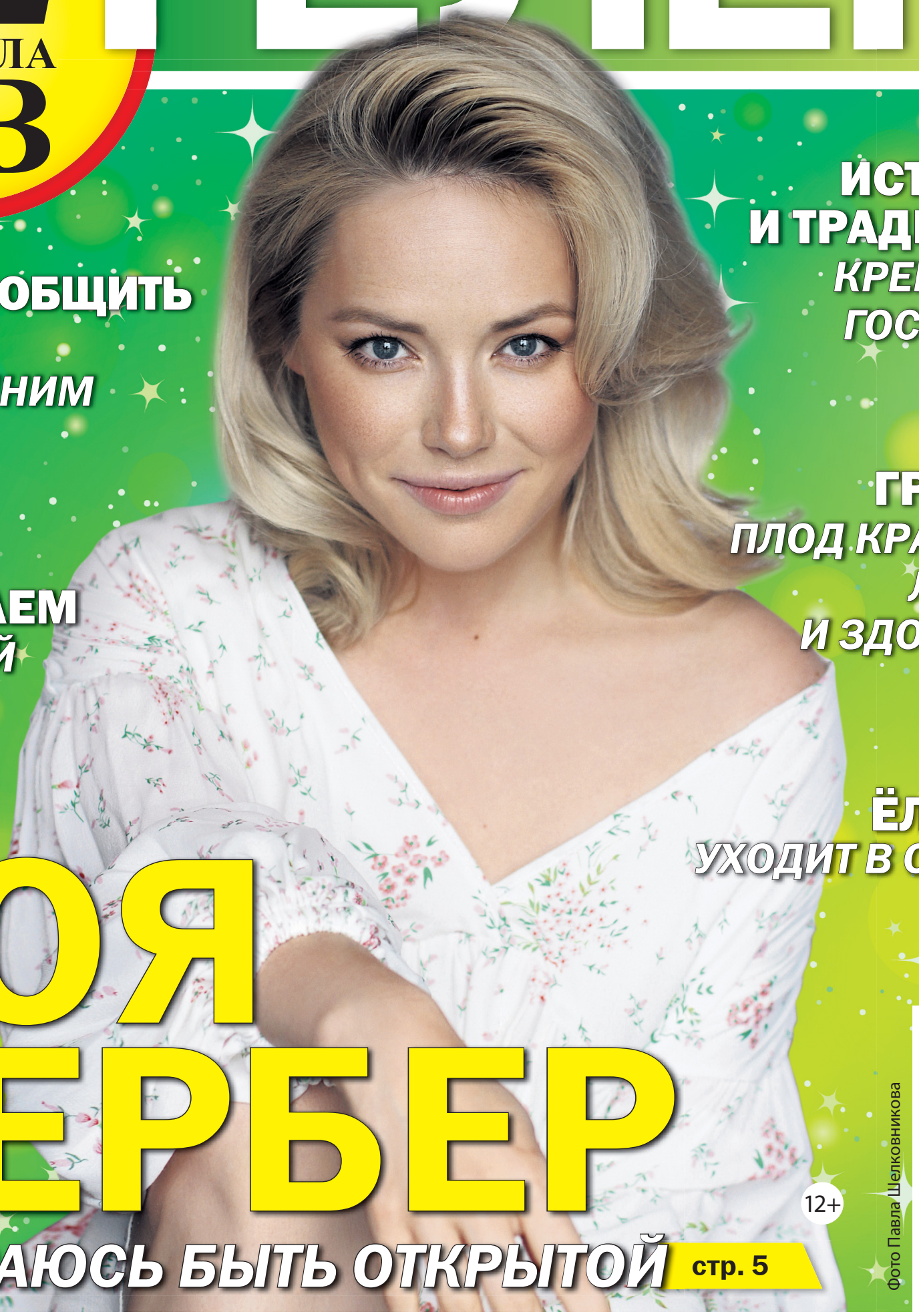
Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№2 (198)

ТВ-программа с 17 по 23 января 2022 года

ТЕЛЕК

52 КАНАЛА ТВ



ЗОЯ БЕРБЕР

Я СТАРАЮСЬ БЫТЬ ОТКРЫТОЙ стр. 5

12+

Фото Павла Шелковникова

КАК ПРИОБЩИТЬ МУЖА *К ДОМАШНИМ ДЕЛАМ?* стр. 4

ВЫБИРАЕМ *СНЕЖНЫЙ ФИТНЕС* стр. 36

ИСТОРИЯ И ТРАДИЦИИ. *КРЕЩЕНИЕ ГОСПОДНЕ* стр. 7

ГРАНАТ: *ПЛОД КРАСОТЫ, ЛЮБВИ И ЗДОРОВЬЯ* стр. 6

ЁЛОЧКА *УХОДИТ В ОТПУСК* стр. 39

ISSN 2618-933X

Татьяна ОРЛОВА:

«Важные проблемы решаются с помощью юмора

Сериал «Семейка» смотрите с понедельника по четверг на СТС.

Доведённая до абсурда любовь свекрови к сыночку и нелюбовь к невестке – неисчерпаемый источник забавных жизненных ситуаций.

В новом ситкоме СТС «Семейка» главным героям Сергею и Наде Нестеровым (Борис Дергачёв и Ольга Дибцева) предстоит разбираться не только со своими проблемами, но и с вмешательством в их жизнь Серёжиной мамы Тамары. Роль последней блестяще сыграла Татьяна Орлова.

Плохая жена идеального сына

– Татьяна, ваша Тамара в сериале СТС «Семейка» – женщина решительная и жёсткая. Как назвал её герой-психолог – «доминантная личность». Как считаете, почему вашей героине так важно контролировать ситуацию в семье сына?

– Я бы не сказала, что она жесткая и решительная. Скорее, здесь часто встречающийся и в литературе, и в жизни эгоизм родителей. У нее сын – идеал. Но ему попалась, как считает моя героиня, неподходящая кандидатура. Ну вот не на той женился. И конфликт строится как раз на отношениях с невесткой. Этот персонаж живет по принципу «существует два мнения: мое и неправильное». И что бы невестка ни говорила, все неправильно (*улыбается*).

– Но вы полюбили свою героиню? Может, даже хотелось бы чему-то научиться у неё?

– Не могу сказать, что я ее люблю. Учиться у нее абсолютно нечему, потому что этот персонаж, конечно, комедийный. Вся наша история – это юмор, а где-то гротеск. Просто если и возникают подобные ситуации в жизни, нужно доверять сыну и не внедряться в его личное пространство. А моя героиня хочет, чтобы ее сын жил так, как она говорит. Так что Тамара совсем не пример для подражания. Наоборот, я бы назвала ее отрицательным персонажем.

Люди хотят разобраться

– Главные герои посещают психолога, чтобы избежать развода. Как написал в Инстаграме ваш коллега Вадим Демчог: «Этот сериал – живой учебник семейной психологии». Как считаете, в наше время психология особенно актуальна?

– Я этой темой не интересовалась, но мне кажется, что сегодня это действительно актуально. Ведь иногда люди не могут разобраться в том, что творится с ними. Есть же такое еще явление, которое часто у молодежи встречается, – панические атаки. Раньше этого никто не знал, даже такой формулировки не было. Так что психологи сегодня – это профессионалы, которые помогают выбраться из этого «леса», где заблудился человек.

– «Семейка» показывает проблемы, с которыми сталкивается среднестатистическая семья. Как считаете, что особенно будет близко зрителю?

– Отмечу, что СТС – развлекательный канал, где в легкой и понятной форме, в стиле «Ворониных», объясняется, как можно решать проблемы. Вот «Воронины» очень легко смотрятся. Но в то же время там действительно возникают важные проблемы, которые решаются с помощью юмора. На мой взгляд, и сценарий «Семейки» хорошо написан. И, конечно, мне понравился жанр проекта.

Когда артист может всё?

– Вы снимались с юными актёрами, которые играют внуков Тамары. Насколько комфортно, любопытно и интересно работать с новым поколением?

– С юным поколением уже работала в «Папиных дочках», где были совершенно очаровательные девочки. Я в целом много снимаюсь и с детьми, и с подростками. И каждый раз понимаю, что проведен серьезный кастинг: на детские роли пробуются десятки, а отбирают тех, кто максимально подходит. Еще ведь не просто так говорят, что очень сложно переиграть животных, детей и стариков, потому что они существуют в своей органике. Например, дети еще не обучены, знать не знают, как играть, но делают это совершенно органично. Вот и в «Семейке» такие дети, которые в принципе не играют, а существуют в предлагаемых обстоятельствах, поэтому с ними легко и комфортно работать (*улыбается*).

– В целом, как считаете, что важно в актёрской профессии: опыт, обучение? Или талант – главный критерий?

– Все, что вы назвали, важно в совокупности. Но прежде всего это то, что я называю «дано Богом». Трудно, если у тебя нет этого от природы. Но и обучение важно. А со временем, конечно, приходит опыт: чем больше играешь и постоянно находишься в таком тренинге, тем больше можешь. Инна Чурикова, Светлана Крючкова, Алиса Фрейндлих – они все могут.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Кстати

За помощью к психологу

В каждой серии «Семейки» Сергей и Надя Нестеровы обсуждают с психологом проблемы большой семьи: кризис среднего возраста, манипуляции бабушки Тамары, подростковые дилеммы дочерей Кати и Василисы, гиперактивность сына Миши (Алексей Родионов). Но главное, ради чего они приходят к специалисту, – чтобы спасти 17-летний брак. Кстати, психолога Якова Семёновича Гомельского сыграл Вадим Демчог – не только профессиональный актёр, но и кандидат психологических наук.

ПОДРОБНОСТИ

Какие они, руководящие женщины?

– В другом сериале СТС, «Дылды», вы играете мать главного героя – чемпионку и декана со стальным характером. Как считаете, какие черты характера свойственны женщинам-руководителям, да ещё из спорта?

– Вот там я играю жестче, что называется, могу и стул бросить (*улыбается*). По поводу руководящих женщин, думаю, что они все по-разному существуют. Вот представьте себе Ирину Хакамаду – умную бизнесвумен и политика. Необязательно орать и жестко существовать, можно тихо и спокойно уволить. В «Дылдах» у моей героини есть то, чего нет в Тамаре в «Семейке», – больше жесткости, потому что со студентками спортивного вуза разговаривать так и нужно. Но и здесь нужно спасать сына, правда, по другой причине. И тоже в этом юмор есть. Но в «Семейке» все же больше юмора и гротеска.

– Вот мы вспомнили сериал «Дылды» о волейбольной команде. А вам какой спорт ближе?

– Поскольку в школе я увлекалась баскетболом и волейболом, в этом я разбираюсь. Смотрела игры нашей сборной, когда были Олимпийские игры. И кто такая Екатерина Гамова, конечно, знаю. Вообще, интересно смотреть, когда знаешь правила игры. И я наблюдала за тем, как играет Гамова и в целом вся команда. Еще понимаю в настольном теннисе. А вот такие виды спорта, как бокс и бои без правил, где бьют друг друга до крови, совершенно не воспринимаю.

Фото телеканала СТС

«Дополнительный урок»

Кирилл Кяро – сейчас один из самых востребованных артистов.

Он работает сразу в нескольких проектах. Нам удалось узнать подробности его съемок в фильме «Дополнительный урок», где он и Юлия Александрова исполнили главные роли.

Юлия сыграла женщину-полицейского, которая должна предотвратить трагедию в колледже, а Кирилл Кяро выступил в роли ее адвоката. Режиссером картины стала Анна Курбатова.

Также в фильме приняли участие Олег Васильков, Кира Кауфман, Дмитрий Сутырин, Олег Алмазов, Игорь Ботвин, Ирина Сотикова, Сергей Мурзин и другие.

Мальчик с обрезом

Это картина о жизни современных подростков, их отношениях друг с другом, родителями и коллективом. Эта напряженная история соединит в себе элементы психологического триллера и социальной драмы со сложными трагическими героями, судьбы которых отражают состояние современного общества и его главные проблемы.

Сюжет драматической истории непростой: во время очередного дежурства патрульная Вера Седова (ее играет Юлия Александрова) в одиночку предотвращает трагедию в колледже, но при этом погибает студент. Она утверждает, что у парня был обрез ружья, однако никакого оружия у подростка не обнаружено.

Веру проклинают родители и общественность. Единственный, кому становится по-человечески ее жалко, – адвокат по назначению Илья Нестеров (как мы уже сказали, эта роль досталась Кириллу Кяро).

Илья все больше погружается в это непростое дело и начинает подозревать, что погибший студент действительно собирался устроить расстрел. К тому же, у него был сообщник, который попытается закончить не удавшийся с первого раза план.

Героиня Юлии Александровой оказывается в сложной ситуации.

Съёмки на берегу Финского залива, в кадре – Кирилл Кяро.

Кстати

В новом амплуа

В фильме Юлию Александрову зрители увидят в нетипичном для нее драматическом амплуа – раньше актриса снималась в основном в комедиях.

– Для меня это очень важная роль, – делится с нами Юлия Александрова. – В моих работах тема школы практически не фигурировала, если не считать ранние проекты. Но несмотря на то что история, рассказанная в фильме, эмоционально тяжела, я получаю огромное удовольствие от работы.

Кстати, по сюжету героине Юлии Александровой предстоит обращаться с оружием и стрелять из него. Эти эпизоды снимались без дублеров: как оказалось, актриса умеет обращаться не только с пистолетами, но даже с автоматом. Дело в том, что для съемок одной из ролей ей уже приходилось брать уроки обращения с огнестрельным оружием, а кроме того, в свободное время Юлия часто посещает тир.

Услышать детей

– Мой герой не идеален, как может показаться на первый взгляд, – рассказывает Кирилл Кяро. – Свою работу он делает профессионально и отдается ей полностью. При этом в семье, в отношениях с сыном он несколько глух – нельзя назвать его хорошим отцом. В этом он созвучен с образом жизни многих современных людей. Мы все много работаем, не всегда есть возможность проводить время с семьей, и большинство людей жалеет об этом. Ведь причина многих происходящих проблем – отсутствие контакта. Мы не слышим своих детей, не понимаем или не хотим их понимать. Надо быть к ним внимательными, любить, ценить и обязательно стремиться к пониманию...

Отцы и дети

В новой картине создатели обратились к теме подростков, перейдя от проблем взросления к острым социальным вопросам.

– Я не разделяю мнения, что современные подростки глобально отличаются от нашего поколения в этом возрасте, – говорит нам режиссер Анна Курбатова. – Их так же ранит одиночество, им так же нужны поддержка, забота и любовь родителей. Мы говорим о важной социальной проблеме нашего общества – разобщенности. Главная мысль, которую несет наше кино: необходимо задуматься о том, что ответственность за проблемы нового поколения во многом лежит на нас. Надеюсь, мы заставим кого-то стать внимательнее к своим близким...

Роли подростков исполняют Владислав Коноплев, Александра Дроздова, Олег Чугунов, Валерия Богданова, Даниил Слуцкий, Николай Балобан и Варвара Кисельникова.

Глаза в глаза

Съемки фильма идут в Санкт-Петербурге и Кронштадте.

Работа над основными сценами проходит в кронштадтском драмтеатре Балтийского флота, который на время съемок, по сюжету фильма, стал колледжем культуры и искусств, где и разворачивается основное действие «Дополнительного урока».

Как нам удалось узнать, сложных трюковых сцен в самом фильме немного. По задумке авторов на первом месте не внешнее действие, а то, что происходит в душах людей. И важно показать эту внутреннюю драму с разных сторон.

– «Дополнительный урок» – наш первый фильм в жанре психологической драмы, – рассказывает продюсер Михаил Курбатов. – До этого мы делали зрелищное, развлекательное кино. Эта картина по содержанию гораздо сложнее, и нам важен опыт работы с таким непростым материалом. В последнее время много российских кинематографистов обращаются к проблемам молодежи – видимо, таков социальный заказ. И благодаря государственной поддержке есть возможность снять серьезное кино, которое затронет чувства детей и родителей, заставит посмотреть в глаза друг другу, протянуть руки навстречу...

Премьера фильма намечена на весну 2022 года.

Яна НЕВСКАЯ

Фото пресс-службы фильма

НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Танцуют все!

Даже если ты признанный Дед Мороз, то весёлый энергичный танец тебя не растопит, а только заставит снять шубу...

Ответы. Блик на полу слева, веточки на елке фона за мужчиной, цвет его рубашки, контур елочки в центре, оранжевый круг у фона, декольте у дамы, туфли у нее же, фигуры за ее рукой, цвет елочек за спиной у нее же, цвет блика справа внизу.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Не пора ли сменить профессию?

Вы работаете в одной профессии уже не первый год, и вот стали появляться мысли, что занимаетесь чем-то не тем? Такое случается. Значит, пришло время освоить новую деятельность, которая кажется интереснее и оплачивается лучше. А с чего же начать?

ВЫБОР ПУТИ
Начать следует с выбора нового занятия. Рассмотрите сначала профессии, смежные с вашей, и только если вы не нашли среди них ту, которая заслуживает внимания, стоит искать что-то альтернативное.

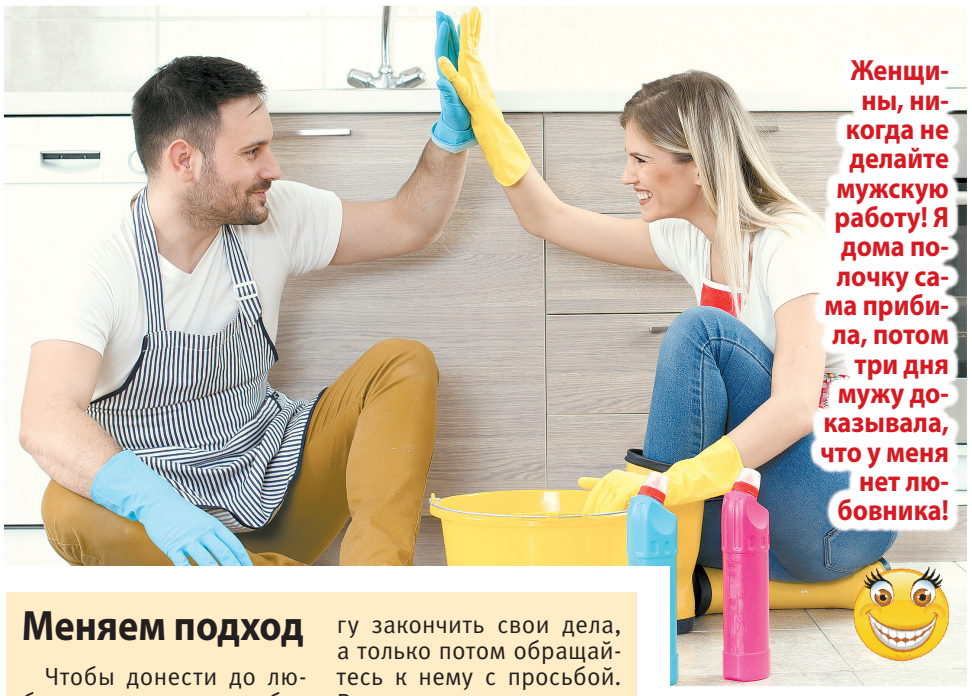
ВРЕМЯ НА ОБУЧЕНИЕ
После того, как вы определились с новой профессией, будьте готовы долго и упорно обучаться и трудиться, а также набирать опыт. Скорее всего, придется снизить и уровень зарплаты, т.к. знания и опыт пока не так велики, как в прошлой профессии.

ПРОДУМЫВАЕМ РЕЗЮМЕ
Когда будете размещать резюме о поиске работы в новой для вас сфере, подумайте, что вы скажете о причинах ухода из старой профессии. Будущий работодатель об этом непременно спросит. Будьте готовы отвечать искренне. Начинать новое дело со лжи – не самая лучшая идея.

Как убедить мужа помогать по дому?

«Когда же это закончится? Эта стирка, глажка, уборка... И почему это должна делать только я?»

Знакомо? Хотите, чтобы муж помогал по дому? Тогда давайте разбираться, что нужно для этого сделать.



Почему он отлынивает?

Чтобы понять, почему мужчины предпочитают отлынивать от помощи по дому, давайте разберемся, какие у них могут быть на это причины.

Во-первых, они боятся показаться смешными и наделать ошибок, ведь у них не так много опыта в ведении домашнего хозяйства. А признать свое несовершенство под силу не каждому представителю сильного пола.

Во-вторых, женщины любят просить о помощи не напрямую, а намеками. Это неправильно, намеков мужчины не понимают.

В-третьих, женщины часто хотят, чтобы мужчина начал помогать незамедлительно. Иногда правильнее будет взять небольшой тайм-аут.

Наконец, если женщина сообщает мужу, что он лентяй, ему проще согласиться: да, это так! И остаться лежать на диване, чтобы полностью этому званию соответствовать. Кстати, сравнение вашего мужчины с мужем подруги или соседом, которые помогают своим половинкам, на подвиги тоже не вдохновит…

Меняем подход

Чтобы донести до любимого мысль, что без его участия в хозяйственных делах не обойтись, придется выполнить несколько шагов.

1 Согласитесь на помощь более низкого качества. Часто мужчины, создающие семью, просто не обучены домашним делам, потому что за них все делала мама. Поэтому смиритесь, что поначалу выполняемые им действия будут не ахти. Ведь человеку нужно время, чтобы освоить навыки: мыть пол, готовить ужин, развешивать белье…

Подумайте: а быстро ли вы сами сможете заменить деталь в вашей машине? Вероятно, нет. Так что относитесь к его неудачам снисходительно.

2 Научитесь ждать. Дайте возможность супругу закончить свои дела, а только потом обращайтесь к нему с просьбой. Всегда ли дела, которые супруг должен сделать, нужно выполнить срочно? Подумайте, вы точно не можете подождать, пока он закончит смотреть фильм или футбольный матч? Думаем, что во многих случаях такая возможность все же будет.

3 Ставьте конкретную задачу, без намёков. Вы действительно думаете, что муж сразу побежит выбрасывать переполненный пакет с мусором, если вы скажете, что бросить кожуру от банана уже некуда? Нет и еще раз нет! Пока вы не поставите задачу четко и без намеков, не ждите, что вас поймут. Казалось бы, что может быть проще, чем просто попросить? Но нет! Многим женщинам стоит подучиться этому «ремеслу».

Когда начало положено

Даже одно сделанное дело – больше, чем ничего. Для того чтобы не отбить желание помогать, просите сделать не более одного-двух дел за раз. И обязательно благодарите за помощь! После выполненного дела мужчина ждет похвалу. Правильно делает, он же старался и заслужил ее. Обязательно поблагодарите его за помощь, не игнорируйте этот пункт.

Уверены, результат обязательно будет, и очень скоро! Верьте в себя, в своих родных, и все у вас получится!

НА ЗАМЕТКУ

Нашла коса на камень…

А если муж встал в позу и считает, что его вклад в семью ограничивается зарабатыванием денег? Или на словах согласился, но продолжает лежать на диване?

ПРИГЛАСИТЕ СПЕЦИАЛИСТА
Не можете уговорить мужа повесить книжную полку? Пусть это сделает мастер по найму! Одних мужчин это заставит задуматься о зря понесенных тратах, в других заговорит оскорбленная гордость. Вероятно, в следующий раз муж быстрее и охотнее согласится помочь сам, без посторонней помощи.

БЕРИТЕ С НЕГО ПРИМЕР
Вы распределили обязанности по дому, а муж не выполнил свою часть? Тогда и вы просто не выполните свою. Он не купил продукты для приготовления ужина? Тогда и готовить этот ужин будет просто не из чего. А может, он опять забыл бросить носки в корзину для грязного белья? Тогда и валяться им грязными под креслом… Главное, набраться терпения и ждать.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Январь без времени и имени

В Древнем Риме было десять месяцев, а зимний период, соответствующий нынешним январю и февралю, считался безвременьем. И только в I тысячелетии до н.э. его разделили на две части, и первую назвали в честь бога Януса (Janus и, соответственно, Ianuarius). В русский язык слово пришло в IX веке, трансформировавшись в «енуаръ». Позже его начали произносить и писать как «генуарь», и лишь в XIX веке закрепилось привычное нам название.

Планета в ясельках

Все мы знаем, что планеты формируются миллиарды лет, но задумывались ли вы, с чего всё начинается? Оказывается, с астероидов. Некоторые из них начинают накапливать массу, сталкиваясь с другими объектами, и их называют «планетезималь». Пример такого астероида ученые нашли на окраине Солнечной системы, в поясе Койпера, и назвали его Аррокот. Космический аппарат «Новые горизонты» посетил его 1 января 2019 года. Пока потенциальная планета выглядит как гантелька размером 32x16 км.

Снежный или огненный?

Снегирь – один из символов зимы. Мало того, что эти птахи не боятся морозов, они еще могут похвастаться и другими интересными особенностями. Во-первых, это певчие птицы. Хотя их вокал далек от соловьиного, они все же обладают определенными способностями, в том числе умеют копировать услышанные звуки. Во-вторых, в снегириных семьях царит матриархат. Ну и в-третьих, народное название связывается со снегом. Но если считать, что оно образовано от тюркского «сниг» – красногрудый, огненногрудый – то к снегу птица не имеет отношения.

Изобретение на кончиках пальцев

Кто может понять проблемы незрячих людей лучше, чем человек, сам потерявший зрение? Автор современного рельефно-точечного шрифта для слабовидящих Луи Брайль ослеп на оба глаза еще в детстве. В пять лет поранился шилом в сапожной мастерской отца. Однако трагедия не сломила молодого человека и не отбила его тягу к учебе. Находясь в школе для незрячих детей, Луи понял, что существовавший тогда рельефно-линейный шрифт несовершенен. И к 15 годам изобрел свой, которым до сих пор пользуются люди во всем мире.

Светлана СИДОРЧУК

Зоя БЕРБЕР:

«Я стараюсь быть открытой

Эта молодая, озорная, невероятно органичная актриса вновь предстала перед зрителями в неожиданном амплуа.

В премьерном спектакле «Казанова» в МГТ она сыграла фрейлину императрицы Екатерины II Анну Стефановну Протасову. Сыграла так органично, что ее работу хочется пересматривать, как, впрочем, многие работы Зои. Потому что к каждой из них она подходит с той мерой ответственности и таланта, которые позволяют ей оставаться для зрителей всегда интересной.

Предпочтение – кино

– Зоя, в театре вы – приглашённая актриса, хотя работаете здесь уже в третьем спектакле. Не мечтали войти в труппу на постоянной основе?

– У меня сейчас так много кино- и телепроектов, что не могу взять на себя такую ответственность. Если идти работать в театр, ему надо отдавать предпочтение, пока я к этому не готова.

– Вас сразу пригласили на роль фрейлины Анны Протасовой или вы проходили кастинг?

– Кастинг был. И я очень волновалась, когда шла на пробы. Но добрые люди подсказали, чтобы я сразу, с порога, включилась в работу, преподнесла себя ярко: никаких полуштрихов, полумер, сразу «быка за рога». Я так и сделала. И это сработало! Когда меня утвердили, подумала: «Утвердиться – полдела, теперь надо еще сыграть»...

– Вас не смущало, что по описаниям исторических документов вы не похожи на Протасову – высокую брюнетку с густыми бровями и пробивающимися усиками...

– Этот факт меня рассмешил, не более. Но я стала искать для себя новую форму воплощения, мне интересно было нащупать свой персонаж. Вроде бы, не первостепенная роль, но на самом деле вместе со второй фрейлиной императрицы – Перекусихиной, которую замечательно играет Юлия Куварзина, мы ведем всю историю. Есть главная героиня, императрица Екатерина II, и есть мы, которые всегда при ней. Мы начинаем эту историю, и мы ее заканчиваем.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Прислушивайтесь к себе. Лучше сделать какие-то шаги и ошибиться, чем бояться и их не сделать. Доверяйте своей интуиции, она, как правило, не подводит.

Роль-мечта

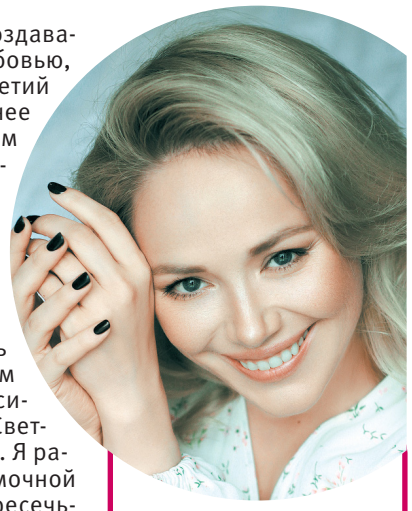
– У вас нынешний сезон очень насыщенный, один проект следует за другим. Недавно по ТВ закончили показ нового сезона уже полюбившегося зрителям сериала «Анна Николаевна», где вы играете андроида-полицейского...

– Ой, это роль-мечта. Я так вошла в нее, что недавно, находясь в кафе, решила поиграть в Анну Николаевну, взялась «считывать» посетителей за соседними столиками. Не поверите, но у меня и тело тут же «собралось» по-другому, и взгляд поменялся... В общем, я поняла, что заскучала по своей героине. Я создавала ее долго и с любовью, и надеюсь, что третий сезон будет не менее интересным. Ждем выхода. Еще из последних проектов меня порадовала небольшая, но очень любопытная роль в фильме «Везет», где мне посчастливилось работать с Евгением Цыгановым, Максимом Лагашкиным, Светланой Ходченковой. Я радуюсь, что на съемочной площадке могу пересечься с людьми, с которыми, если бы не профессия, вряд ли когда встретилась, тем более пообщалась.

С корабля на бал

– Вам посчастливилось также сняться во второй части популярной картины «Триггер» с Максимом Матвеевым в главной роли.

– Здесь вообще была любопытная история. Скажем, сегодня я узнала, что запускается «Триггер-2», а на следующий день уже оказалась на съемочной площадке, где играла сцену со всеми лучшими мхатовцами. Максим Матвеев покорил своим обаянием и невероятной улыбкой. Я называла его «брат улыбки». Если честно, я и сама стараюсь быть открытой (хотя Москва учит обратному), потому что в открытости больше энергии.



Рецепт от звезды
Творожное печенье

– Делаем творожную смесь, как для сырников, потом раскатываем ее в шарики, обваливаем в манной крупе и выкладываем во фритюрницу, в кипящее масло. По готовности (румяности) достаем и получаем в итоге творожные печеньки невероятной вкусности.

Фото Павла Шелковникова и Галины Фесенко

ПОДРОБНОСТИ

Пермь – место силы

– Видимо, открытость и не меньшее обаяние, чем у Максима Матвеева, помогли вам освоить и телеэфир. Вам доверили вести сразу два проекта – «Спортмомент» на канале «Москва 24» и «Один день в городе» на канале «Моя планета»...

– В проекте «Спортмомент» я попробовала 36 (!) видов спорта и ушла, наигралась. А вот в тревел-шоу работаю по-прежнему.

– Работать в таком проекте – подарок свыше...

– Согласна. Вряд ли в какой-то другой ситуации я, к примеру, узнала бы, что именно из Люксембурга пошло название шенгенской визы. В этом единственном в мире герцогстве есть городок Шенген, где было достигнуто соглашение об упрощении паспортно-визового режима. Отсюда и название шенгенской визы...

– Благодаря этой передаче вы много где побывали, многое увидели. Какая из последних поездок оставила самое сильное впечатление?

– Пожалуй, поездка в Гамбург на рыбный рынок, который открывается в четыре утра. Я хочу туда вернуться. Иногда представляю, что могла бы жить в Гамбурге и по утрам посещать это невероятно колоритное место (*смеется*)... Если говорить о российских городах, люблю Петербург, Владивосток и, конечно, родную Пермь, где недавно закончились съемки 9-го сезона «Реальных пацанов». Да, сейчас я живу в Москве, это мое место работы, но место силы остается в Перми. Когда приехала туда на съемки, да еще с дочкой, вдруг остро осознала: «Как же у нас хорошо, ну как хорошо!» Чистые современные ресторанчики, новая набережная... Сегодня она напоминает парк «Зарядье» в Москве, где чего только нет! И как здорово, что любимый мною проект «Реальные пацаны» возвращает меня домой.

– Когда зрители смогут увидеть продолжение телесериала?

– В новом году на канале ТНТ. Мы сняли 20 серий, и надеемся, они придутся зрителю по душе.

Наталья АНОХИНА

Король фруктов – ГРАНАТ

Плоды граната с древнейших времён считаются исключительно полезными для здоровья.

Греки в древности, например, верили, что первое гранатовое дерево посадила собственноручно богиня любви Афродита на острове Крит. До сих пор в Греции гранатовый сок называют любовным напитком.

В древности гранат использовали в качестве лекарственного средства. Действительно, фрукт этот содержит множество очень полезных для нашего организма веществ, его химический состав поистине уникален.

Божественный плод

О гранате даже упоминается в Библии. О «гранатовых яблоках» говорится там наряду с шестью другими божественными растениями: пшеницей, ячменем, виноградом, инжиром, оливками и финиками. В письменных источниках указывалось, что именно эти дары приносились к Святому храму в Иерусалиме.

Жемчужина зимы

Такое название гранат получил в Северном полушарии, ведь сезон сбора урожая гранатов – с сентября по февраль. Само слово «гранат» происходит от латинского термина punicus, что переводится как «карфагенский» (Карфаген – древний город в Северной Африке, сегодня это территория Туниса). Кстати, период цветения у граната большой, поэтому на одном дереве могут быть и плоды, и цветы.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

У граната есть противопоказания. Среди них – аллергия или индивидуальная непереносимость, заболевания ЖКТ (гастрит, язва, повышенная кислотность желудка, хронический энтерит), пониженное давление, геморрой и предрасположенность к запорам. Имеется ряд других ограничений и противопоказаний. Если вы решили активно лакомиться гранатом – проконсультируйтесь с врачом.

Химический состав

В 100 г граната содержится: 1,67 г белков, 1,17 г жиров, 18,7 г углеводов; энергетическая ценность – 83 кКал.

Витамины: С, В1- В6, Е, К, В9.

Минералы: кальций, магний, калий, марганец, фосфор, йод, железо, натрий.

Также гранат содержит 15 аминокислот, 5 из которых – незаменимые, дубильные вещества, фитонциды, танин, пектины.

КСТАТИ

В одной порции зерен граната (около 174 г) содержится 30 % суточной нормы витамина С, витамина К – 36 %, калия – 12 %, фолиевой кислоты – 16 %.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

- Оздоравливает организм, укрепляет сосуды и нервную систему.
- Снижает уровень холестерина, способствует регенерации клеток.
- Полезен для сердечно-сосудистой системы, улучшает функции щитовидной железы.
- Оказывает противовоспалительное и бактерицидное действие, укрепляет иммунитет.
- Позитивно влияет на метаболизм, стимулирует аппетит.
- Способствует нормализации работы ЖКТ, помогает при расстройствах кишечника, диарее, метеоризме.
- Благотворно влияет на кроветворение, повышает гемоглобин, полезен при анемии.
- Выводит из организма токсины, радионуклиды и тяжелые металлы, смягчает проявления климакса.
- Улучшает внешний вид кожи, укрепляет ногти и волосы.
- Подавляет рост болезнетворных бактерий, повышает выносливость.

ФАКТЫ И ЦИФРЫ

Гранат – одна из немногих ягод, занесенная в Книгу рекордов Гиннесса. Это произошло, когда в Китае был выращен плод диаметром 48,7 см. Для сравнения: в среднем гранат имеет диаметр 10 см.

Гранат по привычке называют фруктом. На самом деле эти плоды относят к ягодообразным, их можно считать «родственниками» арбуза.

Один гранат в среднем содержит до 700 семян. А с одного дерева снимают до 60 кг ярких плодов. Живут гранатовые деревья в среднем 50 лет, но встречаются и долгожители, возраст которых достигает 200 и 300 лет.

А вы знали?

С гранатом связаны свадебные традиции во многих странах мира. В Турции после церемонии бракосочетания невеста бросает на пол гранат, сколько зернышек выпадет – столько детей она подарит мужу. В Узбекистане гранат олицетворяет собой крепкий союз или нерасторжимый брак. В рисунке двухметрового покрывала – сюзане (в переводе значит «вышитое иглой»), которое начиная с 14 лет каждая девушка начинала вышивать к своей свадьбе, обязательно присутствовал гранат – символ богатства.
В Азербайджане ежегодно проходит настоящий праздник – День граната. Проводят его в честь нового урожая гранатов 26 октября.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Даже шкурка полезна

Шкурка граната обладает не менее, а в некоторых аспектах даже более мощными полезными свойствами. Так, в шкурке содержится в два раза больше дубильных веществ, чем в зернах. Высушенные и растолченные корки граната издавна применяются в народной медицине для приготовления отваров, которые помогают при диарее, стоматите, ангине и других воспалительных заболеваниях.

ДЕТАЛИ

Как выбрать гранат

На вкусном и спелом гранате не должно быть черных точек и пятен. «Корона», венчающая плод, не должна быть зеленой или бледно-розовой. У качественного плода она красная, лепестки свежие.

Оболочка должна быть тонкой, не сухой и иметь «шишковатый» вид, как будто зерна выпирают изнутри. На вес гранат чем тяжелее, тем спелее. Его можно простучать, как и арбуз, – созревший плод звучит громко и звонко.

Светлана ИВАНОВА

Крещение Господне – таинство духовного рождения

19 января православные христиане отмечают двунадесятый великий праздник – Крещение Господне, Богоявление.

В этот день Церковь вспоминает событие евангельской истории – как пророк Иоанн Предтеча крестил Господа Иисуса Христа. Духовное рождение, первая ступенька восхождения души к Богу, обновление всей жизни – все это стало доступным для человека благодаря таинству Крещения. В момент Крещения человек вступает в общение с Богом, приобщается к новому опыту жизни – жизни с Богом. «Кто не родится от воды и Духа, не может войти в Царствие Божие» – эти слова из Священного Писания традиционно считают в апостольской Церкви Таинством воскресения нашей души.

Праздник Крещения относится к числу двунадесятых Господних праздников и имеет 4 дня предпразднества и 8 дней попразднества. Завершающее богослужение – отдание праздника – проходит 27 января.

«Надлежит нам исполнить всякую правду»

Евангелие нам рассказывает, что крестился Иисус Христос в тридцатилетнем возрасте. Его крестил на реке Иордан недалеко от Вифании пророк Иоанн Предтеча (Креститель), который «по персту Божьему» должен был провести обряд. Пришел Иоанн Креститель к реке после поста и странствий в пустыне, рассказывая народу о покаянии и крещении во оставление грехов. Это не было тем Таинством, которое нам известно сегодня, но было его прообразом. И вот к берегам Иордани пришел сам Иисус Христос.

Митрополит Антоний Сурожский в своей проповеди на Крещение Господне сказал, что «Христос пришел на Иордан безгрешным, погрузился в эти страшные иорданские воды, которые как бы отяжелели, омывая грех человеческий, образно стали как бы мертвыми водами, – Он в них погрузился и приобщился нашей смертности и всем последствиям человеческого падения, греха, унижения для того, чтобы нас сделать способными жить достойно человеческого нашего призвания, достойно Самого Бога, Который нас призвал быть родными Ему, детьми, быть Ему родными и своими...». Спаситель, безгрешный по Своей природе, не имел надобности в духовном очищении, но попросил Иоанна крестить его.

Иоанн, по Божиему откровению узнав в Христе Мессию («Помазанник Божий» по-гречески «Христос», а по-еврейски «Мессия»), воскликнул: «Мне надобно креститься от Тебя». Но Иисус Христос настоял провести и над ним обряд крещения: «ибо так надлежит нам исполнить всякую правду», имея в виду предстоящее Ему дело служения: проповедь, странничество, неправедный суд, Крест, смерть и Воскресение. И когда Иисус Христос входит в воды Иордана, Святой Дух в облике голубя опускается ему на голову, раздается глас Бога Отца, указавший, что перед ними будущий Спаситель для всего человечества. Иоанн Креститель после Крещения подтвердил: «Вот Агнец Божий, Который берет на Себя грехи всего мира!»

Праздник Богоявления

Праздник Крещения – это и праздник Богоявления. Почему не Рождество Христово? Когда Младенец Христос родился, в тайну рождения были посвящены ангелами пастухи и волхвы, пришедшие за волшебной звездой. До 30 лет Иисус Христос жил с Богородицей и названным отцом в Назарете. Только после 30-летия по закону Моисея можно было обращаться с проповедью к народу.

День Крещения господня стал первым днем явления Христа народу Израиля. Со дня крещения Иисус Христос начал свою Евангельскую проповедь, явился миру, стал «явным» для всех людей. Поэтому и второе название праздника Богоявление – в этот день Бог впервые открыл людям, что он един в трех лицах – в Святой Троице.

Эти события описаны евангелистами Матфеем и Лукой: напоминание о чуде, которое произошло во время крещения Иисуса Христа: в облике голубя с небес сошел Святой Дух, и глас небесный назвал Иисуса Сыном: «Сей есть Сын Мой возлюбленный, в Котором Мое благоволение». В этом событии людям была явлена Святая Троица: Бог Отец – голосом с неба, Бог Сын – крещением от Иоанна в Иордане, Бог Дух Святой – снизошедшим на Иисуса Христа голубем. Преподобный Ефрем Сирин писал, что «Пришел Господь и ту славу, и свет, какие погубил Адам преступлением заповеди, возвратил ему Крещением».

Крещение Господне называется также святыми Светами. В первые века христианства на Богоявление крестили новообращенных, поэтому и праздник стали называть еще и «днем Просвещения», «праздником Светов». В знак того, что таинство Крещения очищает человека от греха и просвещает Светом Христовым.

Кстати

Заветы Спасителя

Крещение Спасителя освятило воду, и для человека стало возможным через таинство Крещения, как необходимую ступень в деле спасения, прощение первородного греха. Крещаемому дается Божия благодать, и он волен свободно выбирать, как жить. Святитель Василий Великий писал, что «домостроитель жизни нашей Господь положил с нами завет крещения, имеющий в себе образ смерти и жизни; и изображением смерти служит вода, а залог жизни подается Духом».

Кстати, до V века рождение и крещение Сына Божия праздновали в один день – 6 января. Праздник называли Феофанией – Богоявлением. Именно после Богоявления за Спасителем последовали первые ученики – апостолы Андрей, Симон (Пётр), Филипп и Нафанаил.

ПОДРОБНОСТИ

Встречаем праздник

Праздник Крещения относится к числу двунадесятых Господних праздников и имеет 4 дня предпразднества и 8 дней попразднества. Завершающее богослужение – отдание праздника – проходит 27 января.

18 января в Русской Православной церкви день Навечерия Крещения Господня – Крещенский сочельник. Каждый церковный праздник, тем более идущий от апостольских времен, находит свое отражение в народных традициях. На Руси Крещение было концом Святок. В этот день установлен однодневный пост. Вся семья традиционно собирается за столом и после прочтения молитвы приступает к трапезе. Традиционным блюдом является кутья или сочиво из отварных зерен пшеницы с медом, орехами, изюмом.

19 января, в день Крещения, после литургии народ шел к проруби крестным ходом. Священник служил молебен, опуская в прорубь крест, испрашивая тем на воду Божие благословение. После этого можно было набирать из проруби святую воду. Купание в проруби (иордани) не является церковным таинством или обрядом, это именно народная традиция празднования Крещения Господня.

Подготовила Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит о. Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала и поздравляет всех читателей с грядущим праздником Крещения Господня!

ПЕРВЫЙ

21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
23.35 Познер. (16+)
00.40 «Однажды в Париже. Далида и Дассен». (16+)
01.50 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)

РОССИЯ

21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
1877 год. В небольшой уездный город Богородск приезжает молодая учительница математики Лариса Дмитриевна Кирсанова
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (16+)
23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 **«ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
04.00 **«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

5-Й КАНАЛ

07.05 «ШУГАЛЕЙ-3». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 **«ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА».** (16+)
07.05 **«ШУГАЛЕЙ-3».** (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 **«ОТСТАВНИК».** (16+)
11.10 **«ОТСТАВНИК-2: СВОИХ НЕ БРОСАЕМ».** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 **«ОТСТАВНИК-2: СВОИХ НЕ БРОСАЕМ».** (16+)
13.30 **«ОТСТАВНИК-3».** (16+)
15.25 **«ОТСТАВНИК: ПОЗЫВНОЙ «БРОДЯГА».** (16+)
17.30 «Известия». (16+)
17.45 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
19.45 **«СЛЕД».** (16+)
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 **«СЛЕД».** (16+)
01.15 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
03.15 «Известия». (16+)
03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

НТВ

20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».(16+)

05.15 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 19.00 Сегодня
16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
16.45 За гранью. (16+)
17.50 ДНК. (16+)
20.00 **«НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)
После смерти Фомы на Невском начинается криминальный беспредел. Новый начальник УМВД Центрального района Маркин возвращает на службу Михайлова в должности начальника полиции управления
23.15 Сегодня
23.35 **«ЗОЛОТОЙ ЗАПАС».** (16+)
03.00 Их нравы. (0+)
03.15 **«СХВАТКА».** (16+)

РОССИЯ К / РОССИЯ К Культура

08.50 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ»

07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
07.05 «Невский ковчег»
07.35 18.35 «Тайны Нила»
08.35 «Первые в мире»
08.50 **15.50 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.20 XX век
12.25 Линия жизни
13.25 «Забытое ремесло»
13.45 «Леонид Канторович»
14.30 «История русского быта»
15.05 Новости. Подробно. АРТ
15.20 02.25 «Роман в камне»
17.05 «Запечатленное время»
17.35 01.30 К 100-летию Московской филармонии
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 60 лет со дня рождения Вадима Фиссона
21.35 «Сати. Нескучная классика...»
22.20 **«РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
23.50 «Магистр игры»

СТС

22.45 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Защитники Олуха». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.15 **«УЖАСТИКИ».** (12+)
11.20 **«УЖАСТИКИ-2: БЕСПОКОЙНЫЙ ХЭЛЛОУИН».** (16+)
13.05 **«NEED FOR SPEED: ЖАЖДА СКОРОСТИ».** (16+)
15.45 **«СЕМЕЙКА».** (16+)
20.00 Премьера! «Не дрогни!» (16+)
Участники со всей страны готовы продемонстрировать стальной характер и железную выдержку, чтобы завоевать статус самого невозмутимого героя проекта
20.40 **«БЛАДШОТ».** (16+)
22.45 **«ОХОТНИК НА МОНСТРОВ».** (16+)
00.45 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.45 **«КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ».** (12+)
03.25 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
05.50 «6 кадров». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.15 00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
08.30 **«ТРИ В ОДНОМ».** (12+)
10.30 «Игорь Скляр. Под страхом славы». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 **«РОМАН С ДЕТЕКТИВОМ».** (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
17.00 **18.15 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА».** (16+)
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.55 «Прощание». (16+)
01.35 «Леонид Филатов. Искупление грехов». (16+)
02.15 «Битва за наследство». (12+)
03.10 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
04.40 «Игорь Скляр. Под страхом славы». (12+)

ЗВЕЗДА

05.10 **«КРЕСТНЫЙ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.20 «Специальный репортаж». (16+)
09.40 **«ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ».** (12+)
11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.25 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Афганистан. Неизвестная война инженерных войск». (16+)
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)
20.25 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
21.15 Новости дня. (16+)
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.40 **«ДУМА О КОВПАКЕ».** (12+)
03.10 «Хроника Победы». (16+)
03.35 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)

ОТР

06.00 17.00 «Крещение Руси». (12+)
06.40 11.45 17.45 «Большая страна: открытие». (12+)
06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТРажение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ».** (16+)
12.00 13.20 ОТРажение-2. Информационная программа
16.20 22.45 04.50 «Прав!Да?» (12+)
18.00 19.30 ОТРажение-3
21.00 **«СИНДРОМ ПЕТРУШКИ».** (16+)
23.25 «За дело!» (12+)
00.10 «10 дурацких способов ловить рыбу зимой». (12+)
01.00 ОТРажение-3. (12+)

РЕН

06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «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 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«КИБЕР».** (16+)
22.35 «Водить по-русски». (16+)
23.25 «Неизвестная история». (16+)
00.30 **«ЗОНА СМЕРТЕЛЬНОЙ ОПАСНОСТИ».** (18+)
02.20 **«ЛОВЕЦ СНОВ».** (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.10 Знаки судьбы. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
19.30 **«СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
23.00 **«БИБЛИОТЕКАРЬ».** (16+)
Тридцатилетний Флинн Карсен живёт с матерью, мечтающей его женить, и ведёт довольно закрытый образ жизни. Единственное, чем он увлечён - это учёба. Флинн уже получил более двух десятков высших образований и не собирался останавливаться на достигнутом, но его профессор решает иначе. В итоге Флинн остаётся без места в университете. По настоянию учителя он начинает искать применение своим знаниям
01.15 **«ШКАТУЛКА ПРОКЛЯТИЯ».** (16+)
02.30 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 «Реальная мистика». (16+)
07.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.50 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.10 «Понять. Простить». (16+)
13.15 «Порча». (16+)
13.45 «Знахарка». (16+)
14.20 «Верну любимого». (16+)
14.55 **«ТЫ МОЯ ЛЮБИМАЯ».** (16+)
19.00 **«БУДЬ ЧТО БУДЕТ».** (16+)
23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.00 «Реальная мистика». (16+)
02.05 «Верну любимого». (16+)
02.35 «Порча». (16+)
03.00 «Знахарка». (16+)
03.25 «Понять. Простить». (16+)
04.15 Тест на отцовство. (16+)
05.55 Домашняя кухня. (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ

18.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
10.30 «Где логика?» (16+)
11.30 «Двое на миллион». (16+)
12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
18.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
20.00 «МНЕ ПЛЕВАТЬ, КТО ВЫ». (16+)
Ирина Владимировна сообщает психологу, что ее сын - трус, потому что ее ограбили, а он даже не рыпнулся. Она решает, что должна с этим что-то сделать
21.00 «Где логика?» (16+)
22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
23.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ». (16+)
01.15 «Такое кино!» (16+)
01.45 «Импровизация». (16+)
03.20 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
04.50 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)

ЧЕ

06.00 Улётное видео. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.15 На троих. (16+)
Всего три актера в кадре - и огромная порция отборного юмора. Персонажи юмористического шоу «На троих» хорошо знакомы зрителям - это обычные врачи и больные, ГАИшники и нарушители, родители и дети, полицейские и хулиганы, пилоты и стюардессы. В скетч-шоу «На троих» есть всего три правила: никакой политики, в кадре только три актера и это должно быть очень-очень смешно. А в остальном ограничений нет, главное - юмор
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ

12.55 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

06.00 Профилактика на канале с 06:00 до 10:00
10.00 12.30 15.05 19.20 22.35 Новости
10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.25 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
15.10 Автоспорт. (0+)
15.40 «Громко»
16.55 Хоккей. «Салават Юлаев» (Уфа) - ЦСКА. КХЛ. Прямая трансляция
19.25 21.35 00.45 Все на Матч!
19.55 Гандбол. Россия - Словакия. Чемпионат Европы. Мужчины. Прямая трансляция из Словакии
22.05 Тотальный футбол. (12+)
22.40 Футбол. «Фиорентина» - «Дженоа». Прямая трансляция
01.35 «Есть тема!» (12+)

СПБ

15.20 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (12+)

07.15 09.05 10.05 Большой утренний эфир. (16+)
09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
11.15 «Главный врач». (12+)
12.20 Малые родины. (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
13.20 «Культурная эволюция». (16+)
14.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (12+)
17.25 «Адаптация». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
20.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
22.15 Соль событий. (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Такой футбол». (6+)
23.10 «СДЕЛКА». (16+)
01.20 «АМУНДСЕН». (12+)

ЛЕНТВ24

09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 «КО МНЕ, МУХТАР!» (6+)
12.35 «Абинское форелевое хозяйство». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 19.40 «Начистоту». (12+)
16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10 02.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
19.00 23.00 05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
20.05 04.25 «ФАРЦА». (16+)
21.05 «ЛАБИРИНТЫ ПРОШЛОГО». (16+)
23.40 «АМНИСТИЯ». (12+)
00.55 «ХОТИТЕ - ЛЮБИТЕ, ХОТИТЕ - НЕТ...» (12+)
02.05 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)

78 КАНАЛ

19.30 КХЛ. СКА - «Авангард». Прямая трансляция. (12+)

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 23.00 «Известия 78». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 05.20 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 Прогноз погоды. (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
18.10 02.00 Телекурьер. (12+)
19.15 21.50 Болеем за наших! (12+)
19.30 КХЛ. СКА (СПб) - «Авангард» (Омск). Прямая трансляция. (12+)
22.15 02.40 «Итоги дня». (16+)
01.20 «Открытая студия». (12+)

В рамках проекта по повышению доступности оказания медицинской помощи, жители регионов России могут пройти комплексное обследование

ПО ЛЬГОТНОЙ ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВЬЕ ГОРОДА»

Николай Андреевич Спиридонов,
врач хирург-флеболог, к.м.н.,
главный врач МЦ «ФлебоЛайф»

ТЕМА ПЕРВАЯ. БОЛЬ В НОГАХ

Причин, по которым могут болеть ноги, множество, и, чтобы точно определить источник недуга, необходима тщательная диагностика пациента. Сначала специалист выяснит, где именно болит, а дальше начнет изучать, где кроется причина возникновения боли – сосуды, суставы, нервы, мышцы, кости.

Ноги могут болеть из-за венозной недостаточности. Главная опасность варикоза – возможность развития флебитов, тромбофлебитов, тромбозов и трофических расстройств. И если женщины (они традиционно болеют варикозом чаще) вдруг обнаружили, что на их ногах появились отеки, а вокруг вен уплотнения, изменения цвета и боль, пора, не откладывая, идти к флебологу.

Серьезной и очень опасной для жизни причиной боли в ногах может быть венозный тромбоз. Варикозная болезнь может быть провоцирующим фактором для его развития. В ряде случаев достаточно инфекции, стресса, травмы, чтобы кровоток замедлился и в венозной системе образовался тромб.

Коронавирусная инфекция также является серьезным пусковым механизмом для развития тромбоза. Вирус при попадании в кровь сгущает ее, и пораженные варикозной болезнью вены больше подвержены риску образования тромбов, в отличие от здоровых сосудов. Это особенно актуально для людей старше 60 лет, а также тем, у кого есть наследственная предрасположенность к варикозу.

Но боль в ногах, чувство тяжести и жжения не всегда связаны с варикозной болезнью, и в ряде случаев это не зона внимания врача-флеболога. Эти симптомы могут указывать и на неврологические проблемы. Поражение нерва, например, при воспалении вызывает боль и неприятные ощущения в ноге.

Базовые проблемы, из-за которых возникает боль в ногах: воспаление, дегенеративный процесс или дистрофия (нарушение питания тканей). Однако причин, которые провоцируют данные состояния, достаточно много: к примеру, если у вас артрит, то боль вызывают воспаления, а если у вас прогрессирует остеоартроз, то ноги могут болеть из-за разрушений суставных тканей.

Мягкие ткани могут воспаляться или страдать от нарушения питания из-за напряжения или серьезных травм, что тоже ведет к разному виду болей. Мышечные боли в ногах достаточно распространены, но точную причину их появления необходимо выяснять на приеме у доктора. Лечить разные состояния нужно разным образом.

Боль в ногах могут провоцировать заболевания периферических артерий, фибромиалгия, аутоиммунные нарушения (рассеянный склероз, ревматоидный артрит и т. п.), заболевания щитовидной железы, проблемы с позвоночником (ишиас, стеноз).

Также боли могут быть в пяточной области или стопе. Тогда необходимо обратиться к подологу. Подолог специализируется на аппаратном педикюре и комплексной обработке стопы, занимается профилактикой проблем стоп: вросшие ногти, грибковое поражение ногтей, мозоли, трещины, бородавки, натоптыши, «косточки» в районе больших пальцев, деформация ногтевой пластины, «диабетическая стопа», потливость ног. Особенно это необходимо пожилым людям, у которых в силу возраста и здоровья состояние ногтей, стопы в целом требует особого внимания.

ЦЕНТР ФЛЕБОЛОГИИ, ЛЕЧЕНИЯ СЛОЖНЫХ ТРОФИЧЕСКИХ ЯЗВ И ТЕРАПИИ ЛЮБЫХ ВИДОВ БОЛИ
ЗВОНИТЕ: 456-04-00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Льготная программа «Здоровье города»

Северо-Западный сосудистый центр «ФлебоЛайф» является базовой клиникой для кафедры хирургии Санкт-Петербургского института усовершенствования врачей- экспертов

ЗВОНИТЕ: 456-04-00

Программа проходит до 31.01.2022 г.

ОТКРЫТИЕ ВТОРОГО ФИЛИАЛА В г. МУРИНО!

СКРИНИНГОВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ НА НАЛИЧИЕ ТРОМБОВ — 950 руб.*
– **Консультация флеболога, сосудистого хирурга.**
– **Комплексное обследование вен с точным определением диагноза.**
Показания: сахарный диабет, болезни сердца, варикозная болезнь, прием гормонов, химиотерапия, операции, ожирение; тяжесть и боль в ногах, спине, суставах; возраст более 40 лет, венозный тромбоз в анамнезе и др.

ЛЬГОТНОЕ КОМПЛЕКСНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ НА НАЛИЧИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕРВНОЙ И СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ — 490 руб.**
– **Комплексная консультация врача-невролога с расшифровкой результатов обследования.**
– **Дуплексное сканирование магистральных сосудов шеи для выявления сужений (стенозов) сосудов – атеросклеротического поражения артерий.**
– **Консультация сосудистого хирурга при выявлении необходимости.**
Показания: вегетососудистая дистония, заболевания позвоночника, хронические болевые синдромы, головные боли, боли в спине, конечностях, посттравматические боли и другие.

ДИАГНОСТИКА СТОП И ФИКСАЦИЯ ИЗМЕНЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА — 520 руб.*
– **КДС-исследование, позволяющее дать объективную оценку состояния стоп, выявить имеющиеся патологии опорно-двигательного аппарата.**
Показания: тяжесть и боль в ногах, спине, суставах. Деформация ногтей. Натоптыши и боль в пяточной области.

ДИАГНОСТИКА ВРОСШИХ НОГТЕЙ, ТРЕЩИН, МОЗОЛЕЙ СТОП, ДЕФЕКТОВ НОГТЕЙ, ГРИБКОВЫХ ПОРАЖЕНИЙ — БЕСПЛАТНО*
– **Консультация подолога (специалист по лечению и уходу за кожей и ногтями стоп).**
Показания: изменения кожи стоп и ногтевых пластин. Медицинский педикюр.

Для получения БЕСПЛАТНОЙ* консультации невролога и получения информации о количестве оставшихся квот необходимо оставить заявку на нашем сайте flebolife.spb.ru

Выезд врача на дом в пределах города и Ленинградской области.

* На руки пациенту выдается заключение флеболога (снимок УЗИ-обследования остается у специалиста). Данная программа (льготы) не распространяется на прием гл. врача Спиридонова Н. А. ** Консультация сосудистого хирурга назначается на приеме врачом-неврологом в случае необходимости. Проведение УЗИ сосудов нижних конечностей оплачивается отдельно. В клинике «ФлебоЛайф» предложение действует до 31 января 2022 г. Информация об организаторе акции, правилах проведения, сроках, месте и порядке их получения у консультанта клиники, на сайте клиники или по телефону (812) 456-04-00. Не является публичной офертой 18+.

РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

08.35 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
11.05 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
12.25 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
15.05 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
16.55, 04.35 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
18.45 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (12+)
21.30 «МИМИНО». (12+) СССР, 1977 г.
23.10 «НЕ ГОРЮЙ!» (12+)
00.55 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (12+)
02.10 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
03.20 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ». (12+)
06.10 «Я - КУБА». (12+)

TV1000

05.00, 05.40 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.30 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
08.15 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
10.05 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
12.40 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
15.00 «ДВУХСОТЛЕТНИЙ ЧЕЛОВЕК». (6+)
17.15, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
20.55 «КЛИЕНТ». (16+)
23.10 «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА». (16+)
01.40 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
03.20 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (18+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.45 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМЫ!» (6+)
07.05 «МАМЫ-3». (12+)
08.50 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
11.00 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
12.25 «ПОЦЕЛУЙ СКВОЗЬ СТЕНУ». (16+)
14.00 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+)
15.55 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
18.00 «МАМЫ». (12+)
20.00 «НА ОСТРИЕ». (12+) Россия, 2020 г.
22.00 «ОДИН ВДОХ». (12+)
23.50 «ЖГИ!» (12+)
01.35 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
03.05 «МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ». (16+)

ДОМ КИНО

05.15 «Ералаш». (6+)
06.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
07.10 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
08.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+) Россия, 1995 г.
16.45 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+) Россия, 2000 г.
18.10 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)
02.20 «ДУХLESS». (18+)
03.55 «ДУХLESS-2». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.30 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)
02.50 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)
04.20 «НАПРОЛОМ». (16+)
05.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
08.00 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
09.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА». (16+)
11.40 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
13.50 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
15.15 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
16.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
19.00 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
20.30 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
21.50 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
23.55 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.50 «ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ». (16+)
08.05 «КОРПОРАТИВ». (16+)
09.50 «СПИТАК». (16+)
11.35 «ПРЕДОК». (16+)
13.05 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
14.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
16.15 «СТОРОЖ». (16+)
18.10 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
19.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
21.10 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+) Драма, спорт, Россия, 2016 г.
23.00 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
00.40 «ДОМОВОЙ». (6+)
02.20 «ПРАЗДНИК ВЗАПЕРТИ». (16+)
03.35 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
05.10 «СПИТАК». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
02.40 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
04.30 «РЖЕВСКИЙ ПРОТИВ НАПОЛЕОНА». (16+)
05.55 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)
07.45 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
09.40 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-3». (16+)
11.30 «2+1». (16+)
13.40 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
15.30 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+) Комедия, США, 1997 г.
17.20 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (6+)
21.40 «ГОЛЛИВУДСКИЕ КОПЫ». (12+)
23.50 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

01.10, 02.10, 03.20, 04.15 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
05.15 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
06.45 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
08.45, 09.45, 10.45, 11.45 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
12.45 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
14.35 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
16.25, 17.40 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)
19.00 «ЧУЖОЙ ЗВОНОК». (6+)
20.15 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
22.05 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+) Детектив, приключения, криминал, СССР, 1989 г.
23.45 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.50, 13.40, 14.40 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.35, 16.20, 17.05 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
17.55, 18.50, 19.40, 20.35, 21.35, 22.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.25 Суббота! News. (16+)
23.35, 00.25, 01.20 «КОСТИ». (16+)
02.10 Пацанки. (16+)
03.45, 04.05 Оденься к свадьбе. (16+)
04.25 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)
13.00, 21.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+) Сериал. Россия, 2005 г. В ролях: Алексей Зубков, Ярослав Бойко, Варвара Андреева
05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)

CTC LOVE

06.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) Михаил Джекович решает забыть прошлую любовь и сделать предложение Элеоноре…
10.05 «КУХНЯ». (16+) Очередной спор Шефа и Елены выливается в утренние пробежки… Настя приводит домой «постояльца» - бомжа Родиона Сергеевича.
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
00.05 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.50 Даёшь молодёжь! (16+)
05.00 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ВЫСОТКА». (18+) Драма, фантастика, Великобритания, Ирландия, 2015 г.
12.00, 20.00, 04.00 «НЕПОБЕДИМЫЙ». (12+) Военная драма, Великобритания, Германия, 2001 г.
14.15, 22.15, 06.15 «ФЛАМАНДСКИЕ НАТЮРМОРТЫ» (субтитры). (16+) Драма, комедия, Бельгия, Нидерланды, 2009 г.
16.10, 00.10, 08.10 «УДАЛИТЬ ИСТОРИЮ». (16+) Комедия, Франция, Бельгия, 2020 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
10.20 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15, 04.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.05, 03.40 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.00 Новости
19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55, 21.50 Шоу «Назад в будущее». (16+)
22.40 Всемирные игры разума. (12+)
23.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
01.50 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (16+)
04.30 Наше кино. История большой любви. (12+)

ПОБЕДА

04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «В ДАЛЁКОМ СОРОК ПЯТОМ… ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)
07.10 «КРАЙ». (16+)
09.10 «ЕДИНИЧКА». (16+)
11.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
12.50 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+) Сериал. Драма, Россия, 2012 г. В ролях: Владимир Вдовиченков, Кирилл Плетнев, Екатерина Олькина, Сергей Жигунов
16.50 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+) Сериал. Драма, Россия, 2010-2012 гг. В ролях: Павел Трубинер, Филипп Азаров, Степан Бекетов, Борис Щербаков, Сергей Кошонин Многосерийная военная драма об относящихся к легендарному пятому управлению РККА военных разведчиках и их секретных операциях, которые они проводили на Западном фронте в 1941-1943 годах.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)
02.10 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия. Сахалин. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 На ножах. (16+)
07.00, 08.10, 09.10 На ножах (субтитры). (16+)
10.10, 10.50, 11.20, 11.50 «УЧИЛКИ В ЗАКОНЕ-2». (16+) Сериал. Кипр, Россия, 2020 г. В ролях: Мария Шалаева, Кирилл Каганович
12.20, 13.20, 14.20, 15.20, 16.30, 17.30 Мир наизнанку. Бразилия (субтитры). (16+)
19.00 Большой выпуск. Гавайи. Выпуск 1. (16+)
20.00 Большой выпуск. Гавайи. Выпуск 2. (16+)
21.00 Орел и Решка. (16+)
23.10 Секретный миллионер. Сезон справедливости. Евгений Купко. (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
01.10 Дикари. Бали (субтитры). (16+)
01.50 Дикари. Филиппины (субтитры). (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия. Красноярский край. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Профилактика с 05.00 до 06.00
06.00 Папа попал. (12+)
09.00 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
15.00 Супермама. (16+)
17.00 Беременна в 16. (16+) В новом сезоне нашумевшего реалити о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и стать счастливыми?
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.30 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Российские военные в начале XX века. (12+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Тайное становится явным. (12+)
04.05 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05 Первая мировая. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 300 лет Полтавской битве. (12+)
08.00 «ЕДИНИЧКА». (12+)
10.05 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
10.50 Приход нацистов к власти. (16+)
11.55 «АДОРМИДЕРА». (16+)
13.40 Тайное становится явным. (12+)
14.00, 15.00 «СПУТНИКИ». (16+)
16.00 Битва ставок. (12+)
16.45 Забытый полководец. (12+)
17.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.55, 18.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
20.00 Камиль Писсарро. По следам отца импрессионистов. (12+)
21.00 Литературный музей между прошлым и будущим. (12+)
21.35 Тайное становится явным. (12+)
21.50 Истории искусств. Душа памятников. (12+)
22.50 Великие живописцы. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00, 06.25 Невероятные изобретения. (12+)
06.50 Последний персидский шах. (12+)
07.45 Разгадка тайны пирамид. (12+)
08.40 Затерянная пирамида Египта. (6+)
09.30 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
10.25, 11.15, 12.05 Загадки Египта. (12+)
12.55, 13.50, 14.45 Последний поход викингов. (12+)
15.40 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
16.30 Тайное досье Марко Поло. (12+)
17.25 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
18.10, 19.10 Сканирование Нила. (12+)
20.05 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
21.00 Тайное досье Марко Поло. (12+)
21.55 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
22.40 Место преступления: древность. (16+)
23.35 Разгадка тайны пирамид: Абу Раваш и потерянная пирамида. (12+)
00.30 Затерянная пирамида Египта. (6+)
01.20 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
02.15, 03.00, 03.45 Загадки Египта. (12+)
04.30 Сканирование Нила. (12+)
05.20 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.30 Научные глупости. (16+)
06.55 Ледяная дорога. (16+)
07.40 Суперкар со свалки. (16+)
08.30 Инстинкт выживания. (16+)
09.15, 10.00, 12.30, 16.45 Затерянные сокровища Египта. (16+)
10.55 Дикий тунец. (16+)
11.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
13.20, 14.15 Авто-SOS. (16+)
15.05 Непокорный остров. (16+)
15.55 Аляска: Новое Поколение. (16+)
17.35 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
20.10, 00.20 Расследование авиакатастроф. (16+)
21.00, 02.45 Тайная история кораблекрушений. (16+)
21.50 Осушить океан. (16+)
22.45 Поймать контрабандиста. (16+)
23.35 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
01.10 Злоключения за границей. (16+)
01.55 Граница. (16+)
03.30 Международный аэропорт Дубай. (16+)
04.15 Игры разума. (16+)
05.00, 05.25 Фабрика еды. (16+)
05.35 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Неизведанная Европа. (12+)
10.17, 10.44, 11.10, 11.37, 12.04, 12.31 Удивительный мир животных. (12+)
12.58 Дома на деревьях. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Франк в Африке. (16+)
16.34, 17.28 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
18.22, 03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
19.16 Неизведанная Европа. (12+)
20.10 Правосудие Луизианы. (16+)
21.04 Доктор Джефф: ветеринар Рокиа Маунтин. (12+)
21.58 Дома на деревьях. (12+)
22.52 Хранители болот Эверглейдс. (12+)
23.46, 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
00.40 Самые милые питомцы Америки. (12+)
01.28 Неизведанная Европа. (12+)
02.15 Дома на деревьях. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Хранители болот Эверглейдс. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (12+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тюнинг. (12+)
10.18 Аляска: семья из леса. (16+)
11.12 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+)
12.06, 12.33, 13.00, 13.27, 13.54, 14.21 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Крутой тюнинг. (12+)
16.36 Лучший моделист. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (12+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
19.18, 19.45 Как это устроено? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06, 21.33 Трое мужчин, четыре колеса. (12+)
22.00, 03.45 Охотники за старьем: классические авто. (12+)
22.54 Большие грязные гонки. (12+)
23.47, 00.40, 01.30 Махинаторы. (12+)
02.15 Быстрые и громкие. (12+)
03.00, 03.23 Трое мужчин, четыре колеса. (12+)
04.30 Большие грязные гонки. (12+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
08.05, 08.31 Оденься к свадьбе. (12+)
08.57, 09.23 Большие мечты о маленьком доме. (12+)
09.49, 10.15 Любовь с первого лайка. (16+)
10.41 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
12.25 Лучшая свадьба в таборе по-американски. (16+)
13.18 Оденься к свадьбе. (12+)
14.11 Они поменялись едой. (16+)
15.04 Моя полная жизнь. (16+)
15.57 Свекровь-соперница. (16+)
16.50 Лучшая свадьба в таборе по-американски. (16+)
17.43, 04.24 Частные сыщицы. (16+)
18.36 Они поменялись едой. (16+)
19.30, 19.57 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
20.24, 20.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
21.18, 23.04, 00.48, 02.25 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Голая недвижимость. (16+)
05.12 Монстры внутри меня. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

09.50, 23.05 Дачные радости. (12+)
10.20 ЗаСАДа. (12+)
10.50 Искусство в интерьере. (12+)
11.05 Готовим на Майорке. (12+)
11.25 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
11.55 Проект мечты. (12+)
12.25 Вершки-корешки. (12+)
12.45 Дачная энциклопедия. (12+)
13.15 Искатели приключений. (12+)
13.50 Приглашайте в гости. (12+)
14.10 Старые дачи. (12+)
14.40 Частный сектор. (12+)
15.15 Деревянная Россия. (12+)
15.45 Наш румяный каравай. (12+)
16.05 Как поживаете? (12+)
16.35 Кухня народов СССР. (12+)
16.50 Огород круглый год. (12+)
17.25 Травовед. (12+)
17.40 Забытые ремесла. (12+)
18.00 Семейный обед. (12+)
18.35 Крымские дачи. (12+)
19.05 Идеальный сад. (12+)
19.35 Сад в радость. (12+)
20.10 Преданья старины глубокой. (12+)
20.40 Сам себе дизайнер. (12+)
20.55 Дачные хитрости. (12+)
21.15 Старинные русские усадьбы. (12+)
21.45 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)
22.15 Прогулка по саду. (12+)
22.50 Какая дичь! (12+)
23.35 Альтернативный сад. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

08.30 Рыбалка 360. (6+)
09.00, 21.00 Территория льда. (16+)
09.25 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
10.00 Планета рыбака. (12+)
10.30 Блондинка на охоте. (16+)
11.00 Трофеи. (16+)
11.30, 19.30, 23.35 Пофестивалим! (16+)
12.00, 20.00 На охотничьей тропе. (16+)
12.30 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
13.00 Охота с луком. (16+)
13.30 Первый лед - последний лед. (12+)
13.45 Дед Мазай и зайцы. (16+)
14.05 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
14.35 Крылатые охотники. (16+)
14.50 Водоёмы Прибалтики. (12+)
15.20 Рыбалка без границ. (12+)
15.50 Охота: собачья работа. (16+)
16.25 Технология зимнего клева. (12+)
17.00 Тропа рыбака. (12+)
17.30 Зов предков. (16+)
18.00 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
18.30 Сам себе охотник. (16+)
19.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
20.30 Донка против фидера. (16+)
21.30 Особенности охоты на Руси. (16+)
22.05 Научи меня рыбачить. (12+)
22.35 Давай зарубимся! (12+)
22.45 Рыбалка сегодня. (16+)
23.05 Мир охотника. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+) Добро пожаловать на курс тематических занятий, направленных на укрепление мышечного корсета, гибкости, развитие баланса и контроля над мышцами.
14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Профилактика
10.00, 13.00, 15.55 Новости
10.05 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)
11.35 Золото Павла Кулижникова. (12+)
12.35 Кошка. Девять жизней Александра Легкова. (12+)
13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
14.55 Где рождаются чемпионы? Билял Махов. (12+)
15.20, 03.55 Эдуард Зеновка. Триумф боли. (12+)
15.35 Специальный репортаж. (12+)
16.00, 00.20 Неделя КХЛ. (12+)
16.50, 01.15 Автоспорт. Рождественская гонка чемпионов. (0+)
19.00 Есть тема! (12+)
19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Зенит» (Санкт-Петербург) - ЦСКА. Прямая трансляция
21.55 Громко. (12+)
22.55 Гандбол. Чемпионат Европы. Мужчины. (0+)
03.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
04.10 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

EUROSPORT 1

01.25 Новости. (16+)
01.30 Биатлон. КМ. Рупольдинг. Мужчины. Пасьют. (6+)
02.00 Горные лыжи. КМ. Венген. Мужчины. Слалом. 2-я попытка. (16+)
02.55, 05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Снукер. «Мастерс». Финал. (6+)
17.00, 23.00 Горные лыжи. КМ. Венген. Мужчины. Слалом. 2-я попытка. (16+)
18.00 Горные лыжи. КМ. Цахензее. Женщины. Супергигант. (16+)
19.00, 20.30 Теннис. Australian Open. 1-й круг. (6+)
21.55, 23.55 Новости. (16+)
22.00 Горные лыжи. КМ. Цахензее. Женщины. Супергигант. (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Профилактика до 06.15
06.15 Каждое утро. (16+)
08.30, 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00, 20.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Прогноз по году. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
13.30 10 самых! (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.30 МузРаскрутка. (16+)
16.00 Вакансия - звезда! Кем работали звёзды до славы. (16+)
17.00 Синг Сонг. Дима Билан и Хома. (16+)
17.30, 18.15 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
18.00, 22.00 PRO-новости. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
22.20 TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)
00.30 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.00 «Бобр добр». (0+)
09.35 «Рикки-Тикки-Тави». (6+)
10.00, 14.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.30 «Ник-изобретатель». (0+)
17.00 «Маугли». (0+)
17.15 «Простоквашино». (0+)
17.25, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.30 «Цветняшки». (0+)
18.35 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.25 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 Профилактика
06.00 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Отряд «Призрак». (6+)
08.20 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.45, 17.35, 21.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.40 «Гравити Фолз». (12+)
15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
16.40 «Город героев: Новая история». (6+)
19.30 «Реальная белка». (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
02.05 «Семейка Грин в городе». (12+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Грузовичок Лёва», «Домики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.00 «Тайны Медовой долины». (0+)
10.10 «Роботы-поезда». (0+)
10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
11.05 «Смешарики». (0+)
12.10 «Легенды Спарка». (0+)
12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.10 «Бен 10». (12+)
Однажды десятилетний мальчик Бен Теннисон находит инопланетное устройство Омнитрикс, которое способно превращать его в разных супергероев-пришельцев.
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и леммминги». (6+)
Комедийный мультсериал о борьбе сурового медведя гризли с надоедливыми грызунами леммингами.
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
15.55 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
Кинди Кидс - это весёлые подружки Марша Меллоу, Пеппа Минт, Донатина и Джессикейк. Все вместе девочки ходят в Звёздный садик, где Звёздочка учит их интересным и развивающим играм. Они узнают, как лучше понимать друзей и вести себя с ними.
16.05 «Команда Флоры». (0+)
18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Геомека». (6+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.55 «Герои Гуджитсу». (6+)
23.05 «Инфинити Надо». (6+)
23.35 «Простоквашино». (0+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

07.10, 09.20, 13.42, 14.44, 15.50, 19.46, 21.25, 22.14 «Бобр добр». (0+)
07.40, 15.13, 16.21, 20.17 «Богатырята». (6+)
07.55, 09.48, 14.21, 15.28, 16.33, 20.32, 21.55, 22.40 «Домики». (0+)
08.20, 12.29, 13.00 Мультфильмы. (0+)
08.48, 12.43, 13.28, 19.30 «Летающие звери». (6+)
09.04 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
09.34, 14.07 «Тайна Сухаревой башни». (6+)
10.10, 11.13, 16.55, 18.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
10.26, 11.29, 17.11, 18.16 Я сегодня нарисую. (6+)
10.41, 11.44, 17.26, 18.31 Проще простого! (6+)
10.57, 12.00, 17.42, 18.47 Шах и мат! (6+)
12.15 «Веселая карусель». (0+)
19.05 «Макс Стил». (12+)
21.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
09.00 «Доставка Пиквика». (0+)
Эта почтовая служба работает без перебоев!
10.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Фиксики». (0+)
14.00 «Бобби и Билл». (0+)
15.50 «Ответы от кометы». (0+)
15.55 «ТриО!» (0+)
16.10 «Зебра в клеточку». (0+)
18.00 «Бинг». (0+)
20.00 «Три кота». (0+)
22.00 «Фиксики». (0+)
00.00 «Мир за минутку». (0+)
00.05 «Доктор Малышкина». (0+)
00.10 «Пластилинки». (0+)
00.15 «Чик-чирик English». (0+)
00.20 «Оранжевая корова». (0+)
02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)
06.05 «ЖИЛ-БЫЛ НАСТРОЙЩИК...» (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Завет. (6+)
11.35 В поисках Бога. (6+)
12.10 Профессор Осипов. (0+)
13.00, 13.30 Двенадцать. (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Иаков Зеведеев. Иаков брат Господень. Иаков Алфеев. Цикл: Апостолы. (0+)
15.30 «АЛЬПИЙСКАЯ СКАЗКА». (0+)
17.35 «МАТЬ И МАЧЕХА». (0+)
СССР, 1964 г.
19.10 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ...» (16+)
СССР, 1983 г.
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.45 Прямая линия жизни. (0+)
00.45 День Патриарха. (0+)
01.00 Завет. (6+)
02.00 В поисках Бога. (6+)
02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

17 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Предпразднство Богоявления.
Собор 70 апостолов.

Прп. Феоктиста, игумена Кукума Сикелийского. Свт. Евстафия I, архиеп. Сербского. Прмч. Зосимы, пустынника Киликийского, и мч. Афанасия комментарисия. Прп. Ахилы, диакона Печерского. Сщмчч. Александра, Стефана и Филиппа пресвитеров. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

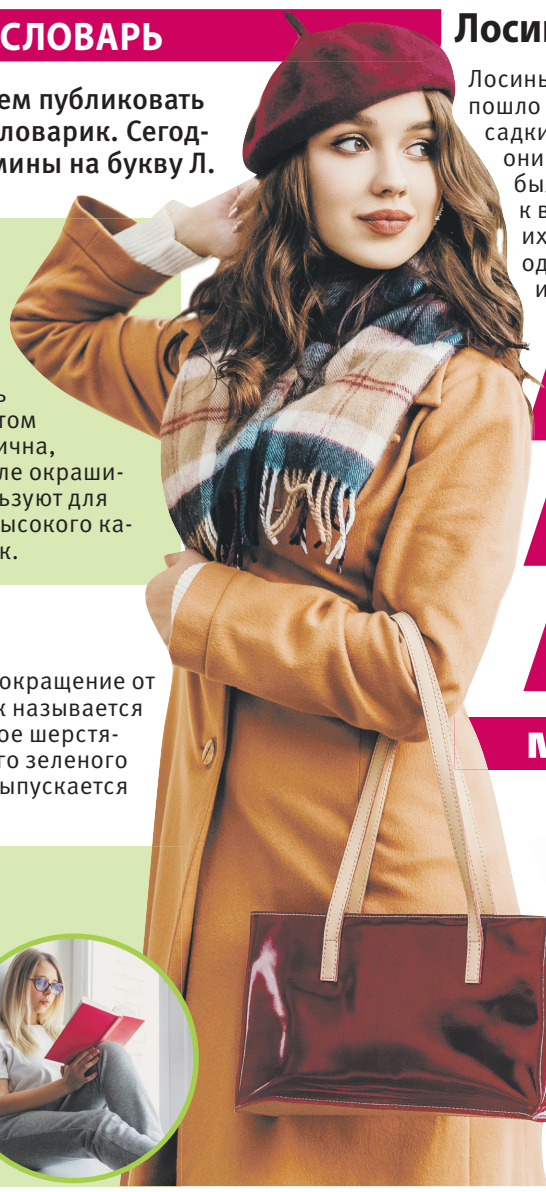
« Апостол учит жить тихо, на своем месте, не любопытствовать молве и басням житейским, исправлять больше себя, работать своими руками, не желать даров и подаяний, удаляться от бесчинных».
Св. Иоанн Кассиан

МОДНЫЙ СЛОВАРЬ

Линкольн, легинсы, лодочки

модный словарь на Л

Мы продолжаем публиковать наш модный словарик. Сегодня с нами термины на букву Л.



Лайка

Кожа молодых коз и овец особенно мягкой выделки. Лайка очень тонка, но при этом крепка и пластична, чаще всего после окрашивания ее используют для изготовления высокого качества перчаток.

Линкольн

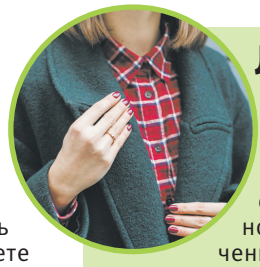
Линкольн – это сокращение от Lincoln green. Так называется тонкое английское шерстяное сукно особого зеленого цвета, которое выпускается с 1510 года.

Легинсы

Легинсы – это мягкие, не облегающие тело женские брючки из трикотажа, с резинкой на талии.

Лосины

Лосины – белые брюки в обтяжку из кожи лося (откуда и пошло их название). Интересно, что для идеальной посадки лосины надевали влажными, чтобы, высохнув, они элегантно облегали ноги. Изначально лосины были частью мужского костюма, затем «переехали» к военным и стали частью парадной формы, а теперь их носят преимущественно женщины. В этом предмете одежды изменилось все: материал, цвет и даже те, кто их носит. Осталось только название – лосины.



Лацкан

Лацкан – это отворот в верхней части пиджака или пальто, соединенный с воротником. Как правило, лацкан изготавливается из той же ткани, что и основное изделие, но бывают и исключения. Например, лацканы на смокинге всегда отделаны атласной тканью.

Лампасы

Лампасами называются полоски ткани, пришитые вдоль бокового шва брюк или нашитые на этот шов. Изначально лампасы были признаком форменной одежды, принятой в ряде военных и гражданских ведомств. Но сегодня они все чаще украшают одежду на подиумах и спортивные брюки.

Девушка в модном бутике спрашивает продавца:
– А можно я примерю вон то платье в витрине?
– Давайте! Покупателей всё равно нет, так может, зрители набегут!

Лакированная (лаковая) кожа

Это кожа, покрытая лаковой пленкой – полиуретановой, нитроцеллюлозной и т.п. Лаковая кожа имеет особый равномерный блеск. Используется для изготовления одежды, обуви, сумок, перчаток.

Лодочки

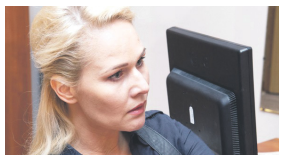
Лодочки – это открытые женские туфли без застежки.

Люрекс

Люрекс – это тонкая нить с металлическим блеском, вплетаемая в ткань.

Светлана ИВАНОВА

ПЕРВЫЙ



21.30 «ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
22.35 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». Лучшее. (16+)
00.25 Премьера. «Харджиев. Последний русский футурист». (16+)
02.00 Время покажет. (16+)

РОССИЯ

21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
Двое пьяных по ошибке обменялись париками. А на следующий день обоих обнаружили убитыми. В этих преступлениях подозревается парикмахер
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (16+)
23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 **«ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
04.00 **«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

5-Й КАНАЛ

09.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.35 **«ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА».** (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
17.30 «Известия». (16+)
17.45 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
19.45 **«СЛЕД».** (16+)
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
От внезапной остановки сердца умирает владелица фитнесс-центра Вика Михайлова. Клиентка фитнесс-центра Елена заявляет, что это убийство, и она знает имя убийцы. Николай, муж Вики, грозится Елену убить. На следующий день Елену находят мёртвой - у неё также остановилось сердце
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 **«СЛЕД».** (16+)
01.15 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
03.15 «Известия». (16+)
03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

НТВ

20.00 «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».(16+)

05.20 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
10.00 13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
16.45 За гранью. (16+)
17.50 ДНК. (16+)
19.00 Сегодня
20.00 **«НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)
Семенов и Михайлов сталкиваются с переделом криминальной собственности на Невском после смерти Фомы. Конфликт между владельцем подпольного казино Самвелом и начальником ЧОПа Офицером приводит к смерти двух охранников
23.15 Сегодня
23.35 **«ЗОЛОТОЙ ЗАПАС».** (16+)
03.05 Их нравы. (0+)
03.25 **«СХВАТКА».** (16+)

РОССИЯ К / РОССИЯ К Культура

12.35 «РОССИЯ МОЛОДАЯ»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 «Тайны Нила»
08.35 01.45 Цвет времени
08.50 **15.50 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 XX век
12.35 **22.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.30 «История русского быта»
15.05 Новости. Подробно. Книги
15.20 «Эрмитаж»
17.05 «Запечатленное время»
17.35 00.45 К 100-летию Московской филармонии
19.45 Главная роль
20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 Искусственный отбор
21.35 «Белая студия»
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 09.59

СТС

20.00 «ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Защитники Олуха». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.00 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
09.55 **«КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ».** (12+)
12.00 Русский ниндзя. (16+)
14.45 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (16+)
18.30 **«СЕМЕЙКА».** (16+)
20.00 **«ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН».** (16+)
Молодой учёный Уилл Родман в ходе поиска эффективного лекарства от болезни Альцгеймера проводит генетические эксперименты над обезьянами. Одна из подопытных шимпанзе становится агрессивной, выходит из-под контроля и крушит лабораторию...
22.00 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: БРАТСТВО КОЛЬЦА».** (12+)
01.40 **«ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА».** (18+)
03.20 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
05.40 «6 кадров». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.35 **«ТРИ В ОДНОМ».** (12+)
10.35 04.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 **«РОМАН С ДЕТЕКТИВОМ».** (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 **03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
16.55 «Олег Видов. Хочу красиво». (16+)
18.15 **«ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА».** (12+)
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Звёздные обиды». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Дикие деньги». (16+)
01.35 «Актёрские драмы. Роль через боль». (12+)
02.15 «Битва за наследство». (12+)

ЗВЕЗДА

05.10 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.25 **«С ТОБОЙ И БЕЗ ТЕБЯ...»** (12+)
11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.25 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Афганистан. Неизвестная война инженерных войск». (16+)
19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.15 Новости дня. (16+)
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.40 **«ДУМА О КОВПАКЕ».** (12+)
02.30 «Еж против свастики». (12+)
03.10 «Хроника Победы». (16+)
03.40 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)

ОТР

06.00 17.00 «Крещение Руси». (12+)
06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТРажение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«СИНДРОМ ПЕТРУШКИ».** (16+)
12.00 13.20 ОТРажение-2. Информационная программа
16.20 22.45 04.50 «Прав!Да?» (12+)
18.00 19.30 ОТРажение-3. Информационная программа
21.00 **«В БЕЛОМ ПЛЕНУ».** (12+)
23.25 «Активная среда». (12+)
23.55 «Большая страна: открытие». (12+)
00.10 «10 дурацких способов ловить рыбу зимой». (12+)
01.00 ОТРажение-3. Информационная программа. (12+)

РЕН

05.00 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «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 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 04.10 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ».** (12+)
23.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 **«ГОДЗИЛЛА».** (16+)
02.35 **«РАСПЛАТА».** (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.10 Знаки судьбы. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
19.30 **«СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
23.00 **«ДЕВЯТЫЕ ВРАТА».** (16+)
01.45 **«ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО».** (18+)
Мария растет замкнутым и робким ребенком. В школе девушку задирают одноклассники, а дома, где, казалось бы, можно найти защиту - совсем непростые отношения с матерью и отцом. Да и единственная подруга Марии - Лили, на деле оказывается совсем не подругой. У Марии остается только собственное отражение в зеркале, которому можно пожаловаться на весь такой несправедливый мир
03.30 «Городские легенды». (16+)
05.00 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 «Реальная мистика». (16+)
07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.35 Давай разведёмся! (16+)
09.45 Тест на отцовство. (16+)
11.55 «Понять. Простить». (16+)
13.00 «Порча». (16+)
13.30 «Знахарка». (16+)
14.05 «Верну любимого». (16+)
14.40 **«БОЙСЯ ЖЕЛАНИЙ СВОИХ».** (16+)
19.00 **«НАРИСУЙ МНЕ МАМУ».** (16+)
23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.05 «Реальная мистика». (16+)
02.10 «Верну любимого». (16+)
02.35 «Порча». (16+)
03.00 «Знахарка». (16+)
03.25 «Понять. Простить». (16+)
04.15 Тест на отцовство. (16+)
05.55 Домашняя кухня. (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ

02.15 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
10.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
18.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
20.00 «МНЕ ПЛЕВАТЬ, КТО ВЫ». (16+)
Премьера! Ирина Владимировна решает, что Жене пора поступать в университет, но тот абсолютно не хочет, она давит на него разными способами, даже приводит домой репетитора
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
23.40 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
01.20 «Импровизация». (16+)
02.15 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
04.30 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)
05.20 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ЧЕ

06.15 На троих. (16+)

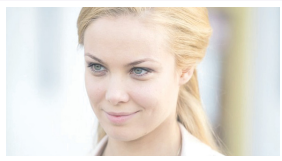
06.00 Улётное видео. (16+)
«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искромётным юмором, смешными шутками и невероятными кадрами
06.15 На троих. (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ

20.05 «ФАРТОВЫЙ». (16+)

06.00 08.55 12.30 15.05 19.20 22.35 Новости
06.05 22.05 00.45 Все на Матч!
09.00 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.20 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (12+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
15.10 «МатчБол»
15.40 «СТРИТРЕЙСЕРЫ». (16+)
18.00 19.25 «ОКТАГОН: БОЕЦ VS РЕСТЛЕР». (16+)
20.05 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
22.40 Футбол. «Санкт-Паули» - «Боруссия». Прямая трансляция
01.35 «Есть тема!» (12+)
01.55 Волейбол. «Локомотив» (Россия) - «Дрезднер» (Германия). Лига чемпионов. Женщины. (0+)
03.55 Новости. (0+)
04.00 «ЛЕГЕНДА О БРЮСЕ ЛИ». (12+)

СПБ



15.20 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
12.20 Малые родины. (6+)
12.40 «Петр Первый». (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 Бизнес-Петербург. (12+)
13.20 «Такой футбол». (6+)
13.55 «Промышленный клуб». (12+)
14.25 Соль событий. (16+)
14.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 20.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
17.25 «Губернаторский контроль». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Зона особого внимания». (16+)
23.10 «Культурная эволюция». (16+)
00.20 «РАФФЕРТИ». (16+)

ЛЕНТВ24

13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 «Концерт: Тамара Гвердцители». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 19.40 «Начистоту». (12+)
16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10 02.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
19.00 23.00 05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
20.10 04.25 «ФАРЦА». (16+)
21.05 «ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ». (12+)
23.40 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (16+)
01.20 «Казачий обед на берегу Дона». (16+)
02.00 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)

78 КАНАЛ

17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «Прогноз погоды». (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

ПОХУДЕЙКА

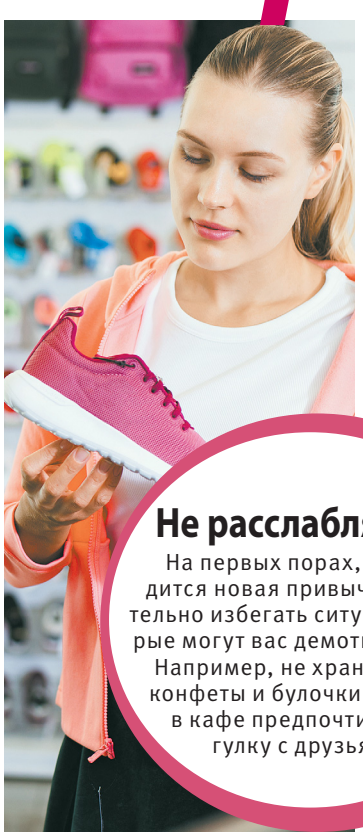
Если вы хотели похудеть, то вот он, подходящий момент, настал!

Не пора ли обновить «стройные» привычки?

Начало года – прекрасный стимул для введения в свою жизнь полезнейших привычек стройности.

Упростите жизнь

Ежедневно нашему мозгу приходится решать кучу задач и принимать уйму решений. Что-то он переводит в автоматический режим, чтобы не тратить дополнительные силы (мы не задумываемся, как чистить зубы или какой рукой взять ложку), в остальном же приходится делать выбор. Что съесть на завтрак? Что надеть на работу? Безусловно, возможность выбора делает нашу жизнь более насыщенной и интересной. Но одновременно отражается и на нашей силе воли, нам сложнее становится контролировать новые желаемые привычки.



Дарите подарки

И не кому-нибудь, а в первую очередь себе! Порадуйте своего внутреннего ребенка, подарите себе в честь новой привычки классный подарок. Если вы ходите в спортзал, это может быть новая форма, кроссовки. Если вы привыкаете к правильному питанию, подарите себе красивые тарелки и т.д.

Бороться с вредными привычками легче, когда дружишь с полезными.

Не ждите идеальный момент

Если вы его ждете, то никогда не начнете действовать! Перфекционизм – ваш враг. Небольшие шаги вперед гораздо более значимы, чем ожидание подходящих условий.

Не расслабляйтесь

На первых порах, пока вводится новая привычка, желательно избегать ситуаций, которые могут вас демотивировать. Например, не храните дома конфеты и булочки. А походу в кафе предпочтите прогулку с друзьями.

Записывайте результаты

Ведите график соблюдения привычек. Это можно делать на бумаге или в электронном виде. Когда действие выполнено, ставьте отметку. Таким образом вы сможете более наглядно оценить, насколько привычка вошла в жизнь. И если изо дня в день вы ее повторяете без пропусков, вам будет легче двигаться дальше – ведь столько уже пройдено и наверняка есть результат.

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Шаг за шагом

За советами по внедрению в жизнь полезных привычек мы обратились к психологу Юлии Карпенко.

– Как правильно вводить привычки в свою жизнь: сразу отказаться от старых или внедрять новые по чуть-чуть, например, по одному изменению в неделю?

– Любая привычка (и хорошая, и плохая) – это способ справиться с напряжением. Привычка через действие помогает человеку расслабиться. Ею может быть еда, курение, сон, фитнес, плавание и т.д. Любая смена образа жизни требует от человека высокой организации и дисциплины. Если вы чувствуете за собой слабину, например, не можете в гостях отказаться от вкусняшки в пользу стройности и при этом спокойно общаться, то вы не готовы. Ругать себя потом за это тоже не выход. Важно так договориться с собой, чтобы новая привычка вас не напрягала. Привычки лучше менять постепенно, иначе надолго вас не хватит. И еще важны конечная цель и количество времени, которое человек дает себе на достижение этой цели. Например, два человека поставили цель похудеть до 50 кг. Но один весил 60 кг, а другой 100 кг. Второму ожидаемо будет сложнее, потому что чем дальше цель, тем тяжелее менять что-то в сегодняшнем дне. Важно идти маленькими шагами, которые бы вас не напрягали. И когда цель приблизится, вам уже легче будет к ней дойти.

Фото из личного архива Юлии Карпенко и www.shutterstock.com

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

08.35 «БЕГ». (12+)
12.05 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)
13.50 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
15.20 «АФОНЯ». (16+)
17.00, 04.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
18.50 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
СССР, 1982 г. В ролях: Софико Чиаурели, Леонид Куравлёв, Сергей Юрский
21.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
СССР, 1982 г. В ролях: Людмила Гурченко, Олег Басилашвили, Никита Михалков, Нонна Мордюкова
00.00 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
01.30 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
03.00 «МИМИНО». (12+)

TV1000

05.20, 06.00 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.55 «ХОББИТ: НЕЖДАННОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)
10.05 «ХОББИТ: ПУСТОШЬ СМАУГА». (12+)
13.00 «ХОББИТ: БИТВА ПЯТИ ВОИНСТВ». (18+)
15.25 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «ИДЕНТИФИКАЦИЯ». (16+)
США, 2003 г.
20.40 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)
22.25 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
00.25 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
01.50 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
03.25 «КЛИЕНТ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.00 «КОМА». (16+)
06.50 «ЖГИ!» (12+)
08.40 «ОДИН ВДОХ». (12+)
10.30 «НА ОСТРИЕ». (12+)
12.35 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
14.20 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
15.45 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
18.00 «КОМА». (16+)
20.00 «ЮЛЕНЬКА». (16+)
Россия, 2009 г. В ролях: Марат Башаров, Дарья Балабанова, Оксана Лаврентьева, Ирина Купченко, Анна Казючиц
21.45 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)
23.55 «НА РАЙОНЕ». (16+)
01.30 «ЯРДЫ». (16+)
02.55 «ЦОЙ». (16+)
04.20 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)

ДОМ КИНО

05.40 «Ералаш». (6+)
06.10 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
07.25 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
08.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «ГОРЬКО!» (16+)
Россия, 2013 г. В ролях: Сергей Светлаков, Юлия Александрова, Егор Корешков, Ян Цапник
16.55 «ГОРЬКО!-2». (16+)
18.40 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «НАПАРНИК». (16+)
02.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
04.35 «СПАРТА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «НАПРОЛОМ». (16+)
02.50 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
04.15 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
05.40 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
07.55 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
09.20 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
10.40 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
12.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
14.50 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
16.35 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА». (16+)
18.25 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
20.30 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
22.15 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
23.50 «ЧТЕЦ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.45 «ПРЕДОК». (16+)
08.05 «ПОРТ». (16+)
09.50 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
11.35 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
13.00 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
14.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
16.00 «ПРО ЖЕНУ, МЕЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ. . . » (12+)
17.35 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
19.25 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
21.05 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
22.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
00.05 «СПИТАК». (16+)
01.45 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)
03.10 «ПРЕДОК». (16+)
04.30 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ». (16+)
03.55 «ЛЮБОВЬ СЛУЧАЕТСЯ». (16+)
05.50 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)
07.40 «2+1». (16+)
09.50 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
11.25 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
13.20 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+)
15.25 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (6+)
17.35 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (6+)
21.40 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
23.30 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.45, 01.45, 02.45 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
04.20 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
06.05 «СОЧИНЕНИЕ КО ДНЮ ПОБЕДЫ». (12+)
08.20 «ЧУЖОЙ ЗВОНОК». (6+)
09.35, 10.35, 11.35, 12.35 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
13.35 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
15.35 «РЕСПУБЛИКА ШКИД». (16+)
17.30 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВИНИТЬ КЛАВУ К.» (6+)
19.00 «ЛИВЕНЬ». (16+)
Мелодрама, СССР, 1979 г.
20.15 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
22.10 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (16+)
Мелодрама, комедия, СССР, 1973 г.

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.55, 13.50, 14.40 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.35, 16.20, 17.05 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
17.55, 18.50, 19.40, 20.35, 21.30, 22.20 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.20 Суббота! News. (16+)
23.30, 00.25, 01.20 «КОСТИ». (16+)
02.10 Пацанки. (16+)
03.40, 04.05 Оденься к свадьбе. (16+)
04.25 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г. В ролях: Наталья Швец, Антон Васильев, Софья Хилькова
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)

CTC LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)
06.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
10.05 «КУХНЯ». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2012 г.
На замену Шефу в ресторан приходит молодой повар Алекс. Макс помогает ему влиться в коллектив, но, узнав о планах нового шефа на Вику, «помогает» ему уйти.
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
00.05 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.55 Даёшь молодёжь! (16+)
05.00 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ПРОПАВШАЯ». (16+)
Триллер, США, 2020 г.
11.40, 19.40, 03.40 «ЮНАЙТЕД. МЮНХЕНСКАЯ ТРАГЕДИЯ». (16+)
Драма, Великобритания, 2011 г.
13.20, 21.20, 05.20 «БЮРО». (16+)
14.20, 22.20, 06.20 «МОЛОКО СКОРБИ». (16+)
Музыкальная драма, Перу, Испания, 2009 г.
16.00, 00.00, 08.00 «4.3.2.1». (18+)
Криминальная комедия, Великобритания, 2010 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

10.10 Старые дачи. (12+)
10.45 Частный сектор. (12+)
11.15 Деревянная Россия. (12+)
11.45 Наш румяный каравай. (12+)
12.00 Как поживаете? (12+)
12.30 Кухня народов СССР. (12+)
12.50 Жизнь в деревне. (12+)
13.20, 23.40 Нетипичный огород. (12+)
13.40 Семейный обед. (12+)
14.15 Крымские дачи. (12+)
14.45 Идеальный сад. (12+)
15.15 Сад в радость. (12+)
15.50 Преданья старины глубокой. (12+)
16.20 Сам себе дизайнер. (12+)
16.40 Дачные хитрости. (12+)
16.55 Старинные русские усадьбы. (12+)
17.25 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)
18.00 Огород круглый год. (12+)
18.30 Паштет. (12+)
18.45 Дачные радости. (12+)
19.15 Альтернативный сад. (12+)
19.50 Сельсовет. (12+)
20.10 Усадьбы будущего. (12+)
20.40 Букет на обед. (12+)
20.55 Огород от-кутюр. (12+)
21.25 Урожай на столе. (12+)
21.55 Сладкая жизнь. (12+)
22.15 Чужеземцы. (12+)
22.35 Кашеварим. (12+)
22.50 Декоративный огород. (12+)
23.20 Лучки&Пучки. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

08.55 Охота с луком. (16+)
09.25 Первый лед - последний лед. (12+)
09.40 Дед Мазай и зайцы. (16+)
10.00 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
10.30 Крылатые охотники. (16+)
10.45 Водоёмы Прибалтики. (12+)
11.15, 19.30, 23.35 Рыбалка без границ. (12+)
11.50, 20.00 Охота: собачья работа. (16+)
12.20 Технология зимнего клева. (12+)
12.55 Тропа рыбака. (12+)
13.25 Зов предков. (16+)
13.55 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
14.25 Сам себе охотник. (16+)
14.55 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
15.25 Пофестивалим! (16+)
15.55 На охотничьей тропе. (16+)
16.25 Донка против фидера. (16+)
17.00 Территория льда. (16+)
17.30 Особенности охоты на Руси. (16+)
18.00 Научи меня рыбачить. (12+)
18.30 Давай зарубимся! (12+)
18.45 Рыбалка сегодня. (16+)
19.00 Мир охотника. (12+)
20.30 В поисках лосося. (16+)
21.05 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
21.35 Сезон охоты. (16+)
22.05 Следопыт. (12+)
22.30 Мой мир - рыбалка. (12+)
23.05 Рыбалка на Черемшане. (6+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
Как для женского организма, так и мужского умение садиться на шпагат является не только красивым элементом, но еще и очень полезным навыком.
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Наше кино. История большой любви. (12+)
05.10 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.05, 03.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.00 Новости
19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55, 21.50 Шоу «Назад в будущее». (16+)
22.40 Всемирные игры разума. (12+)
23.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
01.45 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (12+)
03.30 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)

ПОБЕДА

05.10 «Путь к Победе». (16+)
06.10 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (12+)
08.00 «СОЛДАТИК». (12+)
09.30 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
11.00 «РЖЕВ». (16+)
Военная драма, Россия, 2019 г. В ролях: Сергей Жарков, Иван Батарев, Олег Гаянов, Арсений Семёнов, Александр Бухаров
Февраль 1942 года. После нескольких месяцев ожесточенных боев рота Красной Армии, от которой осталась лишь треть личного состава, наконец выбивает врага из села Овсянниково. Бойцы, измотанные до предела, ожидают подкрепления, однако штаб приказывает им удерживать деревню любой ценой, что означает смертный приговор.
12.50 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
16.50 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «МАТЧ». (18+)
03.00 «ЖЕНА СТАЛИНА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия. Санкт-Петербург. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.30, 07.50 На ножах. (16+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30 «УЧИЛКИ В ЗАКОНЕ». (16+)
Сериал. Россия, 2018 г.
12.00 Молодые ножи. (16+)
13.00 Кондитер-5. Анастасия Волочкова (субтитры). (16+)
14.30 Кондитер-6. Никита Нагорный (субтитры). (16+)
16.00, 17.30 Кондитер-5 (субтитры). (16+)
19.00 Кондитер-6. Анита Цой. (16+)
20.30 Вундеркинды. Сергей Меценцев и Екатерина Скулкина. (16+)
22.00 Вундеркинды. Виктор Логинов и Надежда Ангарская. (16+)
23.00 «ШЕРЛОК». 2 сезон. 1 серия. «Скандал в Белгравии» (субтитры). (16+)
00.30 Пятница News. (16+)
01.00, 02.00 Дикари (субтитры). (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия. Москва. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.25 Папа попал. (12+)
08.50 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
12.50 Моя свекровь - монстр. (16+)
14.55 Супермама. (16+)
Еженедельно четыре мамы будут соревноваться за звание «Супермамы». Они будут знакомиться с детьми своих конкуренток, анализировать их стиль воспитания, оценивать общий климат в семье, самореализацию мамы и другие моменты. Дмитрий Карпачев будет комментировать поступки мам, давать практические советы по воспитанию детей, а также отдаст свои баллы одной из них.
16.50 Беременна в 16. (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.20 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Российские военные в начале XX века. (12+)
01.50 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Тайное становится явным. (12+)
04.05 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05 Первая мировая. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 300 лет Полтавской битве. (12+)
08.00 «АДОРМИДЕРА». (16+)
09.50 Александр Суворов. Перейти через Альпы. (12+)
10.40 Скорбное эхо блокады. Лев Раков. (12+)
11.40 Тайное становится явным. (12+)
12.00 «ПЕРВАЯ КОННАЯ». (12+)
14.00, 15.00 «СПУТНИКИ». (16+)
16.00 Битва ставок. (12+)
16.45 Великие изобретатели. (12+)
17.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.55, 18.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
20.00, 20.50 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
21.35 Не квартира - музей. (12+)
21.50 Ганнибал. Поход на Рим. (12+)
22.55 Расшифрованные сокровища. (12+)
23.50 Семь дней истории. (12+)

VIASAT HISTORY

06.05 Последний персидский шах. (12+)
07.00 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
07.55, 08.45, 09.30, 10.20, 11.10, 12.00 Загадки Египта. (12+)
12.50 Последний поход викингов: Последняя битва викингов. (12+)
13.45 Забытая армия викингов. (12+)
14.35 Жертвы викингов. (16+)
15.35 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
16.25 Первый полет: покорение неба. (12+)
17.25 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
18.15 Сканирование Нила: В поисках луксорских фараонов. (12+)
19.10 Сканирование Нила: Поставки материалов: фараонова задача. (12+)
20.05 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
21.00 Первый полет: покорение неба. (12+)
21.55 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
22.45 Место преступления: древность. (16+)
23.40, 00.30, 01.20, 02.05, 02.50, 03.35 Загадки Египта. (12+)
04.20 Сканирование Нила: В поисках луксорских фараонов. (12+)
05.15, 05.35 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.15 Научные глупости. (16+)
06.40 Ледяная дорога. (16+)
07.25 Суперкар со свалки. (16+)
08.15 Инстинкт выживания. (16+)
09.10, 10.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
10.55 Дикий тунец. (16+)
11.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
12.30, 16.45 Тайная история кораблекрушений. (16+)
13.20, 14.15 Авто-SOS. (16+)
15.05 Непокорный остров. (16+)
15.55 Аляска: Новое Поколение. (16+)
17.40 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
20.10, 00.20 Расследование авиакатастроф. (16+)
21.00, 21.50, 02.45 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
22.40 Поймать контрабандиста. (16+)
23.35 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
01.10 Злоключения за границей. (16+)
01.55 Граница. (16+)
03.30 Международный аэропорт Дубай. (16+)
04.15 Игры разума. (16+)
04.55, 05.20 Фабрика еды. (16+)
05.35 Сделать за один день. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Франк в Африке. (16+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Неизведанная Европа. (12+)
10.17, 11.10 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
12.04 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
12.58 Дома на деревьях. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Самые милые питомцы Америки. (12+)
16.34, 17.28, 18.22 Невероятные бассейны. (12+)
19.16 Неизведанная Европа. (12+)
20.10 Зоопарк. (6+)
21.04 Доктор Джефф: ветеринар Рокиманутин. (16+)
21.58, 02.15 Дома на деревьях. (12+)
22.52 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
23.46, 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
00.40 Правосудие Луизианы. (16+)
01.28 Неизведанная Европа. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (12+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тюнинг. (12+)
10.18, 10.45 Трое мужчин, четыре колеса. (12+)
11.12 Охотники за старьем: классические авто. (12+)
12.06, 13.00, 13.54, 14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Крутой тюнинг. (12+)
16.36 Лучший моделист. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (16+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
19.18, 19.45 Как это устроено? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Между небом и землей. (16+)
22.00 Грязная работенка. (12+)
22.54 Несекретные материалы: Призраки Гражданской войны. (16+)
23.47, 00.40, 01.30 Не пытайтесь повторить. (16+)
02.15 Быстрые и громкие. (16+)
03.00 Между небом и землей. (16+)
03.45 Грязная работенка. (12+)
04.30 Несекретные материалы: Призраки Гражданской войны. (16+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50, 08.05, 08.31, 13.18 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
08.57, 09.23 Большие мечты о маленьком доме. (12+)
09.49, 10.15 Любовь с первого лайка. (16+)
10.41 Моя полная жизнь. (16+)
11.33 Свекровь-соперница. (16+)
12.25 Лучшая свадьба в таборе по-американски. (16+)
14.11, 18.36 Они поменялись едой. (16+)
15.04 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
16.50 Коронованные детки. Где они сейчас? (16+)
17.43 Расследование продолжается. (16+)
19.30, 19.57 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
20.24, 20.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
21.18, 00.48 Жить непросто людям маленького роста! (12+)
22.11 7 маленьких Джонстонов. (12+)
23.04, 02.25 Свекровь-соперница. (16+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
01.37 7 маленьких Джонстонов. (12+)
04.00 Голая недвижимость. (16+)
04.24 Расследование продолжается. (16+)
05.12 Монстры внутри меня. (16+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Громко. (12+)
08.55 Страна спортивная. Русская игра с мячом. (12+)
09.10, 19.55 Неделя КХЛ. (12+)
10.05, 16.00 Гандбол. (0+)
11.35 Игры королей. (12+)
11.55 Большая вода. (12+)
12.10 Тот самый бой. (12+)
12.40 Страна. Live. (12+)
14.55, 20.55 «6х6». Волейбольное обозрение. (0+)
15.25, 20.45 Мини-футбол в России. (0+)
15.35, 18.40 Специальный репортаж. (12+)
17.25 Кошка. Девять жизней Александра Легкова. (12+)
17.50 Четыре мушкетёра. (12+)
19.00 Есть тема!. (12+)
21.25 МатчБол. (12+)
21.55 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. Прямая трансляция
23.55 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)
01.45 Золото Павла Кулижникова. (12+)

EUROSPORT 1

00.00, 01.30 Теннис. Australian Open. 1-й круг. (6+)
02.55, 05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15, 19.40, 21.00 Теннис. Australian Open. 1-й круг. (6+)
17.00, 23.30 Eurosport Winter Pass. (16+)
17.30 Essential Olympic. (16+)
17.40, 17.55 Winter Tracks. (16+)
18.10 Лыжные гонки. КМ. Ле Рус. Мужчины. Пасьют. Классика. 15 км. (6+)
18.40 Лыжные гонки. КМ. Ле Рус. Женщины. Пасьют. Классика. 10 км. (6+)
19.10 Биатлон. КМ. Рупольдинг. Мужчины. Пасьют. (6+)
22.25 Новости. (16+)
22.30 Ралли-рейд. «Дакар». Ревью. (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40, 15.00, 18.00, 22.00 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звёздах всё!
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Лайкер. (16+)
11.00 DFM - Dance chart. (16+)
12.00, 20.00 Русские хиты. Чемпионы вторника. (16+)
13.30 Хит-сториз. Группа Reflex. (16+)
14.00 TikTok чарт. (16+)
15.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)
16.00 Одиночество в сети. Вся правда о звёздных аккаунтах. (16+)
17.00 10 самых! (16+)
17.30, 18.15 Ждите ответа. (16+)
19.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
22.20 ТОР 30 - Крутяк недели. (16+)
00.25 Наше. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.00 «Бобр добр». (0+)
09.30, 17.00 «Маугли». (0+)
09.50 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.30 «Ник-изобретатель». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.25 «Цветняшки». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Отряд «Призрак». (6+)
08.20 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.45, 17.35, 21.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.40 «Гравити Фолз». (12+)
15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
16.40 «Город героев: Новая история». (6+)
19.30 «Реальная белка-2». (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «Семейка Грин в городе». (12+)
02.05 «Отель Трансильвания». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Машинки Мокас», «Домики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
Новый сезон мультсериала про путешествия и приключения самолётика Джетта и его друзей.
08.00 «Супер МЯУ». (0+)
10.10 «Роботы-поезда». (0+)
10.45 «Букварий». (0+)
11.05 «Смешарики». (0+)
12.10 «Легенды Спарка». (0+)
12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.10 «Бен 10». (12+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
15.55 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
16.05 «Феринки». (0+)
Удивительные истории про пятерых феечек, которые живут в человеческой квартире, в комнате девочки Кати.
18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Команда Флоры». (0+)
Флора и пятеро ее удивительных друзей - смелые защитники зелёного мира, которые каждый день заботятся о природе. Они спасают водоемы, горы и леса, помогают растениям и животным, попавшим в беду.
22.00 «Геомека». (6+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
Захватывающие приключения обаятельных черепашек-мутантов - Лео, Рафа, Майки и Донни. Героическая четверка черепашек-ниндзя вместе с мастером Сплинтером борются со злодеями и стремятся к тому, чтобы навсегда защитить от них мир.
22.55 «Герои Гуджитсу». (6+)
23.05 «Инфинити Надо». (6+)
23.35 «Простоквашино». (0+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

07.10, 09.04, 13.39, 14.44, 15.50, 19.46, 21.25, 22.14 «Бобр добр». (0+)
07.40, 14.06, 15.13, 16.21, 20.17 «Богатырята». (6+)
07.55, 09.48, 14.19, 15.28, 16.33, 20.32, 21.55, 22.40 «Домики». (0+)
08.20 «Веселая карусель». (0+)
08.34 «Прекрасная лягушка». (0+)
08.48, 12.43, 13.23, 19.30, 19.38 «Летающие звери». (6+)
09.34 «Тайна Сухаревой башни». (6+)
10.10, 11.13, 16.55, 18.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
10.26, 11.29, 17.11, 18.16 Я сегодня нарисую. (6+)
10.41, 11.44, 17.26, 18.31 Проще простого! (6+)
10.57, 12.00, 17.42, 18.47 Шах и мат! (6+)
12.15 «Чужой среди айсбергов». (0+)
12.29 «Белозубка». (0+)
13.00, 19.05 «Макс Стил». (12+)
21.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
09.00 «Доставка Пиквика». (0+)
10.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Фиксики». (0+)
14.00 «С добрым утром, Мартин!» (0+)
15.50 «Мир за минутку». (0+)
«Мир за минутку» - это короткие истории о дикой природе.
15.55 «Доктор Малышкина». (0+)
16.00 «Пластилинки». (0+)
16.05 «Чик-чирик English». (0+)
16.10 «Зебра в клеточку». (0+)
18.00 «Казупс!» (0+)
20.00 «Три кота». (0+)
22.00 «Фиксики». (0+)
00.00 «Ответы от кометы». (0+)
00.05 «ТриО!» (0+)
00.20 «Оранжевая корова». (0+)
02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.40 Монастырская кухня. (0+)
06.10 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 1 серия. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Простые чудеса. (12+)
11.25 Украина, которую мы любим. (12+)
12.00 Прямая линия жизни. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Храм. Дорога к сердцу. (0+)
15.55 «ОСЕННИЕ СНЫ». (6+)
17.45 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ…» (16+)
19.05 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». 1 серия. (0+)
СССР, 1980 г.
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.45 Служба спасения семьи. (16+)
00.45 День Патриарха. (0+)
01.00 Альфа и Омега. Фильм 1. Господские непереходящие праздники. (0+)
01.30 Дорога. (0+)
02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

18 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 5. Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник). Сщмч. Феопемпта, еп. Никомидийского, и мч. Феоны волхва.

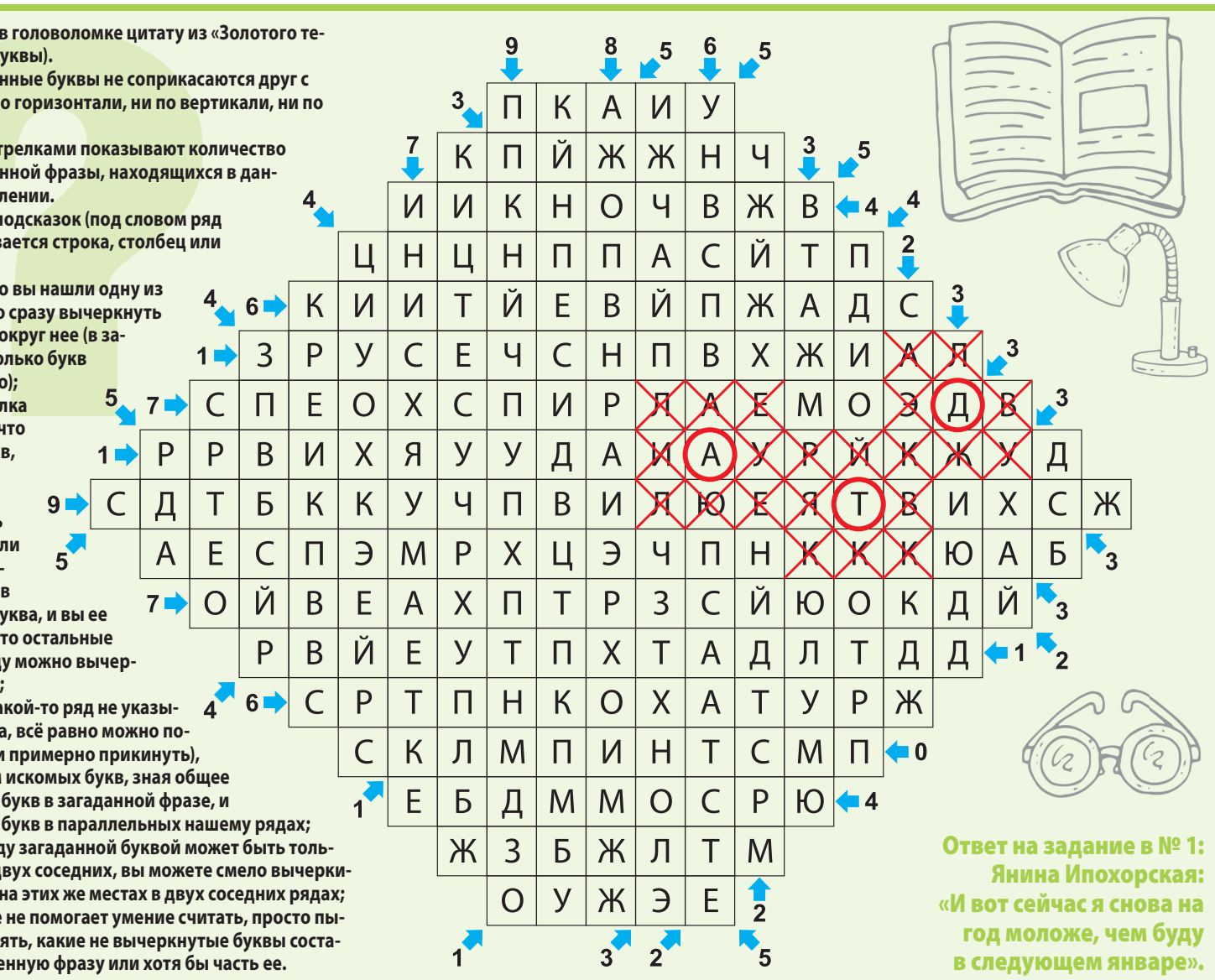
Прп. Синклитикии Александрийской. Прп. Симеона Псково-Печерского. Прор. Михея. Прп. Аполлинарии. Прп. Фостирия. Прп. Мины. Прп. Григория Акритского. Сщмч. Андрея пресвитера. Мч. Иосифа и с ним 37 мучеников. Мц. Евгении. Сщмч. Сергия пресвитера. Мч. Матфея.

Строгий пост.

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

КРОССВОРД ХРОНОЛОГИКА

Разгадайте в головоломке цитату из «Золотого теленка» (54 буквы).
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.
Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении.
Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):
1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядах;
4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.



Ответ на задание в № 1:
Янина Ипохорская:
«И вот сейчас я снова на год моложе, чем буду в следующем январе».

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
22.35 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». Лучшее. (16+)
00.25 «Князь Владимир - креститель Руси». (12+)
01.25 Время покажет. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ

14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ». (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 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
Мужа подозревают в убийстве жены. Свидетельница преступления - некая дама в фиолетовой шляпке
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (16+)
23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 **«ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
04.00 **«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)
04.50 Перерыв в вещании

5-Й КАНАЛ

17.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
13.30 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
17.30 «Известия». (16+)
17.45 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
19.45 **«СЛЕД».** (16+)
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
В собственной машине задушена фотомодель средней руки Валентина Трошкина. Фотограф рассказывает, что Валентина ни с кем не уживалась из-за плохого характера. Незадолго до гибели девушка проводила время в ресторане с бывшим квартирным вором Васильевым
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 **«СЛЕД».** (16+)
01.15 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
03.15 «Известия». (16+)
03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

НТВ

23.50 «ЗОЛОТОЙ ЗАПАС». (16+)

05.20 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
13.00 Сегодня
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
19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
20.00 **«НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)
Семенова отстраняют от службы за использование оружия во время нападения на него бандитов и направляют к психологу Кате Савицкой
23.15 Сегодня
23.35 Поздняков. (16+)
23.50 **«ЗОЛОТОЙ ЗАПАС».** (16+)
03.20 **«СХВАТКА».** (16+)

РОССИЯ К / РОССИЯ К Культура

15.50 Спектакль «Дядя Ваня»

10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век
12.05 Лето Господне
12.35 **«РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
13.45 «Тамара Макарова. Свет Звезды»
14.30 «История русского быта»
15.05 Новости. Подробно. Кино
15.20 «Библейский сюжет»
15.50 Спектакль «Дядя Ваня»
17.20 Цвет времени
17.40 01.10 К 100-летию Московской филармонии. Легендарные концерты в историческом зале
18.35 «Тайны Нила»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 Абсолютный слух
21.35 Власть факта
23.50 XX век
22.20 **«РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
02.05 «Леонид Канторович»
02.45 Цвет времени
03.00 Перерыв в вещании

СТС

20.00 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Защитники Олуха». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.00 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
10.00 **«ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН».** (16+)
12.00 Русский ниндзя. (16+)
14.45 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (16+)
18.30 **«СЕМЕЙКА».** (16+)
20.00 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ».** (16+)
Численность генетически модифицированных обезьян, возглавляемых Цезарем, продолжает увеличиваться, но обезьянам угрожают люди, которым удалось выжить во время ужасной эпидемии десять лет назад. В результате между общинами заключается мир, который не способен продолжаться вечно
22.30 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: ДВЕ КРЕПОСТИ».** (12+)
02.05 **«ОБИТЕЛЬ ЗЛА В 3D: ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ».** (18+)
03.35 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 **«ТРИ В ОДНОМ».** (12+)
10.35 04.40 «Иван Бортник. Я не Промокашка!» (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 **«РОМАН С ДЕТЕКТИВОМ».** (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
16.55 «Любовь Полищук. Гадкий утёнок». (16+)
18.15 **«ХРОНИКА ГНУСНЫХ ВРЕМЁН».** (12+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Хроники московского быта. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 02.55 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Валерий Гаркалин. Без ангела-хранителя». (16+)
01.35 «Знак качества». (16+)
02.15 «Битва за наследство». (12+)
03.15 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)

ЗВЕЗДА

05.15 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.20 **«ГАРАЖ».** (12+)
11.20 «Открытый эфир». (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.25 «Сделано в СССР». (12+)
13.40 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Афганистан. Неизвестная война инженерных войск». (16+)
19.40 «Главный день». (16+)
20.25 «Секретные материалы». (16+)
21.15 Новости дня. (16+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.40 **«ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ».** (12+)
02.15 **«ГАРАЖ».** (12+)
03.50 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)

ОТР

06.00 17.00 «Крещение Руси». (12+)
06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТРажение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«В БЕЛОМ ПЛЕНУ».** (12+)
12.00 13.20 ОТРажение-2. Информационная программа
16.20 23.05 04.50 «Прав!Да?» (12+)
17.45 «Большая страна: открытие». (12+)
18.00 19.30 ОТРажение-3. Информационная программа
21.00 **«ОРДА».** (16+)
23.45 «Гамбургский счёт». (12+)
00.10 «10 дурацких способов ловить рыбу зимой». (12+)
01.00 ОТРажение-3. Информационная программа. (12+)
03.20 «Потомки». (12+)

РЕН

05.00 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «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 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 04.10 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ: ВОЗРОЖДЕНИЕ».** (12+)
22.15 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 **«ОВЕРЛОРД».** (18+)
02.25 **«СТРИПТИЗ».** (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.10 Знаки судьбы. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
19.30 **«СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
23.00 **«ОНО».** (18+)
01.15 **«ДЕЖУРНЫЙ АНГЕЛ».** (16+)
Евгения - талантливый хирург престижной московской клиники - после электрического удара, который она получает во время попытки реанимировать пациента и перенесенной вследствие него клинической смерти, становится обладательницей странных способностей. Теперь она может общаться с душами умерших. «Случайная» встреча со странным незнакомцем Павлом, который представляется ей Ангелом, переворачивает всю жизнь Евгении
04.15 «Тайные знаки». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «Реальная мистика». (16+)
07.20 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.25 Давай разведёмся! (16+)
09.30 Тест на отцовство. (16+)
11.40 «Понять. Простить». (16+)
12.45 «Порча». (16+)
13.15 «Знахарка». (16+)
13.50 «Верну любимого». (16+)
14.25 **«ГОРНИЧНАЯ».** (16+)
19.00 **«ВСЁ РАВНО ТЕБЯ ДОЖДУСЬ».** (16+)
23.30 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.20 «Реальная мистика». (16+)
02.20 «Верну любимого». (16+)
02.45 «Порча». (16+)
03.10 «Знахарка». (16+)
03.40 «Понять. Простить». (16+)
04.30 Тест на отцовство. (16+)
06.10 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ

23.35 «ГОРЬКО!» (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
10.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР». (16+)
18.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
20.00 «МНЕ ПЛЕВАТЬ, КТО ВЫ». (16+)
Премьера! Сеанс психолога не состоялся, по непонятным для Ирины Владимировны причинам. Она пытается разузнать у психолога, что случилось, но та не раскалывается. В итоге Ирина Владимировна выслеживает ее под домом и видит, как та выкидывает коробки с вещами мужа
21.00 «Я тебе не верю». (16+)
22.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)
23.35 «ГОРЬКО!» (16+)
01.35 «Импровизация». (16+)
02.20 «НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК». (16+)
04.25 «Открытый микрофон». (16+)

ЧЕ

17.00 Дизель шоу. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения, сняты случайными очевидцами на мобильные телефоны или любыми другими техническими средствами
06.15 На троих. (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
Яркое мультимедийное зрелище с насыщенной программой, музыкальными и хореографическими номерами. Шутки на самые актуальные темы, многочисленные сценки в стиле СТЭМа, музыкальные номера и даже розыгрыши зрителей в зале - все это «Дизель Шоу»!
20.00 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ

12.55 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

06.00 08.55 12.30 15.05 19.20 22.35 Новости
06.05 15.10 21.50 00.45 Все на Матч!
09.00 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.20 «ЯРОСЛАВ». (16+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)
15.50 Смешанные единоборства. Г. Чикадзе - К. Каттар. UFC. (16+)
16.55 Хоккей. «Салават Юлаев» - «Ак Барс». КХЛ. Прямая трансляция
19.25 Хоккей. «Спартак» - «Локомотив». КХЛ. Прямая трансляция
22.40 Футбол. «Герта» - «Унион». Прямая трансляция
01.35 «Есть тема!» (12+)
01.55 Волейбол. «Динамо», - «Тюрк Хава Йоллары». (0+)
03.55 Новости. (0+)
04.00 «ЛЕГЕНДА О БРЮСЕ ЛИ». (12+)

СПБ

23.10 «ПРОЩАЙТЕ, ДОКТОР ФРЕЙД!» (16+)

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
12.20 Малые родины. (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
13.20 «Губернаторский контроль». (6+)
13.55 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 20.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
17.30 04.50 «Крещение в Плахино». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Время суток». (16+)
23.10 «ПРОЩАЙТЕ, ДОКТОР ФРЕЙД!» (16+)
01.25 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ТАЛАНТ». (16+)

ЛЕНТВ24

16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 «АМНИСТИЯ». (12+)
12.30 «Экстремальный фотограф». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 19.40 «Начистоту». (12+)
16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10 02.45 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
19.00 23.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
20.10 04.20 «ФАРЦА». (16+)
21.10 «ХОЛОСТЯКИ». (16+)
23.40 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
01.05 «В ПЛЕНУ НАДЕЖДЫ». (16+)
05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)

78 КАНАЛ

19.30 КХЛ. «Йокерит» - СКА. Прямая трансляция. (12+)

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 23.00 «Известия 78». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 05.20 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 Прогноз погоды. (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
19.15 21.50 Болеем за наших! (12+)
19.30 КХЛ. «Йокерит» (Хельсинки) - СКА (СПб). Прямая трансляция. (12+)
22.15 02.40 «Итоги дня». (16+)

ПОДПИСКА на 1-е полугодие 2022 г.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!
Продолжается подписка на 1-е полугодие 2022 года.
До 20 января 2022 г. вы можете оформить подписку на газету «ТЕЛЕК Питер»* на 5 месяцев (с февраля по июнь 2022 г.)

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 1-е полугодие 2022 г.

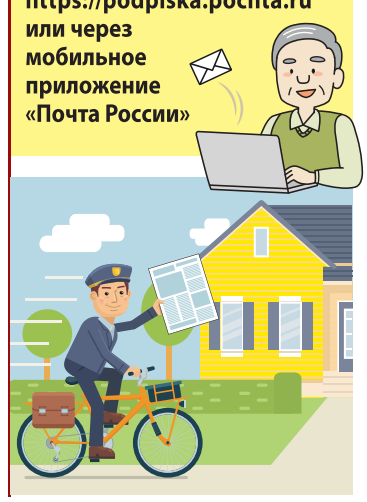
на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев
176,50 ₽	353,00 ₽	529,50 ₽	706,00 ₽	882,50 ₽

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

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»



преимущества онлайн-подписки

- Не нужно выходить из дома и приезжать с дачи, чтобы оформить подписку.
- Бесконтактный способ оформления подписки.
- Оформление подписки без очередей на Вашем компьютере или смартфоне.
- Подписку можно оформить в подарок родным и близким.

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.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.05 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
06.15 «СОЛЯРИС». (12+)
09.15 «АГОНИЯ». (16+)
11.55 «ГАРАЖ». (12+)
13.45 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
15.20 «ДЕВЧАТА». (12+)
17.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.00 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (12+)
21.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
СССР, 1963 г.
22.55 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (12+)
00.10 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (12+)
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

TV1000

05.25, 06.05, 17.20, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.45 «ИДЕНТИФИКАЦИЯ». (16+)
08.15 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
10.10 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)
11.55 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
13.45 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
15.30 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
19.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
20.55 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
23.30 «НЕВИДИМКА». (16+)
01.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
02.55 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
04.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.25 «ПАЛЬМА». (6+)
08.30 «ЮЛЕНЬКА». (16+)
10.20 «НА РАЙОНЕ». (16+)
12.05 «ЯРДЫ». (16+)
13.45 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)
15.50 «ЦОЙ». (16+)
17.30 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
20.00 «ЛЁД». (12+)
Россия, 2018 г. В ролях: Аглая Тарасова, Диана Енакаева, Мария Аронова, Александр Петров, Милош Бикович
22.00 «ЛЁД-2». (6+)
Россия, 2020 г. В ролях: Александр Петров, Аглая Тарасова, Мария Аронова
00.20 «ТЕКСТ». (18+)
02.25 «КОМА». (16+)
04.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)

ДОМ КИНО

06.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
07.15 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
08.50 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)
Россия, 2016 г. В ролях: Павел Деревянко, Оксана Акиньшина, Роман Мадянов, Ирина Пегова, Владимир Толоконников
16.45 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
18.20 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
02.35 «ЖАРА». (16+)
04.10 «ДОМ СОЛНЦА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
04.00 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
05.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА». (16+)
07.40 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
09.50 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
11.35 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
13.15 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
15.30 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
17.00 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
18.20 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
20.30 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
21.50 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
23.25 «ТЕБЕ КОНЕЦ!» (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.00 «ДОМОВОЙ». (6+)
07.40 «НЯНЬКИ». (16+)
09.25, 04.25 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
11.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
12.20 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
14.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
15.55 «ПОРТ». (16+)
17.35 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
19.10 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
20.35 «СТОРОЖ». (16+)
22.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
00.00 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
01.35 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
02.55 «ПОРТ». (16+)
05.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.25 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-2». (16+)
03.55 «ГОЛЛИВУДСКИЕ КОПЫ». (12+)
06.05 «НЕВЕРОЯТНЫЙ БЁРТ УАНДЕРСТОУН». (12+)
07.55 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
09.50 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
11.40 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)
13.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ». (16+)
15.25 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (6+)
17.40 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТОВЫЙ ПОХОД». (12+)
21.50 «К ЧЕРТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
23.45 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.00, 01.00, 02.00, 02.50, 03.45 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
04.40, 06.00 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)
07.15 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
09.05, 10.00, 11.00, 12.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
12.55 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВИНИТЬ КЛАВУ К.» (6+)
14.20 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
16.10 «ЧУЖОЙ ЗВОНОК». (6+)
Драма, СССР, 1985 г.
17.30 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
19.00, 20.30 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+)
21.45 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
23.45 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.50, 13.45, 14.40 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.25, 16.15, 17.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
17.50, 18.40, 19.35, 20.30, 21.25, 22.20 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.15 Суббота! News. (16+)
23.25, 00.20, 01.15 «КОСТИ». (16+)
02.05 Пацанки. (16+)
03.35, 03.55 Оденься к свадьбе. (16+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2008 г. В ролях: Владимир Жеребцов, Виолетта Давыдовская, Алексей Анищенко
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)

CTC LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)
06.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
10.05 «КУХНЯ». (16+)
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2009 г.
Вы помните, как впервые увидели свою вторую половину? Кто-кто, а Константин Воронин никогда этого не забудет, ведь впервые он увидел Веру… почти голой.
00.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.00 Даёшь молодёжь! (16+)
05.00 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (12+)
Боевик, приключения, Финляндия, Великобритания, 2014 г.
11.40, 19.40, 03.40 «ВСПОМНИ ВСЁ». (16+)
Драма, детектив, Великобритания, США, 2017 г.
13.35, 21.35, 05.35 «БЮРО». (16+)
14.40, 22.40, 06.40 «БАМБУ» (субтитры). (16+)
Комедия, Франция, 2009 г.
16.20, 00.20, 08.20 «ХИРОСИМА, МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Драма, мелодрама, Япония, Франция, 1959 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

10.15 Крымские дачи. (12+)
10.45 Идеальный сад. (12+)
11.15 Сад в радость. (12+)
11.45 Преданья старины глубокой. (12+)
12.20 Сам себе дизайнер. (12+)
12.35 Дачные хитрости. (12+)
12.50 Старинные русские усадьбы. (12+)
13.25 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)
13.55 Огород круглый год. (12+)
14.25 Паштет. (12+)
14.45, 22.15 Дачные радости. (12+)
15.15 Альтернативный сад. (12+)
15.50 Сельсовет. (12+)
16.10 Усадьбы будущего. (12+)
16.40 Букет на обед. (12+)
16.55 Огород от-кутюр. (12+)
17.25 Урожай на столе. (12+)
18.00 Сладкая жизнь. (12+)
18.15 Чужеземцы. (12+)
18.35 Кашеварим. (12+)
18.50 Декоративный огород. (12+)
19.20 Лучки&Пучки. (12+)
19.40 Нетипичный огород. (12+)
19.55 Идите в баню. (12+)
20.15, 20.25 Огород круглый год. (12+)
20.45 Топ-10. (12+)
21.15 Муж на час. (12+)
21.45 Секреты стиля. (12+)
22.45 ЗаСАДа. (12+)
23.20 Искусство в интерьере. (12+)
23.35 Готовим на Майорке. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.15, 15.25 Рыбалка без границ. (12+)
07.45, 15.55 Охота: собачья работа. (16+)
08.15 Технология зимнего клева. (12+)
08.50 Тропа рыбака. (12+)
09.20 Зов предков. (16+)
09.50 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
10.20 Сам себе охотник. (16+)
10.50 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
11.20, 19.30, 23.30 Пофестивалим! (16+)
11.50, 20.00, 00.00 На охотничьей тропе. (16+)
12.20 Донка против фидера. (16+)
12.50, 21.00 Территория льда. (16+)
13.20 Особенности охоты на Руси. (16+)
13.50 Научи меня рыбачить. (12+)
14.20 Давай зарубимся! (12+)
14.35 Рыбалка сегодня. (16+)
14.55 Мир охотника. (12+)
16.25 В поисках лосося. (16+)
17.00 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
17.30 Сезон охоты. (16+)
18.00 Следопыт. (12+)
18.30 Мой мир - рыбалка. (12+)
19.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
20.30 Рыбалка 360. (6+)
21.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
22.00 Планета рыбака. (12+)
22.30 Блондинка на охоте. (16+)
23.00 Трофеи. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
Сертифицированные тренеры высшей категории научат вас снимать стресс, заряжаться позитивом и терять вес под зажигательные ритмы Zumba.
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
08.40 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.00 Новости
19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55, 21.50 Шоу «Назад в будущее». (16+)
22.40 Всемирные игры разума. (12+)
23.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
02.35 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
03.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
03.30 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)

ПОБЕДА

05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
07.50 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
09.10 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
10.50 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
Октябрь 1941 года, Подмосковье. Курсанты Подольских артиллерийского и пехотного училищ получают приказ занять оборону на Ильинском рубеже, чтобы до подхода подкрепления совместно с регулярными частями 43-й армии сдерживать наступление фашистских захватчиков. Вчерашние мальчишки, ценой собственных жизней, помогают остановить многократно превышающие силы врага…
13.10 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
17.10 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «В ДАЛЁКОМ СОРОК ПЯТОМ… ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)
02.40 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия. Екатеринбург. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.30, 07.30, 08.40 На ножах (субтитры). (16+)
10.00, 10.30, 11.00, 11.30 «УЧИЛКИ В ЗАКОНЕ-2». (16+)
12.00 Белый китель. (16+)
13.00 На ножах (субтитры). (16+)
14.00, 15.00, 16.00 На ножах. (16+)
17.00, 18.00 На ножах (субтитры). (16+)
19.00 На ножах. Оренбург. Опера. (16+)
20.00 Молодые ножи. (16+)
21.30 Белый китель. (16+)
23.00 «ШЕРЛОК». 2 сезон. 2 серия. «Собаки Баскервиля» (субтитры). (16+)
Сериал. Великобритания, 2011 г.
00.30 Пятница News. (16+)
01.00 Дикари. Таиланд (субтитры). (16+)
02.00 Дикари. Филиппины-2 (субтитры). (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия. Якутия. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.10 Папа попал. (12+)
08.55 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
Утренний эфир с новыми историями любви участников реалити.
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
Реалити-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток, поборются за звание «Лучшая хозяйка» и приз в 100 тысяч рублей. В каждом выпуске одна из невесток под строгим контролем своей свекрови приготовит по три блюда, при этом уложится в пять тысяч рублей и три часа готовки.
15.00 Супермама. (16+)
17.00 Беременна в 16. (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.15 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Революция 1917 года. (12+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Тайное становится явным. (12+)
04.05 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05 Первая мировая. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 300 лет Полтавской битве. (12+)
08.00, 09.00, 10.00, 11.00 «СПУТНИКИ». (16+)
11.55 Камиль Писсарро. По следам отца импрессионистов. (12+)
13.00 Литературный музей между прошлым и будущим. (12+)
13.30 Тайное становится явным. (12+)
13.45, 14.35 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
15.25 Лектор Персармии. (12+)
16.00 Битва ставок. (12+)
16.45 Великие изобретатели. (12+)
17.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.55, 18.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
20.00, 20.45 Ступени Победы. (12+)
21.35 История Великой хартии вольностей. (12+)
22.35 Подземная Италия. (12+)
23.50 Семь дней истории. (12+)

VIASAT HISTORY

06.05 Невероятные изобретения. (12+)
06.25 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)
07.15 Загадки Египта: Упадок и падение. (12+)
08.05 Планета сокровищ: Африка. (6+)
09.00 Планета сокровищ: Индия. (6+)
09.55 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)
10.50 Планета сокровищ: Латинская Америка. (6+)
11.50 Планета сокровищ: Европа. (6+)
12.45, 13.45, 14.50 Кельты: кровью и железом. (12+)
15.55 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
16.40 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
17.30 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
18.20, 19.15 Последний поход викингов. (12+)
20.10 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
21.00 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
21.50 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
22.40 Место преступления: древность. (16+)
23.40 Загадки Египта: Упадок и падение. (12+)
00.25, 01.25, 02.15, 03.05, 04.00 Планета сокровищ. (6+)
04.50 Последний поход викингов. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.20 Научные глупости. (16+)
06.45 Ледяная дорога. (16+)
07.30 Суперкар со свалки. (16+)
08.25 Инстинкт выживания. (16+)
09.15, 10.10 Затерянные сокровища Египта. (16+)
11.00, 21.50 Дикий тунец. (16+)
11.50, 21.00, 02.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
12.35 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
13.25, 14.15 Авто-SOS. (16+)
15.10 Непокорный остров. (16+)
16.00 Аляска: Новое Поколение. (16+)
16.50 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
17.40 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
20.10, 00.15 Расследование авиакатастроф. (16+)
22.40 Поймать контрабандиста. (16+)
23.30 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
01.05 Злоключения за границей. (16+)
01.55 Граница. (16+)
03.30 Международный аэропорт Дубай. (16+)
04.15 Игры разума. (16+)
05.00, 05.25 Фабрика еды. (16+)
05.35 Сделать за один день. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Самые милые питомцы Америки. (12+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Неизведанная Европа. (12+)
10.17, 11.10, 12.04 Невероятные бассейны. (12+)
12.58 Дома на деревьях. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Правосудие Луизианы. (16+)
16.34, 17.28, 18.22 Дома для животных. (12+)
19.16 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
20.10 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
21.04 Доктор Джефф: ветеринар Рокиа-Маунтин. (16+)
21.58, 02.15 Дома на деревьях. (12+)
22.52 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
23.46, 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
00.40 Зоопарк. (6+)
01.28 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
03.00 Зоопарк Ирвинов. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (12+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тюнинг. (12+)
10.18 Между небом и землей. (16+)
11.12 Грязная работенка. (12+)
12.06, 13.00, 13.54 Не пытайтесь повторить. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Крутой тюнинг. (12+)
16.36 Лучший моделист. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (12+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
19.18, 19.45 Как это устроено? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Сурикаты: дивный новый мир. (16+)
22.00, 03.45 Школа акул. (12+)
22.54 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
23.47, 00.14, 00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Как это устроено? (12+)
02.15 Быстрые и громкие. (12+)
03.00 Сурикаты: дивный новый мир. (16+)
04.30 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
08.05, 08.31 Оденься к свадьбе. (12+)
08.57, 09.23 Большие мечты о маленьком доме. (12+)
09.49, 10.15 Любовь с первого лайка. (16+)
10.41 Семья Шантель. (16+)
11.33 Оденься к свадьбе. (12+)
12.25, 16.50 Коронованные детки. Где они сейчас? (16+)
13.18 Оденься к свадьбе. (12+)
14.11 Они поменялись едой. (16+)
15.04 Жить непросто людям маленького роста! (12+)
15.57 7 маленьких Джонстонов. (12+)
17.43 Расследование продолжается. (16+)
18.36 Они поменялись едой. (16+)
19.30, 19.57 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
20.24, 20.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
21.18, 00.48 В большом теле. (16+)
22.11, 01.37 Люди-альбиносы. (12+)
23.04, 02.25 Спасите мои ноги. (18+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Голая недвижимость. (16+)
04.24 Расследование продолжается. (16+)
05.12 Монстры внутри меня. (16+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Баскетбол. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 02.50 «6х6». Волейбольное обозрение. (0+)
08.25, 02.40 Мини-футбол в России. (0+)
08.35 Ирина Слуцкая. Бесконечный лёд. (6+)
09.30 Анатомия спорта. (0+)
10.05, 13.05, 22.10 Волейбол. Лига чемпионов. (0+)
11.55 Большая вода. (12+)
12.10 Где рождаются чемпионы? Билял Махов. (12+)
12.40 Десятка! (0+)
14.55, 21.10 Вид сверху. (12+)
15.25, 21.40 Гандбол. Чемпионат Европы. Обзор. (0+)
16.00, 20.50 Мини-футбол. Задача максимум. (12+)
16.20 Специальный репортаж. (12+)
16.40 Любовь под грифом «секретно». (12+)
17.35 Игры королей. (12+)
17.55 Баскетбол. Евролига. Женщины. Прямая трансляция
19.55 Есть тема! (12+)
00.00 Настольный теннис. Лига чемпионов. (0+)

EUROSPORT 1

00.00 Essential Olympic. (16+)
00.10, 00.25 Winter Tracks. (16+)
00.40, 22.25 Новости. (16+)
00.45, 22.30 The Minute. (16+)
00.50, 01.55 Теннис. Australian Open. 1-й круг. (6+)
02.55, 05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Теннис. «АТР: За кадром». (6+)
16.45 Олимпийские игры. «Speed Boarders» (субтитры). (16+)
17.15, 17.45 Олимпийские игры. «Олимпийский форпост» (субтитры). (16+)
18.15, 18.45 Олимпийские игры. «Вопреки всему» (субтитры). (16+)
19.15, 21.00 Теннис. Australian Open. 2-й круг. (6+)
22.35 Снукер. «Мастерс». Финал. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40, 15.00, 18.00, 22.00 PRO-новости. (16+)
09.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
10.00, 22.20 Наше. (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
13.15 Студия 69. Поменялись хитами. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)
16.00 До и после: шокирующая трансформация звёзд. (16+)
17.00 Хит-сториз. (16+)
17.30, 18.15 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
19.00 TikTok чарт. (16+)
20.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
00.00 10 sexy. (18+)
01.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Бобр добр». (0+)
09.35, 17.00 «Маугли». (0+)
10.00, 14.00, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
11.25, 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.30 «Ник-изобретатель». (0+)
17.15 «Фиксики». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.25 «Цветняшки». (0+)
18.35 «Малышарики». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Отряд «Призрак». (6+)
08.20 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.45, 17.35, 21.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.40 «Гравити Фолз». (12+)
15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
16.40 «Город героев: Новая история». (6+)
19.30 «Упс… Ной уплыл!» (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «Отель Трансильвания». (12+)
02.05 «7 гномов». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Лунтик и его друзья», «Домики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.00 «Четверо в кубе». (0+)
10.10 «Роботы-поезда». (0+)
10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
11.10 «Смешарики». (0+)
12.10 «Легенды Спарка». (0+)
12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.10 «Бен 10». (12+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям!
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
Если вы никогда не слышали о сервисе такси в космосе, то сейчас вы будете удивлены!
15.55 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
16.05 «Барбоскины». (0+)
Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
18.30 «Ник-изобретатель». (0+)
Это весёлые истории про мальчика-изобретателя и его удивительных роботов!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Зебра в клеточку». (0+)
Добрый музыкальный мультсериал про приключения зверей. О том, что все мы разные, и поэтому нам так интересно дружить и общаться!
22.00 «Геомека». (6+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.55 «Герои Гуджитсу». (6+)
23.05 «Инфинити Надо». (6+)
Приключения друзей, которые мастерски сражаются в игре под названием Надо.
23.35 «Простоквашино». (0+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

07.10, 09.04, 13.39, 14.44, 15.50, 19.46, 21.25, 22.14 «Бобр добр». (0+)
07.40, 09.34, 14.06, 15.13, 16.21, 20.17 «Богатырята». (6+)
07.55, 09.48, 14.19, 15.28, 16.33, 20.32, 21.55 «Домики». (0+)
08.20 «Чужой среди айсбергов». (0+)
08.34 «Белозубка». (0+)
08.48, 12.40, 13.23, 19.30 «Летающие звери». (6+)
10.10, 11.13, 16.55, 18.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
10.26, 11.29, 17.11, 18.16 Я сегодня нарисую. (6+)
10.41, 11.44, 17.26, 18.31 Проще простого! (6+)
Здесь каждый найдет себе занятие по душе!
10.57, 12.00, 17.42, 18.47 Шах и мат! (6+)
12.15, 13.00, 19.05 «Макс Стил». (12+)
21.00, 22.41 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
09.00 «Доставка Пиквика». (0+)
10.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Фиксики». (0+)
14.00 «Приключения Тайо». (0+)
15.50 «Ответы от кометы». (0+)
15.55 «ТриО!» (0+)
16.10 «Зебра в клеточку». (0+)
18.00 «Медвежонок Помпон». (0+)
20.00 «Три кота». (0+)
22.00 «Фиксики». (0+)
00.00 «Мир за минутку». (0+)
00.05 «Доктор Малышкина». (0+)
00.10 «Пластилинки». (0+)
00.15 «Чик-чирик English». (0+)
00.20 «Оранжевая корова». (0+)
Мультсериал о приключениях оранжевых коров!
02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Монастырская кухня. (0+)
05.40 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 2 серия. (0+)
07.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
13.00 Крещение Господне. Цикл: Праздники. (0+)
13.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 День Ангела. Святитель Феофан Затворник. (0+)
15.35 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)
17.40, 19.05 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». 1-2 серии. (0+)
СССР, 1980 г. В ролях: Олег Меньшиков, Лесь Сердюк, Виктор Уральский
Телефильм по одноименной повести В. Смирнова.
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.45 Во что мы верим. (0+)
00.45 День Патриарха. (0+)
01.00 Иоанн Креститель
Цикл: Пророки. (0+)
01.30, 02.00 Двенадцать. (12+)
02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

19 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа.

Преставление свт. Феофана, Затворника Вышенского.

Поста нет.

« Искуплением обновлено человеческое естество. Богочеловек обновил его Собою и в Себе. Такое обновленное Господом естество человеческое прививается, так сказать, к естеству падшему посредством Крещения».
Свт. Игнатий Брянчанинов

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Ежели супруги много лет любят друг друга, то влюбленность неприметно переходит в сладостную привычку, и пылкая страсть сменяется нежной дружбой.
Жан-Жак Руссо

Большая любовь и маленькие испытания

Готовя ужин, я нарочито громко гремела на кухне посудой. Нет, ну каков, а?! Даже скрывать не пытается, что ему небезразлична бывшая жена.

Сходили, называется, в кино. Билеты брали на комедию, а смотреть пришлось экшен, и не просто смотреть, а участвовать в нем в качестве главных персонажей.

«Вам надо поговорить»

– Мам, понравилось кино? – встретила нас дочка. – Обедали? Пап? В кафе маму водил, как собирался?

Я саркастически фыркнула. Боря сбежал в спальню, громко включил телевизор и закрыл дверь.

– Что-то случилось? – осторожно поинтересовалась у меня Маша.

– Дочь, я потом тебе все расскажу, хорошо? – попыталась улыбнуться я дочке.

– Ну ясно, – отодвинула та от себя чашку, – снова поцапались? Ладно, не стану в душу лезть. Мам, я через полчаса убегу, буду поздно. Не переживай, меня Вадик заберет и проводит. Да и вам с отцом нужно одним побыть, поговорить.

Как десять лет назад

Мы сто лет с Борисом никуда не ходили. Какие уж тут свидания, когда возраст и болезни одолели? А тут дочка на день рождения подарила мне абонемент в спа-салон. И так я там хорошо отдохнула, что сразу захотелось эту красоту миру показать. Ну я и купила два билета в кино.

– С меня тогда кафе, – воодушевился муж. Погладил новую рубашку, ботинки начистил.

– Как на свадьбу собираетесь, – смеялась Маша.

– А что? Мы, может, еще и повенчаемся, – хорохорился Боря. – А то живем уже вон сколько лет, а все невенчанные.

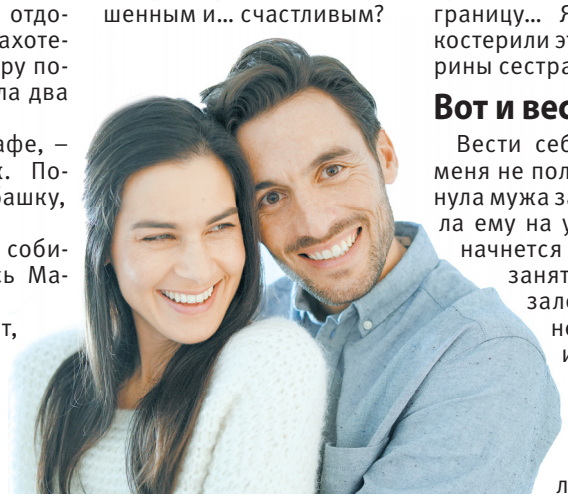
У меня на душе потеплело. А я столько лет его в храм тащила, он все никак. Созрел, значит.

Борькина зазноба

– Боря?

Мы стояли с мужем в холле кинотеатра, когда к нам «подплыла» дама с задорной стрижкой и в обтягивающих брючках.

– Жанна? – муж выглядел растерянным, ошарашенным и… счастливым?



– Хорошо выглядишь, – прощебетала дама. Дама в летах, это было видно. Но до чего же хороша! Спа-то, видать, у нее не раз в год по случаю, а на регулярной основе.

– Жанна, – дамочка блеснула маникюром. – Бывшая Борина жена. Он ведь говорил обо мне?

Говорил, что уж там. Разбила сердце… ушла к другому… переехала за границу… Я помню, как костерили эту дамочку Борины сестра и мама.

Вот и весь сказ

Вести себя достойно у меня не получилось. Я тянула мужа за рукав, шипела ему на ухо, что скоро начнется сеанс и нужно занять свои места в зале, обвиняла в нелюбви ко мне и неравнодушии к бывшей жене. Поцапались. Кино не досмотрели, в кафе не пошли, домой вернулись на троллейбусе злые и вконец рассорившиеся.

И вот готовлю плов, гремлю посудой, выражая тем самым свое недовольство, а Борьке хоть бы хны. Заперся в спальне, телик у него орет.

Слезы текли сами собой. Ну почему, почему так? Стираю, глажу, убираю. Вроде хорошая жена. А он вон встретил свою бывшую, и ни рубашки ему не нужны, ни плов, ни ласка – все забылось. Наглядеться на эту… эту… не мог.

«Прости дурака»

– Ну чего ты тут сковородкам репрессии устраиваешь? – Боря вошел на кухню.

– Злюсь, обижаюсь, – просто ответила я. Мы как-то сразу решили проговаривать свои чувства и мысли без обиняков, не устраивать соревнования по намекам и иносказаниям.

– Прости, что обидел, – муж осторожно обнял. – Растерялся я, не ожидал ее увидеть. В душе все перевернулось. А вот сейчас лежал в комнате и думал-думал. Дурак. У меня такое счастье рядом – ты, дочка… Ты уж прости меня, Валечка, дурака. Я тебя люблю. Только тебя и Машку. Бросай тут все, пошли в кафе.

– У меня плов готов и салат, – хлюпнула я носом.

– Да? – улыбнулся муж. – Тогда сегодня ужинаем дома, а завтра я тебя в ресторан веду.

Я обняла мужа:

– И ты меня прости за сцену в кинотеатре. Я тоже тебя очень-очень люблю.

ВАЛЕНТИНА

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

ПЕРВЫЙ

09.50 Жить здорово! (16+)

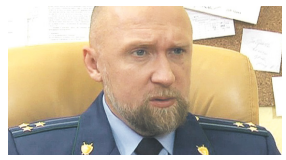
05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«ИЩЕЙКА»: НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
22.35 Большая игра. (16+)
23.30 «Вечерний Ургант». Лучшее. (16+)
00.25 «Ингеборга Дапкунайте. «Все, что пишут обо мне - неправда». (12+)
01.40 Время покажет. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ

14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ». (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 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
Бесследно исчезла невеста в ночь перед венчанием. Её родители обращаются к Ларисе с просьбой разыскать пропавшую
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (16+)
23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 **«ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)
04.00 **«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)

5-Й КАНАЛ



01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

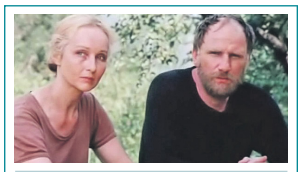
05.00 «Известия». (16+)
05.45 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ».** (16+)
06.35 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
08.35 День ангела. (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
17.30 «Известия». (16+)
17.45 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
19.45 **00.30 «СЛЕД».** (16+)
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
В парикмахерской, в которой работает Оксана Бубнова, убит пенсионер Березин, бывший преподаватель колледжа, где учились все работницы парикмахерской. И все признаются, что ненавидели Березина во время учёбы
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
01.15 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
03.15 «Известия». (16+)
03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

НТВ

17.50 ДНК. (16+)

05.20 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
13.00 Сегодня
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
19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
20.00 **«НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)
23.15 Сегодня
23.35 ЧП. Расследование. (16+)
00.15 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
00.50 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
01.45 **«ВО ВЕКИ ВЕЧНЫЕ».** (16+)
03.10 **«СХВАТКА».** (16+)

РОССИЯ К Культура



08.50 «ПРОСТИ НАС, САД...»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 «Тайны Нила»
08.35 Цвет времени
08.50 **«ПРОСТИ НАС, САД...»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 XX век
12.05 00.40 «Роман в камне»
12.35 **22.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
13.45 Абсолютный слух
14.30 «История русского быта»
15.05 Новости. Подробно. Театр
15.20 Моя любовь - Россия!
15.50 Спектакль «Дядя Ваня»
17.05 «Запечатленное время»
17.35 01.05 К 100-летию Московской филармонии
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Да будет!» 70 лет Римасу Туминасу
21.35 «Энигма»
02.00 «Борис Покровский. Недосказанное»

СТС

20.00 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: ВОЙНА». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Защитники Олуха». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
09.25 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: РЕВОЛЮЦИЯ».** (16+)
12.00 Русский ниндзя. (16+)
14.45 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (16+)
18.30 **«СЕМЕЙКА».** (16+)
20.00 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: ВОЙНА».** (16+)
Клан, возглавляемый шимпанзе Цезарем, подвергается в лесу нападению военизированной группы. У них на службе находятся обезьяны - последователи Кобы, который возглавил неудачный переворот против Цезаря, и был убит...
22.45 **«ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ».** (12+)
02.35 **«ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ».** (16+)
04.10 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
05.45 «6 кадров». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 **«ТРИ В ОДНОМ».** (12+)
10.35 04.40 «Станислав Садальский. Одинокий шут». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 **«РОМАН С ДЕТЕКТИВОМ».** (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 **03.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (12+)
16.55 «Ян Арлазоров. Все беды от женщин». (16+)
18.15 **«ПРИЗРАК УЕЗДНОГО ТЕАТРА».** (12+)
22.30 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актерские драмы. Роль как проклятье». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 03.00 Петровка, 38. (16+)
00.55 Хроники московского быта. (16+)
01.35 «Прощание». (16+)
02.15 «Битва за наследство». (12+)

ЗВЕЗДА

05.20 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.25 **«ЧИНГАЧГУК - БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ».** (12+)
11.20 «Открытый эфир». (12+)
13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
13.25 «Сделано в СССР». (12+)
13.40 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Афганистан. Неизвестная война инженерных войск». (16+)
19.40 Легенды телевидения. (12+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.40 **«БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ».** (12+)
01.15 **«ВТОРЖЕНИЕ».** (12+)
02.45 **«СВЕТЛЫЙ ПУТЬ».** (6+)
04.20 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)

ОТР

06.00 17.00 «Крещение Руси». (12+)
06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТРажение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«ИСПАНСКАЯ АКТРИСА ДЛЯ РУССКОГО МИНИСТРА».** (16+)
11.45 23.40 «Большая страна: территория тайн». (12+)
12.00 13.20 ОТРажение-2. Информационная программа
16.20 22.35 04.50 «Прав!Да?» (12+)
18.00 19.30 ОТРажение-3. Информационная программа
21.00 **«ЕДИНСТВЕННАЯ».** (12+)
23.15 «Фигура речи». (12+)
00.10 «10 дурацких способов ловить рыбу зимой». (12+)
01.00 ОТРажение-3. (12+)
03.20 «Потомки». (12+)

РЕН

05.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «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 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 03.55 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«ЗНАМЕНИЕ».** (16+)
22.20 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 **«ЯДОВИТАЯ РОЗА».** (18+)
02.15 **«КОРРУПЦИОНЕР».** (16+)
04.45 «Документальный проект». (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.10 Знаки судьбы. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
19.30 **«СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
23.00 **«ЭВЕРЛИ».** (18+)
Женщина, которая на протяжении длительного времени была любовницей главы якудзы, но сдала его полиции, пытается выжить в схватке с бойцами якудзы, чтобы спасти себя и своих родных
01.00 **«БАШНЯ».** (16+)
Юля приходит устраиваться на работу в новую современную высотку в центре Москвы, где расположено множество офисов. Здание полно высокотехнологичного оборудования, здесь самая лучшая в городе охрана и безупречная система сигнализации... Прождав достаточно долгое время встречи с боссом, Юля слышит сигнал учебной тревоги…

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 «Реальная мистика». (16+)
07.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.50 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.10 «Понять. Простить». (16+)
13.15 «Порча». (16+)
13.45 «Знахарка». (16+)
14.20 «Верну любимого». (16+)
14.55 **«СОЛНЕЧНЫЕ ДНИ».** (16+)
19.00 **«НАСТУПИТ РАССВЕТ».** (16+)
23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.00 «Реальная мистика». (16+)
02.05 «Верну любимого». (16+)
02.35 «Порча». (16+)
03.00 «Знахарка». (16+)
03.25 «Понять. Простить». (16+)
04.15 Тест на отцовство. (16+)
05.55 Домашняя кухня. (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

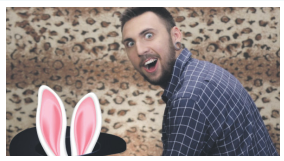
Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные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

ТНТ-СПБ

23.35 «ГОРЬКО!-2». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.25 «Перезагрузка». (16+)
09.00 **«ИНТЕРНЫ».** (16+)
10.30 **«ПОЛЯРНЫЙ».** (16+)
12.30 **«САШАТАНЯ».** (16+)
15.00 **«УНИВЕР».** (16+)
18.00 **«ПОЛЯРНЫЙ».** (16+)
20.00 **«МНЕ ПЛЕВАТЬ, КТО ВЫ».** (16+)
Женя на сеансе у психолога пытается узнать, как действовать после первого поцелуя, является ли это чем-то или надо сказать о своих чувствах. Психолог и Ирина Владимировна с жесткого похмелья после их посиделок плохо понимают, что он хочет
21.00 «Двое на миллион». (16+)
22.00 **«ДОМАШНИЙ АРЕСТ».** (16+)
23.35 **«ГОРЬКО!-2».** (16+)
01.35 «Импровизация». (16+)
02.20 **«НЕРЕАЛЬНЫЙ ХОЛОСТЯК».** (16+)
04.30 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)

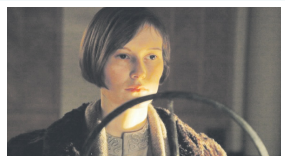
ЧЕ



14.00 «+100500». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.15 На троих. (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому на телеканале «ЧЕ!» появилась программа о защите честных отношений. Её ведущие помогают заявителям опровергнуть или установить факт измены и разоблачить обманщиков
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ



12.55 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (12+)

06.00 08.50 12.30 15.05 18.50 22.35 Новости
06.05 15.10 18.10 21.55 00.45 Все на Матч!
08.55 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.15 **«СТРИТРЕЙСЕРЫ».** (16+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 **«ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ».** (12+)
15.50 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция
18.55 Баскетбол. УНИКС - «Барселона». Евролига. Прямая трансляция
20.55 Баскетбол. «Зенит» - «Монако». Евролига. Мужчины. Прямая трансляция
22.40 Футбол. «Арсенал» - «Ливерпуль». Прямая трансляция
01.35 «Есть тема!» (12+)
01.55 Баскетбол. УГМК - «Сексард». (0+)
04.00 **«ЮНАЙТЕД: МЮНХЕНСКАЯ ТРАГЕДИЯ».** (16+)

СПБ

23.10 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (16+)

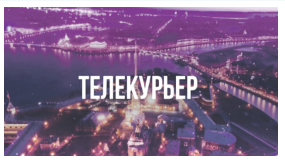
07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
12.20 Малые родины. (6+)
13.10 15.15 22.15 Новости спорта. (12+)
13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
13.20 «Адаптация». (6+)
13.55 17.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 20.00 **«ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ».** (16+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
22.25 «Фейки недели». (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Вектор успеха». (12+)
23.10 **«НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ».** (16+)
01.45 **«СКАНДАЛЬНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ В БРИКМИЛЛЕ».** (12+)

ЛЕНТВ24

17.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 **«КОРОЛЕВА ИГРЫ».** (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 **«ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ».** (12+)
13.10 **«ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ».** (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 «Экстремальный фотограф». (12+)
16.05 **«НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК».** (16+)
17.10 02.40 **«СВИДЕТЕЛИ».** (16+)
19.00 23.00 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
19.40 «Народовластие». (12+)
20.10 04.20 **«ФАРЦА».** (16+)
21.10 **«В ПЛЕНУ НАДЕЖДЫ».** (16+)
23.40 **«СЕМЬЯ».** (12+)
01.15 **«ЛОК».** (16+)
05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)

78 КАНАЛ



18.10 «Телекурьер». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00 21.00 23.00 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «Прогноз погоды». (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Перелом. Хроника Победы». (12+)
18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

ЦВЕТОВОДСТВО

Комнатные растения дают ощущение близости к природе.

Выбираем цветы *для детской*

Они расслабляют, успокаивают и очищают воздух. И просто, цветы – это всегда позитивно и красиво. Сегодня мы расскажем об основных полезных правилах и посоветуем несколько растений.

Важные правила

1 Не размещайте в детской комнате цветущие растения с сильным ароматом. От любого, даже приятного, но постоянного сильного навязчивого аромата может разболеться голова, возбудиться нервная система, ухудшиться качество сна.

2 Если ребенок совсем маленький, делает первые шаги, лучше в комнате разместить растения вне зоны досягаемости. Например, подвесить в кашпо. Таким образом малыш до них не дотянется и не «попробует на зубок».

3 По мере взросления обитателя комнаты можно добавлять растения на подоконниках, этажерках. Но старайтесь избегать очень больших растений в кадках, чтобы случайно ребенок не опрокинул их на себя. Крайне нежелательны для детской растения с колючками или ядовитые, какими бы красивыми они внешне ни были.

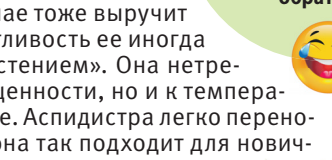
Спатифиллум

Весьма очаровательное и безобидное растение. В уходе несложное. Но для активного цветения и более пышной листвы необходимо разместить его на подоконнике восточного или западного направления. На южных окнах цветок необходимо защищать от жгучих полуденных солнечных лучей в летнее время. Цветет спатифиллум с весны и до осени белыми цветами, напоминающими парус: белые кораблики среди зеленого моря листвы...

Аспидистра

Подойдет, если комната ребенка расположена на северной стороне и света для растений недостаточно. Или если вы хотите разместить растение в глубине комнаты, в этом случае тоже выручит аспидистра. За неприхотливость ее иногда называют «железным растением». Она нетребовательна не только к освещенности, но и к температуре, поливу, влажности, почве. Аспидистра легко переносит ошибки в уходе. Поэтому она так подходит для новичков в цветоводстве, что вы запросто можете доверить ухаживать за ней ребенку.

– Мам, а знаешь, сколько зубной пасты в тюбике?
– Нет, сынок, не знаю.
– От умывальника до фикуса в зале, потом до твоей любимой пальмы и обратно.

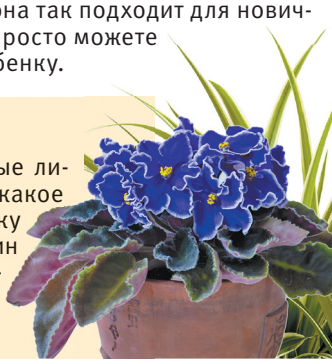


Хлорофитум

Его называют даже санитаром воздуха, настолько хорошо он очищает помещение от вредных веществ и микроорганизмов. В уходе он совершенно непритязателен. Не обидится, если вы забудете его полить. Цветет мелкими белыми цветочками и выпускает стрелки, на которых образуются детки. Детки можно пересадить в новые емкости или оставить на материнском растении, тогда они будут создавать еще больше пышности и объема. Кстати, интересно выглядят высаженные в одной емкости зеленый и пестрый хлорофитум. 2-3 растения, посаженные в один горшок, также будут выглядеть более пышными и кустистыми.

Узумбарская фиалка

Всегда очаровательна. О ее пушистые листики ребенок никогда не поранится. Цветение всегда радует глаз. А уж какое огромное разнообразие форм и сортов! Всегда можно подобрать фиалку под интерьер детской комнаты. И каких названий только нет: Золушкин сон, Жар-птица, Зефир, Зеленый дракон, фиалки с именами (Оксана, Олеся, Мария и др.). Наверняка вашему ребенку понравится ухаживать, например, за Зеленым драконом или оберегать Золушкин сон.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

10.00 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
11.55 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)
13.25 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!» (12+)
15.15 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
17.00, 05.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
18.50 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
СССР, Швеция, 1989 г.
21.30 «СТАРШИЙ СЫН». (12+)
СССР, 1975 г.
23.55 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
01.40 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
04.00 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)

TV1000

05.55, 06.35, 17.20, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
07.30 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
10.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
12.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
13.40 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
15.30 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
19.00 «ИСПАНСКИЙ-АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
21.30 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)
23.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУБУЮ ЛАГУНУ». (16+)
01.15 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫБЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)
03.10 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.45 «ЛЁД». (12+)
07.45 «ЛЁД-2». (6+)
10.00 «НА ОСТРИЕ». (12+)
12.00 «ОДИН ВДОХ». (12+)
13.50 «ЖГИ!» (12+)
15.40 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
17.40 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
20.00 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
Россия, 2013 г. В ролях: Константин Хабенский, Анфиса Черных, Елена Лядова, Александр Робак, Евгения Брик
22.10 «СЕЛФИ». (16+)
Россия, 2017 г.
00.15 «ПЕТРОВЫ В ГРИППЕ». (18+)
02.35 «ЖГИ!» (12+)
04.10 «ОДИН ВДОХ». (12+)

ДОМ КИНО

05.55 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
07.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.30 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «8 ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ». (16+)
Россия, 2012 г. В ролях: Оксана Акиньшина, Владимир Зеленский, Екатерина Варнава, Денис Никифоров
16.35 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
18.10 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
02.55 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
04.55 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМНАТЫ». (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

06.50 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
08.15 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
10.20 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
11.40 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
13.15 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА». (16+)
15.05 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
17.15 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
19.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
20.30 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
22.25 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
23.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.00 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
08.40 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
10.00, 04.50 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
11.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
13.35 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
15.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
16.35 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
18.00 «СТОРОЖ». (16+)
19.50 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
21.20 «КОРПОРАТИВ». (16+)
23.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
00.35 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
02.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
03.15 «ДОМОВОЙ». (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

03.50 «2+1». (16+)
05.55 «РЖЕВСКИЙ ПРОТИВ НАПОЛЕОНА». (16+)
07.30 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)
09.20 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
11.10 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (6+)
13.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-2». (16+)
15.15 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТОВЫЙ ПОХОД». (12+)
17.40 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
21.45 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
23.30 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.40, 01.40, 02.35, 03.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
04.40 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
06.25 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
07.55 «СОЧИНЕНИЕ КО ДНЮ ПОБЕДЫ». (12+)
10.05, 11.00, 12.00, 13.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
13.55 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
15.50 «ЛИВЕНЬ». (16+)
17.10 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (6+)
Мелодрама, СССР, 1961 г.
19.00, 20.20 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
21.40 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (6+)
Драма, военный фильм, СССР, 1983 г.
23.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.55, 13.40, 14.35 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.30, 16.20, 17.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
17.55, 18.50, 19.45, 20.40, 21.35, 22.25 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.20 Суббота! News. (16+)
23.30, 00.25, 01.20 «КОСТИ». (16+)
02.10 Пацанки. (16+)
03.40, 04.05 Оденься к свадьбе. (16+)
04.25 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2013 г.
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)
01.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
04.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)

CTC LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)
06.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
10.05 «КУХНЯ». (12+)
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
00.05 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
Ребята решают осмотреть загадочную комнату. Пока они отсутствуют, пропадают их мобильники и украшения. Елена и Вадим продолжают находиться под завалом. Куриленко пытается сбежать из больничного блока…
01.55 Даёшь молодёжь! (16+)
05.00 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ДОЛЖНИК». (16+)
11.30, 19.30, 03.30 «НЕВЕЗУЧИЙ». (12+)
Комедия, Италия, 2020 г.
13.10, 21.10, 05.10 «ГЛАВНЫЙ ГРЕК РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ». (12+)
Историческая драма, Россия, 2018 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ГИПОСОМНИЯ». (16+)
Триллер, криминальная драма, Германия, 2020 г.
16.10, 00.10, 08.10 «ГОЛЕМ». (18+)
Криминальный триллер, Великобритания, 2016 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
07.40 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
Сериал. Боевик, криминал, Россия, 2012 г.
10.00 Новости
10.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
18.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
19.00 Новости
19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55, 21.50 Шоу «Назад в будущее». (16+)
22.40 Всемирные игры разума. (12+)
23.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
02.35 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
03.25 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)

ПОБЕДА

05.30 «Путь к Победе». (16+)
06.30 «МАТЧ». (18+)
08.30 «ПЕРЕГОН». (16+)
Драма, Россия, 2006 г.
11.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
13.10 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
17.00 «СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г.
Нечаянное знакомство советской десятиклассницы Кати с немецким юношей Александром привело к серьезному чувству, которому, казалось, ничто не может помешать. Шел 39-й год, был подписан известный пакт о ненападении между Германией и Советским Союзом. А потом Александр срочно уехал, даже не попрощавшись. А потом началась война… Жизнь вновь столкнула наших героев в 1943-м по разные стороны баррикад на Украине.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «КРАЙ». (16+)
03.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия. Сочи (субтитры). (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.10, 07.10, 08.10 На ножах. (16+)
09.10, 09.40, 10.20, 10.50 «УЧИЛКИ В ЗАКОНЕ-2». (16+)
Сериал. Кипр, Россия, 2020 г.
11.20, 12.50, 14.30 Четыре свадьбы. (16+)
16.00, 17.40 Четыре свадьбы (субтитры). (16+)
19.00, 20.20, 21.30 Четыре свадьбы. (16+)
23.00 «ШЕРЛОК». 2 сезон. 3 серия. «Рейхенбахский водопад» (субтитры). (16+)
Сериал. Великобритания, 2011 г. В ролях: Бенедикт Камбербэтч, Мартин Фриман, Уна Стаббс, Руперт Грейвз, Луиза Брили
00.30 Пятница News. (16+)
01.00 Дикари. Таиланд-2 (субтитры). (16+)
02.00 Дикари. Вьетнам (субтитры). (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия-2. Байкал (субтитры). (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.10 Папа попал. (12+)
09.00 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
15.00 Супермама. (16+)
17.00 Беременна в 16. (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)
Сериал. Бразилия, 2001 г.
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться? Истории больного от прибытия в клинику до обследований и операций. Из заложников своего тела пациенты проекта превратятся в уверенных людей, не стесняющихся самих себя.
01.50 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.30 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Революция 1917 года. (12+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Профилактика
10.00 Камиль Писсарро. По следам отца импрессионистов. (12+)
11.00 Литературный музей между прошлым и будущим. (12+)
11.30 Тайное становится явным. (12+)
11.50, 12.35 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
13.25 Не квартира - музей. (12+)
13.40, 14.30 Ступени Победы. (12+)
15.25 Двойной портрет. Самодержец и вождь. (12+)
16.00 Битва ставок. (12+)
16.45 Великие изобретатели. (12+)
17.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.55, 18.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
Сериал. Биография, драма, Россия, 2012 г.
20.00 Историада: «Невский пятачок»: сердце обороны Ленинграда. (12+)
21.00 Непокорённые: Братский союз. (12+)
21.45 История оружия: Морские войны. (16+)
22.50 Исторические города Британии: Челтнем эпохи Регентства. (12+)
23.45 Обыкновенная история: Мороженое в России. (6+)

VIASAT HISTORY

06.05, 06.30 Невероятные изобретения. (12+)
06.50 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
07.40 Планета сокровищ: Юго-Восточная Азия. (6+)
08.35, 09.30, 10.30 Покинутые места. (12+)
11.25, 12.15 Исторические убийства. (16+)
13.05, 14.00 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
14.55 Тайна Копья Судьбы. (6+)
15.55 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
16.40 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
17.30 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
18.20, 19.15 Последний поход викингов. (12+)
20.10 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
21.00 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
21.50 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
22.40 Место преступления: древность. (16+)
23.35 Планета сокровищ. (6+)
00.30, 01.30, 02.20 Покинутые места. (12+)
03.15, 04.00 Исторические убийства. (16+)
04.45 Последний поход викингов. (12+)
05.35 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.20 Научные глупости. (16+)
06.45 Ледяная дорога. (16+)
07.35 Авто-SOS. (16+)
08.30 Инстинкт выживания. (16+)
09.20 Затерянные сокровища Египта. (16+)
10.10 Величайшие сокровища древнего мира. (16+)
11.00 Дикий тунец. (16+)
11.50, 12.40, 16.50 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
13.30, 14.20 Авто-SOS. (16+)
15.10 Непокорный остров. (16+)
16.00 Аляска: Новое поколение. (16+)
17.40 Индия с высоты птичьего полёта. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
20.10, 21.00, 00.25, 02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
21.50 Удивительный аэропорт Нью-Йорка. (16+)
22.45 Поймать контрабандиста. (16+)
23.35 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
01.10 Злоключения за границей. (16+)
02.00 Граница. (16+)
03.40 Международный аэропорт Дубай. (16+)
04.25 Игры разума: Знакомьтесь - мозг. (16+)
05.10, 05.35 Фабрика еды. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Правосудие Луизианы. (16+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
10.17, 11.10, 12.04 Дома для животных. (12+)
12.58 Дома на деревьях. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Зоопарк. (6+)
16.34, 17.28, 18.22 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
19.16 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
20.10 Франк в Африке. (16+)
21.04 Доктор Джефф: ветеринар Рокиманутин. (12+)
21.58 Дома на деревьях. (12+)
22.52 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
23.46, 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
00.40 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
01.28 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
02.15 Дома на деревьях. (12+)
03.00 Зоопарк Ирвинов. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (12+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тюнинг. (12+)
10.18 Сурикаты: дивный новый мир. (16+)
11.12 Школа акул. (12+)
12.06, 12.33, 13.00, 13.27, 13.54, 14.21 Как это устроено? (12+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Крутой тюнинг. (12+)
16.36 Лучший моделист. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (12+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
19.18, 19.45 Как это устроено? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Золотая лихорадка. (16+)
22.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
22.54, 04.30 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+)
23.47, 00.14, 00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Багажные войны. (12+)
02.15 Быстрые и громкие. (12+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)
03.45 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
08.05, 08.31 Оденься к свадьбе. (12+)
08.57, 09.23 Большие мечты о маленьком доме. (12+)
09.49, 10.15 Любовь с первого лайка. (16+)
10.41 Жить непросто людям маленького роста! (12+)
11.33 7 маленьких Джонстонов. (12+)
12.25, 16.50 Коронованные детки. Где они сейчас? (16+)
13.18 Оденься к свадьбе. (12+)
14.11 Они поменялись едой. (16+)
15.04 В большом теле. (16+)
15.57 Люди-альбиносы. (12+)
17.43 Расследование продолжается. (16+)
18.36 Они поменялись едой. (16+)
19.30, 19.57 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
20.24, 20.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
21.18, 00.48 Моя полная жизнь. (16+)
22.11, 01.37 Семья Шантель. (16+)
23.04, 02.25 Меня зовут Джаз. (18+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Убийство начинается с конца. (16+)
04.24 Расследование продолжается. (16+)
05.12 Монстры внутри меня. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

10.05 Огород круглый год. (12+)
10.35 Паштет. (12+)
10.50, 18.00 Дачные радости. (12+)
11.25 Альтернативный сад. (12+)
11.55 Сельсовет. (12+)
12.15 Усадьбы будущего. (12+)
12.45 Букет на обед. (12+)
13.05 Огород от-кутюр. (12+)
13.35 Урожай на столе. (12+)
14.05 Сладкая жизнь. (12+)
14.25 Чужеземцы. (12+)
14.40 Декоративный огород. (12+)
15.10 Лучки&Пучки. (12+)
15.25 Нетипичный огород. (12+)
15.40 Идите в баню. (12+)
15.55, 16.10 Огород круглый год. (12+)
16.25 Топ-10. (12+)
17.00 Муж на час. (12+)
17.30 Секреты стиля. (12+)
18.30 ЗаСАДа. (12+)
19.00 Искусство в интерьере. (12+)
19.20 Готовим на Майорке. (12+)
19.35 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
20.05 Проект мечты. (12+)
20.35 Вершки-корешки. (12+)
20.50 Дачная энциклопедия. (12+)
21.25 Искатели приключений. (12+)
22.00 Приглашайте в гости. (12+)
22.15 Старые дачи. (12+)
22.50 Частный сектор. (12+)
23.20 Деревянная Россия. (12+)
23.50 Наш румяный каравай. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.30, 15.25 Пофестивалим! (16+)
07.55, 15.55 На охотничьей тропе. (16+)
08.30 Донка против фидера. (16+)
09.00, 17.00 Территория льда. (16+)
09.30 Особенности охоты на Руси. (16+)
10.00 Научи меня рыбачить. (12+)
10.25 Давай зарубимся! (12+)
10.40, 11.30 Рыбалка сегодня. (16+)
11.00 Мир охотника. (12+)
11.45, 20.05 Охота: собачья работа. (16+)
12.20 В поисках лосося. (16+)
12.50 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
13.20 Сезон охоты. (16+)
13.50 Следопыт. (12+)
14.25 Мой мир - рыбалка. (12+)
14.55 Рыбалка на Черемшане. (6+)
16.25 Рыбалка 360. (6+)
17.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
18.00 На рыбалку с охотой. (12+)
18.35 Блондинка на охоте. (16+)
19.05 Трофеи. (16+)
19.35, 23.40 Рыбалка без границ. (12+)
20.35 Экстремальный фидер. (16+)
21.05 Охота с луком. (16+)
21.35 Первый лед - последний лед. (12+)
21.50 Дед Мазай и зайцы. (16+)
22.05 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
22.35 Крылатые охотники. (16+)
22.50 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
23.10 Водоёмы Прибалтики. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
Екатерина Демкина - профессиональный хореограф, участница популярных телешоу - представляет авторский курс по раскрытию женской сексуальности.
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 10.05 Волейбол. Лига чемпионов. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Вид сверху. (12+)
08.25 Гандбол. Чемпионат Европы. Обзор. (0+)
08.55 Мини-футбол. Задача максимум. (12+)
09.15 Флагман русского хоккея. (12+)
09.35 Ольга Корбут. 40 лет спустя. (6+)
11.55 Большая вода. (12+)
12.10 Ирина Слуцкая. Бесконечный лёд. (6+)
13.05, 22.40 Баскетбол. Евролига. (0+)
14.50, 21.55 Страна. Live. (12+)
15.05, 22.10 Большой хоккей. (12+)
15.35 Специальный репортаж. (12+)
16.00 Дневник самурая. (12+)
16.15 МатчБол. (12+)
16.45 Мини-футбол в России. (0+)
16.55, 19.55 Баскетбол. Евролига. Прямая трансляция
18.55 Есть тема! (12+)
00.30 Профессиональный бокс. (16+)

EUROSPORT 1

00.00 Гольф. GolfTV Weekly. (6+)
00.30 The Minute. (16+)
00.35 Новости. (16+)
00.40, 01.35 Теннис. Australian Open. 2-й круг. (6+)
02.55 Теннис. Australian Open. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Биатлон. КМ. Антхольц. Мужчины. Индивидуальная гонка. Прямая трансляция. (6+)
18.00 Снукер. Shoot-Out. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
20.00 Новости. (16+)
20.05 Теннис. Australian Open. 2-й круг. (6+)
21.40 Новости. (16+)
21.45 Снукер. Shoot-Out. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40, 15.00, 18.00, 22.00 PRO-новости. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 Золотая лихорадка. (16+)
11.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
13.30 10 самых! (16+)
14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
15.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)
16.00 Иллюзия обмана: Как работают звездные марафоны? (16+)
17.00 Студия 69. Поменялись хитами. (16+)
17.45, 18.15 Прогноз по году. (16+)
19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
20.00 Лайкер. (16+)
22.20 DFM - Dance chart. (16+)
23.20, 02.00 Муз'итив. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 Профилактика на канале до 10.00
10.00 «Морики Дорики». (0+)
10.05, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
10.35, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Лео и Тиг. Похититель Кубы». (0+)
11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
14.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.25 «Ник-изобретатель». (0+)
17.00 «Маугли». (6+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.25 «Цветняшки». (0+)
18.35 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)
22.35 «Смешарики. Пин-код». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Отряд «Призрак». (6+)
08.20 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.45, 17.35, 21.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.40 «Гравити Фолз». (12+)
15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
16.40 «Город героев: Новая история». (6+)
19.30 «Упс… Приплыли!» (6+)
23.00 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «7 гномов». (6+)
02.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики идут в детский сад», «Домики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
Юная и отважная искательница приключений вместе с друзьями-животными исследует амазонские джунгли, чтобы защитить их удивительную дикую природу.
10.10 «Роботы-поезда». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Тюльпан из проволоки». (0+)
У Криворучки всё готово для спектакля «Дюймовочка»… не хватает только тюльпана! Не беда, ведь Мастер Аня знает, как сделать красивый цветок своими руками. Не пропустите новый выпуск программы «Мастерская «Умелые ручки»!
11.05 «Смешарики». (0+)
12.10 «Легенды Спарка». (0+)
12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.10 «Бен 10». (12+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
15.55 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
16.05 «Царевны». (0+)
18.30 «Ник-изобретатель». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Геомека». (6+)
22.30 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.55 «Герои Гуджитсу». (6+)
Однажды на Землю обрушилась космическая сила, которая из обычных животных сделала героев с невероятными способностями. Так обитатели зоопарка мутировали в супергероев Гуджитсу, способных растягиваться и как угодно менять форму.
23.05 «Инфинити Надо». (6+)
23.35 «Простоквашино». (0+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

07.10, 09.04, 13.39, 14.44, 15.50, 19.46, 21.25, 22.14 «Бобр добр». (0+)
07.40, 09.34, 14.06, 15.13, 16.21, 20.17 «Богатырята». (6+)
07.55, 09.48, 14.19, 15.28, 16.33, 20.32, 21.55 «Домики». (0+)
Действие происходит в мире домиков, где все строения могут разговаривать, и у них есть глазки.
08.20, 12.15, 13.00, 19.05 «Макс Стил». (12+)
08.45, 12.40, 13.23, 19.30 «Летающие звери». (6+)
10.10, 11.13, 16.55, 18.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
10.26, 11.29, 17.11, 18.16 Я сегодня нарисую. (6+)
10.41, 11.44, 17.26, 18.31 Проще простого! (6+)
10.57, 12.00, 17.42, 18.47 Шах и мат! (6+)
21.00, 22.41 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
09.00 «Доставка Пиквика». (0+)
10.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Фиксики». (0+)
14.00 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
15.50 «Мир за минутку». (0+)
15.55 «Доктор Малышкина». (0+)
16.00 «Пластилинки». (0+)
16.05 «Чик-чирик English». (0+)
16.10 «Зебра в клеточку». (0+)
18.00 «Поезд динозавров». (0+)
20.00 «Три кота». (0+)
22.00 «Фиксики». (0+)
00.00 «Ответы от кометы». (0+)
00.05 «ТриО!» (0+)
00.20 «Оранжевая корова». (0+)
02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
Продолжение приключений веселых Смешариков!
04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)
06.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 3 серия. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Дорога. (0+)
11.40 Мама. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Иоанн Креститель Цикл: Пророки. (0+)
15.30 «ДВА ГОЛОСА». (12+)
16.50 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)
18.50 «ОСЕННИЕ СНЫ». (6+) СССР, 1987 г. В ролях: Сергей Плотников, Борис Новиков, Галина Макарова, Александр Лабуш
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.45 В поисках Бога. (6+)
00.15 День Патриарха. (0+)
00.30 Профессор Осипов. (0+)
01.10 Прямая линия жизни. (0+)
02.00 Украина, которую мы любим. (12+)
02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

20 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Попразднство Богоявления.
Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.

Поста нет.

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

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

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

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 14 ЯНВАРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON ozon.ru[1]
WILDBERRIES wildberries.ru[2]

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование журнала: ДОМАШНИЙ ПОВАР спецвыпуск

[1] ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, Пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.
[2] ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, Г. Подольск, д. Коледино, Территория Индустриальный парк Коледино, д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 14 ЯНВАРЯ!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, от всей души поздравляем вас с Новым годом и Рождеством! Мы рады делиться с вами интересными и полезными статьями, готовить материалы с опытными, любящими свое дело врачами.

В СВЕЖЕМ НОМЕРЕ:

- доктор расскажет о возможных причинах длительной субфебрильной температуры;
- поведаем о полезных свойствах мандариновой кожуры и косточек;
- развенчаем мифы о насморке;
- расскажем, в чем польза упражнения «бабочка»;
- спросим у врача о народных методах лечения ОРВИ.

А ТАКЖЕ В НОМЕРЕ для вас конкурсы, рецепты народной медицины, теплая история любви и «вкусный» материал о пользе рыбки горбуши.

ЧИТАЙТЕ «СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ» И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

16+ Реклама

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России https://podpiska.pochta.ru

ПЕРВЫЙ

19.45 Поле чудес. (16+)

05.00 09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.45 Поле чудес. (16+)
21.00 Время
21.30 Премьера. «Голос - 10 лет». Юбилейный концерт в Кремле. (12+)
23.40 «Вечерний Ургант». «Ciao, 2021!» (16+)
01.00 Наедине со всеми. (16+)
01.45 Модный приговор. (6+)
02.35 Давай поженимся! (16+)
03.15 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ

14.55 «ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ». (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 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«ТАЙНЫ ГОСПОЖИ КИРСАНОВОЙ».** (12+)
Бывшей жених Ларисы Бестужев вызывает на дуэль Левицкого, её нынешнего воздыхателя. Из-за тумана дуэль решено отложить, но вдруг раздаётся выстрел. Убит кучер. Никто не видел, как это произошло. Дуэлянты просят Ларису раскрыть это убийство
17.00 20.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (16+)
01.45 **«РОДНЫЕ ПЕНАТЫ».** (12+)

5-Й КАНАЛ

17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.35 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
Главный герой Александр Суворов продолжает работать дознавателем в одном из городских РУВД, придерживаясь принципа, что «простых преступлений не бывает». Именно поэтому Суворов вместо того, чтобы заниматься вроде бы простой кабинетной работой, вечно сует свой нос куда не надо. Ему всегда надо докопаться до истины. Поэтому нет ничего удивительного, что Суворов вместе с друзьями вечно влипает в опасные криминальные ситуации
09.00 «Известия». (16+)
09.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
17.30 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
19.25 **«СЛЕД».** (16+)
23.45 Светская хроника. (16+)
00.45 **«СЛЕД».** (16+)

НТВ

16.45 За гранью. (16+)

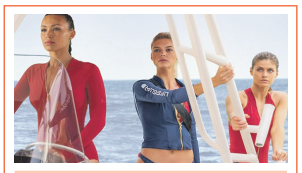
05.20 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА».** (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
16.45 За гранью. (16+)
17.55 Жди меня. (12+)
19.00 Сегодня
20.00 **«НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА».** (16+)
Семенов и Михайлов занимаются поисками Жени, сына Любимова. Но найти парня нигде не удается. Семенов занимается делом о похищении жены. Заявитель Сергей и помогает ему выйти на след Жени
23.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)
01.15 **«БОЙ С ТЕНЬЮ».** (16+)
03.30 **«СХВАТКА».** (16+)

РОССИЯ К Культура

16.15 «НЕМУХИНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.10 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Правила жизни»
07.35 «Тайны Нила»
08.35 Цвет времени
08.45 **«ПРОСТИ НАС, САД...»**
10.20 Шедевры старого кино
11.50 «Борис Покровский. Недосказанное»
12.45 **«РОССИЯ МОЛОДАЯ»**
13.50 Власть факта
14.30 «Павел Флоренский. Русский Леонардо»
15.05 Письма из провинции
15.35 «Энигма»
16.15 **«НЕМУХИНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ»**
17.25 01.25 К 100-летию Московской филармонии. Легендарные концерты в историческом зале
18.45 «Царская ложа»
19.45 Линия жизни
20.40 **«МАКАРОВ»**
22.20 «2 Верник 2»
23.30 **«КОЛЛЕКЦИОНЕР»**
02.50 «Дочь великана»
03.00 Перерыв в вещании

СТС



21.00 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы. Защитники Олуха». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.00 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН: ВОЙНА».** (16+)
11.45 Уральские пельмени. (16+)
13.05 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 **«СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ».** (16+)
Митч Бьюкеннон и его команда «Спасатели Малибу» работают на пляже в Эмеральд-Бэй. Митч спас уже более 500 человек, за что он пользуется авторитетом среди отдыхающих. Однажды он обнаруживает на берегу, возле Клуба Хантли, маленький мешочек с наркотиками. А Клуб Хантли теперь находится в собственности бизнесвумен Виктории Лидс...
23.15 **«БЫСТРЕЕ ПУЛИ».** (18+)
01.10 **«ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА».** (16+)
03.40 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
05.35 «6 кадров». (16+)

ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 **«ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД».** (12+)
10.05 **11.50 «ДЕВИЧИЙ ЛЕС».** (12+)
11.30 14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «10 самых...» (16+)
15.40 «Будущее, созданное культурой». (6+)
16.55 «Актёрские драмы. Теряя рассудок». (12+)
17.50 События
18.10 **«ЗАЛОЖНИКИ».** (12+)
20.00 **«ЖИЗНЬ ПОД ЧУЖИМ СОЛНЦЕМ».** (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.10 «Семён Альтов. Юмор с каменным лицом». (12+)
00.05 «Владимир Высоцкий. Не сыграно, не спето». (12+)
00.55 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ».** (0+)
02.25 Петровка, 38. (16+)
02.40 **«ЖИЗНЬ ПОД ЧУЖИМ СОЛНЦЕМ».** (12+)
04.10 «Битва за наследство». (12+)

ЗВЕЗДА

05.50 **«ЗНАХАРЬ».** (16+)
07.50 **09.20 13.25 «УЗНИК ЗАМКА ИФ».** (12+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 **«ОТЛИЧНИЦА».** (16+)
Апрель 1958 года. Выпускница юридического факультета Ленинградского университета, кафедры Уголовного процесса и криминалистики Мария Крапивина получает распределение в УГРО Центрального районного отдела милиции. Совсем еще девчонка, отличница, дочь интеллигентных родителей попадает в коллектив, состоящий из прошедших войну грубоватых и опытных оперативников
18.40 **21.25 «ОТЛИЧНИЦА».** (16+)
23.10 «Десять фотографий». (12+)
00.00 **«ЧИНГАЧГУК - БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ».** (12+)
01.40 **«БЕЗ ОСОБОГО РИСКА».** (12+)

ОТР

06.00 17.00 «Скрябин. Мистерия. От Рождества до Пасхи». (6+)
06.55 15.15 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТРажение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«ЕДИНСТВЕННАЯ».** (12+)
11.45 «Большая страна: открытие». (12+)
12.00 13.20 ОТРажение-2. Информационная программа
16.20 «За дело!» (12+)
18.00 19.30 ОТРажение-3. Информационная программа
21.00 **«ПАПАШИ».** (12+)
22.30 «Моя история». (12+)
23.10 **«ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ».** (12+)
00.40 **«ТЕРРИТОРИЯ».** (12+)
03.15 «Потомки». (12+)
03.45 «Домашние животные» с Григорием Манёвым. (12+)
04.10 **«КНЯЗЬ ИГОРЬ».** (6+)

РЕН

05.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 04.30 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 **«НАЁМНИК».** (16+)
22.05 **«24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ».** (16+)
00.00 **«АДВОКАТ ДЬЯВОЛА».** (16+)
02.35 **«ПАДШИЙ».** (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Новый день. (12+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.10 Знаки судьбы. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 **«УИДЖИ».** (16+)
19.30 **«ФИНАЛЬНЫЙ СЧЁТ».** (16+)
История о бывшем солдате, которому предстоит спасти многотысячный стадион зрителей, собравшихся на футбольном матче и взятых в заложники вооружёнными бандитами. Герою придётся вспомнить свой военный опыт, чтобы обезвредить преступников и исполнить долг перед павшим товарищем, чья дочь также оказалась среди возможных жертв
21.30 **«В ОСАДЕ».** (16+)
23.45 **«ШУТКИ В СТОРОНУ: МИССИЯ В МАЙАМИ».** (16+)
01.45 **«ЭВЕРЛИ».** (18+)
03.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.45 Давай разведёмся! (16+)
09.50 Тест на отцовство. (16+)
12.00 «Понять. Простить». (16+)
13.05 «Порча». (16+)
13.35 «Знахарка». (16+)
14.10 «Верну любимого». (16+)
14.45 **«НАСЕДКА».** (16+)
19.00 **«ДОЧКИ».** (16+)
23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.00 «Верну любимого». (16+)
01.35 «Порча». (16+)
02.05 «Знахарка». (16+)
02.35 «Понять. Простить». (16+)
03.25 Тест на отцовство. (16+)
05.05 По делам несовершеннолетних. (16+)
05.55 Домашняя кухня. (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ

00.30 «ЖИЗНЬ ХУЖЕ ОБЫЧНОЙ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
10.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
12.30 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «УНИВЕР». (16+)
17.00 «Я тебе не верю». (16+)
18.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
20.00 «Однажды в России». (16+)
Азамат Мусагалиев, Денис Дорохов и другие актёры «Однажды в России» продолжают исследовать злободневные темы нашей страны и шутить, потому что без юмора в России никуда
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Открытый микрофон». (16+)
23.00 «Импровизация. Команды». (16+)
00.00 «Такое кино!» (16+)
00.30 «ЖИЗНЬ ХУЖЕ ОБЫЧНОЙ». (16+)
02.15 «Импровизация». (16+)
04.00 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)

ЧЕ

23.30 iТопчик. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.15 На троих. (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
«+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополосов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их специально для «ЧЕ!». Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Почему с потолков падают коты, а чайки едят слабительное? Как сделать из двери доску для сёрфинга? Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 iТопчик. (16+)
01.30 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ

12.55 «ЯРОСЛАВ». (16+)

06.00 09.00 12.30 15.05 18.50 22.30 Новости
06.05 15.10 18.55 21.55 01.00 Все на Матч!
09.05 12.35 04.00 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 «ЯРОСЛАВ». (16+)
15.50 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция
18.05 Смешанные единоборства. К. Свонсон - А. Лобов. UFC. Трансляция из США. (16+)
19.25 Мини-футбол.. Россия - Словакия. Прямая трансляция
21.05 Баскетбол. ЦСКА - «Милан». Евролига. Прямая трансляция
22.35 «Точная ставка». (16+)
22.55 Футбол. «Лион» - «Сент-Этьен». Прямая трансляция
01.35 «Есть тема!» (12+)
01.55 Смешанные единоборства. (16+)
04.15 «ВЫШИБАЛА». (16+)

СПБ

20.00 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». (12+)

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
11.15 «Петербург. Город решений». (12+)
12.25 «Вектор успеха». (12+)
13.10 Новости спорта. (12+)
13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
13.20 «Партбюро». (12+)
14.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
15.20 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
17.30 «100лица империи». (16+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
19.00 «Главный врач». (12+)
20.00 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». (12+)
21.30 «Зона особого внимания». (16+)
22.00 «Пульс города». (12+)
23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
00.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (12+)

ЛЕНТВ24

17.10 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (16+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛенТВ24 Новости». (6+)
11.10 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
12.35 «Карачаевская порода лошадей». (12+)
13.10 «ФАМИЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ». (16+)
15.10 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.35 «Еда. Правильное питание». (12+)
16.05 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
17.10 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (16+)
19.00 23.00 05.20 «ЛенТВ24 Акценты». (12+)
19.40 «Кондитер». (16+)
21.00 «ЧТО ГЛОЖЕТ ГИЛБЕРТА ГРЕЙПА». (16+)
23.40 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
01.10 «ХОЛОСТЯКИ». (16+)
02.45 «ЛОК». (16+)

78 КАНАЛ

18.15 «Загадки века». (12+)

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 19.00 21.00 «Известия 78». (12+)
12.15 23.20 Хочу и буду. (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 «Происшествия». (16+)
14.30 «Освобождение». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 Прогноз погоды. (12+)
16.05 «Народный контроль». (12+)
17.30 21.50 «Хранители». (16+)
18.15 04.00 «Загадки века». (12+)
19.15 «Открытая студия. Неделя». (12+)
21.20 «7 вопросов про деньги». (12+)
22.20 «Давно не виделись». (12+)
00.00 «Белая ночь». (16+)
02.00 «ДОМ». (18+)

НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Бдительный консьерж

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

Быков влетел в кабинет настолько стремительно, что даже вешалку на ходу снес. Резко развернулся, успел поймать... вешалку. Но Верина шубка дорогим ковром разлеглась аккурат у Быковского стола. Вера безэмоционально подняла одну бровь и, глянув на коллегу, спокойно спросила:

– Тебя повысили, что ли? Решил сразу обозначить, кто в доме хозяин?

– Поймали, Вер! Поймали! – Быков поднял Верину шубку и не глядя бросил на вешалку.

– Кого? – встрепенулась следователь.

– Вора, который квартиры в элитной многоэтажке обносил. Консьержу подозрительным показался один из посетителей. Он его задержал до приезда полиции. Вер, это точно он! В его кармане нашли золотую пай... пэй... Ах ты ж, словом, нашли какую-то бирку драгоценную из коллекции одного из жильцов этого дома.

– Пайцзы, что ли? – спросила Вера.

Ага, ее. Золотая, и камни там драгоценные какие-то. Ужасно дорогая вещь. Ты как насчет допроса? За вором-то всем отделом полгода гонялись.

– Ты мне, Быков, вот что скажи: как вора консьерж задержал и почему тот показался ему подозрительным?

Ну, не в буквальном смысле задержал, – ответил Быков. – Скажем так, заболтал до нашего приезда. Говорит, что мужчина показался ему подозрительным, еще когда вошел в подъезд. Консьерж спросил у него, к кому он пришел. Тот ответил, к Попову, мол, ну, музыкант там один живет, вот к нему. Коллеги, мол, работали какое-то время вместе.

– Ну? А консьерж эту информацию как-то проверил или на слово поверил?

– Проверил. Позвонил Попову, тот подтвердил слова гостя.

– Так, ну и что тут подозрительного тогда?

Ну, консьерж говорит, суетливый мужичок, моргал часто, руки в карманах прятал. А когда назад шел, то дядька этот на вахте услышал, что в кармане мужика что-то звенит. Ну и начал ему там что-то про погоду, политику, ситуацию в стране втирать, на чаек к себе в каморку зазвал. Тот беседу поддержал. А тут и мы подоспели. Консьерж успел вызвать. Обыскали, ну и вот, нашли эту... пай... зу.

– Что-то еще нашли?

– Ничего больше. Но у коллекционера Кирьянова, чья эта бирюлька-то, не пропало больше ничего вроде, только пайза эта.

– А сам подозреваемый что говорит?

Что он говорит... Отказывается сотрудничать. Не он, мол, брал. Вообще про коллекционера первый раз слышит. Да что я тебе тут рассказываю? Пошли допрашивать. Мы и консьержа захватили, его тоже опросим.

– Да мне и так ясно, что допрашивать нужно как раз этого консьержа, а не мужика, который в гости к другу пришел. Ну что ж, пошли поговорим. Посмотрим, кто что скажет. Но, по-моему, дело тут ясное.

Любовь АНИНА

Почему Вера решила, что вор – это консьерж, а не мужчина, которого арестовали?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 1: *Норман выдал хозяина с головой. Вера недаром спросила, были ли близки племянники друг другу, на что мужчина ответил отрицательно. А значит, вломись кто-то чужой в квартиру, в том числе те же племянники, оставленный дома Норман устроил бы настоящий тарарам. Вон как он облаял Веру, когда та заявилась на его территорию. Плюс резвая походка хозяина квартиры рассказала о том, что никакого падения накануне не было и нога не болит. Все это вранье, чтобы присвоить коллекцию монет.*

Рис. Ирины Светловой

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.50 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
07.05 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». (12+)
10.20 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО». (16+)
12.10 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
13.55 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
15.35 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
17.00 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
18.30 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
21.00 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
22.50 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
01.45 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». (16+)
03.15 «НИЗАМИ». (12+)
05.25 «SOS» НАД ТАЙГОЙ». (12+)

TV1000

05.30, 06.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
07.20 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)
09.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУБУЮ ЛАГУНУ». (16+)
11.10 «ИСПАНСКИЙ-АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
13.35 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫБЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)
15.40 «ИДЕНТИФИКАЦИЯ». (16+)
17.15, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
20.35 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
22.55 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
00.40 «КЛИЕНТ». (16+)
02.35 «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.00 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
08.05 «СЕЛФИ». (16+)
10.05 «ЯРДЫ». (16+)
11.45 «ЖГИ!» (12+)
13.35 «ОДИН ВДОХ». (12+)
15.25 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
17.30 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (12+)
20.00 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
Россия, 2017 г. В ролях: Антон Пампушный, Санжар Мади, Себастьян Сисак, Алина Ланина
21.30 «ИНДИГО». (16+)
Россия, 2008 г. В ролях: Иван Янковский, Мариус Штандель, Михаил Ефремов
23.10 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
01.10 «ЛЕТО». (18+)
03.05 «ЯРДЫ». (16+)
04.30 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)

ДОМ КИНО

06.15 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
07.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
08.55 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
10.10 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
Россия, 2009 г.
17.05 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)
Россия, 2012 г.
19.00 «СВАТЫ». (16+)
00.50 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
02.20 «СТРАНА ЧУДЕС». (12+)
03.40 «НОВОГОДНИЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

05.25 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
07.35 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
09.20 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
10.50 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
12.45 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
14.15 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
15.35 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
17.40 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
19.00 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
20.30 «КРОЛИЧЬЯ НОРА». (16+)
21.55 «ТРОЦКИЙ». (16+)
23.40 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.30 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
08.00 «КИСЛОРОД». (16+)
09.25 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
11.00, 05.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
12.25 «СТОРОЖ». (16+)
14.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
15.45 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
17.25 «КОРПОРАТИВ». (16+)
19.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
20.40 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
22.00 «НЯНЬКИ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.
23.45 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
01.30 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
03.00 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
04.35 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

03.45 «К ЧЕРТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
05.35 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
07.30 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
09.05 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
11.00 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (6+)
13.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-3». (16+)
15.05 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
17.20 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
19.30 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
21.20 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)
23.20 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.25, 01.25 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
02.40 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
04.25 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
06.10, 07.30 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)
08.45, 09.45, 10.40, 11.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
12.40 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
14.40, 16.10 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+)
17.25 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ». (6+)
19.00 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА». (12+)
Комедия, СССР, 1971 г.
20.15 «КЛЮЧ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (0+)
22.10, 23.25 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.55, 13.50, 14.40 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
15.40, 16.25, 17.15 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00, 18.55, 19.50, 20.45, 21.35, 22.25 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.20 Суббота! News. (16+)
23.30, 00.25, 01.20, 02.10, 02.50, 03.30 «КОСТИ». (16+)
04.10 Оденься к свадьбе. (16+)
04.35 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 16.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
09.00, 17.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)

CTC LOVE

06.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2016 г.
В отеле готовится армяно-грузинская свадьба, где выступит Егор Крид…
10.05 «КУХНЯ». (12+)
Макс продолжает сражаться за Вику и прокручивает в голове разные варианты развития события того, как он завоевывает ее сердце.
15.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
00.05 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.55 Даёшь молодёжь! (16+)
05.00 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «II (ДВА)». (18+)
11.05, 19.05, 03.05 «СЛАВНЫЕ УБЛЮДКИ». (18+)
Драма, мелодрама, Франция, Германия, 2013 г.
12.50, 20.50, 04.50 «НЕГЛУБОКАЯ МОГИЛА». (16+)
Криминальный триллер, Великобритания, 1994 г.
14.25, 22.25, 06.25 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (18+)
Триллер, драма, Канада, Франция, 2011 г.
16.10, 00.10, 08.10 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
Драма, Франция, Италия, Канада, 1979 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

10.10 Чужеземцы. (12+)
10.25 Кашеварим. (12+)
10.40 Декоративный огород. (12+)
11.15 Лучки&Пучки. (12+)
11.30 Нетипичный огород. (12+)
11.45 Идите в баню. (12+)
12.00, 12.15 Огород круглый год. (12+)
12.30 Топ-10. (12+)
13.00 Муж на час. (12+)
13.30 Секреты стиля. (12+)
14.00 Дачные радости. (12+)
14.35 ЗаСАДа. (12+)
15.05 Искусство в интерьере. (12+)
15.20 Готовим на Майорке. (12+)
15.35 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
16.10 Проект мечты. (12+)
16.40 Вершки-корешки. (12+)
16.55 Дачная энциклопедия. (12+)
17.30 Огород круглый год. (12+)
18.00 Приглашайте в гости. (12+)
18.20 Старые дачи. (12+)
18.50 Частный сектор. (12+)
19.25 Деревянная Россия. (12+)
19.55 Наш румяный каравай. (12+)
20.15 Как поживаете? (12+)
20.45 Кухня народов СССР. (12+)
21.05 Домашняя экспертиза. (12+)
21.35 Травовед. (12+)
21.50 Забытые ремесла. (12+)
22.10 Семейный обед. (12+)
22.45 Крымские дачи. (12+)
23.15 Идеальный сад. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

09.00 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
09.30 Сезон охоты. (16+)
10.00 Следопыт. (12+)
10.30 Мой мир - рыбалка. (12+)
11.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
11.30, 19.35, 23.40 Пофестивалим! (16+)
12.00, 20.05 На охотничьей тропе. (16+)
12.30 Рыбалка 360. (6+)
13.00 Территория льда. (16+)
13.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
14.00 Трофеи. (16+)
14.30 Блондинка на охоте. (16+)
15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
15.35 Популярная охота. (16+)
15.55 Охота: собачья работа. (16+)
16.25 Экстремальный фидер. (16+)
16.55 Охота с луком. (16+)
17.25 Первый лед - последний лед. (12+)
17.40 Дед Мазай и зайцы. (16+)
18.00 Безграничная рыбалка. (16+)
18.30 Крылатые охотники. (16+)
18.45 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
19.05 Водоёмы Прибалтики. (12+)
20.35 Технология зимнего клева. (12+)
21.05 Тропа рыбака. (12+)
21.35 Зов предков. (16+)
22.05 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
22.35 Сам себе охотник. (16+)
23.10 Рыболовная школа для взрослых. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)
В рамках авторской программы Елены Чистяковой особое внимание будет уделено вопросам женского здоровья и сексуальности.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
07.40 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
10.00 Новости
10.10 В гостях у цифры. (12+)
10.20 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (6+)
19.00 Новости
19.15 Слабое звено. (12+)
20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (12+)
Боевик, комедия, криминал, Россия, США, 1992 г.
22.50 «ВИЙ». (12+)
00.10 «САЛОН КРАСОТЫ». (0+)
01.40 «ПОДКИДЫШ». (12+)
02.50 Мультфильмы. (6+)

ПОБЕДА

05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
07.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
09.40 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
11.40 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
13.10 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
17.50 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
21.00 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
Сериал. Россия, Беларусь, 2009 г.
Сталинград, 1942 год. Группа снайперов под командованием старшего лейтенанта Алексея Яшина сталкивается с хитрым противником - немецким капитаном Карлом Кляйстом. Подстроенная им ловушка оборачивается для Яшина большой бедой. И тогда Алексей дает себе слово отомстить немецкому снайперу…
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
02.40 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
04.20 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия-2. Санкт-Петербург-2 (субтитры). (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10, 07.20, 08.20 На ножах (субтитры). (16+)
09.20, 10.00, 10.30, 11.00 «УЧИЛКИ В ЗАКОНЕ-2». (16+)
11.30 Кондитер-5. DAVA (субтитры). (16+)
12.50 Кондитер (субтитры). (16+)
14.50 Кондитер-5. Спецвыпуск: дети (субтитры). (16+)
16.20 Кондитер-5 (субтитры). (16+)
18.00 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ ЗОДИАК». (16+)
20.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
22.20 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (16+)
00.30 Пятница News. (16+)
01.00 Дикари. Камбоджа (субтитры). (16+)
02.00 Дикари. Бангладеш (субтитры). (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия-2 (субтитры). (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.20 Папа попал. (12+)
08.55 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
15.00 Супермама. (16+)
17.00 Беременна в 16. (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
Новые истории, новые эмоции и новые хэппи-энды. Два вечерних выпуска о жизни участников, их романтических свиданиях после заката и обсуждение итогов дня на Лобном месте с Ксенией Бородиной, Ольгой Орловой, Владом Кадони, Андреем Черкасовым и новым ведущим - популярным певцом и видеоблогером Dava.
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
Сериал. США, Канада, 2010 г.
03.20 Другая битва экстрасенсов. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Российские императоры в XIX веке. (6+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Тайное становится явным. (12+)
04.05 Историада. (16+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 Обыкновенная история. (6+)
06.05 Первая мировая. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Библиотеки России. (6+)
08.00, 08.50 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
09.35 Не квартира - музей. (12+)
09.50 Ганнибал. Поход на Рим. (12+)
10.55 Расшифрованные сокровища. (12+)
11.50, 12.40 Ступени Победы. (12+)
13.25 Историада. (12+)
14.25 Непокорённые. (12+)
15.15 Семь дней истории. (12+)
15.25 Бычковы. Два портрета. (12+)
16.00 Битва ставок. (12+)
16.45 Великие изобретатели. (12+)
17.20 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.55, 18.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
20.00 «ТАНКИ». (12+)
21.45 Трамвай идет на фронт. (12+)
22.35 Приход нацистов к власти. (16+)
23.40 Хроники общественного быта. (12+)

VIASAT HISTORY

06.15, 07.00 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
07.45, 08.35, 09.25, 10.15 Исторические убийства. (16+)
11.05 Место преступления: древность: Вера и власть. (16+)
12.00 Место преступления: древность: Тайны мертвых. (16+)
12.55, 13.50, 14.45 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
15.45 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
16.35 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
17.25 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
18.15, 19.10 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
20.10 Шесть королев Генриха VIII. (12+)
21.00 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
21.50 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
22.40 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)
23.35, 00.30, 01.15, 02.05 Исторические убийства. (16+)
02.45 Место преступления: древность: Вера и власть. (16+)
03.40 Место преступления: древность: Тайны мертвых. (16+)
04.30 Осада Мальты: воины Господа. (16+)
05.25 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.20 Научные глупости. (16+)
06.45 Ледяная дорога. (16+)
07.30, 13.25, 14.15 Авто-SOS. (16+)
08.20 Инстинкт выживания. (16+)
09.15 Затерянные сокровища Египта. (16+)
10.05 Величайшие сокровища древнего мира. (16+)
10.55 Дикий тунец. (16+)
11.45 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
12.35, 16.45, 20.10, 00.25 Расследование авиакатастроф. (16+)
15.10 Непокорный остров. (16+)
15.55 Аляска: Новое поколение. (16+)
17.40 Индия с высоты птичьего полёта. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф - специальный выпуск. (16+)
21.00, 02.40 Неизведанные воды с Джереми Уэйдом. (16+)
21.50 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
22.40 Поймать контрабандиста. (16+)
23.35 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
01.10 Злоключения за границей. (16+)
01.55 Граница. (16+)
03.25 Международный аэропорт Дубай. (16+)
04.10 Игры разума. (16+)
05.00, 05.20 Фабрика еды. (16+)
05.35 Научные глупости. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Зоопарк. (6+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
10.17, 11.10, 12.04 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
12.58 Дома на деревьях. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
16.34 Удивительный мир животных. (12+)
17.01, 17.28, 17.55, 18.22, 18.49 Братья по трясине. (12+)
19.16, 01.28 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
20.10 Самые милые питомцы Америки. (12+)
21.04 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
21.58, 02.15 Дома на деревьях. (12+)
22.52 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
23.46, 04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
00.40 Франк в Африке. (16+)
03.00 Зоопарк Ирвинов. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (12+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тюнинг. (12+)
10.18 Золотая лихорадка. (16+)
11.12 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
12.06, 12.33, 13.00, 13.27, 13.54, 14.21 Багажные войны. (12+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Крутой тюнинг: Чак Шафер и пикап 1954 года. (12+)
16.36 Лучший моделист. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (12+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
19.18, 19.45 Как это устроено? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Смертельный улов: дорогой отца. (16+)
22.00 Операция «Спасение дома». (12+)
23.47, 00.14, 00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
02.15 Быстрые и громкие. (12+)
03.00 Смертельный улов: дорогой отца. (16+)
03.45 Операция «Спасение дома». (12+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50, 08.05, 08.31, 13.18, 15.57, 21.18 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
08.57, 09.23 Дом на пляже. (12+)
09.49, 10.15 Любовь с первого лайка. (16+)
10.41 В большом теле. (16+)
11.33 Люди-альбиносы. (12+)
12.25 Коронованные детки. Где они сейчас? (16+)
14.11 Они поменялись едой. (16+)
15.04 Семья Шантель. (16+)
16.50 Убийства королев красоты. (16+)
17.43 Расследование продолжается. (16+)
18.36 Они поменялись едой. (16+)
19.30, 19.57 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
20.24, 20.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
22.11 Свекровь-соперница. (16+)
23.04 Семья Шантель. (16+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Меня зовут Джаз. (18+)
01.37 Моя полная жизнь. (16+)
02.25 Спасите мои ноги. (18+)
04.00 Убийство начинается с конца. (16+)
04.24 Расследование продолжается. (16+)
05.12 Монстры внутри меня. (16+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 18.20 Страна. Live. (12+)
08.10, 18.35 Большой хоккей. (12+)
08.40 Лица страны. (12+)
09.00, 00.20 МатчБол. (12+)
09.30 Мини-футбол в России. (0+)
09.40 Десятка! (0+)
10.05, 13.05, 16.00, 00.50 Баскетбол. Евролига. (0+)
11.55 Большая вода. (12+)
12.10 Четыре мушкетёра. (12+)
14.50 Страна спортивная. Русская игра с мячом. (12+)
15.05, 21.55 Страна смотрит спорт. (12+)
15.35 Специальный репортаж. (12+)
17.50 Вид сверху. (12+)
19.00 Есть тема! (12+)
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Прямая трансляция
22.25 Мини-футбол. Задача максимум. (12+)
22.40 Мини-футбол. Чемпионат Европы. (0+)

EUROSPORT 1

02.00 Теннис. Australian Open. 2-й круг. (6+)
02.55 Теннис. Australian Open. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Биатлон. КМ. Антхольц. Женщины. Индивидуальная гонка. Прямая трансляция. (6+)
18.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Титизее-Нойштадт. Мужчины. HS 142. Квалификация. Прямая трансляция. (16+)
19.00 Горные лыжи. КМ. Кицбюэль. Мужчины. Скоростной спуск. (16+)
20.00 Новости. (16+)
20.05 Теннис. Australian Open. 3-й круг. (6+)
21.40 Новости. (16+)
21.45 Снукер. Shoot-Out. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40, 15.00, 18.00, 22.40 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звёздах всё!
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 TikTok чарт. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
13.30 Синг Сонг. Артур Бабич и Карина Кросс. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)
16.00 Плачь и снимай: О чём молчат тиктокеры. (16+)
17.00 10 самых! (16+)
17.30, 18.15 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 МегаДискотека. Русское Радио. 25 Лет. (16+)
23.00 Наше. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Бобр добр». (0+)
09.35, 17.00 «Маугли». (0+)
10.00, 14.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 19.10 «Лео и Тиг». (0+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.30 «Ник-изобретатель». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.25 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
19.25 «Кошечки-собачки. Каток». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
22.35 «Смешарики. Пин-код». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Отряд «Призрак». (6+)
08.20 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Птичий дозор». (6+)
12.50 «Гравити Фолз». (12+)
18.10 «Леди Баг и Супер-Кот: Нью-Йорк. Союз героев». (6+)
19.30 «100% волк». (6+)
21.30 «НЯНЬКИ». (12+)
США, 1994 г.
23.20 «ДЕТИ ШПИОНОВ». (0+)
01.10 «МЭРАЙЯ МУНДИ И ШКАТУЛКА МИДАСА». (12+)
02.45 «ДЕТИ-ШПИОНЫ». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Смешарики. Новые приключения», «Домики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.00 «Кошечки-собачки». (0+)
В небольшом красивом городе, в своих уютных домиках живут семьи кошечек и собачек. Все они добрые, весёлые, приветливые и трудолюбивые. Каждая семья занимается своим делом. И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города. Это детишки-первоклашки - неразлучные друзья.
10.10 «Роботы-поезда». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
11.10 «Смешарики». (0+)
12.10 «Легенды Спарка». (0+)
12.40 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.10 «Бен 10». (12+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Победительница Всероссийского открытого конкурса-фестиваля исполнительского искусства имени Ипполитова-Иванова в 2020 году! Лауреат первой степени Международного музыкального конкурса «Les Etoiles Sancyberie-2021»! Домристка, художница и археолог! В гостях у Яна и Златы - Дарья Шубунова!
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
14.40 «Маша и Медведь». (0+)
17.00 «Приключения принцессы». (0+)
В новом мультфильме-мюзикле красавица Барби на время становится настоящей принцессой.
18.10 «Царевны». (0+)
19.35 «Щенячий патруль». (0+)
Если случилась беда - щенячий патруль придет на помощь!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Щенячий патруль». (0+)
22.00 «Ниндзяго». (6+)
22.30 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

07.10, 09.04, 13.39, 14.44, 15.50, 19.46, 21.25, 22.14 «Бобр добр». (0+)
07.40, 09.34, 14.06, 15.13, 16.21, 20.17 «Богатырята». (6+)
07.55, 09.48, 14.19, 15.28, 16.33, 20.32, 21.55 «Домики». (0+)
08.20, 12.15, 13.00, 19.05 «Макс Стил». (12+)
08.45, 12.40, 13.23, 19.30 «Летающие звери». (6+)
10.10, 11.13, 16.55, 18.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
Юные ведущие принимают гостей!
10.26, 11.29, 17.11, 18.16 Я сегодня нарисую. (6+)
10.41, 11.44, 17.26, 18.31 Проще простого! (6+)
10.57, 12.00, 17.42, 18.47 Шах и мат! (6+)
19.38 «Малыши и Летающие звери». (0+)
21.00, 22.41 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

О!

05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
09.00 «Доставка Пиквика». (0+)
10.00 «Смешарики». (0+)
12.00 «Фиксики». (0+)
14.00 «Отряд-А. Игрушки-спасатели». (0+)
15.50 «Ответы от кометы». (0+)
Познавательный мультсериал о космосе.
15.55 «ТриО!» (0+)
16.10 «Зебра в клеточку». (0+)
18.00 «Доктор Панда». (0+)
20.00 «Три кота». (0+)
22.00 «Фиксики». (0+)
00.00 «Мир за минутку». (0+)
00.05 «Доктор Малышкина». (0+)
00.10 «Пластилинки». (0+)
00.15 «Чик-чирик English». (0+)
00.20 «Оранжевая корова». (0+)
02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)
06.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 4 серия. (0+)
СССР, 1986 г.
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Во что мы верим. (0+)
11.30 Физики и клирики. (0+)
12.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)
14.55, 15.30 Двенадцать. (12+)
16.05, 17.40, 19.00 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 1-3 серии. (0+)
СССР, 1976 г.
Рассказ о хирурге районной больницы, беспредельно преданном своей профессии.
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Паломница. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Первосвятители. (0+)
01.05 Простые чудеса. (12+)
01.45 Профессор Осипов. (0+)
02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

21 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 5.
Попразднство Богоявления.
Прп. Георгия Хозевита.

Прп. Домники. Прп. Емилиана исп. Прп. Григория, чудотворца, Печерского. Прп. Григория, затворника Печерского. Сщмч. Исидора пресвитера и с ним 72 в Юрьеве Лифляндском пострадавших. Сщмч. Картерия, пресвитера Кесарии Капподакийской. Мчч. Иулиана, Келсия, Антония, Анастасия, мцц. Василиссы и Мариониллы, семи отроков и 20 воинов. Мчч. Феофила диакона и Елладия. Прп. Илии Египетского. Мч. Або Тбилисского (Груз.). Прп. Паисия Угличского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмч. Владимира пресвитера. Прмч. Пафнутия. Мч. Михаила. Сщмч. Василия пресвитера. Мч. Иоанна. Св. Михаила исп., пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.

« Познание себя и своей греховности есть начало спасения, потому что познание своей бедности приводит к исканию способа, дабы избавиться от беды».

Св. Тихон Задонский

НАША ИСТОРИЯ И ТРАДИЦИИ

О празднике Крещения и купании в иордани

Это первое таинство, с которым встречается человек, уверовав во Христа. Через Крещение человек присоединяется к православному сообществу, заключает особый завет с Богом об отвержении зла, делает шаг к вечной жизни. Многовековая традиция не могла не собрать народные представления о празднике. Например, традиция в России, связанная с купанием в проруби иордани или в открытом водоёме на праздник Крещения, не является церковной. Давайте вспомним о празднике.

1 К 19 января повсеместно на Руси для забора святой воды вырубались во льду проруби, называемые иорданями. Ниже по течению, как правило, вырубалась бельевая прорубь, в которую окунались желающие. Причём к иордани сначала шёл крестный ход, потом священник с молитвой погружал крест в воду, а уж затем смельчаки (как писал Владимир Иванович Даль, это были те, «кто о Святках рядился») окунались в воду. Остальных окропляли там же водой. Какой формы вырубалась иордань?

а) В форме квадрата. **б)** В форме креста. **в)** В форме Вифлеемской звезды.

2 По традиции, установленной ещё с времён Петра I, после обедни во дворце священники отправлялись к иордани на Неве служить молебен с водосвятием. На лёд выходила вся царская семья. Митрополит опускал крест в воду. В это время из пушек Петропавловской крепости стреляли. После водосвятия император принимал Крещенский парад. Сколько выстрелов звучало в момент водосвятия?

а) Все время, пока крест находился в воде.
б) По числу лет императора.
в) 101 выстрел.

3 Таинство Крещения – большой праздник: человек рождается для новой, духовной жизни. Такой официальный праздник есть и у нашей страны. Крещение Руси произошло в 988 году. С предложением придать государственный статус Дню крещения Руси выступала Русская православная церковь. В июне 2008 года Архиерейский собор Русской православной церкви постановил 28 июля совершать богослужения по уставу великого праздника. В связи с чем была выбрана эта дата?

а) День памяти равноапостольного князя Владимира.
б) Дата принятия праздника на Архиерейском соборе.
в) Дата памяти Иова, первого русского патриарха.

4 Великое освящение воды происходит дважды в год: в Крещенский сочельник и в сам день Крещения. В навечерие, 18 января, освящение совершается в воспоминание Крещения Спасителя, освятившего водное естество, и проводится первое водоосвящение в храме. А в сам праздник, 19 января, – воспоминание о самом событии Крещения Господня, по церковной практике под открытым небом, в так называемых иорданях. Как правильно называется освящённая вода?

а) Богоявленская вода. **б)** Крещенская вода.
в) Великая агиасма.

5 В одном из залов Третьяковской галереи представлена знаменитая картина «Явление Христа народу». На полотне изображено событие, описанное в Евангелии от Иоанна, – явление Иисуса Христа. Христос идёт к Иордану. У реки собралось много людей. Иоанн Креститель указывает им на приближающегося Христа. Вспомните, кто автор этой картины?

а) В. Суриков. **б)** А. Иванов.
в) В. Васнецов.

ОТВЕТЫ

1-б. В форме креста.
2-в. 101 выстрел.
3-а. В православном церковном календаре 28 июля (по старому стилю – 15 июля) – день памяти равноапостольного князя Владимира (960-1015).
4-а, б, в. Освященная в Крещенский сочельник и в сам день Крещения вода – одна и та же великая агиасма, освященная одним и тем же чином, имеющая одну и ту же благодатную силу.
5-б. Александр Иванов.

ПЕРВЫЙ

18.05 Точь-в-точь. (16+)

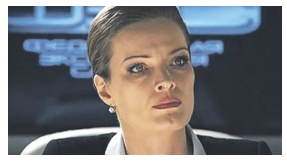
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 Умницы и умники. (12+)
09.45 Слово пастыря. (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Вот и свела судьба...» К 80-летию со дня рождения Валерия Ободзинского. (12+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Видели видео? (6+)
13.25 «Тайная война». К 110-летию со дня рождения Кима Филби. (16+)
15.40 Премьера. «Угадай мелодию-1991-2021». (12+)
16.30 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+)
18.05 Точь-в-точь. (16+)
21.00 Время
21.20 Сегодня вечером. (16+)
23.05 «НЕ ВСЕ ДОМА». (12+)
01.00 Наедине со всеми. (16+)
01.45 Модный приговор. (6+)
02.35 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ

13.30 «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+)

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 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
12.35 «Доктор Мясников». (12+)
13.30 «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+)
У подъезда дома из машины похищен младенец. Отец ребёнка Сергей Верещагин утверждает, что его бывшая жена украла малыша и так ему отомстила за то, что он бросил её и завёл новую семью. Все улики указывают на Ирину Верещагину
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 «ВСЁ ЧТО ЗАХОЧЕШЬ». (12+)
01.00 «БЕЛАЯ ВОРОНА». (16+)

5-Й КАНАЛ



13.20 «СЛЕД». (16+)

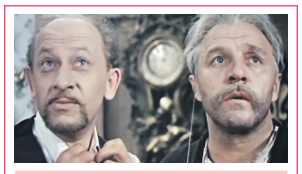
05.00 «СЛЕД». (16+)
06.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.00 Светская хроника. (16+)
10.00 «СВОИ-2». (16+)
13.20 «СЛЕД». (16+)
Идеальных преступлений не бывает. После каждого остаются следы. Иногда эти следы бросаются в глаза. Иногда их можно найти только с помощью специальных приборов. Приборов много, каждый предназначен для чего-то одного. А людей, которые умеют ими управлять мало. Это - сотрудники «Федеральной Экспертной Службы», оказывающие уникальную помощь в раскрытии преступлений. В лаборатории ФЭС собраны лучшие кадры во всех областях криминалистики. Исследуя различные улики, они направляют следствие, генерируют версии и изобличают преступников
00.00 «Известия. Главное». (16+)
00.55 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)

НТВ

19.00 «Центральное телевидение»

04.55 ЧП. Расследование. (16+)
05.20 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
07.20 Смотр. (0+)
08.00 Сегодня
08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
08.45 Поедем, поедим! (0+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.00 16.00 Сегодня
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
14.05 Однажды... (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.20 Ты не поверишь! (16+)
21.20 Секрет на миллион. (16+)
23.25 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)
00.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.45 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
03.40 «СХВАТКА». (16+)

РОССИЯ К / РОССИЯ К Культура



18.55 «БЕГ»

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Маугли»
08.40 «НЕМУХИНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ»
09.50 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»
10.15 «Передвижники»
10.45 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ»
12.10 «Первые в мире»
12.25 «Эрмитаж»
12.55 «Дом ученых»
13.25 02.00 «Торжество дикой природы. Национальный парк Биг Бенд»
14.20 «Эффект бабочки»
14.50 «КОШКА БАЛЛУ»
16.30 «Отцы и дети»
17.00 «Энциклопедия загадок»
17.25 «Мой век». 100 лет со дня рождения Юрия Левитанского
18.15 «Бег». Сны о России»
18.55 «БЕГ»
22.00 «Агора»
23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
00.05 «ПРОБУЖДЕНИЕ»
03.00 Перерыв в вещании

СТС

18.20 «ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.35 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «Не дрогни!» (16+)
10.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.40 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
13.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
16.05 «БЛАДШОТ». (16+)
18.20 «ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА». (16+)
21.00 «БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
23.05 «НАЧАЛО». (12+)
02.00 «БЫСТРЕЕ ПУЛИ». (18+)
03.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)

ТВЦ

05.30 «ЗАЛОЖНИКИ». (12+)
07.15 Православная энциклопедия. (6+)
07.40 «Фактор жизни». (12+)
08.10 «МЫМРА». (12+)
10.00 «Самый вкусный день». (6+)
10.50 11.45 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (12+)
11.30 14.30 23.45 События
12.50 14.45 «КАССИРШИ». (12+)
16.55 «ПОДЪЕМ С ГЛУБИНЫ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.15 «Право знать!» (16+)
00.00 «Власть под кайфом». (16+)
00.50 «Прощание». (16+)
01.30 Специальный репортаж. (16+)
02.00 «Хватит слухов!» (16+)
02.25 «Ян Арлазоров. Все беды от женщин». (16+)
03.05 «Олег Видов. Хочу красиво». (16+)
03.50 «Любовь Полищук. Гадкий утёнок». (16+)
04.30 «Битва за наследство». (12+)

ЗВЕЗДА

05.45 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» (6+)
07.05 «Я - ХОРТИЦА». (12+)
08.00 Новости дня. (16+)
08.15 «Я - ХОРТИЦА». (12+)
08.40 «Морской бой». (6+)
09.45 «Круиз-контроль». (12+)
10.15 «Легенды музыки». (12+)
10.45 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
11.35 «Война миров». (16+)
12.30 «Не факт!» (12+)
13.00 Новости дня. (16+)
13.15 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным». (12+)
14.05 «Оружие Победы». (12+)
14.20 18.30 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.15 «Задело!» с Николаем Петровым. (16+)
22.20 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...» (12+)
00.05 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
04.00 «БЕЗ ОСОБОГО РИСКА». (12+)
05.15 «Москва - фронту». (16+)

ОТР

07.25 «Фигура речи». (12+)
07.50 «За дело!» (12+)
08.35 16.50 «Календарь». (12+)
09.30 14.40 «Среда обитания». (12+)
09.55 «Новости Совета Федерации». (12+)
10.05 «Дом «Э». (12+)
10.35 Специальный проект ОТР «Отчий дом». (12+)
10.50 11.15 13.05 «ЭТИ ГЛАЗА НАПРОТИВ». (12+)
11.00 13.00 15.00 19.00 Новости
15.05 «Большая страна». (12+)
16.00 05.05 «ОТРажение» с Дмитрием Лысковым. (12+)
17.50 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (6+)
18.15 19.05 «Гражданская инициатива». (12+)
19.55 «Очень личное» с Виктором Лошаком. (12+)
20.20 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
23.00 «ВЕРТИКАЛЬ». (6+)
00.20 «ФАННИ И АЛЕКСАНДР». (16+)
03.30 «Шекспир: Был или не был?» (12+)

РЕН

06.55 «МЕДАЛЬОН». (12+)
08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
12.05 «Наука и техника». (16+)
13.05 «Военная тайна». (16+)
14.05 «СОВБЕЗ». (16+)
15.05 «Документальный спецпроект». (16+)
16.10 «Засекреченные списки». (16+)
17.10 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
19.10 «ГРАНЬ БУДУЩЕГО». (16+)
Мимики - раса инопланетян, которые вторглись на Землю и превратили ее в обитель хаоса. Люди изо всех сил оказывают сопротивление пришельцам, но несут чудовищные потери
21.20 «РОБОКОП». (16+)
23.40 «ЛЕГИОН». (18+)
01.30 «СТРЕКОЗА». (16+)
03.10 «НАЕМНЫЕ УБИЙЦЫ». (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 «ВЫКУП - МИЛЛИАРД». (16+)
13.30 «ФИНАЛЬНЫЙ СЧЁТ». (16+)
15.30 «ОБМАНУТЬ ВСЕХ». (16+)
17.30 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
19.30 «АГЕНТ 007: ЗОЛОТОЙ ГЛАЗ». (12+)
22.15 «В ОСАДЕ: ТЕМНАЯ ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
Секретный отдел ЦРУ США запускает на орбиту военный спутник «Грейзер» с оружием большой разрушительной мощности. Вскоре террористы захватывают поезд, идущий из Денвера в Лос-Анджелес сквозь скалистые горы, чтобы сделать его площадкой управления спутником. Это удобно, так как скалистые горы - зона неустойчивой связи, к тому же движущийся объект обнаружить не так-то просто
00.15 «ОНО». (18+)
02.00 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ

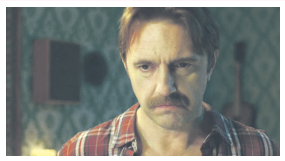
06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 Пять ужинов. (16+)
06.50 «СОЛЁНАЯ КАРАМЕЛЬ». (16+)
Что делать, если вся жизнь летит в тартарары? Дочь впала в кому, муж оказался предателем, а прежнее окружение списало тебя со счетов? Полина решает, что лучший способ преодолеть жизненные трудности - открыть собственный цех по производству мороженого
10.40 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
1520 год. Во время набега крымских татар на российский город юную красавицу Александру Лисовскую берут в плен и переправляют в Стамбул, чтобы продать наложницей в гарем султану Сулейману Великолепному. Позже девушка получила имя Хюррем и стала первой официальной женой Сулеймана
00.00 «НАСТУПИТ РАССВЕТ». (16+)
03.25 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ



19.20 «БАТЯ». (16+)

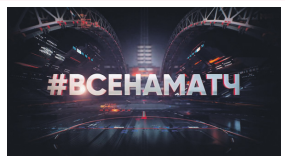
07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
12.50 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
15.10 «РАЗЛОМ САН-АНДРЕАС». (16+)
17.25 «РОДНЫЕ». (12+)
19.20 «БАТЯ». (16+)
21.00 «СТАС». (16+)
Премьера! О том, как главный герой Стас переживает семейные трудности, он шутливо рассказывает в стендапе. Сцены сериала - это главная сюжетная линия ситкома, а выступления Стаса в стендапе - его внутренний монолог, который в реальной жизни не всегда уместен
23.00 «Женский стендап». (16+)
00.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ». (18+)
01.55 «Импровизация». (16+)
03.35 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)

ЧЕ

12.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА-2». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.20 На троих. (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
12.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА-2». (16+)
Павел Гуров - успешный актёр, звезда телевизионного сериала «Майор Лавров». Он состоятельный Казанова, который прожигает жизнь ради собственных удовольствий. Но всё меняется, когда на пороге элитной квартиры Гурова появляется сын Виктор, которого Павел бросил 20 лет назад, уехав в Москву строить актерскую карьеру. Виктор приезжает вместе со своим сыном, Владом, в надежде вернуть жену-беглянку
18.10 Улётное видео. (16+)
21.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 iТопчик. (16+)
01.30 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ



08.35 Все на Матч!

06.00 Хоккей. «Анахайм Дакс» - «Тампа-Бэй Лайтнинг». НХЛ. Прямая трансляция
08.30 10.25 13.50 16.00 19.10 22.35 Новости
08.35 13.55 16.05 19.15 22.00 00.45 Все на Матч!
10.30 Мультфильм. (0+)
10.50 Лыжные гонки. Прямая трансляция
14.25 16.35 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция
18.50 «На лыжи» с Еленой Вяльбе. (12+)
19.55 Футбол. «Интер» - «Венеция». Прямая трансляция
22.40 Футбол. «Лацио» - «Аталанта». Прямая трансляция
01.30 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Будучность». Лига чемпионов. (0+)
03.00 Санный спорт. Кубок мира. Трансляция из Швейцарии. (0+)
03.55 Новости. (0+)

СПБ

23.10 «НЕВЕСТА ИЗ МОСКВЫ». (12+)

06.00 «В поисках утраченного искусства». (16+)
08.25 «Слово в образе». (12+)
09.05 «Не по-детски». (6+)
09.25 «Зона особого внимания». (16+)
10.00 «Пульс города». (12+)
11.10 «Петр Первый». (6+)
11.30 «Культурная эволюция». (16+)
12.35 21.05 Малые родины. (6+)
13.15 «Время суток». (16+)
13.45 15.15 «СКАНДАЛЬНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ В БРИКМИЛЛЕ». (12+)
16.30 18.20 «ПРОЩАЙТЕ, ДОКТОР ФРЕЙД!» (16+)
19.00 «Итоги недели». (16+)
19.55 «В ритме Петербурга». (12+)
20.55 «Другая команда». (6+)
21.25 «Театральная гостиная». (16+)
23.10 «НЕВЕСТА ИЗ МОСКВЫ». (12+)
02.45 «КАКАЯ У ВАС УЛЫБКА». (12+)

ЛЕНТВ24

20.10 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)

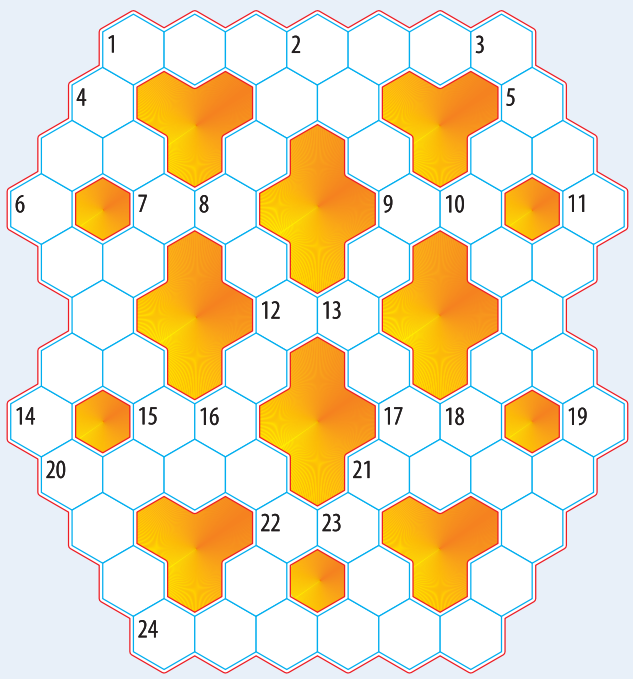
06.00 «Отважный рыцарь». (6+)
07.15 «Клоуны государственного значения (Цирк! Да и только! Смех в СССР)». (12+)
08.15 «АМНИСТИЯ». (12+)
09.30 «Чужие в городе» с Дмитрием Губерниевым». (12+)
10.15 «РУД И СЭМ». (12+)
12.00 «Кондитер». (16+)
13.10 «СЕМЬЯ». (12+)
14.45 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
17.00 «Моё родное». (12+)
17.45 «Концерты Михаила Задорнова». (12+)
19.20 «Человек-невидимка». (16+)
20.10 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)
21.00 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
22.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
00.00 «ЧТО ГЛОЖЕТ ГИЛБЕРТА ГРЕЙПА». (16+)
02.00 «ГУРЗУФ». (12+)
05.20 «Моё родное». (12+)

78 КАНАЛ

18.45 «МАЛЬЧИК РУССКИЙ». (12+)

06.00 «Легенды СССР». (12+)
06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)
08.30 «Зверопитер». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 18.30 «Известия 78». (12+)
12.15 «Хороший день». (12+)
13.15 «Большой Хоха». (12+)
13.45 «Автограф». (12+)
14.15 «Легенды советского сыска». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)
18.45 «МАЛЬЧИК РУССКИЙ». (12+)
20.15 «Неженское дело». (12+)
20.30 «Другой Петербург». (16+)
21.00 «Происшествия». (16+)
22.00 «Ч/Б». (16+)
23.40 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
01.20 «НА КРЫЛЬЯХ». (12+)
03.10 «Ленинградка». (12+)

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



Слова в кроссворде вписываются по горизонтали, а также в двух наклонных направлениях (сверху-вниз-направо и сверху-вниз-налево). Все слова длиной не меньше 3 букв.

По горизонтали:
1. Уменьшение веса при пересыпке. **20.** Когда-то его закрывали слюдой. **21.** Древний индейский народ. **24.** Неспешный темп сонаты.

Слева-вниз-направо:
2. Его можно нарисовать, можно вышить, а мороз его расписывает на стекле. **3.** Водная артерия у хлопкового поля. **4.** Расширенная часть пищевода курицы. **6.** «Бодрящий» освежитель для лица. **8.** Горячая смола в сапожной мастерской. **10.** Воинское подразделение, состоящее из нескольких отделений, расчетов или экипажей. **13.** Слой почвы, скрепленный корнями трав. **14.** «Медвежонок» из страны кенгуру. **16.** У него в спальне – доска с гвоздями. **18.** «Неизвестная» буква из учебника по алгебре. **23.** Картофель соломкой, жаренный в масле.

Справа-вниз-налево:
1. «Перекресток» железнодорожных линий. **2.** Герой мультфильма «38 попугаев», для хвоста которого была придумана зарядка. **5.** Водная преграда на пути к замку. **7.** Это когда последние штаны еще имеются, а обуви уже нет. **9.** Генеалогическое дерево от корней до кроны. **11.** В гостях у Журавля в нем находилось угощение для Лисы. **12.** Крупнейшая река Германии. **15.** Младшая сестра Волги и «Волги». **17.** Коралловая «гряда», которую скрывает вода. **19.** Стиль танцевальной музыки родом из семидесятых годов XX века. **22.** Проводник туристов по городским музеям.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Утруска. 20. Окно. 21. Инки. 24. Адажио.
Слева-вниз-направо: 2. Узор. 3. Ядрик. 4. Зоб. 6. Лосьон. 8. Вар. 10. Взвод. 13. Дерн. 14. Коала. 16. Иог. 18. Ихс. 23. Фри.
Справа-вниз-налево: 1. Узел. 2. Удав. 5. Ров. 7. Боскк. 9. Род. 11. Кувшин. 12. Рейн. 15. Ока. 17. Риф. 19. Диско. 22. Гид.

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Зимняя птичка, красавица-невеличка

Эти красногрудые представители семейства вьюрковых, по размерам лишь немного превосходящие воробьёв, – настоящие спутники зимы. Наша викторина – о снегирях.

1. Известно, что поют снегири неважно – их голос напоминает металлический скрип или свист. Но если птицу, которую в народе называют пересмешником за редкий дар имитировать звуки, подучить, то она успешно копирует напевы и мелодии других птиц. В XIX веке в России было модным держать у себя дома снегиря. Как прозвали таких птичек?
а) Русский попугай.
б) Русский дудочник.
в) Русская волынка.

2. Ежегодно 7 января вечером жители Японии обмениваются фигурками снегирей из дерева, которые называются «киусо». Что символизирует эта церемония?
а) Обмен обмана на правду.
б) Избавление от согрешений.
в) Передача крепкого здоровья.

3. Снегирь в народе почитается как хорошая добрая птица (в отличие, например, от ворона). У многих народов существует своя легенда о красной грудке птички. Например, в Беларуси вам могут поведать о том, что…
а) Снегирь принес на землю огонь.
б) Снегирь защищает всех обиженных.
в) В древние времена снегирь собой украсил елочку в праздник.

ОТВЕТЫ

1-а. Народ прозвал снегирей русскими попугаями за уникальную способность – имитировать звуки. Самки снегирей любят дразнить воронов, подражая их карканью.
2-а, б. Люди обмениваются этими фигурками, избавляясь так от сотрясений, меняя обман на правду. На протяжении года птичка стоит в доме и приносит семье счастье.
3-а. В Беларуси в роли своеобразного Прометея, который доставил на землю огонь, выступает снегирь. Серая птичка должна была доставить по поручению бога огонь людям, но обожгла грудку. Снегирь выдержал боль и принес огонь на землю, а шейка и грудка так и остались красными.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.25 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
06.45 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+)
08.20 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (12+)
10.55 «САДКО». (12+)
12.35 «ПЕППИ ДЛИННЫЙ ЧУЛОК». (6+)
14.55 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)
17.25 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
19.10 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)
20.55 «ДЕЖА ВЮ». (18+) СССР, Польша, 1988 г.
23.00 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
04.05 «НЕЙЛОН 100%». (12+)
05.25 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (12+)

TV1000

05.00 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЁР». (16+)
07.05 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
09.00 «КЛИЕНТ». (16+)
11.10 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
12.55 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
14.45 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
16.25 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
19.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
21.35 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
23.40 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
02.05 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
03.45 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

06.20 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
08.35 «ЖГИ!» (12+)
10.20 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
11.55 «ИНДИГО». (16+)
13.35 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
15.35 «ЛёД». (12+)
17.35 «ЛёД-2». (6+)
20.00 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+) Россия, Китай, 2019 г. В ролях: Джейсон Флеминг, Арнольд Шварценеггер, Чарльз Дэнс, Джеки Чан, Яо Синтун
22.05 «ОН - ДРАКОН». (6+) Россия, 2015 г. В ролях: Мария Поезжаева, Матвей Лыков, Станислав Любшин
00.00 «ДИКАЯ ЛИГА». (12+)
01.50 «ТЕКСТ». (18+)
03.50 «ЛёД». (12+)

ДОМ КИНО

05.00 «Ералаш». (6+)
06.00 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
07.20 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
08.40 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
10.05 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
11.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
12.55 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
14.10 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
15.40 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+) Россия, 2016 г.
02.35 «НОРВЕГ». (12+) Россия, 2015 г.
04.25 «ДВА ДНЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

05.30 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)
07.35 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
08.55 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
10.30 «КРОЛИЧЬЯ НОРА». (16+)
11.55 «ТРОЦКИЙ». (16+)
13.45 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
15.30 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
17.05 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
19.00 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
20.30 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)
22.10 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО». (16+)
23.35 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.10 «ДОМОВОЙ». (6+)
08.55 «СТОРОЖ». (16+)
10.45 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
12.35 «КОРПОРАТИВ». (16+)
14.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
15.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
17.30 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
18.55 «НЯНЬКИ». (16+)
20.35 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+) Комедия, Россия, 2016 г.
22.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
23.20 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)
00.55 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
02.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
03.30 «КИСЛОРОД». (16+)
04.45 «СТОРОЖ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «СТАРСКИ И ХАТЧ». (12+)
02.50 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН: КРЫМСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
04.10 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
05.40, 23.25 «ГОЛЛИВУДСКИЕ КОПЫ». (12+)
07.45 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
09.40 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)
11.25 «ШОУ ТРУМАНА». (6+)
13.20 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+)
15.25 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
17.15 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (6+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (6+)
21.40 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.45 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (6+)
02.35, 04.00 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
05.20, 07.05, 09.05 «ПОДНЯТАЯ ЦЕЛИНА». (12+)
11.05 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
13.05 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (6+)
14.55 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
16.25 «ЛИВЕНЬ». (16+)
17.40 «ЧУЖОЙ ЗВОНОК». (6+)
19.00 «БЛЕФ». (16+) Комедия, Италия, 1976 г.
21.05 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВИНИТЬ КЛАВУ К.» (6+) Драма, мелодрама, СССР, 1979 г.
22.30 «КЛЮЧ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (0+) Драма, мелодрама, СССР, 1976 г.

СУББОТА!

05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
05.45 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 13.00, 13.55, 14.55 Свекровь или невестка. (16+)
15.50, 16.40, 17.30, 18.25, 19.20, 20.15, 21.05, 22.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
23.00 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
00.40, 01.05, 01.35, 02.00, 02.25, 02.45, 03.05, 03.30, 03.50, 04.10 Оденься к свадьбе. (16+)
04.30 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+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 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+) Сериал. Драма, история, Россия, 2011 г. В ролях: Сергей Маковецкий, Михаил Пореченков, Юлия Пересильд, Мария Шукшина
12.00, 20.00, 04.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)

CTC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+) В середине восьмидесятых, после введения сухого закона, проводились комсомольские безалкогольные свадьбы. Ну как безалкогольные? В самовары наливали водку, а в чайники - коньяк. Так были довольны и гости, и власти. Ваня был на парочке подобных свадеб, и не хотел такую же. Он вообще не хотел жениться.
00.55 Сердца за любовь. (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МАЛЬТЕЗЕ». (16+) Сериал. Боевик, криминальная драма, Италия, 2017 г.
11.00, 19.00, 03.00 «ПРОКАЗНИК МАКС». (16+)
12.25, 20.25, 04.25 «ТУВЕ». (18+) Биографическая драма, Финляндия, Швеция, 2020 г.
14.10, 22.10, 06.10 «МАСТЕР». (16+) Драма, США, 2012 г.
16.30, 00.30, 08.30 «АССИСТЕНТКА». (16+) Драма, США, 2019 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.00, 09.55, 14.00, 18.00, 22.10, 02.25 Тихая моя родина. (12+)
06.35, 10.30, 14.35, 18.35, 22.45, 02.55 Свечной заводик. (12+)
06.45, 10.45, 14.50, 23.00, 03.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)
07.00, 11.05, 15.05, 19.10, 23.20, 03.25 Гордость России. (6+)
07.30, 15.35, 19.40, 23.50, 03.55 Прогулка по саду. (12+)
08.00, 12.05, 20.15, 00.20, 04.20 Чай вдвоем. (12+)
08.20, 16.25, 20.30, 00.35, 04.35 Не просто суп! (12+)
08.35, 12.40, 16.45, 20.50, 00.55, 04.50 Домоводство. (12+)
08.55, 12.55, 17.00, 21.05, 01.10, 05.05 Стройплощадка. (12+)
09.25, 13.30, 21.40, 01.40, 05.35 Агротуризм. (12+)
11.35 Огород круглый год. (12+)
12.25 Мультиварка. (12+)
16.10 Нетипичный огород. (12+)
17.30, 17.45 Огород круглый год. (12+)
18.50 С пылу с жару. (12+) Цикл программ о секретах домашней выпечки. Пирожки, коврижки, пироги и кулебяки. Ведущая познакомит зрителей с самыми разнообразными рецептами и даст исчерпывающий мастер-класс.
02.10 Кисельные берега. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 07.00, 09.05, 10.05, 11.10, 12.10, 13.10, 14.10, 15.10, 16.15, 17.10, 18.15, 19.15, 20.10, 21.15, 22.15, 23.10, 00.15, 01.15, 02.10, 03.10, 04.10, 05.05 Оружейные дома Европы. (16+) Путешествуя по старым европейским городам, журналист Сергей Александрович побывает на уникальных семейных оружейных предприятиях, познакомится с их историей и покажет зрителю, как рождаются ружья известнейших в мире марок.
06.30, 07.30, 08.35, 09.35, 10.35, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.45, 17.45, 18.40, 19.45, 20.45, 21.40, 22.45, 23.45, 00.45, 01.40, 02.40, 03.40, 04.40, 05.35 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)
08.00 На рыбалку с охотой. (12+) Темы, волнующие зрителя канала «Охота и рыбалка», можно перечислять бесконечно: нормативные документы, открытия и закрытия сезонов, новинки рынка, рейды против браконьерства, вести с водоемов и охотхозяйств, соревнования по рыболовному спорту, анонсы и репортажи о выставках, фестивалях и мастер-классах… Об этом и многом другом охотники и рыболовы узнают из еженедельной новостной программы «На рыбалку с охотой».

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первоклассный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+) Авторский курс самомассажа от Виктории Цепляевой раскроет секреты омоложения и профессионального ухода в домашних условиях.
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Мультфильмы. (0+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
06.15 Мультфильмы. (0+)
07.15 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (6+)
08.25 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (12+)
09.00 Слабое звено. (12+)
10.00 Погода в мире
10.10 «ВИЙ». (12+)
11.40 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+) Сериал. Драма, Россия, Украина, Беларусь, 2013 г. В ролях: Гела Месхи, Василий Прокопьев, Анатолий Дзиваев, Сергей Газаров
16.00 Новости
16.15 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)
19.00 Новости
19.15 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)
01.05 «МАЛЬТИЙСКИЙ КРЕСТ». (16+) Боевик, приключения, Россия, 2008 г.
02.45 «САЛОН КРАСОТЫ». (12+)
04.10 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)

ПОБЕДА

05.50 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
07.10 «РЖЕВ». (16+)
09.10 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
11.30 «ЗА ЧАС ДО РАССВЕТА». (16+) 1946 год. Лейтенант Денис Журавлёв возвращается к мирной жизни и устраивается на службу в милицию. Его начальник - майор Шумейко по прозвищу «Сатана» - человек с тяжёлым характером, но решения поставленных задач добивается любой ценой. Журавлёв появляется в команде как раз вовремя: в городе орудует банда преступника по прозвищу Клещ, и чтобы поймать его, нужен неординарный план, который Журавлёв берётся реализовать. Однако скоро становится очевидно, что война, идущая в мирное время, когда непонятно кто друг, а кто враг, ещё запутаннее, чем война, с которой он только что вернулся.
01.00 «СОЛДАТИК». (12+)
02.20 «ПО ТУ СТОРОНУ ВОЛКОВ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия-2. Москва-2 (субтитры). (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.20 Орел и Решка. Россия-2. Челябинск (субтитры). (16+)
07.00, 08.00 Мир забесплатно (субтитры). (16+)
08.50 Мир забесплатно. Неизданное. (16+)
09.50 Мир забесплатно. Нью-Йорк. США (субтитры). (16+)
11.00 Зеленая планета. (12+)
12.00 Орел и Решка. Земляне. Сокотра. Выпуск 2. (16+)
13.00, 14.00, 15.00 На ножах (субтитры). (16+)
16.00 На ножах. (16+)
17.00 Мир наизнанку. Китай (субтитры). (16+)
18.00 Мир наизнанку. Китай. Неизданное. (16+)
19.00 Мир наизнанку. Китай. Юбилейный выпуск. (16+)
20.10, 21.10, 22.00 Мир наизнанку. Бразилия (субтитры). (16+)
23.00, 00.00 Руссо-Латино. Перу. (18+)
01.00 Дикари. Непал. (16+)
02.00 Дикари. Филиппины (субтитры). (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия-2. Камчатка (субтитры). (16+)

Ю

05.10 Папа попал. (12+)
09.40 Беременна в 16. (16+) Для будущих юных мам эта беременность - зачастую событие неожиданное. Кроме того, они сами - еще дети, которые пока не готовы принимать самостоятельные решения и сталкиваться с предстоящими трудностями.
14.00 Чадо из ада. (12+) Реалити, в котором избалованного ребенка из богатой семьи родители отправляют на перевоспитание в простую дружную семью, где подросток будет жить самой обычной жизнью и выполнять все правила, заведенные в принимающей семье. Удастся ли за три дня эксперимента изменить взгляды на жизнь и поведение избалованного чада?
17.30 Беременна в 16. (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.25 Папа попал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Российские императоры в XIX веке. (6+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.50 Семь дней истории. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.00 Историограф. (12+)
05.50 Обыкновенная история. (6+)
06.00 Первая мировая. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Библиотеки России. (6+)
08.00, 08.45 Ступени Победы. (12+)
09.35 История Великой хартии вольностей. (12+)
10.35 Подземная Италия. (12+)
11.50 Семь дней истории. (12+)
12.00 Историада. (12+)
13.00 Непокорённые. (12+)
13.45 История оружия. (16+)
14.45 «ТАНКИ». (12+)
16.30 Обыкновенная история. (6+)
16.40 Трамвай идет на фронт. (12+)
17.35 Хроники общественного быта. (12+)
17.55 «ЧКАЛОВ». (16+)
18.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
20.00, 20.55, 21.50, 22.50 «НОВЫЕ МИРЫ». (16+) Сериал. Драма, история, Великобритания, 2014 г.
23.50 Семь дней истории. (12+)

VIASAT HISTORY

06.20 Невероятные изобретения. (12+)
06.45 Очень странные экспонаты. (12+)
07.35 Расшифровка тайн: Зона 51. (12+)
08.20 Расшифровка тайн: Бермудский треугольник. (12+)
09.05 Расшифровка тайн: Салемские ведьмы. (12+)
09.50 Расшифровка тайн: Бигфут. (12+)
10.35 Нил: величайшая из рек: Лунные горы. (6+)
11.30 Нил: величайшая из рек: Дикие воды. (6+)
12.25 Нил: величайшая из рек: Дорога жизни в пустыне. (6+)
13.15 Шелковый путь. (12+)
14.25 Невероятные изобретения. (12+)
14.50 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
15.40, 16.45, 17.50, 18.50, 19.55 История христианства. (12+)
21.00 Шелковый путь. (12+)
21.55 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
22.45 Расшифровка тайн: Зона 51. (12+)
23.30 Расшифровка тайн: Бермудский треугольник. (12+)
00.15 Расшифровка тайн: Салемские ведьмы. (12+)
01.00 Расшифровка тайн: Бигфут. (12+)
01.40, 02.30, 03.25 Древний апокалипсис. (16+)
04.15, 04.50 Музейные тайны. (12+)
05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.30, 06.55 Научные глупости. (16+)
07.20, 07.50 Сделать за один день. (16+)
08.10 Авто-SOS. (16+)
09.05, 10.00, 10.55 Мега-слом. (16+)
11.50, 12.40 Истории спасения. (16+)
13.30, 14.15 Северная Корея. Сознание диктатора. (16+)
15.10 Северная Корея. Взгляд изнутри: Киберармия. (16+)
15.55, 16.45 Северная Корея. Взгляд изнутри. (16+)
17.35 Тайная история: Бостонский душитель. (16+)
18.30 Тайная история: Рассекреченные прилунения. (16+)
19.20 Тайная история: Секреты ЦРУ. (16+)
20.10, 20.30 1989: Год, сотворивший современный мир. (16+)
21.00 80-е: Величайшие технические новинки. (16+)
21.50, 22.20 1989: Год, сотворивший современный мир. (16+)
22.45, 23.35 90-е: десятилетие, которое нас объединило. (16+)
00.30, 01.15 Экстремальное путешествие: Вторая мировая война. (16+)
02.00, 02.50 Свидетели катастроф. (16+)
03.35, 03.55, 04.15 Игры разума. (16+)
04.55, 05.20 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
05.35 Сделать за один день. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Дома для животных. (12+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24, 10.17 Неизведанная Европа. (12+)
11.10, 12.04, 12.58 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40, 16.34 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
17.28 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом: Львы. (16+) Морской котик Джоэл Ламберт отправляется в восточную Замбию на поиски самого крупного африканского хищника - льва. Он смог к ним приблизиться, благодаря мобильной лаборатории.
18.22 Правосудие Луизианы: Алчный краболов. (16+)
19.16 Зоопарк. (6+)
20.10 Франк в Африке. (16+)
21.04, 21.58, 22.52, 23.46 Дома на деревьях. (12+)
00.40, 01.28, 02.15 Осторожно, опасные животные. (16+)
03.00 Зоопарк Ирвинов. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (12+)
06.46, 07.13, 07.39, 08.06, 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25, 09.52 Трое мужчин, четыре колеса. (12+)
10.18 Охотники за старьем: классические авто. (12+)
11.12 Большие грязные гонки. (12+)
12.06 Охотники за старьем. (12+) Искатель сокровищ Дрю Притчард путешествует по Великобритании и странам Европы в поиске ценных вещей и редкого антиквариата. Он пойдет на все, чтобы заполучить заветную добычу.
13.00 Металлоломщики. (12+)
13.54, 14.21, 14.48, 15.15, 15.42, 16.09, 16.36, 17.03, 17.30, 17.57 Битвы за контейнеры. (12+)
18.24 Золотая лихорадка. (16+)
19.18 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
20.12 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+)
21.06, 22.00, 22.54, 23.47, 00.40, 01.30 Махинаторы. (12+)
02.15, 02.38, 03.00, 03.23, 03.45, 04.08 Багажные войны. (12+)
04.30 Несекретные материалы. (16+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 08.05 Оденься к свадьбе с Гоком Ваном. (12+)
08.57, 09.23, 09.49, 10.15, 10.41, 11.07, 11.33, 11.59, 12.25, 12.51 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
13.18 Моя полная жизнь. (16+)
14.11 Семья Шантель. (16+)
15.04 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
16.50 Свекровь-соперница. (16+)
17.43, 19.30 Я вешу 300 кг: что было дальше? (16+)
21.18 В большом теле. (16+)
22.11 Люди-альбиносы. (12+)
23.04 Моя полная жизнь. (16+)
23.56 Меня зовут Джаз. (18+)
00.48, 01.13, 01.37, 02.01, 02.25, 02.48 Измены. (18+) Как реагирует отвергнутый любовник, узнав о предательстве партнера? Вас ждут истории о вероломстве, тайнах и лжи, которые могут привести пары к разрыву.
03.12 Убийство начинается с конца. (16+)
03.36, 04.24 Большие сестры. (16+)
05.12 Свекровь-соперница. (16+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 13.55, 22.40 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
07.50, 10.00, 13.50, 15.55 Новости
07.55 Мини-футбол. Задача максимум. (12+)
08.15, 16.00 Мини-футбол. Чемпионат Европы. (0+)
10.05, 03.15 Страна смотрит спорт. (12+)
10.30 Большая вода. (12+)
10.55 Лыжные гонки. Марафонская серия Ski Classics. 55 км. Прямая трансляция из Швейцарии
15.40, 22.20 QR-спорт. (12+)
17.40 Курская аномалия. (12+)
17.55 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. Прямая трансляция
19.55 МатчБол. (12+)
20.25 Большой хоккей. (12+)
20.55, 04.35 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. (0+)
00.30 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. (0+)
02.20 Золото Виктора Ана. (12+)
03.40 Ирина Слуцкая. Бесконечный лёд. (6+)

EUROSPORT 1

02.00 Теннис. Australian Open. 3-й круг. (6+)
02.55, 05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Лыжные гонки. КМ. Планица. Классический спринт. Прямая трансляция. (6+)
17.00 Биатлон. КМ. Антхольц. Женщины. Эстафета. Прямая трансляция. (6+)
18.15 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Титизее-Нойштадт. Мужчины. HS 142. Прямая трансляция. (16+)
20.00, 21.35 Новости. (16+)
20.05 Горные лыжи. КМ. Кицбюэль. Мужчины. Скоростной спуск. 2-й день. (16+)
21.00 Горные лыжи. КМ. Кортина-д'Ампеццо. Женщины. Скоростной спуск. (16+)
21.40 The Minute. (16+)
21.45 Снукер. Shoot-Out. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.15, 08.40 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звёздах всё!
06.35, 12.30 ТОР 30 - Русский крутяк недели. (16+)
09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
10.00, 18.00 Прогноз по году. (16+)
11.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
Важнейшие события мирового шоу-биза за неделю.
14.30 Лайкер. (16+)
16.00 DFM - Dance chart. (16+)
17.00 Синг Сонг. Кошкина и Федункив. (16+)
17.30 Ждите ответа. (16+)
19.00 Золотой Граммофон-2021. (16+)
23.00 Танцпол. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Наше. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Смешарики». (0+)
06.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.10, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Монсики». (0+)
10.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
10.15 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
12.10 «Снежная королева». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Спина к спине». (0+)
18.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Лунтик и его друзья», «Малышарики идут в детский сад», «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Братцы кролики». (6+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Алиса знает, что делать!» (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)
11.05 «Леди Баг и Супер-Кот: Нью-Йорк. Союз героев». (6+)
12.25 «Рэтчет и Кланк: галактические рейнджеры». (6+)
14.10 «НЯНЬКИ». (12+)
16.05 «Упс… Ной уплыл!» (6+)
17.55 «Упс… Приплыли!» (6+)
19.30 «Суперсемейка». (12+)
21.50 «ДЕТИ ШПИОНОВ». (0+)
23.40 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (0+)
01.30 «ДЕТИ-ШПИОНЫ». (6+)
02.55 «Гравити Фолз». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Волшебная кухня». (0+)
Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар-шахматист Саша! Зачем кошки ходят в магазин, как сворачивать тако, и почему докторская колбаса так называется? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!
09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.55 «Поезд динозавров». (0+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
11.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
13.00 «Зелёный проект». (0+)
13.25 «Монсики». (0+)
15.20 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
16.10 «Ералаш». (6+)
17.30 «Сказочный патруль». (0+)
19.00 Семейное кино. «Улётные букашки». (6+)
Светлячок Диндин всегда был самой яркой звездой в своей деревне, пока не появился инопланетный робот Аврора... Обиженный на всю деревню и ослепленный завистью к ее новому обитателю, Диндин попадает в ловушку коварного Хитрого Мыша, который мечтает уничтожить поселение букашек. Авроре и Диндину придется забыть свои обиды - им нужно стать одной командой, чтобы спасти родной дом от банды саранчи!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 Семейное кино. «Букашки-2». (0+)
Герои перемещаются из Франции на тропический остров Гваделупа, где их ждут захватывающие приключения в духе «Пиратов Карибского моря» и романтическая история как в «Ромео и Джульетте».
22.30 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

05.09, 14.40, 15.41, 17.11, 18.13, 22.16, 23.16 Я сегодня нарисую. (6+)
05.24, 14.56, 17.26, 18.28, 22.29, 23.30 Проще простого! (6+)
05.40, 15.12, 17.42, 18.44, 22.45, 23.46 Шах и мат! (6+)
05.55, 10.34, 20.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
06.48, 21.01 «Богатырята». (6+)
07.49 «День везения». (0+)
08.00 «ПЯТЕРО ДРУЗЕЙ». (6+)
Германия, 2012 г.
09.30 «Бобр добр». (0+)
11.24, 16.05 «Летающие звери». (6+)
12.10 «Джони-бони-бо». (12+)
12.24 «Кролик с капустного огорода». (6+)
12.38 «Белые медведи». (0+)
12.52 «Немытый пингвин». (0+)
13.00 «Королевский корги». (6+)
14.23, 15.25, 15.55, 16.55, 17.57, 22.00, 23.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
19.00 «Робинзон Крузо». (6+)

О!

05.00 «Турбозавры». (0+)
07.00 «Смешарики». (0+)
09.40 «Что в тарелке?». (0+)
10.00 О! Кино! «Волки и овцы: ход свиньёй». (6+)
11.15 О! Музыка! (0+)
11.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
11.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
13.00 «Дуда и Дада. Мир удивительных животных». (0+)
14.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
16.00 «Студия Катяки-Маляки». (0+)
16.25 «ДиноСити». (0+)
18.00 «Ничего себя имя!» (0+)
18.30 «Смешарики». (0+)
21.00 «Команда Флоры». (0+)
23.00 «Супер МЯУ». (0+)
00.30 О! Кино! «Фиксики. Большой секрет». (6+)
01.45 О! Музыка! (0+)
03.00 «Букварий». (0+)
03.25 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10, 08.05, 08.45, 04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.35, 06.05 Монастырская кухня. (0+)
06.35 Первосвятители. (0+)
07.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.05 Физики и клирики. (0+)
09.40 Простые чудеса. (12+)
10.30 В поисках Бога. (6+)
11.05 «В. ДАВЫДОВ И ГОЛИАФ». (0+)
СССР, 1985 г.
11.40, 12.10 Двенадцать. (12+)
12.45 Паломница. (0+)
14.05, 15.30, 16.50, 18.20 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 1-4 серии. (0+)
19.45 Двенадцать. (12+)
20.20 Дорога. (0+)
21.25 Простые чудеса. (12+)
22.15 Расскажи мне о Боге. (6+)
22.45 Профессор Осипов. (0+)
23.35 Украина, которую мы любим. (12+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 День Ангела. Святитель Феофан Затворник. (0+)
00.50 Дорога. (0+)
01.50 Во что мы верим. (0+)
02.40 Простые чудеса. (12+)
03.25 Профессор Осипов. (0+)
04.05 Расскажи мне о Боге. (6+)

Православный календарь

22 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Суббота по Богоявлении. Глас 5. Попразднство Богоявления. Свт. Филиппа, митр. Московского и всея России, чудотворца.

Мч. Полиевкта. Прор. Самея. Свт. Петра, еп. Севастии Армянской. Прп. Евстратия чудотворца. Прп. Пахомия Кенского. Прп. Ионы, в схиме Петра, Киевского, чудотворца. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

« Кто в силах, тот должен работать и делиться с имеющими нужду. Ибо, кто не хочет работать, тот не признается достойным и есть. Человек, подражай земле, приноси плоды для других, как и земля приносит тебе».

Св. Василий Великий

Судоку

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

ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ ОТВЕТЫ

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

1 ★★☆☆☆

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

2 ★★☆☆☆

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

3 ★★☆☆☆

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

4 ★★★☆☆

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

5 ★★★☆☆

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

6 ★★★☆☆

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

ПЕРВЫЙ

00.00 «ВИД НА ЖИТЕЛЬСТВО». (16+)

04.45 06.10 **«ГАЛКА И ГАМАЮН».** (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 Часовой. (12+)
08.10 Здоровье. (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Жизнь других. (12+)
11.15 12.15 Видели видео? (6+)
14.05 Премьера. «Детский КВН». (6+)
15.15 Премьера. Балет на льду Татьяны Навки «Лебединое озеро». (6+)
16.55 Премьера. Праздничный концерт, посвященный 60-летию Государственного Кремлевского Дворца. (12+)
19.10 Премьера. «Две звезды. Отцы и дети». (12+)
21.00 Время
22.00 **«ХРУСТАЛЬНЫЙ».** (16+)
00.00 **«ВИД НА ЖИТЕЛЬСТВО».** (16+)

РОССИЯ

17.50 «Танцы со Звёздами». Новый сезон. (12+)

05.20 **«ВАРЕНЬКА».** (16+)
07.15 Устами младенца
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 «Парад юмора». (16+)
13.30 **«ТЕОРЕМА ПИФАГОРА».** (16+)
Ирина подаёт на развод. Верещагин переезжает к любовнице. Дочери Ирина и Сергей решают рассказать всю правду - у папы есть другая женщина и сын. Но уверяют её, что для Ксюши ничего не изменится, они будут любить её, несмотря ни на что
17.50 «Танцы со Звёздами». Новый сезон. (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 **«СВОЙ-ЧУЖОЙ».** (16+)
03.15 **«ВАРЕНЬКА».** (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «НЮХАЧ-2». (16+)

05.00 **«НЮХАЧ-2».** (16+)
Каждое преступление имеет свой запах... В новом сезоне захватывающего сериала Нюхач и Виктор Лебедев продолжают служить правосудию. Дар Нюхача и опыт Лебедева делают их тандем очень эффективным. Но им приходится сталкиваться не только с рядовыми преступниками: за каждым шагом Нюхача и Виктора следит таинственная организация, и им приходится распутывать целую сеть из тайн, загадок и преступлений. Смогут ли они победить таинственного врага?
13.20 **«ЧУЖОЙ РАЙОН-2».** (16+)
Приказ о переводе Фролова обратно опером в Центральный район уже практически подписан, вот и зашёл Андрей прогуляться «на районе», да попрощаться с друзьями-товарищами...
01.45 **«ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА».** (16+)

НТВ

19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой

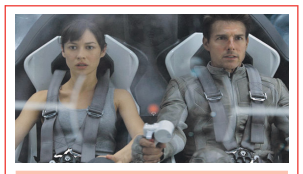
05.00 **«ВО ВЕКИ ВЕЧНЫЕ».** (16+)
06.35 Центральное телевидение. (16+)
08.00 10.00 16.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! (12+)
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
11.50 Дачный ответ. (0+)
14.00 НашПотребНадзор. (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 Новые русские сенсации. (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.10 Звезды сошлись. (16+)
21.40 Основано на реальных событиях. (16+)
01.25 **«БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД».** (16+)
Артем Колчин достиг всех мыслимых вершин и стал национальным героем. На ринг он больше не выходит, предпочитая тренерскую работу
03.45 «Русская Америка. Прощание с континентом». (12+)

РОССИЯ К / РОССИЯ К Культура

20.10 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ»

07.05 Мультфильмы
08.35 **«СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ»**
10.05 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»
10.35 **«НА ПОДМОСТКАХ СЦЕНЫ»**
12.00 Письма из провинции
12.30 «Петербургские встречи»
13.10 «Невский ковчег. Теория невозможного»
13.40 «Игра в бисер»
14.20 «Архи-важно»
14.50 **«КАЖДЫЙ ВЕЧЕР В ОДИННАДЦАТЬ»**
16.10 Линия жизни
17.05 «Пешком...»
17.35 «Геннадий Селюцкий. Рыцарь танца»
18.35 «Романтика романса»
19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.10 **«ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ»**
21.35 Шедевры мирового музыкального театра
23.30 «В тени больших деревьев»
00.20 **«В УКРОМНОМ МЕСТЕ»**

СТС



21.00 «ОБЛИВИОН». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
08.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.30 **«АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ».** (12+)
11.45 **«АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА».** (12+)
13.55 «Семейка Аддамс». (12+)
Полнометражный анимационный фильм. Эксцентричная семейка Аддамс счастливо живёт в своём уединённом доме на холме, пока жители городка неподалёку не узнают о пугающем соседстве
15.40 «Кунг-фу Панда». (6+)
17.25 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
19.10 «Кунг-фу Панда-3». (6+)
21.00 **«ОБЛИВИОН».** (16+)
23.35 **«СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ».** (18+)
01.50 **«ОКОНЧАТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ».** (16+)
03.50 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)

ТВЦ

06.00 «10 самых...» (16+)
06.25 **«УСНУВШИЙ ПАССАЖИР».** (12+)
08.00 **«РИТА».** (16+)
10.00 «Знак качества». (16+)
10.55 «Страна чудес». (6+)
11.30 00.25 События
11.45 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ».** (0+)
13.45 «Москва резиновая». (16+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Актерские драмы. Шальные браки». (12+)
15.55 «Михай Волонтир. Цыганское несчастье». (16+)
16.50 Хроники московского быта. (12+)
17.40 **«УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ».** (12+)
21.40 00.40 **«УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ-2».** (12+)
01.30 Петровка, 38. (16+)
01.40 **«ХРОНИКА ГНУСНЫХ ВРЕМЕН».** (12+)
04.35 «Список Лапина. Запрещенная эстрада». (12+)
05.30 Московская неделя. (12+)

ЗВЕЗДА

05.35 **«ДВА ФЕДОРА».** (12+)
07.15 **«В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ».** (12+)
09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым. (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)
11.30 «Секретные материалы». (16+)
12.20 «Код доступа». (12+)
13.10 «Специальный репортаж». (16+)
13.50 **«ПРИВЕТ ОТ КАТЮШИ».** (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
19.25 «Легенды советского сыска». (16+)
22.45 «Сделано в СССР». (12+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 **«ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ».** (12+)
01.25 **«ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...»** (12+)
02.50 «Илья Старинов. Личный враг Гитлера». (12+)

ОТР

06.00 15.05 «Большая страна». (12+)
06.55 «Сделано с умом». (12+)
07.25 «Активная среда». (12+)
07.50 «От прав к возможностям». (12+)
08.05 «Гамбургский счёт». (12+)
08.35 16.30 «Календарь». (12+)
09.30 14.40 «Среда обитания». (12+)
09.55 «Конёк-Горбунок». (0+)
10.50 11.15 13.05 **«ЭТИ ГЛАЗА НАПРОТИВ».** (12+)
11.00 13.00 15.00 Новости
16.00 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (6+)
17.30 «Шекспир: Был или не был?» (12+)
19.00 01.20 «ОТРажение недели». (12+)
19.55 «Вспомнить всё». (12+)
20.20 **«ФАННИ И АЛЕКСАНДР».** (16+)
23.30 **«КНЯЗЬ ИГОРЬ».** (6+)
02.15 **«ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ».** (12+)
03.45 «Скрябин. Мистерия». (6+)

РЕН

05.00 «Тайны Чапман». (16+)
06.35 **«РОБОКОП».** (16+)
08.30 **«РОБОКОП-2».** (16+)
10.50 **«РОБОКОП-3».** (16+)
12.55 **«РОБОКОП».** (16+)
15.10 **«ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ».** (16+)
17.05 **«ГЛАДИАТОР».** (16+)
В великой Римской империи не было военачальника, равного генералу Максимусу. Непобедимые легионы, которыми командовал этот благородный воин, боготворили его. Но случилось так, что отважный Максимус, готовый сразиться с любым противником в честном бою, оказался бессилен против вероломных придворных интриг
20.30 **«БОГИ ЕГИПТА».** (16+)
23.00 «Добров в эфире». (16+)
23.55 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
01.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
04.25 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
10.45 **«УИДЖИ».** (16+)
12.45 **«ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ».** (12+)
14.45 **«В ОСАДЕ».** (16+)
17.00 **«В ОСАДЕ: ТЕМНАЯ ТЕРРИТОРИЯ».** (16+)
19.00 **«ЭКСПАТ».** (16+)
Бен Логан, проработавший практически всю жизнь на ЦРУ, решил отойти от дел и наверстать упущенные отношения с дочерью. Вместе, они перебираются в Бельгию, где Бен планирует получить хорошую работу. Однако мечте о спокойной жизни не суждено сбыться, вернее, чтобы ее получить, Бену придется вновь взяться за оружие, чтобы уберечь дочь и спасти самого себя...
21.15 **«ВОЗМЕЗДИЕ».** (16+)
23.30 **«ОБМАНУТЬ ВСЕХ».** (16+)
01.30 **«ШУТКИ В СТОРОНУ: МИССИЯ В МАЙАМИ».** (16+)
03.15 «Городские легенды». (16+)
04.45 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ

06.30 Пять ужинов. (16+)
06.45 **«БУДЬ ЧТО БУДЕТ».** (16+)
10.30 **«НАРИСУЙ МНЕ МАМУ».** (16+)
14.25 **«ВСЁ РАВНО ТЕБЯ ДОЖДУСЬ».** (16+)
У Ирины есть почти всё, что нужно для счастья: пусть не высокооплачиваемая, но любимая работа, любящий муж. Нет только детей. Ира верит в лучшее, бегает по врачам, проходит комплексное обследование, но в итоге получает неутешительный приговор: она никогда не сможет забеременеть. Проблем добавляет состояние здоровья матери Ирины - ей нужна дорогостоящая операция. Ира в отчаянии. Но неожиданно появляется знахарь-травник, который утверждает, что сможет исцелить и Ирину маму, и саму Иру в обмен на ценную услугу
19.00 **«ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК».** (16+)
23.30 **«ДОЧКИ».** (16+)
03.05 **«ЛЮБОВЬ ВЕРЫ».** (16+)
06.15 «6 кадров». (16+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма 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

ТНТ-СПБ

12.50 «ОЛЬГА». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «ИНТЕРНЫ». (16+)
09.00 «Перезагрузка». (16+)
09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
12.50 «ОЛЬГА». (16+)
16.00 «ОТРЯД САМОУБИЙЦ». (16+)
18.50 «ХИЩНЫЕ ПТИЦЫ: ПОТРЯСАЮЩАЯ ИСТОРИЯ ХАРЛИ КВИННЪ». (16+)
Харли Квинн рассталась с Джокером и через некоторое время сообщила об этом всему Готэму, взорвав тот самый химзавод. Девушка больше не тоскует по несостоявшимся отношениям - ей некогда
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
23.00 «Talk». (18+)
00.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ». (18+)
01.50 «Импровизация». (16+)
03.30 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)
04.55 «Открытый микрофон». (16+)

ЧЕ

07.00 Утилизатор. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.10 На троих. (16+)
07.00 Утилизатор. (16+)
07.50 Утилизатор. (12+)
08.30 Утилизатор. (16+)
08.50 Утилизатор. (12+)
11.00 Утилизатор. (16+)
11.30 Утилизатор. (12+)
12.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА-2». (16+)
18.30 Улётное видео. (16+)
21.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 iТопчик. (16+)
Признайся, тебе давно хотелось ответить Максу из «+100500». Мы тебя услышали! Знакомься: новое шоу «iТопчик» на «ЧЕ!». У популярного ведущего появится напарник, таинственный Мистер Голос. Наконец-то кто-то поставит Макса на место, поспорит с ним и скажет всё, что думает. Топовые шоу, блогеры-миллионники и самые популярные TikTok тренды
01.30 Улётное видео. (16+)

МАТЧ! ТВ

11.00 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)

06.00 Смешанные единоборства. Ф. Нганну - С. Ган. UFC. Прямая трансляция из США
09.00 10.25 13.40 18.20 Новости
09.05 13.00 16.30 18.25 22.20 00.45 Все на Матч!
10.30 Мультфильм. (0+)
11.00 «Я, АЛЕКС КРОСС». (16+)
13.45 16.50 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция из Италии
15.45 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
19.25 Футбол. «Герта» - «Бавария». Прямая трансляция
21.30 Смешанные единоборства. Ф. Нганну - С. Ган. UFC. Трансляция из США. (16+)
22.40 Футбол. «Милан» - «Ювентус». Прямая трансляция
01.30 Гандбол. «Савехоф» - ЦСКА. Лига чемпионов. Женщины. (0+)

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ СПБ

16.40 «ТАК НЕ БЫВАЕТ». (16+)

08.25 «Слово в образе». (12+)
08.40 «Петр Первый. История. Традиции. Миф». (6+)
09.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль. (16+)
09.55 «Главный врач». (12+)
10.55 «Азбука петербуржца». (6+)
11.00 Новости. (16+)
11.10 «Не по-детски». (6+)
11.30 «Нетрудный подросток». (12+)
11.45 «100лица империи». (16+)
12.20 «НЕВЕСТА ИЗ МОСКВЫ». (12+)
13.00 Новости. (16+)
13.15 «НЕВЕСТА ИЗ МОСКВЫ». (12+)
15.00 Новости. (16+)
15.15 «НЕВЕСТА ИЗ МОСКВЫ». (12+)
16.40 18.20 «ТАК НЕ БЫВАЕТ». (16+)
18.00 Новости. (16+)
01.35 «СТАРЫЕ ВОРЧУНЫ». (16+)

ЛЕН ТВ 24 ЛЕНТВ24

12.40 «ГУРЗУФ». (12+)

06.00 «Невероятный Блинки Билл». (6+)
07.30 «ТАЙНА ЧЕТЫРЕХ ПРИНЦЕСС». (0+)
09.00 «Концерты Михаила Задорнова». (12+)
10.30 «ОСЕННИЕ СНЫ». (12+)
11.55 «Моё родное». (12+)
12.40 «ГУРЗУФ». (12+)
19.20 «Шерлоки». (16+)
20.10 «СРЕДИ ОЛИВ». (16+)
21.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЗНАЛ БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
В центре сюжета этого байопика жизнь индийского математика-самоучки Сриниваса Рамануджана. При поддержке профессора Харди, он вошел в мировую научную элиту, что для индийца было нереальным
22.55 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
00.10 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
01.40 «ГУРЗУФ». (12+)

78 КАНАЛ

00.00 «ЧАСОВЩИК». (16+)

06.00 «Легенды СССР». (12+)
06.55 «Легендарные воздушные суда». (12+)
08.30 «Автограф». (12+)
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 18.00 «Известия 78». (12+)
12.15 «Происшествия». (16+)
13.15 20.30 «Другой Петербург». (16+)
13.45 «Если бы я..». (16+)
14.15 «Легенды советского сыска». (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
17.45 20.15 «Неженское дело». (12+)
18.15 «НА КРЫЛЬЯХ». (12+)
21.00 «Неделя в Петербурге». (12+)
22.00 «Дальше некуда». (16+)
23.00 «Тренерская». (16+)
23.30 «Хранители». (16+)
00.00 «ЧАСОВЩИК». (16+)
01.50 «МАЛЬЧИК РУССКИЙ». (12+)
03.05 «Ленинградка». (12+)

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

17 января Восход: 9 ч. 42 м. Заход: 16 ч. 35 м. Долгота дня: 6 ч. 53 мин.
Растущая Луна в знаке Рака

18 января Восход: 9 ч. 40 м. Заход: 16 ч. 37 м. Долгота дня: 6 ч. 57 мин.
Полнолуние, Луна в знаке Льва

19 января Восход: 9 ч. 38 м. Заход: 16 ч. 39 м. Долгота дня: 7 ч. 01 мин.
Убывающая Луна в знаке Льва

20 января Восход: 9 ч. 37 м. Заход: 16 ч. 42 м. Долгота дня: 7 ч. 05 мин.
Убывающая Луна в знаке Девы

21 января Восход: 9 ч. 35 м. Заход: 16 ч. 44 м. Долгота дня: 7 ч. 09 мин.
Убывающая Луна в знаке Девы

22 января Восход: 9 ч. 33 м. Заход: 16 ч. 47 м. Долгота дня: 7 ч. 14 мин.
Убывающая Луна в знаке Девы

23 января Восход: 9 ч. 31 м. Заход: 16 ч. 49 м. Долгота дня: 7 ч. 18 мин.
Убывающая Луна в знаке Весов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 17 ПО 23 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

17 ЯНВАРЯ
В 1377 году резиденцией Папы Римского становится Ватикан.
В 1773 году Южный полярный круг был впервые пересечен Джеймсом Куком.

18 ЯНВАРЯ
В 1825 году в Москве состоялось открытие Большого театра.
В 1943 году была прорвана блокада Ленинграда в годы Великой Отечественной войны.

19 ЯНВАРЯ
В 1817 году, 205 лет назад, в Петрограде создано одно из старейших минералогических обществ мира – петербургское.

20 ЯНВАРЯ
В 1958 году были установлены первые радары контроля за скоростью автомобилей.

21 ЯНВАРЯ
В 1945 году в Москве принято решение СНК об основании главного Ботанического сада.
В 1954 году на воду спущена первая в мире атомная подводная лодка.

22 ЯНВАРЯ
В 1506 году в Ватикане создана Швейцарская гвардия, которая с тех пор охраняет понтификов и папскую резиденцию.
В 1905 году началась первая российская революция («Кровавое воскресенье»).

23 ЯНВАРЯ
В 1881 году в Большом театре в Москве состоялась премьера оперы Петра Ильича Чайковского «Евгений Онегин».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

17 ЯНВАРЯ. Александр, Денис, Зинаида, Николай, Степан, Тимофей, Яков.
18 ЯНВАРЯ. Евгения, Полина, Роман.
19 ЯНВАРЯ. Именины не празднуют.
20 ЯНВАРЯ. Василий, Иван.
21 ЯНВАРЯ. Василиса, Виктор, Владимир, Георгий, Дмитрий, Евгений, Илья, Михаил.
22 ЯНВАРЯ. Антонина, Захар, Пётр.
23 ЯНВАРЯ. Анатолий, Григорий, Макар, Павел.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

17 ЯНВАРЯ ■ День детских изобретений
18 ЯНВАРЯ ■ День рождения детского телевидения в России ■ День толкового словаря
19 ЯНВАРЯ ■ Крещение Господне (Святое Богоявление) ■ День патологоанатома
20 ЯНВАРЯ ■ День учета водоплавающих птиц
21 ЯНВАРЯ ■ День инженерных войск России ■ Международный день объятий ■ Международный день детского праздника
22 ЯНВАРЯ ■ День войск авиации противовоздушной обороны РФ
23 ЯНВАРЯ ■ День сотрудников органов дознания МЧС России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Снега на Емельяна пошли – дожди в августе жди

17 января, в день Зосимы-пчельника, было принято следить за огнем в печи: слабая тяга – к сырой погоде, сильная – к морозу. Если **18 января**, в Крещенский сочельник, метель, то и через три месяца тоже метель будет.
19 января, на Крещенье, всегда ждали сильных морозов. Однако если этот день выдавался теплым и солнечным, то такая погода должна была продержаться еще две недели.
На Ивана-Бражника, **20 января**, следили за погодой: ясное небо сулило засушливое лето, южный ветер – лето суровое, яркое солнце в полдень – раннюю весну.
Про **21 января**, день Емельяна зимнего, говорили: «Мели, Емеля, твоя неделя!» – касалось это не только сказок, но и метелей, часто случавшихся в этот день. А вот если «снега на Емелю пошли – дожди в августе жди».
22 января, в Филиппов день, о грядущей погоде судили по поведению животных: кошка у печи спит – к похолоданию, лежит кверху брюхом – к потеплению, точит когти – к сильным ветрам, спит целый день – к теплу.
23 января, на Григория-летоуказателя, погода многое говорила о лете: сухой снег – засушливое лето, мокрый – дождливое, ясная погода – жаркое.

Народная примета. Если вы проснулись раньше будильника, значит, сегодня выходной!

ТЕЛЕК ПИТЕР

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

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77 e-mail: telek@kardos.ru
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
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н. Н.
Телефон рекламной службы: Тел. 8-962-724-29-44 e-mail: reklama@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. 8 (495) 937-95-77, доб. 237. E-mail: distrib@kardos.ru

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

№ 2 (198).
Дата подписания в печать: 23.00 час. 10.01.2022 г.
Дата производства: 11.01.2022 г.
Дата выхода в свет: 11.01.2022 г. Тираж 67 450 экз.
Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
Заказ ДБ-47/02. Выходит во всех областях СЗФО.
Тираж этого номера 880 335 экз.
Рекомендованная цена в розницу 16 рублей.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Еженедельная семейная газета для читателей 12+ Объём 4 п. л.
Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

12.30 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
СССР, 1987 г. В ролях: Сергей Жигунов, Дмитрий Харатьян, Владимир Шевельков
Волею судьбы в водоворот событий государственной важности оказываются вовлечены трое юных курсантов Московской навигацкой школы - Александр Белов, Алексей Корсак и Никита Оленев.
17.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+)
21.25 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
23.00 Воскресная премьера
02.15 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ С ЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
05.20 «ОТСТАВНОЙ КОЗЫ БАРАБАНЩИК». (12+)

TV1000

05.35 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)
07.10 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
09.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
12.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
14.35 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
17.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)
19.20 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
21.15 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
23.00 «ДЕВУШКА В ПОЕЗДЕ». (18+)
США, 2016 г.
01.00 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)
02.30 «НЕВИДИМКА». (16+)
04.20 «ЗАБЫТОЕ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.40 «ЛЁД-2». (6+)
07.40 «ИНДИГО». (16+)
09.15 «ЮЛЕНЬКА». (16+)
11.05 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
13.15 «ОН - ДРАКОН». (6+)
15.05 «ДИКАЯ ЛИГА». (12+)
17.10 «УСПЕХ». (12+)
18.55 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
20.35 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
Россия, 2019 г. В ролях: Роман Курцын, Лорина Камбурова, Ян Цапник, Кирилл Кяро, Вячеслав Манучаров
22.10 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
Россия, 2018 г.
23.50 «ПЕТРОВЫ В ГРИППЕ». (18+)
02.15 «СЕЛФИ». (16+)
04.00 «НА ОСТРИЕ». (12+)

ДОМ КИНО

06.10 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
07.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
09.05 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
10.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
11.50 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
13.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
Россия, 2018 г. В ролях: Александра Бортич, Ирина Горбачёва, Сергей Шнуров, Евгений Кулик
15.20 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
02.25 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
03.50 «ПЛЮС ОДИН». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

04.45 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
06.30 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
08.00 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
09.55 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
11.25 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)
13.05 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО». (16+)
14.30 «ОТКРЫТОЕ МОРЕ: НОВЫЕ ЖЕРТВЫ». (16+)
15.50 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
17.20 «КРОЛИЧЬЯ НОРА». (16+)
18.45 «ТРОЦКИЙ». (16+)
20.30 «ОТКРЫТАЯ ДОРОГА НАЗАД». (16+)
21.50 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
23.30 «ПРОПОВЕДНИК С ПУЛЕМЕТОМ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
07.45 «КОРПОРАТИВ». (16+)
09.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
11.00 «СПИТАК». (16+)
12.45 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
14.10 «НЯНЬКИ». (16+)
15.55 «ДОМОВОЙ». (6+)
17.45 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
19.10 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
20.30 «ПОРТ». (16+)
Драма, Россия, 2019 г.
22.15 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
23.55 «СТОРОЖ». (16+)
01.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
03.00 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)
04.40 «КОРПОРАТИВ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.35 «ЛЮБОВЬ СЛУЧАЕТСЯ». (16+)
04.00 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
06.00 «К ЧЕРТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
07.50 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
09.30 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)
11.20 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
13.05 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
15.10 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
17.05 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТОВЫЙ ПОХОД». (12+)
19.30 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
21.45 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
23.35 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.25 «СОЧИНЕНИЕ КО ДНЮ ПОБЕДЫ». (12+)
02.35 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
04.05 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
05.55 «РЕСПУБЛИКА ШКИД». (16+)
07.50 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
09.40 «ЛИВЕНЬ». (16+)
10.55, 12.10 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)
13.30 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ». (6+)
15.00 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА». (12+)
16.15, 17.40 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
19.00, 20.30 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+)
21.45 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (6+)
23.35 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (6+)

СУББОТА!

05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
05.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.55, 13.50, 14.50 Свекровь или невестка. (16+)
15.45, 16.35, 17.25, 18.20, 19.15, 20.05, 21.00, 22.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
22.55 «ХОЧУ КАК ТЫ». (16+)
01.00 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
02.30, 02.50, 03.15, 03.35, 03.55, 04.15 Оденься к свадьбе. (16+)
04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2019 г.
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЖИЗНЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)
15.00, 23.00 «ПРИИСК». (16+)
00.00, 01.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
07.00 «ПРИИСК-2». (16+)

CTC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
Костя зовёт Веру поиграть в покер с друзьями. Друзья же считают, что женщине не место на мужских посиделках.
01.05 Сердца за любовь. (16+)
Это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
05.55 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МАЛЬТЕЗЕ». (16+)
11.00, 19.00, 03.00 «КОММУНА». (18+)
Драма, Дания, Швеция, Нидерланды, 2015 г.
12.55, 20.55, 04.55 «ХОЧУ КАК БРИДЖЕТ» (субтитры). (16+)
Мелодрама, комедия, Франция, 2013 г.
14.25, 22.25, 06.25 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (18+)
Драма, триллер, США, Германия, 2020 г.
16.30, 00.30, 08.30 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (12+)
Комедия, Россия, 2017 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.00, 09.55, 14.00, 18.00, 22.10, 02.25 Тихая моя родина. (12+)
06.35, 10.30, 14.30, 18.35, 22.45, 02.55 Свечной заводик. (12+)
06.45, 10.45, 23.00 Да здравствует мыло душистое! (12+)
07.00, 11.05, 19.10, 23.20, 03.25 Гордость России. (6+)
07.30, 11.35, 15.35, 19.40, 23.50, 03.50 Прогулка по саду. (12+)
Чему можно научиться, общаясь с профессиональными ландшафтными дизайнерами? Применимы ли эти знания к скромному саду на дачном участке? Отвечая на эти вопросы, ведущая программы Зоя Козичева отправляется в путешествие по паркам и садам мира.
08.00, 12.05, 16.10, 20.15, 00.20, 04.20 Чай вдвоем. (12+)
08.20, 12.25, 16.25, 20.30, 00.35, 04.35 Не просто суп! (12+)
08.35 Нетипичный огород. (12+)
08.50, 12.55, 17.00, 21.05, 01.10, 05.05 Стройплощадка. (12+)
09.25 Огород круглый год. (12+)
12.40, 16.40, 20.50, 00.55, 04.50 Домоводство. (12+)
13.30, 17.30, 21.40, 01.40, 05.35 Агротуризм. (12+)
14.50, 18.50, 03.10 С пылу с жару. (12+)
15.05, 15.20 Огород круглый год. (12+)
02.10 Кисельные берега. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 10.00, 14.00, 17.50, 22.05, 02.10 Водоёмы Прибалтики. (12+)
06.30, 10.30, 14.30, 18.25, 23.05, 02.40 Территория льда. (16+)
07.00, 11.00, 15.00, 18.55, 23.35, 03.10 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)
Документальный сериал о людях, цель которых - поймать в объектив фотокамеры уникальные кадры редких животных, обитающих в регионе. Свести знакомство с местным фотоохотником, выехать с ним на натуру, найти места обитания животного и - начать фотоохоту.
07.30, 03.40 Рыбалка 360. (6+)
07.55, 00.05, 04.05 Мир рыболова. (12+)
08.25, 12.30, 16.20, 20.30, 00.40, 04.35 Рыбалка на Черемшане. (6+)
08.55, 13.00, 16.50, 01.10, 05.05 Планета рыбака. (12+)
09.30, 13.30, 17.20, 21.35, 01.40, 05.35 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
11.30, 15.30, 19.25 Давай зарубимся! (12+)
11.45, 19.40 Рыбалка сегодня. (16+)
12.00, 15.50, 20.00 Мир охотника. (12+)
21.00 На рыбалку с охотой. (12+)
22.35 Универсальный фидер. (12+)
Фидерная снасть под названием «метод» совсем не изучена в России. Этот вид ловли отлично подходит для поимки рыбы семейства карповых. Об этом и пойдет речь.

ЖИВИ!

00.00 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.00, 17.00, 22.00 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
Мечтаете похудеть на 17 кг за 3 месяца? Легко! Теперь добиться этой цели у вас получится, не выходя из дома и не отходя далеко от любимого дивана и телевизора. Личный тренер резидентов популярного юмористического шоу Руслан Байрамов и его подопечные - Мария Кравченко и Надежда Ангарская - раскроют свои секреты качественного похудения в программе «Делай тело с Русланом Байрамовым».
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00, 13.00 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 Фитнес для лица. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Мистер Драйв. (12+)
13.30 Фитнес-коллекция. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
16.00, 20.00 Латинский квартал. (6+)
19.00 9 месяцев. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.30 Мультфильмы. (0+)
07.10 «МАЛЬТИЙСКИЙ КРЕСТ». К юбилею А. Иншакова. (16+)
Боевик, приключения, Россия, 2008 г.
09.05 Рожденные в СССР. Каскадеры. К юбилею А. Иншакова. (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00 Новости
10.10 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
Боевик, комедия, криминал, Россия, США, 1992 г.
12.05 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2011 г. В ролях: Ольга Погодина, Поля Полякова, Андрей Биланов, Елена Котельникова
16.00 Новости
16.15 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)
02.55 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)

ПОБЕДА

05.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
07.20 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
09.00 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
10.50 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2004 г. В ролях: Алексей Бардуков, Владислав Галкин
1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня 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 и проходят обучение у секретного агента по кличке Чех…
01.00 «Я ПОДАРЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)
02.40 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия-2. Нижний Новгород (субтитры). (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.20 Орел и Решка. Россия-2. Хакасия (субтитры). (16+)
07.00 Мир забесплатно. Сингапур (субтитры). (16+)
08.00 Мир забесплатно. Гонконг (субтитры). (16+)
09.00 Орел и Решка. Земляне. Сокотра. Выпуск 1. (16+)
11.00 Гастротур. Ростов-на-Дону. (16+)
12.00 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ ЗОДИАК». (16+)
14.00 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
16.00 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (16+)
18.00 На ножах (субтитры). (16+)
19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Мир наизнанку. Бразилия (субтитры). (16+)
23.00 Руссо-Латино. Перу. Амазония. 1 часть. (16+)
00.00 Руссо-Латино. Перу. Амазония. 2 часть. (16+)
01.00, 02.00 Дикари (субтитры). (16+)
03.30 Орел и Решка. Россия-2. Сочи-2 (субтитры). (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (12+)
09.25 Беременна в 16. (16+)
14.00 Дорогая, я забил. (12+)
Папе, который уже давно забил, скинув детей и быт на супругу, предоставляется возможность перезагрузить семейные отношения. Если глава семьи сделает долгожданный ремонт и выполнит все задания, семья получит 100 тысяч рублей.
17.00 Папа попал. (12+)
Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.25 Папа попал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Российские императоры в XIX веке. (6+)
01.45 Обыкновенная история. (6+)
02.00 Первая мировая. (12+)
03.05 Историограф. (12+)
03.55 Семь дней истории. (12+)
04.05 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.50 Обыкновенная история. (6+)
06.05 События в истории. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Библиотеки России. (6+)
08.00 Историада. (12+)
09.00 Непокорённые. (12+)
09.45 История оружия. (16+)
10.45 Исторические города Британии. (12+)
11.45 Обыкновенная история. (6+)
11.55 Трамвай идет на фронт. (12+)
12.50 Приход нацистов к власти: Первые полгода у власти. (16+)
13.50, 14.50 «НОВЫЕ МИРЫ». (16+)
15.45 «ТАНКИ». (12+)
17.30 Хроники общественного быта: Освещение улиц. (12+)
17.50, 18.50 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
20.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
Военный фильм, детектив, Россия, 2017 г.
22.00 «САРАЕВО». (16+)
Военный фильм, драма, история, Австрия, 2014 г.

VIASAT HISTORY

06.15, 07.00 Очень странные экспонаты. (12+)
07.50 Расшифровка тайн. (12+)
08.35 Тайны музеев: Американский музей естественной истории. (12+)
09.25 Тайны музеев: Имперский военный музей. (12+)
10.10 Тайны музеев: Национальный музей антропологии, Мехико. (12+)
10.55, 11.50, 12.45 Вена: империя, династия и мечта. (12+)
13.35, 14.30 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджес. (12+)
15.20 Планета сокровищ: Африка. (6+)
16.20 Планета сокровищ: Индия. (6+)
17.15 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)
18.10 Планета сокровищ: Латинская Америка. (6+)
19.05 Планета сокровищ: Европа. (6+)
20.00 Планета сокровищ: Юго-Восточная Азия. (6+)
21.00, 21.50 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджес. (12+)
22.45 Расшифровка тайн: Вампиры Нового Орлеана. (12+)
23.30, 00.15, 01.00 Тайны музеев. (12+)
01.45 Древний апокалипсис. (16+)
02.35, 03.30 Древние суперстроения. (12+)
04.25 Музейные тайны. (12+)
05.05, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Сделать за один день: Обеды для авиапассажиров. (16+)
06.20, 06.45 Научные глупости. (16+)
07.10, 07.35 Сделать за один день. (16+)
08.00 Авто-SOS. (16+)
08.55, 09.50, 10.40 Мега-слом. (16+)
11.35, 12.30 Осушить океан. (16+)
13.15, 14.05, 14.55, 15.50, 16.40, 17.30 Европа с высоты птичьего полёта. (16+)
18.25 Затерянные города с Альбертом Лином: Потоп. (16+)
19.15 Затерянные сокровища Египта: Тайны Тутанхамона. (16+)
20.05 Затерянные сокровища Египта: Загадки сфинкса. (16+)
21.00 Затерянные сокровища Египта: Секреты цариц Египта. (16+)
21.50 Затерянные сокровища Египта: В поисках Клеопатры. (16+)
22.45 Затерянные города: Тикаль. (16+)
23.35 Земля под рентгеном: Землетрясение в Сиэттле. (16+)
00.30 Земля под рентгеном: Убийца атлантического побережья. (16+)
01.15 Земля под рентгеном: Апокалипсис: Вулканы. (16+)
02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)
03.30, 03.55, 04.15 Игры разума. (16+)
05.00, 05.25 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
05.35 Сделать за один день. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Правосудие Техаса. (16+)
06.45 Дома для животных. (12+)
07.38 Зоопарк Ирвинов. (12+)
08.31 Адская кошка. (12+)
09.24 Правосудие Луизианы. (16+)
10.17 Зоопарк. (6+)
11.10, 12.04, 12.58 Невероятные бассейны. (12+)
13.52 Адская кошка. (12+)
14.46 Зоопарк Ирвинов. (12+)
15.40 Самые милые питомцы Америки. (12+)
16.34 Франк в Африке. (16+)
Франк идёт по стопам Давида Ливингстона. Он намерен повстречаться с самыми опасными в мире животными Африки.
17.28, 18.22 Неизведанная Европа. (12+)
19.16, 20.10, 21.04 Неизведанные острова Индонезии. (12+)
21.58 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)
22.52, 23.46 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
00.40 Хранители болот Эверглейдс. (12+)
01.28, 02.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
03.00 Зоопарк Ирвинов. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Как это сделано? (12+)
06.46, 07.13, 07.39, 08.06, 08.32, 08.59, 09.25, 09.52, 10.18, 10.45 Как это устроено? (12+)
11.12 Между небом и землей. (16+)
12.06 Грязная работенка. (12+)
13.00 Сурикаты: дивный новый мир. (16+)
13.54 Школа акул: В опасных водах. (12+)
14.48, 15.15, 15.42, 16.09, 16.36, 17.03 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
17.30, 17.57 Как это устроено? (12+)
18.24, 18.51 Как это сделано? (12+)
19.18 Смертельный улов: дорогой отца. (16+)
20.12 Операция «Спасение дома». (12+)
Семьи, живущие вдали от цивилизации, сталкиваются со множеством проблем, и за их решением они обращаются к экспертам по выживанию.
22.00 Быстрые и громкие. (12+)
22.54 Быстрые и громкие. (16+)
23.47, 00.40, 01.30 Быстрые и громкие. (12+)
02.15, 03.00 Крутой тюнинг. (12+)
03.45, 04.30 Махинаторы. (12+)
05.15, 05.38 Кафе, закусочные и забегаловки. (12+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Ланкашир. (12+)
06.50 Оденься к свадьбе. (12+)
07.15, 08.05 Оденься к свадьбе с Гоком Ваном. (12+)
Известнейший британский стилист и дизайнер Гок Ван приезжает в Польшу, чтобы помочь местным невестам подобрать платье мечты.
08.57, 09.23, 09.49, 10.15, 10.41, 11.07, 11.33, 11.59, 12.25, 12.51 Игра вслепую: Нэшвилл. (12+)
13.18 Жить непросто людям маленького роста! (12+)
14.11 7 маленьких Джонстонов. (12+)
15.04, 15.57, 16.50, 17.43 Дарси и Стейси. (16+)
18.36 Оденься к свадьбе. (12+)
19.30 Моя полная жизнь. (16+)
20.24 Свекровь-соперница. (16+)
21.18, 23.04 Виза невесты. Виза жениха. Знакомство. (16+)
23.56 Спасите мои ноги. (18+)
00.48, 01.13, 01.37, 02.01 Измены. (18+)
02.25 Меня зовут Джаз. (18+)
03.12 Убийство начинается с конца. (16+)
03.36, 04.24 Большие сестры. (16+)
05.12 Оденься к свадьбе. (12+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 00.30 Баскетбол. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.50 Новости
07.55, 12.40 Детский вопрос. Кефир. (0+)
08.15 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (0+)
09.05 Золото Виктора Ана. (12+)
10.05, 02.20 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». (0+)
11.55 QR-спорт. (12+)
12.10 Большой хоккей. (12+)
13.05 Мини-футбол в России. (0+)
13.15, 20.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
13.45 Баскетбол. Матч звёзд АСБ. Прямая трансляция из Перми
15.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
17.55 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Женщины. Прямая трансляция
19.55 Вид сверху. (12+)
20.55 Гандбол. (0+)
22.20 Десятка! (0+)
22.40 Баскетбол. Матч звёзд АСБ. (0+)

EUROSPORT 1

02.00, 21.40 The Minute. (16+)
02.05 Теннис. Australian Open. 3-й круг. (6+)
02.55, 05.00, 07.00, 09.00, 11.00 Теннис. Australian Open. 4-й круг. Прямая трансляция. (6+)
13.00 Теннис. «Матчбол». (6+)
13.10 Теннис. Australian Open. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.15 Биатлон. КМ. Антхольц. Мужчины. Эстафета. (6+)
17.15 Биатлон. КМ. Антхольц. Женщины. Масс-старт. Прямая трансляция. (6+)
18.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Титизее-Нойштадт. Мужчины. HS 142. 2-й день. Прямая трансляция. (16+)
19.45, 21.35 Новости. (16+)
19.50 Лыжные гонки. КМ. Планица. Женщины. Скиатлон. (6+)
20.35 Лыжные гонки. КМ. Планица. Мужчины. Скиатлон. (6+)
21.45 Снукер. Shoot-Out. 4-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Караокинг. (16+)
Настоящий караоке-клуб у вас дома!
07.30, 16.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
08.30 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 DFM - Dance chart. (16+)
10.00, 18.00 Ждите ответа. (16+)
11.00 Русский чарт. (16+)
12.00, 19.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
15.00 Русские хиты - чемпионы недели. (16+)
17.00 Хит-сториз. Татьяна Буланова. (16+)
17.30 Прогноз по году. (16+)
20.00 ТОР 30 - Крутяк недели. (16+)
22.10 Золотая лихорадка. (16+)
00.10 10 sexy. (18+)
01.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
04.00 Наше. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.30, 19.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 16.00, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Бобр добр». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
14.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Спина к спине». (0+)
18.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль», «Простоквашино», «Ник-изобретатель», «Лео и Тиг», «Кошечки-собачки». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Братцы кролики». (6+)

КАНАЛ DISNEY

05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Алиса знает, что делать!» (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Санта-Пэт». (6+)
11.25 «Утиные истории». (6+)
12.00 «Птичий дозор». (6+)
13.40 «Замбезия». (6+)
15.20 «100% волк». (6+)
17.15 «Суперсемейка». (12+)
19.30 «Рэтчет и Кланк: галактические рейнджеры». (6+)
21.20 «История игрушек: Забытые временем». (6+)
21.50 «ДЕТИ ШПИОНОВ-2: ОСТРОВ НЕСБЫВШИХСЯ НАДЕЖД». (0+)
23.50 «МЭРАЙЯ МУНДИ И ШКАТУЛКА МИДАСА». (12+)
01.35 «ЛЁД В СЕРДЦЕ». (6+)
03.05 «Гравити Фолз». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «С добрым утром, Мартин!» (0+)
Наш герой - рыжеволосый мальчик по имени Мартин - каждое утро просыпается в роли нового необычного персонажа. Сегодня он рыцарь, а завтра может стать космонавтом! Поэтому, когда появятся инопланетяне или принцесса попадет в беду, Мартин со своими новыми способностями поспешит на помощь не раздумывая. И, конечно, с ним вместе отправятся его верные друзья.
09.00 «Еда на ура». (0+)
Весёлые ведущие Тутта и Марфа расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!
09.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.55 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
11.00 «Трам-пам-пам». (0+)
11.25 Семейное кино. «Улётные букашки». (6+)
12.45 Семейное кино. «Букашки-2». (0+)
14.10 «Энчантималс. Тайны заснеженной долины». (0+)
История начинается с того, что мишка Пристина разлучается со своим зверьком Снежком, когда их дом-льдина раскалывается пополам и разделяет их. Пристина грустит и отправляется пожить к своей подруге Сибилле в Заснеженную долину, где проходит подготовка к Фестивалю северного сияния. Подруги разрабатывают план поисков потерянного зверька.
15.00 «Студия красоты». (0+)
15.20 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
16.10 «Ералаш». (6+)
17.30 «ДиноСити». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Команда Флоры». (0+)
22.30 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
01.05 «Фиксики». (0+)
03.00 «Лунтик и его друзья». (0+)

УНИКУМ

05.09, 14.41, 15.43, 17.11, 18.13, 22.16, 23.16 Я сегодня нарисую. (6+)
05.24, 14.57, 17.26, 18.28, 22.29, 23.30 Проще простого! (6+)
05.40, 15.13, 17.42, 18.44, 22.45, 23.46 Шах и мат! (6+)
05.55 «Домики». (0+)
06.45, 20.58 «Богатырята». (6+)
07.49 «Морошка». (0+)
08.00 «ПЯТЕРО ДРУЗЕЙ-2». (6+)
Германия, 2013 г.
09.30 «Бобр добр». (0+)
10.34, 20.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
11.24, 16.06 «Летающие звери». (6+)
12.10 «Лентяйка Василиса». (0+)
12.24 «Дед Мазай и другие». (6+)
12.39 «Два трамвая». (0+)
12.50 «А как наши космонавты». (6+)
13.00 «Подводная эра». (6+)
14.25, 15.27, 15.57, 16.55, 17.57, 22.00, 23.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
19.00 «Хранитель луны». (0+)

О!

05.00 «Команда Флоры». (0+)
07.00 «Смешарики». (0+)
09.40 «ТриО!» (0+)
10.00 О! Кино! «Карлик Нос». (6+)
Полнометражный анимационный фильм по мотивам классических сказок Вильгельма Гауфа.
11.20 О! Музыка! (0+)
11.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
13.00 «Совёнок Ху-Ху». (0+)
14.00 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
16.00 «Букварий». (0+)
Программа, которая научит читать!
16.25 «Супер МЯУ». (0+)
18.00 «Ничего себя имя!» (0+)
18.30 «Смешарики». (0+)
21.00 «Турбозавры». (0+)
23.00 «ДиноСити». (0+)
00.30 О! Кино! «Волки и овцы: ход свиньёй». (6+)
01.40 О! Музыка! (0+)
03.00 «Студия Катяки-Маляки». (0+)
03.25 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)

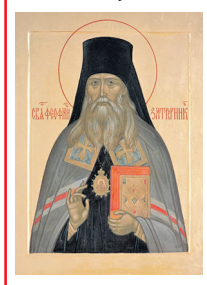
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10, 04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
05.35 Украина, которую мы любим. (12+)
06.10 Профессор Осипов. (0+)
07.00, 07.35 Двенадцать. (12+)
08.05 Дорога. (0+)
09.10 Простые чудеса. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.45 Завет. (6+)
13.50 Во что мы верим. (0+)
14.50 День Ангела. Святитель Феофан Затворник. (0+)
15.25 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
17.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.45 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (0+)
21.30 Двенадцать. (12+)
22.05 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
23.05 Щипков. (12+)
23.35 Лица Церкви. (6+)
23.50 День Патриарха. (0+)
00.05 Неделя. (16+)
02.05 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
03.35 Щипков. (12+)
04.05 В поисках Бога. (6+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

23 января
Неделя 32-я по Пятидесятнице, по Богоявлении. Глас 6.
Попразднство Богоявления.
Свт. Феофана, Затворника Вышенского.



Свт. Григория, еп. Нисского. Прп. Дометиана, еп. Мелитинского. Прп. Маркиана пресвитера. Прп. Павла Комельского (Обнорского). Прп. Антипы Валаамского (Афонского). Блж. Феозвы диакониссы, сестры свт. Григория Нисского. Прп. Макария Писемского. Сщмч. Зиновия пресвитера. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Анатолия, митр. Одесского.

Поста нет.

«Господь побуждает вас искать прощения грехов у Него Самого, конечно, готов будучи и даровать это прощение. Идите же к Нему с полною верою и не давайте врагу разорять вашу веру и надежду спасения».
Свт. Феофан Затворник

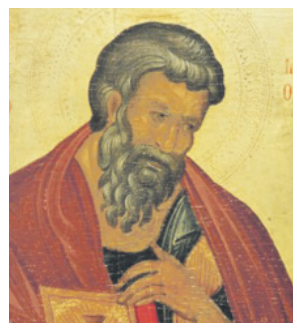
ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Анапа 105,9 FM
Вышний Волочек 104,5 FM
Геленджик 101,2 FM
Губкин 104,0 FM
Ейск 101,1 FM
Задонск 103,9 FM
Краснодар 87,9 FM
Липецк 97,9 FM
Медное (Тверь) 107,9 FM
Москва и область 100,9 FM
Мосолово 101,0 FM
Новороссийск 101,2 FM
Орёл 95,6 FM
Осташков 99,4 FM
Ржев 102,4 FM
Рязань 102,5 FM
Смоленск 88,4 FM
Старый Оскол 104,0 FM

ДОСТУПНО ОНЛАЙН
RADIOVERA.RU
12+
App Store
Google play
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»



Услышав же Иисус, что Иоанн отдан под стражу, удалился в Галилею и, оставив Назарет, пришел и поселился в Капернауме приморском, в пределах Завулоновых и Неффалимовых, да сбудется реченное через пророка Исаию, который говорит: земля Завулонова и земля Неффалимова, на пути приморском, за Иорданом, Галилея языческая, народ, сидящий во тьме, увидел свет великий, и сидящим в стране и тени смертной воссиял свет. С того времени Иисус начал проповедовать и говорить: покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное.

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 23 января, в воскресенье.

Комментарий священника Стефана Домусчи

В этом отрывке мы читаем о том, как Иисус, Который до этого был в Иудее, приходит и поселяется в крупном приморском селении Капернаум, расположенном на северо-западном побережье Галилейского моря. Евангелист объясняет действия Христа тем, что Ирод начал гонения на Иоанна, который был предтечей Спасителя. Креститель был отдан под стражу, что было воспринято как начало преждевременных гонений. Конечно, Христос всегда знал, что Ему предстоит претерпеть страдания и смерть, но также Он знал, что Его время еще не пришло и Он должен проповедовать Евангелие и пришествие Царствия Божьего. Подобное поведение Христа является очень важным примером того, что исполнение долга должно быть вдумчивым и разумным. Стоит не просто делать «что должно», не задумываясь над тем, что будет, но делать так, чтобы это стало благом для других.

Но куда же Он идет? Почему не остаться в Иудее, ведь народ здесь подготовлен к проповеди? Ответ на этот вопрос кроется во второй части чтения. Не раз Христос говорил, что во враче в первую очередь нуждаются не здоровые, но больные. И если жители Иудеи охотно шли креститься на Иордан к Иоанну, то жители Галилеи языческой называются народом, сидящим во тьме и тени смертной. Именно к этим людям Он обращается в первую очередь, именно им первым явлен свет Божий. Христос приходит не только к тем, кто идет к покаянию сам, но и к тем, кто сидит во тьме и не имеет ни сил, ни желания подняться. К тем, в чьей жизни торжествует смерть, Он обращает весть о том, что Царство Небесное приблизилось.

Что же этот текст говорит нам, к чему он нас призывает? Все знают внешние нормы жизни, и друг перед другом стараются вести себя подобающим образом. Однако все меняется, когда мы оказываемся перед людьми совершенно иной культуры, живущими обычной жизнью мира, жестокого, безбожного, наполненного соперничеством. Перед теми, кого тоже можно было бы назвать «сидящими во тьме и тени смертной». С этими людьми можно жить обычной жизнью и быть такими, как все. Но именно в этот момент мы оказываемся перед самым важным выбором в жизни, и если решаем быть учениками Христа – значит, для них мы должны стать светом, через нас должен воссиять Его свет.

ДОРОГА К ХРАМУ

КАК ОСЕНЯТЬ СЕБЯ КРЕСТОМ?

? Заметила в церкви, что бабушки, когда крестятся, прикасаются к телу. Это правильно? Иванова Т.

При крестном знамении мы возлагаем руку на лоб, живот и плечи. Ко лбу прикасаемся, чтобы освятить ум и наши мысли, к животу – сердце и чувства, а к плечам – телесные силы.

СМОЕТ ЛИ ГРЕХИ КУПАНИЕ В ПРОРУБИ?

? Знакомые каждый год на Крещение купаются в проруби. Говорят, что только так можно грехи смыть, которые за год накопились. И если на Святках на картах гадала, то только так и можно грех снять. Обязательно ли купание в проруби на Крещение? Ольга Николаевна

Праздник Крещения – Богоявления Господня напоминает нам одну из важных истин в истории нашего спасения: Господь «исполняет всякую правду» Ветхого Завета своим Крещением. Он полагает и начало правды Нового Завета нашей возможностью к нему приобщиться. По канонам церкви гадание во все времена – грех, языческая традиция. В старину люди старались очиститься, смыть грех водой в купели. Прощение грехов даруют по вашей вере. Надо прийти на исповедь, искренне раскаяться. Смысл покаяния в том, что ты просишь прощения у Бога и обещаешь, что грех не повторится. Священник засвидетельствует ваше покаяние. Сегодня Православная церковь не запрещает крещенские купания, можно к покаянию добавить и омовение в иордани.

Фото предоставлено радио «Вера»

снежный фитнес

Лёгкий морозец, пушистый снежок – это ли не повод выйти на улицу и... сжечь лишние калории?

Возможно, тренировку в спортзале отменять и не стоит, но все-таки лучше подышать свежим воздухом. А сколько калорий можно потратить на снежные активности, мы расскажем вам сегодня.

Лыжи

Первое, что приходит в голову при взгляде на снежные равнины, – это лыжи. Бег или даже ходьба на лыжах – отличная зарядка для бодрости и здоровья. Так, часовой спуск с горы на горных лыжах или сноуборде сожжет 300-450 калорий, а часовая тренировка на беговых лыжах – от 500 до 1200 калорий. Идеально, если при езде на лыжах чередуются спуски и подъемы, такие тренировки гораздо эффективнее.

Скандинавская ходьба

Скандинавской ходьбой можно заниматься круглый год, этот вид спорта набирает все большую популярность в нашей стране. За один час скандинавской ходьбы, во время которой задействованы практически все мышцы нашего организма, сжигается от 350 до 450 калорий.

Сыграем в снежки

Еще одно занятие для нелюбителей зимних видов спорта – игра в снежки. Это не только очень весело, но и достаточно энергозатратно: один час игры в снежки сжигает около 400-500 калорий! Ведь нужно не только слепить снежок, но и бросить его. К тому же, очень желательно увернуться от летящего в вас снежка, а если не получилось – догнать и наказать обидчика (разумеется, таким же невинным снежком). Ну и что, что вы давно взрослые – лепить и бросать снежки очень просто, у вас точно получится.

Ходьба на снегоступах

Еще один вид достаточно эффективной ходьбы доступен только зимой – это ходьба на снегоступах. В прогулках по сугробам, по местам, где никто до вас не прошел, есть своя прелесть. Кроме снегоступов не помешают палки, которые и поддержат, если вдруг что, и дадут отличную нагрузку на руки. Ходьба на снегоступах сжигает от 400 до 500 калорий за 1 час.

Катание на коньках

Если возле дома есть каток, а вы еще не умеете кататься на коньках, самое время научиться. Ведь это огромное удовольствие и к тому же большая польза для здоровья. А уж калории и вовсе побегут от вас, не оглядываясь, – от 500 до 700 в час! Самым отчаянным можно попробовать играть в хоккей на льду – и прощаться при этом как минимум с 400 калориями в час.

– Дорогой, ты машину от снега откопал?
– Да уже пятую – и опять не наша!

Слепи снеговика

Если вам совсем не близок спорт, можно просто... лепить снеговиков. Это интересное и захватывающее занятие сожжет за час не меньше 260 калорий! По количеству снеговиков, выстроившихся перед домом, вы сможете легко и просто посчитать количество потерянных калорий: чем больше снеговиков, тем больше лишних калорий покинуло вас. Лепка снеговика – отличное упражнение для разминки и тренировки мышц спины, рук и ног, придания им должного тонуса.

Бег

Снег, особенно в городе, где его регулярно чистят, никак не мешает нам совершать привычные пробежки. Главное – одеться соответственно и избегать заледенелых дорожек. Бег сжигает от 600 до 1200 калорий в час.

Уборка снега

Еще одно «снежное» занятие, соединяющее приятное с полезным, – это уборка снега. Расчищая дорожки возле дома, вы потратите за час как минимум 250, а как максимум 400 калорий. Наградой вам будет чистота и благодарность прохожих – это очень приятно.

Кстати

Прогулка с собакой

Гулять с четвероногим другом – редкое удовольствие. Конечно, интенсивность нагрузки при этом невелика, всего 200 ккал в час, зато сколько радости! А ведь это очень ценно, радость продляет нашу жизнь. К тому же, можно не ограничиваться ходьбой, а, например, побегать вместе с собакой – удовольствие это доставит обоим. Еще один большой плюс – это то, что гулять с собакой необходимо как минимум два раза в день. А мы ведь помним, что регулярные тренировки, даже не самые напряженные, гораздо лучше нерегулярных.

Светлана БЕЛЬСКАЯ

ВАЖНО!

Не шутите с морозом

Прежде чем заняться снежным фитнесом, убедитесь, что погодные условия вам не помешают.

При температуре ниже -15 °С физическая активность на свежем воздухе будет близка к экстремальной. А если при сильном минусе за окнами еще и метель, точно лучше остаться дома.

Легкий морозец и солнце – идеальная погода для активности на свежем воздухе. Кстати, солнце лучше захватить, то есть заниматься в светлое время суток. Под воздействием солнечных лучей в нашем организме вырабатывается витамин D, дефицит которого мы испытываем всю осень и зиму, не стоит упускать такую возможность.

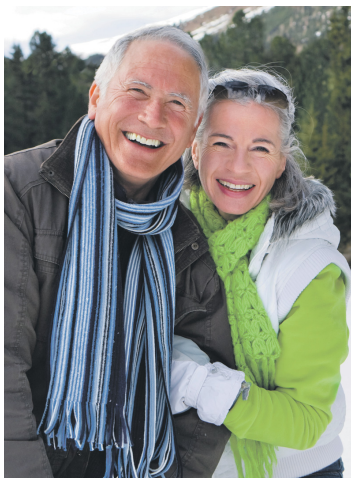
Если же все-таки по каким-то причинам приходится заниматься в темное время суток, надевайте одежду со светоотражающими элементами – чтобы вас было видно и водителям, и пешеходам.

Обязательно одевайтесь по погоде. Если собираетесь двигаться очень активно, предпочтительнее многослойная одежда: по мере разогревания тела вы сможете часть одежды снять и таким образом не вспотеете. В любом случае дома после снежного фитнеса нужно принять душ и переодеться в сухую, чистую одежду.

Начинайте и заканчивайте тренировку недалеко от дома, чтобы не пришлось долго идти пешком.

Если планируются интенсивные нагрузки, возьмите с собой питье, лучше теплое, в термосе. Холодная вода, которая еще и остынет на морозе, может привести к простуде, а горячий чай за счет резкого перепада температур может повредить зубную эмаль.

Занимайтесь снежным фитнесом с удовольствием и будьте здоровы!

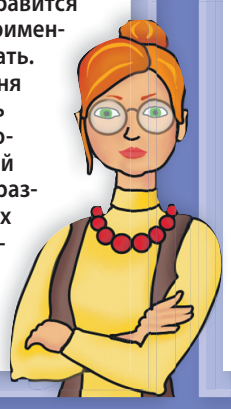


Впустите в жизнь прекрасные ароматы!

И снова собрались за чашечкой чая наши старые знакомые – бизнес-вумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. Разговор их протекал в теплой дружеской обстановке, которую аромат свежезаваренного чая делал особенно приятной.

1

– Девчонки, давно хотела сообщить вам, что аромалампа, которую вы подарили мне на день рождения, теперь очень украшает мою жизнь. Мне нравится экспериментировать. И у меня теперь есть солидный запас различных ароматических масел.



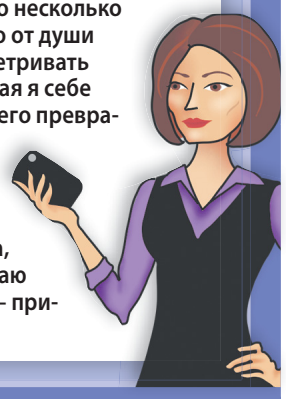
2

– У меня давно аромалампа. Но я активно пользуюсь аромамаслами и без нее. Например, всегда перед уборкой квартиры выбираю масло, которое буду использовать в этот день для освежения воздуха. Чаще это масло лаванды. Смачиваю половинку или четвертинку ватного диска несколькими каплями лавандового масла и даю пылесосу ее засосать. А потом… я убираюсь, а пылесос «выдыхает» очень тонкий аромат лаванды. Мне очень нравится результат.

– А мне больше нравится запах хвои. Кстати, иногда я практикую такую процедуру: несколько капелек масла на ватный диск – и отправляю его на дно пустого мусорного ведра, под пакет для мусора. Такой диск отбивает неприятные запахи. А еще я люблю в выходные, особенно зимой, в пульверизатор с чистой водой добавить несколько капель какого-нибудь масла цитрусовых (лимон, апельсин, мандарин). Встряхнешь, брызнешь в комнате… Как-то уютней становится, мне очень нравится такой аромат. Я свою новаторскую смесь «дезодорантом уюта» назвала.

3

– О, а я так в кухонных полках и столах «дезодорировала», там, где склянки, банки, резервная посуда. И цитрусовые ароматы мне тоже нравятся. А еще недавно для себя открыла масло чайного дерева. Но опять же, надо несколько капелек. А то я однажды случайно от души так капанула, что пришлось проветривать комнату. И тогда после этого случая я себе завела пористый аэрокамень (в него превратила обыкновенный небольшой камешек, который в лесопарке нашла). Теперь часто поступаю так: капаю на него пару капель какого-нибудь цитрусового масла, чаще лимона или лайма, и помещаю этот камень на полочку в дверце – приятный аромат гарантирован.



4

– Слушайте, я только сейчас поняла: с помощью ароматов можно бороться с вредными насекомыми. Да-да. Насекомые же не переносят определенных насыщенных запахов. Например, лаванды, кедра, кипариса, эвкалипта, мяты. Точно, я тоже заведу себе аэрокамень. А то и не один. Обработаю разными маслами… Чтобы моль не заводилась, ну и прочие насекомые.

Для справки

Влияние ароматов

СТИМУЛЯТОРЫ (концентрируют внимание, улучшают память, работоспособность): кедр, лимонник, лимон, апельсин, пачули, корица.

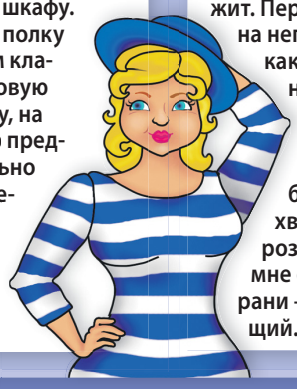
АДАПТОГЕНЫ (нормализуют работу нервной системы): мята, лаванда, лавр, жасмин, роза, миндаль.

СЕДАТИВНЫЕ (успокаивают при стрессе, переутомлении): ромашка, герань, мелисса, ваниль, лотос, орхидея, тибетские благовония.

КОММУНИКАТИВНЫЕ (повышают коммуникабельность, обаяние, желание общаться): апельсин, мандарин, шалфей, нероли, можжевельник, лимон, жасмин.

5

– Про кипарис не скажу, не пробовала, а лаванда всегда в шкафу. Вниз, на полку с бельем кладу махровую салфетку, на которую предварительно капаю несколько капель лавандового масла.



– А у меня кусочек пемзы (теперь буду называть ее аромакамнем) в санузле лежит. Периодически я капаю на него несколько капель какого-нибудь ароматного масла, и там всегда очень приятный легкий аромат. Масло выбираю разное – это может быть и какой-нибудь цитрус, и хвоя, и любимая Верочкой лаванда, и роза, и иланг-иланг. Последнее время мне особенно нравится аромат масла герани – такой чуть терпкий, очень бодрящий.

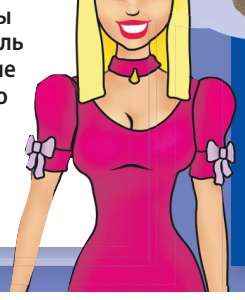
Кстати

Запахи будят память

Засушенный между страницами книги цветок может оживить в памяти события, связанные с этим гербарием. Но невозможно назвать запах, не связав его с определенным предметом.

6

– Я тоже за эксперименты. Мне нравится аромат герани. Мне кажется он необычным, сложным и интересным. Я геранью ароматизирую диванную подушку, на которой очень люблю читать или сериалы смотреть. Несколько капель прямо на нее… Верочка, не смотри так вопросительно на меня – качественные эфирные масла не оставляют жирных пятен, так что за чистоту наволочки можно не опасаться.



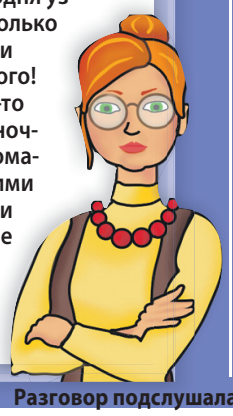
Детали

Феномен Пруста

Известно, что мимолетный запах может воскресить воспоминание о давно прошедшем. В романе Марселя Пруста «По направлению к Свану» есть эпизод, в котором рассказчик приходит к матери, а она угощает его бисквитным печеньем. Вкус и запах пробуждают яркие воспоминания детства. Процесс, когда воспоминание обретают через запахи, получил название «феномен Пруста».

7

– Спасибо вам, девочки! Я сегодня узнала столько нового и полезного! Теперь-то мои баночки с ароматическими маслами точно не будут стоять без дела.



ВАЖНО!

Выбирая ароматическое масло, в первую очередь обязательно прислушайтесь к своим ощущениям. Аромат должен вам очень нравиться, вызывать только положительные эмоции. Если аромат вам неприятен, от использования лучше воздержаться.

Разговор подслушала Светлана ИВАНОВА

И снова с вами наша кулинарная азбука. Сегодня для вас мы собрали рецепты блюд на букву Э.

Попробуйте приготовить что-нибудь из этого, и вам наверняка понравится.

эскалоп энчиладос эйер кихелах эчпочмак эскабече

Эскалоп из индейки

Хорватская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 4 эскалопа из индейки, 200 мл мандаринового сока, 30 г сливочного масла, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. тертого имбиря, 4 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. паприки, щепотка чили, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 90 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Сделать маринад: соединить мандариновый сок, мед, 3 ст. л. растительного масла, имбирь, паприку, чили и соль, хорошо взбить венчиком.

2 Эскалопы выложить в емкость, залить маринадом, убрать на полчаса в холодильник.

3 На сковороде хорошо разогреть растительное масло, распустить в нем 20 г сливочного масла, обжарить эскалопы с обеих сторон до готовности, отложить.

4 Оставшийся маринад вылить в сковороду, где жарились эскалопы, довести до кипения, добавить оставшееся сливочное масло, перемешать, снять с огня, полить эскалопы.

– Сынок, готовим праздничный стол к твоему дню рождения. Какое слово здесь лишнее: «Картошка, огурцы, помидоры, Феррари»?
– Картошка и огурцы с помидорами!

Эчпочмак

Татарская кухня. На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 500 г картофеля, 500 г филе говядины, 2 луковицы, 500 мл мясного бульона, 1 яйцо, 150 г топленого масла, молотый черный перец, соль по вкусу; для теста: 600 г муки, 200 мл молока, 11 г сухих дрожжей, 1 ст. л. сахара, 130 г сливочного масла, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 238 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Дрожжи растворить в 100 мл теплой (35-40 градусов) воды, добавить сахар, размешать, оставить на 15-20 минут.

2 Масло растопить, смешать с теплым молоком, влить в дрожжевую смесь, перемешать, добавить половину муки, замесить тесто, оставить в теплом месте на 40-50 минут.

3 В поднявшееся тесто добавить оставшуюся муку, тщательно перемешать, оставить в теплом месте на 1 час.

4 Мясо, лук и картофель нарезать одинаковыми маленькими кубиками.

5 Переложить мясо, картофель и лук в миску, посолить, поперчить, добавить топленое масло, перемешать, оставить при комнатной температуре на 1 час.

6 Тесто обмять, разделить на 7 частей – 6 одинаковых и 1 небольшую, каждую из 6 одинаковых частей раскатать в лепешку.

7 На середину каждой лепешки положить 2 ст. л. начинки, защипнуть края, формируя треугольники, в центре оставить небольшое отверстие.

8 Из седьмой части теста скатать небольшие шарики и закрыть ими отверстия в эчпочмаках.

9 Выложить эчпочмаки на противень, дать подойти (10-15 минут), смазать взбитым до однородности яйцом, выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 20 минут.

10 Вынуть эчпочмаки из духовки, извлечь шарики, влить в каждый пирожок 2 ст. л. горячего бульона, снова закрыть пирожки шариками, вернуть в духовку, выпекать еще 20 минут.

Энчиладос

Мексиканская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 4 лепешки тортильяс, 450 г мясного фарша, 250 г тертого сыра, 1 перчик чили, 1 луковица, 3-4 зубчика чеснока, 1 банка томатов в с/с (400 мл), растительное масло, специи (зира, орегано, кориандр, молотый перец чили), сахар по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 168 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук, чеснок и перчик чили очистить, измельчить в блендере.

2 Обжарить измельченные овощи в сотейнике на растительном масле, добавить томаты и сахар, посолить, тушить несколько минут, помешивая.

3 Отдельно в сковороде обжарить фарш, добавить специи, посолить.

4 Разложить фарш по тортильяс, посыпать сыром, свернуть трубочками.

5 В форму для запекания вылить треть томатного соуса, сверху положить трубочки из тортильяс, залить оставшимся соусом.

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

Эйер кихелах

Еврейская кухня. На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г муки, 3 яйца, 2 ст. л. сахара, 80 г сливочного масла, соль.

Калорийность (на 100 г): 236 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Размягченное масло взбить с сахаром, добавить 2 яйца, щепотку соли, еще раз взбить.

2 Добавить муку, замесить однородное тесто.

3 Раскатать тесто в тонкий (4-5 мм) пласт, смазать желтком, разрезать на небольшие ромбики (4х5 см).

4 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до подрумянивания.

Эскабече

Испанская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 500 г филе скумбрии, 3 зубчика чеснока, 1 лимон, 1 ст. л. муки, 200 мл красного винного уксуса, растительное (оливковое) масло, 2 лавровых листа, 5 г имбиря, 0,5 ч. л. зиры, щепотка шафрана, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 218 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Филе скумбрии нарезать порционно, чеснок мелко порубить, половину лимона нарезать тонкими ломтиками.

2 Куски рыбы посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить на растительном масле до золотистой корочки, извлечь из сковороды, выложить в керамическую или стеклянную посуду вверх кожей, сверху разложить ломтики лимона и лавровый лист.

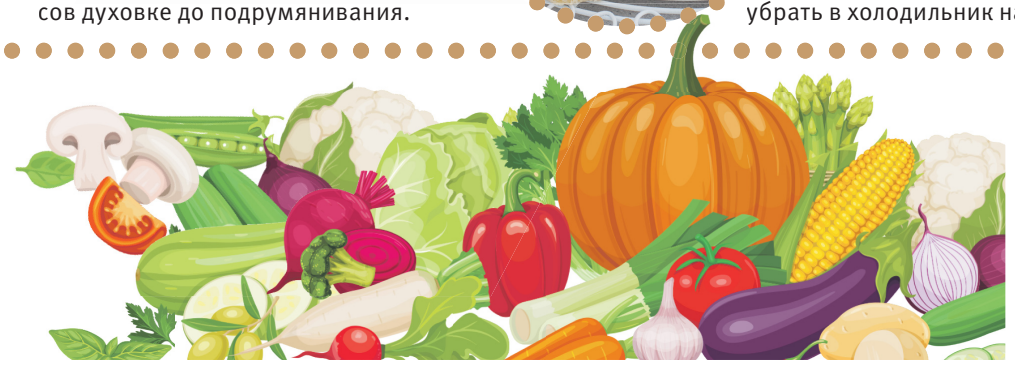
3 На той же сковороде слегка обжарить чеснок (30 секунд).

4 Масло со сковороды вместе с чесноком перелить в ступку, добавить зиру, имбирь, шафран, растереть в пасту.

5 Пасту соединить с уксусом, тщательно перемешать, залить полученным маринадом рыбу, убрать в холодильник на 10-12 часов.

Кстати

Энчиладос – старинное блюдо мексиканской кухни. Конечно, есть классический рецепт, но народных рецептов, наверно, существует столько же, сколько в Мексике поваров. Начинка тортильяс может быть любой, иногда это просто завернутое в лепешку яйцо, но чаще всего она мясная. Как правило, для приготовления энчиладос используется куриный фарш. Остальные ингредиенты могут быть самыми разнообразными, и даже способ приготовления может отличаться – кто-то предпочитает запекать залитые соусом энчиладос в печи, а кто-то – жарить на сковороде.



Пословицы и поговорки

Картошка хлебу подпора.
Клади картошку в окрошку, а любовь – в дело.
У того картошка не родится, кто пахать ленится.

Светлана ИВАНОВА

ЁЛОЧКА уходит в отпуск

Что новогодняя ёлка даёт людям? Блаженное ощущение свободного пространства после того, как её убрал!

Большинство из нас на Новый год дома наряжают искусственную ёлочку.

Это удобно, красиво и, как говорится, на века. Но чтобы это «на века» не ограничилось несколькими годами, елочку после завершения праздников надо правильно проводить в заслуженный отпуск до следующего декабря.

Сначала чистка...

После того, как все игрушки сняты с елки и аккуратно упакованы, пришло время почистить веточки от пыли. Это делается как из эстетических соображений, так и для предотвращения появления болезней дыхательной системы и аллергических реакций в будущем, поэтому данный пункт не нужно игнорировать.

Очистить веточки от пыли можно:

- **при помощи пылесоса,** включив минимальную мощность, чтобы не повредить конструкцию дерева;
- **влажными салфетками** – удалить пыль, а заодно и продезинфицировать елку;
- **мыльным раствором.** Раствор приготовьте, смешав жидкое или натертое хозяйственное мыло в теплой воде. Протрите салфеткой, смоченной в растворе, изделие, а затем просушите, чтобы металлическая основа конструкции не начала ржаветь.

Затем разбор...

В зависимости от конструкции елка может быть шарнирной, на крючках или с отгибающимися ветками.

Чтобы разобрать **шарнирную ёлку,** нужно начать со ствола. Обычно ствол состоит из двух или трех частей. Последовательно отсоединяем все части, начиная сверху.

Ёлка с крючками. Ветки крепятся на крючки, которые вставляются в пазы, находящиеся на стволе. Потянув за основание вверх, можно снять эти крючки. Разбирать елку нужно с верхушки дерева.

Ёлка с отгибающимися ветвями – самый простой тип. Достаточно просто подогнуть ветки к стволу, начиная сверху вниз, и дело сделано.

И наконец, хранение

Елку можно хранить в коробке. Для этого нужно положить все части елки в пакеты. Взять коробку, положить на дно разобранный ствол и треногу, а остальные, более мелкие части, разместить как можно удобнее. Коробку закрыть и убрать в сухое место.

Можно хранить елку и без коробки, а просто в пакете. В этом случае лучше поставить ее вертикально. В таком положении она не будет деформироваться.

Надеемся, что наши советы помогут сохранить вашу елочку красивой и стройной на много лет. Ухаживайте за ней с удовольствием, а она подарит вам много ярких моментов и радостных минут.

На заметку

Куда отправим зелёную красавицу?

Ёлочке понравится отпуск в сухом и темном месте. Влажность воздуха – от 40 до 70 %. Температура хранения может быть в диапазоне от +10 до +20 градусов. Кроме того, следует исключить попадание яркого света на изделие, чтобы ель не выгорела.
Поэтому выбираем кладовую, антресоль, лоджию, шкаф или утепленный балкон. А гараж, погреб, сарай или незастекленный балкон для хранения елки не подойдут.

ВАЖНО!

Если ваша искусственная красавица с белой хвоей, то важно, чтобы скотч не попадал на иголочки во время упаковки. Также следует использовать прозрачную или светлую пленку, чтобы на изделии не появились пятна.

Светлана СИДОРЧУК

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПИМ
ВАШИ КНИГИ в хорошем состоянии. Выезд оценщика на дом
Тел. 906-97-56

КУПИМ
фарфор, мебель, картины, часы, серебро, значки, фото, открытки, ёлочные игрушки
948-23-83

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

СКУПКА КНИГ
Выезд по СПб и пригородам

от 100 экземпляров
ОПЛАТА СРАЗУ!
934-00-62

■ **8 (905) 286-44-68** СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68

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

■ **8 (931) 337-91-68** Купим книги. Тел.: 8 (931) 337-91-68

РАЗНОЕ

АО «Железнодорожная торговая компания» (АО «ЖТК»)
проводит **открытый аукцион в электронной форме № 226** (далее – Аукцион)
на право заключения договора аренды недвижимого имущества:
часть нежилого здания площадью 53 м², расположенного по адресу:
Ленинградская обл., Выборгский р-н, г. Выборг, пр-кт Победы, д. 27а.

Начальная (минимальная) цена постоянной части арендной платы за месяц аренды объекта недвижимого имущества:
56 975 (Пятьдесят шесть тысяч девятьсот семьдесят пять) рублей 00 копеек (без учета НДС).
Срок аренды: 11 (одиннадцать) месяцев.

Дата проведения аукциона: 16 февраля 2022 года.
Дата окончания приема заявок: 11 февраля 2022 года.

Место и форма проведения Аукциона: электронная торговая площадка **«РТС-Тендер»** на сайте: **https://www.rts-tender.ru.**
Внесение обеспечительного платежа: предусмотрено условиями Аукциона.
Подробная информация на сайтах: **https://www.rts-tender.ru, www.rwtk.ru (в разделе «Тендеры»).**
Телефон организатора Аукциона: +7 (812) 436-81-72.

Санкт-Петербургский филиал АО «Железнодорожная торговая компания»
проводит **аукцион № 227** по продаже следующих объектов недвижимого имущества, расположенных по адресам:
– здание теплого склада (589,9 м²) – г. Санкт-Петербург, участок ж. д. «Кушелевская дор. – ул. Карбышева», лит. 3 – 15 505 000 руб. с НДС;
– здание холодного склада (643,7 м²) – г. Санкт-Петербург, участок ж. д. «Кушелевская дор. – ул. Карбышева», лит. И – 11 927 000 руб. с НДС;
– здание магазина № 32 (139,9 м²) с земельным участком (311 м²) – Новгородская обл., Маловишерский р-н, д. Бурга, ул. Новгородская, д. 10а – 317 492,40 руб. с НДС.

Дата проведения аукциона: 16 февраля 2022 года.
Дата окончания приема заявок: 11 февраля 2022 года.

Место и форма проведения аукциона: электронная торговая площадка **«РТС-Тендер»** на сайте: **https://www.rts-tender.ru.**
Внесение обеспечительного платежа: предусмотрено условиями аукциона.
Информация по объектам недвижимости, начальной стоимости указана на сайтах: **https://www.rts-tender.ru и www.rwtk.ru (в разделе «Тендеры»).**

КУПЛЮ

■ **980-08-00 Дорого! Зингер. Книги. Часы. Куклы. Ёлочные и детские игрушки. Мебель. Значки. Картину. Самовар. Открытки. Фото. Бусы. Сервиз. Патефон. Хрусталь. Военные вещи. Люстру. Лампу. Детали. Посуду. Архив. Пианино. Бюсты. Грамоты. Вымпел. Электроинструменты. Фигурки и другое. Тел.: 980-08-00**

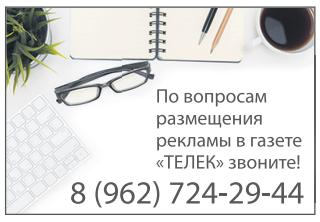
■ **984-20-55** Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ **8 (931) 582-79-75** Ремонт комнаты, кухни, коридора, ванны, туалета. Клею обои, крашу потолок. Пол – все работы. Кафель, сантехнич. работы. Лена, Виктор. Телефон: 8 (931) 582-79-75

РАБОТА

■ **8 (987) 840-08-17** Несложная работа на дому! Сборка ножеточек «Рыбка». Любой пол, возраст и регион. Рабочие материалы высылаем посылкой без предоплаты. З/п 22 500 руб. Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17



КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

Скидки уточняйте у менеджера

ПО ТЕЛЕФОНУ	**8 (962) 724-29-44**
ПО ПОЧТЕ	**reklama@kardos.ru**
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от **250** рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	1. **Через «Робокассу»:** со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах *«Связной»* и *«Евросеть»* (подробности у менеджера); 2. **В отделениях любого банка:** ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: *«Оплата за объявление в газете»* и Ф.И.О.

Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 17 ПО 23 ЯНВАРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)

У Овнов появится желание изменить что-то в профессиональной сфере. Выстроить планы, проявить себя, утвердиться и овладеть знаниями. И время для этого очень подходящее. А душа согреется о тепло семейного общения и трепетное отношение любимого человека.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Тельцам захочется попробовать силы в самых рискованных проектах. Ничто не собьет вас с выбранного пути, вы будете полны оптимизма. Во всех позитивных делах звезды будут на вашей стороне. Но не зазнавайтесь, будьте мягче с родными и нежнее с любимым человеком.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецы почувствуют потребность в стабильности и постараются оградить себя от любых перемен. Вам будет спокойно, но изменить жизнь к лучшему вряд ли получится. И все же и в такой ситуации может нагрянуть любовь, даже вопреки вашему желанию.

РАК (22.06 – 22.07)

Между Раками и их коллегами может возникнуть напряженность. Вспомните о своих дипломатических способностях, и недоброжелатели сменят гнев на милость. Искренность и естественность станут главными ингредиентами в блюде под названием «любовь».

ЛЕВ (23.07 – 22.08)

В жизни Львов может произойти позитивный поворот. Изменения могут коснуться как профессиональной деятельности, так и личной жизни. Не бойтесь рисковать. Чтобы повезло в любви, выражайте чувства ярко и романтично. И сейчас крайне важна помощь близким.

ДЕВА (23.08 – 23.09)

У Дев появятся интересные творческие идеи, для реализации которых потребуются смелость и сила воли. Неделя чревата определенным напряжением, чтобы избежать стрессов, не давайте силу эмоциям. Во всех ваших делах поддержкой будет тепло и участие ближних.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Хорошее время для предприимчивых Весов. Взвешивайте ситуацию, выстраивайте продуманные планы, проявляйте свои лучшие качества, и все должно сложиться позитивно. А вот в личной жизни в ваших силах сделать отношения с любимым человеком более стабильными.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Скорпионов звезды будут склонять не к возвышенным мечтам, а к активным действиям, направленным на решение важных вопросов. Будьте практичны, ставьте перед собой конкретные цели, и тогда неделя не пройдет зря. Будьте терпеливее в общении с родными.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

В жизни Стрельцов наступает благоприятный период для любого рода общения. Удачно пройдут как деловые встречи, так и романтические свидания. Не стоит только тратить время на пустую болтовню. Любовные отношения будут держаться на духовном родстве.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Козероги будут неподражаемы в решении интеллектуальных вопросов, удачно сложатся и их деловые поездки. Прекрасное время для планирования своего будущего. Теплые семейные вечера наполнят душу гармонией, а нежность любимого человека – любовью.

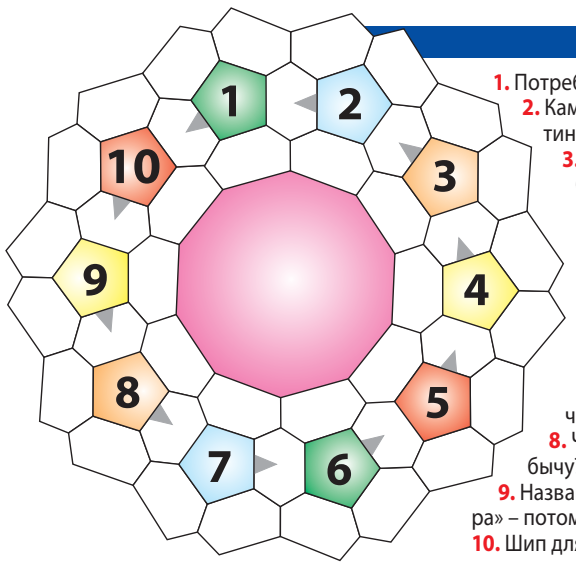
ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Звезды предостерегают влюбленных Водолеев от легкомысленных поступков вообще, неделя потребует от вас ответственности и серьезности в совершенно разных сферах жизни. Будьте требовательней к себе. Вы всегда можете опереться на свою семью, близкие будут рядом.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Рыбам звезды советуют направить силы на укрепление родственных уз. Особое внимание уделите детям и пожилым близким. Если беспокоят нерешенные вопросы, а они есть всегда, обсудите их на семейном совете. Любовь будет строиться на взаимном уважении.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»



1. Потребуется, если спустило колесо.
2. Камнепад, грозящий аварией на серпантине.
3. Самая большая, налитая кровью, «труба» у человека.
4. И модный в шестидесятые годы XX века танец, и герой романа Диккенса.
5. Часть ноги от лодыжки до кончиков пальцев.
6. Изделие из железобетона и «постоялица» кухни.
7. «... третьей планеты» – мультфильм про Алису Селезневу, нашедшую космических капитанов.
8. Что перерезает грибник, нашедший добычу?
9. Название гор Памир переводится как «... мира» – потому что эти горы очень высокие.
10. Шип для соединения столярных деталей.

Ответы: 1. Насос. 2. Обвал. 3. Аорта. 4. Твист. 5. Стопа. 6. Плита. 7. Тайна. 8. Ножка. 9. Крыша. 10. Шкант.

ТЕЛЕК