наконец-то приходит в норму.

Как будто совсем другой человек! Вот она — Ваша новая реальность! Практически вторая молодость.

ДЛЯ КОГО И ПОЧЕМУ?

Каждый, кто сейчас читает эту статью, думает: а мне поможет? Мы Вас понимаем. Поэтому сразу решили ответить на вопрос: кому может помочь стабилизатор давления «Нейродэнс Кардио».

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЕВЫХ ПОДДЕЛОК!

Только защитная голограмма на упаковке - это гарантия того, что вы приобрели не подделку, а настоящий медицинский аппарат.



И почему. Он поможет:

- людям со стабильно высоким артериальным давлением;
- при стабильно низком артериальном давлении;
- пациентам с гипертонической болезнью;
- метеозависимым;
- страдающим от эпизодической смены артериального давления.

«Нейродэнс Кардио» — медицинская техника нового поколения, которая помогает в 90% случаев. Да, Вы не ослышались. И можете убедиться в этом сами.

- Он одобрен Росздравнадзором. А клинические исследования проводились в ведущих клиниках страны! В том числе в Главном военном клиническом госпитале им. Н.Н. Бурденко и в Санкт-Петербургском государственном медицинском университете им. И.П. Павлова. Впечатляет? А результаты!

По результатам исследований, после курса процедур у большинства пациентов с гипертонической болезнью наблюдается снижение артериального давления. А это значит, что все эти люди смогли не только избежать инфаркта и инсульта, но и улучшить свою жизнь. Вывести её на более качественный уровень. Просыпаться утром не разбитым, с большой головой, а полным сил и энергии. И Вы тоже сможете! Согласитесь, жить и доживать — это далеко не одно и то же.

ИДИТЕ В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ

Умный корректор артериального давления — это не что иное, как искусственный интеллект на Вашем запястье. И очень скоро это медицинское устройство будет у каждого, как мобильный телефон. Вот только стоить оно будет в разы дороже. Скажем по секрету, пока «Нейродэнс Кардио» не вышел на массовый рынок, и у Вас есть возможность заказать его по льготной цене.

Многие уже сейчас это сделали. Потому что поняли: умный корректор давления может радикально сократить преждевременную смертность. Например, от сердечной недостаточности, инфаркта и инсульта. И добавить к Вашей жизни годы, если не десятилетия.

Только попробуйте, и Вы уже не захотите с ним расставаться. Потому что поймёте, как легко и удобно им пользоваться. А результат не заставит себя ждать. Корректор давления выполнен в виде браслета. Его удобный эластичный ремешок подойдёт на любую полноту руки. Внешне «Нейродэнс Кардио» напоминает электронные часы. А для того, чтобы начать процедуру, нужно всего лишь нажать кнопку.

Как видите, всё настолько просто, насколько только может быть. Умный аппарат сам делает всю работу. Поэтому хватит лечиться дедовскими методами, они давно уже устарели. Доверьтесь профессионалу. Ведь «Нейродэнс Кардио» знает, как Вам помочь!

СКОЛЬКО СТОИТ МИНУТА ВАШЕЙ ГОЛОВНОЙ БОЛИ?

Иногда мы готовы отдать любые деньги, лишь бы боль быстрее прекратилась. Но какова цена? Разработка лекарств и получение разрешения — процесс длительный и затратный. В результате мы получаем препараты, которые стоят очень дорого. Думаем, Вы не раз испытывали настоящий шок от цен в аптеках. И ладно бы они помогали на 100%. Но это просто невозможно. Ведь учесть особенности каждого организма нельзя. Добавьте к этому привыкание, аллергию, побочные эффекты.

И получается, что за свои же деньги Вы часто получаете больше вреда, чем пользы. К счастью, мы живём в мире «реактивной» медицины. И сейчас есть надёжные и проверенные методы. Купив аппарат «Нейродэнс Кардио» один раз, Вы сможете решить проблемы с давлением.

Если не раз и навсегда, то эффективно и надолго. Сэкономив на этом приличную сумму. Более того, с корректором давления Ваше тело само будет поддерживать себя в безукоризненном состоянии. Без химических препаратов и побочных эффектов!

«Нейродэнс Кардио» способен не только реагировать на проявления болезни. Он действует на опережение. Делая ставку ещё и на профилактику заболеваний. А это уже ни одному лекарству не по плечу! Будущее уже наступило. И на смену лекарствам и устаревшим методам пришёл новый, современный аппарат «Нейродэнс Кардио». Надёжный, эффективный и не дорогой. Он, как личный врач, будет постоянно следить за Вашим здоровьем. Ни один удар сердца не останется без внимания. Малейшие изменения — и «Нейродэнс Кардио» тут же отразит удар.

Думаете, Вы не в силах повлиять на возраст? С корректором артериального давления это всего лишь цифры в паспорте. Оставьте старость и болезни на потом.

Закажите «Нейродэнс Кардио» по номеру 8-800-777-83-16. И уже с завтрашнего дня сможете начать новую, здоровую жизнь. Доверьтесь профессионалу!

ПОТОРОПИТЕСЬ!

Количество аппаратов ограничено!

**ЗАКАЗЫВАЙТЕ АППАРАТ
«НЕЙРОДЭНС КАРДИО»**
по телефону горячей линии:
8 (800) 777-83-16
Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**
Также мы можете сделать заказ на сайте prodex.ru

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ:

- **28 марта: ОРЕНБУРГ**, Бережная Аптека, пр-т Победы 119, 9:00-11:00.
- **28 марта: ИЖЕВСК**, Аптека Фармаимпекс, ул.Вадима Сивкова, д.109, 9:00-11:00; ДК «Железнодорожников», ул. Гагарина, д. 29, 12:00-14:00.
- **29 марта: ОРСК**, ДК Молодёжный, ул. Ленина 41, 9:00-11:00.
- **29 марта: НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ**, Аптека Фармаимпекс, пр-кт Раиса Беляева, 12д, 9:00-12:00.
- **30 марта: МАГНИТОГОРСК**, ДКМ Орджоникидзе, ул.Набережная, д. 1, 9:00-11:00.
- **30 марта: АЛЬМЕТЬЕВСК**, Аптека Фармаимпекс, ул. Ленина, 40, 9:00-12:00.
- **31 марта: СТЕРЛИТАМАК**, Городской дом культуры, пр-кт Октября, д. 35, 9:00-10:00.
- **31 марта: УФА**, ГКЦ, ул. Первомайская д. 47, 12:00-13:00.

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Результаты могут отличаться. *Акция действует с 22.03.2023г. по 22.04.2023г. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. 433507, г. Дмитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Мелодрама «Женить нельзя рассорить», которая стартует на телеканале Домашний 23 марта, – это практически энциклопедия сложных семейных отношений.

Имеют ли право родители вмешиваться в жизнь детей? И если да, то до какой степени? Об этом и том, где поставить запятую в названии проекта, мы поговорили с исполнителем одной из главных ролей – актером Виталием Кудрявцевым.

Вокруг много искушений

– Виталий, по сюжету сын вашего героя постоянно играет в компьютерные игры, у него нет друзей и личной жизни. Существует такое распространённое мнение, что интернет и гаджеты приносят вред современному обществу, как вы думаете?

– Я солидарен с этой позицией. Наблюдая за своим 12-летним сыном, я вижу, что у нас с ним есть большие проблемы в этом отношении: уже пошел перекося в сторону виртуальной жизни. Нам предстоит непростые годы, чтобы переломить эту ситуацию и заинтересовать его тем, что происходит вокруг. В моем детстве никаких гаджетов не было, а сейчас очень много искушений. Именно поэтому все крупные миллиардеры – основатели социальных сетей – своим детям гаджеты не дают, более того, запрещают ими пользоваться. Я также всем рекомендую серьезно относиться к этой про-

Виталий КУДРЯВЦЕВ:

Прежде чем кого-то учить, нужно разобратся в себе



блеме, не манкировать ей и спасать своих детей.

«Главное – любить ребёнка»

– Опираясь на свой жизненный опыт, скажите, как правильно воспитать ребёнка, чтобы он проводил времени в интернете?

– На мой взгляд, самое главное – это любить ребенка. Именно через любовь, разговоры и терпение своим собственным примером менять ситуацию. Важно не пренебрегать этим вопросом, потому что будет сложно разбираться с последствиями.

– А жесткие ограничения и запреты вы поддерживаете?

– Я против жестких рамок: все должно быть дозировано без какого-то давления и, тем более, ультиматумов. В приоритете должна быть нормальная, а не виртуальная жизнь:



1 час утром и 2 часа вечером. Понятно, что сначала будет сложно следовать режиму, но я рекомендую всем постепенно прийти к такому распорядку, тогда и на реальную жизнь времени станет гораздо больше.

Новый роман не поможет

– Виталий, возвращаясь к сюжету сериала: ваш герой Антон пускается во все тяжкие и начинает изменять своей жене с молодой красоткой. Такая ситуация часто случается в реальной жизни. Как вы считаете, почему так происходит и как избежать подобных ситуаций?

– Если честно, то я не знаю, сам в такие истории в жизни не попадал и никому не советую в них попадать. Я думаю, что это зависит от внутреннего выбора человека, вероятно, какие-то обстоятельства становятся триггерами таких ситуаций.

– Хотите побольше узнать о вашем герое. Какой он?

– Мой герой – человек с серьезным внутренним конфликтом. Собственно говоря, пытаюсь выйти из этого конфликта, он убеждает от своих внутренних противоречий и попадает в неприятные ситуации. Позиция детская и даже немного инфантильная, ведь Антон считает, что окружающие виноваты в том, как он поступает. Зачастую мы учим наших детей начинать с себя, а сами начинаем с других, что ведет к плачевным результатам. Ведь прежде чем кого-то учить, нужно разобратся в самом себе, чего мой герой долгое время не может сделать. Ему кажется, что, вступив в другие отношения, он сможет стать самодостаточным. Однако никакого облегчения новый роман ему не приносит, он не справляется со своим внутренним конфликтом.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

«Мой герой – человек с серьезным внутренним конфликтом. Собственно говоря, пытаюсь выйти из этого конфликта, он убеждает от своих внутренних противоречий и попадает в неприятные ситуации».

– Проект называется «Женить нельзя рассорить». Если вспомнить сюжет, где бы вы поставили запятую?

– Вообще название проекта мне очень нравится, такое редкое и незаурядное. Я сам поставил бы запятую после слова «женить», я все-таки выступаю за традиционные ценности.

– Сейчас люди, к сожалению, мало читают, отчасти из-за огромного количества разнообразия. Поделитесь своими рекомендациями – что понравилось вам в последнее время?

– Последней книгой, которую я прочитал, стал труд Ирвина Ялома «Мамочка и смысл жизни». Это книга о болезненной истории, которая иногда случается с одержимыми матерями, которые до 80 лет не могут отпустить своих сыновей в свободное плавание. Естественно, они портят жизнь своих детей, терпят свою собственную. Ирвин Ялом – это выдающийся психолог и психотерапевт, рекомендую прочитать все его книги. Особенно хочу обратить внимание на одну из самых интересных книг этого автора – «Проблемы Спинозы».

КСТАТИ ■ ЗА ТРАДИЦИОННЫЕ ЦЕННОСТИ

Фото телеканала Домашний

Капитаны поднимают паруса

Сегодняшняя наша викторина посвящена парусникам. И отважным людям, и героям, которые под парусами исследовали, творили, открывали новые земли, любили и мечтали.



1 Мореплаватели и путешественники штурмовали водную гладь океанов, одни ища дорогу в Индию и открывая новые земли, другие – изучая природу. И суда выбирали основательно, и в команду брали самых умелых и отважных матросов. Кто был капитаном корабля «Виктория», на котором впервые в истории люди сумели обогнуть земной шар, совершить кругосветку?

- а) Колумб.
б) Магеллан.
в) Кук.

2 Как только звучат слова «алые паруса», мы вспоминаем одноименную повесть Александра Грина. Назовите название судна, которое купил капитан Грэй, чтобы потом сменить обычные паруса на алые и плыть к Ассоль?

- а) «Мечта».
б) «Надежда».
в) «Секрет».

3 В 1938 году в журнале «Костёр» публиковались главы из романа Вениамина Каверина «Два капитана» о поисках пропавшей экспедиции капитана Татаринова (экипажа «Святой Марии»). А центральные события романа вызывают в памяти события 1912 года, когда исследовать Арктику отправились три экспедиции: лейтенанта Георгия Седова на судне «Святой Фока», геолога Владимира Русанова на боте «Геркулес» и лейтенанта Георгия Брусилова на шхуне «Святая Анна». Кто в действительности был прототипом капитана Татаринова?

- а) Георгий Седов.
б) Владимир Русанов.
в) Георгий Брусилов.

ОТВЕТЫ

1-б. Капитаном этого легендарного судна был не менее легендарный Фернан Магеллан.

2-в. В книге А. Грина такое описание корабля: «...то был «Секрет», купленный Грэйем; трехмачтовый галиот в двести шестьдесят тонн...». Кстати, в фильме Александра Птушко «Алые паруса», 1961 г., на роль «Секрета» назначили баркентину «Альфа». Это было учебное судно ростовской мореходки, построенное в 1948 г. Паруса были шиты из тончайшего алого шелка. Они очень эффектно смотрелись на фоне ясного голубого неба, но, чтобы их не порвал ветер, съемка эпизода с кораблем велась почти в полный шторм.

3-а, б, в. В. Каверин рассказывал, что в его истории переплетены факты сразу трех полярных экспедиций: Георгия Седова, Владимира Русанова и Георгия Брусилова. Внешность и характер больше подходят к личности Седова, но история экспедиции во многом повторяет экспедицию Брусилова.

Начались съёмки исторической драмы «Топор. 1945»



Телеканал НТВ приступил к съёмкам четвёртой части исторической военной драмы «Топор» – «Топор. 1945». В ролях: Андрей Смоляков, Гвидо Форвайсер, Евгений Санников, Настасья Кербенген, Иван Ефремов, Руслан Ягудин, Константин Адаев, Пауль Орлянский, Вадим Сквирский, Андрей Полищук, Божена Жарина, Пётр Логачёв, Иван Вальберг, Серги Хочолава и другие артисты.

Зима 1945 года. Советская армия проводит наступление в Восточной Пруссии. В разведроту приходит пополнение. Все прекрасно понимают, что до конца войны остается совсем немного, и командование решает собрать их в одно отделение и оставить в тылу, в небольшом поместье, где живет немецкая семья. Командиром назначают, вопреки его воле, старшину Ивана Родина. Один из бойцов в угольном сарае находит два ящика, набитых ценностями. Потоцкий, искусствовед по образованию, бегло осматривает находки и заявляет, что это настоящее сокровище, скорее всего, награбленное фашистами из частных и музейных коллекций. Хозяин поместья, бывший полковник Вермахта Готфрид Мильке, говорит, что эти ящики здесь без его ведома оставило недавно квартировавшее диверсионное подразделение СС. И вскоре выясняется, что эсэсовцы про оставленные сокровища не забыли...

Съемки проекта пройдут в Санкт-Петербурге, Ленинградской области, в Пушкине – в Усадьбе великого князя Бориса Владимировича Романова, а также в районе Выборга.

Фото PR НТВ

Свадьба: спектакль для мамы или любовь?

На телеканале Домашний завершились съёмки мелодраматического сериала «Мама всегда права». В ролях: Милана Бру, Артём Карасёв, Любовь Германова, Зоя Антонова, Игорь Денисов, Сергей Жбанков, Марта Голубева и другие артисты.

Сбежав от неразделенной любви, студентка Вера (Милана Бру) решается на фиктивный брак с успешным бизнесменом Александром Громовым (Артём Карасёв), который старше ее на двадцать лет. Для Громова скоропалительный брак тоже спасение – от своей взбалмошной матери, которая грозит лишиться его доли в совместном

бизнесе, если не женится. Пытаясь угодить маме, Александр и Вера устраивают спектакль из своей «семейной» жизни, а спустя время понимают, что сама судьба свела их друг с другом.

– Моя героиня очень умная, образованная и самостоятельная девушка, – рассказывает Милана Бру. – В ней есть азарт, желание жить на полную. Именно этим она и удивляет Громова. Его мама изначально подозревала что-то неладное в их отношениях, но как мудрая женщина не стала вмешиваться, чтобы не разрушить хрупкую семейную идиллию. И оказалась права.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Новые «Свои» готовятся к премьере

На Пятом канале готовится показ премьерных серий нового сезона детектива «Свои». Зрители увидят новые захватывающие истории из жизни уникальных специалистов.

Напомним, «Свои» – это сериал о работе группы экспертов из разных структур. Судмедэксперты, криминалист, дознаватель, программист, психолог, экстрасенс занимаются раскрытием самых необычных и загадочных преступлений. Руководитель группы Дмитрий Родимин собирал в свою команду лучших и самых талантливых специалистов из различных сфер.

– Мой герой – человек неординарного мышления, точнее, мышления другой цивилизации, другого мира, – рассказыва-

ет Тимур Мустафин, исполнитель роли Фазика. – В этом и состоит контраст наших персонажей – Литвинова и Фазика. Они на одни и те же вещи смотрят с разных сторон.

В новых сериях Фазику достанется от уличных хулиганов, которые несколько дней будут терроризировать районы города и избивать прохожих. Инге и Гениусу предстоит расследовать загадочную смерть пациентки клиники лечебного голодания, искать африканский след в гибели летчика... Но главной интригой сезона станет свадьба Севы Косицкого. Неужели закоренелый холостяк решил остепениться?

Фото пресс-службы телеканала Пятый



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОИЦА».

ПОДПИСКА
на 2-е полугодие
2023 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

С 1 апреля 2023 года вы можете оформить подписку на 2-е полугодие 2023 на издание «ТЕЛЕК Питер».*



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П9645** в каталоге «Почта России»

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Питер»* на 2-е полугодие 2023 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
188,75 ₺	377,50 ₺	566,25 ₺	755,00 ₺	943,75 ₺	1132,50 ₺

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Питер» осуществляется только для жителей г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П9645 или названию – «ТЕЛЕК Питер»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

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



П9645
«ТЕЛЕК Питер»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Здоровый ужин – низкокалорийный. Ведь активность после ужина не предполагается, а значит, лишние калории превратятся в жировые отложения. Чтобы этого не случилось, можно приготовить на ужин что-нибудь лёгкое, низкокалорийное.

Конечно, классический низкокалорийный ужин – овощной. Многие овощи очень полезны и не обременяют нас лишними килограммами. Следующим продуктом за овощами идет рыба, особенно нежирная. И замыкает тройку лидеров птица – индейка и курица. На основе этих трех продуктов можно создать множество вкуснейших низкокалорийных блюд, большинство из которых будут еще и очень полезными.

Рыба с помидорами в рукаве

Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 122 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг филе морской белой рыбы (треска, пикша, хек и т. п.)
- 4 помидора ■ 1 зубчик чеснока ■ 1 лимон
- пучок зелени (петрушка, укроп)
- 2 ст. л. растительного (оливкового) масла
- молотый черный перец ■ соль

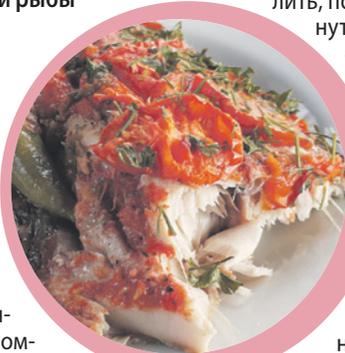
КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Филе нарезать порционно, помидоры – на 4-6 лом-

тиков, зелень не крупно порубить, из лимона выжать сок.

2 В рукав для запекания выложить рыбу, чередуя с ломтиками помидоров, зубчик чеснока (не очищая), посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и маслом, посыпать зеленью.

3 Концы рукава завязать герметично. Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 15 минут.



нам сегодня будет нужен НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ УЖИН

Индейка с зелёным горошком

Хорватская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 113 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г филе индейки ■ 400 г зеленого горошка (свежее или замороженное) ■ 3-4 зубчика чеснока ■ небольшой пучок петрушки
- 0,5 ч. л. сушеного орегано ■ 20 г сливочного масла ■ растительное (оливковое) масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Филе нарезать кубиками, чеснок и петрушку мелко нарубить. Кубики филе посолить, поперчить, посыпать орегано и чесноком, сбрызнуть маслом, перемешать, оставить на 10 минут.
- 2 Если горошек замороженный, засыпать его в кипящую воду, через 2-3 минуты снять с огня, дать постоять еще 3-4 минуты, откинуть на дуршлаг.
- 3 Филе обжарить на растительном масле до румяной корочки, добавить горошек и сливочное масло, перемешать, жарить еще 1-2 минуты.



Жареная капуста по-тайски

Тайская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 73 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кочан молодой капусты ■ 3-4 зубчика чеснока ■ 60 г орехов (миндаль, фундук)
- небольшой пучок зелени (кинза, петрушка)
- 1 лимон ■ 1-2 ч. л. сахара ■ 1 ст. л. соевого соуса
- растительное масло ■ 1 ст. л. сливочного масла
- кайенский или чили перец ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Капусту разрезать на 8 частей, большую часть (но не всю) кочерыжки удалить.
- 2 Чеснок, орехи и зелень очень мелко нарубить, с лимона снять цедру на терке, выжать сок.
- 3 Капусту поджарить на смеси растительного и сливочного масла (на среднем огне, под крышкой) с обеих сторон до румяности, в процессе жарки посолить.
- 4 Сделать заправку: смешать лимонный сок и цедру, соевый соус, сахар, острый и молотый черный перец.
- 5 Готовую капусту выложить на блюдо (или разложить по тарелкам), полить заправкой, посыпать ореховой смесью.



Тёплый салат из перца с брынзой

Болгарская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 98 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 сладких (болгарских) перца ■ 1 красная луковица
- 1 лимон ■ 200 г брынзы ■ зелень ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Перец нарезать тонкой соломкой, лук – перьями, зелень не крупно нарубить.
- 2 На хорошо разогретом растительном масле обжарить до прозрачности лук (30 секунд), добавить перец, жарить, помешивая, еще 3 минуты.
- 3 Разложить перец с луком по порционным салатникам, посолить (осторожно, так как брынза соленая), сбрызнуть лимонным соком, посыпать зеленью, сверху выложить раскрошенную руками брынзу, поперчить и немедленно подавать.

Постные щи из квашеной капусты с грибами

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 22 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г квашеной капусты
- 50 г сушеных белых грибов
- 1 луковица ■ 1 морковь ■ 100 г корня сельдерея ■ растительное масло
- 5-6 горошин душистого перца
- 2 лавровых листа ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Грибы залить 1 литром горячей воды, оставить на 15-20 минут, откинуть на дуршлаг (воду процедить и оставить), нарезать не крупно.
- 2 Лук нарезать полукольцами, морковь и сельдерей натереть на крупной терке.
- 3 В кастрюле с толстым дном на растительном масле обжарить до прозрачности лук, добавить морковь и сельдерей, жарить, помешивая, 4-5 минут.
- 4 Добавить в кастрюлю отжатую от рассола капусту, обжаривать, помешивая, еще 7-10 минут.
- 5 Добавить в кастрюлю грибы, лавровый лист и душистый перец, влить 1 литр чистой воды и воду, в которой размокали грибы, довести до кипения, варить на небольшом огне под крышкой до готовности (30-40 минут); оставить щи на плите под крышкой на 10-15 минут.



О питании на 5-ю неделю Поста по строгому монастырскому уставу

- 27 марта, пн. – пища сырая без масла.
- 28 марта, вт. – пища сырая без масла.
- 29 марта, ср. – горячая пища с растительным маслом.
- 30 марта, чт. – горячая пища с растительным маслом.
- 31 марта, пт. – пища сырая без масла.
- 1 апреля, сб. – горячая пища с растительным маслом, Похвала Пресвятой Богородицы.
- 2 апреля, вс. – горячая пища с растительным маслом. Неделя преподобной Марии Египетской.

ВАЖНО! Нет единой нормы поста для монаха и мирянина. Поэтому в Православной церкви в правилах поста указаны лишь наиболее строгие нормы, к соблюдению которых должны по возможности стремиться все верующие.

Лишний вес и мало-подвижный образ жизни часто приводят к появлению так называемого «вдовьего горбика» на шее.

Э то скопление жировой ткани сильно портит осанку и старит любого человека, а уж представительницу прекрасного пола – и подавно. Хорошая новость: избавиться от этой напасти можно, приложив некоторые, не слишком уж энергозатратные усилия. Мы предлагаем вам освоить несколько упражнений, которые выручат и когда проблема уже есть, и в качестве профилактики. Важно выполнять их ежедневно, причем не менее трех раз в течение дня. Можно делать 1-2 упражнения за раз.

Операция «Антигорбик» начинается!



Мнение специалиста

Отдых с пользой для здоровья

На наши вопросы отвечает инструктор по лечебной физической культуре, руководитель оздоровительного центра в г. Королёве Мария Иванова.



– Мария, какие упражнения для профилактики «вдовьего горбика» или для его устранения можно делать во время перерывов в сидячей работе? Сколько раз в течение рабочего дня нужно их выполнять?

– В течение 10-15 секунд давим ладонью на лоб и лбом сопротивляемся. Затем правой рукой на правую сторону, ушком сопротивляемся. То же самое повторяем для левой стороны. После чего сводим руки в замке за головой, давим на затылок и затылком сопротивляемся. Важно, чтобы положение головы во время выполнения упражнения оставалось ровным, подбородок параллельно полу, взгляд перед собой, макушка тянется вверх. Можно делать сидя с ровным позвоночником, можно делать стоя. В идеале делать такие перерывы раза 3-4 во время рабочего дня. Если есть возможность делать перерывы чаще, например, каждые полчаса, то вдобавок к упражнениям можно еще походить или сделать суставную гимнастику.

– Как подобрать правильную подушку, чтобы не усугубить проблему «вдовьего горбика»?

– Самое главное правило, чтобы положение головы во время сна было ровным, без запрокидывания вверх или вниз, независимо от положения тела во время сна (на спине или боку). Подушка должна быть удобной для вас – не слишком высокой и не слишком низкой.

Татьяна МИХАЛЁВА

Сведение плеч

Встаньте ровно, сведите руки за спиной и обхватите предплечья ладонями. Лопатки сведены, грудь вперед, подбородок параллелен полу. Задержитесь в этом положении на несколько секунд.

Раскрывается грудной отдел, улучшается осанка и выравнивается шейный отдел.

Вращение плечами

Встаньте ровно, руки вытянуты вдоль тела. Медленно выполняйте круговые вращения в плечевых суставах назад с максимальной амплитудой. Затем повторите круговые упражнения вперед.

Уменьшается напряжение в шее, улучшается подвижность плечевых суставов.

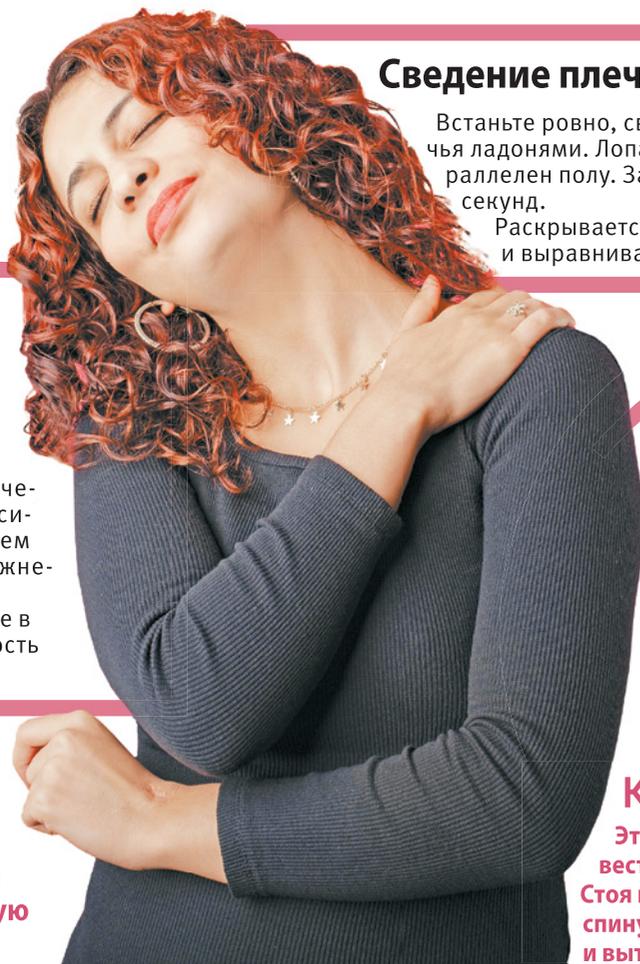
Наклоны головы

Встаньте ровно, подбородок параллельно полу, плечи развернуты. Наклоните голову влево, растягивая боковую часть шеи, вернитесь в исходное положение. Затем наклоните голову вправо и снова вернитесь в исходное положение. Вперед – и в исходное положение. Запрокиньте голову назад и также вернитесь в исходное положение.

Улучшается подвижность позвоночника, устраняется скованность в шейном отделе.

Кстати

Это упражнение можно чередовать с хорошо известным многим из йоги упражнением «кошка». Стоя на четвереньках, медленно на выдохе выгнуть спину вверх. На вдохе прогнуться, поднимая голову и вытягивая шею.



Тягать гири и гантели, конечно, тяжело, но вы когда-нибудь пробовали весь день держать прямую осанку?

Регулярный стул после многолетних лет проблем с эффективным средством Пилорис!



Здравствуйте!

Моей маме 70 лет. У нее многолетние проблемы со стулом. Какие только способы она не пробовала! Все они были малоэффективны. Мы пытались их отменить – получилась настоящая катастрофа. Без них сходить в туалет она вообще не может. Я прочитала об эффективном продукте для лечебного питания Пилорис для восстановления кишечника даже у самых пожилых людей. Расскажите, пожалуйста, о нем подробнее.

Наталья М., Нижний Новгород

Наш кишечник – это мышечный орган. Как и все наши мышцы, с годами он истончается, слабеет и теряет способность нормально сокращаться, чтобы проталкивать стул к выходу. Но при этом он усердно продолжает выполнять свою вторую биологическую функцию – всасывать из стула воду.

В итоге стул буквально высушивается, становится твердым, как камень, и потому надолго задерживаются в кишечнике. Происходят процессы гниения. Токсичные гнилостные вещества всасываются в

нашу кровь, отравляя весь организм, и, особенно, мозг и сердце.

Недавно в подмосковном наукограде Пушкино ученые разработали эффективный продукт для лечебного питания Пилорис из беломорской водоросли Фукус. Он предназначен специально для устранения самой причины запоров.

Пилорис содержит два главных действующих вещества – фукоидан и аскофилан. Они запускают в клетках стенок кишечника процессы естественного самовосстановления.

Курс приема продукта для лечебного питания Пилорис способствует:

- нарастанию толщины, упругости и эластичности кишечных мышц
- смягчению стула с первых суток приема
- борьбе с нарушением микрофлоры, так как гнилостные токсичные вещества сразу же выводятся наружу
- корректировке «деликатной» проблемы – твердый стул сдавливает вены прямой кишки, заставляя их выбухать наружу в виде узлов. Нормализация стула помогает им принять свое естественное анатомическое положение в прямой кишке.

+ ПОДАРОК
ПРИ ПОКУПКЕ*



РЕКЛАМА

*При покупке курса. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287 г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, пом. 1, комната 24. СГР RU.77.99.19.004.E.004354.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.03.2023 по 01.10.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60.

Звонок БЕСПЛАТНЫЙ по всей России:



8 (800) 100-55-60

Код вашего подарка: «Пилорис - Здоровье»

Одна из самых почитаемых икон Богородицы, явившаяся в Казани в 1579 году, – Казанская.

По всей России стоит множество храмов, возведенных в честь этого образа. Казанская икона Божией Матери неразрывно связана с историей нашей страны.

Чудо обретения

В 1579 году, во времена царствования Ивана Грозного, в Казани случился внезапный пожар. Огонь охватил постройки Казанского кремля и перекинулся на город... В то время жил в Казани стрелец Онучина, который намеревался построить себе новый дом на месте пепелища. Была у стрельца дочь Матрона. И однажды во сне ей явилась Богородица, и повелела Царица Небесная, как писал современник событий, патриарх Гермоген (в то время священник одной из казанских церквей Ермолай), сообщить архиепископу и воеводам, что нужно «вынуть образ Пречистой Богородицы из земельных недр». Именно во сне было поведено Матроне и место на пепелище, где находился святой образ. Как и наставляла Богородица, девочка все сообщила. Но слова Матроны не восприняли всерьез. И тогда Матерь Божия явилась Матроне вторично. И опять взрослые не поверили ее словам. В третий раз девочка увидела во сне икону, и испуганная мать отвела ребенка к воеводам... В указанном Матроной месте икона была найдена. Она была завернута в ветошь. Лик не пострадал от пожара. Узнав о находке, икону с крестным ходом перенесли в храм. Событие было расценено как чудо. Ивану Грозному было отправлено описание обретения иконы, а в ответ от царя получили средства и повеление построить на месте обретения святого образа Божьей Матери женский монастырь. К концу XVI века монастырь был отстроен, и первой монахиней стала Матрона, приняв в схиমে имя Марфы.

Прихожане заметили, что с молившимися Богу у Казанской иконы стали происходить чудеса. С иконы сделали много списков, и многие из них прославились. Чудотворный образ стали называть «Дарующий победы». Вот некоторые исторические события, связанные с образом Божией Матери, изображенным на Казанской иконе.

Казанская икона Божией Матери

Смутное время

В 1612 году из Московского Кремля объединенными силами народного ополчения под руководством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского были изгнаны интервенты. События Смутного времени стали началом всенародного почитания Казанского образа – иконы Казанской Божьей Матери. Известно, что патриарх Гермоген благословил дружину народного ополчения взять святой образ Божией Матери из Казани в освободительный поход против интервентов и смутьян. Как свидетельствуют очевидцы, общая молитва святому образу помогла ополченцам Минина и Пожарского укрепиться в вере духовно. В благодарность и в память о помощи и заступничестве Божьей Матери князь Дмитрий Пожарский распорядился построить при входе на Красную площадь храм, который стоит и поныне, – Казанский собор. В этот храм была перенесена Казанская икона Божией Матери. Это событие дало начало празднику «осенней Казанской», который отмечается с конца XVII века.



Полтавская битва

Примечательна связь Казанской иконы Божией Матери, что в селении Каплуновка (икона чудесным образом явилась в 1689 году в 20 верстах от Ахтырки в Харьковской губернии), с исторической победой русских войск под Полтавой. Священник вместе с иконой был вызван Петром Первым в Харьков в 1709 году. Карл XII дошел до Каплуновки, занял дом священника, но враги не смогли поджечь церковь, где была икона со святым образом Казанской Божьей Матери. Сохранились слова шведского короля о том, что «церковь без иконы не могли зажечь, а где будет Она Сама, там нам очень ненадежно будет». При начале битвы икону носили перед полками, моля Царицу Небесную о победе. Казанская икона была на поле боя вместе с войсками, придавая силы, укрепляла в вере. После победы Пётр вернул святыню в храм, а образ снискал поистине народную славу.



ДЕТАЛИ

В 2011 году на борт Международной космической станции в российский сегмент была доставлена Казанская икона Богородицы.



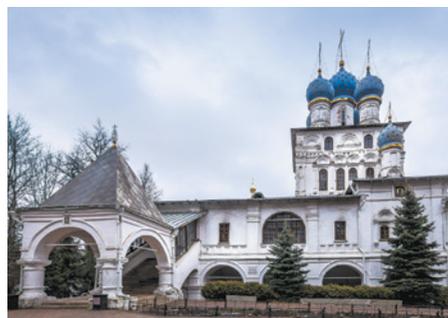
Победа над Наполеоном

В период войны между Российской и Французской империями Пресвятая Богородица стала духовной предводительницей русского народа. Проиллюстрировал подержки у Божией Матери в 1812 году генерал-фельдмаршал Михаил Илларионович Кутузов, после назначения его главнокомандующим русской армией.

По некоторым свидетельствам, перед отъездом в действующую армию военачальник молился перед петербургской святыней в Казанском соборе. Еще одно событие тех далеких лет – 4 ноября (22 октября по старому стилю), в день празднования в честь Казанского образа, войска под руководством генералов Милорадовича и Платова разгромили передовые части войск французского маршала Даву. Эта была яркая победа русского оружия в Отечественной войне 1812 года.



Первый храм, построенный в XVII веке, в честь Казанской иконы Божией Матери в селе Коломенском.



“ Дева Мария сделала для нас небом, Божиим престолом, потому что в Неё низошло и вселилось высочайшее Божество, чтобы нас возвеличить... В Неё облеклось Божество в ризу для нас же, чтобы нам доставить ей спасение.

Преподобный
Ефрем Сирий

КСТАТИ

Иконографически изображение Казанской иконы – это вариант изображения Богоматери типа Одигитрия (Путеводительница) по плечи с небольшим наклоном головы к Богомладенцу. На руках Богородицы сидит младенец Христос. Правой рукой он благословляет, а левой держит свиток (книгу). Любое освященное изображение Казанской иконы – святыня. Традиционно «оригиналом» Казанской иконы считают образ, который явился девочке в Казани в 1579 году.

Светлана ИВАНОВА
Редакция благодарит
о. Дионисия
Киндюхина за помощь
в подготовке
материала



ИМПЕРАТОРСКИЙ
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

Освященная памятная медаль в честь Казанской Божией Матери

Цветная печать



Покрытие серебром
999 пробы

0 рублей!
Оплачивается только стоимость
доставки – **299 руб.**

Пусть Пресвятая Богородица Вас бережет!

**Получите бесплатную памятную медаль для каждого россиянина
(оплачивается только стоимость доставки – 299 руб.)**

**Премьерный выпуск 2023 года: специально для читателей «Телека» –
освященная памятная медаль с изображением Казанской иконы Божией Матери бесплатно.**

Казанская икона Божией Матери – один из самых почитаемых образов Богородицы в Русской православной церкви. На протяжении многих веков христиане обращались к Пречистой с просьбами о помощи, защите земли Русской, Богородице молились великие государи и полководцы. И сегодня, в настоящее время, мы не можем обойтись без ее любви и поддержки. Казанская икона была чудесным образом обретена после страшного пожара в 1579 году: она прошла через огонь и разрушение, чтобы принести нам благословение и утешение. Все, кто с верой обращался к Богоматери, получали силы для борьбы

с невзгодами, обретали надежду и душевное спокойствие. Ее образ утешает в скорби, ободряет и поддерживает в трудных ситуациях. Чтобы Богородица всегда была рядом с вами, Императорский Монетный Двор выпустил бесплатную памятную медаль со списком известной иконы. Медаль облагорожена чистым серебром 999 пробы и выполнена в наивысшем качестве чеканки, а изображение нанесено на зеркальную поверхность современным методом цветной печати. И что важно – все медали освящены иереем Русской православной церкви. Да спасет и защитит Вас Пресвятая Богородица!

ВНИМАНИЕ!	Тираж строго ограничен.
Код специального резервирования:	12752703
Аверс (лицевая сторона):	изображение иконы Казанской Божией Матери
Реверс (оборотная сторона):	православный крест, надпись: «Пресвятая Богородица, моли Бога о нас!»
Распространитель:	Эксклюзивно в Императорском Монетном Дворе
Специальная цена:	0 руб. при оплате 299 руб. за доставку

Закажите прямо сейчас:

Бесплатная линия резервирования:

8 (800) 234-32-19

ежедневно с 8:00 до 21:00 (время московское)

или на сайте:

imdvor.ru/kazanskaya-icona



1 ПЕРВЫЙ



21.00 «Время»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 15.15 16.50 18.20 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.30 Премьера. «Всегда на страже!» (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 20.00 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШПИОН». (16+)
- 22.40 «Большая игра». (16+)
- 23.40 «ПОЧКА». (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 **РОССИЯ**



16.30 «Малахов». (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 «ЗАПОЛЯРНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
Алёна Белькова и её жених Егор Фомин из Санкт-Петербурга совершают санитарную экспедицию в Заполярье. В Белозёрске их встречает сын оленевода Лёшка, он просит о помощи: у него болен брат Василий.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 13.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «СТРАЖНИК». (16+)
- 22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 00.45 «ИГРА». (16+)

СТС **СТС**



14.55 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 Уральские пельмени. (16+)
- 08.15 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.45 «Ганзель, Гретель и Агентство Магии». (6+)
- 11.45 «ГРАНД». (16+)
- 14.55 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 20.00 Премьера! Супериндязя. (16+)
- 23.05 Премьера! Супериндязя. Финалисты. (16+)
Специальный выпуск, рассказывающий, какой путь к финалу прошли участники.
- 00.00 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.00 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)
- 02.35 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ **ТНТ**



01.00 «Такое кино!» (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
«Однажды в России» - это шоу о стране, в которой слово «локдаун» переводится как «а поехали в Турцию или Египет». Пародии на современные телевизионные программы и Youtube-шоу, а также на рэперов, тиктокеров и других медиазвёзд.
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 15.25 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
- 17.30 «КАФЕ «КУБА». (16+)
- 21.00 «СЕМЬЯ-2». (16+)
- 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
- 23.00 «Конфетка». (16+)
- 01.00 «Такое кино!» (16+)
- 01.30 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.00 «Шоу «Студия Союз». (16+)
- 04.40 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



00.30 «МАКС ПЭЙН». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+)
- 22.00 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «МАКС ПЭЙН». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-5». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 00.55 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 03.30 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 18.55 «Бог войны». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ». (12+)
- 02.30 «Финансовые битвы Второй мировой». (12+)

ТВ-3 **ТВ-3**

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 Любовная магия. (16+)
- 16.50 «Слепая». (16+)
- 20.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)
- 22.30 «ЭЛЬДОРАДО: ХРАМ СОЛНЦА». (16+)
- 00.45 «КУКЛЫ КОЛДУНА». (16+)
- 06.00 Анекдоты. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 10.00 Утилизатор. (16+)
- 10.30 Решала. (16+)
- 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 16.30 Улётное видео. (16+)
- 19.00 Заступницы. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 04.55 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.10 Давай разведёмся! (16+)
- 09.10 Тест на отцовство. (16+)
- 11.25 Понять. Простить. (16+)
- 12.30 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ЕСЛИ СЕРДЦЕ ДРОГНЕТ». (16+)
- 23.15 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)
- 06.00 «ПОЗВОНИТЕ МЫШКИНУ». (12+)
- 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 11.20 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 11.35 «ПИРЫ ВАЛТАСАРА, ИЛИ НОЧЬ СО СТАЛИНЫМ». (12+)
- 15.10 23.15 «АННА: ЖЕНА ЕГЕРЯ». (16+)
- 17.00 «Ректорат». (12+)
- 17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
- 21.00 «РОДНЯ». (12+)
- 22.35 «Очень личное». (12+)
- 01.05 ОТражение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
 - 05.00 «ЗАХВАТ». (12+)
 - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 - 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
 - 10.20, 18.50 Игра в кино. (12+)
 - 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 - 14.05, 16.15, 23.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 - 15.10, 00.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 - 16.45 Мировое соглашение. (16+)
 - 21.30 «ДИКИЙ». (16+)
 - 23.25 Наше кино. Неувядающее. К юбилею А. Митты. (12+)
 - 02.05 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)
 - 03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- ПОБЕДА**
 - 04.40 «ГЕРОЙ 115». (16+)
 - 05.40 «Путь к Победе». (16+)
 - 06.40 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
 - 08.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
 - 14.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
Леонид и Борис - молодые лётчики. только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они стресском проваливают. Выновников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять.
 - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 - 01.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
 - 03.20 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)
- ДОКТОР**
 - 06.00, 12.55, 18.10, 23.30 О самом главном. Как болезнь Крона разрушает кишечник. (12+)
 - 06.50 На приёме у психолога. (12+)
 - 07.15 Психология. (12+)
 - 07.45 InVivo. (12+)
 - 08.15, 14.45, 00.25 Фактор эволюции. Еда. (12+)
 - 09.00 О самом главном. Как избавиться от храпа? (12+)
 - 09.55 Научные сенсации. Отредактируй меня. (12+)
 - 10.45, 11.10, 03.45, 04.10 Метод исследования. (12+)
 - 11.40 Клинический случай. Спасти Шалапина. (12+)
 - 12.10 Крик души. Депрессия. (12+)
 - 13.50, 14.15 Еда здорового человека. (12+)
 - 15.30 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+)
 - 16.25, 16.55 На приёме у доктора Продеуса. Иммунитет и аллергия. (12+)
 - 17.20 Страшная сила смеха. (12+)
 - 19.05, 01.10, 05.05 Теледоктор. (12+)
 - 20.00, 02.05 Основной элемент. НЛП. Как подавить волю. (12+)
 - 20.30, 02.30 Основной элемент. НЛП. Искусство подчинять. (12+)
 - 21.00 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
 - 21.55 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
 - 22.40, 03.00 Таблетка для жизни. Сделано в России. (16+)
 - 04.40 Истории болезней. Испанка. (16+)
- HISTORY**
 - 06.00 Выдающиеся женщины. (12+)
 - 06.50, 07.45 Война в Корее. (12+)
 - 08.40 Древние конструкторы: Тайны пирамид. (12+)
 - 09.35 Древние конструкторы: Возведение суперзамка. (12+)
 - 10.30, 11.30 Иудея и Рим: фатальный конфликт. (6+)
 - 12.25 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)
 - 13.20 Выдающиеся женщины: Мадам Чан Кайши. (12+)
 - 14.15 Выдающиеся женщины: Коко Шанель. (12+)
 - 16.10 Древние конструкторы: Тайны Нотр-Дам. (12+)
 - 17.05 Древние конструкторы: Тайны Ангкор-Вата. (12+)
 - 18.05 Тайны мумий животных. (12+)
 - 19.00 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
 - 20.00 Исторические убийства: Британская няня-убийца. (16+)
 - 20.50 Исторические убийства: Плейбой-убийца из Рио. (16+)
 - 21.40, 22.30 Акулий террор: судно «Индианаполис». (16+)
 - 23.20 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)
 - 00.10, 01.05 Древние конструкторы. (12+)
 - 01.55, 02.50 Иудея и Рим: фатальный конфликт. (6+)
 - 03.40, 04.25, 05.15 Исторические убийства. (16+)
- ПЯТНИЦА**
 - 05.00, 04.45 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
 - 05.10 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
 - 05.25 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
 - 06.00, 02.20, 04.20 Пятница News. (16+)
 - 06.20 Кондитер-3. (16+)
 - 07.30, 08.40, 09.40, 10.40, 14.00, 15.10 На ножах. (16+)
 - 11.50 Адская кухня. (16+)
 - 16.10, 17.40, 19.00 Молодые ножи-2. (16+)
 - 20.30, 22.40 Битва шефов-2. (16+)
 - 00.50 «ЗАЛОЖНИЦА-2». (16+)
 - 02.40, 03.30 Инсайдеры. (16+)
- Ю**
 - 05.35, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
 - 09.15 «КЛОН». (16+)
 - 12.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
 - 16.05 Беременная в 16. (16+)
 - 17.50, 19.00 Будни роддома. (16+)
Добро пожаловать в место, где плачут только от счастья.
 - 20.00 «КЛОН». (16+)
 - 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
 - 00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
 - 01.50 Измены (субтитры). (18+)
 - 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

РОССИЯ К
Культура



20.05 «Правила жизни»

07.30 10.00 15.00 19.30 23.45
Новости культуры
07.35 18.35 «Жозефина де
Богарне»
08.30 «Жизнь и судьба»
**08.50 16.25 «МЕЛОЧИ
ЖИЗНИ»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.45 XX век
12.25 «Забытое ремесло»
12.40 Линия жизни
13.45 «Юрий Гагарин. Звезд-
ный избранник»
14.15 00.05 Уроки режис-
суры
15.05 Новости. АРТ
15.20 «Агора»
17.35 01.55 К 150-летию со
дня рождения Сергея
Рахманинова
18.20 02.45 Цвет времени
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи,
малыши!»
20.45 «Хранители жизни»
21.25 «Сати. Нескучная клас-
сика...»
**22.10 «СТАРОМОДНАЯ
КОМЕДИЯ»**

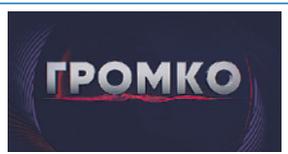
ТВЦ



08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ».
(12+)

06.00 «Настроение»
08.05 «Большое кино». (12+)
**08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ:
ЧИСТО СОВЕТСКОЕ
УБИЙСТВО».** (12+)
10.45 00.30 «Петровка, 38».
(16+)
10.55 «Городское собрание».
(12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 Со-
бытия
**11.45 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ
ЖЕНА?»** (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
**15.00 03.15 «СЕЛЬСКИЙ
ДЕТЕКТИВ: ЯБЛОНЯ
РАЗДОРА».** (12+)
16.55 «90-е. Безработные
звезды». (16+)
**18.15 «НЕ ЖЕНСКАЯ
РАБОТА».** (12+)
22.40 Специальный репор-
таж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.45 Прощание. (16+)
01.25 «Страшно красивый».
(16+)
02.05 «Мао и Сталин». (12+)

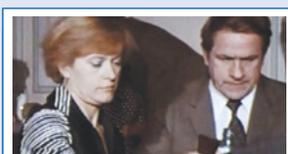
МАТЧ!
МАТЧ! ТВ



18.30 «Громко»

06.00 14.25 «Спортивный
век». (12+)
06.30 Футбол. Журнал Лиги
чемпионов. (0+)
07.00 08.35 10.15 14.55 16.40
18.25 21.40 Новости
07.05 15.30 21.45 00.30 Все
на Матч!
08.40 11.40 Биатлон. Pari
Чемпионат России.
Прямая трансляция
10.20 Специальный репор-
таж. (12+)
10.40 04.00 Спортивный
дайджест. (0+)
13.00 «Есть тема!»
15.00 География спорта.
(12+)
16.45 «Бросок в прыжке».
(12+)
18.30 «Громко»
19.40 Смешанные единобор-
ства. (16+)
20.40 Профессиональный
бокс. Д. Лебедев - Й.
Каленга. (16+)
22.30 Дартс. Прямая транс-
ляция из Москвы
01.00 Биатлон. Pari Чемпио-
нат России. (0+)

СПБ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



22.55 «КУЛЬТПОХОД В ТЕАТР».
(16+)

07.15 08.15 09.15 «Большой
утренний эфир». (16+)
11.15 «Главный врач». (12+)
12.10 «Пuls города». (12+)
12.40 «Петербургские тай-
ны». (12+)
14.15 15.45 «Петербург кос-
мический». (12+)
15.20 «Объясняем». (12+)
16.35 «Три дня Юрия Гагари-
на. И вся жизнь». (12+)
18.30 «Курс на Луну». (12+)
19.15 22.25 «Бизнес-Петер-
бург». (12+)
19.30 «Такой футбол». (6+)
20.00 «Петербург - город
решений». (12+)
21.00 «Юрий Гагарин. По-
следний миг». (12+)
22.00 Большой информаци-
онный эфир. (16+)
22.40 Степень защиты. (16+)
22.50 Соль событий. (16+)
**22.55 «КУЛЬТПОХОД
В ТЕАТР».** (16+)
**00.40 «ТЕАТРАЛЬНЫЙ
ФУРГОН».** (0+)
02.45 «ВЕСЕЛАЯ ЖИЗНЬ».
(12+)

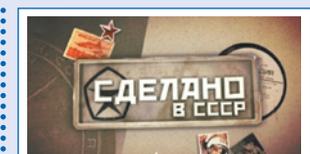
ЛЕНТВ 24
ЛЕНТВ 24



06.00 «КАК РАЗВЕСТИ
МИЛЛИОНЕРА». (12+)

**06.00 «КАК РАЗВЕСТИ
МИЛЛИОНЕРА».** (12+)
09.00 11.00 13.00 15.00 17.00
19.00 «ЛентТВ24 Ново-
сти». (6+)
09.15 «ТРЕМБИТА». (0+)
11.15 01.20 «Больше, чем
любовь». (12+)
**12.00 13.15 «ВТОРОЕ
ДЫХАНИЕ».** (12+)
14.10 «Химия. Формула Разо-
ружения». (12+)
15.15 «ЛентТВ24 Актуальный
разговор». (6+)
15.35 «АКВАТОРИЯ». (16+)
17.15 22.40 «Золотая серия
России». (12+)
17.30 «Дело №». (12+)
18.00 «ДОКТОР АННА». (16+)
19.15 «Первые в мире». (12+)
19.30 05.00 «ШТРАФНИК».
(16+)
20.30 23.00 02.00 «ЛентТВ24
Акценты». (12+)
21.10 «НАСТЯ». (12+)
**23.40 «ИЗВИНИТЕ, МЫ
ВАС НЕ ЗАСТАЛИ».**
(16+)
02.40 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)

78
78 КАНАЛ



14.30 «Сделано в СССР».
(12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30
10.00 10.30 12.10 13.10
14.10 17.10 23.00 00.45
«Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 «Полезное
утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00
16.00 17.00 20.00
21.00 22.00 «Происше-
ствия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 «Телекурьер». (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 «Сделано в СССР». (12+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 «Проверено в небе.
История лётных ис-
пытаний». (12+)
17.30 01.30 «Тайная история
еды». (12+)
18.00 «Вечер трудного дня».
(12+)
19.00 23.45 «Интервидение».
(12+)
20.10 Открытая студия. (12+)
21.15 22.15 «Итоги дня». (16+)
02.00 «Ночное вещание».
(16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ **МУЛЬТ**
05.00 Ранние пташки. «Котё-
нок Шмяк». (0+)
Мультсериал о необычной
дружке чёрного котёнка
Шмяка и мышонка Сырни-
ка, которые живут в не-
большом городке и вместе
познают силу доброты и
взаимовыручки. Но свою
дружку герои должны хра-
нить в тайне, ведь в мире
кошек Сырника подстере-
гает немало опасностей.
Это не мешает друзьям
ежедневно мчаться на-
встречу приключениям на
велосипеде и веселиться
днями напролет!
07.00 «С добрым утром, ма-
лыши!» (0+)
07.30 «Звёздная логика». (0+)
07.40 «Петроникс». (0+)
08.05 «Волшебная кухня».
(0+)
10.15 «Суперкрылья. Супер-
помощники». (0+)
10.45 «Простоквашино». (0+)
12.55 «Инфинити Надо». (6+)
13.10 «Дикие скричеры!»
(6+)
13.35 «Бен 10». (12+)
14.00 «Навигатор. Новости».
(0+)
14.10 «Гризли и лемминги».
(6+)
15.25 «Ералаш». (6+)
16.30 «Царевны». (0+)
18.10 «Три кота». (0+)
20.20 «Дракошия». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, ма-
лыши!» (0+)
20.45 «Геройчики». (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Га-
лактики». (6+)
22.25 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.40 «Буба». (6+)
00.00 «Ералаш». (6+)
00.50 «Зук». (0+)
01.50 «Бобби и Билл». (0+)
03.15 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ
06.00, 14.30, 22.30 «Смеша-
рики». (0+)
06.30, 11.30, 19.35, 02.30
«Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время
малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00, 04.00
«Барбоскины». (0+)
08.30, 13.20, 20.25 «Маша
и Медведь». (0+)
09.00 «Жила-была Царевна».
(0+)
09.35 Друзья на все времена.
«Вовка в тридцатом цар-
стве». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00,
05.30 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00, 03.00
«Лунтик». (0+)
11.00 «Музыкальный па-
труль. Сказочные песни.
Ворожея». (0+)
13.40 «Лудвилль». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
15.30 «Буба». (6+)
17.00 Друзья на все времена.
«Малыш и Карлсон». (6+)
18.00 «Геройчики». (0+)
18.30 «Простоквашино. За-
снеженный человек». (0+)
19.00 «Сказочный патруль».
(0+)
20.55 «Машины сказки».
(0+)
21.20 «Ну, погоди! Канику-
ль». (6+)
23.00 «Простоквашино». (0+)
23.30, 05.00 «Белка и Стрел-
ка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Куми-куми». (12+)
00.30 «Лео и Тигр». (0+)
01.00 Друзья на все времена.
«Лентяйка Василиса» (6+),
«Чучело-мяучело» (0+)
01.25 «Малышарики». (0+)
02.00 «Домики». (0+)
03.20 «Маша и Медведь».
«Машины сказки». (0+)
04.25 «Сказочный патруль».
Хроники чудес». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 **VIJU TV1000** **TV1000** **VIJU TV1000**
05.30 «Приключения Бубы»,
«Тоботы», «Дикие скриче-
ры». Мультсериалы. (6+)
08.00 «КОМНАТА СТРАХА».
(16+)
10.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕ-
РЕЙ». (16+)
11.50 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ».
(16+)
14.20, 02.05 «ОБИТЕЛЬ ПРО-
КЛЯТЫХ». (16+)
16.25, 17.40 «ПРИЗРАЧНЫЙ
ДОКТОР». (16+)
19.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИС-
КАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
20.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2:
ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦА-
РЯ СОЛОМОНА». (16+)
22.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3:
ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧА-
ШИ». (16+)
00.10 «БАГРОВЫЙ ПИК». (18+)
03.50 «1408». (16+)

TV1000 **VIJU TV1000**
05.30 «Смешарики», «Три ко-
та». Мультсериалы. (6+)
07.45 «Фиксики». Мультсери-
ал. (6+)
08.50 «УМНАЯ МАША». (12+)
10.40 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОК-
САНА СОКОЛОВА». (16+)
12.30 «КРАСОТКА В УДАРЕ».
(12+)
14.15 «ОДНОКЛАССНИЦЫ».
(16+)
15.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НО-
ВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
17.00, 18.00 «ПЕРЕВАЛ ДЯТ-
ЛОВА». (16+)
19.00 «ХОЛОП». (12+)
21.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)
22.45 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ».
(16+)
00.25 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ
МУЖЧИНА». (12+)
01.50 «ДОМОВОЙ». (6+)
03.30 «ХОТТАБЫЧ». (16+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
06.35 «Три богатыря на даль-
них берегах». Мультфильм.
(6+)
07.50 «Три богатыря и Мор-
ской Царь». Мультфильм.
(6+)
09.15 «Иван Царевич и Серый
Волк». Мультфильм. (6+)
10.55 «Иван Царевич и Серый
Волк-2». Мультфильм. (6+)
12.20 «Иван Царевич и Серый
Волк-3». Мультфильм. (6+)
13.40 «Иван Царевич и Серый
Волк-4». Мультфильм. (6+)
15.20 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «АБАБОЛ-5». (16+)
Сериал. Россия, 2021 г.
01.45 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНО-
СТИ». (16+)
Россия, 2018 г.
03.30 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
04.50 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМ-
НАТЫ». (6+)

СУББОТА! **СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь»,
«Машины сказки», «Маш-
кины страшилки», «Маша и
Медведь. Машины Песен-
ки». Мультсериалы. (0+)
18.00, 18.50, 19.30, 20.10
«ДИКИЙ АНГЕЛ» (субти-
тры). (16+)
20.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ».
(16+)
21.50 Богиня шопинга (субти-
тры). (16+)
22.55 Суббота News 2023.
(16+)
23.10 Богиня шопинга (субти-
тры). (16+)
00.20 «ОТЕЛЬ ДЕЛЬ ЛУНА».
(16+)
01.55 «Буба-2», «Буба-3»,
«Буба». Мультсериалы.
(0+)
04.30 «Маша и Медведь».
Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ** **ФЕНИКС**
03.10 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ».
(18+)
04.35 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС».
(16+)
06.35 «НЕИСТРЕБИМЫЙ ШПИ-
ОН». (16+)
08.05 «КРОКОДИЛ ДАНДИ».
(12+)
09.55 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКО-
ГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО».
(16+)
11.35 «МОЙ ПАРЕНЬ ИЗ ЗОО-
ПАРКА». (12+)
13.30 «КОНВОИРЫ». (16+)
15.20 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИ-
ВОСТИ». (18+)
17.35 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
19.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧ-
НАЯ». (12+)
21.25 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ
НОЧЕЙ». (16+)
23.15 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ».
(12+)

ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ **ФЕНИКС**
07.55 Мультфильмы. (0+)
08.25 «НЕБЕСА ОБЕТОВАН-
НЫЕ». (18+)
10.40 «ЗВЕЗДНЫЙ МАЛЬЧИК».
(6+)
12.00 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИ-
КА». (12+)
13.40 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ
ИЛЬФ И ПЕТРОВ». (12+)
14.55 «КАДРИЛЬ». (12+)
16.25 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВА-
ША ТЕТЯ». (12+)
18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7».
(16+)
20.00 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ».
(16+)
21.35 «ЛЮБИТЬ
ПО-РУССКИ-2». (16+)
23.20 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
01.45 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУ-
ГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИ-
КА». (12+)
03.20 «ДОБРЯКИ». (12+)

СТС LOVE **СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсери-
ал. (0+)
07.55 «НЕ РОДИСЬ КРАСИ-
ВОЙ». (12+)
Андрей приглашает Ка-
тю на свидание, в глубине
души надеясь на чудесное
избавление. Ему прихо-
дится обещать Кире, что в
новом году все изменится
к лучшему. Кира готова из-
менить своим принципам
и проследить за Андреем.
12.25 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС».
(16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
22.55 «МАМОЧКИ». (16+)
00.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
02.30 «РАНЕТКИ». (16+)
04.05 «Фиксики». Мультсери-
ал. (0+)
05.00 «Царевны». Мультсери-
ал. (0+)

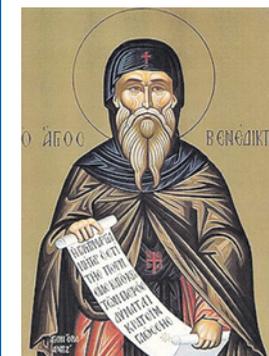
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Главное. С Анной Шаф-
ран. Новости на СПАСЕ. (0+)
07.00 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.
(0+)
10.30 Завет. (6+)
11.35 Святыни России. (6+)
12.40 Простые чудеса. (12+)
13.35, 14.00, 14.30 Мона-
стырская кухня. (0+)
15.00 Лики Богородицы. Фео-
доровская икона Божией
Матери. (0+)
Истории икон и истории
людей - в документаль-
ном проекте «Лики Бого-
родицы».

СПАС
15.35 Цикл: На своей земле.
Выжившие. (16+)
15.55 Тайна бессмертия. (0+)
17.30 «ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС». (0+)
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30 Византия. Жизнь после
смерти. Византия в изгна-
нии. XIII век. 17 серия. (0+)
22.20 Прямая линия. Ответ
священника (субтитры).
(12+)
22.55 Прямая линия жизни.
(16+)
23.55 День Патриарха. (0+)
00.10 Старец из каслинской
глубинки. (0+)
01.00 Завет. (6+)
02.00 Щипков. (12+)
02.30 Византия. Жизнь после
смерти. Византия в изгна-
нии. XIII век. 17 серия. (0+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

27 марта
Седмица 5-я Великого поста. Глас 8.
Прп. Венедикта Нурсийского.



Свт. Евхимона
на исп., еп.
Лампсакий-
ского. Блгв.
вел. кн. Ро-
стислава-Ми-
хаила. Свт. Фе-
огноста, митр.
Киевского и
всера России.
Феодоровской
иконы Божией
Матери.
Постный день.

« Блажен, кто вместо всех стяжа-
ний приобрел Христа, у которого
одно стяжание, Крест, который несет Он
высоко».

Свт. Григорий Богослов

ПЕРВЫЙ



22.45 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (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 18.20 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 20.00 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 «ШПИОН». (16+)
 22.45 «Большая игра». (16+)
 23.45 «ПОЧКА». (16+)
 00.15 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (12+)

- 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 20.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 «ЗАПОЛЯРНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
 Администрация города выделяет Алёне для проживания старый дом без отопления. Мачеха Алёны Наташа волнуется об осложнениях в отношениях мужа и его дочери, но Владимир делает вид, что причина всему - внезапный переезд Алёны.
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
 10.00 13.00 «Сегодня»
 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 16.45 «За гранью». (16+)
 17.50 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
 20.00 «СТРАЖНИК». (16+)
 22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
 00.45 «ИГРА». (16+)

СТС



15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 07.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
 08.25 Уральские пельмени. (16+)
 09.20 Большой побег. (16+)
 10.40 Суперниндзя. Финалисты. (16+)
 11.40 «ГРАНД». (16+)
 Рите пришлось по вкусу всеми командовать. Это не входило в планы Льва Глебовича, и он придумывает «гениальный» план...
 15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
 18.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
 20.00 Премьера! Большой побег. (16+)
 21.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)
 23.20 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (18+)
 01.15 На выход! (16+)
 02.10 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
 05.10 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



19.30 «КАФЕ «КУБА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
 08.30 «Бьюти баттл». (16+)
 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
 15.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
 19.30 «КАФЕ «КУБА». (16+)
 21.00 «СЕМЬЯ-2». (16+)
 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
 «Женский стендап» - шоу, в котором женщины честно и откровенно шутят обо всем, что их волнует и веселит. За несколько лет на TNT проект обрел свою преданную аудиторию...
 23.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
 01.00 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
 03.30 «Шоу «Студия Союз». (16+)
 05.00 «Открытый микрофон». (16+)

REN



00.30 «СУРРОГАТЫ». (16+)

- 05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
 09.00 «Военная тайна». (16+)
 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
 11.00 «Как устроен мир». (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 списки». (16+)
 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «ЧЕЛОВЕК-МУРАВЕЙ И ОСА». (12+)
 22.10 «Водить по-русски». (16+)
 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
 00.30 «СУРРОГАТЫ». (16+)

5-Й КАНАЛ

06.35 «ФИЛИН-2». (16+)
 08.15 09.30 «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА». (16+)
 08.55 «Знание - сила». (0+)
 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
 13.30 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ-5». (16+)
 17.20 18.00 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)
 19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

05.10 13.20 15.05 03.30 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.20 01.10 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
 18.55 «Бог войны». (16+)
 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
 22.55 «Между тем». (12+)
 23.25 «ОТЧИЙ ДОМ». (12+)
 02.30 «Инженер Шухов». (12+)

06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
 06.15 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 16.50 «Слепая». (16+)
 11.15 Знаки судьбы. (16+)
 12.20 Мистические истории. (16+)
 13.30 Гадалка. (16+)
 16.15 Любовная магия. (16+)
 20.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)
 22.45 «ЭЛЬДОРАДО: ГОРОД ЗОЛОТА». (16+)
 00.45 Дневник экстрасенса. (16+)

06.00 Идеальный ужин. (16+)
 06.30 «Мультфильмы». (0+)
 08.00 Утилизатор. (12+)
 10.00 Утилизатор. (16+)
 10.30 Решала. (16+)
 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
 16.30 Улётное видео. (16+)
 19.00 Заступницы. (16+)
 20.00 Решала. (16+)
 22.00 Заступницы. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
 05.00 Идеальный ужин. (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
 08.10 Давай разведёмся! (16+)
 09.10 Тест на отцовство. (16+)
 11.25 Понять. Простить. (16+)
 12.30 «Порча». (16+)
 13.00 «Знахарка». (16+)
 13.35 Верну любимого. (16+)
 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
 14.45 «ОДНО ТЁПЛОЕ СЛОВО». (16+)
 19.00 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ». (16+)
 23.15 «ВЕЧЕРНЯЯ СКАЗКА». (16+)

06.40 15.10 23.15 «АННА: ЖЕНА ЕГЕРЯ». (16+)
 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
 11.25 «РОДНЯ». (12+)
 16.00 00.05 «Строители будущего». (12+)
 17.00 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+)
 17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
 21.00 «ОДИНОЖДЫ ОДИН». (12+)
 22.35 «За дело!» (12+)
 01.05 ОТражение. Главное. (12+)

06.05 Наше кино. Неувядающее. К юбилею А. Митты. (12+)
 06.30 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
 08.05 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 10.10, 18.50 Игра в кино. (12+)
 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 14.05, 16.15, 23.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 15.10, 00.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 16.45 Мировое соглашение. (16+)
 21.30 «ДИКИЙ». (16+)
 23.20 Наше кино. История большой любви. (12+)
 02.05 «АРИНКА». (0+)

05.00 «Путь к Победе». (16+)
 06.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
 09.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
 13.10 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
 Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза-летчиком Леонидом Шугаевым.
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 00.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
 02.20 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
 03.40 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

06.00, 12.55, 18.10, 23.40 О самом главном. Уход за руками в холодное время года. (12+)
 06.50, 07.20 Еда здорового человека. (12+)
 07.45, 23.10, 03.30 Клинический случай. (12+)
 08.15, 14.45, 00.35 Великая тайна ДНК. (12+)
 09.00 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+)
 09.55, 10.25 На приёме у доктора Продеуса. Иммунитет и аллергия. (12+)
 10.50, 04.40 На приёме у психолога. (12+)
 11.20, 03.55 Медицинский квест. (12+)
 12.05 Страшная сила смеха. (12+)
 13.50 Теледоктор. (12+)
 15.35 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
 16.30, 16.55 Основной элемент. (12+)
 17.25 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
 19.10, 05.05 Метод исследования. Полисомнография. (12+)
 19.35, 05.35 Метод исследования. Рентген. (12+)
 20.05, 02.10 InVivo. Нарколепсия. (12+)
 20.30, 03.05 Клинический случай. Спасти Толстого. (12+)
 21.00 О самом главном. Опасная боль в животе. (12+)
 21.55 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
 22.40, 02.35 InVivo. Дислексия. Болезнь ленивых и гениев. (12+)
 01.20, 01.45 Метод исследования. (12+)

ТВ-3

06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
 06.15 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 16.50 «Слепая». (16+)
 11.15 Знаки судьбы. (16+)
 12.20 Мистические истории. (16+)
 13.30 Гадалка. (16+)
 16.15 Любовная магия. (16+)
 20.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)
 22.45 «ЭЛЬДОРАДО: ГОРОД ЗОЛОТА». (16+)
 00.45 Дневник экстрасенса. (16+)

06.00 Идеальный ужин. (16+)
 06.30 «Мультфильмы». (0+)
 08.00 Утилизатор. (12+)
 10.00 Утилизатор. (16+)
 10.30 Решала. (16+)
 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
 16.30 Улётное видео. (16+)
 19.00 Заступницы. (16+)
 20.00 Решала. (16+)
 22.00 Заступницы. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
 05.00 Идеальный ужин. (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
 08.10 Давай разведёмся! (16+)
 09.10 Тест на отцовство. (16+)
 11.25 Понять. Простить. (16+)
 12.30 «Порча». (16+)
 13.00 «Знахарка». (16+)
 13.35 Верну любимого. (16+)
 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
 14.45 «ОДНО ТЁПЛОЕ СЛОВО». (16+)
 19.00 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ». (16+)
 23.15 «ВЕЧЕРНЯЯ СКАЗКА». (16+)

06.40 15.10 23.15 «АННА: ЖЕНА ЕГЕРЯ». (16+)
 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
 11.25 «РОДНЯ». (12+)
 16.00 00.05 «Строители будущего». (12+)
 17.00 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+)
 17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
 21.00 «ОДИНОЖДЫ ОДИН». (12+)
 22.35 «За дело!» (12+)
 01.05 ОТражение. Главное. (12+)

05.00 «Путь к Победе». (16+)
 06.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
 09.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
 13.10 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
 Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза-летчиком Леонидом Шугаевым.
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 00.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
 02.20 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
 03.40 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

06.00, 12.55, 18.10, 23.40 О самом главном. Уход за руками в холодное время года. (12+)
 06.50, 07.20 Еда здорового человека. (12+)
 07.45, 23.10, 03.30 Клинический случай. (12+)
 08.15, 14.45, 00.35 Великая тайна ДНК. (12+)
 09.00 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+)
 09.55, 10.25 На приёме у доктора Продеуса. Иммунитет и аллергия. (12+)
 10.50, 04.40 На приёме у психолога. (12+)
 11.20, 03.55 Медицинский квест. (12+)
 12.05 Страшная сила смеха. (12+)
 13.50 Теледоктор. (12+)
 15.35 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
 16.30, 16.55 Основной элемент. (12+)
 17.25 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
 19.10, 05.05 Метод исследования. Полисомнография. (12+)
 19.35, 05.35 Метод исследования. Рентген. (12+)
 20.05, 02.10 InVivo. Нарколепсия. (12+)
 20.30, 03.05 Клинический случай. Спасти Толстого. (12+)
 21.00 О самом главном. Опасная боль в животе. (12+)
 21.55 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
 22.40, 02.35 InVivo. Дислексия. Болезнь ленивых и гениев. (12+)
 01.20, 01.45 Метод исследования. (12+)

06.15 Выдающиеся женщины: Коко Шанель. (12+)
 07.00, 07.50 Акулий террор: судно «Индианаполис». (16+)
 08.40, 09.35 Древние конструкторы. (12+)
 10.30 Тайны мумий животных. (12+)
 11.30 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
 12.30 Исторические убийства: Британская няня-убийца. (16+)
 13.20 Выдающиеся женщины: Одри Хепберн. (12+)
 14.20 Выдающиеся женщины: Грейс Келли. (12+)
 15.15 Выдающиеся женщины: Марта Геллхорн. (12+)
 16.10, 17.10 Древние конструкторы. (12+)
 18.05 Древний апокалипсис: Затерянный город Гелика. (16+)
 19.00 Древний апокалипсис: Аккадская империя. (16+)
 20.00 Запретная история: Загадка пропавших сокровищ Японии. (12+)
 20.50 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
 21.40 Война во Вьетнаме: Вьетнам и война. (12+)
 22.30 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
 23.20 Настоящая история викингов: Работоргвля викингов. (12+)
 00.15, 01.10 Древние конструкторы. (12+)
 02.00 Тайны мумий животных. (12+)
 02.50 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
 03.40, 04.25, 05.15 Исторические убийства. (16+)

05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
 05.20 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
 05.40 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
 06.30, 02.30, 04.30 Пятница News. (16+)
 06.50 Кондитер-3. (16+)
 08.10, 09.10, 10.10, 11.20 На ножах. (16+)
 12.20 Адская кухня. (16+)
 14.20, 16.40, 21.40 Битва шефов-2. (16+)
 19.00 Умнее всех. (16+)
 20.10 Кондитер-7. (16+)
 23.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СУПЕРМЕНА». (16+)
 02.50, 03.40 Инсайдеры. (16+)

05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
 09.10 «КЛОН». (16+)
 11.55 Моя свекровь - монстр. (16+)
 16.00 Беременная в 16. (16+)
 Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь.
 17.35, 19.00 Ждули. (16+)
 20.00 «КЛОН». (16+)
 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
 00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
 01.45 Измены (субтитры). (18+)
 03.30 Моя свекровь - монстр. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР ПОБЕДА ДОКТОР HISTORY VIJU HISTORY

06.05 Наше кино. Неувядающее. К юбилею А. Митты. (12+)
 06.30 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
 08.05 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 10.10, 18.50 Игра в кино. (12+)
 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 14.05, 16.15, 23.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 15.10, 00.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 16.45 Мировое соглашение. (16+)
 21.30 «ДИКИЙ». (16+)
 23.20 Наше кино. История большой любви. (12+)
 02.05 «АРИНКА». (0+)

05.00 «Путь к Победе». (16+)
 06.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
 09.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
 13.10 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
 Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза-летчиком Леонидом Шугаевым.
 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 00.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
 02.20 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
 03.40 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

06.00, 12.55, 18.10, 23.40 О самом главном. Уход за руками в холодное время года. (12+)
 06.50, 07.20 Еда здорового человека. (12+)
 07.45, 23.10, 03.30 Клинический случай. (12+)
 08.15, 14.45, 00.35 Великая тайна ДНК. (12+)
 09.00 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+)
 09.55, 10.25 На приёме у доктора Продеуса. Иммунитет и аллергия. (12+)
 10.50, 04.40 На приёме у психолога. (12+)
 11.20, 03.55 Медицинский квест. (12+)
 12.05 Страшная сила смеха. (12+)
 13.50 Теледоктор. (12+)
 15.35 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
 16.30, 16.55 Основной элемент. (12+)
 17.25 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
 19.10, 05.05 Метод исследования. Полисомнография. (12+)
 19.35, 05.35 Метод исследования. Рентген. (12+)
 20.05, 02.10 InVivo. Нарколепсия. (12+)
 20.30, 03.05 Клинический случай. Спасти Толстого. (12+)
 21.00 О самом главном. Опасная боль в животе. (12+)
 21.55 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
 22.40, 02.35 InVivo. Дислексия. Болезнь ленивых и гениев. (12+)
 01.20, 01.45 Метод исследования. (12+)

06.15 Выдающиеся женщины: Коко Шанель. (12+)
 07.00, 07.50 Акулий террор: судно «Индианаполис». (16+)
 08.40, 09.35 Древние конструкторы. (12+)
 10.30 Тайны мумий животных. (12+)
 11.30 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
 12.30 Исторические убийства: Британская няня-убийца. (16+)
 13.20 Выдающиеся женщины: Одри Хепберн. (12+)
 14.20 Выдающиеся женщины: Грейс Келли. (12+)
 15.15 Выдающиеся женщины: Марта Геллхорн. (12+)
 16.10, 17.10 Древние конструкторы. (12+)
 18.05 Древний апокалипсис: Затерянный город Гелика. (16+)
 19.00 Древний апокалипсис: Аккадская империя. (16+)
 20.00 Запретная история: Загадка пропавших сокровищ Японии. (12+)
 20.50 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
 21.40 Война во Вьетнаме: Вьетнам и война. (12+)
 22.30 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
 23.20 Настоящая история викингов: Работоргвля викингов. (12+)
 00.15, 01.10 Древние конструкторы. (12+)
 02.00 Тайны мумий животных. (12+)
 02.50 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
 03.40, 04.25, 05.15 Исторические убийства. (16+)

05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
 05.20 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
 05.40 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
 06.30, 02.30, 04.30 Пятница News. (16+)
 06.50 Кондитер-3. (16+)
 08.10, 09.10, 10.10, 11.20 На ножах. (16+)
 12.20 Адская кухня. (16+)
 14.20,

РОССИЯ К
Культура



06.35 «Пешком...»

- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Театральная летопись. Вера Васильева»
- 07.35 18.35 Лоренцо Медичи
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 16.35 «СВОЕ СЧАСТЬЕ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 XX век
- 12.10 18.25 Цвет времени
- 12.30 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ»**
- 14.05 «Дороги старых мастеров»
- 14.15 00.05 Уроки режиссуры
- 15.05 Новости. Книги
- 15.20 «Эрмитаж»
- 15.50 «Три революции Максима Горького»
- 17.40 01.45 К 150-летию со дня рождения Сергея Рахманинова
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.35 Искусственный отбор
- 21.20 Линия жизни
- 22.10 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА»**
- 02.30 «Юрий Гагарин. Звездный избранник»

ТВЦ



08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Доктор И...» (16+)
- 08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УБИЙСТВО».** (12+)
- 10.40 04.40 «Муслим Магомаев. Последний концерт». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.45 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА?»** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.15 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: МЕСТЬ ЧЕРНОБОГА».** (12+)
- 16.55 «90-е. В шумном зале ресторана». (16+)
- 18.15 «НЕ ЖЕНСКАЯ РАБОТА».** (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Елизавета Никищихина». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната». (16+)
- 01.25 Хроники московского быта. (16+)

МАТЧ!



10.05 Специальный репортаж. (12+)

- 06.00 14.25 «Спортивный век». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 08.35 10.00 12.55 14.55 16.40 18.25 Новости
- 07.05 15.30 21.45 00.30 Все на Матч!
- 08.40 11.40 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Прямая трансляция из Ханты-Мансийска
- 10.05 05.15 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 04.00 «Лошадиная сила». (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 «Ты в бане!» (12+)
- 16.45 «Кулачные бои». (12+)
- 18.30 Футбол. Еврокубки 2022/2023. Лучшие голы. (0+)
- 20.40 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
- 21.40 Новости
- 22.30 Дартс. Прямая трансляция из Москвы
- 01.00 «Магия большого спорта». (12+)
- 01.30 Здоровый образ. (12+)

СПБ



22.50 «СТАЛКЕР». (16+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 «Большой утренний эфир». (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Пульс города». (12+)
- 12.40 «Петербург 3.2.0». (6+)
- 13.15 «Такой футбол». (6+)
- 13.50 «Промышленный клуб». (12+)
- 14.15 Соль событий. (16+)
- 14.20 «Зона особого внимания». (16+)
- 15.45 «ПОКУШЕНИЕ».** (12+)
- 18.25 «Пешком в историю». (6+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Адаптация». (6+)
- 21.00 «Салют-7. История одного подвига». (12+)
- 22.00 Большой информационный эфир. (16+)
- 22.40 Степень защиты. (16+)
- 22.50 «СТАЛКЕР».** (16+)
- 01.55 «Стрим новых территорий». (16+)

ЛЕНТВ 24



12.00 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (12+)

- 07.00 08.00 20.30 23.00 02.00 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
- 07.40 08.40 15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
- 09.15 «ПАСПОРТ».** (6+)
- 11.15 «Больше, чем любовь». (12+)
- 12.00 13.15 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ».** (12+)
- 14.10 «Иннокентий Смоктуновский». (12+)
- 15.35 «АКВАТОРИЯ».** (16+)
- 17.15 «Молодая наука». (12+)
- 17.30 «Дело №». (12+)
- 18.00 «ДОКТОР АННА».** (16+)
- 19.15 «Первые в мире». (12+)
- 19.30 05.05 «ШТРАФНИК».** (16+)
- 21.10 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА».** (0+)
- 22.30 «Реки России». (12+)
- 23.40 «НАДЕЖДА».** (16+)
- 02.40 «ВИЛЬГЕЛЬМ ЗАВОЕВАТЕЛЬ».** (16+)

78 КАНАЛ



19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 23.00 00.45 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 Сделано в СССР. (12+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 «Проверено в небе. История лётных испытаний». (12+)
- 17.30 01.30 «Тайная история еды». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.00 Оружие XX века. (12+)
- 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
- 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
- 22.15 «Итоги дня». (16+)
- 23.45 «Если бы я...» (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ**
05.00 Ранние пташки. «Тима и Тома». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Звёздная логика». (0+)
- 07.40 «Петроникс». (0+)
- 08.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
- 10.45 «ТриО!» (0+)
- 11.00 «Простоквашино». (0+)
- 12.55 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.10 «Дикие скричеры». (6+)
- 13.35 «Бен 10». (12+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
Путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт, услышите советы и интересные истории от знаменитых гостей и многое другое!
- 14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
- 15.25 «Ералаш». (6+)
- 16.30 «Барбоскины». (0+)
- 18.10 «Три кота». (0+)
- 20.20 «Дракошия». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Геройчики». (0+)
- 21.45 «Гудзонянс. Магическая сила!» (6+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)
- 22.25 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Буба». (6+)
- 00.00 «Ералаш». (6+)
- 00.50 «Зук». (0+)
- 01.50 «Бобби и Билл». (0+)
- 03.15 «Фиксики». (0+)
- МУЛЬТ**
06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)
- 06.30, 11.30, 19.35, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Жила-была Царевна». (0+)
- 09.30 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идет в гости». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Кошечки-собачки. Розыгрыш». (0+)
- 13.45 «Луддвилль». (0+)
- 15.00 «Монскики». (0+)
- 15.35 «Буба». (6+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Карлсон вернулся». (6+)
- 18.00 «Геройчики». (0+)
- 18.30, 23.00 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 23.30, 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Куми-куми». (12+)
- 00.35 «Лео и Тиг». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Вовка в тридцатом царстве», «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)
- 01.25 «Мальшаррики». (0+)
- 02.00 «Домики». (0+)
- 03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
- 04.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 05.30 «Фиксики». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
05.30 «Приключения Бубы», «Тоботы», «Дикие скричеры». Мультсериалы. (6+)
- 07.35 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ». (6+)
- 09.30 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
- 11.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 13.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 14.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 16.30, 17.40 «ПРИЗРАЧНЫЙ ДОКТОР». (16+)
- 19.00 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
- 20.40 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (12+)
- 22.55 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 00.30 «ПОМНИ МЕНЯ». (16+)
- 02.10 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
- 03.50 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ**
05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
- 09.55 «ХОЛОП». (12+)
- 11.50 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 13.35 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.15 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
- 17.00, 17.55 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВ». (16+)
- 19.00 «УМНАЯ МАША». (12+)
- 20.55 «ОДНОКЛАССНИКИ.RU: НАСЛІСКОЙ УДАЧУ». (12+)
- 22.45 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
- 00.10 «ЛЁД». (12+)
- 02.00 «ЛЁД-2». (6+)
- 03.55 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)
- ДОМ КИНО**
06.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 08.55 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 10.25 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «Конь Юлии и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 13.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
- 01.45 «ДНЮХА!». (16+)
- Россия, 2018 г.
- 03.20 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 04.50 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
- СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинные сказки», «Машинные страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 18.50, 19.40, 20.20 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
- 21.10 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 22.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 23.20 Суббота News 2023. (16+)
- 23.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 00.40 «ОТЕЛЬ ДЕЛЬ ЛУНА». (16+)
- 02.15 «Буба-3», «Буба». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
01.10 «НЕИСТРЕБИМЫЙ ШПИОН». (16+)
- 02.35 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
- 04.40 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 06.15 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (6+)
- 08.20 «ЕВРОТУР». (16+)
- 09.55 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 11.50 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)
- 13.45 «ДЖУМАНДИ». (6+)
- 15.35 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
- 17.35 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 19.30 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 21.35 «КОНВОИРЫ». (16+)
- Комедия, приключения, США, 1994 г.
- 23.25 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- МОСФИЛЬМ**
07.05 «Трое из Простоквашино» (0+), «Каникулы в Простоквашино». (6+), «Зима в Простоквашино» (6+). Мультфильмы
- 08.00 «ПАЛАТА № 6». (16+)
- 09.40 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (12+)
- 11.35 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 13.15 «БЕЗ СТРАХА И УПРЕКА». (12+)
- 14.45 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (12+)
- 16.10 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 19.40 «СКАЗКА СТРАНСТВИЙ». (6+)
- 21.30 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 00.00 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (12+)
- 02.15 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
- 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 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Юлия Шиферштейн, Андрей Фролов
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
- Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2005 г.
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА». (16+)
- 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 12.25 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- Для привлечения клиентов в свой новый бизнес-проект Илья проводит масштабную пиар-компанию. Но у детей свои планы по осуществлению проектов Илья.
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- Максим всеми силами старается помочь Денису удержаться на работе.
- 22.50 «МАМОЧКИ». (16+)
- 00.50 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 02.25 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
- 06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Византия. Жизнь после смерти. Византия в изгнании. XIII век. 17 серия. (0+)
- 11.20, 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.55 В поисках Бога. (6+)
- 12.25 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 13.00 Профессор Осипов. (0+)
- 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Старец из каслинской глубинки. (0+)
- 16.00 Культура отмены России. (16+)
- 16.30 «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ». (6+)
- 18.05 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОВОВА». 1 серия. (12+)
- СССР 1979 г.
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.30 Византия. Жизнь после смерти. Обожение. Как человеку стать Богом? XIII-XIV века. 18 серия. (0+)
- 22.55 Служба спасения семьи. (16+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Святыни России. (6+)
- 01.10 Профессор Осипов. (0+)
- 01.40 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

28 марта
Седмица 5-я Великого поста. Глас 8.
Мч. Агапия и с ним семи мучеников:
Пуплия, Тимолая, Ромила,
двух Александров и двух Дионисиев.



Сщмч. Александра, иерея в Сиде. Мч. Никандра. Сщмч. Алексия пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

«Человек, входящий к продавцу благовоний, заимствует приятный запах: и обращающийся с благочестивыми мужами нечувствительно привыкает подражать их добродетелям».

Свт. Антоний Великий

1 ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (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 18.20 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 20.00 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШПИОН». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 «ПОЧКА». (16+)
- 00.15 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.55 «Кто против?» (12+)

- 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 20.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЗАПОЛЯРНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
Бывшая коллега Алёны Марина беременна, но отец её ребёнка женат, и она думает об аборте. Тем временем в Белозёрскую больницу подросток привозит свою беременную маму, которая в последнее время жалуется на самочувствие.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 13.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «СТРАЖНИК». (16+)
- 22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 00.45 «ИГРА». (16+)

СТС СТС



07.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 08.25 Уральские пельмени. (16+)
- 09.40 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)
- 11.35 «ГРАНД». (16+)
Чужая страна, новый отель - Ксюше хватает переживаний из-за работы и разлуки с Юрой. А он даже не догадывается, что она скрывает.
- 15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
- 18.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 20.00 Премьера! На выход! (16+)
- 21.00 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (16+)
- 23.20 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
- 01.45 Импровизаторы. (16+)
- 02.35 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ ТНТ



16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Модные игры». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «КАФЕ «КУБА». (16+)
- 21.00 «СЕМЬЯ-2». (16+)
- 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
В этом шоу женщины говорят о том, что их не устраивает в отношениях, высмеивают стереотипы, которые столетиями культивировались в нашем обществе...
- 23.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
- 01.00 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
- 01.50 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.30 «Шоу «Студия Союз». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)

REN



06.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «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+)
- 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ПОБЕГ ИЗ ПРЕТОРИИ». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.00 «Новости». (16+)
- 00.30 «ХЕЛЛБОЙ: ГЕРОЙ ИЗ ПЕКЛА». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.25 «БОЕВАЯ ЕДИНИЦА». (16+)
- 07.05 «ФИЛИН-2». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 09.30 «ТАКАЯ ПОРОДА». (16+)

- 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)
- 19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИОЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

- 05.10 13.20 15.05 03.30 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 01.00 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Бог войны». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «МАЧЕХА». (12+)

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 Любовная магия. (16+)
- 16.50 «Слепая». (16+)
- 20.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)
- 22.30 «МЕЧ ДРАКОНА». (16+)
- 00.45 «Психосоматика». (16+)
- 04.15 Фактор риска. (16+)

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
- 06.30 «Мультфильмы». (0+)
- 07.55 Утилизатор. (12+)
- 10.30 Решала. (16+)
- 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 16.30 Улётное видео. (16+)
- 19.00 Заступницы. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 05.00 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.55 Давай разведёмся! (16+)
- 09.00 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 Понять. Простить. (16+)
- 12.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 Верну любимого. (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ЕСЛИ СЕРДЦЕ ДРОГНЕТ». (16+)
- 19.00 «БЕЛАЯ ЛИЛИЯ». (16+)
- 23.20 «ГОД ЗОЛОТОЙ РЫБКИ». (16+)
- 01.35 «ИСЧЕЗНОВЕНИЕ». (16+)

- 06.40 15.10 23.15 «АННА: ЖЕНА ЕГЕРЯ». (16+)
- 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 11.25 «ОДИНОЖДЫ ОДИН». (12+)
- 16.05 00.10 «Нация в фарфоре». (12+)
- 17.00 «За дело!» (12+)
- 17.45 «Отчий дом». (12+)
- 21.00 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ...» (12+)
- 22.30 «На приёме у главного врача с Марьяной Врасенко». (12+)
- 01.05 ОТражение. Главное. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 06.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (6+)
- 07.25 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10, 20.50 Игра в кино. (12+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15, 01.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10, 02.00 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.45 Мировое соглашение. (16+)
- 19.05 Назад в будущее. (16+)
- 20.00 Слабое звено. (12+)
- 21.30 «ДИКИЙ». (16+)
- 23.25 «НЕИСПРАВНЫЙ ЛГУН». (6+)
- 00.50 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 03.20 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (0+)

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
- 05.20 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
- 05.40, 06.45, 04.45 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 06.20, 02.10, 04.20 Пятница News. (16+)
- 06.50 Кондитер-3. (16+)
- 08.10, 09.10, 10.10, 11.20, 14.40, 15.50, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00 На ножах. (16+)
- 12.20 Адская кухня. (16+)
- 21.10 Молодые ножи-2. (16+)
- 22.40 Теперь я Boss!-8. (16+)
- 23.50 «БЭТМЕН: НАЧАЛО». (12+)
- 02.40, 03.30 Инсайдеры. (16+)

- 05.10 «Путь к Победе». (16+)
- 06.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
- 07.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
- 11.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
1942 год. Выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёна Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы «его имя продолжало бить фашистов». Вместе с Лёней они поступают под командование старшего лейтенанта Калтыгина...
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 02.40 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

- 05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 09.10 «КЛОН». (16+)
- 12.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.05 Беременная в 16. (16+)
- 17.30, 18.50 Беременная в 45. (16+)
- Реалити о женщинах, которые решились стать мамами после 45.
- 20.00 «КЛОН». (16+)
- 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 01.45 Измены (субтитры). (18+)
- 03.30 Моя свекровь - монстр. (16+)

- 06.00, 12.55, 18.15, 23.35 О самом главном. Остеартрит: как уменьшить боль в руках? (12+)
- 06.50 Теледоктор. (12+)
- 07.45, 23.05, 03.20 Истории болезней. Оспа. (16+)
- 08.15, 14.50, 00.30 Лекарство от глупости. (12+)
- 09.00 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
- 09.55, 10.25 Основной элемент. (12+)
- 10.55, 04.45 Психология. (12+)
- 11.20 Научные сенсации. ГМО-революция - суперпродукты. (12+)
- 12.10 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
- 13.50, 14.20 Метод исследования. (12+)
- 15.35 О самом главном. Опасная боль в животе. (12+)
- 16.30 InVivo. Нарколепия. (12+)
- 17.00 Клинический случай. Спасти Толстого. (12+)
- 17.30 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
- 19.10, 05.10 Медицинский квест. Аденома. (12+)
- 20.00, 02.00 Истории болезней. Чума. (16+)
- 20.30, 02.30 Истории болезней. Малярия. (16+)
- 21.00 О самом главном. Что «убивает» поджелудочную железу? (12+)
- 21.55 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
- 22.40, 02.55 Истории болезней. Испанка. (16+)
- 01.15 Медицинский квест. Блефаропластика. (12+)
- 03.50, 04.15 Еда здорового человека. (12+)
- 06.25 Выдающиеся женщины: Хеди Ламарр. (12+)
- 07.15, 08.05 Война во Вьетнаме. (12+)
- 08.55, 09.55 Древние конструкции. (12+)
- 10.50, 11.50 Древний апокалипсис. (16+)
- 12.45, 13.35 Запретная история. (12+)
- 14.30 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)
- 15.20 Настоящая история викингов: Работоторговля викингов. (12+)
- 16.10 Древние конструкции: Тайны Каменного века. (12+)
- 17.10 Древние конструкции: Тадж-Махал и Золотой век ислама. (12+)
- 18.05 Древний апокалипсис: Загадка морского народа. (16+)
- 19.00 Древний апокалипсис: Цивилизация майя. (16+)
- 20.00 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
- 20.50 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
- 21.40 Война во Вьетнаме: Распад и восстановление. (12+)
- 22.35 Покинутые места: Тени СССР. (12+)
- 23.30 Боевые корабли: Дракары викингов. (12+)
- 00.20, 01.15 Древние конструкции. (12+)
- 02.05, 02.55 Древний апокалипсис. (16+)
- 03.45, 04.30 Запретная история. (12+)
- 05.15 Запретная история. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серьезные (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РОССИЯ К
Культура



12.00 «Роман в камне»

07.30 10.00 15.00 19.30 23.45
Новости культуры
07.35 18.35 «Мария-Антуанетта»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 16.35 «ПЕРЕД ЭКЗАМЕНОМ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.45 XX век
12.00 «Роман в камне»
12.30 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА»
14.05 02.50 Цвет времени
14.15 00.05 Уроки режиссуры
15.05 Новости. Кино
15.20 02.20 «Писатели нашего детства»
15.50 «Белая студия»
17.40 01.30 К 150-летию со дня рождения Сергея Рахманинова
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Абсолютный слух
21.25 Власть факта
22.10 «ПОСЛЕСЛОВИЕ»
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.00 «Доктор И...» (16+)
08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ». (12+)
10.40 04.45 «Две жизни Майи Булгаковой». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.45 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА?» (12+)
13.40 05.25 «Мой герой». (12+)
14.45 Город новостей
15.00 03.15 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ИГОЛКА В СТОГЕ СЕНА». (12+)
16.55 «90-е. В завязке». (16+)
18.10 «НЕ ЖЕНСКАЯ РАБОТА». (12+)
20.00 Наш город. Диалог с мэром. Прямой эфир
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Лебединая песня». (16+)
01.25 «Знак качества». (16+)
02.05 «Кровь на снегу». (12+)

МАТЧ!
МАТЧ! ТВ



13.00 «Есть тема!»

06.00 14.25 «Спортивный век». (12+)
06.30 «Ты в бане!» (12+)
07.00 10.00 12.55 14.55 16.40 18.25 21.40 Новости
07.05 15.30 21.45 00.30 Все на Матч!
10.05 05.15 Специальный репортаж. (12+)
10.25 04.00 «Лошадиная сила». (12+)
11.45 Профессиональный бокс. Т. Йока - К. Такам. Трансляция из Франции. (16+)
13.00 «Есть тема!»
15.00 «Вид сверху». (12+)
16.45 «Суперсерия-72». (6+)
18.30 Голевая феерия Катара! (0+)
20.40 Смешанные единоборства. И. Махачев - А. Волкановски. UFC. Трансляция из Австралии. (16+)
22.30 «Вы это видели». (12+)
23.30 Боулинг. Континентальная лига. (0+)
01.00 «Магия большого спорта». (12+)

СПБ



22.55 «МАЛХОЛЛАНД ДРАЙВ». (18+)

07.15 08.15 09.15 10.15
«Большой утренний эфир». (16+)
11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
12.30 «Пульс города». (12+)
12.40 «Петербург 3.2.0». (6+)
13.15 «РОДНЫЕ РУКИ». (16+)
15.45 «ПОКУШЕНИЕ». (12+)
18.25 «Пешком в историю». (6+)
19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
19.30 «Губернаторский контроль». (6+)
21.00 04.55 «Петербург космический». (12+)
22.00 Большой информационный эфир. (16+)
22.40 03.45 Степень защиты. (16+)
22.50 «Пояснительная бригада». (16+)
22.55 «МАЛХОЛЛАНД ДРАЙВ». (18+)
01.30 «ШОССЕ В НИКУДА». (18+)

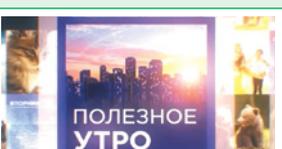
ЛЕНТВ 24



15.35 «АКВАТОРИЯ». (16+)

07.00 08.00 20.30 23.00 02.00
«ЛентТВ24 Акценты». (12+)
07.40 08.40 15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
09.15 «НАСТЯ». (12+)
11.15 04.20 «Больше, чем любовь». (12+)
12.00 13.15 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (12+)
14.10 01.10 «Химия нашего тела. Витамины». (12+)
15.35 «АКВАТОРИЯ». (16+)
17.15 «Молодая наука». (12+)
17.30 «Дело №». (12+)
18.00 «ДОКТОР АННА». (16+)
19.15 «Первые в мире». (12+)
19.30 05.05 «ШТРАФНИК». (16+)
21.10 «ВИЛЬГЕЛЬМ ЗАВОЕВАТЕЛЬ». (16+)
23.40 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)
02.40 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ». (16+)

78 КАНАЛ



07.35 «Полезное утро». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 23.00 00.45
«Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 20.00 21.00 22.00 «Происшествия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 «Телекурьер». (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 Сделано в СССР. (12+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (12+)
17.30 01.30 «Тайная история еды». (12+)
18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
19.00 23.45 «Интервидение». (12+)
20.10 Открытая студия. (12+)
21.15 22.15 «Итоги дня». (16+)
02.00 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Йоко». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Звездная логика». (0+)
07.40 «Петроникс». (0+)
08.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
10.45 «За секунду до счастья!» (0+)
11.10 «Простоквашино». (0+)
12.55 «Инфинити Надо». (6+)
13.10 «Дикие скричеры!» (6+)
13.35 «Бен 10». (12+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
15.25 «Ералаш». (6+)
16.30 «Барбоскины». (0+)
18.10 «Три кота». (0+)
20.20 «Дракошия». (0+)
Высоко в облаках находится страна Дракошия, где обитают волшебные существа - дракоши, которые обладают разной волшебной магией. Дракоши сталкиваются с повседневными детскими неприятностями, с которыми они справляются самыми волшебными способами.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Геройчики». (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)
22.25 «Герои Гуджитсу». (6+)
22.40 «Буба». (6+)
00.00 «Ералаш». (6+)
00.50 «Зук». (0+)
Приключения маленькой ведьмы с характером.
01.50 «Бобби и Билл». (0+)
03.15 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.30, 19.35, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Жила-была Царевна». (0+)
09.35 Друзья на все времена. «Винни-Пух и день забот». (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Кошечки-собачки». (0+)
13.40 «Луддвилль». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
15.30 «Буба». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идет в гости». (0+)
18.00 «Геройчики». (0+)
18.30, 23.00 «Простоквашино». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
23.30 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Куми-куми». (12+)
00.30 «Лео и Тиг». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Малыш и Карлсон». (6+)
01.20 «Малышарики». (0+)
02.00 «Домики». (0+)
03.25 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
05.00 «Белка и Стелка. Озорная семейка». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

05.30 «Приключения Бубы», «Тоботы», «Дикие скричеры». Мультсериалы. (6+)
07.45 «03: ВОЗВРАЩЕНИЕ В ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД». (6+)
09.25 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
11.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
12.45 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
14.40 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
16.40, 17.45 «ПРИЗРАЧНЫЙ ДОКТОР». (16+)
19.00 «1408». (16+)
20.50 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
22.40 «КОМНАТА СТРАХА». (16+)
00.40 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)
02.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
03.45 «НЕСПАШИЕ В СИЭТЛЕ». (6+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.40 «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (6+)
06.35 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
07.10 «ОДНОКЛАССНИКИ.RU: НАСЛІСКАЯ УДАЧУ». (12+)
08.55 «УМНАЯ МАША». (12+)
10.50 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
12.35 «ЛЕД». (12+)
14.40 «ЛЕД-2». (6+)
17.00, 17.55 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (16+)
19.00 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
21.05 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
Россия, 2021 г.
22.50 «СПУТНИК». (16+)
00.40 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
02.15 «КАРТОТКА В УДАРЕ». (12+)
03.45 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)

ДОМ КИНО

06.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
07.40 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
09.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
10.25 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
11.40 «Три богатыря. Ход коном». Мультфильм. (6+)
13.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
14.30 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
01.45 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
05.15 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОВЕДУ». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинные Песенки», «Машинные сказки», «Машинки страшлики». Мультсериалы. (0+)
18.00, 18.50, 19.40, 20.30 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
21.10 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
22.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
23.20 Суббота News 2023. (16+)
23.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
00.40 «ОТЕЛЬ ДЕЛЬ ЛУНА». (16+)
02.05 «Буба-3», «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

03.05 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ». (12+)
05.00 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
06.35 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
08.15 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
09.45 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
11.35 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)
13.50 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
15.40 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
17.45 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
19.30 «КОПЫ В ЮБАХ». (16+)
21.45 «ПРИШЕЛЦЫ». (12+)
23.45 «ДЕВУШКА МОИХ КОШМАРОВ». (16+)

МОСФИЛЬМ

06.25 «СПОКОЙНЫЙ ДЕНЬ В КОНЦЕ ВОЙНЫ». (16+)
06.55 Мультсериалы. (0+)
07.40 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
09.15 «БЫЛО У ОТЦА ТРИ СЫНА». (12+)
11.40 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (12+)
14.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
15.50 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (16+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
20.00 «АССА». (16+)
22.45 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
00.30 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (12+)
02.50 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)
04.20 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». (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+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
12.00, 20.00, 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
Сериал. Приключенческая драма, Украина, Россия, Таиланд, 2011 г. В ролях: Эльвира Болгова, Дмитрий Ульянов, Александр Панкратов-Черный, Александр Робаков, Юлия Силаева
14.00, 22.00, 06.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
12.25 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
У Виктора Петровича день рождения...
22.55 «МАМОЧКИ». (16+)
Викина дочка Варя заболела, и лучшим врачом для нее становится Костя. Аня отправляется на свидание, а Юлия в это время становится проверяющим в её магазине.
00.50 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
02.25 «РАНЕТИ». (16+)
04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10, 00.40 Пилигрим. По местам Царственных страстотерцев. (6+)
05.40 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)
07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Византия. Жизнь после смерти. Обожение. Как человеку стать Богом? XIII-XIV века. 18 серия. (0+)
11.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.55 В поисках Бога. (6+)
12.25, 00.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
13.00 Профессор Осипов. (0+)

13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Русофобия. История ненависти. (16+)
16.05 «МОЛОДОЖЕН». (0+)
16.40, 18.05 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». 1-2 серии. (12+)
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30, 02.30 Византия. Жизнь после смерти. Падение Города. XV век. 19 серия. (0+)
22.20 Преподобный Алексий. Человек Божий. Цикл: День Ангела. (0+)
22.55 Русский мир. (12+)
23.55 День Патриарха. (0+)
01.10 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
01.40 Встреча. (12+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

29 марта
Седмица 5-я Великого поста. Глас 8.
Мч. Савина.



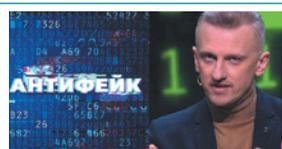
Мч. Папы. Ап. Аристовула, еп. Вританийского (Британского). Сщмч. Александра, папы Римского. Мч. Иулиана Аназарвского. Свт. Серапиона, архиеп. Новгородского. Сщмчч. Трофима и Фала, пресвитеров Лаодикийских.

Постный день.

«Как имеющий проказу заражает чистого, так обращение со злыми портит и развращает добрых людей. Такова уж немощь человеческая, что добрый человек, вступив в общество злых, становится сам злым: между тем как эти редко делаются добрыми».

Свт. Иоанн Златоуст

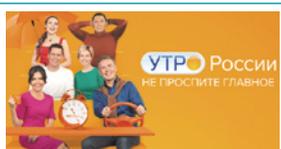
1 ПЕРВЫЙ



09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «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 18.20 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 20.00 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШПИОН». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 «ПОЧКА». (16+)
- 00.15 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



05.00 Утро России

- 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 16.00 20.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЗАПОЛЯРНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
Владимира выписывают из больницы. Каневский делает предложение руки и сердца матери Миши. Михаил получает из архива маршрутный лист отца за последние две недели до исчезновения. Алёна в дневнике матери обнаруживает, что была вырвана страница.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СТРАЖНИК». (16+)
- 22.15 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «НЕВСКИЙ: ОХОТА НА АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 00.55 «Поздняков». (16+)
- 01.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 01.55 «ИГРА». (16+)

СТС



20.00 Премьера! Импровизаторы. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 08.25 Уральские пельмени. (16+)
- 09.05 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
- 11.35 «ГРАНД». (16+)
- 15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
- 18.30 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- 20.00 Премьера! Импровизаторы. (16+)
- 21.00 «ЭЛИЗИУМ». (16+)
2154 год. Земля страдает от перенаселения, болезней и войн. Самые богатые люди переселились на космическую станцию «Элизиум» с высшим уровнем здравоохранения и чистой окружающей средой.
- 23.10 «АССАНИН: БИТВА МИРОВ». (16+)
- 01.45 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



20.00 «КАФЕ «КУБА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
«Однажды в России» - это шоу о стране, в которой слово «локдаун» переводится как «а поехали в Турцию или Египет». Пародии на современные телевизионные программы и Youtube-шоу, а также на рэперов, тиктокеров и других медиазвезд.
- 08.30 «Хочу перемен». (16+)
- 09.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «КАФЕ «КУБА». (16+)
- 21.00 «СЕМЬЯ-2». (16+)
- 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «Импровизация. Команды». (16+)
- 02.40 «Шоу «Студия Союз». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)

REN



00.25 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (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 03.25 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)
- 22.10 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.25 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 06.55 «ФИЛИН-2». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
- 13.55 18.00 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.45 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.55 «ТАКАЯ ПОРОДА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.10 13.20 15.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 01.10 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 15.40 «РЫСЬ». (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Бог войны». (16+)
- 19.40 «Код доступа». (12+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.25 «ГАРАЖ». (12+)
- 04.10 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)

ТВ-3

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 16.50 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 Любовная магия. (16+)
- 20.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)
- 22.45 «КОЛДОВСТВО: НОВЫЙ РИТУАЛ». (16+)
- 00.30 Исповедь экстрасенса. (16+)

че!

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
- 06.30 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 10.00 Утилизатор. (16+)
- 10.30 Решала. (16+)
- 14.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 16.30 Улётное видео. (16+)
- 19.00 Заступницы. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
- 05.00 Идеальный ужин. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.00 Давай разведёмся! (16+)
- 09.00 Тест на отцовство. (16+)
- 11.15 Понять. Простить. (16+)
- 12.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 Верну любимого. (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ». (16+)
- 19.00 «СЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)
- 23.10 «ОДИНОЧЕСТВА. NET». (16+)

ОТР

- 06.40 15.10 23.15 «АННА: ЖЕНА ЕГЕРЯ». (16+)
- 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 11.30 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ...» (12+)
- 16.50 «Штормовое предупреждение». (0+)
- 17.00 «Коллеги». (12+)
- 17.45 «Большая страна: территория тайн». (12+)
- 21.00 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА ГРИЖАНОВА». (12+)
- 22.30 «Моя история». (12+)
- 00.50 «Песня остаётся с человеком». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
- 05.00, 03.10 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
 - 06.40, 21.30 «ДИКИЙ». (16+)
 - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
 - 10.10, 18.50 Игра в кино. (12+)
 - 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 - 14.05, 16.15, 01.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 - 15.10, 02.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 - 16.45 Мировое соглашение. (16+)
 - 23.25 «ОПЕКУН» К юбилею А. Збруева. (12+)
 - Комедия, СССР, 1970 г.
 - 00.55 Наше кино. История большой любви. К юбилею А. Збруева. (12+)

- ПОБЕДА**
- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
 - 05.50 «ЛЕТО ВОЛКОВ». (16+)
 - 11.20 «ПАРШИВЫЕ ОВЦЫ». (18+)
Захватывающий рассказ о судьбах тех, кто бежал от тюрьмы и войны, но оказался в гуще военных действий вопреки своей воле.
 - 15.00 «ШТРАФБАТ». (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.
 - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
 - 01.00 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
 - 03.40 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

- ДОКТОР**
- 06.00, 12.45, 18.20, 23.35 О самом главном. Как избавиться от храпа? (12+)
 - 06.50, 07.20 Метод исследования. (12+)
 - 07.45 Еда здорового человека. Птица. (12+)
 - 08.15, 14.55, 00.30 Крик души. Депрессия. (12+)
 - 09.05 О самом главном. Опасная боль в животе. (12+)
 - 10.00, 14.25 InVivo. (12+)
 - 10.25 Клинический случай. Спаси Толстого. (12+)
 - 11.00 Теледоктор. Прямая трансляция
 - 11.55 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
 - 13.40 Медицинский квест. Аденома. (12+)
 - 15.40 О самом главном. Что «убивает» поджелудочную железу? (12+)
 - 16.40, 17.05 Истории болезни. (16+)
 - 17.35 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
 - 19.15, 05.05 На приёме у психолога. Белый кролик. (12+)
 - 19.45, 05.35 Психология. Биполярное расстройство. (12+)
 - 20.10, 02.10 Научные сенсации. ГМО-революция - суперпродукты. (12+)
 - 21.00 О самом главном. Шумы в сердце. (12+)
 - 21.55 Мир невыспавшихся людей. (12+)
 - 22.50, 02.50 Научные сенсации. (12+)
 - 01.15 На приёме у психолога. (12+)
 - 01.40 Психология. (12+)
 - 03.35 Фактор эволюции. Еда. (12+)
 - 04.20 Лекарство от глупости. (12+)

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
 - 05.10 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
 - 05.25, 04.50 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
 - 05.50, 01.30, 04.20 Пятница News. (16+)
 - 06.20 Кондитер. (16+)
 - 07.30, 08.30, 09.40, 10.50 На ножах. (16+)
 - 11.50 Адская кухня. Финал. (16+)
 - 13.40, 15.20, 16.50, 19.00, 22.00 Четыре свадьбы. (16+)
 - 20.50 Тревел-баттл. (16+)
 - 23.50 «ЗАЛОЖНИЦА-2». (16+)
 - 01.50, 02.50, 03.40 Инсайдеры. (16+)

- Ю**
- 05.10, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
 - 09.00 «КЛОН». (16+)
 - 11.40 Моя свекровь - монстр. (16+)
 - 15.50, 18.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
 - Проект о том, как важно заботиться о самом ценном - здоровье.
 - 20.00 «КЛОН». (16+)
 - Сериял. Бразилия, 2001 г.
 - 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
 - 00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
 - 01.50 Измены (субтитры). (18+)
 - 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

- HISTORY**
- 06.10 Выдающиеся женщины: Одри Хепберн. (12+)
 - 07.05 Война во Вьетнаме. (12+)
 - 07.55 Покинутые места. (12+)
 - 08.55, 09.50 Древние конструкции. (12+)
 - 10.50, 11.45 Древний апокалипсис. (16+)
 - 12.45 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
 - 13.35 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
 - 14.25 Боевые корабли: Дракары викингов. (16+)
 - 15.20 Великие воительницы викингов. (16+)
 - 16.15 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
 - 17.10 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
 - 18.00 Гробницы Египта: самая важная миссия: Саккара и забытые мумии. (12+)
 - 19.00 Гробницы Египта: самая важная миссия: Загадочные египетские саркофаги. (12+)
 - 20.00 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)
 - 20.50 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
 - 21.40 Покинутые места: Забытая империя. (12+)
 - 22.40 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
 - 23.40 Великие воительницы викингов. (16+)
 - 00.40, 01.35 Древние конструкции. (12+)
 - 02.25, 03.20 Древний апокалипсис. (16+)
 - 04.10, 04.55 Запретная история. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РОССИЯ К
Культура



21.25 «Энигма»

- 07.00 07.30 10.00 15.00
19.30 23.45 Новости культуры
- 07.05 Театральная летопись
- 07.35 Вильгельм Завоеватель
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 16.30 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 XX век
- 12.25 «ПОСЛЕСЛОВИЕ»**
- 14.00 «Забывтое ремесло»
- 14.15 00.05 Уроки режиссуры
- 15.05 Новости. Театр
- 15.20 Моя любовь - Россия!
- 15.50 «Острова»
- 17.40 01.50 К 150-летию со дня рождения Сергея Рахманинова
- 18.35 Вильгельм Завоеватель
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Тайна двух океанов»
- 21.25 «Энигма»
- 22.10 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА»**
- 23.30 Цвет времени

ТВЦ



08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Доктор И...» (16+)
- 08.35 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ».** (12+)
- 10.40 04.45 «Станислав Садальский. Одинокий шут», (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.45 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА?»** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.15 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ИГОЛКА В СТОГЕ СЕНА».** (12+)
- 16.55 «90-е. Голые Золушки». (16+)
- 18.15 «НЕ ЖЕНСКАЯ РАБОТА».** (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы. Выжить в 90-е». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 Прощание. (16+)
- 01.25 «Горбачёв против ГКЧП. Спектакль окончен». (12+)

МАТЧ!



07.05 Все на Матч!

- 06.00 14.25 «Спортивный век». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 08.35 10.05 14.55 16.40 18.25 21.40 Новости
- 07.05 15.30 21.45 00.30 Все на Матч!
- 08.40 11.40 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Прямая трансляция
- 10.10 03.40 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 04.00 «Лошадиная сила». (12+)
- 13.30 «Есть тема!»
- 15.00 «Большой хоккей». (12+)
- 16.45 «Тош». (12+)
- 18.30 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал. Трансляция из Катара. (0+)
- 22.30 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Финал. Трансляция из Москвы. (0+)
- 01.00 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. (0+)
- 03.55 Новости. (0+)

СПБ



19.30 «Время суток. Интервью». (16+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 «Большой утренний эфир». (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Пульс города». (12+)
- 12.40 «Морские вести». (12+)
- 13.15 «Губернаторский контроль». (6+)
- 13.45 «Адаптация». (6+)
- 14.15 «Курс на Луну». (12+)
- 15.45 «ПОКУШЕНИЕ».** (12+)
- 17.30 «Салют-7. История одного подвига». (12+)
- 18.25 05.20 «Погружение в невесомость». (12+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Время суток. Интервью». (16+)
- 21.00 «Петербург космический». (12+)
- 22.00 Большой информационный эфир. (16+)
- 22.40 Степень защиты. (16+)
- 22.50 «В ПОЛДЕНЬ НА ПРИСТАНИ».** (16+)

ЛЕНТВ 24



18.00 «ДОКТОР АННА». (16+)

- 07.00 08.00 20.30 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
- 07.40 08.40 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 09.15 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ».** (6+)
- 11.15 «Больше, чем любовь». (12+)
- 12.00 13.15 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ».** (12+)
- 14.10 04.10 «Химия нашего тела. Гормоны». (12+)
- 15.35 01.00 «Секты и лжепроороки». (12+)
- 16.30 «Реки России». (12+)
- 17.15 «Молодая наука». (12+)
- 17.30 «Дело №». (12+)
- 18.00 «ДОКТОР АННА».** (16+)
- 19.15 «Первые в мире». (12+)
- 19.30 05.00 «ШТРАФНИК».** (16+)
- 21.10 «ИЗВИНИТЕ, МЫ ВАС НЕ ЗАСТАЛИ».** (16+)
- 23.40 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА».** (0+)
- 02.40 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА».** (16+)

78 КАНАЛ



19.00 «Интервидение». (12+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 23.00 00.45 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 20.00 21.00 22.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 «Сделано в СССР». (12+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (12+)
- 17.30 01.30 «Тайная история еды». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.00 23.45 «Интервидение». (12+)
- 20.10 Открытая студия. (12+)
- 21.15 22.15 «Итоги дня». (16+)
- 02.00 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Котёнок Шмяк». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Звёздная логика». (0+)
- 07.40 «Петроник». (0+)
- Животное в опасности? Команда Петроник! Вперёд, на помощь!
- 08.05 «Ник-изобретатель». (0+)
- 10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Цифры». (0+)
- Скоро у Криворучки праздник - её коту исполняется 10 лет! Девочка решила смастерить что-нибудь на память об этом праздничном дне. А мастер Оля поделилась с ней интересной идеей! Что у них получилось, увидите в новом выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки»!
- 11.00 «Простоквашино». (0+)
- 12.55 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.10 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.35 «Бен 10». (12+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
- 15.25 «Ералаш». (6+)
- 16.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
- 18.10 «Три кота». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Геройчики». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.25 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Буба». (6+)
- 00.00 «Ералаш». (6+)
- 00.50 «Зук». (0+)
- 01.50 «Бобби и Билл». (0+)
- 03.15 «Фиксики». (0+)
- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)
- 06.30, 11.30, 19.35, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.30, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Жила-была Царевна». (0+)
- 09.35 Друзья на все времена. «Малыш и Карлсон». (6+)
- 10.00, 14.00, 17.20, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 20.00, 03.00 «Лунтики». (0+)
- 11.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 13.40 «Лудвилль». (0+)
- 15.00 «Монсики». (0+)
- 15.30 «Буба». (6+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Винни-Пух и день забот». (0+)
- 18.00 «Геройчики. Одиночество Бублика». (0+)
- 18.30, 23.00 «Простоквашино». (0+)
- 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Куми-куми». (12+)
- 00.30 «Лео и Тиг». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Карлсон вернулся». (6+)
- 01.20 «Мальшарики». (0+)
- 02.00 «Домики». (0+)
- 03.25 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
- 04.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
- 05.30 «Приключения Бубы», «Тоботы», «Дикие скричеры». Мультсериалы. (6+)
- 08.10 «ОБИТЕЛИ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 10.10 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 12.40 «ЧУДО». (12+)
- 14.40 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)
- 16.30, 17.40 «ПРИЗРАЧНЫЙ ДОКТОР». (16+)
- 19.00 «АЛЕКС И ЭММА». (12+)
- 20.45 «ХОТЬ РАЗ В ЖИЗНИ». (16+)
- 22.45 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.10 «ОЗ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД». (6+)
- 02.40 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
- 04.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
- 09.30 «СПУТНИК». (16+)
- 11.25 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
- 13.10 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)
- 15.10 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 17.00, 18.00 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (16+)
- 19.00 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
- 20.55 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- 22.35 «ДИКАЯ». (16+)
- 00.25 «ХОЛОП». (12+)
- 02.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 03.55 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- ДОМ КИНО**
- 06.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 08.20 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 09.45 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 11.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 12.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 14.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 15.35 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛБОЛ-6». (16+)
- 01.45 «КЛАССИК». (16+)
- 03.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ». (16+)
- 05.00 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА». (16+)
- МОСФИЛЬМ**
- 07.00 Мультсериал. (0+)
- 07.30 Мультфильмы. (0+)
- 08.15 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
- 09.35 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
- 11.00 «БУДЕТЬ МОИМ МУЖЕМ». (12+)
- 12.35 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)
- 15.05 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 16.50 «САМАЯ ОБЯЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 20.00 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 22.50 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
- 00.25 «КРЕЙЦЕРОВА СОНАТА». (16+)
- 03.00 «ЛЮБОВЬ В СССР». (16+)
- 04.25 «ЗЕРКАЛО». (12+)
- 06.05 «ЧЕРТ С ПОРТФЕЛЕМ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова, Валентина Панина
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2010 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко
- СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.10 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 12.25 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.50 «МАМОЧКИ». (16+)
- 00.50 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Отец Бакина случайно получает компромат на соседку... Юля хочет пойти на игру, и Макеев совсем не рад этому. Отец Куницына уговаривает сына сменить клуб. Шмелёв пытается поближе познакомиться с Динной...
- 02.25 «РАНЕТИ». (16+)
- 04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 В поисках Бога. (6+)
- 05.40 «СЫН ПОЛКА». (0+)
- 07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30, 15.00 Преподобный Алексей. Человек Божий. XV век. 19 серия. (0+)
- 11.55 В поисках Бога. (6+)
- 12.25 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 13.00 Профессор Осипов. (0+)
- 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.35 Сестры милосердия. Цикл: Хранители. (0+)
- 16.05 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (0+)
- 17.40 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЕЧКИ». (0+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30, 02.30 Византия. Жизнь после смерти. Осколки империи. XV век. 20 серия. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 22.55 Святые России. (6+)
- 23.55 День Патриарха. (0+)
- 00.10 В поисках Бога. (6+)
- 00.40 Война и мир Александра I. Фильм 3. Ура! Мы в Париже! (0+)
- 01.40 Прямая линия жизни. (16+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

30 марта
Седмица 5-я Великого поста. Четверток Великого Канона. Глас 8.
Прп. Алексия, человека Божия.



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

Постный день.

«Обращайся с людьми так же внимательно, как с посланниками Великого Царства, и так же осторожно, как с огнем».

Схиигумен Савва Псково-Печерский

РОССИЯ К **РОССИЯ К**
Культура



07.35 «Хранители жизни»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00
19.30 23.10 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 Театральная летопись
07.35 «Хранители жизни»
08.15 16.15 Цвет времени
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 16.25 «ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ»
10.20 Шедевры старого кино
11.55 Открытая книга
12.25 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА»
13.45 «Забывшее ремесло»
14.05 Линия жизни
15.05 Письма из провинции
15.35 «Энигма»
17.30 01.05 К 150-летию со дня рождения Сергея Рахманинова
18.45 «Царская ложа»
19.45 «Искатели»
20.40 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ»
22.15 «2 Верник 2»
23.30 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО»
02.20 «Мультфильмы»

ТВЦ **ТВЦ**



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

06.00 «Настроение»
08.20 «Вокруг смеха за 38 дней». (12+)
09.15 «В ПОСЛЕДНИЙ РАЗ ПРОЩАЮСЬ». (12+)
11.30 14.30 17.50 События
11.50 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
15.55 18.10 «НЕ ЖЕНСКАЯ РАБОТА». (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.00 «Приют комедиантов». (12+)
00.40 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
02.10 «Петровка, 38». (16+)
02.25 «КАМИННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
03.50 Прощание. (16+)
04.30 «Горбачёв против ГКЧП. Спектакль окончен». (12+)
05.10 «Александр Кайдановский. По лезвию бритвы». (12+)
05.55 Перерыв в вещании

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ**



07.00 Новости

06.00 14.25 «Спортивный век». (12+)
06.30 «Большой хоккей». (12+)
07.00 10.00 12.55 14.55 21.55
Новости
07.05 15.00 17.30 22.00 Все на Матч!
10.05 Лица страны. (12+)
10.25 «Лошадиная сила». (12+)
11.50 Смешанные единоборства. INVICTA FC. (16+)
13.00 «Есть тема!»
15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция
17.55 Мини-футбол. «Тюмень» - «Кристалл». Чемпионат России. PARI-Суперлига. Прямая трансляция
19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/4 финала. Прямая трансляция
22.50 «Суперсерия-72». (6+)
00.30 Фехтование. Международный турнир. (0+)
02.00 Волейбол. Чемпионат России. PARI Суперлига. (0+)

СПБ **СПБ**



22.00 «Пuls города». (12+)

07.15 08.15 09.15 10.15
«Большой утренний эфир». (16+)
11.15 «Петербург - город решений». (12+)
12.10 «Объясняем». (12+)
12.30 «Пuls города». (12+)
12.40 Малые родины. (6+)
13.30 «Юрий Гагарин. Последний миг». (12+)
14.30 15.25 «В ПОЛДЕНЬ НА ПРИСТАНИ». (16+)
18.40 «Залог успеха». (12+)
19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
19.25 «Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь». (12+)
21.00 «Петербург 3.2.0». (6+)
21.25 «Зона особого внимания». (16+)
22.00 «Пuls города». (12+)
23.00 «Азбука петербуржца». (6+)
23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
00.10 «Культурная эволюция». (16+)
01.10 «ЭПОХА НЕВИННОСТИ». (16+)

ЛЕНТВ 24 **ЛЕНТВ 24**



19.30 «ШТРАФНИК». (16+)

07.00 08.00 20.30 23.00 02.00
«ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
07.40 08.40 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
09.15 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (0+)
10.35 01.35 «Выходные на колесах». (6+)
11.15 13.15 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
15.35 «Роковые числа». (12+)
16.30 «Реки России». (12+)
17.15 «Молодая наука». (12+)
17.30 «Дело №». (12+)
18.00 «ДОКТОР АННА». (16+)
19.15 «Первые в мире». (12+)
19.30 05.05 «ШТРАФНИК». (16+)
21.10 «МИЛЛИОНЕР». (16+)
23.40 «Ирония весны». Концерт (16+)
02.40 «ИСПАНСКАЯ АКТРИСА ДЛЯ РУССКОГО МИНИСТРА». (12+)

78 **78 КАНАЛ**



18.15 «Здоровье». (12+)

07.30 08.00 09.00 09.30 10.00
10.30 12.10 13.10 14.10
17.10 18.00 19.00 21.10
«Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00
16.00 17.00 21.00
«Происшествия». (16+)
11.10 «Начало дня». (12+)
12.30 «Телекурьер». (12+)
13.30 «Дом советов». (12+)
14.30 «Сделано в СССР». (12+)
15.15 «Середина дня». (12+)
16.15 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (12+)
17.30 «Тайная история еды». (12+)
18.15 22.25 «Здоровье». (12+)
19.15 «Открытая студия. Неделя». (12+)
21.30 «Давно не виделись». (12+)
23.10 «Тайны войны». (12+)
01.15 «Загадки века». (12+)
02.35 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ **КАРУСЕЛЬ**

05.00 Ранние пташки. «Деревяшки». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Звёздная логика». (0+)
07.40 «Петроник». (0+)
08.05 «Кошечки-собачки». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
Каляка-Малыка и его подружка Тася приглашают детей в удивительную студию рисования!
11.10 «Простоквашино». (0+)
12.55 «Инфинити Надо». (6+)
13.10 «Дикие скричеры!» (6+)
13.35 «Бен 10». (12+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Лауреат международного конкурса-фестиваля имени Гнесиных! Победитель международного конкурса-фестиваля исполнителей на ударных инструментах имени Юрия Должикова! Музыкант, футболист и театр! В гостях у Никиты и Ани - Роман Воронов!
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
15.25 «Ералаш». (6+)
16.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
18.10 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Сказочный патруль». (0+)
23.00 «Ералаш». (6+)
01.05 «Смешарики. Пинкод». (6+)

МУЛЬТ **МУЛЬТ**

06.00, 14.30, 22.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.30, 19.30, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Жила-была Царевна». (0+)
09.35 Друзья на все времена. «Карлсон вернулся». (6+)
10.00, 14.00, 17.35, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00, 03.00 «Лунтики». (0+)
11.00 «Кошечки-собачки». (0+)
13.40 «Луддвилль». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
15.30 «Буба». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Трое из Простоквашино» (0+), «Каникулы в Простоквашино» (6+)
18.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Ворожея». (0+)
18.20 «Кошечки-собачки. Розыгрыш». (0+)
18.30, 23.00 «Простоквашино». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.20 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Куми-куми». (12+)
00.30 «Лео и Тиг». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идет в гости». (0+)
01.25 «Малышарики». (0+)
02.00 «Домики». (0+)
03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TVU1000 **TVU1000**

05.30 «Приключения Бубы». Мультсериал. (6+)
05.55 «Тоботы». Мультсериал. (6+)
06.50 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
08.05 «ЧУДО». (12+)
10.05 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
12.35 «АЛЕКС И ЭММА». (12+)
14.15 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (12+)
16.30, 17.40 «ПРИЗРАЧНЫЙ ДОКТОР». (16+)
19.00 «МАСКА». (12+)
20.45 «АФЕРИСТЫ ДИК И ДЖЕЙН». (16+)
22.25 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
00.10 «1408». (16+)
01.50 «БАГРОВЫЙ ПИК». (18+)
03.40 «КОМНАТА СТРАХА». (16+)

TVU1000 **TVU1000**

05.30 «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (6+)
07.00 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
07.55 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
09.35 «ДИКАЯ». (16+)
11.35 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
13.15 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
15.05 «ХОЛОП». (12+)
17.00, 18.00 «ЭТИ ГЛАЗА ПРОТИВ». (16+)
19.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
20.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!». (16+)
22.15 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
00.10 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ!». (16+)
01.35 «ОДНОКЛАСНИКИ.RU: НАСЛСКОЙ УДАЧУ!». (12+)
03.10 «МАЖОР. ФИЛЬМ!». (16+)

ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**

07.00 «Три богатыря. Ход коном». Мультфильм. (6+)
08.20 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
09.55 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
11.20 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
12.40 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
14.00 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
15.25 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
01.45 «МАМА, НЕ ГОРИЮ!». (16+)
03.05 «МАМА, НЕ ГОРИЮ-2». (16+)
04.50 «ПЛУХАРЬ В КИНО». (16+)

СУББОТА! **СУББОТА!**

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериал. (0+)
18.00, 18.50, 19.40, 20.20 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
21.00 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
22.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
23.10 Суббота News 2023. (16+)
23.20 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
00.30 «ОТЕЛЬ ДЕЛЬ ЛУНА». (16+)
02.05 «Буба-2», «Буба-3». Мультсериалы. (0+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.20 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
02.00 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
03.25 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
05.10 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ». (12+)
07.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
09.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
11.15 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
13.20 «ПИКСЕЛИ». (12+)
15.15 «ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (12+)
17.50 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)
19.30 «КОЛЛЕКТОРША». (16+)
21.15 «ЭЭПИ-ЭНД». (12+)
Комедия, Россия, 2020 г.
23.10 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)

МОСФИЛЬМ **ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.55 «Муха-Цокотуха». Мультфильм. (0+)
07.05 «Обезьянки». Мультсериал. (0+)
07.40 «УСПЕХ». (12+)
09.20 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)
10.55 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (16+)
16.00 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (12+)
17.55 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)
19.30 «ОПЕКУН». (12+)
21.00 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
СССР, 1973 г. В ролях: Михаил Кононов, Евгений Леонов, Роман Быков
01.45 «ВЫКРУТАСЬ!». (12+)
03.20 «МАЛЕНЬКИЕ ТРАГЕДИИ». (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, Александр Волков, Алина Бужинская, Вера Романова
12.00, 20.00, 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-2». (16+)

СТС LOVE **СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
12.25 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
22.55 «МАМОЧКИ!». (16+)
00.55 «МОЛОДЕЖКА!». (16+)
02.30 «РАНЕТКИ!». (16+)
Мюзикл удалется. У Вани большие проблемы, он ударяется в бега. Болезнь Зеленовой серьезней, чем казалось. Гущина чуть не сорвала праздничный банкет, а мама Тони находит свое призвание. В кафе-вечер объяснений.
04.05 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
05.40 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (0+)
Приключенческий фильм о подвиге советских солдат-альпинистов.
07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Византия. Жизнь после смерти. Осколки империи. XV век. 20 серия. (0+)
11.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.55 В поисках Бога. (6+)
12.25 Расскажи мне о Боге. (6+)

13.00 Профессор Осипов. (0+)
13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Освободители. Истребители. (0+)
15.55 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЧКИ». (0+)
17.40 «САШКА». (6+)
СССР, 1981 г.
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
21.30, 22.20, 23.10, 23.55 Византия. Жизнь после смерти. 17-20 серии. (0+)
00.40 День Патриарха. (0+)
00.55 Старица Сепфора. Во тьме увидеть свет. (0+)
01.40 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
02.30 Простые чудеса. (12+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

31 марта
Седмица 5-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Кирилла, архиеп. Иерусалимского.



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

Постный день.

« Воробей воробья заманивает в западню: и грешник подобно себе вовлекает в глубину зол». Прп. Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ



23.15 «МАДАМ ПАРФЮМЕР». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 Премьера. «Поехали!» (12+)
 11.10 Премьера. «Прюют». (0+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-3». (12+)
 16.35 К 75-летию Владимира Винокура. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Премьера. «Первое апреля как повод для улыбки». (16+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
 23.15 «МАДАМ ПАРФЮМЕР». (12+)
 01.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



11.30 «Доктор Мясников». (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
 11.30 «Доктор Мясников». (12+)
 12.35 «ПРИНЦЕССА И НИЩЕНКА». (16+)
 Две молодые женщины, поразительно похожие друг на друга, волею случая меняются местами.
 15.05 «Аншлаг и Компания». К 75-летию Владимира Винокура. (16+)
 17.00 20.00 Вести
 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
 21.00 «ИЗ ЗАМКНУТОГО КРУГА». (16+)
 00.35 «ГРАЖДАНСКАЯ ЖЕНА». (12+)
 04.00 «ТРЕТЬЯ ПОПЫТКА». (12+)

НТВ



13.00 «Модный vs Народный». (12+)

- 05.50 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
 07.25 «Смотр». (0+)
 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 11.00 «Живая еда». (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Модный vs Народный». (12+)
 14.20 «Своя игра». (0+)
 15.20 «Игры разумов». (0+)
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение»
 20.20 «Страна талантов». Новый сезон. (12+)
 23.00 «Ты не поверишь!» (16+)
 00.00 «Международная пилорама». (18+)
 00.40 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 02.05 «Дачный ответ». (0+)
 03.00 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ! 1919». (12+)

СТС



15.25 «Кунг-фу Панда». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
 10.00 Уральские пельмени. (16+)
 10.10 Суперниндзя. (16+)
 13.20 «ЭЛИЗИУМ». (16+)
 15.25 «Кунг-фу Панда». (0+)
 17.15 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
 19.00 «История игрушек-4». (6+)
 21.00 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+)
 23.00 Битва каверов. (16+)
 01.00 Импровизаторы. (16+)
 01.55 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
 04.45 «6 кадров». (16+)
 05.00 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.30 «Модные игры». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 09.00 «Бьюти баттл». (16+)
 16 молодых стилистов-парикмахеров со всей страны будут бороться за звание лучшего мастера и мощный денежный приз на развитие таланта! Претендентов разобьют на пары и будут испытывать в неожиданных ситуациях.
 09.30 «Модные игры». (16+)
 10.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
 17.35 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ». (16+)
 19.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
 23.00 «Женский стендап». (18+)
 00.00 «Такое кино!» (16+)
 00.30 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
 02.40 «Импровизация. Команды». (16+)
 04.15 «Шоу «Студия Союз». (16+)

РЕН



15.30 «Документальный спецпроект». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
 09.00 «Минтранс». (16+)
 10.00 Самая полезная программа. (16+)
 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
 15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
 18.00 «ДОКТОР СТРАНДЖ». (16+)
 20.10 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)
 23.00 «ЛЕГИОН». (18+)
 00.55 «ДНЕВНИК ДЬЯВОЛА». (16+)
 02.35 «ПЛАН ПОБЕГА-3». (18+)
 04.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ТАКАЯ РАБОТА-2». (16+)
 08.10 «ФИЛИН-2». (16+)
 Андрей Фролов после того, как обезвредил преступника, который оказался внуком влиятельного лица, вынужден оставить работу опера.
 09.45 «Светская хроника». (16+)
 10.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)
 18.20 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
 01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
 ЗВЕЗДА
 06.10 «МАТРОС ЧИЖИК». (6+)
 08.15 «Морской бой». (6+)
 09.30 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (12+)
 15.35 «Главный день». (16+)
 16.25 18.30 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)
 18.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО МАЙОРА БАРАНОВА». (16+)
 21.00 «Легендарные матчи». (12+)
 00.00 «Десять мгновений». (12+)
 00.55 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
 10.00 Гадалка. (16+)
 12.15 «МИФ». (12+)
 14.45 «В ИЗГНАНИИ». (16+)
 Китай. XII век. Бывший крестоносец пытается обрести душевное спокойствие, укрывшись от былой жизни.
 16.45 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
 18.45 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)
 21.00 «ОНО». (16+)
 00.00 «КОЛДОВСТВО: НОВЫЙ РИТУАЛ». (18+)
 01.30 «Далеко и еще дальше». (16+)
 че!
 06.00 07.30 Утилизатор. (16+)
 06.30 Утилизатор. (12+)
 10.00 «КАДЕТСТВО». (0+)
 Главные герои - курсанты Суворовского училища. Их судьбы несхожи - детдомовец, сын мэра города и сын военного, но все они знают, что значит быть курсантами, которым предстоит нести высокое звание русского офицера.
 20.00 Большой кэш. (16+)
 21.00 «+100500». (16+)
 23.00 «+100500». (18+)
 23.30 Большой кэш. (16+)
 01.30 iПопчик. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.25 «ДЕВИЧИЙ ЛЕС». (16+)
 Алла решает порвать отношения с женатым любовником, прокурором Акимовым. Он умоляет о встрече, по телефону говорит о какой-то опасности, которая ей грозит, обещает в чем-то признаться.
 11.15 Пять ужинов. (16+)
 11.30 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
 00.45 «ТЫ МОЙ». (16+)
 04.00 «ИСЧЕЗНУВАША». (16+)
 ОТП
 07.45 «Мультфильмы». (0+)
 09.00 ОТРажение
 11.45 «Коллеги». (12+)
 12.25 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
 12.40 «ОПЕКУН». (12+)
 14.05 «Большая страна». (12+)
 17.40 «СНЫ». (16+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 «Преодоление». (12+)
 20.25 «ДЖЕКИ». (16+)
 22.00 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)
 23.55 «ХОЛОДНО». (16+)
 00.05 «ПАЛАЧ». (16+)
 01.35 «Мультфильмы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
 05.00, 04.55 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
 06.00 Всё, как у людей. (6+)
 06.15, 09.05 Мультфильмы. (6+)
 08.40 Исторический детектив с Николаем Валугевым. (12+)
 09.30 ФазендаЛайф. (6+)
 10.00 Погода в мире
 10.10 «ЗНАХАРЬ». (16+)
 12.40, 16.15, 18.45 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
 19.00 «МАРИЯ. СПАСТИ МОСКВУ». (16+)
 21.00 «МАРИЯ. СПАСТИ МОСКВУ». (16+)
 23.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
 01.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
 02.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
 04.10 «СМЕРШ». (16+)
 ПОБЕДА
 05.50 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
 08.10 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
 10.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
 12.20 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
 14.10 «РЖЕВ». (16+)
 16.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
 17.50 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИИ». (16+)
 19.30 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
 Драма, Россия, 2018 г.
 21.00 «МАРИЯ. СПАСТИ МОСКВУ». (16+)
 Драма, Россия, 2021 г.
 23.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
 01.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
 02.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
 04.10 «СМЕРШ». (16+)
 ДОКТОР
 06.00, 21.45 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
 06.40, 12.55, 20.50, 02.00 На приеме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
 Родители во все времена были обеспокоены тем, как достучаться до детей. Что нужно сделать сегодня, чтобы ребенок уважал тебя и прислушивался к твоим советам? Мы поговорили об этом с Александром Колмановским - психологом, специалистом по семейным и детско-родительским отношениям.
 07.10, 13.20, 21.15, 02.25 Это лечится. Ожоги. (12+)
 07.40, 15.30, 23.20 Основной элемент. Домашние паразиты. (12+)
 08.05, 16.00, 23.45 Основной элемент. Кожа. (12+)
 08.35, 16.25, 00.15 InVivo. Выпуск 1. (12+)
 09.00, 16.55, 00.40 Клинический случай. Спасти Салтыкова-Щедрина. (12+)
 09.30, 17.20, 01.05 Теледоктор. (12+)
 10.25, 22.30, 05.15 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
 11.15, 19.05, 02.50 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+)
 12.00, 19.55 Эпидемия. Туберкулез. (12+)
 12.25, 20.20 Эпидемия. СПИД. (12+)
 13.50 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
 14.35, 03.35 Мир невыспавшихся людей. (12+)
 18.20, 04.30 Эпоха антибиотиков. (12+)
 HISTORY
 06.00 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
 06.45 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
 07.30, 08.25 Иудея и Рим: фатальный конфликт. (6+)
 09.25 Тайны мумий животных. (12+)
 10.20, 11.20 Древний апокалипсис. (16+)
 12.15 Древние конструкторы: Тайны Нотр-Дам. (12+)
 13.10 Древние конструкторы: Тайны Ангкор-Вата. (12+)
 14.05 Древние конструкторы: Сила воды. (12+)
 15.05 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
 16.00 Древние конструкторы: Тайны Каменного века. (12+)
 17.00 4 лица Моны Лизы. (12+)
 18.40 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+)
 19.40 Искусство Франции: Пролетает кровь. (16+)
 20.40 Искусство Франции: Это современный мир. (16+)
 21.40 Тайный Версаль Марии-Антуанетты. (12+)
 22.35, 23.30 Акулий террор: судно «Индианаполис». (16+)
 00.20, 01.10 Настоящая история викингов. (12+)
 01.55 Забытая армия викингов. (12+)
 02.45, 03.30, 04.20 Запретная история. (12+)
 05.05 Тайный Версаль Марии-Антуанетты. (12+)

РОССИЯ К
Культура



09.20 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Тайна третьей планеты»
07.55 «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ»
09.20 «Мы - грамотеи!»
10.00 19.30 Новости культуры
10.15 «АЛЕКО»
11.15 «Земля людей»
11.45 «Эрмитаж»
12.15 «Даты, определившие ход истории»
12.45 «Ну, погоди!»
14.00 «Роман в камне»
14.30 «Эти огненные фламинго»
15.25 «Рассказы из русской истории»
16.25 «Петр Барановский. Хранитель храмов»
16.55 00.55 «ДУЭНЬЯ»
18.30 15.0 23.00 150 лет со дня рождения Сергея Рахманинова
19.45 «Именем Рахманинова...»
20.45 «ЛЕВ ГУРЫЧ СИНИЧКИН»
22.00 «Агора»

ТВЦ



21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым

- 06.00 «ФАНФАН-ТЮЛЬПАН».** (12+)
07.35 «Православная энциклопедия». (6+)
08.05 «Смешите меня семейно». Юмористический концерт. (16+)
09.10 «МОСКОВСКИЙ РОМАНС». (12+)
11.00 11.45 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!» (16+)
11.30 14.30 23.20 События
12.50 14.45 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.05 «Право знать!» (16+)
23.30 «Следствие ведет КГБ». (12+)
00.10 «Приговор». (16+)
00.55 Специальный репортаж. (16+)
01.20 «Хватит слухов!» (16+)
01.45 «90-е. Голые Золушки». (16+)
02.25 «90-е. В шумном зале ресторана». (16+)
03.05 «90-е. В завязке». (16+)
03.45 «90-е. Безработные звезды». (16+)

МАТЧ!



10.45 «Болек и Лёлек». (0+)

- 07.00 08.35 13.40 21.30
Новости
07.05 13.10 16.00 19.15 23.45
Все на Матч!
08.40 11.40 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Прямая трансляция
10.35 «Команда МАТЧ!». (0+)
10.45 «Болек и Лёлек». (0+)
11.00 «Вы это видели». (12+)
13.45 Футбол. «Динамо» - «Сочи». МИР Российской Премьер-Лига. Прямая трансляция
16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Финал Конференции. Прямая трансляция
19.25 Футбол. «Бавария» - «Боруссия». Прямая трансляция
21.40 Футбол. «Ювентус» - «Верона». Прямая трансляция
00.30 Фехтование. Международный турнир. (0+)
02.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/4 финала. (0+)
03.55 Новости. (0+)

СПБ



09.30 «Зона особого внимания». (16+)

- 06.00 «ПОУЩИЕ ПОД ДОЖДЕМ».** (12+)
08.00 «По зову сердца». (12+)
08.30 «Слово в образе». (12+)
09.05 Дикие выходные. (12+)
09.30 «Зона особого внимания». (16+)
10.00 «Пульс города». (12+)
11.10 #НовыеТерритории. (16+)
11.20 12.50 «Пульс города. Репортаж». (12+)
12.30 «Петербург 3.2.0». (6+)
13.10 «Очарованный Россией». (12+)
15.10 «СТАРШИЙ СЫН». (12+)
17.45 18.10 «Легендарные земляки». (12+)
19.00 «Итоги недели». (16+)
19.55 «В ритме Петербурга». (12+)
20.55 Малые родины. (6+)
21.10 «Театральная гостиная». (16+)
22.55 «Время суток». (16+)
23.30 «МУЖЬЯ И ЖЁНЫ». (16+)
01.35 «МАТЧ ПОЙНТ». (16+)
03.45 «Земля». (6+)

ЛЕНТВ 24



15.15 «Коллекция». (12+)

- 07.00 08.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
07.40 08.40 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
09.15 21.00 «ЖАНДАРМ ИЗ СЕН-ТРОПЕ». (0+)
11.00 15.00 19.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЫ». (16+)
13.00 «Большой юмористический концерт «Ирония весны». (16+)
15.15 «Коллекция». (12+)
15.45 «ТИЛИ-ТИЛИ-ТЕСТО». (12+)
19.15 «УБИЙСТВА В...» (16+)
22.40 «МИЛЛИОНЕР». (16+)
00.25 «Страшная сила смеха». (12+)
01.10 «ТИЛИ-ТИЛИ-ТЕСТО». (12+)
04.20 «УБИЙСТВА В...» (16+)

78 КАНАЛ



17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

- 06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)
08.30 «Зверопитер». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 14.00 16.00 «Известия 78». (12+)
12.15 «Хороший день». (12+)
13.15 «Здоровье». (12+)
14.30 «Автограф». (12+)
15.00 «Отдыхаем дома». (12+)
15.30 «Гид 78. Гостиницы Петербурга». (12+)
16.30 «Оружие XX века». (12+)
16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)
17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
19.30 «Другой Петербург». (16+)
20.00 «Петербургжцы». (12+)
20.30 «Где деньги?» (12+)
21.00 «Происшествия». (16+)
22.00 «ДУША ШПИОНА». (16+)
23.55 «ЗЕМЛЯ ЭЛЬЗЫ». (12+)
01.35 «Легенды советского сыска». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Новенькие». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар-художница Ира! Чем хороши пиратские корабли, зачем нужна терция, и в чём главное отличие умных людей? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
09.20 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
Неунывающая активная семья Тутты Ларсен и Валеры Колоскова встретит утро субботы вместе с нашими телезрителями!
11.30 «Буба». (6+)
13.30 «Простоквашино». (0+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Ну, погоди!» (0+)
17.50 «Маша и Медведь». (0+)
19.15 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Отважные Смешарики отправляются в самое сердце джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооружённые гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Смешарики. Дежавю». (6+)
22.05 «Ералаш». (6+)
01.05 «Смешарики. Пинкод». (6+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
06.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Луддвилль». (0+)
10.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
12.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Золотые руки». (0+)
12.05 «Кошечки-собачки. Милые песни. Весёлый алфавит». (0+)
12.10 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
14.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Буба». (6+)
19.00, 02.30 МУЛЬТпремьер! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Золотые руки», «Ник-изобретатель. Опасность рекламы», «Тайны Медовой долины: Пропавший самолет, Новый герой», «Кошечки-собачки. Милые песни. Весёлый алфавит». (0+)
19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
20.25 «Маша и Медведь». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Тайны Медовой долины: Пропавший самолет, Новый герой». (0+)
22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
22.05 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
04.00 «Барбоскины». (0+)
04.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
05.30 «Фиксики». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

- 05.30 Мультсериалы. (6+)
08.25 «МАСКА». (12+)
10.10 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
12.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
13.50 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
15.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
17.10 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
19.00 «КАК УКРАСТЬ НЕБО-СКРЁБ». (12+)
20.55 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)
23.25 «ТУТСИ». (16+)
01.30 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
03.25 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
06.55 «Три кота». Мультсериал. (6+)
08.25 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
10.00, 11.00, 12.00 «НЮХАЧ». (16+)
12.55 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
14.40 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
16.35 «ОДНОКЛАССНИКИ.RU: НАСЛАСИЧА УДАЧУ». (12+)
18.25 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ!». (16+)
19.55 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
21.45 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
23.20 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
00.55 «СПУТНИК». (16+)
02.35 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
04.10 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ!». (16+)

ДОМ КИНО

- 06.20 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
07.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
08.55 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
10.25 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
11.45 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
13.30 «Три богатыря и наследника престола». (6+)
15.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ». (16+)
16.35 «СВАТЫ!». (16+)
23.20 «БУМЕР». (18+)
Россия, 2003 г.
01.25 «БУМЕР ФИЛЬМ ВТОРОЙ!». (16+)
Россия, 2006 г.
03.15 «БАБЛЮ». (16+)
04.45 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 17.00, 18.20 Здравствуй, сладкий! (16+)
19.40, 20.40, 21.40 Кулинарные детективы. (16+)
Кулинарный квест, в котором участники угадывают и воссоздают блюдо по оставленным на кухне «улика». (16+)
22.50, 23.50 Богиня шоппинга (субтитры). (16+)
01.00 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
01.50 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
03.50 «Буба». Мультсериал. (0+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.10 «НЕИСТРЕБИМЫЙ ШПИОН». (16+)
03.05 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ». (18+)
04.35 «ДЕВУШКА МОИХ КОШМАРОВ». (16+)
06.45 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ». (12+)
08.35 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)
10.30 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
12.20 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
14.00 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)
15.40 «ПИКСЕЛИ». (12+)
17.35 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
19.30 «КОПЫ В ЮБАКАХ». (16+)
21.45 «ШПИОН». (18+)
Комедия, боевик, США, Великобритания, 2015 г.

МОСФИЛЬМ

- 07.05 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
07.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (6+)
09.50 «ДВА ДНЯ». (16+)
11.30 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
13.10 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПЦИНОВ». (16+)
14.55 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
17.30 «ДЕВЧАТА». (12+)
19.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
21.00 «ГАРАЖ». (12+)
СССР, 1979 г. В ролях: Валентин Гафт, Ия Саввина
22.50 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
00.25 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)
03.00 «ТАКСИ-БЛЮЗ». (18+)
04.45 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ»». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-2». (16+)
Сериял. Иронический детектив. Россия, 2004 г. В ролях: Лариса Удовиченко, Вера Сотникова, Владимир Стержаков, Анна Дворжецкая, Евдокия Германова, Андрей Руденский
12.00, 20.00, 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖУБНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
14.00, 22.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»». (16+)
06.00 «ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
Долго блуждая, в надежде найти выход, Баринев и Нагиев понимают, что в лесу они не одни... Повар Спартак проявляет знаки внимания поварахе Ольге... В отель приезжает Марго, вокруг которой сразу возникает много событий...
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.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (0+)
07.00 Старица Сепфора. Во тьме увидеть свет. (0+)
07.55, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.25 Простые чудеса. (12+)
10.15 В поисках Бога. (6+)
10.50 Расскажи мне о Боге. (6+)
11.20, 01.55 Пилигрим. Поместам Царственных страстотерпцев. (6+)
11.55, 12.50, 13.40, 14.30 Византия. Жизнь после смерти. 17-20 серии. (0+)
15.20 «САШКА». (6+)

СПАС

- 17.15 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (12+)
18.55, 20.00 Святые России. (6+)
21.00 Русский мир. (12+)
22.00 Простые чудеса. (12+)
22.50 Профессор Осипов. (0+)
23.25 «Бесогоны». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.35 День Патриарха. (0+)
00.50 Война и Библия. (16+)
01.25 Мария Египетская. Цикл: День Ангела. (0+)
02.25 Расскажи мне о Боге. (6+)
02.55 Простые чудеса. (12+)
03.40 Профессор Осипов. (0+)
04.10 Старица Сепфора. Во тьме увидеть свет. (0+)

Православный календарь

1 апреля
Седмица 5-я Великого поста. Похвала Пресвятой Богородицы (Суббота Акафиста). Глас 8. Мчч. Хрисанфа и Дарии и с ними мчч. Клавдия трибуна, Илари, жены епископа, Иасона и Мавра, сынов их, Диодора пресвитера и Мариана диакона.



Прав. Софии, кн. Слуцкой. Прп. Симеона Псково-Печерского. Мчч. Панхария. Прп. Вассы Псково-Печерской. Прп. Иннокентия Колодецкого. Прп. Симеона Дайбабского (Серб.). Исп. Иоанна. Прмц. Матроны. Иконы Божией Матери, именованной «Умилиение», Смоленской.

Постный день.

« Легче заимствовать порок, нежели передать добродетель, так как скорее заразишься болезнью, нежели сообщишь другому свое здоровье».

Свт. Григорий Богослов

1 ПЕРВЫЙ



14.50 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (0+)

- 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 своих». (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.15 Премьера. «История любви Шахерезады». Ледовое шоу. (0+)
- 13.55 К 90-летию Александра Митты. (12+)
- 14.50 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (0+)
- 16.40 «Век СССР». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.00 «Три аккорда». Новый сезон. Финал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
- 23.45 Премьера. «На футболе с Денисом Казанским». (18+)
- 00.15 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



11.30 Большие перемены

- 06.00 «ПРОСТАЯ ДЕВЧОНКА». (12+)
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 Большие перемены
- 12.35 «ПРИНЦЕССА И НИЩЕНКА». (16+)
Алёна примеряет роскошные наряды Инги. Она находит журнал со своей фотографией. Инга же, придя в себя в крохотной комнате Алёны, приходит в ужас от её скромных нарядов.
- 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 «ПРОСТАЯ ДЕВЧОНКА». (12+)

НТВ



20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)

- 05.00 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)
- 06.35 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 11.55 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.05 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
- 23.40 «Звезды сошлись». (16+)
- 01.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 04.10 «Таинственная Россия». (16+)

СТС СТС



18.40 «Король Лев». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
- 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 10.55 На выход! (16+)
- 12.00 «История игрушек-4». (6+)
- 14.00 «АССАДИН: БИТВА МИРОВ». (16+)
- 16.40 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+)
- 18.40 «Король Лев». (6+)
- 21.00 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
- 23.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)
- 01.15 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (18+)
- 02.50 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». (16+)
- 04.50 «6 кадров». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ТНТ



10.30 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 10.00 «Хочу перемен». (16+)
Какая связь между цветом обоев и личной жизнью? Между расположением дивана и карьерными успехами? Между содержимым шкафа и болезнями? Самая прямая! Это выглядит как магия, но стоит поменять обстановку в квартире, как вслед за ней изменится и твоя жизнь!
- 10.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 13.30 «ЖЕНИХ». (12+)
- 15.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 17.20 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 19.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
- 21.00 «Концерты». (16+)
- 22.00 «Концерты». (16+)
- 23.00 «ТАНЦЫ НА ВЫСОТЕ!». (12+)
- 01.00 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 02.25 «Импровизация. Команды». (16+)
- 04.10 «Шоу «Студия Союз». (16+)

REN



23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (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 «ОБЕТ МОЛЧАНИЯ». (16+)
- 14.35 «БАГРОВАЯ МЯТА». (16+)
Райли Норт жила счастливой семейной жизнью, пока ее мужа и дочь не расстреляли бандиты.
- 16.35 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)
- 19.30 «МСТИТЕЛИ: ФИНАЛ». (16+)
- 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
- 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.15 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
- 07.50 «НА РУБЕЖЕ: ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- 11.15 «ДОЛЖНИК». (16+)
- 14.45 «ПОСРЕДНИК». (16+)
- 18.35 «СЛЕД». (16+)
- 00.55 «НА РУБЕЖЕ: ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- 03.35 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 06.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО МАЙОРА БАРАНОВА». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 11.30 «Код доступа». (12+)
- 13.55 03.45 «СИНДРОМ ШАХМАТИСТА». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 22.05 «Просто жизнь». (16+)
- 23.05 «Фетисов». (12+)
- 23.50 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (12+)
- 01.50 «МАТРОС ЧИЖИК». (6+)

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 08.30 Новый день. (12+)
- 09.00 Секреты здоровья. (16+)
- 09.15 «Слепая». (16+)
- 12.15 «ЧАРОДЕЙКА». (12+)
- 14.30 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)
- 16.45 «ПРОКЛЯТИЕ АННА-БЕЛЬ: ЗАРОЖДЕНИЕ ЗЛА». (16+)
- 19.00 «ЗАКЛЯТИЕ-2». (16+)
- 21.45 «ПРОКЛЯТИЕ МОНАХИНИ». (16+)
- 23.45 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Анекдоты. (16+)
- 06.15 08.00 Утилизатор. (12+)
- 07.00 08.30 Утилизатор. (16+)
- 09.00 Утилизатор с Настей Туман. (16+)
- 10.00 «КАДЕТСТВО». (0+)
- 20.00 Большой кэш. (16+)
- 21.00 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 00.30 Рюкзак. (16+)
Тревел-шоу «Рюкзак» дает участникам уникальный шанс посмотреть мир! И даже выиграть денежный приз.
- 01.30 iТопчик. (16+)
- 02.40 Анекдоты. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «Предсказания-2023». (16+)
- 07.20 «ТЕНЬ ПРОШЛОГО». (16+)
- 10.55 «СЕРАЯ МЫШЬ». (16+)
В жизни Юли наступают сложные времена. Помимо проблем на работе, выясняется, что муж Гена завел любовницу. Она ощущает себя никому не нужной серой мышью.
- 14.55 «СЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 00.45 «ПРОПАСТЬ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- ОТР**
- 07.30 «Мультфильмы». (12+)
- 09.00 ОТражение
- 12.25 «Отчий дом». (12+)
- 12.45 «СНЫ». (16+)
- 14.05 «Большая страна». (12+)
- 17.00 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 17.35 «ДВОЙНОЙ ОБГОН». (12+)
- 20.15 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЁТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
- 21.55 «КАРМЕН». (16+)
- 00.35 «ДЖЕКИ». (16+)
- 02.05 «ЛЮБОВНОЕ НАСТРОЕНИЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР**
- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- 06.15 Мультфильмы. (6+)
- 07.20 Союз нерушимый. Ко Дню единения народов Беларуси и России. (16+)
- 07.55 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)
- 09.30 ФазендаЛайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.10, 16.15, 19.30 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Кристина Бродская, Алексей Фатеев, Людмила Титова, Александр Фекистов, Юлия Пивень, Марина Куделинская
- 18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
- 19.50, 01.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
- ПОБЕДА**
- 06.20 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ». (16+)
- 08.00 «ШАКАЛ». (16+)
- 15.20 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». (16+)
Артём Токарев и Артур Тульский - живут в совершенно разных семьях и условиях. Отец Артёма Токарева работает милиционером и ловит опасных преступников. Артур Тульский вырос на улице и круг его общения - местная шпана и представители криминального мира. Почему вдруг судьба связала этих людей и заставила их объединить свои усилия для того, чтобы поймать таинственного преступника?
- 01.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 03.10 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)
- ДОКТОР**
- 06.00, 19.00, 04.20 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
- 06.40, 12.55, 20.40, 02.45 InVivo. Выпуск 1. (12+)
- 07.10, 13.20, 21.10, 03.10 Клинический случай. Спаси Салтыкова-Щедрина. (12+)
- 07.35, 15.35, 23.25 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+)
- 08.25, 16.20, 00.15 Эпидемия. Туберкулез. (12+)
- 08.55, 16.45, 00.40 Эпидемия. СПИД. (12+)
- 09.20, 17.15, 05.05 На приёме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
- 09.50, 17.45, 05.30 Это лечится. Ожоги. (12+)
- 10.15, 22.30 Мир невыспавшихся людей. (12+)
Что происходит с нами во сне, сколько и когда нужно спать, какие болезни несет нам сон и от каких заболеваний он нас защищает. Ученые-сомнологи представят сон во всех аспектах, а также ответят на вопрос, ставший сегодня наиболее актуальным: можно ли научиться управлять своими снами?
- 11.10, 01.05 Эпоха антибиотиков. (12+)
- 11.55, 19.45, 01.50 Основной элемент. Домашние паразиты. (12+)
- 12.25, 20.15, 02.20 Основной элемент. Кожа. (12+)
- 13.50, 21.35 Теледоктор. (12+)
- 14.45, 03.35 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
- 18.10 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
- HISTORY**
- 06.00, 06.45 Исторические убийства. (16+)
- 07.35 Древний апокалипсис: Аккадская империя. (16+)
- 08.30 Древний апокалипсис: Загадка морского народа. (16+)
- 09.30 Древний апокалипсис: Цивилизация майя. (12+)
- 10.25, 11.30 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
- 12.30 Древние конструкторы: Тадж-Махал и Золотой век ислама. (12+)
- 13.25 Империя с Майклом Портилло: Индия. (12+)
- 14.20 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)
- 15.15 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
- 16.05 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)
- 17.00, 17.25, 17.55, 18.25, 18.55, 19.20, 19.45, 20.15 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
- 20.45 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
- 21.35 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
- 22.25 Покинутые места: Тени СССР (12+)
- 23.25 Покинутые места: Забытая империя. (12+)
- 00.25 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
- 01.20 Одиссея сокровищ: золото Приама. (12+)
- 02.10 Республика детей. (12+)
- 03.00, 03.45, 04.30, 05.15 Запретная история. (12+)
- ПЯТНИЦА**
- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)
- 05.40, 02.20, 04.20 Пятница News. (16+)
- 06.05 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
- 06.45 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 08.30 Мама Пятницы-5. (16+)
- 09.00, 11.50, 13.10, 14.20, 15.20, 16.20, 17.30, 18.40, 19.50, 20.50, 21.50 На ножах. (16+)
- 10.00 Пробный переезд-2. (16+)
- 10.50 Гастротур-3. (16+)
- 23.00 Теперь я Босс!-8. Кондитерские. (16+)
- 00.10 «ДЮНКЕРК». (16+)
- 02.40, 03.40 Инсайдеры. (16+)
- Ю**
- 05.30, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Мальшарики». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 09.20 Барышня - Крестьянка. (16+)
- 12.10 Беременная в 16. (16+)
- 13.55 Беременная в 45. (16+)
- 15.05 Ждули. (16+)
- 17.40 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
Новые истории, новые эмоции и новые эппи-энды.
- 00.05 Измены (субтитры). (18+)
- 03.00 Дорогая, я забил. (12+)

РОССИЯ К
Культура



16.30 «Картина мира»

- 06.30 Мультфильмы
08.05 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ»
 10.00 «Петербургские встречи»
10.40 «КУЛЬТПОХОД В ТЕАТР»
 12.10 Письма из провинции
 12.40 «Невский ковчег»
 13.10 «Дюймовочка»
 13.40 «Игра в бисер»
 14.20 «Коллекция»
14.50 «ДАЧНИКИ»
 16.30 «Картина мира»
 17.10 «Первые в мире»
 17.30 «Пешком...»
 18.00 95 лет со дня рождения Вальтера Запашного
 18.30 22.25 К 150-летию со дня рождения Сергея Рахманинова
 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.10 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА»
23.55 «ЛЮБОВНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ МОЛЛ ФЛЭНДЕРС»
 01.55 Диалоги о животных

ТВЦ



11.45 «Петровка, 38». (16+)

- 06.20 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!»** (16+)
07.40 «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ». (12+)
 09.15 «Здоровый смысл». (16+)
09.45 «КАМИННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
 11.30 00.25 События
 11.45 «Петровка, 38». (16+)
11.55 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
 13.40 04.50 «Москва резиновая». (16+)
 14.30 Московская неделя
 15.00 «Час улыбки». Юмористический концерт. (12+)
16.00 «СЕЗОН ПОСАДОК». (12+)
17.50 «ЛИШНИЙ». (12+)
21.45 00.40 «КОНЫ ИЗБЕЛЛОВОЙ МАСТИ». (12+)
01.30 «АДВОКАТЪ АРДАШЕВЪ: КРОВЬ НА ПАЛУБЕ». (12+)
 04.25 «10 самых...» (16+)
 05.30 Московская неделя. (12+)

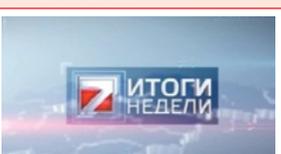
МАТЧ!



10.05 «С бору по сосенке». (0+)

- 07.05 16.00 19.15 23.45 Все на Матч!
 08.40 11.50 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Прямая трансляция
 10.05 «С бору по сосенке». (0+)
 10.20 «Стадион шиворот-навыворот». (0+)
 10.30 География спорта. (12+)
 11.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
 13.45 Футбол. «Химки» - «Краснодар». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
 16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Финал Конференции. Прямая трансляция
 19.40 20.30 Смешанные единоборства. ONE FC. (16+)
 20.40 «После футбола»
 21.40 Футбол. «Наполи» - «Милан». Прямая трансляция
 00.30 Фехтование. Трансляция из Казани. (0+)

СПБ



09.00 «Итоги недели». (16+)

- 06.00 «СТАРШИЙ СЫН»**. (12+)
 08.30 «Слово в образе». (12+)
 08.45 «Петербург 3.2.0». (6+)
 09.00 «Итоги недели». (16+)
 09.50 «Главный врач». (12+)
 10.45 Дикая выходная с Павлом Глазковым. (12+)
 11.10 «Не по-детски». (6+)
 11.25 «По зову сердца». (12+)
 12.00 «Время суток. Интервью». (16+)
 12.30 «Петербургские тайны». (12+)
 12.50 «Пульс города. Репортаж». (12+)
13.10 15.20 18.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
 15.10 #НовыеТерритории. (16+)
 19.30 «Очарованный Россией». (12+)
21.15 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
23.15 «ПОКУШЕНИЕ». (12+)
 05.45 Малые родины. (6+)

ЛЕНТВ 24



08.45 «Шефы и их тайны». (12+)

- 07.20 «Принцесса-лягушка». (6+)
 08.45 15.15 «Шефы и их тайны». (12+)
09.10 21.00 «ЖАНДАРМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (0+)
 11.00 15.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
 11.15 «Ландшафтный дизайн - это просто!» (12+)
11.45 01.00 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ». (12+)
15.40 «СКАНДАЛЬНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ В БРИКМИЛЛЕ». (12+)
 17.55 Футбол. «Ленинградец» (ЛО) - ФК «Муром» (Муром). (6+)
 20.00 «Страшная сила смеха». (12+)
22.45 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОНБИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
 00.15 «Андрей Миронов». (12+)
04.20 «ЖАНДАРМ ИЗ СЕН-ТРОПЕ». (0+)

78 КАНАЛ



17.00 «Короли эпизода». (12+)

- 07.00 «Дом советов». (12+)
 08.00 «Где деньги?» (12+)
 08.30 19.30 «Автограф». (12+)
 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
 10.00 12.00 14.00 16.00 «Известия 78». (12+)
 12.15 «Происшествия». (16+)
 13.15 «Загадки века». (12+)
 14.30 «Отдыхаем дома». (12+)
 15.00 «Гид 78. Гостиницы Петербурга». (12+)
 15.30 «Другой Петербург». (16+)
 16.30 «История образования в России». (12+)
 17.00 «Короли эпизода». (12+)
 18.30 «Неделя в Петербурге». (12+)
 20.00 «Тренерская». (16+)
20.30 «ЗЕМЛЯ ЭЛЬЗЫ». (12+)
 22.10 «Улика из прошлого». (12+)
 23.40 «Предатели». (12+)
00.20 «ДУША ШПИОНА». (16+)
 02.10 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Три кота». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
 07.30 «Лунтик». (0+)
 09.00 «Еда на ура!» (0+)
 09.20 «Луддвилль». (0+)
 На вершине высокой горы притаился небольшой городок Луддвилль, где живёт необычный народец - лудды. У главных героев - маленькой Энн и ее лудд-семьи - настоящий талант попадать в странные и забавные истории, выбраться из которых помогает чудо-альбомчик Энн. Все предметы, нарисованные в нём вчера, сегодня можно сделать реальными! Немного смелки, фантазии и волшебства - и самый обычный день может превратиться в приключение!
 11.00 «Студия красоты». (0+)
 11.20 «Барбоскины». (0+)
 Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
 13.40 «Отель у овечек». (0+)
 Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
 15.00 «У меня лапки». (0+)
 «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
 15.30 «Ералаш». (6+)
 16.50 «Ну, погоди!» (0+)
 18.25 «Героички». (0+)
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 20.45 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 23.00 «Ералаш». (6+)
 01.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
 06.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 07.00 «Время малышей». (0+)
 08.00 «Маша и Медведь». (0+)
 09.00 «Бодо Боро. БОДОПутешествия». (0+)
 10.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
 14.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Весёлый алфавит». (0+)
 14.35 «Ник-изобретатель. Опасность рекламы». (0+)
 16.00 «Маша и Медведь». (0+)
 17.00 «Жила-была Царевна». (0+)
 18.00 «Тайны Медовой долины: Пропаший самолет, Новый герой». (0+)
 19.00 МУЛЬТпреьера! «Простоквашино. Заснеженный человек». «Героички. Единичество Бублика». «Музыкальные патруль. Сказочные песни. Ворожея». «Волшебная кухня. Банни-ца». «Умка: Лучшая игра, Плавающее мороженое». «Черепашки. Правильные гости». «Кошечки-собачки. Розыгрыш». (0+)
 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 20.55 «Машины сказки». (0+)
 21.00 «Барбоскины». (0+)
 21.25, 04.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Золотые руки». (0+)
 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
 21.50 МУЛЬТпреьера! (0+)
 03.25 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
 04.00 «Барбоскины». (0+)
 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 05.30 «Фиксики». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.30 Мультсериалы. (6+)
 08.00 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
 09.35 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)
 12.05 «ТУТСИ». (16+)
 14.15 «КАК УКРАСТЬ НЕБО-СКРЭБ». (12+)
 16.10 «2012». (16+)
 19.00 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)
 20.55 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
 22.40 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)
 00.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
 02.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
 03.55 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
 06.50 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
 08.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
 10.00, 11.05, 12.05 «НЮХАЧ». (16+)
 13.05 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
 14.35 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
 16.25 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
 18.05 «ЗВЁЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
 20.05 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
 21.35 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
 23.15 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (12+)
 01.00 «ДИКАЯ». (16+)
 02.40 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
 04.15 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.20 «Кошечки. Похититель невесты». Мультфильм. (6+)
 07.40 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
 09.15 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
 10.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
 12.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
 13.35 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
 15.00 «БАТЯ». (16+)
 16.25 «СВАТЫ». (16+)
 23.10 «НОЧНАЯ СМЕНА». (16+)
 00.55 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
 02.20 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!». (16+)
 03.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
 04.55 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ!». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
 18.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
 19.25 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
 21.00, 22.10, 23.20 Богиня. (16+)
 В модной битве участницы за три часа и 15 тысяч рублей должны собрать образ, который покориет фэшн-эксперта Даниила Грачева и блогеров Романа Каграманова и Машу Миногарову.
 00.40 «ИЗ 13 В 30». (12+)
 02.25 «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.00 «КОЛЛЕКТОРША». (16+)
 01.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
 03.35 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
 05.35 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
 07.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
 09.05 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
 10.40 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
 12.20 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)
 14.30 «ШПИОН». (18+)
 16.50 «ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (12+)
 19.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
 21.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
 23.30 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)

МОСФИЛЬМ

- 06.15 «АВТОМОБИЛЬ, СКРИПКА И СОБАКА КЛЯКСА». (12+)
 08.00 «НЕЖДАНО-НЕГАДАНО». (12+)
 09.35 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
 11.05 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
 13.50 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
 15.30 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
 17.05 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)
 18.35 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
 20.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
 23.00 «ЛЮДИ НА МОСТУ». (16+)
 00.55 «НЕ ГОРЮЙ!». (12+)
 02.25 «ЛЕБЕДЕВ ПРОТИВ ЛЕБЕДЕВА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-2». (16+)
 12.00, 20.00, 04.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
 13.00, 21.00, 05.00 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
 14.00, 22.00, 06.00 «ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ». (16+)
 Сериал. Детектив, Россия, 2008 г. В ролях: Елена Ручкина, Игорь Штернберг, Евгений Вальц, Даша Волга, Андрей Казаков
 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
 08.00 «КУХНЯ». (12+)
 00.00 Сердца за любовь. (16+)
 Ищешь свою любовь? Постоянно зависаешь на сайтах знакомств в надежде встретить того единственного и неповторимого, с которым вы проживете в любви и согласии всю жизнь? Давай признаем честно: этот способ не такой уж надежный. Чтобы помочь тебе не попасть на «кота в мешке», СТС Love запускает шоу «Сердца за любовь» - аукцион, главный «лот» которого - парень мечты!
 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
 05.10 Молитвослов. (0+)
 05.45 «В 6 ЧАСОВ ВЕЧЕРА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (6+)
 СССР, 1944 г. В ролях: Евгений Самойлов, Марина Лядынина, Иван Любезнов
 07.30 Профессор Осипов. (0+)
 08.00 Пилигрим. По местам Царственных страстотерпцев. (6+)
 08.35 Простые чудеса. (12+)
 09.25 Мария Египетская. Цикл: День Ангела. (0+)
 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
 12.45 Завет. (6+)
 13.50 Русский мир. (12+)

- 15.00 Святые России. (6+)
 16.00 «МЫ С ДЕДУШКОЙ». (6+)
 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 20.00 «ФРАНЦУЗ». (12+)
 СССР, 1988 г.
 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+)
 02.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
 03.10 Святые России. (6+)
 04.05 В поисках Бога. (6+)
 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

2 апреля
Неделя 6-я Великого поста. Глас 1.
Прп. Марии Египетской.



Иулиании, Евфимии и Феодисии. Свт. Никиты, исп., архиеп. Аполлониадского. Прп. Евфросина Синозерского, Новгородского. Сщмч. Владимира пресвитера. Сщмч. Василия диакона.

Постный день.

« Не открывай мысли своей невеждам и воли своей - неблагоприятным. Познай самого себя и избегай того, что для тебя пагубно.»

Авва Исаия

Полив – основное мероприятие по уходу за рассадой. Нежные всходы и молодые растения очень чувствительны к любым ошибкам ухода.

Погубить труд нескольких недель может даже небольшая засуха или чуть большее, чем необходимо, увлажнение. Какие правила полива нужно соблюдать, чтобы рассада хорошо росла?

Главная стратегия – индивидуальный подход

1 Для рассады одинаково опасны как переувлажнение, так и недостаточный полив. Как ни парадоксально, но из-за ошибок полива рассаду теряют куда чаще, чем из-за неправильных условий содержания. Универсальных рецептов полива не существует! На частоту полива влияет объем грунта, температурные условия, потребности конкретного вида растений... В общем, у всех разные условия, в которых нужно «подбирать ключик» к поливу. Есть простой способ определить, что земляной ком высох: поднять горшочек с рассадой! Если горшочек легкий, влаги в почве не осталось, если тяжелый, то влаги в почве еще достаточно (даже если сверху она выглядит подсохшей).

Лучшее время полива – утро

2 Ранней весной, когда мы выращиваем рассаду, между днем и ночью существует большой температурный контраст. Ночью растения потребляют влагу менее активно, поэтому поливать их вечером не стоит. Безопаснее всего поливать рассаду утром: за день влага успеет равномерно распределиться по почве.

Лучше часто и понемногу, чем редко и обильно

3 Для рассады всегда предпочтительнее частые, но скудные поливы, которые медленно и равномерно увлажняют почву. При таком поливе почва успевает так же равномерно подсыхать.

ПОЛИВАЕМ рассаду с умом

Рассаду специально высаживают на подоконнике, чтобы она видела, как косят траву. После этого рассада старается себя хорошо вести.



На разных этапах потребность во влаге разная

4 До появления всходов нужно следить, чтобы грунт не пересыхал, но и не был переувлажненным. Для этого раз в день достаточно снимать с емкости крышку или стекло и опрыскивать из пульверизатора. После появления всходов былинкам достаточно нескольких капель – не нужно промачивать весь объем емкости: корни не развиты, растюшки не в силах впитать все и могут заболеть. После появления всходов для полива лучше использовать пипетку или спринцовку. По мере роста рассады объем необходимой влаги увеличивается, но поливать лейкой можно, только когда у растений появится нескольких пар настоящих листиков.

Не поливать водой из-под крана!

5 Водопроводная вода, не отстоявшаяся в течение суток, во-первых, слишком холодная (может вызвать корневые гнили), во-вторых, содержит вредные примеси. Поэтому полив стоит производить только отстоянной водой комнатной температуры, не выливая из лейки осадок на дне (туда осели те самые примеси). Считается, что для полива хороша талая снеговая вода. Хороша, но только если снег собран в экологически чистых местах, а не вдоль трассы в мегаполисе. Кипяченой водой тоже лучше не поливать: это «мертвая» вода. Она, конечно, не навредит, но и пользы не принесет.

Лучше недолить, чем перелить

6 Недолить всегда лучше, чем перелить, так как исправить недолив проще. А вот если перелили, то просушить грунт быстро уже не получится.



При поливе не лить на листья и стебель

7 Если при поливе замачивать основания стеблей и листьев, то даже самые выносливые виды рискуют получить болезни и гнили. Поливать рассаду нужно бережно, медленно, не под корень, а по периметру горшочка и в междурядья, равномерно распределяя воду.

Торфяные стаканчики и таблетки нужно поливать чаще

8 Емкости, в которых выращивается рассада, тоже влияют на частоту полива. Особого внимания требуют торфяные горшочки и торфяные таблетки: в них почва пересыхает быстрее, так как они сами впитывают влагу. В них поливы нужно увеличить на 30 %.

Не все любят влагу одинаково

9 При поливе нужно учитывать, что перцы, баклажаны и томаты не любят излишнего увлажнения. Для них подсушивание земляного кома не так критично, как переливы. А вот капуста и огурцы требуют много влаги: грунт должен быть постоянно увлажненным.

Подготовила
Валерия ПАШЕЧКИНА



ГОРОДСКАЯ РИТУАЛЬНАЯ СЛУЖБА | SPVGORRITUAL.RU

ГОСТ 32609-2014 | ГОСТ Р 54611-2011

Оказание квалифицированной помощи родственникам, столкнувшимся с утратой близкого человека.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ

при подтверждении факта смерти экстренными службами:

1. Позвоните по круглосуточному номеру **8 (812) 665 16 16** и вызовите **БЕСПЛАТНО** специалиста, запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
2. Подготовьте паспорт и медицинский полис покойного и свои документы удостоверяющие личность.
3. Проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего к вам сотрудника.
4. Заключите договор на услуги и получите официальное подтверждение оплаты.

ПРЕИМУЩЕСТВА

ГОРОДСКОЙ РИТУАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ

- Бесплатный выезд сотрудника на территории г. Санкт-Петербург и прилегающим к нему районам в радиусе 50 км.
- Бесплатная перевозка покойного пенсионера в морг и взаимодействие с моргом по всем вопросам*
- Содействие в получении государственных льгот и компенсаций.
- Помощь в сборе документов и сопровождение похорон.
- Содействие в получении разрешения на захоронение.

КРУГЛОСУТОЧНАЯ СПРАВОЧНАЯ:

8 (812) 665 16 16



ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ
если умер близкий человек



НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ
для организации похорон



Льготы и пособия
положенные государством

Скидка 3000 рублей*

* При условии заказа ритуальных услуг в Городской Ритуальной Службе.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 27 МАРТА ПО 2 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Для Овнов на этой неделе важными станут терпение. Эффективность вашей деятельности во многом будет зависеть от ваших личных усилий и стараний. Это касается как рабочих задач, так и домашних дел. При взаимодействии с другими людьми проявляйте терпение и такт.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
У Львов наступает период повышенной эмоциональности. Не выплескивайте свою активность. Оберните ее на личную пользу. Старайтесь держать себя в руках, чаще гуляйте на свежем воздухе, отдавайте предпочтение спокойному общению с приятными людьми.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам звезды советуют с большей заботой относиться к себе. Уделите внимание своему здоровью. Порадуйте себя просмотром хорошего фильма с любимым человеком, неспешной прогулкой или чтением книги. В общении старайтесь избегать острых тем и конфликтов.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеи останутся в центре внимания. Общение с родными может принести вам много положительных эмоций. Однако не стоит в полной мере полагаться на мнение других людей и их оценки. Больше самостоятельности в принятии решений и уверенности в действиях.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам стоит обратить внимание на создание уюта. Оглянитесь вокруг себя. Исключите из личного общения людей, которые вам неприятны. Не давайте выплеснуться личным эмоциям. Будьте собраны. Больше внимания любимому человеку.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Звезды подарят Девам блестящую неделю. Вашу энергию и настрой непременно заметят и оценят окружающие. При этом старайтесь избегать завышения требований к другим людям, особенно близким. Вместо замечаний постарайтесь предложить альтернативный способ поведения.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Звезды рекомендуют Близнецам сделать упор на межличностные связи. Постарайтесь встретиться с родными. Возможно, они нуждаются в вашей поддержке, но стесняются попросить о ней. Не замыкайтесь на себе. Для достижения успеха – будьте более щедрыми на добро.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам стоит запастись упорством. Многие из задуманного потребуют от вас больших усилий. Будьте готовы к этому и не расходуйте силы напрасно. В общении старайтесь избегать недосказанности. Говорите именно то, что хотели (не ходите вокруг да около).

РАК (22.06 – 22.07)
Раков ожидает насыщенная неделя. Неожиданные события могут принести вам немало хлопот. Среди них будут и приятные. Принимайте решения с присущей вам осмотрительностью. Составьте план действий и, если посчитаете нужным, обратитесь за помощью к близким людям.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионов ожидает размеренная неделя. Все идет своим чередом, и наступает время задуматься о развитии талантов. Если вы знаете иностранный язык, умеете рисовать или хорошо владеете компьютером, то это может стать прекрасной основой для карьерного роста.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам на этой неделе звезды советуют больше времени проводить с семьей. Несмотря на претензии к близким, совместный досуг сможет изменить ситуацию и побудит примириться с обидами. Помните, для мощного рывка нужна крепкая опора и надежный тыл.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Эта неделя поставит некоторых Рыб перед выбором – или успех на работе, или успех в личных отношениях. Какая бы сфера ни стала приоритетной, помните, всегда можно наверстать упущенное. Составление плана поможет вам успевать больше и при этом избежать спешки.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Королева с шариком на макушке.
2. «Шлагбаум», выюгой наметенный.
3. Самый известный киноприз.
4. Денежная сумма, выдаваемая вперед в счет будущего платежа.
5. Система знаний о закономерностях в развитии природы и общества.
6. Однажды французский натуралист Жорж Кювье пообещал: «Дайте мне одну..., и я восстановлю животное!»
7. Большая подозрительная... заменяла астроному Стекляшину из Цветочного города в сказочной повести Николая Носова настоящий телескоп.
8. Спортивные ботинки.
9. Косточковый плод широкого спектра использования в кулинарии – от варенья до мясных блюд.
10. «Завод» по постройке и ремонту судов.

Ответы: 1. Ферзь. 2. Занос. 3. Оскар. 4. Аванс. 5. Наука. 6. Бутылка. 7. Труба. 8. Кость. 9. Слива. 10. Верфь.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 27 МАРТА ПО 2 АПРЕЛЯ

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

27 марта	Восход: 6 ч. 39 м. Заход: 19 ч. 28 м. Долгота дня: 12 ч. 49 мин.
28 марта	Восход: 6 ч. 36 м. Заход: 19 ч. 31 м. Долгота дня: 12 ч. 55 мин.
29 марта	Восход: 6 ч. 33 м. Заход: 19 ч. 33 м. Долгота дня: 13 ч. 00 мин.
30 марта	Восход: 6 ч. 30 м. Заход: 19 ч. 36 м. Долгота дня: 13 ч. 06 мин.
31 марта	Восход: 6 ч. 27 м. Заход: 19 ч. 38 м. Долгота дня: 13 ч. 11 мин.
1 апреля	Восход: 6 ч. 24 м. Заход: 19 ч. 40 м. Долгота дня: 13 ч. 16 мин.
2 апреля	Восход: 6 ч. 21 м. Заход: 19 ч. 43 м. Долгота дня: 13 ч. 22 мин.

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 27 МАРТА ПО 2 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

27 МАРТА
В 1841 году была опробована первая паровая пожарная машина. В 1854 году был запатентован керосин.

28 МАРТА
В 1776 году в Москве основан Государственный Академический Большой театр. В 1797 году в США запатентована первая стиральная машина. В 1857 году в Санкт-Петербурге открылась первая российская женская гимназия.

29 МАРТА
В 1873 году Л.Н. Толстой начал работу над романом «Анна Каренина». В 1891 году в России издан указ о начале строительства железной дороги «Великий Сибирский Путь» (Транссибирская магистраль).

30 МАРТА
1613 года считается Днем подвига Ивана Суанина.

31 МАРТА
В 1889 году в Париже состоялось открытие Эйфелевой башни. В 1966 году СССР был осуществлен запуск первого искусственного спутника Луны.

1 АПРЕЛЯ
В 1938 году состоялась первая презентация растворимого кофе.

2 АПРЕЛЯ
В 1833 году вышло в свет полное издание романа А.С. Пушкина «Евгений Онегин».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

27 МАРТА. Венедикт, Ростислав.
28 МАРТА. Михаил, Тимофей.
29 МАРТА. Александр, Иулиан, Трофим.
30 МАРТА. Алексей, Виктор, Макарий.
31 МАРТА. Димитрий, Кирилл, Наталия.
1 АПРЕЛЯ. Иоанн, Иннокентий, София.
2 АПРЕЛЯ. Александра, Василий, Владимир, Никита, Сергей.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

27 МАРТА ■ День войск национальной гвардии РФ
■ Всемирный день театра
■ День нефролога
28 МАРТА ■ Всемирный день историка
29 МАРТА ■ День специалиста юридической службы в Вооруженных силах России
30 МАРТА ■ День ремесленника в России
31 МАРТА ■ Международный день резервного копирования (День бэкапа)
1 АПРЕЛЯ ■ День смеха ■ День математика
■ Международный день птиц
2 АПРЕЛЯ ■ День геолога
■ Международный день детской книги

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Кириллов марток продерёт холодок

27 марта считалось Венедиктовым днем. В этот день было принято смотреть за погодой: мороз на Венедикта говорил о соответствующей погоде на неделю вперед.

28 марта, в Александров день, ждали прилета первых чаек – это предвещало хорошую погоду и скорое начало ледохода.

29 марта отмечали Савин день и следили за погодой: ясная и теплая сулила теплую весну.

В день Алексея Тёплого, **30 марта**, наблюдали за ручьями: если они большие, то и половодье будет большим, вода широко разольется по лугам.

Про **31 марта**, день Кирилла – Дери полоза, говорили: «На Кирилла и спереди, и сзади – зима», «На Кириллов марток продерет холодок». Следили в этот день за цветами мать-и-мачехи: если они зацвели – конец марта и начало апреля будут теплыми.

1 апреля – день Дарьи Грязной, поскольку снег начинал таять и появлялось много грязи. С таянием снега была связана такая примета: если вода шла с шумом, то будут летом хорошие травы.

2 апреля, в день Фотиньи Колодезницы, наблюдали за погодой: синие облака предвещали тепло и дожди, теплая погода днем и холодная ночью означала приближение пожих дней.

Не хочешь, чтобы у тебя на душе появился осадок? Не кипятись.

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издается с апреля 2018 года.

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Учредитель, редакция и издатель: 000 «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 ДАНЬКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В. Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: Немькин Н.Н. Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

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

№ 12 (260).
Дата подписания в печать: 23.03.2023 г.
Дата производства: 21.03.2023 г.
Дата выхода в свет: 21.03.2023 г. Тираж 67 970 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-53/12. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 900 160 экз.
Рекомендованная цена в розницу 17 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено



Старая знакомая

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.



Петрович выехал на вызов ранним утром, не успев даже зайти к себе в кабинет. – Вот не спится же кому-то, – проворчал он, усаживаясь в служебную машину. – Да бабульку какую-то ограбили, – ответил водитель. – Бабульки-то встают ни свет ни заря, известное дело.

– Бабульки бабульками, а воров-то что не спится?

На месте с бабулькой уже беседовал участковый. Они расположились в небольшой аккуратной кухне за обеденным столом. Петрович заглянул в комнату – там уже работали криминалисты – и присоединился к беседе.

– Зинаида Тихоновна, – представилась старушка Петровичу после того, как он представился ей.

– Ну рассказывайте, Зинаида Тихоновна, что у вас произошло.

– Да я уже лейтенанту, – она кивнула в сторону

участкового, – все рассказала.

Имне тоже расскажите, введите меня, так сказать, в курс дела.

– Ну хорошо, и вам расскажу. Проснулась я сегодня рано, семи еще не было. Пошла в кухню, выпила чаю. И тут звонок в дверь. Кого это, думаю, принесло в такую рань?

Открываю дверь – женщина стоит. Солидная такая женщина, серьезная. Сказала, что она соцра-

ботник, пришла уточнить данные по выплатам. Что мне выплата полагается за выслугу лет, пересчет вроде как произвели, нужно уточнить данные. Ну, я ее впустила, конечно, предложила чаю, она согласилась. Посидели с ней в комнате, поговорили, уточнили данные, пожаловалась я ей на свою одинокую жизнь, поблагодарила за внимание. Ну и все вроде. А когда ушла она, я смотрю – а шкатулка-то моя с фамильными ценностями

ми раскрытая стоит и пустая. И деньги пропали, они тоже в шкатулке были, рядом. Вмиг поняла: ворюга, значит, ко мне приходила, а не соцработник. Ну я и вызвала полицию...

– Понятно, – посуровел Петрович. – Описать эту женщину вы сможете, Зинаида Тихоновна?

Конечно, смогу, я же из ума еще не вышла, – обиделась потерпевшая. – На одну иностранную артистку она немного похожа. Сейчас карточку покажу. В молодости фото артистов собирала...

– Брюнетка? – уточнил Петрович.

– Ну не блондинка же! – возмутилась бабушка Зинаида. – Вот, принесла свое собрание. На эту карточку смотрите. И даже прическа такая же: большой такой, красивый пучок на макушке.

Петрович внезапно поднялся и пошел к выходу.

– Найду я ваши драгоценности, Зинаида Тихоновна, не волнуйтесь, – сказал он, обернувшись.

И добавил вполголоса, обращаясь к изумленно-му участковому:

– Знаю я эту брюнетку как облупленную. Маня Лопатова – очень старая моя знакомая, мошенница на доверии. Если адрес не поменяла, прямо сейчас и возьмем эту непрошеную раннюю гостью.

Через десять минут Петрович уже звонил в дверь Маниной квартиры – благо жила она недалеко. Маня долго переругивалась с ним через дверь, но в конце концов открыла. Петрович вдруг неожиданно для себя удивился, насколько она похожа на дамочку с бабулиной черно-белой фотооткрытки.

– Ну чего тебе еще в такую рань? – возмутилась «картистка». – Поднял с постели приличную женщину! – и поджала аккурат-

но подведенные алой помадой губы.

– Поднял с постели? – засомневался Петрович. – А к бабушке за золотишком ты во сне сбегать успела?

– К какой еще бабушке, ты что несешь, начальник?! Вон, посмотри, даже кровать у меня еще не убрана!

Я уже посмотрел, – ответил Петрович. Правда, не на кровать, а на кое-что другое. И убедился, что встала ты, Маня, давным-давно, и бабульку Зинаиду Тихоновну ты обчистила. Я-то думал, ты с прошлым завязала, а ты опять за старое. Нехорошо. Мои криминалисты твои пальчики у бабульки уже зафиксировали, так что думай теперь над чисто-сердечным – авось, меньшим сроком обойдешься.

Виктория АНДРЕЕВА

Почему Петрович не поверил Мане?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 11: все машины во дворе покрыты ровным слоем снега. Если бы Славик и правда приехал только что, на его машине снега не было бы.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

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

КАК ОПЛАТИТЬ

- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- 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

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложатся в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Комфорт. Питон. Девичник. Возглас. Оттиск. Кантата. Стейк. Ловец. Астероид. Запор. Аэроклуб. Туземец. Шкант.

По вертикали: Лимонад. Долгота. Очес. Фристайл. Ранжир. Скука. Дартс. Атрибут. Корабел. Недовес. Баран. Старик. Крикун. Бук.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ЗДОРОВЬЕ

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Готовые очки. Бесплатные консультации и диагностика слуха.

Заушные, внутриушные, карманные. Ремонт, элементы, питание, вкладыши.

Пн-Пт: 10-17, Сб-Вс: выходной

934-22-12

Пушкин, Пушкинская ул., 19, 1 этаж

+7 (931) 320-17-43

СПБ, УЛ. ТИПАНОВА, 3

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

КУПЛЮ

996-55-66 Книги, Зингер, картины, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервизы, вазы, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппараты, игрушки, самовары, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66

984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

8 (981) 050-97-31 ЧАСТНЫЙ МАСТЕР ПО РЕМОНТУ любой бытовой техники: стиральных машин, холодильников, водонагревателей, электроплит и т. п. НИЗКИЕ ЦЕНЫ! Звоните: 8 (981) 050-97-31

СООБЩЕНИЯ

Аттестат о среднем образовании, выданный в 1978 году школой № 2 г. Луга, на имя Буздин Сергей Александрович, в связи сутерей считать недействительным.

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»
8 (962) 724-29-44

РА «ПАЛЛАДА»
8 (921) 899-98-75

РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»
8 (812) 424-32-11

РА «ФРИИ МЕДИА»
8 (812) 996-72-97
м. «Пл. Ленина»
только безналичный расчёт

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 929-92-55, Александр.

953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, куклы, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70

8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т. д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

945-06-88, 8 (951) 684-12-44 Мастер на час. Все виды работ. Мелкий ремонт. Сантехработы и электрика. Установка, замена, ремонт замков и вскрытие. Работаем без выходных. Тел.: 945-06-88, 8 (951) 684-12-44

931-15-79 Ремонт комнаты – 8 000 руб. Ремонт кухни – 6 500 руб. Ремонт коридора – 5 500 руб. Ремонт ванной – 4 500 руб. Ремонт туалета – 3 500 руб. Пол – линолеум, ламинат, паркетная доска, кафель. Мелкий ремонт. Тел.: 931-15-79, Ольга

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (962) 724-29-44

Если поставить суп на сильный огонь, он выкипает.

Так, наверно, и любовь – нельзя устанавливать слишком высокую температуру кипения страстей. Хрупкое чувство может не выдержать, как случилось у меня и моего Виктора. Впрочем, обо всем по порядку.

Любовь под контролем

Как говорится, свезло, так свезло: в двадцать лет у меня образовалось сразу три ухажера. И каждый предлагал выйти за него замуж. Я отправилась за советом к своей тетушке Марии, которая, как мне тогда казалось, очень неплохо разбиралась в людях.

– За первого пойдешь, сто лет без ссор проживешь, – начала тетушка свое повествование после моего рассказа о всех моих женихах. – За второго – всю жизнь маяться будешь. Стретьим – помаешься и разойдешься. А если серьезно, слушай свое сердце – оно не подведет.

Я слушала-слушала и... вышла за третьего – Виктора. Он мне не просто нравился больше других, я была влюблена по уши.

И что вы думаете? За три года нашего брака он просто измучил меня своей ревностью. Хотя повода я не давала. Говорят, ревнует – значит, любит. Ничего подобного! Девчонки, какая же это любовь, если с утра до вечера ты находишься под постоянным зримым и незримым контролем. Постоянные распросы, допросы... Ночами – ревела. Утром себя уговаривала, что лучше такой, чем никакого. Ревела и уговаривала. Опять ревела и опять уговаривала. И какое я почувствовала облегчение, когда мы с

Зигзаги судьбы

Виктором наконец развелись.

Теперь не знаю, сбылись бы другие предсказания тетки Марии, но с этим экземпляром она попала в точку.

Не та лошадка

Я решила уехать из Липецка и начать новую жизнь. Сказала себе: эта история закончилась, теперь будет другая. Знакомая знакомой посодействовала в трудоустройстве на строительный комбинат в соседнем областном центре – у нее там работал родственник. Все сложилось чудесным образом: в декретный отпуск собиралась уходить сотрудница отдела кадров. Мне предложили временную ставку.

Я с головой окунулась в заводскую жизнь. Коллектив был большой и очень дружный. После смены домой торопились только семейные. Молодежь разбивалась на кучки по интересам. А я решила пойти на бухгалтерские курсы и еще неожиданно для себя, не поверите, записалась в кружок хорового пения. А что? Петь я с детства любила.

Нашим практически женским коллективом руководил Валерий Палыч. Человек он был безусловно творческий и одаренный. Палыч был в разводе и потому считался перспективным мужчиной. С каждой спевкой он все больше мне нравился. Высокий, симпатичный. Я, было, решила поближе присмотреться к нему, но моя новая подруга Татьяна осадилась:

– Эта не та лошадка, на которую можно ставить. Надя, ты что, не видишь,



Никогда и ни в чём нельзя исключать случайности. Гиппократ

что он бабник? Тебе сколько лет, подруга? Тебе серьезные отношения нужны.

Да, нужны. Но откуда им взяться...

Быть нужной тому, кто нужен тебе

Вскоре за мной стал ухаживать Гена – мастер цеха. Ну, не то чтобы ухаживать, так, пригласил пару раз на танцы. Оказывал другие знаки внимания. Даже не знаю почему, но мне было с ним скучно.

– Мужчины делятся на два типа, – не уставала учить меня жизни подруж-

Всезнающая официантка

А потом на комбинат неожиданно нагрянула серьезная проверка. Столичных начальников сопровождали представители мэрии. На мероприятиях подобного уровня в нашей заводской столовой работал специально подготовленный персонал. И тут оказалось (об этом я узнала позже), что одна из официанток заболела...

В тот час X меня просто отправили из бухгалтерии к руководству с бумагами на подпись. Взглянув на меня, наш всегда хмурый замдиректора Иван Николаевич вдруг расплылся в улыбке:

– Надежда, выручайте! Времени нет совсем. Надо заменить нашу официантку. Делов-то – тарелки с едой на подносе принести. – Это даже не смешно!

Но на мою соотвественную реакцию были выложены убедительные аргументы. Главных было три: что я ответственная, сознательная и тактичная...

И вот наступило время обеда. Гостей пригласили в столовую. Выпустили меня – в фартуке, кокошнике, с подносом, на котором было четыре тарелки супа.

– Скажите, блюда готовили специально для нас или это типовый обед рабочих комбината? – вдруг начал меня пытаться столичный чиновник.

– Так питаются все наши рабочие, – отвечаю, не моргнув глазом.

– А сколько стоит обед? Это много или мало для работников предприятия?

– Ну, у кого какая зарплата, – продолжаю я беседу. – У монтажников такая-то, у формовщиков – чуть меньше. И не у всех она фиксированная. Формовщики ведь работают по коллективному подряду, и совет бригады ставит им коэффициент трудового участия... И так далее...

Суп давно остыл, а гости с интересом продолжали меня слушать.

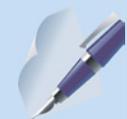
Удивленный и восхищенный руководитель комиссии повернулся к нашему директору:

– Я многие годы в разных комиссиях. Считаю, объехал всю страну, но такую грамотную официантку, подкованную в вопросах формирования заработной платы, вижу впервые в жизни.

С того памятного дня моя жизнь круто изменилась. Словом, начальство меня заметило. Мне предложили хорошую должность, повысили оклад. А еще я поверила себе и в себя. Нашелся и суженый: водитель заводского автобуса – Николай. Он мне давно приглянулся, оказывается, и Николай мне очень очень симпатизировал. В тот же год мы и поженились. А нынешним летом готовимся отпраздновать жемчужную свадьбу.

НАДЕЖДА

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

РЕКЛАМА **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-18-45 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт.
лот 925760 ~~6999~~ **3999.-**
20 шт. – 10 м²
Выгода – 3000!

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под нужный размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Надежно и просто клеятся на любую поверхность.

Материал: вспененный полиэтилен. Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4). Укажите при заказе. Размер одной панели: 70×77 см. В комплекте: 20 шт.



Щетка магнитная для окна «Проще простого»
лот 103205-01
1799 999.-

- При помощи щетки можно мыть окна сразу с двух сторон – безопасно даже в труднодоступных местах!

Материал: пластик, резина, магнит. Размер: 13×16×6 см. В комплекте: магнитная щетка со шнуром (195 см), 2 сменные резиновые насадки. Для **одинарного остекления с толщиной стекла 3-8 мм.**



Лимонадница «Муза»
лот 28463
2999 1499.-

- Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной окантовкой.
- Позволит красиво подать на стол морсы, соки и другие напитки.
- Кран поможет налить напиток аккуратно.

Материал корпуса: стекло. Высота: 46 см с крышкой. Объем: 2 л.



Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением
лот 22678 ~~3999~~ **1999.-**

- Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.
- Керамическое покрытие Granitex.
- Стеклокрышка с клапаном для пара. Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: Ø17 см. Высота борта: 9,5 см.



Складная стиральная машинка «Мини Автомат»
лот 102943
4999 2999.-

- Работает от электросети или от PowerBank.
- Удобно брать в дорогу, на дачу.
- Цикл стирки 30 мин.
- Можно использовать как посудомоечную машину.

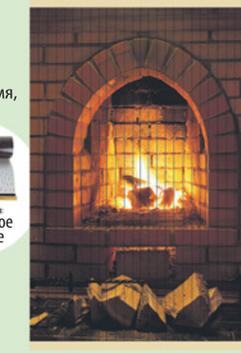
Напряжение: 220 В. Потребляемая мощность: 10 Вт. Длина провода: 143 см. Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка); 25×20 см (ведро). Объем ведра: 5 л. Материал: пластик, силикон. Вес: 600 г. В комплекте: мини-стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети 220 В, присоска, 2 фиксатора для провода, складное ведро.



Согревающее панно «Теплый камин»
лот 15143-01
2999 1999.-

- Безопасно, надежно, экономично.
- Может работать долгое время, не иссушая воздух.

Материал: полимерная пленка, дерево. Мощность: 500 Вт. Напряжение: 220 В. Температура поверхности: 65°C. Площадь обогрева: 15 кв. м. Длина шнура питания: 1 м. Размер: 60×105 см. В комплекте: обогреватель, шуроп, дубель.



Электрическая турка лот 200772 ~~1699~~ **999.-**

- Ненагревающаяся съемная ручка.
- Скрытый нагревательный элемент.
- Защита от включения без воды и защита от перегрева.

Материал: пластик, металл. Мощность: 600 Вт. Напряжение: 220-240 В. Объем: 0,5 л. Длина провода: 60 см.



Кадка с гнетом «Разносолы»
лот 28938-02 ~~3699~~ **2999.-**

- Ароматные заготовки квашеной капусты, соленых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках!

Материал: древесина липы, нержавеющая сталь. Объем: 10 л.



Набор керамических контейнеров, 3 шт.
лот 28486 ~~1499~~ **799.-**

- Вакуумные крышки обеспечивают длительное хранение продуктов.
- Циферблат на крышке поможет выставить дату закрытия.

Материал: керамика, пластик. В комплекте: 3 контейнера с крышками. Объем: 250 мл, 500 мл, 750 мл. Можно использовать в СВЧ и посудомоечной машине.



Электрический измельчитель «Молния»
лот 22634 ~~2499~~ **1499.-**

- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
- Простое управление одним нажатием.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.



Стул «Титан» для купания в ванной и душе
лот 28594 ~~3999~~ **2499.-**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и не царапающие ножки.

Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см. Размер (Ш×Г×В): 51×31×53 см. Максимальная нагрузка: 120 кг.



Сушилка «Так удобно»
лот 19272-01 ~~4999~~ **2499.-**

- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.

Материал: сталь (окрашенная), пластик. Размер: 173,5×70×66 см (в сложенном виде: 173,5×70×23 см). Максимальная нагрузка: 15 кг.



Набор для перемещения мебели «Транспортер»
лот 27948
2499 1499.-

- Поможет легко передвинуть мебель по любому напольному покрытию.
- Максимальная нагрузка на каждую платформу – до 100 кг.
- Рычаг выдерживает 150 кг.

Материал: металл, резина, пластик. В комплекте: 4 транспортировочные платформы (10×7,5×3 см), 1 подъемный рычаг (длина: 35,5 см). Цвет может отличаться от представленного.



Набор термокастрюль «Магия вкуса», 4 шт.
лот 28623-01 ~~5499~~ **2999.-**

- Поддерживают температуру пищи несколько часов.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. В комплекте: 4 кастрюли с крышками (2,3 л; 1,4 л; 0,75 л; 0,4 л). Не предназначены для использования на плите и в духовом шкафу.



Самоочищающаяся швабра «Проще простого» с ведром
лот 18945 ~~2499~~ **1799.-**

- Проникает в труднодоступные места.
- Специальная система отжима и полоскания.
- Не нужно пачкать руки, нет нагрузки на спину.

Длина ручки: 130 см. Объем ведра: 3,3 л. Размер насадки: 33×12×0,6 см. Материал: пластик, металл, микрофибра. В комплекте: швабра, ведро, 2 сменные насадки из микрофибры, инструкция.



Махровое полотенце «Полет бабочек»
от ~~999~~ **499.-**

лот 102363
Голубой (30×60 см, 70×130 см), фиолетовый (30×60 см, 70×130 см), ванильный (70×130 см), какао (70×130 см).

лот 102571
Ванильный, какао (30×60 см). Материал: 100% хлопок. Размер и цвет укажите при заказе. В комплекте: 1 шт.



Ручной культиватор «Торнадика», мини
лот 29062 ~~1999~~ **999.-**

- Специальная конструкция позволяет равномерно распределять нагрузку на руки, спину, плечи и ноги.
- Длину ручки можно зафиксировать в одном из двух положений (87 см или 95 см).
- Заменяет несколько садовых инструментов.

Материал: алюминий, закаленная сталь. Высота зубьев: 9-10 см. Вес: 700 г.



Комбайн «Здоровье+»
лот 28089 ~~2499~~ **1999.-**

- Заменит терку, шинковку и шнековую соковыжималку.
- Готовит салаты, соки, соусы и др.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Размер: 29×18×20 см. В комплекте: база для комбайна, насадка-овощерезка с толкателем и двумя насадками, насадка-соковыжималка (шнековая), ручка, инструкция.



Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!
лот 16466-02 ~~1999~~ **999.-** **ВТОРАЯ ЛЕНТА В ПОДАРОК!**

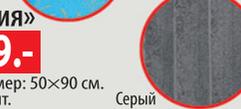
- Защитит, уплотнит и отремонтирует почти всё.
- Можно использовать под водой.

Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металла, дерева, керамики, стекла и др. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см, лента в подарок: 10×100 см.



Полотенце «Олимпия»
лот 102205 ~~999~~ **499.-**

Материал: 100% хлопок. Размер: 50×90 см. Цвет: серый. В комплекте: 1 шт.



Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник», 2 шт.
лот 10035-04 ~~1999~~ **999.-**

- Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.
- Работает от сети 230 В. Зона влияния: до 200 кв. м.
- Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см. В комплекте: 2 шт.



Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов
лот 22462 ~~1999~~ **799.-**

- Продукты не прилипают к поверхности лезвий.
- Лезвия из высококачественной нержавеющей стали с покрытием Granitex, бакелитовые ручки.

В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); нож для хлеба (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овощечистка. Не подходят для мытья в посудомоечной машине!



Супер ключи «Стальная хватка»
лот 103015-01 ~~1299~~ **999.-**

- Универсальные: заменяют газовый, разводной и гаечные ключи.
- Легко адаптируются ко всем видам болтов и гаек.

Материал: сталь, пластик. В комплекте: малый ключ (9-23 мм), большой ключ (23-32 мм).



Наматрасник непромокаемый
лот 103314 от ~~1599~~ **999.-**

- Защищает от влаги и грязи.
- Дышащий верхний слой, непромокаемый нижний.
- Фиксируется при помощи резинки по всему периметру.
- Не дает скользить постельному белью.
- Для матрасов высотой не более 30 см.

Материал: махра, полиуретановая мембрана (80% хлопок, 20% ПЭ). Размер: 90×200 см, 160×200 см, 180×200 см. В комплекте: 1 шт.



Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.
лот 19128-02 ~~1499~~ **999.-**

- Устраняет коррозию и не дает появиться новой.
- Готовит поверхность к покраске.
- Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки.
- Объем: 500 мл. В комплекте: 3 шт.
- При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!



***ВАШ ПОДАРОК:**
***при заказе от 2000 р.**
Электрическая ножеточка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная)



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При одновременном заказе на сумму от 2000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информация об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно до 30.06.2023. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-18-45

ТВ-ХИТЫ И ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ СО СКИДКАМИ ДО -63%

при покупке от 2-х шт. 990 Р

Кроссовки «Комфорт»
Удобные и практически невесомые кроссовки на каждый день. Амортизирующая подошва защитит ноги при длительной ходьбе, а эластичный сетчатый верх позволит ногам «дышать» и «садиться» на любую ширину стопы, даже если есть выступающие косточки или ноги склонны к отекам. Обувь проста в уходе – ее можно стирать в стиральной машине.
Материал: текстиль, подошва – ПВХ. КНР. Рекомендуем заказывать на размер больше. Лот 101197

скидка 50% ~~2990 Р~~ **1490 Р**

Бордо Размеры: 37-41.
Дышащий сетчатый материал
Петелька и язычок для удобства надевания
Гибкая нескользящая подошва
Синие Размеры: 37-45.
Укрепленный мысок защитит пальцы
Для мужчин и женщин
Хорошая вентиляция
Легкие и прочные

Серые Размеры: 37-45.
Черные Размеры: 41-45.
Белые Размеры: 37-41.

ПОДАРОК за заказ от 1 000 руб.

5 пар
Дышащее, нескользящее перфорированное основание

Мягкий, отводящий влагу нетканый материал

Набор стелек, 5 пар
Мягкие стельки помогут снять нагрузку на стопы и сделают комфортным ежедневное ношение обуви. Не скользят в обуви и прекрасно впитывают лишнюю влагу.
Размер универсальный. Обрезаются по размеру ноги. КНР.

БЕСПЛАТНО

Летние туфли «Санторини»
Легкие дышащие туфли в модном греческом стиле станут лучшим выбором на каждый день! Они красиво смотрятся и практически неошутимы на ноге. Имеют гибкую амортизирующую подошву, которая смягчает нагрузку на стопы.

скидка 63% ~~3990 Р~~ **1490 Р**

Язычок для удобства надевания
Перфорация
Гибкая нескользящая подошва
Материал: иск. замша, подошва – полиуретан. КНР. Размеры: 37, 38, 39, 40, 41. Лот 102512. Песочный, Деним

TV РЕКЛАМА

Ножницы для плотных ногтей + щипцы
С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.
Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689883

Удлиненная ручка

+ ПОДАРОК
790 Р

Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11х6 см. КНР.

4 пары в наборе
3 пары в наборе

Носки без резинки
Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.
Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские размеры: 23-25, 25-27. Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Мужские носки «Релакс»
Женские носки «Отдых»

скидка 45%
~~1450 Р~~ **790 Р**

Платье «Диана»
«Летящее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струющаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений.
Материал: п/э, вискоза, эластан. Длина: 105 см. Россия. Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68. Лот 103195. Синее, Бордо

скидка 50% ~~2490 Р~~ **1245 Р**

Дышащий вискозный материал
Не мнется, не нужно гладить

TV РЕКЛАМА

МОЙ МИР Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ:** **8 (800) 350-35-73** код заказа: **ТЕЛ_106_23_КОМ**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 20.03.2023 г. до 05.05.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_106_23_КОМ. Реклама.