

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

№45  
(241)

ТВ-программа с 14 по 20 ноября 2022 года

# ТЕЛЕЭК

35

КАНАЛОВ

ТВ

**ДРУЗЬЯ  
И СЕМЬЯ –  
КАК СОВМЕСТИТЬ?**

стр. 4

**ИЩЕМ  
СВОЙ СВИТЕР  
ОВЕРСАЙЗ**

стр. 28

**МИХАИЛ  
БОРЗЕНКОВ**

**МЫ ПОКАЗЫВАЕМ БУДУЩЕЕ,  
КОТОРОЕ ТОЧНО НАСТУПИТ**

стр. 6

**В КАКОЙ ОВСЯНКЕ  
СЕКРЕТ ВАШЕЙ  
СТРОЙНОСТИ?**

стр. 9

**МАКАРОНЫ:  
ОТ САЛАТА  
ДО СУФЛЕ**

стр. 17

**СОБИРАЕМ  
«ЗИМНЮЮ»  
КОСМЕТИЧКУ**

стр. 8

12+

Фото предоставлено телеканалом РЕН ТВ

ISSN 2618-933X



9177261819337731 22045

# К 100-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ СССР

**ПЕРВЫЙ ВЫПУСК:**  
Памятная юбилейная медаль

**ВНИМАНИЕ!**  
Тираж ограничен! Только 1 медаль на заказчика

**Наиболее простой способ заказа:**  
тел. 8-800-234-32-19; [www.imdvor.ru/sssr-pm](http://www.imdvor.ru/sssr-pm)



**Тема:**  
К 100-ЛЕТИЮ  
ОБРАЗОВАНИЯ СССР

**Выпуск:**  
Бесплатная  
памятная медаль

**Дистрибьютор:**  
Императорский Монетный  
Двор

**Цена:**  
**0 руб. при оплате 299 руб. за упаковку  
и пересылку**

## ВАЖНОЕ ИЗВЕЩЕНИЕ

Союз Советских Социалистических республик – великое государство, наша родина. В 2022 году СССР исполняется 100 лет. В честь этого юбилея Императорский Монетный Двор подготовил бесплатную памятную медаль для каждого россиянина. Эта медаль отдает дань памяти государству, величию и мощи которого не было равных в современной истории. Это государство родилось и существовало только благодаря нашим родителям: мамам, папам, бабушкам и дедушкам! Сохраните память о великой стране!



**0 руб.  
при оплате 299 руб. за упаковку  
и пересылку**

<b>ВНИМАНИЕ:</b>	сообщите номер резервирования при заказе
<b>№ РЕЗЕРВИРОВАНИЯ:</b>	12669303
<b>ЦЕНА:</b>	<b>0 руб. при оплате 299 руб. за упаковку и пересылку</b>
<b>ВАЖНО:</b>	только 1 медаль для каждого заказавшего
<b>ЗАКАЗ:</b>	тел. 8-800-234-32-19; <a href="http://www.imdvor.ru/sssr-pm">www.imdvor.ru/sssr-pm</a>

Ввиду того, что юбилей СССР является знаковым событием для многих граждан нашей страны, для каждого предусмотрена только одна памятная медаль. Вы оплачиваете лишь 299 руб. за упаковку и пересылку. Мы гарантируем право на возврат памятной медали в течение 14 дней с момента ее получения.

**8-800-234-32-19**

**Наиболее простой способ заказа:**

☎ **Официальная Линия Резервирования:**

**8-800-234-32-19**

звонок бесплатный  
(ежедневно с 9:00 до 21:00)

💻 Система интернет-резервирования:

[www.imdvor.ru/sssr-pm](http://www.imdvor.ru/sssr-pm)



### Специальное предложение к 100-летию образования СССР

<p>Ø 33 мм</p>	<b>Тема:</b>	К 100-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ СССР
	<b>Аверс:</b>	карта и герб СССР, памятные надписи: «100 лет», «1922–2022»
	<b>Реверс:</b>	крупно отчеканен герб СССР, по окружности надпись – полное название страны: «Союз Советских Социалистических Республик»
	<b>Спецификация медали:</b>	диаметр – 33 мм; вес – 15 г
	<b>Металл:</b>	<b>медно-никелевый сплав</b>
	<b>Цена:</b>	<b>0 руб. при оплате 299 руб. за упаковку и пересылку</b>
	<b>Важно:</b>	только 1 медаль для каждого заказавшего

**БЕСПЛАТНАЯ МЕДАЛЬ  
ДЛЯ КАЖДОГО РОССИЯНИНА!**

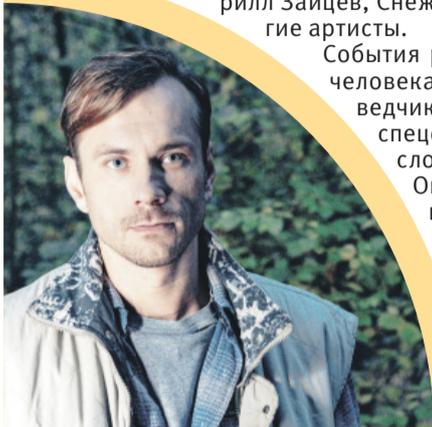
Официальная Линия Резервирования:

**8-800-234-32-19**

Звонок бесплатный, ежедневно с 9:00 до 21:00 (время московское)

## Начались съёмки шпионской драмы «ГДР»

В Москве начались съёмки многосерийной шпионской драмы «ГДР» (производство компании «Всемирные русские студии» при участии телекомпании НТВ, онлайн-кинотеатра Wink и «НМГ Студии»). В ролях: Александр Горбатов, Александр Голубев, Евгений Харитонов, Дарья Урсуляк, Татьяна Лютаева, Кирилл Зайцев, Снежана Самохина, Вадим Андреев, Евгений Кутянин, Геннадий Блинов и другие артисты.



События разворачиваются в 1989-1990 годы. В центре сюжета – образ офицера, человека, который не сдаётся под натиском обстоятельств. Главный герой – разведчик Александр Нечаев – оказывается в центре операции, организованной спецслужбами нескольких стран. За месяцы, проведенные в Берлине в момент слома всей послевоенной системы мироустройства, Нечаев сильно меняется. Он уже не знает, кто друг, а кто предатель, но продолжает отстаивать честь и интересы своей Родины.

– Мы хотим, чтобы этот фильм дал возможность современному зрителю по-новому взглянуть на события, которые изменили судьбу не только ГДР, но и всей Европы, – рассказывает режиссер проекта Сергей Попов. – И, конечно, разрушение стены и исчезновение ГДР напрямую повлияло в дальнейшем на историю нашей страны. Поэтому для меня это не просто детектив, это взгляд в будущее через наше прошлое.

Фото PR НТВ

## Сергей Горобченко станет командиром группы «Трефы»

Пятый канал и кинокомпания «Триикс Медиа» начали работу над вторым сезоном проекта «Наш спецназ». Серил рассказывает об отряде «Трефы» петербургского СОБРа. В команду входят лучшие бойцы, способные справиться с любой задачей: Сергей Богатов (позывной Отец), Михаил Пряников (позывной Туча), Юрий Агеев (позывной Ланцет) и Дмитрий Колодин (позывной Ромео). Каждый со своим характером, своими особенностями. В новом сезоне отряд «Трефы» будет работать под руководством Ильи Фомина в исполнении актера Сергея Горобченко.

– «Наш спецназ» для меня очень много значит, потому что работать с близкими по духу людьми – это счастье, – говорит Сергей Горобченко. – Когда происходит стечение всех факторов – отличного сценария, хорошей команды и прекрасной съемочной группы – жизнь обретает новый смысл и краски. Я рад этой роли, которая позволит мне показать все лучшие качества героя.

Фото пресс-службы Пятого канала



## Ксения Бородина рассказала о «Женском клубе»

Телеканал ТНТ приступил к съёмкам нового развлекательного ток-шоу «Женский клуб». Постоянными ведущими проекта станут Ксения Бородина, Яна Кошкина, Ольга Картункова и Екатерина Скулкина, а также стилист Алина Герман. Ведущие будут и делиться личными историями, и вместе с приглашенными звездами или экспертами в разных сферах помогать зрителям в зале разобраться с их проблемами.

– «Женский клуб» – это шоу для женщин и про женщин, – рассказывает Ксения Бородина. – Наша цель – дать женщинам по ту сторону экрана почувствовать, что они не одни, что все, что с ними происходит, случается и с нами тоже. У всех бывают взлеты и падения, но главное – всегда верить в себя! И в женскую силу.

Фото телеканала ТНТ

## «Контейнер» продлили

Серил «Контейнер» с Филиппом Янковским и Оксанией Акиньшиной в главных ролях решили продлить на третий сезон. Напомним, что в фильме показана история одной суррогатной матери и ее сложных взаимоотношений со своими родными и семьей заказчика.

– Мне безумно приятно, что наш серил вызвал такой интерес у зрителя, что они, как и я, переживают за наших героев, блестяще воплощенных на экране лучшим актерским составом, – говорит режиссер проекта Алексей Ляпичев. – Новости про большой зрительский отклик, безусловно, вдохновляют. С трепетом, волнением и миллионом идей приступаем к третьему сезону...

## Камиль Ларин заказал работа-прислугу

Звезда сериала «Тётя Марта» (телеканал СТС) актёр Александр Метёлкин приступил к работе над новой ролью. В 13-серийной комедии «Кибер Иван» он сыграет актера-неудачника Ивана, который случайно ломает робота, созданного по его подобию и предназначенного для дома одного регионального министра. И теперь ему самому приходится изображать работа-прислугу. Чиновника играет Камиль Ларин, а его жену – Янина Студилина.

– В семье министра далеко не все спокойно, но наш Иван сумеет ко всем найти подход, объединить и сделать счастливыми, – рассказала Янина Студилина. – Зрителей ждет много забавных ситуаций и юмора, и мы с партнерами сделали все для того, чтобы серил подарил море позитива!

Серил выйдет на телеканале СТС, точная дата пока не сообщается.

Фото пресс-службы телеканала СТС



## О Московском театре оперетты сняли кино

На телеканале «Культура» 24 ноября состоится премьера нового документального фильма «Зачем России оперетта». Этот фильм посвящен Московскому театру оперетты, который в ноябре этого года отмечает свое 95-летие.

– Для меня самой сложной задачей в работе над этим фильмом стала не только необходимость познакомить зрителя за один час экранного времени с десятками настоящих спектаклей-шедевров, но и сохранить ощущение праздника и бурлеска, – рассказывает режиссер фильма Сергей Павловский. – Я постарался и сам фильм сделать в жанре оперетты, сохранив высокий темпоритм повествования и задор, присущий этому жанру.

Среди героев фильма – великая Татьяна Шмыга и легендарные Герард Васильев, Светлана Варгузова, Юрий Веденеев. В кадре – и новые поколения артистов. И, конечно, композиторы, режиссеры, поэты, знаменитые эстрадные исполнители, которые тоже начинали на сцене Театра оперетты, – все это в новом документальном фильме.

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

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

Комедии

19, 26  
НОЯБРЯ

15, 28  
ДЕКАБРЯ

12+

Краткий  
курс  
счастливой  
жизни

СПб ГБУК «Академический театр Комедии им. Н.П. Акимова»,  
ОГРН 1027809181542, 191011, Санкт-Петербург, Невский пр., д.56

AKIMOVKOMEDIA.RU

РЕКЛАМА

СЕКРЕТ УСПЕХА

А ваши эмоции под контролем?

Бывает, что сроки поджимают, начальник подгоняет, а качество работы должно быть на высшем уровне. И эмоции начинают одолевать. Как же научиться справляться с ними, чтобы не потерять уважение коллег, начальства, а также саму работу?



Признаём проблему

Подавляя эмоции, вы просто загоняете их внутрь себя, не давая им выхода. В результате повторения этого алгоритма раз за разом, вы можете получить стресс, депрессию, а то и заболевания (например, проблемы с сердцем). Чтобы этого избежать, нужно не подавлять эмоции, а снижать интенсивность их проявления. Примите это как факт, а затем начинайте работать.

Заземляемся

Существует техника, которая называется «заземление». Суть ее сводится к следующему: когда подступает негативная эмоция (например, тревога или злость), перенаправьте свое внимание на что-то осязаемое (другой объект). Есть несколько способов выполнения этой техники:

- 1 Возьмите в руки какой-нибудь предмет и начинайте его изучать. Это может быть авторучка, кружка, ключи. Дотроньтесь до него, чтобы почувствовать плотность, температуру, материал, из которого изготовлен предмет. Обратите внимание на его текстуру, наличие шероховатостей, выемок, углублений, выступов, углов. Почувствуйте его вес, размер, объем.  
**НА ЗАМЕТКУ!** Можно найти тактильно приятный для вас предмет, чтобы носить его с собой и в случае необходимости переключать внимание на него.
- 2 Обратите внимание на то, что вас окружает. Найдите и назовите (можно не вслух, а про себя) пять предметов, которые попались вам на глаза, три звука, которые вы слышите, и два запаха, которые вам удалось почувствовать.

Учимся понимать себя

Также важным умением является понимание, какая эмоция берет над вами верх. Осознав, что это за эмоция и откуда она взялась, вам будет легче с ней работать.

# Друзья и семья: как совместить?

Вчерашний холостой друг, с которым можно было сходить на футбол, рыбалку или отправиться в лес с палатками, вдруг женился.

**З**начит, теперь можно о нем забыть? А лучшей подруга, с которой недавно можно было посетить концерт, прогуляться по магазинам или поесть мороженого в кафе, после замужества уже не может себе этого позволить? Груз семейной жизни лег на их плечи, жизнь изменилась. А вот к лучшему или худшему? Зависит от правильной расстановки приоритетов...

Штамп меняет всё?

Вступая в брак, люди вынуждены менять не только уклад своей жизни, но и делать переоценку ценностей. На первый план теперь выйдут отношения в новой семье. А кто-то не готов так радикально менять свои приоритеты и отказаться от частых посиделок в компании. Вот тут-то и могут начаться проблемы между супругами.

Желая избавиться от части домашних дел, супруги могут захотеть отправиться к друзьям – отдохнуть, расслабиться, поговорить. Вторая же половина вынуждена взять на себя не только свои обязанности, но и часть обязанностей супруга. Чувство несправедливости начинает преобладать, и в семье возникает напряжение и появляются претензии.



Когда друзья важны

С другой стороны, каждый человек нуждается в эмоциональной, духовной подпитке, которую может дать дружба. Даже при

самых теплых и доверительных семейных отношениях наличие друзей – важная сторона жизни. При этом важно не количество друзей, а качество общения с ними. Стоит обратить внимание, что в результате получает от встреч с друзьями или подругами ваша вторая половинка. Возвращается отдохнувшей, свежей и в благостном расположении духа? Замечательно! Но когда общение не приносит положительных эмоций, стоит подумать, нужно ли допускать такое негативное влияние на ваш семейный уклад.



То же самое касается и друзей, поддерживающих не самые лучшие и здоровые привычки вашей половинки. Если результатом

встречи является частое возвращение супруга навеселе или в раздраженном настроении, то эта тема обязательна для обсуждения! Настоящие друзья не будут способствовать тому, что вредит.

Оставьте сор в избе

Часто поводом для встречи с друзьями становится желание пожаловаться на свою половинку. Стоит хорошенько подумать, прежде чем делать это. Совет, похожий на «уходи из семьи скорее, зачем ты это терпишь», вам действительно нужен? И не стоит слишком уж вдаваться в подробности разногласий. Оставьте самые личные темы для себя и своей второй (самой любимой) половины.

Для гармоничных семейных отношений важно понять: первое место должно быть отдано именно семье, зато второе – друзьям, без которых семейная жизнь не сможет быть наполненной, счастливой и крепкой. Настоящие друзья никогда не обидятся на то, что занимают второе место в вашей жизни, а будут этим только гордиться!

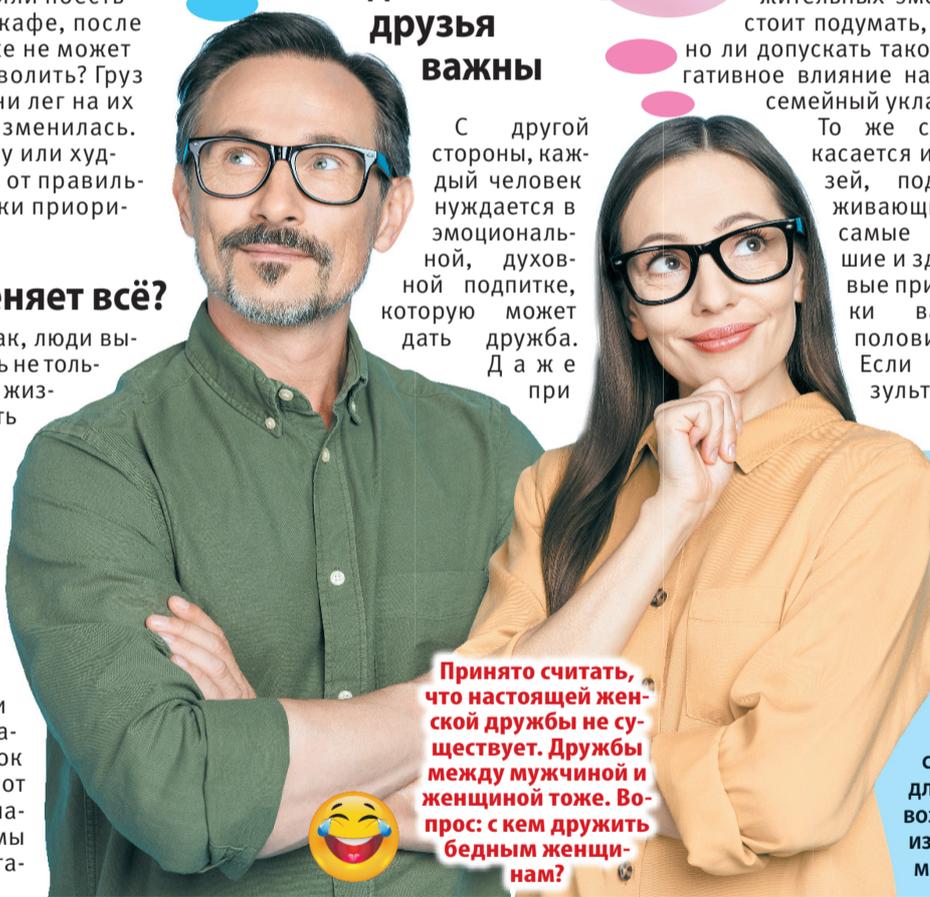
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Детали

Источники влияния

Вы думаете, что сами принимаете решения, делаете выбор без оглядки на других? Не тут-то было! На ваше мнение могут оказать значимое влияние не только СМИ, родственники, знакомые, но и друзья. Это влияние на вас может быть даже не направлено, но под сознание все равно зафиксировано новую для вас информацию. Умение замечать эти воздействия и анализировать их поможет избежать множества проблем и недопонимания.

Принято считать, что настоящей женской дружбы не существует. Дружбы между мужчиной и женщиной тоже. Вопрос: с кем дружить бедным женщинам?



БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Спасибо за селедку!

Жирненькая, вкусная солёная селедочка – любимое блюдо людей по всему миру начиная с конца XIV века. Именно тогда голландский рыбак Виллем Бейкельсзон изобрел способ ее засолки, за что ему огромное спасибо. До этого селедку не любили: во время приготовления она горчила и отдавала рыбьим жиром. Методом проб и ошибок Виллем выяснил: рыба, приготовленная без жабр, имеет весьма приятный вкус. Сразу после вылова в море он чистил тушки, закладывал слоями в бочку и солил. Рецепт быстро разошелся по всей стране, и селедка начала приносить немалый доход.



Воробей в очках

Выгляните в окно – и вы наверняка увидите маленькую серенькую птичку. Ее легко узнать как по характерному чириканью, так и по внешнему виду. У этих птиц есть много особенностей, но одна из самых интересных – из-за специфики строения глаза воробьи видят мир в розовых оттенках. Сетчатка имеет определенные фильтры, которые ослабляют синие и зеленые лучи, но с легкостью пропускают красные. Поэтому можно сказать, что воробьи живут, надев «розовые очки».



Цирк против укачивания

Одна европейская авиакомпания изобрела интересное лекарство против боязни полётов. Чтобы отвлечь пассажиров, помимо демонстрации фильмов, на борту показывали выступления цирковых артистов. Фокусы, танцы и игра на музыкальных инструментах помогли людям отвлечься. Благодаря этому «лекарству» больше никого не укачивало во время полета. Впоследствии такой способ помощи пассажирам стали использовать на многочасовых рейсах, что давало положительный результат.



Часы для минималистов

Минимализм сегодня чрезвычайно популярен, его используют и в одежде, и в интерьере, и даже в оформлении тортов. Если вы тоже тяготеете к этому стилю, для вас придуманы максимально простые часы. У них нет ни стрелок, ни даже циферблата. Выглядят они как плоское колечко на ремешке. Чтобы узнать время, нужно нажать кнопку. На колечке появятся цветные полосочки там, где на обычном циферблате расположены цифры. Проще некуда!

Светлана СИДОРЧУК

# ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ?

НИКАКИХ ОБЕЗБОЛИВАЮЩИХ ТАБЛЕТОК И МАЗЕЙ!

Сию, пью чай. Никого не трогаю. Вдруг звонок в дверь. Да не просто звонок, а какой-то прямо-таки настырный трезвон! Иду, открываю и ко мне врывается Димка. Ну как Димка. Уважаемый, солидный пенсионер, ветеран труда Дмитрий Максимович. И весь в ажитации начинает кричать с порога — я хожу! И тут только до меня доходит, что он сам ко мне пришёл. Что тут удивительного? А то, что он уже года два только от дивана до кухни ходил! До магазина с палочкой и «скрипом». И то только потому, что врач сказал, если не ходить, то вообще в инвалидном кресле окажется.

Порадовался я за товарища! И за рюмкой чая поинтересовался — как же это ему удалось с болью справиться? Оказывается, у него новый доктор. И он порекомендовал постепенно переходить с обезболивающих на использование медицинских аппаратов. Аппаратов, которые снимают боли без вреда для организма. У них нет передозировки. Боли снимаются быстро. И они — лечат! В отличие от медикаментов. Я удивился — как так? Лекарства потому и лекарства, что они лечат! Оказалось, всё не так!

## СНИМАЮТ БОЛЬ И ЗАБИРАЮТ ЗДОРОВЬЕ

Поговорка «одно лечим, другое калечим» родилась не на пустом месте. Побочные действия есть у всех лекарств. И они действуют на всех. А на многих очень сильно — по данным ВОЗ, сильные побочные действия проявляются у каждого пятого больного. В США считают, что побочные действия лекарств являются четвертой по значимости причиной смерти\*.

Вы думаете, что надо просто осторожнее пить анальгетики? Увы, как ни осторожничай, а их побочные действия накапливаются! И болезнь незаметно для нас «разгоняются». Дело может дойти до инвалидности.

А ещё анальгетики могут вызывать зависимость, астму, аллергии или судороги. Передозировка может стать даже причиной летального исхода\*\*.

Что — уже страшно? Ещё бы! Потому и ищут медики другие пути-способы обезболить без лекарств. Ищут тысячелетия! И ведь находят!

## ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ БИТВА С БОЛЬЮ

Представляете, почти 5 000 лет назад в Древнем Египте жрецы-медики для снятия боли использовали электричество! Откуда его брали? От электрических сомов! Невероятно! Но это изображено на рисунках в храмах. И обезболивание срабатывало! Даже находили мумифицированных электрических сомов, чтобы и в загробной жизни можно было избавляться от боли.

А в Древнем Риме 2 000 лет назад для электротерапии использовали электрических скатов. Но древний мир рухнул. Пришло Средневековье, и всё было забыто. Но наука не остановилась.

## НОВОЕ — ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!

К XIX веку были изобретены доступные источники тока — батарейки. И французский врач Сарландье для обезболивания при ревматизме и подагре скрестил электричество с иглотерапией. Но вокруг иглы получался сильный ожог. Восторга у пациентов это как-то не вызывало.

А к концу XIX века изобрели генераторы тока. И французский физиолог Арсен д'Арсонваль открыл высокочастотную электрическую стимуляцию (выше 5 000 Гц). Лечение и обезболивание были успешными.

Прошло ещё 100 лет. И к XXI веку медики глубоко изучили механизмы влияния электротерапии на боль. Началась разработка уникальных медицинских аппаратов для обезболивания и лечения без анальгетиков!

А Вы бы хотели обойтись без обезболивающих? Разорвать тиски боли без отравления организма? Тогда есть отличная новость для

### ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДЕЛОК!

Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100%-ная гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



Вас! Теперь это стало доступно с современным компактным медицинским аппаратом электротерапии — «Мувер» («Мувер»)!  
**МАЛ, ДА УДАЛ!**

Что это за «Мувер»? Это воплощение новейших достижений медицины в области обезболивания и лечения без медикаментов. Суперсовременный, сверхкомпактный (величиной с сотовый телефон), противоболевой чрескожный электронейростимулятор (ЧЭНС). Не требующий для использования медицинского образования и контроля!

Полная автоматизация! Потрясающе! Всего две кнопки. Включите аппарат, нажмите кнопку — «Боль» или «Сильная боль». Прижмите к больному месту и выберите комфортную силу действия. Всё! Процесс пошёл. Его ход отобразится на дисплее. Выключение автоматическое — не надо засекавать время. Передозировки нет — можно провести сеанс несколько раз подряд!

А главное — аппарат доступный и автономный! Вы можете всегда держать боль под контролем. Ведь «Мувер» можно всегда носить с собой. Хоть в сумочке, а то и просто в кармане!

### ЧТО ЖЕ ДАСТ ВАМ «МУВЕР»?

Вы только представьте — боли прошли. Снимаются спазмы. Нормализуется мышечный и сосудистый тонус. Улучшается состояние центральной нервной системы. Вы больше не «прислушиваетесь» к своему состоянию, с ужасом ожидая очередного приступа. Нервы успокоились. Нет панических атак. Мысли не путаются. Память отличная! Вы спокойны и уверены в себе.

Наконец-то можно выспаться! А хороший сон очень ускоряет выздоровление. Усиливается иммунитет. Стресс от боли больше не угнетает его. Даже вес нормализуется, потому что стресс перестанет сбивать гормональный баланс. При этом ещё и ускоряется обмен веществ.

Жизнь снова станет прекрасной! Аппараты электронейростимуляции (ЭНС) выручат Вас при острой боли: при ушибах, повреждениях, коликах и т. п. Они помогут и при хронических заболеваниях — артрозах и артритах, остеохондрозе, язве желудка и двенадцатипёрстной кишки, хроническом панкреатите, холецистите. Только представьте, какая же это радость — жить без боли! И ведь именно это официальные показания к применению «Мувера»:

- Острые и хронические боли, связанные с патологией внутренних органов;
- Острые и хронические боли, связанные с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата.

### СЕМЬ «ЗА» ЗА «МУВЕР»

1. Эффективен при снятии боли любого происхождения;
2. Действует быстрее таблетки;
3. Не только обезболивает, но и лечит без побочных действий;
4. Сочетается с любыми лекарственными препаратами;

5. Нет привыкания и передозировки;
6. Прост в применении. Настройка и калибровка не требуются;
7. Всегда с собой (портативен и автономен, на батарейках).

Как же работает этот потрясающий аппарат ЧЭНС-терапии?

### ЧТО ДЕЛАЕТ ЭЛЕКТРОНЕЙРОСТИМУЛЯЦИЯ

ЭНС работает через рефлекторный механизм. Боль часто снимается с первого раза! И быстрее, чем таблетками!

Электроимпульсы передаются в гипофиз мозга и происходит выброс в кровь эндорфинов — безвредных обезболивающих, вырабатываемых самим организмом. Вспомните, что происходит, когда Вы, например, уколете руку. Больно, но быстро проходит — это сработали эндорфины.

А ещё лечебные электроимпульсы подавляют импульсацию болевых зон. Вот Вы знаете, что болевой центр мозга может реагировать только на один сигнал? Если Вы уколете палец и нажмёте на мочку уха, то боль в пальце ослабнет. Ушибли ногу — потрите место ушиба, и боль станет меньше. Так можно блокировать центр боли — подавая на него электроимпульсы и снижая острую боль.

А ещё очень важно для Вас — импульсные токи ЧЭНС-терапии имеют широкий спектр. Подобраны так, что подходят всем! Никакой калибровки и настройки аппарата! И главное, эффективность действия ЭНС подтверждена клинически!

### ПРОВЕРЕНО МЕДИКАМИ!

Метод ЭНС разрешён и зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения и социального развития № ФС-2005/004 от 4 марта 2005 г.

Клинические исследования проведены в пяти авторитетных специализированных клиниках Москвы и Минска.

Какие результаты? Великолепные!

### КЛИНИЧЕСКИ ПОДТВЕРЖДЕНО!

#### Вот посмотрите:

**Позвоночник:** Уже после первой процедуры интенсивность боли уменьшалась. К концу лечения ремиссия в 91,9–95,8 % случаев.

**Суставы:** Значительное улучшение достигнуто в 71,9–86,9 % случаев.

**ЖКТ:** Значительное улучшение у 72,1–89,4 % пациентов.

**Мочеполовая система:** Значительное улучшение получено в 70,3–82,2 % случаев.

Особенно высокая эффективность при лечении пиелонефрита — 78,8%.

**Простатит:** Эффективно купируются боли. Снижается частота мочеиспускания. Улучшается эрекция. УЗИ предстательной железы показало, что её размеры уменьшились после лечения у 80 % больных, а в контрольной группе — только у 57 %.

Мало того! При такой нейростимуляции потрясающе увеличивается длительность ре-

миссии! То есть боли долго не возвращаются! Например, при болях в шее и спине число обострений после ЭНС снижалось примерно в три раза!

Медики рекомендовали ЭНС как перспективный метод безлекарственного лечения и реабилитации больных\*\*\*.

Обратите внимание — «лечения», а не просто обезболивания!

Представьте, какой потрясающий аппарат для ЧЭНС-терапии — «Мувер» — Вы можете получить в полное своё распоряжение!

### MOVER» — ВАШ НАВСЕГДА

Да! Попробовав его действие однажды, Вы не захотите расстаться с ним никогда!

«Мувер» — это настоящий «персональный специалист» по снятию боли! Доступный по цене и эффективный. Несколько минут — и боли нет! Лечение пошло! И это совершенно безопасный способ справиться с болью. Никаких побочных действий и отравления организма! Никаких «ударов» по печени и почкам! Никаких проблем с ЖКТ и кровью! Меньше отравления лекарствами — дольше жизнь! Меньше боли — целее нервные клетки — дольше и приятнее жизнь!

«Мувер» — это Ваша страховка от боли в любой момент. Ведь он всегда с Вами — дома, на даче, в поездке. Лёгкий, компактный, современный, эффективный. Да это же просто мечта! У Вас что-то заболело? Не проблема! Просто достаньте «Мувер»!

Ну разве такой аппарат не должен быть у каждого? И он доступен! Стоит позвонить — и спаситель от боли «Мувер» станет Вашим. И он даст Вам возможность продлить на долгие годы здоровую жизнь без боли! Годы активной жизни, а не существования! Не сдавайтесь боли! Действуйте! Ваше здоровье в Ваших руках!

### ЗАКАЗЫВАЙТЕ «МУВЕР»

по телефону горячей линии:

**8 (800) 333-28-68**

433507, г. Димитровград, а/я 476  
В письме укажите номер телефона

**WWW.PRODEX.RU**

Реклама

### ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ 18+

СМОЛЕНСК	15 НОЯБРЯ
Областной ДК Профсоюзов, ул. Ленина, д. 16	10.00-12.00
ТУЛА	16 НОЯБРЯ
Городской концертный зал, ул.Советская, д. 2	10.00-12.00
ЛИПЕЦК	17 НОЯБРЯ
Городской дворец культуры, ул. Коммунистическая 20	9.00-10.00
ТАМБОВ	17 НОЯБРЯ
ДК Юбилейный, ул. Льва Толстого, д. 4а	13.00-14.00
ПЕНЗА	18 НОЯБРЯ
ДК им. 40-Летия Октября, ул. Леонова 1А.	10.00-12.00

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Рег. уд. РЗН № 2021/16055. \*Результат может отличаться. \*\*Мувер. \*\*\*Продолжительность сеанса - 15 минут. \*На основании клинических исследований БГМУ в 2010 году и клинических испытаний УГМУ в 2015 году. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Наш сегодняшний герой известен прежде всего как блогер и, как он сам себя называет, аудиофил.

Странички Михаила в соцсетях посвящены самому разному оборудованию, помогающему воспроизводить всевозможные звуки и в первую очередь, конечно, музыку. К счастью, с этого года его аудитория намного расширилась за счет зрителей РЕН ТВ. Михаилу предложили вести на этом канале уникальную программу «Наука и техника», и мы начали разговор с новым телеведущим именно с его дебюта на РЕН ТВ.

## Научное амплуа

– Михаил, ваше участие в программе «Наука и техника» – случайность или закономерность?

– Когда продюсеры написали мне: «Давайте обсудим возможность работы на РЕН ТВ», я сразу ответил: «Если программа будет об инопланетянах, то я с удовольствием!» (Смеется). Но они сказали, что это будет серьезная программа, и я сначала отказался.

– То есть инопланетяне вам больше интересны?

– Я вообще за конспирологию! (Смеется). Но если серьезно, я от телевидения никогда не ожидал такой основательности. И хотя мы тут не светочи академической мысли, но научпоп меня интересовал всю жизнь. Самому оказаться в центре такого процесса – просто мечта, от таких предложений не отказываются!

– Как думаете, почему выбрали именно вас?

– Видимо, у меня сложилось соответствующее блогерское амплуа. Я все время воюю с разной странной аппаратурой, поэтому, наверное, на РЕН ТВ решили, что я вполне могу подойти в качестве комментатора и для других научно-технических достижений.

## Команда по всей стране

– Каким образом подбрасывается информация, которая в итоге будет использована в передаче?

## Михаил БОРЗЕНКОВ:

# Мы показываем будущее, которое точно наступит

### Детали

#### Колыбель из-под проигрывателя

– Вы известный блогер, рассказываете обо всяких интересных штуках, позволяющих слушать музыку. Каким образом музыка вообще пришла в вашу жизнь?

– Музыку я слушал в буквальном смысле с колыбели. Существует семейная легенда, что накануне моего рождения отец купил проигрыватель «Электроника Б1-01», поэтому на кроватку денег не было. И я спал в коробке из-под этого проигрывателя. А если начинал оратор, на меня надевали наушники и включали группу «Джетро Талл».

– Какими экземплярами из своего музыкально-технического арсенала особенно гордитесь?

– Вы знаете, что в 99,99 % случаев мы слушаем музыку при помощи динамического излучателя? Любые колонки сделаны с его применением. Но существуют и другие способы получения звуковой волны. Например, у меня есть электростатический излучатель. Это всящая несколько граммов пленка, которая по площади занимает два метра. На нее подается напряжение в 1000 вольт, она вибрирует и создает звуки. Это позволяет получить совершенно иные физиологические ощущения от музыки.

#### «Не слушаю музыку между делом»

– Что вы слушаете фоном, когда гуляете, ездите на велосипеде и так далее?

– Я вообще не слушаю музыку между делом. С музыкой нужно остаться один на один, а не оставлять ее в качестве фона для жизнедеятельности.

– Я поняла, что вы модник, пиджон. Много внимания уделяете одежде?

– Я, как ребенок 80-х, был очень травмирован отсутствием приличной одежды в Советском Союзе. Прекрасно помню, каким достижением было приобретение джинсов в 9 классе. Если они у тебя были, то жизнь твоя удалась! А сейчас я принадлежу к тем опасным людям, которые очень любят носить костюмы, хотя мне никогда в жизни это было не положено и не нужно. (Смеется.) Даже на велосипеде я всегда ездил в костюме. Потому что, если ты хоть раз наденешь понастоящему хороший пиджак, снять его уже будет невозможно.



– Мне очень нравится, что над программой работает в буквальном смысле вся страна. У нас куча редакторов – от тех, кто сидит в офисе телеканала, до невероятного количества людей, которые помогают нам во всех регионах России. Каждый следит за своей областью и представляет нам просто невероятные факты, буквально всполохи из будущего!

– Была ли какая-то информация из всего этого потока (может быть, даже не вошедшая в передачу), про которую вы сказали: «Да не может такого быть!»?

– Вообще, это происходит непрерывно. Например, в одном из ближайших выпусков есть история про лазер, с которым мне пришлось столкнуться живьем. Эта штуковина выглядит как страшный пулемет и за секунду лучом уничтожает ржавчину на стальной пластине толщиной 2 мм. При этом можно провести этим самым лучом по руке – и ничего! Она взаимодействует только с определенными молекулярными структурами и человеческого телу не наносит никакого вреда. Вот я под этот лазер руку и совал. Было страшно!

## Прогнозы на завтра

– Принято считать, что впереди планеты всей в технологическом отношении Япония. Но наверняка и в нашей стране есть открытия, которые не меньше удивляют и восхищают?

– Мы и ориентируемся в передаче прежде всего на наши достижения. Например, жабросли – отечественная технология, которая позволяет дышать под водой.

– Моя очередь восклицать «Да ладно!».

– Да, она позволяет долго находиться под

водой без использования дыхательных аппаратов, а просто наполнив легкие специальной жидкостью. И это сделали у нас!

– В вашей передаче часто звучит слово «прогноз» относительно более или менее отдаленного будущего. Какой прогноз вы хотели бы увидеть поскорее сбывшимся?

– Например, чтобы те же жабросли стали общедоступными. А если серьезно, мы показываем то будущее, которое точно наступит. Завтра, послезавтра, в крайнем случае послепослезавтра.

## Задача – удивлять!

– Чем думаете удивить зрителей в ближайших выпусках?

– Вот это правильный термин применительно к нашей программе – удивлять! В это воскресенье, например, расскажем про открытие двумя физиками главного материала будущего. И где бы вы думали, они его

## Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю всем читателям не потерять способности удивляться, умения находить восхитительное в простых вещах и знакомых людях. И каждый день открывайте для себя что-то новое! Например, в программе «Наука и техника»!

нашли? В помойке! Для любителей ужасиков – леденящий кровь сюжет про бензопилы. И ноу-хау для рачительных хозяев в будущем – душ без воды! А на следующей неделе мы расскажем, что помогает пилотам истребителей и космонавтам пережить огромные перегрузки, а также – специально для ваших читательниц – как убрать квартиру без всяких усилий. И это только малая часть того, что вас удивит в ближайшие две недели!

– Что думаете по поводу заявления, что цивилизация нас погубит?

– Не может погубить нас то, чем мы на самом деле и являемся. Погубить нас может только идея, что цивилизация вредна. Нет, это не так, она полезна!

Подготовила Наталья АНОХИНА

Ведущая программы «Утро России» на телеканале «Россия 1» Светлана Абрамова искренне признаётся, что на сервированные завтраки времени у неё нет.

**Н**о домашние обязанности выполняет с той же ответственностью и любовью, как любая заботливая хранительница домашнего очага.

### «Спокойно едим перед сном»

– Светлана, если появляется свободное время, куда предпочитаете его направить? Может быть, решаете для семьи испечь пирог или приготовить фаршированную щуку?

– Когда появляется свободное время, скажу честно, посвящаю его другим делам, нежели готовке, поэтому у плиты стою нечасто. Но когда есть настроение или мама, которая живет за городом,

## Светлана АБРАМОВА:

# Стараюсь есть всё простое и понятное

передает мне с участка натуральные, выращенные своими руками овощи-фрукты, я начинаю что-то придумывать, чтобы их использовать.

– Мне кажется, нынешних хозяек очень разбаловал сервис доставки, когда в магазинах можно заказать всё что угодно...

– Наша семья тоже активно пользуется этой услугой. Сегодня, когда времени на все не хватает, тем более на то, чтобы испечь пирожки, куда проще заказать еду из магазина, а высвободившееся время провести с ребенком. Но через пару лет, когда дочка подрастет, я думаю, эту самую выпечку будем готовить с ней сами, чтобы превратить процесс приготовления в увлекательное времяпрепровождение.

А пока

дочка спокойно обходится по утрам яичницей или кашкой.

– А на ночь себе есть позволяете?

– Если у нас с мужем день выстроен так, что не успели поужинать и поздно вер-

нулись домой, то спокойно едим перед сном.

### Важно держать баланс

– Стало быть, ужин врагу не отдадите?

– Зачем? Если твердо усвоить для себя, что все хорошо в меру, то можно позволить себе многое, в том числе поздний ужин. Но если человек за обедом переел, съел двойную, а то и тройную порцию, то ужин лучше отложить.

Многие запрещают себе есть сладкое после шести вечера. Но если на этом заикливаться, то захочется точно! Поэтому лучше разрешать себе все, и тогда желаний будет меньше, тем более если нет проблем с весом.

– Если вдруг эти проблемы возникают у вас, как боретесь с лишними килограммами?

– Ограничиваю себя в мучном и слад-

ком, отказываюсь от полуфабрикатов. Стараюсь есть все простое, понятное. Например, запекаю курицу или рыбу и делаю зеленый салат. Важно держать баланс. Если сегодня переела, на другой день себя ограничу. То есть, если хочу привести себя в форму, начинаю с этого. И, конечно, стараюсь больше двигаться, заниматься спортом.

### От арбуза до льняных сухек

– Наверняка, много путешествуя, вы отмечаете для себя какие-то необычные блюда? Что запомнили из последнего?

– Была удивлена, когда увидела в Таиланде, что там рыбу и морепродукты едят с фруктами, например, соленую рыбу с ананасом. Мне так понравилось это сочетание, что я не просто взяла его на заметку, а практикую теперь дома. Очень люблю есть соленую рыбу с клубникой, ананасом или манго. Это действительно незабываемое вкусовое впечатление.

– Есть кухня, которой отдаёте предпочтение?

– Средиземноморская. Особое предпочтение – итальянской кухне, где много овощей, оливкового масла, оливок и сыра...

– А что согласились бы есть каждый день?

– Ананас, арбуз, дыню и льняные сухки.

Наталья АНОХИНА

### Подробности Жаркое в горшочках – семейное блюдо

– Тем не менее, есть в вашей семье «вкусные» традиции, которые соблюдаются неукоснительно?

– С первого года моей жизни мама каждый день рождения обязательно печет пирог, на котором тестом выкладывает цифру, равную моим годам. Теперь, когда у меня растет дочка, мама и ей делает так же. Я помню каждый из ее пирогов, испеченных дочке. В каждом из них обязательно есть начинка – ягоды с нашего огорода. Поскольку мы с дочкой обе июльские, ягоды всегда свои. И я очень дорожу этой традицией, рожденной мамиными руками и сердцем.

– Есть секреты приготовления каких-то блюд, которыми делились с вами бабушки или мама?

– Они привили мне любовь к здоровой простой пище. Я все лето проводила у бабушки в деревне, где все было свое, незамысловатое, но невероятно вкусное и полезное. Вкус еды, приготовленной в печи, я знаю, помню и люблю до сих пор. Жаркое в горшочках с овощами и мясом – наше семейное блюдо.

– А из дальних странствий любите привозить какие-то вкусности?

– Не угостить близких турецкими сладостями или тульским пряником – эгоизм. Мне кажется, здорово привезти такой сувенир. Он никогда не надоест и не будет мешать, поскольку съедается (улыбается).

### Рецепт от звезды Салат «Ленивый нисуаз»

– Берем разную зелень, добавляем лосось слабой соли или консервированный тунец. Можно приготовить свежую рыбу на гриле. Режем помидоры, огурцы, красный лук и отварной картофель. Добавляем в салат оливки или каперсы. Заправляем оливковым маслом и яблочным уксусом. Приятного аппетита!



### Детали

#### Если гости вдруг пришли

– А если к вам пришли гости неожиданно-нежданно, чем угощаете?

– Подам мясную и сырную нарезку, оливки и крекеры.

– А на праздничный стол?

– На новогоднем столе обязательно должен стоять оливье. Еще я всегда готовлю мой любимый салат с зеленью, камчатским крабом и ананасом. Я редко готовлю сложные блюда даже на большие праздники.

### «Сто лет тому вперёд»

В Москве режиссёр Александр Андрющенко начал съёмки фильма «Сто лет тому вперёд». В основе сценария лежит одноименная повесть писателя-фантаста Кира Булычёва о приключениях Алисы Селезнёвой. Роли родителей героини исполняют Константин Хабенский (профессор Селезнёв) и Виктория Исакова (Кира Селезнёва). Имена исполнителей других ролей обещают раскрыть позже.



Фото  
пресс-службы  
фильма

– Мы нашли не просто классную историю, а целую фантастическую вселенную – сложную и масштабную вселенную книг Кира Булычёва, – рассказывает режиссер картины Александр Андрющенко. – Многим знакомы ее элементы еще по советским экранизациям: «Тайне третьей планеты» и «Госте из будущего». Я бы хотел, чтобы современный зритель, включая моих собственных детей, вновь открыл этот мир.

Наши сегодняшние кинематографические технологии позволяют сделать это очень ярко.

## Стоматология «КРОНВЕРК»



**ОДИН ИЗ ЛУЧШИХ  
СПЕЦИАЛИСТОВ**

по съёмным зубным  
протезам работает  
в нашей клинике!



**40-летний опыт +  
современные материалы =  
ОТЛИЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**



«ГОРЬКОВСКАЯ», УЛ. КРОНВЕРКСКАЯ, Д. 1

+7 (960) 233-11-11

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

# Собираем косметичку для зимы

## или Простые рецепты ухода за кожей в холода

Наши старые знакомые – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька снова собрались за чашечкой чая. Вопрос для обсуждения оказался исключительно актуальным: как правильно ухаживать за кожей в холода?



Машенька, девушка на выданье

Верочка, домохозяйка

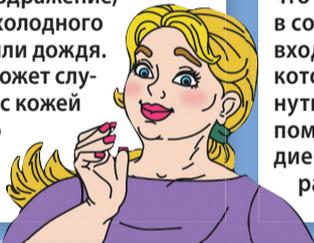
Анна Адамовна, учительница

Галина Сергеевна, бизнесвумен

**1** – Девочки, осенью и зимой нашей коже нужен гораздо более внимательный уход, чем летом. Ведь холод, дожди и ветра влияют на нашу кожу очень негативно – она сохнет, шелушится, может даже появиться раздражение. И конечно, летние уходовые средства для осени и тем более для зимы не подходят. Давайте определимся, что именно нужно нашей коже осенью, и может, даже поделимся проверенными средствами ухода.



**2** – Я считаю, что главное – это увлажнение. Ведь в отапливаемых помещениях очень сухой воздух – это ухудшающий состояние кожи фактор. А если помещение еще и редко проветривают, воздух в нем не только слишком сухой, но и застоявшийся, пыльный. Конечно, все это сказывается на состоянии кожи не самым лучшим образом. Кстати, если в летние месяцы кожа часто пересыхала, осенью она может стать особенно чувствительной и очень остро реагировать на малейшее раздражение, вроде холодного ветра или дождя. И это может случиться с кожей любого типа.



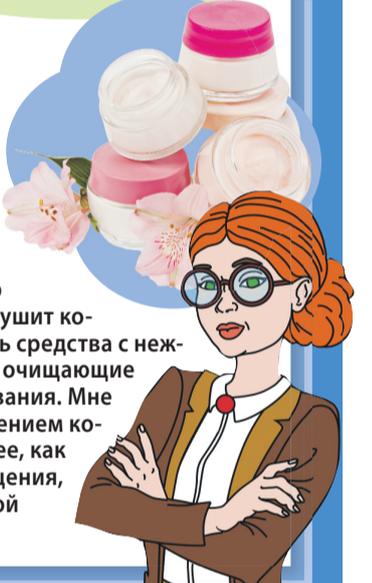
– Да-да, увлажнение – это очень важно, ведь осенью кожа особенно страдает от пересушивания. Но летний увлажняющий крем для осени не подходит, его нужно сменить на более плотный или даже на более жирный, если кожа сухая или чувствительная. Девочки, а еще очень желательно как минимум два раза в неделю делать маски для лица. Мне мой косметолог посоветовал, что для кожи будет лучше, если в состав кремов и масок будет входить гиалуроновая кислота, которая помогает влаге проникнуть в глубокие слои кожи. Не помешают и натуральные ингредиенты – например, экстракты растений.



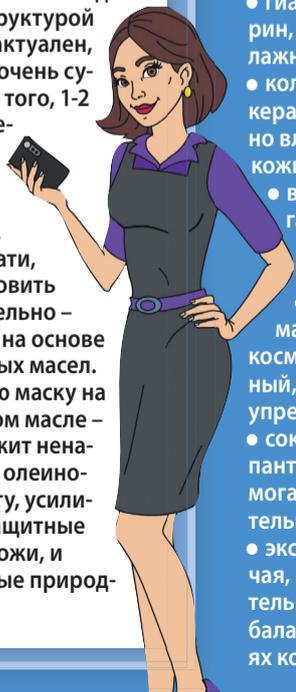
**3**



– Кстати, не менее важно правильно очищать кожу – и не пересушить ее при этом. Если летом мы могли пользоваться очищающими средствами на спиртовой основе, которые хорошо убирают жирный блеск, то осенью не надо этого делать, ведь спирт сушит кожу. Для очищения нужно выбирать средства с нежной кремовой текстурой – мягкие очищающие гели, пенки или молочко для умывания. Мне нравится, как справляется с очищением кожи мицеллярная вода. Но после нее, как и после любого средства для очищения, нужно обязательно умыться чистой водой.



**4** – Надо помнить, что кроме увлажнения исключительно важно питание кожи. Осенью и зимой коже необходимо дополнительное питание, которое обеспечит крем. Питательный крем с плотной или даже жирной структурой особенно актуален, если кожа очень сухая. Кроме того, 1-2 раза в неделю полезно делать питательные маски. Маски, кстати, можно готовить самостоятельно – например, на основе натуральных масел. Я вот делаю маску на миндальном масле – оно содержит ненасыщенную олеиновую кислоту, усиливающую защитные свойства кожи, и натуральные природные жиры.



### Знай и помни!

Выбирая крем, обращайте внимание на его состав. Напомним о пользе некоторых из возможных компонентов. Приветствуется наличие в креме таких добавок:

- масло ши, авокадо – хорошо питают кожу;
- гиалуроновая кислота, глицерин, мочевины – помогают увлажнению кожи;
- коллаген, эластин, кератин – позитивно влияют на тонус кожи;
- витамин Е – помогает справиться с преждевременным старением;
- оливковое и миндальное масло, масло какао, жожоба, косметические воски (пчелиный, ланолин, озокерит) – предупреждают обезвоживание;
- сок алоэ вера, сорбитол, депантенол – смягчают кожу, помогают купировать воспалительные процессы;
- экстракты ромашки, зеленого чая, корень солодки – положительно влияют на поддержание баланса влаги в глубоких слоях кожи.



**5** – Девочки, а как же наша красота: почему никто не вспоминает про макияж? Декоративную косметику тоже стоит пересмотреть и заменить легкие летние текстуры на более плотные: тональный крем, жидкие тени, гелевые румяна, жирная помада и т.п. Ведь именно плотная текстура обеспечивает максимальную защиту кожи от внешних факторов. Кроме того, декоративная косметика с плотной текстурой отлично скрывает все неприятности, которые могли возникнуть с кожей за лето: пигментные пятна, неровности загара и т.д. Между прочим, плотная декоративная косметика дает значительно больше вариантов мейкапа, чем почти прозрачная летняя. Почему бы не воспользоваться таким прекрасным шансом и не попробовать новые краски?



**6** – Кстати, о декоративной косметике. Осень – это почти постоянная влажность и частые дожди, а значит, под рукой хорошо бы иметь водостойкую косметику. Потекшая тушь – не самое лучшее украшение, правда? Да, скорее всего, водостойкая тушь понадобится не каждый день, но все-таки, я думаю, ее стоит приобрести. Ведь осенью, когда у нас нередко бывает грустное настроение, даже один испорченный вечер может стать причиной затяжных проблем.



### Из истории вопроса Античный крем

Сохранились свидетельства использования жирного крема еще в конце 2 века. Историкам древности известно о креме древнеримского врача и философа греческого происхождения Клавдия Галена. Состав его смеси для крема: жир кашалота (спермацет), миндальное масло, воск и вода, несколько столетий был уникальным проверенным «защитным» кремом.

Овсяная каша прочно ассоциируется с похудением.

**Н**о на самом деле, чтобы желанная стройность была достигнута, нужно соблюдать некоторые правила употребления овсянки.

# Секрет стройности – в тарелке овсянки

Мнение специалиста

**Запаривать или не запаривать?**



На наши вопросы отвечает эндокринолог и диетолог Оксана Хмельницкая.

– Если овсянку запаривать на ночь или заливать кипятком за полчаса до еды, будет ли она более полезной, чем варёная?

– Запаривание на ночь или заливание кипятком крупы может сократить время варки каши, если это требуется. Если в дальнейшем варка крупы не планируется, то это позволяет сохранить структуру клетчатки и снизить гликемический индекс продукта (скорость всасывания глюкозы в кровь). Это важно для людей с избыточной массой тела, инсулинорезистентностью и нарушением углеводного обмена. Данный вариант может не подойти людям с чувствительным пищеварением, синдромом избыточного бактериального роста, потому что усиливает вздутие живота и газообразование. Если вы употребляете овсянку ежедневно, то можно замачивать ее на ночь в воде комнатной температуры с добавлением лимонного сока. Это позволит активировать фитазу – фермент, нейтрализующий фитиновую кислоту (она блокирует усвоение минералов из зерна, таких как кальций, железо, цинк, магний, фосфор).

## Как это работает

Благодаря овсяной каше вам не захочется таскать конфеты и устраивать лишние перекусы. И все потому, что медленные углеводы, содержащиеся в ней, не дадут резко подскочить сахару в крови, а значит, и чувство голода вас не скоро настигнет. Кроме того, в каше содержится клетчатка, которая в желудке разбухает и создает объем, а значит, утолить голод можно небольшой порцией. Маленькая порция, отказ от перекусов – в результате вы съедите меньше калорий и худеть будете быстрее.



**Почему все пытаются похудеть к лету, но никто не пытается потолстеть к зиме?**

## Гладкая кожа

Чтобы при похудении кожа была более эластичной, можно сделать из овсяных хлопьев скраб. 30 г хлопьев залить небольшим количеством теплого молока, оставить на 15 минут. Готовую смесь нанести плавными круговыми движениями на кожу. Оставить на 5 минут и смыть теплой водой. В заключение нанести на кожу крем.

## КРУПА

Правильная овсянка – это только цельнозерновая крупа или хлопья грубого помола. Аналоги быстрого приготовления пользы практически не несут. Плюс обязательно читайте состав на упаковке. В овсяные хлопья могут быть добавлены сахар, искусственные ароматизаторы и красители.

## ЖИДКОСТЬ

Кашу желательно варить на воде, а не на молоке. Лучше без соли. Сливочное масло можно добавить, но только очень маленький кусочек.

## Лучший состав

### ПОЛЕЗНЫЕ ДОБАВКИ

Никакого однообразия! Если постоянно питаться одной овсяной кашей, недолго и сорваться. К счастью, ее можно разнообразить.

Тертое сырое яблоко или печеное яблоко + немного корицы = витамины и железо.

Нежирный творог (не более 100 г) = белок.

Не-сколько орешков и изюма + немного корицы = натуральная сладость с полезными жирами.

Половина банана + пара ложек нежирного творога + щепотка ванили = сладкий десерт.

Пряные травы (мята, базилик и др.) + специи (куркума, имбирь, тмин и др.) = улучшенный вкус без соли.

Свежие или мороженые ягоды (100-200 г) + небольшой стаканчик йогурта = витамины и белок.

Татьяна МИХАЛЁВА

**СУПЕР-АКЦИЯ: ТОЛЬКО 3 ДНЯ! Крем для глаз SIMERALD в подарок\***

**На 10 лет моложе... за 2 минуты!**



«Мне давно не нравится свое отражение в зеркале: видны морщины, пигментные пятна, «поплыл» овал лица, цвет кожи серый, вид уставший. А ведь мне только 56, я еще работаю, общаюсь с людьми. Не хочу ощущать себя старушкой на фоне молодых коллег. Услышала про крем SIMERALD®, особенно удивили результаты испытаний! Всего пара дней и морщин нет. Хочу так же! Подскажите, он действительно такой эффективный?» Ольга, 56 лет

/БЬЮТИ-ЭКСПЕРТ ЛЮБОВЬ ИЛЬИНА/

Ольга, комплекс SIMERALD® – это косметика нового поколения, разработанная учеными и профессиональными косметологами для молодости и ухода за зрелой кожей как безопасная и эффективная альтернатива пластической хирургии! Комплекс SIMERALD® состоит из лифтинг-крема для лица и сыворотки, основе которых лежит запатентованный экстракт

### Результаты испытаний SIMERALD®

Было

Стало



Было

Стало



Было

Стало



водоросли фукус, который содержит в себе более 80 активных веществ. Его действие усиливает инновационный коктейль мощных компонентов для кожи: низкомолекулярная гиалуроновая кислота, многофункциональный комплекс на основе 5 масел, японский растительный сквалан и др.

Благодаря инновационным технологиям и уникальному составу косметика SIMERALD® мгновенно убирает все основные признаки старения кожи: 2 минуты и результат налицо! А через пару дней эффект будет как от пластики! И это подтвердили проведенные испытания\*. Средняя оценка составила 8 баллов из 10. Такого не ожидал даже сам производитель. Все респонденты отметили ярко выраженный омолаживающий эффект, глубокое увлажнение, подтяжку кожи и овала лица, разглаживание морщин, избавление от мешков и темных кругов под глазами. **Доказано: SIMERALD® может стать безопасной альтернативой пластической хирургии!** И все окружающие будут завидовать Вашей красоте и молодости!

**СУПЕР-АКЦИЯ:** при покупке комплекса SIMERALD® в течение 3 дней крем для глаз Вы получите совершенно **БЕСПЛАТНО\***.



Крем для глаз SIMERALD **БЕСПЛАТНО\*** 4 999 р.

**СКОРЕЕ ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ:**

**8 (800) 100-55-60**

Назовите Ваш код «СИМ-СИМ» и получите **В ПОДАРОК** крем для глаз

\*При покупке косметического комплекса SIMERALD® – СИМЕРАЛЬД. Партия ограничена, поэтому заказать бесплатно можно не больше 2 уп. в одну руку. \*\*Внутренние испытания косметики на респондентах. Результаты могут отличаться. ООО «Национальный центр здоровья». ОГРН 1167746824354, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 24. Акция действует с 01.11.2022 по 01.05.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. Реклама.

**1** ПЕРВЫЙ



21.00 «Время»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР»: **НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+) Памяти Сергея Пускепалиса
- 22.40 «Большая игра». (16+)
- 23.40 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости

**РОССИЯ 1** РОССИЯ



14.55 «Кто против?» (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «**БАРЕНЦЕВО МОРЕ.**» (16+) 1944 год, Мурманск. На портовой проходной происходит мощный взрыв. Офицеры контрразведки - подполковник Сергей Сабуров и майор Елена Солей понимают, что в городе действует группа диверсантов.
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «**МОРОЗОВА.**» (16+)

**НТВ**



22.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

- 04.55 «**УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ.**» (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «**ЛЕСНИК.**» (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «**ЛЕСНИК.**» (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «**СПЕЦБАТ.**» (16+)
- 22.00 «**СКОРАЯ ПОМОЩЬ.**» (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «**СКОРАЯ ПОМОЩЬ.**» (16+)
- 00.25 «**БЕГЛЕЦЫ.**» (16+)
- 02.05 «**ЗВЕРБОЙ.**» (16+)

**СТС** СТС



09.00 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.20 «Как приручить дракона. Легенды». (6+)
- 06.40 «Как приручить дракона. Возвращение». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 07.55 «100 мест, где поесть». (16+)
- 09.00 «**ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ.**» (0+)
- 10.40 «**МОЙ ПАПА - ВОЖДЬ.**» (6+) Капитан Петров возвращается из плавания десять лет спустя, но из-за потери памяти он считает себя вождём африканского племени.
- 12.30 «**КОРНИ.**» (16+)
- 20.00 «**КРАСОТКА.**» (16+)
- 22.30 «**ПОЛТОРА ШПИОНА.**» (16+)
- 00.40 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.40 «**ДЕВОЧКИ НЕ СДАЮТСЯ.**» (16+)
- 03.20 «6 кадров». (16+)

**ТНТ** ТНТ



11.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «**ИНТЕРНЫ.**» (16+)
- 08.05 «Остров лемурув: Мадагаскар». (12+)
- 09.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 11.00 «**САШАТАНЯ.**» (16+)
- 14.00 «Женский Клуб». (16+)
- 15.00 «**САШАТАНЯ.**» (16+)
- 18.00 «**ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ.**» (16+)
- 20.00 «**ОТПУСК.**» (16+)
- 21.00 «**ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ.**» (16+)
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «**БУДЬ МОИМ КИРИЛЛОМ.**» (16+) Неуверенная в себе девушка Саша врет семье, что встречается с красавчиком Кириллом, хотя он - всего лишь ее тренер по бегу
- 01.20 «Ты - Топ-модель на ТНТ». (16+)
- 02.35 «Импровизация». (16+)
- 03.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)

**REN**



00.30 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (16+)

- 06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир 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 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «**ОТМЕЛЬ.**» (16+)
- 21.25 «**ЛИНИЯ ГОРИЗОНТА.**» (16+)
- 23.25 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «**ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА.**» (16+)
- 02.30 «Ранго». (12+)

**5** 5-Й КАНАЛ

- 05.25 «**ДОЗНАВАТЕЛЬ.**» (16+)
- 06.20 «**РЖЕВ.**» (12+)
- 08.20 09.25 «**ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ.**» (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 11.15 «**СОЛДАТИК.**» (6+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 18.00 «**ДОЗНАВАТЕЛЬ-2.**» (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.35 00.30 «**СЛЕД.**» (16+)
- 22.25 «**ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5.**» (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.05 «**ДЕТЕКТИВЫ.**» (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 01.00 «**НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ.**» (12+)
- 10.55 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 «**СМЕРШ.**» (16+)
- 18.50 «Оружие холодной войны». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «**ГОНКА С ПРЕСЛЕДОВАНИЕМ.**» (12+)

**ТВ-3** ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Вернувшиеся. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.05 Я хочу такой дизайн. (12+)
- 16.10 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «**ГРИММ.**» (16+)
- 22.15 «**ЭПИДЕМИЯ.**» (16+)
- 23.15 «**ПОМПЕИ.**» (12+)
- 01.15 «**БЕЛОСНЕЖКА: СТРАШНАЯ СКАЗКА.**» (18+)
- 02.45 «**КАСЛ.**» (16+)
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+) Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера.
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «**СОЛДАТЫ-9.**» (12+)
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.20 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.35 01.00 «Понять. Простить». (16+)
- 13.35 23.00 «Порча». (16+)
- 14.05 00.05 «Знахарка». (16+)
- 14.40 00.35 «Верну любимого». (16+)
- 15.15 «**БАРХАТНЫЙ СЕЗОН.**» (16+)
- 19.00 «**ПО ТУ СТОРОНУ СОЛНЦА.**» (16+)
- 01.50 «**ВОСТОК-ЗАПАД.**» (16+)
- 07.30 «Календарь». (12+)
- 10.10 18.00 «**МАМА-ДЕТЕКТИВ.**» (12+)
- 11.30 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 11.45 «**ТРИДЦАТЬ ТРИ.**» (12+)
- 15.10 23.05 «**ТАЙНЫ ГОРОДА ЭН.**» (12+)
- 16.10 00.00 «Моя поэма - Русь!». (12+)
- 17.45 00.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
- 21.00 «**ДВАДЦАТЬ ШЕСТЬ ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОСТОЕВСКОГО.**» (12+)
- 22.25 «Очень личное». (12+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- МИР**
  - 05.05, 10.20 «ГАИШНИКИ». (16+)
  - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
  - 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
  - 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
  - 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
  - 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
  - 17.05 Мировое соглашение. (16+)
  - 18.50, 19.30, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)
  - 20.50 Слабое звено. (12+)
  - 21.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
  - 22.35 «МЕЧ». (16+)
  - 01.15 Наше кино. История большой любви. (12+)
  - 01.40 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)
  - 03.00 «РАЗВОД». (16+)
- ПОБЕДА**
  - 04.30 «Путь к Победе». (16+)
  - 05.30 «ПРИКАЗ: «НИЧТО-ЖИТЬ». (16+)
  - 07.00 «ТАНКИСТ». (16+)
  - 10.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
  - 1962 год. Молодой фартовый вор Юрка-Барон, провернув очередную виртуозную квартиру кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из далёкого и страшного прошлого. В поездке он вспоминает свою жизнь, которая наверняка сложилась бы по-иному, если бы не война, не репрессии и не родство матери с персональным шофёром Ленина...
  - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
  - 01.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
  - 02.40 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
- ДОКТОР**
  - 06.00, 11.50, 18.00, 23.45 О самом главном. Синусит. (12+)
  - 06.55 На приёме у психолога. Дружба. (12+)
  - 07.25 Психология. (12+)
  - 07.50, 08.25, 10.50, 13.45, 14.15, 01.10, 01.40 Будь в тонусе! (12+)
  - 08.55 О самом главном. Хроническая почечная недостаточность. (12+)
  - 09.50, 10.20 Еда. (12+)
  - 11.20 Большой скачок. Мужская депрессия. (12+)
  - 12.45, 13.15 Розрение с доктором Шиловой. (12+)
  - 14.45 Скажите, доктор! Сердце - главный орган нашего организма. (12+)
  - 15.15 О самом главном. Отёки. (12+)
  - 16.15, 16.45 Истории болезней. (16+)
  - 17.10 Наука сна. (12+)
  - 19.00, 05.05 Теледоктор. Когда ребёнок не говорит. (12+)
  - 20.00, 02.55 Большой скачок. Инстинкт самосохранения. (12+)
  - 20.30, 03.20 Большой скачок. Болезни социума. (12+)
  - 21.00 О самом главном. Как избежать цирроза? (12+)
  - 22.00 Невидимая власть микробов. (12+)
  - 22.50, 03.45 Большой скачок. Заглянуть в себя. (12+)
  - 23.15, 04.15 Большой скачок. Стать киборгом. (12+)
  - 00.45 Скажите, доктор! Диагностика и лечение венозных заболеваний. (12+)
  - 02.10 Теледоктор. (12+)
  - 04.40 На приёме у косметолога. Волосы. (12+)
- VIASAT HISTORY**
  - 06.05 Невероятные изобретения. (12+)
  - 06.35, 07.15 Музейные тайны. (12+)
  - 08.00, 08.50 Боевые корабли. (12+)
  - 09.40, 10.35 Мегастроительство Древнего Рима. (12+)
  - 11.35, 12.25 Забытые гробницы древних майя. (12+)
  - 13.15 Расшифровка тайн: Бигфут. (12+)
  - 14.00 Расшифровка тайн: Вампиры Нового Орлеана. (12+)
  - 14.45 Выдающиеся женщины: Хеди Ламарр. (12+)
  - 15.40 Выдающиеся женщины: Марта Геллхорн. (12+)
  - 16.35 Забытые королевства Центральной Америки: Королевство ягуара. (12+)
  - 17.40 Забытые королевства Центральной Америки: Те, кто встретил Колумба. (12+)
  - 18.40 Забытые короли Теотиуакана. (12+)
  - 19.40 Первые американцы. (12+)
  - 20.30 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+)
  - 21.20 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивка. (12+)
  - 22.05 Боевые корабли: Эсминцы и крейсера. (12+)
  - 22.55 Боевые корабли: Галеоны и корсары. (12+)
  - 23.50, 00.40 Выдающиеся женщины. (12+)
  - 01.35, 02.35 Мегастроительство Древнего Рима. (12+)
  - 03.30, 04.15 Расшифровка тайн. (12+)
  - 05.00 Очень странные экспонаты. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

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

РОССИЯ К Культура



20.05 «Правила жизни»

- 07.30 08.40 10.00 15.00 19.30
- 23.40 Новости культуры
- 07.35 «Невский ковчег»
- 08.00 Черные дыры. Белые пятна
- 08.50 16.35 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 XX век
- 12.15 Дороги старых мастеров
- 12.30 22.15 «КЛУБ ЖЕНЩИН»
- 13.35 Линия жизни
- 14.30 История русского быта
- 15.05 Новости. АРТ
- 15.20 «Агора»
- 16.25 Цвет времени
- 17.50 01.50 К 160-летию Санкт-Петербургской консерватории
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Больше, чем любовь
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 23.20 «Первые в мире»

ТВЦ ТВЦ



15.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Большое кино». (12+)
- 08.55 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (12+)
- 10.45 00.30 03.00 «Петровка, 38». (16+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ЧЁРНАЯ МЕССА». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 16.55 01.25 Прощание. (16+)
- 18.05 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА». (12+)
- 22.40 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «Обжалованию не подлежит. Фотограф». (12+)
- 02.05 «Мэрилин Монро и ее последняя любовь». (12+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



16.15 «Громко»

- 07.00 10.00 12.55 14.50 17.20
- 22.30 Новости
- 07.05 14.20 19.00 21.45 00.35
- Все на Матч!
- 10.05 13.00 02.45 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 15.25 Футбол. МИР
- Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (0+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.20 04.05 «Катар. Обратный отсчёт». (12+)
- 14.55 География спорта. (12+)
- 16.15 «Громко»
- 17.25 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Луч». Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Женщины. Прямая трансляция
- 19.15 Хоккей. «Динамо» - «Спартак». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.35 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
- 00.05 Тотальный футбол. (12+)

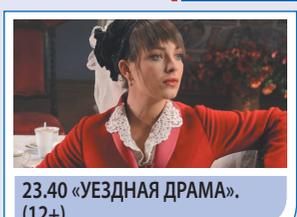
СПБ САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



11.15 «Главный врач». (12+)

- 07.15 08.15 09.15 Большой Утренний эфир. (16+)
- 11.15 «Главный врач». (12+)
- 12.10 «Пuls города». (12+)
- 12.20 «Залог успеха». (12+)
- 12.40 Малые родины. (6+)
- 13.15 «Культурная эволюция». (16+)
- 14.20 «Путешествие к сердцу дворцов». (0+)
- 14.45 «Такая маленькая жизнь». (6+)
- 15.20 «Объясняем». (12+)
- 15.40 «Петербургские тайны». (12+)
- 16.00 «КРИК СОВЫ». (16+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Такой футбол». (6+)
- 20.00 «Иван Царевич - город решенный». (12+)
- 21.00 «Забывтый полководец». (12+)
- 22.40 Степень защиты. (16+)
- 22.50 Соль событий. (16+)
- 22.55 «СВЕЧА С ГРОБА ГОСПОДНЯ». (16+)
- 01.20 «ЗОЛОТАЯ РЫБКА». (16+)

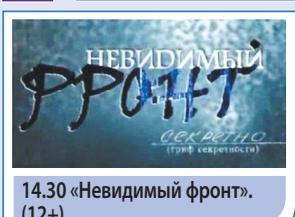
ЛЕНТВ24 ЛЕНТВ24



23.40 «УЕЗДНАЯ ДРАМА». (12+)

- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК». (16+)
- 10.20 «Такие странные». (16+)
- 10.45 «Гидом - буду!» (12+)
- 11.15 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (12+)
- 13.15 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
- 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.35 «Связь времён». (12+)
- 16.05 «ВЫ ВСЕ МЕНЯ БЕСИТЕ». (16+)
- 17.15 «Нюрнберг». (16+)
- 18.10 «ХУТОРЯНИН». (12+)
- 19.00 23.00 02.00 05.20 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
- 19.40 04.25 «ШУЛЕР». (16+)
- 20.35 «Нюрнберг». (16+)
- 21.25 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)
- 23.40 «УЕЗДНАЯ ДРАМА». (12+)
- 01.05 «Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной». (16+)

78 КАНАЛ



14.30 «Невидимый фронт». (12+)

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30
- 10.00 10.30 13.00 20.00
- 21.00 23.00 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
- 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 «Начало дня». (12+)
- 12.00 23.40 Хочу и буду. (16+)
- 13.10 02.20 Телекурвер. (12+)
- 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
- 14.30 «Невидимый фронт». (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 Прогноз погоды». (12+)
- 16.05 00.40 «Реальная политика». (12+)
- 17.30 «Другой Петербург». (16+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.00 «Интервидение». (12+)
- 20.10 01.35 «Открытая студия». (12+)
- 21.10 22.15 03.55 «Итоги дня». (16+)
- 05.20 «Внеклассное чтение 78». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Панда и петушок Лука». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Монсики». (0+)
- 08.00 «Волшебная кухня». (0+)
- 10.20 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
- 10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
- 11.05 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 12.25 «Скай Блэстекс». (6+)
- 12.40 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.05 «Длинные скричеры!» (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «ДиноСити». (0+)
- 16.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
- 16.05 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 18.15 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Умка». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.15 «Союзмультфильм» представляет: «Как Маша поспорилась с подушкой». (0+)
- 23.25 «Маша больше не лентяйка». (0+)
- 23.35 «Маша и волшебное варенье». (0+)
- 23.45 «Заветная мечта». (0+)
- 23.55 «Всё наоборот». (0+)
- 00.05 «Мороз Иванович». (0+)
- 00.15 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 01.20 «Еда на ура!» (0+)
- 01.40 «Клео и Кукин». (0+)
- 03.15 «Студия Каляки-Малыки. Поделки». (0+)
- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (0+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пат». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и СуперКот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый желтый иети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и СуперКот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый желтый иети». (6+)
- 19.30 «Феи: Тайна зимнего леса». (0+)
- Динь-Динь и ее подруги всегда боялись пересекать границу с Зимним лесом, ведь существует поверье, что там очень опасно.
- 21.00 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 23.55 «Амфибия». (12+)
- 02.05 «С приветом по планетам». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
- 05.50, 06.30 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 07.30 «КЛИК. С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 09.30 «СМЕШАННЫЕ». (12+)
- 11.35 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
- 13.15 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 15.10 «ТАЙНА 7 СЕСТЁР». (16+)
- 17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 19.00 «ДЖЕРРИ МАГУАЙЕР». (16+)
- США, 1996 г. В ролях: Том Круз, Кьюба Гудинг мл.
- 21.30 «ТРЕНЕР КАРТЕР». (12+)
- 23.55 «ЗАЩИТНИК». (16+)
- 01.55 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)
- 03.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУБУЮ ЛАГУНУ». (16+)
- РУССКОЕ КИНО**
- 05.30 «Фиксики». (6+)
- 06.45 «Пин-код». (6+)
- 08.20 «Три кота». (6+)
- 09.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 11.55 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- 13.40 «ГОРЬКО!» (16+)
- 15.25 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 17.10, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 19.00 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
- 20.35 «ЯНА + ЯНКО». (12+)
- 22.20 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- 23.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 01.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 02.15 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 03.50 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
- ДОМ КИНО**
- 07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 10.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 12.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 15.15 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 01.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.45 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
- 04.20 «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (12+)
- СУББОТА!**
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машини сказки», «Маша и Медведь. Машини Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.00, 20.50, 21.40, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.10 Суббота! News 2022. (16+)
- 23.20 Богиня шопинга. (16+)
- 00.20 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 01.10, 01.50 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 02.30 «МАРЛИ И Я». (12+)
- США, 2008 г.
- 04.20 «Смешарики», «Малышарики. Умные песенки». Мультсериалы. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
- 00.55 «КОСТОЛОМ». (16+)
- 03.10 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
- 05.05 «НОРТ». (12+)
- 06.40 «ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ЧУВАК». (16+)
- 08.40 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
- 10.35 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧИЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)
- 12.25 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
- 14.55 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (6+)
- 17.20 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
- Мелодрама, комедия, США, 2006 г.
- 19.30 «ЗА БОРТОМ». (12+)
- Комедия, мелодрама, США, 1987 г.
- 21.35 «ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
- США, 2009 г.
- 23.10 «КАК ЖЕНИТЬ КРАСАВИЦА». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 06.55 Мультфильм. (0+)
- 07.25 «Двоймовочка». Мультфильм. (0+)
- 08.00 «Летучий корабль». Мультфильм. (0+)
- 08.20 «БРАТЬЯ КАРАМАЗОВЫ». (12+)
- 12.30 «ОСЕНЬ». (12+)
- 14.05 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ». (12+)
- 15.30 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 18.15, 04.00 «ТАЙНЫ СПЕДСТВИЯ-3». (16+)
- 20.00 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛТ?» (12+)
- 21.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 23.10 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 00.50 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
- 02.20 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)
- 05.35 «ВАЛЕНТИНА». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПРИСК-2». (16+)
- Сериал. Народный вестерн, Россия, 2007 г. В ролях: Алексей Зубков, Ярослав Бойко, Варвара Андреева, Сергей Селин, Наталья Ткаченко
- СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- Катя запрещает Коле давать Вике деньги. Милко старается оградить Ольгу Вячеславовну от всех забот...
- 11.15 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 15.10 Это надо знать!-3. (12+)
- 15.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 19.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- 22.30 Это надо знать!-3. (12+)
- 22.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 01.35 «РАНЕТИКИ». (16+)
- 03.55 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Лица Церкви. (6+)
- 05.25 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Святые России. (6+)
- 11.35 Завет. (6+)
- 12.40 Двенадцать. (12+)
- 13.15 Знак равенства. (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00, 15.35 Паисий Святогорец. Семейная жизнь. Фильмы 1 и 2. (0+)
- 16.05 «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ...» (16+)
- 17.25, 18.55 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». 1-2 серии. (12+)
- Сериал. СССР, 1980 г.
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.15 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Завет. (6+)
- 01.30 Александрова дорога. (6+)
- 02.00 Щипков. (12+)
- 02.30 Знак равенства. (16+)
- 02.45 Физики и клирики. (0+)
- 03.10 Встреча. (12+)
- 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

14 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Бессребренников и чудотворцев Космы и Дамиана Азийских и матери их прп. Феодотии.



Щмчч. Иоанна еп. и Иакова пресвитера, в Персии пострадавших. Мцч. Кириены и Иулианы. Мч. Ермагина Готфско-го. Мчч. Кесария, Дасия и с ними пяти. Щмчч. Александра и Фемодора пресвитеров. Щмчч. Александра и Димитрия пресвитеров, мц. Елисаветы. Мч. Петра.

Поста нет.

«Пусть не подумает кто из вас: мы ходим в церковь Божию, молимся, творя многие поклоны, за это и получим Царство Небесное; нет, получит тот, кто заповеди Божии соблюдает. Жить должно не себе только, а и ближнему послужить»  
Старец Макарий Оптинский

**1 ПЕРВЫЙ**



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 **«ШИФР»: НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **«БАРЕНЦЕВО МОРЕ».** (16+)
- Становится известно, что диверсионной группой в Мурманске руководит агент Лаури Тарни. Приказано многократно усилить обеспечение безопасности порта.
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 **«МОРОЗОВА».** (16+)
- 04.43 Перерыв в вещании

**НТВ**



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

- 04.55 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 **«ЛЕСНИК».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 **«ЛЕСНИК».** (16+)
- 13.00 16.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 **«СПЕЦБАТ».** (16+)
- 22.00 **«СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 **«СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
- 00.20 «Англия - Россия. Коварство без любви». «Мокрая» дипломатия». (16+)
- 01.20 **«ЗВЕРБОЙ».** (16+)

**СТС**



13.00 «КУХНЯ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.25 «Как приручить дракона. Легенды». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 **«КОРНИ».** (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 10.45 «Человек-паук. Через вселенные». (6+)
- 13.00 **«КУХНЯ».** (16+)
- 18.30 **«КОРНИ».** (16+)
- 20.00 **«ПРЕДЛОЖЕНИЕ».** (16+)
- Маргарет Тейт - бизнесвумен, главный редактор книжного издательства. Эндрю Пакстон - её подчинённый. Вдруг обнаруживается, что Маргарет угрожает депортация на родину.
- 22.10 **«НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК».** (12+)
- 00.55 **«ДЕВОЧКИ НЕ СДАЮТСЯ».** (16+)
- 02.45 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)

**ТНТ**



21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

- 07.00 **«ИНТЕРНЫ».** (16+)
- 08.30 «Модные игры». (16+)
- 09.00 **«УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА».** (16+)
- 12.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
- 14.00 «Женский Клуб». (16+)
- 15.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
- 18.05 **«ЖЕНИХ».** (12+)
- Приехав на деревню к своей невесте, немец Гельмут вынужден познакомиться не только с ее родней, но и с Толиком-алкоголиком - бывшим мужем любимой Аленушки.
- 20.00 **«ОТПУСК».** (16+)
- 21.00 **«ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 **«ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ».** (16+)
- 01.25 «Ты - Топ-модель на ТНТ». (16+)
- 02.40 «Импровизация». (16+)
- 03.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)

**REN**



09.00 «Военная тайна». (16+)

- 06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 **«МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА».** (16+)
- 22.10 «Водить по-русски». (16+)
- 23.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 **«ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР».** (16+)

**5 5-Й КАНАЛ**

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.40 **«ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ».** (16+)
- 07.40 **«ЛЕГАВЫЙ».** (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 **«ЛЕГАВЫЙ».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 **18.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.25 **00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 22.25 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.05 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

**ЗВЕЗДА**

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 **01.05 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 **15.05 «СМЕРШ».** (16+)
- 17.35 04.40 «Москва - фронт». (16+)
- 18.50 «Оружие холодной войны». (16+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.25 **«ВЕСЕННИЙ ПРИЗЫВ».** (12+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Дом исполнения желаний. Лучшая версия себя. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 **«ГРИММ».** (16+)
- 22.15 **«ЭПИДЕМИЯ».** (16+)
- 23.15 **«МЕЧ ДРАКОНА».** (18+)
- 01.15 «Западные звезды». (12+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- Программа «Дорожные войны 2.0» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.
- 10.00 **«СОЛДАТЫ-9».** (12+)
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.45 Давай разведёмся! (16+)
- 09.45 Тест на отцовство. (16+)
- 12.00 «Понять. Простить». (16+)
- 13.00 23.00 «Порча». (16+)
- 13.30 «Знахарка». (16+)
- 14.05 «Верну любимого». (16+)
- 14.40 **«ЮРОЧКА».** (16+)
- 18.45 Про здоровье. (16+)
- 19.00 **«НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОКТОРА КАЛИСТРАТОВОЙ».** (16+)
- 00.05 «Знахарка». (16+)

**ОТР**

- 06.35 **10.10 18.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».** (12+)
- 11.30 **«ДВАДЦАТЬ ШЕСТЬ ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОСТОЕВСКОГО».** (12+)
- 15.10 **23.05 «ТАЙНЫ ГОРОДА ЭН».** (12+)
- 16.10 00.00 «Судьба одного химика». (12+)
- 17.00 «Ректорат». (12+)
- 17.45 00.45 «Конструкторы будущего». (12+)
- 21.00 **«ДОЛГАЯ СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ».** (16+)
- 22.20 «За дело!» (12+)
- 01.00 «Сделано с умом». (12+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- МИР**
- 05.05, 10.10 «ГАИШНИКИ». (16+)
  - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
  - 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
  - 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
  - 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
  - 17.05 Мировое соглашение. (16+)
  - 18.50, 19.30, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)
  - 20.50 Слабое звено. (12+)
  - 21.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)
  - 22.35 «МЕЧ». (16+)
  - 23.30 «МЕЧ-2». (16+)
  - 01.10 Наше кино. История большой любви. (12+)
  - 01.35 «АРШИН МАЛ АЛАН». (0+)
  - 03.10 «РАЗВОД». (16+)
  - 03.40 Мультфильмы. (6+)

- ПОБЕДА**
- 04.50 «Путь к Победе». (16+)
  - 05.50 «БРЕЖНЕВ». (16+)
  - 09.20 «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ». (16+)
  - 16.50 «ИКРА». (16+)
  - Сериал. Детектив, Россия, 2017 г.
  - 1979 год. В приморском городе, в рыбном порту при загадочных обстоятельствах погибает следователь ОБХСС Михаил Федоров. Его лучший друг и коллега Александр Костенко узнаёт о том, что гибель Федорова не была несчастным случаем. Он был сам берется за расследование, но неожиданно без объяснения причин его отстраняют.
  - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
  - 01.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
  - 02.40 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)

- ДОКТОР**
- 06.00, 11.55, 18.05, 23.55 О самом главном. Неврозы и чувство тревоги. (12+)
  - 06.50, 07.20 Истории болезней. (16+)
  - 07.50, 08.20, 13.50, 14.20, 01.20, 01.50 Будь в тонусе! (12+)
  - 08.45 О самом главном. Отёки. (12+)
  - 09.45, 10.15 Прозрение с доктором Шиловой. (12+)
  - 10.40, 02.45 Метод исследования. Заболевания волос. (12+)
  - 11.10 Наука сна. (12+)
  - 12.55 Теледоктор. Когда ребёнок не говорит. (12+)
  - 14.45 Скажите, доктор! Возможности амбулаторной хирургии. (12+)
  - 15.20 О самом главном. Как избежать цирроза? (12+)
  - 16.15, 16.45 Большой скачок. (12+)
  - 17.15 Невидимая власть микробов. (12+)
  - 19.00, 05.05 Без химии. Раны и ожоги. (12+)
  - 19.30, 05.30 Метод исследования. Заболевания кожи. (12+)
  - 20.00, 03.10 Медицинский репортёр. Правда о хлебе. (12+)
  - 20.30, 03.40 Клинический случай. Спасти Салтыкова-Щедрина. (12+)
  - 21.00 О самом главном. Двоение в глазах. (12+)
  - 22.00 Мир невыспавшихся людей. (12+)
  - 22.55, 23.25, 04.10, 04.35 Клинический случай. (12+)
  - 00.50 Скажите, доктор! Сон - основа здоровья. (12+)
  - 02.15 На приёме у косметолога. Волосы. (12+)

**VIASAT HISTORY**

- 06.05, 06.45 Музейные тайны. (16+)
- 07.30, 08.20 Боевые корабли. (12+)
- 09.10, 10.15 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 11.15 Забытые короли Теотиуакана. (12+)
- 12.15 Первые американцы. (12+)
- 13.05, 13.55 Очень странные экспонаты. (12+)
- 14.40, 15.35 Выдающиеся женщины. (12+)
- 16.30 Забытые королевства Центральной Америки: Между океанами и империями. (12+)
- 17.35 Забытые королевства Центральной Америки: Место, где началось время. (12+)
- 18.35 Патагонские захоронения. (12+)
- 19.35 Настоящий неандерталец. (12+)
- 20.30 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мумия и железная рука. (12+)
- 21.20 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)
- 22.05 Боевые корабли: Залив Лейте. (12+)
- 22.55 Боевые корабли: Штурмовые амфибии. (12+)
- 23.50, 00.40 Выдающиеся женщины. (12+)
- 01.35, 02.40 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
- 03.45, 04.30 Очень странные экспонаты. (12+)
- 05.20 Невероятные изобретения. (12+)

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

РОССИЯ К  
Культура



13.50 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00  
15.00 19.30 23.40 Новост  
сти культуры  
06.35 «Пешком...»  
07.05 Легенды мирового кино  
07.35 01.00 «Бастионы власти»  
08.35 18.45 Цвет времени  
**08.45 16.35 «ЛИЧНОЕ  
СЧАСТЬЕ»**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 00.00 ХХ век  
12.15 «Забытое ремесло»  
**12.30 22.15 «КЛУБ  
ЖЕНЩИН»**  
13.50 «Игра в бисер»  
14.30 История русского быта  
15.05 Новости. Книжки  
15.20 «Передвижники»  
15.50 «Сати. Нескучная клас  
сика...»  
17.50 01.55 К 160-летию  
Санкт-Петербургской  
консерватории  
19.00 «Жизнь замечательных  
идей»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 «Спокойной ночи,  
малыши!»  
20.50 Искусственный отбор  
21.30 «Белая студия»

ТВЦ



15.05 «АНАТОМИЯ  
УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение»  
08.20 «Доктор И...» (16+)  
**08.50 «Я ИДУ ТЕБЯ  
ИСКАТЬ-5».** (12+)  
10.40 01.25 «Актёрские судь  
бы». (12+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 Со  
бытия  
**11.50 «ЧЁРНАЯ МЕССА».**  
(12+)  
13.40 05.20 «Мой герой».  
(12+)  
14.50 Город новостей  
**15.05 03.15 «АНАТОМИЯ  
УБИЙСТВА».** (12+)  
16.55 00.45 Прощание. (16+)  
18.10 00.30 03.00 «Петровка,  
38». (16+)  
**18.20 «НЕКРАСИВАЯ  
ПОДРУЖКА».** (12+)  
22.40 «Закон и порядок».  
(16+)  
23.10 «Секс-бомбы со ста  
жем». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
02.05 «Екатерина Фурцева.  
Женщина в мужской  
игре». (12+)  
04.40 «Короли эпизода».  
(12+)

МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



10.05 Специальный репортаж.  
(12+)

06.00 «Есть тема!» (16+)  
07.00 10.00 12.55 16.20 22.30  
Новости  
07.05 14.20 21.45 00.25 Все  
на Матч!  
10.05 13.00 00.05 Специаль  
ный репортаж. (12+)  
10.25 16.25 Еврофутбол.  
Обзор. (0+)  
11.30 «Есть тема!»  
13.20 04.05 «Катар. Обрат  
ный отсчёт». (12+)  
16.55 Мини-футбол. «Си  
нара» - «Торпедо».  
Чемпионат России.  
PARI-Суперлига. Пря  
мая трансляция  
18.55 Хоккей. «Крылья Со  
ветов» - «СКА-1946».  
ОЛИМПЕТ Чемпионат  
МХЛ. Прямая транс  
ляция  
21.15 География спорта.  
(12+)  
22.35 Бильярд. «BetBoom  
Лига Чемпионов».  
Прямая трансляция  
01.05 Баскетбол. УНИКС -  
«ПАРМА-ПАРИ». Еди  
ная лига ВТБ. (0+)

СПБ  
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



12.40 «Петр Первый».  
(6+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Боль  
шой Утренний эфир.  
(16+)  
11.15 20.00 «Петербург - го  
род решений». (12+)  
12.10 «Пuls города». (12+)  
12.20 15.20 «Объясняем.  
СПб». (12+)  
12.40 «Петр Первый». (6+)  
13.15 «Такой футбол». (6+)  
13.50 «Промышленный  
клуб». (12+)  
14.15 Соль событий. (16+)  
14.20 «Зона Особого Внима  
ния». (16+)  
14.55 «Азбука петербуржца».  
(6+)  
15.40 Малые родины. (6+)  
**16.00 «КРИК СОВЫ».** (16+)  
19.15 22.25 «Бизнес-Петер  
бург». (12+)  
19.30 «Адаптация». (6+)  
21.00 «Недописанные мему  
ары». (6+)  
22.40 Степень защиты. (16+)  
22.50 «Фейкам - нет». (16+)  
**23.00 «ПРО ЛЮБОВЬ».** (16+)  
**01.15 «ИСКРЕННЕ ВАШ».**  
(16+)

СПБ  
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



23.40 «КОМАНДА 33».  
(12+)

06.00 «Новое утро». (12+)  
**09.00 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК».**  
(16+)  
10.20 «Такие странные». (16+)  
10.45 «Гидом - буду!» (12+)  
**11.15 «В ОТРАЖЕНИИ  
ТЕБЯ».** (12+)  
**13.15 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО».**  
(12+)  
15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный  
разговор». (6+)  
15.35 «Связь времён». (12+)  
**16.05 «ВЫ ВСЕ МЕНЯ  
БЕСИТЕ».** (16+)  
17.15 «Нюрнберг». (16+)  
**18.10 «ХУТОРЯНИН».** (12+)  
19.00 23.00 02.00 05.20  
«ЛЕНТВ24 Акценты».  
(12+)  
**19.40 04.25 «ШУЛЕР».** (16+)  
20.40 «Ступени Победы».  
(12+)  
**21.20 «ИСКУССТВЕННЫЙ  
ИНТЕЛЛЕКТ: ДОСТУП  
НЕОГРАНИЧЕН».** (16+)  
**23.40 «КОМАНДА 33».** (12+)  
01.10 «Нюрнберг». (16+)  
**02.40 «ОТДАМ ЖЕНУ В ХО  
РОШИЕ РУКИ».** (16+)

78  
78 КАНАЛ



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

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30  
10.00 10.30 13.00 23.00  
«Известия 78». (12+)  
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35  
10.10 10.35 «Полезное  
утро». (12+)  
11.00 «Начало дня». (12+)  
12.00 Хочу и буду. (16+)  
13.10 01.35 Телекурьер. (12+)  
14.00 17.00 22.00 «Происше  
ствия». (16+)  
14.30 18.45 «Невидимый  
фронт». (12+)  
15.00 16.00 Прогноз пого  
ды». (12+)  
15.05 «Середина дня». (12+)  
16.05 23.40 «Реальная по  
литика». (12+)  
17.30 «Другой Петербург».  
(16+)  
18.00 «Вечер трудного дня».  
(12+)  
19.15 21.50 «Болеем за на  
ших!» (12+)  
19.30 КХЛ. «СКА» - «Динамо».  
Прямая трансляция.  
(12+)  
22.15 02.15 «Итоги дня».  
(16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бу  
рёнка Даша». (0+)  
07.00 «С добрым утром, ма  
лыши!» (0+)  
07.30 «Монсики». (0+)  
08.00 «Ник-изобретатель».  
(0+)  
10.20 «Суперкрылья. Супер  
помощники». (0+)  
10.45 «Что в тарелке?». (0+)  
11.05 «Катя и Эф. Куда  
Угодно-Дверь». (0+)  
12.25 «Скай Блестерс». (6+)  
12.40 «Инфинити Надо». (6+)  
13.05 «Дикие скричеры!»  
(6+)  
14.00 «Навигатор. Новости».  
(0+)  
14.10 «Команда Флоры». (0+)  
16.00 «Кинди Кидс. Твои ве  
сельные подружки!» (0+)  
16.05 «Лео и Тиг». (0+)  
18.15 «Оранжевая корова».  
(0+)  
20.30 «Спокойной ночи, ма  
лыши!» (0+)  
20.45 «Кошечки-собачки».  
(0+)  
22.00 «Тобот. Детективы Га  
лактики». (6+)  
22.30 «Инфинити Надо». (6+)  
22.55 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.15 «Союзмультфильм»  
представляет: «Снежные  
дорожки». (0+)  
23.25 «Шайбу! Шайбу!» (0+)  
23.45 «Метеор на ринге». (0+)  
00.05 «Приходи на каток».  
(0+)  
00.15 «Смешарики. Пинкод».  
(6+)  
01.20 «Еда на ура. Рецепты».  
(0+)  
01.40 «Клео и Кукин». (0+)  
03.15 «Студия Каляки-Малы  
ки. Подделки». (0+)  
03.45 «Элла, Оскар и Шу».  
(0+)  
04.50 «Семья на ура! За  
втрак». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 Музыка на Канале  
Disney. (6+)  
05.15 «Чип и Дейл спешат  
на помощь». (6+)  
05.40 «Легенда о Тарзане»  
(субтитры). (6+)  
06.05 «Русалочка» (субти  
тры). (6+)  
06.25 «Аладдин» (субтитры).  
(0+)  
06.50 «Чудеса на виражах».  
(0+)  
07.10 «Тимон и Пумба» (суб  
титры). (6+)  
07.30 «Чип и Дейл спешат  
на помощь». (6+)  
07.55 «Город героев: Новая  
история». (6+)  
08.20 «Утиные истории». (6+)  
08.55 «Пес Пэт». (6+)  
09.00 Доброе утро с Микки.  
(0+)  
11.00 «Дог и Пони Супер  
хвост». (6+)  
11.30 «Леди Баг и Супер  
Кот». (6+)  
14.15 «Утиные истории». (6+)  
15.05 «Неудержимый жёл  
тый йети». (6+)  
15.40 «Гравити Фолз». (12+)  
16.30 «Леди Баг и Супер  
Кот». (6+)  
19.10 «Неудержимый жёл  
тый йети». (6+)  
19.30 «Феи: Загадка пират  
ского острова». (0+)  
20.50 «Феи: Легенда о чудо  
вище». (0+)  
Трогательная история  
дружбы между маленькой  
феей и громадным таин  
ственным существом.  
22.00 «Гравити Фолз». (12+)  
23.00 «Человек-Паук». (12+)  
23.55 «С приветом по плане  
там». (12+)  
02.05 «Звёздная принцесса  
и силы зла». (12+)  
04.20 Музыка на Канале  
Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.15, 05.55 «ЭЛЕМЕНТАР  
НО». (16+)  
06.40 «ЗАЩИТНИК». (16+)  
08.40 «ТРЕНЕР КАРТЕР». (12+)  
11.05 «ДЖЕРРИ МАГУАЙЕР».  
(16+)  
13.40 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА».  
(16+)  
15.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ГОЛУ  
БУЮ ЛАГУНУ». (16+)  
17.25, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАР  
НО». (16+)  
19.00 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ  
ПО ЖИЗНИ». (12+)  
США, 2006 г. В ролях: Адам  
Сэндлер, Кейт Бекинсейл,  
Кристофер Уокен, Дэвид  
Хассельхофф  
20.55 «СМЕШАННЫЕ». (12+)  
22.55 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВО  
ЛЕ». (12+)  
00.35 «ВЫЖИВШИЙ». (18+)  
03.05 «ИЗГОЙ». (12+)

РУССКОЕ КИНО

05.35 «Фиксики». (6+)  
06.35 «Пин-код». (6+)  
08.20 «Три кота». (6+)  
09.35 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕР  
ВОКЛАССНИКА». (6+)  
11.05 «ЗАВТРАКУ ПАПЫ». (12+)  
12.40 «ЯНА + ЯНКО». (12+)  
14.25 «ОДНОКЛАССНИЦЫ».  
(16+)  
15.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НО  
ВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)  
17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ  
ТИГРА». (16+)  
19.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ  
В СЕМЬЮ». (16+)  
21.05 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)  
22.50 «СУПЕРБОБРОВЫ. НА  
РОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)  
00.15 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО».  
(12+)  
02.00 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ».  
(12+)  
03.40 «ПАЛЬМА». (6+)

ДОМ КИНО

07.00 «Три кота». (6+)  
08.20 «Илья Муромец и Со  
ловей-Разбойник». Мульт  
фильм. (6+)  
09.50 «Добрыня Никитич и  
Змей Горыныч». Мульт  
фильм. (6+)  
11.00 «Алёша Попович и Туга  
рин Змей». Мультфильм. (6+)  
12.30 «Три богатыря и на  
следница престола».  
Мультфильм. (6+)  
14.00 «Три богатыря и Морской  
Царь». Мультфильм. (6+)  
15.25 «Кошеч. Похититель  
невест». Мультфильм. (6+)  
16.50 «СВАТЫ». (16+)  
23.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДА  
ЧИ!» (12+)  
01.15 «ВОЛШЕБНИК». (12+)  
02.35 «МЮБЫ». (16+)  
04.05 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)  
05.40 «ДЖУНГЛИ». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь».  
«Маша и Медведь. Маши  
ны Песенки». Мультсериалы.  
(0+)  
16.00, 16.50, 17.40, 18.20  
«ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субти  
тры). (16+)  
19.10, 20.00, 20.50, 21.30,  
22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕН  
НОЕ» (субтитры). (16+)  
23.05 Суббота! News 2022.  
(16+)  
23.20, 00.10 Богиня шопинга  
(субтитры). (16+)  
01.00, 01.40, 02.20 «ОТЧА  
ЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ».  
(16+)  
03.00 Барышня-крестьянка.  
(16+)  
03.45 «Смешарики». «Малы  
шарики. Умные песенки».  
Мультсериалы. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 Расскажи мне о Боге.  
(6+)  
05.40 «МАКСИМКА». (0+)  
07.00 Мультфильмы  
на СПАСЕ. (0+)  
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.  
(0+)  
10.30 Пилигрим. (6+)  
11.20 Русский мир. (12+)  
12.30 Парсуна. С Владими  
ром Легойдой. (6+)  
13.30, 14.00, 14.30 Мона  
стырская кухня. (0+)  
15.00 Паисий Святогорец. Се  
мейная жизнь. Фильм 3.  
О родителях. (0+)  
15.35 Паисий Святогорец. Се  
мейная жизнь. Фильм 4.  
О воспитании детей. (0+)

16.05, 17.35, 19.10 «ДОЛГАЯ  
ДОРОГА В ДЮНАХ». 1-3 се  
рии. (12+)  
Сериал. СССР, 1980 г. В ро  
лях: Лилита Озолина, Юо  
зас Киселюс  
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)  
22.45 Прямая линия. Ответ  
священника (субтитры).  
(12+)  
23.15 Мы есть. (16+)  
23.45 Служба спасения  
семьи. (16+)  
00.45 День Патриарха. (0+)  
01.00 Дорога. (0+)  
01.55 Пилигрим. (6+)  
02.40 Физики и клирики.  
(0+)  
03.10 Встреча. (12+)  
04.05 Прямая линия. Ответ  
священника (субтитры).  
(12+)

Православный календарь

15 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Мчч. Акиндина, Пигасия, Аффония,  
Елпидифора, Анемподиста  
и иже с ними.



Прп. Маркиана Кири  
нейского. Сщмчч. Кон  
стантина и Анании пре  
свитеров. Шуйской-  
Смоленской иконы  
Божией Матери.  
Поста нет.

«Вера во Христа – не то только, что  
бы заботиться о приятностях жизни,  
но и то, чтобы терпеливо и благодушно пе  
реносить всякое находящее искушение, в  
печалях, скорбях и неприятных случай  
ностях, пока Он явит нам милость Свою».  
Свт. Иоанн Златоуст

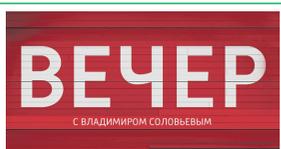
**1** ПЕРВЫЙ



09.55 «Жить здорово!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР»: НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

**РОССИЯ 1** РОССИЯ



22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 20.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «БАРЕНЦЕВО МОРЕ». (16+)
- Сабуров отстраняет Елену от оперативной работы. Была перехвачена шифровка от диверсантов Лаури. Им нужна взрывчатка - это краугольный камень всей операции. Но где и как они её получат, если город и море перекрыты?
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «МОРОЗОВА». (16+)

**НТВ**



22.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 19.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «СПЕЦБАТ». (16+)
- 22.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 00.20 «Англия - Россия. Коварство без любви». «Крым и Корона». (16+)
- 01.20 «ЗВЕРБОЙ». (16+)

**СТС** СТС



08.00 «КОРНИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.35 «Драконы. Гонки страшных. Начало». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «КОРНИ». (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 10.10 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 13.00 «КУХНЯ». (16+)
- 18.30 «КОРНИ». (16+)
- 20.00 «СОНИК В КИНО». (6+)
- 22.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)
- Питеру Паркеру приходится жить сложной жизнью - останавливать преступников и готовиться к выпускным экзаменам в школе.
- 00.45 «ДЕВОЧКИ НЕ СДАЮТСЯ». (16+)
- 02.35 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)

**ТНТ** ТНТ



07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

- 07.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 14.00 «Женский Клуб». (16+)
- 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 18.15 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
- 20.00 «ОТПУСК». (16+)
- 21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- Саламатин, Жилин и Макаров проходят квест, сюжет которого очень сильно напоминает им свою работу. Попова, чтобы решить свои проблемы, просит Дежурного прикинуться Макаровым, но для решения нужен еще человек, который исполнит роль Саламатина.
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «ЖЕНИХ». (12+)
- 01.20 «Ты\_Топ-модель на ТНТ». (16+)
- 02.30 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл». (16+)

**REN**



07.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 06.00 18.00 01.55 «Самые шокирующие гипотезы». (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 02.45 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2». (16+)
- 22.15 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (16+)

**5** 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «СОЛДАТИК». (6+)
- 06.50 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.25 «СЛЕД». (16+)
- 22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 01.05 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 13.20 15.05 «ТРАССА». (16+)
- 17.35 «Москва - фронту». (16+)
- 18.50 «Оружие холодной войны». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (16+)

**ТВ-3** ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 17.20 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 19.30 «ГРИММ». (16+)
- 22.15 «ЭПИДЕМИЯ». (16+)
- 23.15 «ДЕЛО РИЧАРДА ДЖУЭЛЛА». (18+)
- Фильм рассказывает историю охранника на Олимпийских играх по имени Ричард Джуэлл. Заметив сумку со взрывным устройством, он успевает эвакуировать людей.
- ЧЕ!
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
- Комедийный сериал «Солдаты» повествует о трудных солдатских буднях, дружбе, вражде и даже дедовщине.
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.40 Давай разведёмся! (16+)
- 09.45 Тест на отцовство. (16+)
- 12.00 01.15 «Понять. Простить». (16+)
- 13.10 23.20 «Порча». (16+)
- 13.40 00.25 «Знахарка». (16+)
- 14.15 00.50 «Верну любимого». (16+)
- 14.50 «ПО ТУ СТОРОНУ СОЛНЦА». (16+)
- 19.00 «ПРОЗРЕНИЕ». (16+)
- 02.05 «ВОСТОК-ЗАПАД». (16+)
- ОТР
- 06.35 10.10 18.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 11.30 «Большая страна: территория тайн». (12+)
- 11.45 «ДОЛГАЯ СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.10 23.05 «ТАЙНЫ ГОРОДА ЭН». (12+)
- 16.10 00.00 «Петербург космический». (12+)
- 17.45 00.45 «Отчий дом». (12+)
- 21.00 «ШАПКА». (12+)
- 22.25 «На приёме у главного врача». (12+)
- 01.00 «Свет и тени». (12+)
- 01.30 ОТРажение. (12+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- | МИР   | ПОБЕДА   | ДОКТОР   | VIASAT HISTORY  |
|---|--|--|---|
| 05.00, 04.45 Мультфильмы. (6+)                      | 04.30 «Путь к Победе». (16+)   | 06.00, 12.00, 18.15, 23.35 О самом главном. Экспресс-диеты. (12+)    | 06.15 Невероятные изобретения. (12+)  |
| 05.25, 10.10 «ГАИШНИКИ-2». (16+)                    | 05.30 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)  | 06.50 Теледоктор. Когда ребёнок не говорит. (12+)                    | 06.40 Музейные тайны: Рыбный дождь. (12+)   |
| 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости                  | 07.40 «УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)   | 07.50, 08.20, 13.50, 14.20, 00.55, 01.25 Будь в тонусе! (12+)        | 07.20, 08.10 Боевые корабли. (12+)  |
| 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)   | 15.00 «КРИК СОВЫ». (16+)   | 08.45 О самом главном. Как избежать цирроза? (12+)                   | 09.05, 10.05 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)   |
| 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) | 1957 год, время хрущёвской «оттепели». Гордож Оксфордской области сотрясает череда дерзких преступлений. При стычке бандитов с правоохранительными органами тяжело ранен один из лучших сотрудников местной милиции - капитан Юрий Сиротин. В бесознательном состоянии он разговаривает по-немецки, что приводит к служебному расследованию. | 09.45, 10.15 Большой скачок. (12+)                                   | 11.10 Патагонские захоронения. (12+)  |
| 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)           | 23.59 «Путь к Победе». (16+)   | 10.40 На приёме у косметолога. Волосы. (12+)                         | 12.10 Настоящий неандерталец. (12+)   |
| 17.05 Мировое соглашение. (16+)                     | 01.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...». (16+)   | 11.10 Невидимая власть микробов. (12+)                               | 13.05, 13.50 Очень странные экспонаты. (12+)  |
| 18.50, 19.30, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)   | 02.50 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)  | 12.55 Без химии. (12+)   | 14.40 Пропавшие миллионы Грей Келли. (12+)  |
| 20.50 Слабое звено. (12+)                           |  | 13.25 Метод исследования. Заболевания кожи. (12+)                    | 15.30 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)   |
| 21.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)                  |  | 14.45 Скажите, доктор! Питание должителей. (12+)                     | 16.30, 17.35 Забытые королевства Южной Америки. (12+)   |
| 22.35 «МЕЧ-2». (16+)                                |  | 15.20 О самом главном. Двоение в глазах. (12+)                       | 18.40 Древний Египет - хроники империи. (12+)   |
| Сериал. Россия, 2014 г.                             |  | 16.20 Медицинский репортёр. Правда о хлебе. (12+)                    | 19.35 Тайны мушкетёров. (12+)   |
| 01.05 Наше кино. История большой любви. (12+)       |  | 16.50 Клинический случай. (12+)                                      | 20.35 Очень странные экспонаты: Немецкие коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+)                    |
| 01.30 «УЧИТЕЛЬ». (0+)                               |  | 17.20 Мир невысказанных людей. (12+)                                 | 21.20 Очень странные экспонаты: Монета викингов, древний диск и мертвая девочка, которая спасла миллионы. (12+) |
| 03.10 «РАЗВОД». (16+)                               |  | 19.15, 05.15 Медицинский квест. Сколиоз. (12+)                       | 22.10 Линии фронта: Мидуэй. (12+)   |
|   |  | 20.05, 02.40 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+) | 23.05 Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)  |
|   |  | 20.55 О самом главном. Инсульт. (12+)                                | 00.00 Пропавшие миллионы Грей Келли. (12+)  |
|   |  | 21.55 Прошу Вашей руки и генов. (12+)                                | 00.50 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)   |
|   |  | 22.45, 03.30 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+)          | 01.55, 03.00 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)   |
|   |  | 00.30 Скажите, доктор! Гипертония. (12+)                             | 04.00, 04.50 Очень странные экспонаты. (12+)  |
|   |  | 01.55 Медицинский квест. Астма. (12+)                                |   |
|   |  | 04.15 На приёме у психолога. Дружба. (12+)                           |   |
|   |  | 04.45 Психология. (12+)  |   |

РОССИЯ К  
Культура



06.35 «Пешком...»

06.35 «Пешком...»  
07.30 08.30 10.00 15.00 19.30  
Новости культуры  
08.35 18.45 Цвет времени  
**08.45 16.35 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 00.00 XX век  
12.20 «Забывшее ремесло»  
**12.35 22.15 «ЗАПОМНИТЕ МЕНЯ ТАКОЙ»**  
13.45 Эпизоды  
14.30 История русского быта  
15.05 Новости. Кино  
15.20 «Библейский сюжет»  
15.50 «Белая студия»  
17.50 02.05 К 160-летию  
Санкт-Петербургской  
консерватории  
19.00 «Жизнь замечатель-  
ных идей»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 «Спокойной ночи,  
малыши!»  
20.50 Абсолютный слух  
21.30 «Острова»  
23.20 «Первые в мире»  
01.10 «Великая французская  
революция»

ТВЦ



13.40 «Мой герой».  
(12+)

06.00 «Настроение»  
08.20 «Доктор И...» (16+)  
**08.55 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6».** (12+)  
10.40 00.45 «Актёрские судь-  
бы». (12+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 Со-  
бытия  
**11.50 «КУКОЛЬНЫЙ ДОМИК».** (12+)  
13.40 05.20 «Мой герой».  
(12+)  
14.50 Город новостей  
**15.05 03.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА».** (12+)  
16.55 Прощание. (16+)  
18.10 00.30 03.00 «Петровка,  
38». (16+)  
**18.25 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА».** (12+)  
22.40 «Хватит слухов!» (16+)  
23.10 Хроники московского  
быта. (16+)  
00.00 События. 25-й час  
01.25 «Знак качества». (16+)  
02.05 «Григорий Бедоносец».  
(12+)  
04.40 «Короли эпизода».  
(12+)  
05.55 Перерыв в вещании

МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



07.05 Все на Матч!

06.00 «Есть тема!» (16+)  
07.00 10.00 12.55 14.50 17.50  
22.30 Новости  
07.05 14.20 17.15 20.00 00.05  
Все на Матч!  
10.05 13.00 02.45 Специа-  
льный репортаж. (12+)  
10.25 Смешанные единобор-  
ства. (16+)  
11.30 «Есть тема!»  
13.20 04.05 «Катар. Обрат-  
ный отсчёт». (12+)  
14.55 Хоккей. Молодёжная  
сборная России -  
Молодёжная сборная  
Белоруссии. «Лига  
Ставок Кубок Будуще-  
го». Прямая транс-  
ляция  
17.55 Футбол. «Факел» - «Зе-  
нит». FONBET Кубок  
России. Прямая транс-  
ляция  
20.25 Баскетбол. «Локомо-  
тив-Кубань» - «Зенит».  
Единая лига ВТБ.  
Прямая трансляция  
22.35 Бильярд. «BetBoom  
Лига Чемпионов».  
Прямая трансляция

СПБ  
ПУЛЬС  
Города



12.10 «Пульс города».  
(12+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Боль-  
шой Утренний эфир.  
(16+)  
11.15 20.00 «Петербург - го-  
род решений». (12+)  
12.10 «Пульс города». (12+)  
12.20 15.20 «Объясняем.  
СПБ». (12+)  
**12.40 13.15 «ИСКРЕННЕ  
ВАШ».** (16+)  
14.35 «Путешествие к сердцу  
дворцов». (0+)  
15.40 Малые родины. (6+)  
**16.00 «КРИК СОВЫ».** (16+)  
19.15 22.25 «Бизнес-Петер-  
бург». (12+)  
19.30 «Губернаторский кон-  
троль». (6+)  
21.00 «Легендарные земля-  
ки». (12+)  
22.40 02.40 Степень защиты.  
(16+)  
22.50 «Пояснительная брига-  
да». (16+)  
22.55 «Театральная гостиная  
Рудольфа Фурмано-  
ва». (16+)  
**00.40 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ  
ХУДОЖНИКА».** (16+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



21.25 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!»  
(16+)

06.00 «Новое утро». (12+)  
**09.00 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК».**  
(16+)  
10.20 04.00 «Такие стран-  
ные». (16+)  
10.45 «Гидом - буду!» (12+)  
**11.15 «ИЩИТЕ МАМУ».** (16+)  
**13.15 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО».**  
(12+)  
15.15 «ЛентТВ24 Актуальный  
разговор». (6+)  
15.35 «Связь времён. Исто-  
рия доброй воли».  
(12+)  
**16.05 «ВЫ ВСЕ МЕНЯ  
БЕСИТЕ».** (16+)  
17.15 01.10 «Нюрнберг».  
(16+)  
**18.10 «ХУТОРЯНИН».** (12+)  
19.00 23.00 02.00 «ЛентТВ24  
Акценты». (12+)  
**19.40 04.25 «ФАРЦА».** (16+)  
20.35 «Возмездие. После  
Нюрнберга». (12+)  
**21.25 «С ВЕЩАМИ  
НА ВЫЛЕТ!»** (16+)  
**23.40 «ОТДАМ ЖЕНУ  
В ХОРОШИЕ РУКИ».**  
(16+)

78 78 КАНАЛ



07.35 «Полезное утро».  
(12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30  
10.00 10.30 13.00 20.00  
21.00 23.00 «Известия  
78». (12+)  
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35  
10.10 10.35 «Полезное  
утро». (12+)  
11.00 «Начало дня». (12+)  
12.00 23.40 Хочу и буду. (16+)  
13.10 02.20 Телекурвер. (12+)  
14.00 17.00 22.00 «Происше-  
ствия». (16+)  
14.30 «Невидимый фронт».  
(12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 Прогноз погоды». (12+)  
16.05 00.40 «Реальная по-  
литика». (12+)  
17.30 «Другой Петербург».  
(16+)  
18.00 «Вечер трудного дня».  
(12+)  
19.00 «Интервидение». (12+)  
20.10 01.35 «Открытая сту-  
дия». (12+)  
21.10 22.15 03.55 «Итоги  
дня». (16+)  
05.20 «Внеклассное чтение  
78». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бар-  
боскины». (0+)  
07.00 «С добрым утром, ма-  
лыши!» (0+)  
07.30 «Монскики». (0+)  
08.00 «Зебра в клеточку».  
(0+)  
Добрый музыкальный  
мультисериял про приклю-  
чения зверей. О том, что  
все мы разные, и поэтому  
нам так интересно дру-  
жить и общаться!  
10.20 «Суперкрылья. Супер-  
помощники». (0+)  
10.45 «Игра с умом». (0+)  
11.05 «Катя и Эф. Куда-  
Угодно-Дверь». (0+)  
12.25 «Скай Блестеры». (6+)  
12.40 «Инфинити Надо». (6+)  
13.05 «Дикие скричеры!»  
(6+)  
14.00 «Навигатор. Новости».  
(0+)  
14.10 «Гризли и лемминги».  
(6+)  
16.00 «Кинди Кидс. Твои ве-  
сельные подружки!» (0+)  
16.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.15 «Шаревны». (0+)  
20.30 «Спокойной ночи, ма-  
лыши!» (0+)  
20.45 «Геройчики». (0+)  
22.00 «Тобот. Детективы Га-  
лактики». (6+)  
22.30 «Инфинити Надо». (6+)  
22.55 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.15 «Союзмультфильм»  
представляет: «Дикие ле-  
беди». (0+)  
00.15 «Смешарики. Пинкод».  
(6+)  
01.20 «Еда на ура. Рецепты».  
(0+)  
01.40 «Клео и Кукин». (0+)  
03.15 «Студия Каляки-Малы-  
ки. Поделки». (0+)  
03.45 «Элла, Оскар и Шу». (0+)  
04.50 «Семья на ура! За-  
втрак». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 Музыка на Канале  
Disney. (6+)  
05.15 «Чип и Дейл спешат  
на помощь». (6+)  
05.40 «Легенда о Тарзане»  
(субтитры). (6+)  
06.05 «Русалочка» (субти-  
тры). (6+)  
06.25 «Аладдин» (субтитры).  
(0+)  
06.50 «Чудеса на виражах».  
(0+)  
07.10 «Тимон и Пумба» (суб-  
титры). (6+)  
07.30 «Чип и Дейл спешат  
на помощь». (6+)  
07.55 «Город героев: Новая  
история». (6+)  
08.20 «Утиные истории». (6+)  
08.55 «Пёс Пэт». (6+)  
09.00 Доброе утро с Микки.  
(0+)  
11.00 «Дог и Пони Супер-  
хвост». (6+)  
11.30 «Леди Баг и Супер-  
Кот». (6+)  
14.15 «Утиные истории». (6+)  
15.05 «Неудержимый жёл-  
тый йети». (6+)  
15.40 «Гравити Фолз». (12+)  
16.30 «Леди Баг и Супер-  
Кот». (6+)  
19.10 «Неудержимый жёл-  
тый йети». (6+)  
19.30 «Принцесса и лягуш-  
ка». (0+)  
Доброе пожаловать в мир  
принцессы Тианы! Здесь  
вас ждут говорящие ля-  
гушки, поющие аллигаторы  
и страдающие от неразде-  
ленных чувств светлячки.  
21.15 «Гравити Фолз». (12+)  
23.00 «Человек-Паук». (12+)  
23.55 «Звёздная принцесса  
и силы зла». (12+)  
02.05 «Отель Трансильва-  
ния». (12+)  
04.20 Музыка на Канале  
Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.30, 06.05 «ЭЛЕМЕНТАР-  
НО». (16+)  
06.55 «СМЕШАННЫЕ». (12+)  
08.55 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВО-  
ЛЕ». (12+)  
10.30 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ  
ПО ЖИЗНИ». (12+)  
12.25 «ИЗГОЙ». (12+)  
15.00 «КАПИТАН ФИЛЛИПС».  
(16+)  
17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАР-  
НО». (16+)  
19.00 «ИНТУИЦИЯ». (12+)  
США, 2001 г. В ролях: Джон  
Кьюсак, Кейт Бекинсейл  
20.35 «ДОМ У ОЗЕРА». (12+)  
22.25 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУ-  
ЩЕГО». (16+)  
00.30 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ».  
(16+)  
02.00 «КОМНАТА СТРАХА».  
(16+)  
03.50 «ЗАБЫТОЕ». (16+)

РУССКОЕ КИНО

05.30 «Фиксики». (6+)  
06.15 «Пин-код». (6+)  
07.10 «Три кота». (6+)  
08.05 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)  
09.40 «СУПЕРБОБРОВЫ. НА-  
РОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)  
11.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ  
В СЕМЬЮ». (16+)  
13.15 «ПАЛЬМА». (6+)  
15.15 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО».  
(12+)  
17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ  
ТИГРА». (16+)  
19.00 «СЧАСТЬЕ! ЗДОРОВЬЯ!»  
(16+)  
20.25 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕН-  
ТИНА». (16+)  
22.30 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ».  
(12+)  
00.05 «LOVE». (18+)  
01.35 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)  
03.00 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ».  
(12+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.50 «ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ».  
(6+)  
Комедия, США, 2009 г.  
02.25 «ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ЧУВАК».  
(16+)  
04.10 «СБРОСЬ МАМУ С ПОЕЗ-  
ДА». (12+)  
05.45 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕН-  
НЫЙ». (16+)  
07.40 «КОСТОЛОМ». (16+)  
09.35 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (6+)  
12.00 «КОНВОИРЫ». (16+)  
13.50 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧИЕ НЕ-  
ПРИЯТНОСТИ». (16+)  
15.40 «ГОСПОЖА ГОРНИЧ-  
НАЯ». (12+)  
17.35 «ДИКАЯ ПАРОЧКА».  
(16+)  
19.30 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ  
ГНОМОВ». (12+)  
21.20 «ВЫШИБАЛА». (18+)  
23.00 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИ-  
ЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)

МОСФИЛЬМ

07.30, 08.00 Мультфильмы.  
(0+)  
07.45 Мультфильм. (6+)  
08.05 «СВАТОВСТВО ГУСАРА».  
(12+)  
09.25 «ТАБОР УХОДИТ В НЕ-  
БО». (16+)  
11.10 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)  
12.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ».  
(12+)  
14.35 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)  
16.20 «ОПЕРАЦИЯ «ВЫ!» И ДРУ-  
ГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИ-  
КА». (12+)  
18.00, 04.00 «ТАЙНЫ СЛЕД-  
СТВИЯ-3». (16+)  
19.45 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕН-  
ТА». (16+)  
21.30 «ПАЛАТА № 6». (16+)  
23.05 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+)  
01.00 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ,  
ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)  
02.35 «ЗВЕРЬ». (16+)

ДОМ КИНО

07.00 «Три кота». Мультсери-  
ал. (6+)  
07.55 «Бука. Моё любимое чу-  
дище». Мультфильм. (6+)  
09.40 «Три богатыря и конь на  
троне». Мультфильм. (6+)  
11.20 «Три богатыря и Ша-  
маханская царица». Мульт-  
фильм. (12+)  
12.45 «Три богатыря и принце-  
са Египта». Мультфильм. (6+)  
14.05 «Три богатыря. Ход ко-  
нём». Мультфильм. (6+)  
15.25 «Конь Юлий и большие  
скачки». Мультфильм. (6+)  
16.50 «СВАТЫ». (16+)  
23.30 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВ-  
НИК». (16+)  
01.10 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИ-  
КИ». (16+)  
03.00 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ».  
(16+)  
04.50 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00,  
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН  
ДЕНЬ». (12+)  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00,  
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬ-  
НОЕ КОЛЬЦО». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА  
ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)  
13.00, 21.00 «ЗАПРЕТНАЯ  
ЛЮБОВЬ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ПОД  
БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ».  
(16+)  
15.00, 23.00 «ПРИИСК-2».  
(16+)  
05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ».  
(16+)  
07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)  
Сериал. Детектив, Россия,  
2014 г. В ролях: Карина  
Андоленко, Алексей Деми-  
дов, Михаил Пшеничный,  
Константин Юшкевич

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь»,  
«Маша и Медведь. Машины  
Песенки», «Машины сказ-  
ки». Мультсериалы. (0+)  
16.00, 16.50, 17.40, 18.20  
«ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субти-  
тры). (16+)  
19.20, 20.00, 20.40, 21.30,  
22.20 «СВЕРХЪЕСТВЕН-  
НОЕ» (субтитры). (16+)  
23.05 Суббота! News 2022.  
(16+)  
23.20 Богиня шопинга (субти-  
тры). (16+)  
00.20 Богиня шопинга. (16+)  
01.10, 01.50, 02.30 «ОТЧА-  
ЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ».  
(16+)  
03.10 Барышня-крестьянка.  
(16+)  
03.55 «Смешарики», «Малы-  
шарики. Умные песенки».  
Мультсериалы. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

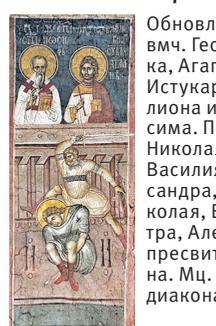
СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ».  
(0+)  
06.50 Мультфильмы  
на СПАСЕ. (0+)  
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.  
(0+)  
10.30 Дом священника.  
Цикл: Русские праведники.  
(0+)  
11.05 Следы империи. (16+)  
12.45 Шипок. (12+)  
13.15 Лица Церкви. (6+)  
13.30, 14.00, 14.30 Мона-  
стырская кухня. (0+)  
15.00 Мы есть. (16+)  
15.35 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ  
ВЕРЕСЕНЬ». (12+)  
СССР, 1977 г.

17.35, 18.55 «ДОЛГАЯ ДО-  
РОГА В ДЮНАХ». 3-4 се-  
рии. (12+)  
Сериал. СССР, 1980 г.  
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)  
22.45 Прямая линия. Ответ  
священника (субтитры).  
(12+)  
23.15 Святые из медблока.  
(16+)  
23.45 Следы империи. (16+)  
01.15 День Патриарха. (0+)  
01.30 Двенадцать. (12+)  
02.00 Расскажи мне о Боге.  
(6+)  
02.30 Лица Церкви. (6+)  
02.45 Физики и клирики.  
(0+)  
03.10 Встреча. (12+)  
04.05 Прямая линия. Ответ  
священника (субтитры).  
(12+)

Православный календарь

16 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Мчч. Акепсима еп., Иосифа пресвитера  
и Аифала диакона.



Обновление (освящение) храма  
вмч. Георгия в Лидде. Мчч. Атика,  
Агапия, Евдокия, Катерия,  
Истукария, Пактовыя, Никтопо-  
лиона и дружныы их. Прп. Акепси-  
ма. Прав. Снандулии. Сщмч.  
Николая и мчч. Павла. Сщмчч.  
Василия, Петра, Василия, Алек-  
сандра, Владимира, Сергия, Ни-  
колая, Викентия, Иоанна, Пе-  
тра, Александра, Павла, Космы  
пресвитеров и Симеона диако-  
на. Мчч. Евдокии. Сщмчч. Сергия  
диакона.

Постный день.

«Общество людей без веры в Бога и  
бессмертие души – это почти стадо ди-  
ких зверей, хотя и одаренных разумом, ко-  
торые всегда готовы терзать и истреблять друг  
друга».

Митр. Макарий Московский

КРОССВОРД

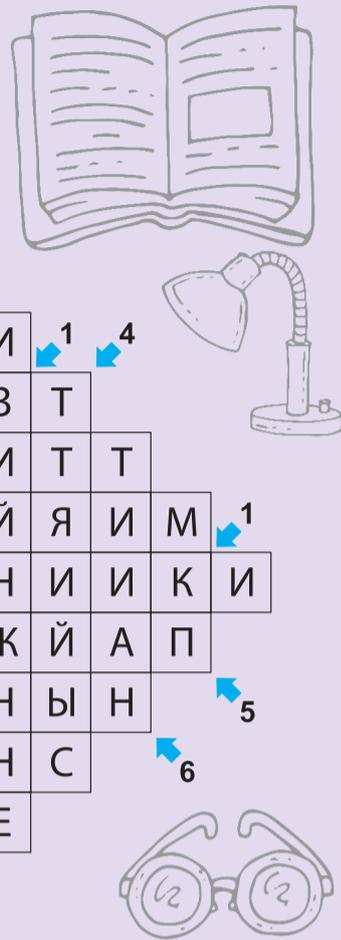
Разгадайте в головоломке афоризм нобелевского лауреата 1954 года Альберта Швейцера (53 буквы).  
Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

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 рядух;
- 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 попробуйте понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

7 1 7 5 7  
П П О Э Д  
6 5  
Е М В Е Д Р О  
4 5  
Л Т И Й Н И Н В Ы  
4  
Д Л Е Л Д Й Ю Ы Э Н Т  
Й Ч О А П К Т Ы И Я М И И  
1 4  
А Й К Р Ц У О О А Х И М М З Т  
3 9  
З У М Т С Т О К С Г Т И О Н И Т Т  
В Ц З О С Н О Ы Е К В П У У В Й Я И М  
1  
В Л С П Т О Р Т Е П М П Л З Е Й Н И И К И  
5  
Н Г А Л О Й Я Н З Ы К В Т Р Й Ж Й А П  
5 9  
К Н О М С Ц О Ы З О Н З А Л Н Ы Н  
6  
Г Л И О И У З В Ы С Т Т З Н С  
6  
О И М А У Р И П Д Й З О Е  
6  
В Б Р И Е Й И Б Ч Д Т  
3 0  
И А У Л У Р Х У А  
5 6  
П Л З К Ч Р О  
2 3  
М П И И Й



Ответ на задание в № 44:  
**Роберт Шуман: «Призвание художника – озарять светом глубины человеческой души».**

ХРОНОЛОГИКА

СЕРИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ

Серия специальных выпусков журналов о здоровье. Справочники «Здоровье. Остеохондроз», «Здоровье. Головные боли» и «Здоровье. Гастрит и язва» — это настоящий кладезь самой актуальной и полезной информации о том, что волнует всех и каждого:

- почему болит голова, если не поел;
- как правильно поднимать тяжести и вставать с постели, если ноет спина;
- правда ли, что любовь к апельсинам может стать причиной гастрита;

В НОВЫХ ВЫПУСКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- как справиться с приступом гастрита, мигрени, люмбаго и при этом не навредить себе;
- на какие симптомы нужно обращать внимание и не игнорировать обращение к врачу;
- диетотерапия головных болей, проблем с позвоночником и заболеваний желудка + рецепты блюд на каждый день;
- проверенные рецепты народной медицины.

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

**OZON** **WILDBERRIES**  
ozon.ru<sup>1</sup> и wildberries.ru<sup>2</sup>

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование журнала: ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ спецвыпуск

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

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере.
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон.
- ✓ Советы по приготовлению.
- ✓ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни.
- ✓ Секреты национальных приправ.
- ✓ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд.

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 11 НОЯБРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

**OZON** **WILDBERRIES**  
ozon.ru<sup>1</sup> wildberries.ru<sup>2</sup>

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: журнал Домашний повар Кухни народов мира

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

Макароны – это не только практически идеальный гарнир, но и отличный «строительный материал» для запеканок, супов и других блюд.

**М**акароны прекрасно сочетаются с любым соусом, а также хороши как в горячем, так и в холодном виде, что делает их весьма подходящим ингредиентом для салатов. Родиной макарон считается Италия, а точнее – Сицилия, где они появились в своем классическом виде в Средние века. Однако древнейшие макаронные изделия обнаружены на территории современного Китая – им около 4000 лет. Вплоть до XIX века макароны изготавливались исключительно вручную: тесто очень тонко раскатывали, нарезали длинными полосками, а затем сушили на солнце. Но изобретенная в 1819 году в Италии же машина для изготовления макарон позволила выпускать их в промышленных количествах. Кстати, Италия – одна из немногих стран, в которых макароны подаются как самостоятельное блюдо, добавляя к ним лишь различные соусы.

## Детали

Все-го в мире существует от 400 до 600 разных видов макарон, точное количество подсчитать невозможно.

### Удачная шутка

1 апреля 1957 года одна весьма серьезная телекомпания показала сюжет о «передовом достижении сельского хозяйства»: крестьяне собирали в поле... макароны. А диктор за кадром с восхищением рассказывал, что в результате упорной работы селекционерам удалось наконец вывести сорт макарон, который дает урожай одинаковой длины. Шутка удалась: впечатленные телезрители завалили редакцию письмами с просьбой рассказать, где можно приобрести рассаду этих чудесных макарон.



Клиент обращается к официанту:  
– Что вы мне принесли? Я заказывал морепродукты!  
– Ну так я вам их и принёс: макароны по-флотски.



# любимые МАКАРОНЫ

## Салат с рыбой и свеклой



Норвежская кухня. На 4 персоны  
Калорийность (на 100 г): 142 ккал

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 120 г рыбы г/к ■ 100 г мелких макарон ■ 1 свекла ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 2 ст. л. растительного (оливкового) масла ■ 1 ст. л. винного уксуса ■ 1 ч. л. дижонской горчицы ■ соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Свеклу запечь до готовности в духовке или сварить, дать полностью остыть, нарезать небольшими ломтиками.
- 2** Рыбу очистить от костей и кожи, разобрать на небольшие кусочки.
- 3** Макароны (бантики, рожки, ракушки и т.п.) сварить в подсоленной воде до состояния альденте.
- 4** Чеснок очень мелко нарубить. Сделать соус: соединить масло, уксус и горчицу, взбить до состояния эмульсии, добавить чеснок, перемешать.
- 5** Соединить все ингредиенты, заправить соусом, перемешать.



## Куриный суп с макаронами



Итальянская кухня. На 4 персоны  
Калорийность (на 100 г): 67 ккал

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г куриного мяса (мякоть бедра, грудка и т.п.) ■ 150 г мелких макарон ■ 1 белая луковица ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 20 г кедровых орехов ■ пучок базилика ■ пучок петрушки ■ растительное (оливковое) масло ■ 2 ч. л. бальзамического уксуса ■ 70 г твердого сыра ■ 1,5 л овощного бульона (или воды)

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Мясо нарезать небольшими кусочками, лук – полукольцами. В кастрюле с толстым дном обжарить лук, добавить бальзамический уксус и куриное мясо, жарить до готовности мяса.
- 2** Влить в кастрюлю горячий бульон, довести до кипения, добавить макароны, варить, помешивая, до состояния альденте.
- 3** Сделать соус песто: всю зелень, чеснок и сыр нарезать, сложить в блендер, добавить орехи и 100 мл растительного масла, взбить.
- 4** При подаче в каждую тарелку положить по 1-2 ст. л. песто.

## Макароны по-флотски



Русская кухня. На 4 персоны  
Калорийность (на 100 г): 197 ккал

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 450 г мясного фарша ■ 250 г макарон ■ 1 луковица ■ 1 зубчик чеснока ■ 1,5 ст. л. томатной пасты ■ 1 ст. л. растительного масла ■ 80 г тертого сыра ■ молотый черный перец ■ соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Лук нарезать мелкими кубиками, чеснок мелко порубить.
- 2** Лук и чеснок обжарить на масле (2-3 минуты). Добавить фарш, жарить, помешивая, 10-12 минут.
- 3** Добавить томатную пасту, перемешать, жарить 2 минуты.
- 4** Влить 100 мл горячей воды, перемешать, готовить 5 минут.
- 5** Одновременно сварить макароны в подсоленной воде согласно инструкции на упаковке.
- 6** Содержимое сковороды посолить, поперчить, добавить макароны, еще раз перемешать, через 5 минут снять с огня.
- 7** При подаче посыпать тертым сыром.



## Суфле с макаронами



Американская кухня. На 4 персоны  
Калорийность (на 100 г): 650 ккал

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

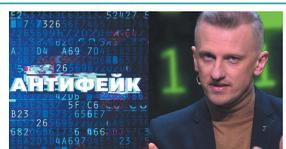
- 150 г мелких макарон ■ 3 яйца ■ 1,5 стакана тертого сыра ■ 1 стакан панировочных сухарей ■ 300 мл молока ■ 80 г сливочного масла ■ 1 лук-шалот ■ 1 ст. л. рубленой петрушки ■ острый перец ■ соль

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Лук натереть на терке, масло растопить.
- 2** Макароны сварить в подсоленной воде до готовности. Отделить желтки от белков, взбить с солью.
- 3** Молоко нагреть до кипения, снять с огня, всыпать сухари и, когда они разбухнут, добавить тертый сыр; накрыть емкость с молоком крышкой и дать сыру полностью растаять.
- 4** Добавить макароны, желтки, лук, петрушку, растопленное масло, перец, перемешать. Белки взбить, ввести в полученную смесь; выложить все в форму для запекания.
- 5** Запекать в разогретой до 180 градусов духовке до золотистой корочки (около 35 минут).

Светлана ИВАНОВА

**1 ПЕРВЫЙ**



09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР»: НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «БАРЕНЦЕВО МОРЕ.** (16+)
- Елена принимает непростое решение, которое изменит ее жизнь. Диверсанты совершают дерзкий налёт на отделение госбанка, куда после пожара перевезли архив местного НКВД.
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «МОРОЗОВА».** (16+)
- 04.43 Перерыв в вещании

**НТВ**



14.00 «Место встречи»

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СПЕЦБАТ».** (16+)
- 22.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
- 00.25 «Поздняков». (16+)
- 00.40 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 01.35 «ЗВЕРБОЙ».** (16+)
- 04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

**СТС**



09.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Как приручить дракона. Возвращение». (6+)
- 06.40 «Как приручить дракона. Легенды». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «КОРНИ».** (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.10 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 10.10 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ».** (16+)
- 13.05 «КУХНЯ».** (12+)
- 18.30 «КОРНИ».** (16+)
- 20.00 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ».** (16+)
- 22.00 «АВТОБАН».** (16+)
- 00.00 «ДЖЕК РАЙАН: ТЕОРИЯ ХАОСА».** (12+)
- 01.55 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ**



22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)

- 07.00 «ПЭН: ПУТЕШЕСТВИЕ В НЕТЛАНДИЮ».** (6+)
- 09.00 «Перезагрузка». (16+)
- 09.30 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА».** (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 14.00 «Женский Клуб». (16+)
- 15.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 18.15 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ».** (16+)
- 20.00 «ОТПУСК».** (16+)
- 21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ».** (16+)
- 01.10 «Ты\_Топ-модель на ТНТ». (16+)
- 03.35 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 04.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.55 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**REN**



11.00 «Как устроен мир». (16+)

- 05.00 17.00 02.55 «Тайны Чапмана». (16+)
- 05.10 04.30 «Документальный проект». (16+)
- 06.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (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». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.25 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 20.00 «СХВАТКА».** (16+)
- 22.05 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «КОЛЛЕКТОРЫ-2».** (18+)

**5 5-Й КАНАЛ**

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.35 «ЛЕГАВЫЙ».** (16+)
- 08.30 «День ангела». (0+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «ЛЕГАВЫЙ».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.25 «СЛЕД».** (16+)
- 22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.45 «ЛЕГАВЫЙ».** (16+)

**ЗВЕЗДА**

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 00.55 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 «СЛЕД ПИРАНЬИ».** (16+)
- 17.10 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 18.50 «Оружие холодной войны». (16+)
- 19.40 «Код доступа». (12+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.25 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ».** (12+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.25 Я хочу такой дизайн. (12+)
- 14.30 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ГРИММ».** (16+)
- 22.15 «ЭПИДЕМИЯ».** (16+)
- 23.30 «МЕДАЛЬОН».** (16+)
- 01.15 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ».** (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «СОЛДАТЫ-9».** (12+)
- 14.00 Решала. (16+)
- Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведёт свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги.
- 15.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.45 Давай разведёмся! (16+)
- 09.45 Тест на отцовство. (16+)
- 12.00 00.55 «Понять. Простить». (16+)
- 13.00 22.55 «Порча». (16+)
- 13.30 00.00 «Знахарка». (16+)
- 14.05 «Верну любимого». (16+)
- 14.40 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОКТОРА КАЛИСТРАТОВОЙ».** (16+)
- 18.45 Спасите мою кухню. (16+)
- 19.00 «ГОРЬКИЙ МЁД...».** (16+)
- 00.30 «Верну любимого». (16+)
- 01.45 «ВОСТОК-ЗАПАД».** (16+)

**ОТР**

- 06.35 10.10 18.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».** (12+)
- 11.30 «ШАПКА».** (12+)
- 15.10 23.05 «ТАЙНЫ ГОРОДА ЭН».** (12+)
- 16.10 00.00 «Петербург космический». (12+)
- 17.00 «Коллеги». (12+)
- 17.45 00.45 «Большая страна: открытие». (12+)
- 21.00 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА».** (12+)
- 01.00 «Дом «Э»». (12+)
- 01.30 ОТражение. Главное. (12+)
- 04.05 «Потомки». (12+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- | МИР   | ПОБЕДА  | ДОКТОР  | VIASAT HISTORY   |
|---|---|---|--|
| 05.30, 10.10 «ГАИШНИКИ-2». (16+)                    | 05.10 «Путь к Победе». (16+)  | 06.00, 12.00, 17.55, 23.45 О самом главном. Хроническая почечная недостаточность. (12+) | 06.10, 06.55 Музейные тайны. (12+)   |
| 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости                  | 06.00 «ФРОНТ». (16+)  | 07.00 Без химии. (12+)  | 07.35, 08.35 Линии фронта. (12+)   |
| 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)   | 13.00 «ШТРАФНИК». (18+)   | 07.30, 04.40 Метод исследования. (12+)  | 09.30, 10.30 Забытые королевства Южной Америки. (12+)  |
| 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) | 1946 год. Капитан Советской армии Игнат Белов едет с фронта домой. Ему становится известно, что в поезде готовится ограбление дипломатов, которые возвращают на родину вывезенные фашистами драгоценности. Белов пытается воспрепятствовать преступникам. Однако несогласованная инициатива оборачивается для него арестом. | 08.00, 13.50, 01.05 Будь в тонусе! (12+)  | 11.35 Древний Египет - хроники империи: Войны. (12+)   |
| 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)           | 17.05 Мировое соглашение. (16+)   | 08.30, 14.20, 01.35 Большой скачок. (12+)   | 12.30 Тайны мумий животных. (12+)  |
| 17.05 Мировое соглашение. (16+)                     | 18.50, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)  | 09.00 О самом главном. Двоение в глазах. (12+)  | 13.30, 14.15 Очень странные экспонаты. (12+)   |
| 18.50, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)          | 19.30 Телеигра «Игра в кино». Спецвыпуск к юбилею Э. Рязанова. (12+)  | 10.00 Медицинский репортёр. Правда о хлебе. (12+)                                       | 15.05 Восход Османской империи: Болтуан - находка для шпиона. (16+)                                  |
| 20.50 Слабое звено. (12+)                           | 20.50 Шоу «Назад в будущее». (16+)  | 10.30 Клинический случай. (12+)   | 15.55 Восход Османской империи: Древние пророчества. (16+)   |
| 21.40 Шоу «Назад в будущее». (16+)                  | 22.35 «МЕЧ-2». (16+)  | 11.00 Теледоктор. Прямая трансляция   | 16.40 Забытые королевства Южной Америки: Народ облаков. (12+)  |
| 01.05 Наше кино. История большой любви. (12+)       | 01.05 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)   | 13.00 Медицинский квест. Сколиоз. (12+)   | 17.45 Забытые королевства Южной Америки: Страна золота. (12+)  |
| 01.30 «ВРАТАРЬ». (0+)                               | 02.20 «СПАСИ ЛЕНИНГРАД». (18+)  | 14.45 Скажите, доктор! Реабилитация детей с ДЦП. (12+)                                  | 18.50 Тунанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)  |
| 02.40 «МЕЧ». (16+)                                  | 03.50 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)  | 15.15 О самом главном. Инсульт. (12+)   | 19.40 Тайны иероглифов. (12+)  |
|   |   | 16.15 Научные сенсации. (12+)   | 20.30 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)  |
|   |   | 17.10 Прощу Вашей руки и генов. (12+)   | 21.25 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+) |
|   |   | 18.55, 05.05 На приёме у психолога. Нелюбимая работа. (12+)                             | 22.15 Линии фронта: Анцио. (12+)   |
|   |   | 19.25, 05.35 Психология. Биполярное расстройство. (12+)                                 | 23.15 Линии фронта: Омаха. Опасные диеты. (12+)  |
|   |   | 19.55, 20.25, 02.55, 03.20, 03.45, 04.15 Истории болезней. (16+)                        | 00.10, 01.05 Шелковый путь. (12+)  |
|   |   | 20.55 О самом главном. Опасные диеты. (12+)   | 02.00, 03.05 Забытые королевства Южной Америки. (12+)  |
|   |   | 21.55 Куда уходит память? (12+)   | 04.05, 04.55 Очень странные экспонаты. (12+)   |
|   |   | 22.45, 23.15 Еда. (12+)   |  |
|   |   | 00.40 Скажите, доктор! (12+)  |  |
|   |   | 02.00 На приёме у психолога. Дружба. (12+)  |  |
|   |   | 02.25 Психология. (12+)   |  |

РОССИЯ К Культура



19.45 Главная роль

- 07.35 01.05 «Великая французская революция»
- 08.35 12.15 Цвет времени
- 08.50 16.35 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.00 XX век
- 12.35 22.15 «ЗАПОМНИТЕ МЕНЯ ТАКОЙ»
- 13.45 К 85-летию со дня рождения Льва Николаева
- 14.30 История русского быта
- 15.05 Новости. Театр
- 15.20 «Пряничный домик»
- 15.50 «2 Верник 2»
- 17.50 02.00 К 160-летию Санкт-Петербургской консерватории
- 18.40 «Забытое ремесло»
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Зеркало для героя». Заело время»
- 21.30 «Энигма»
- 23.25 «Первые в мире»

ТВЦ ТВЦ



11.30 События.

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6». (12+)
- 10.40 00.45 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «КУКОЛЬНЫЙ ДОМИК». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 00.30 03.00 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА». (12+)
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 01.25 «Ирина Цывина. Не могу одна». (16+)
- 02.05 «Советский космос: четыре короля». (12+)
- 04.45 «Сергей Бондарчук. Триумф и зависть». (12+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



10.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)

- 06.00 «Есть тема!» (16+)
- 07.00 10.00 12.55 14.50 22.30 Новости
- 07.05 14.20 17.25 20.00 00.05 Все на Матч!
- 10.05 13.00 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.20 04.05 «Катар. Обратный отсчёт». (12+)
- 14.55 Баскетбол. ЦСКА-2 - «Химки». PARI Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 16.55 «Вид сверху». (12+)
- 17.55 Футбол. Таджикистан - Россия. Товарищеский матч. Прямая трансляция из Таджикистана
- 21.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 22.35 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Прямая трансляция из Москвы
- 01.00 Футбол. Таджикистан - Россия. (0+)
- 03.00 Новости. (0+)

СПБ САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



19.30 «Время суток». (16+)

- 07.15 08.15 09.15 10.15 Большой Утренний эфир. (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 «Пuls города». (12+)
- 12.20 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.40 «Морские вести». (12+)
- 13.15 «Губернаторский контроль». (6+)
- 13.50 «Адаптация». (6+)
- 14.25 21.00 «Ленинградский дневник». (12+)
- 15.45 «КРИК СОВЫ». (16+)
- 16.45 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА». (16+)
- 18.35 «Путешествие к сердцу дворцов». (0+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Время суток». (16+)
- 21.35 Малые родины. (6+)
- 22.40 Степень защиты. (16+)
- 22.50 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
- 01.25 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



23.40 «КОРОЛЕВСТВО ПОЛНОЙ ЛУНЫ». (12+)

- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК». (16+)
- 10.20 «Такие странные». (16+)
- 10.45 «Гидом - буду!» (12+)
- 11.15 «АРИФМЕТИКА ЛЮБВИ». (6+)
- 13.15 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО». (12+)
- 15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.35 «Связь времён». (12+)
- 16.05 «ВЫ ВСЕ МЕНЯ БЕСИТЕ». (16+)
- 17.15 «Возмездие». (12+)
- 18.10 «ХУТОРЯНИН». (12+)
- 19.00 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
- 19.40 04.25 «ФАРЦА». (16+)
- 20.35 «Научные сенсации». (12+)
- 21.25 «ДОМОПРАВИТЕЛЬ». (12+)
- 23.40 «КОРОЛЕВСТВО ПОЛНОЙ ЛУНЫ». (12+)
- 01.15 «Ступени Победы». (12+)
- 02.40 «С ВЕЩАМИ НА ВЫЛЕТ!» (16+)

78 КАНАЛ



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

- 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 13.00 23.00 «Известия 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 11.00 «Начало дня». (12+)
- 12.00 23.40 Хочу и буду. (16+)
- 13.10 01.35 Телекурьер. (12+)
- 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
- 14.30 18.45 «Невидимый фронт». (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 Прогноз погоды». (12+)
- 16.05 00.40 «Реальная политика». (12+)
- 17.30 Другой Петербург. (16+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
- 19.30 КХЛ. «Ак Барс» - «СКА». Прямая трансляция. (12+)
- 22.15 02.15 «Итоги дня». (16+)
- 00.35 «Открытая студия». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Деревяшки». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Моисики». (0+)
- 08.00 «Супер МЯУ». (0+)
- 10.20 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- 11.05 «Супер Ралли». (0+)
- 12.25 «Скай Блэстерс». (6+)
- 12.40 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Турбозавры». (0+)
- 16.00 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
- 16.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.15 «Царевны». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Героички». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.15 «Союзмультфильм» представляет: «Дедушка и внучек». (0+)
- 23.35 «Храбрый оленёнок». (0+)
- 23.55 «Полкан и Шавка». (0+)
- 00.05 «Жёлтый аист». (0+)
- 00.15 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 01.20 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.40 «Клео и Кукин». (0+)
- 03.15 «Студия Каляки-Малыки. Подделки». (0+)
- 03.45 «Элла, Оскар и Шу». (0+)
- 04.50 «Семья на ура! За-втрак». (0+)

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (0+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леви Баг и СуперКот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леви Баг и СуперКот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 19.30 «Рапунцель: Запутанная история». (12+)
- Спасаясь от погони, разбойник Флин Райдер забирается в высокую башню в густой чаще леса. Здесь он оказывается связанным невероятно длинными волосами юной красавицы Рапунцель.
- 21.15 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 23.55 «Отель Трансильвания». (12+)
- 02.05 «Амфибия». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 05.20, 06.00 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 06.55 «ОДИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
- 09.00 «ДВЕНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
- 11.10 «ТРИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
- 13.20 «ДОМ У ОЗЕРА». (12+)
- 15.10 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 19.00 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
- США, Великобритания, Франция, 2011 г.
- 21.10 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леви Баг и СуперКот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леви Баг и СуперКот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 19.30 «Рапунцель: Запутанная история». (12+)
- Спасаясь от погони, разбойник Флин Райдер забирается в высокую башню в густой чаще леса. Здесь он оказывается связанным невероятно длинными волосами юной красавицы Рапунцель.
- 21.15 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Человек-Паук». (12+)
- 23.55 «Отель Трансильвания». (12+)
- 02.05 «Амфибия». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Фиксики». (6+)
- 06.40 «Пин-код». (6+)
- 08.30 «Три кота». (6+)
- 09.50 «ЯНА+ЯНКО». (12+)
- 11.30 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)
- 13.05 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 15.10 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 17.05, 18.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 19.00 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- 20.40 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
- 22.15 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
- 23.50 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- 01.10 «ЗАВТРАКУ ПАПЫ». (12+)
- 02.35 «ЯНА+ЯНКО». (12+)
- 04.05 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ГДЕ МОЯ ТАЧКА, ЧУВАК?» (12+)
- 02.20 «ГОД СВИНЬИ». (16+)
- 03.45 «ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
- 05.25 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
- 07.55 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
- 10.00 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)
- 11.55 «ЗА БОРТОМ». (12+)
- 14.00 «КАК ЖЕНИТЬ КРАСАВИЦКА». (16+)
- 15.45 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
- 17.40 «ИЗ 13 В 30». (12+)
- 19.30 «ДЖУМАНЖИ». (6+)
- 21.20 «МОЯ СУПЕР-БЫВШАЯ». (16+)
- Комедия, мелодрама, фантастика, США, 2006 г.
- 23.10 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.45 Мультфильмы. (0+)
- 07.15 «Гадкий утенок». Мультфильм. (0+)
- 07.40 «Лягушка-путешественница». Мультфильм. (0+)
- 08.00 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 09.50 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)
- 11.20 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
- 13.10 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 18.05, 04.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 19.45 «БЛЕДНЫЕ НОЧИ». (12+)
- 21.30 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
- 23.30 «ИДИОТ». (16+)
- 01.35 «ТРАКТОРИСТЫ». (12+)
- 02.55 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)

ДОМ КИНО

- 07.10 «Кощей. Похититель невесты». (6+)
- 08.35 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 09.55 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 11.25 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 12.50 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
- 14.15 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 15.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «НАПАРНИК». (16+)
- Россия, 2017 г.
- 01.05 «ДУХLESS». (18+)
- 02.45 «ДУХLESS-2». (16+)
- 04.25 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)
- 05.40 «МАМА, НЕ ГОРЮ!» (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2009 г.
- 13.00, 21.00, 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Елена Аросьева, Игорь Теплов, Артём Осипов, Всеволод Володин, Елизавета Яшкина
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 1 серия. (0+)
- СССР, 1948-1949 гг. Режиссёр: Владимир Петров
- 06.50 Мультфильмы на СПАС. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАС. (0+)
- 10.30 Простые чудеса. (12+)
- 11.20 Дорога. (0+)
- 12.20 Профессор Осипов. (0+)
- 12.55 В поисках Бога. (6+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 На камне спасения. (0+)
- 15.30 Святые из медблока. (16+)

ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ

- 16.05, 17.40, 19.05 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». 4-6 серии. (12+)
- 20.30 Вечер на СПАС. (0+)
- 22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.15 Русский мир. (12+)
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.25 День Ангела. Священномученик Петр (Полянский). (0+)
- 00.55 В поисках Бога. (6+)
- 01.25 Профессор Осипов. (0+)
- 01.55 Парсуна. С Владимиром Легиной. (6+)
- 02.45 Физики и клирики. (0+)
- 03.10 Встреча. (12+)
- 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

17 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Прп. Иоанникия Великого.



Сщмчч. Никандра, еп. Мирского, и Ермея пресвитера. Прп. Меркурия Печерского. Блж. Симона, Христа ради юродивого, Юрвевецкого. Прп. Никандра Горнодонецкого. Св. Никола исп., пресвитера. Прмц. Евгении. Сщмч. Александра пресвитера.

Поста нет.

«Нет другого такого свидетельства и знака веры и любви ко Христу, как забота о братьях и заботливость об их спасении».

Свт. Иоанн Златоуст

**1** ПЕРВЫЙ



00.50 «СУДЬБА НА ВЫБОР». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 Фантастика. (12+)
- 23.50 Премьера. «Софи Лорен. Несравненная». (16+)
- 00.50 «СУДЬБА НА ВЫБОР».** (16+)

**РОССИЯ 1** РОССИЯ



23.45 «Улыбка на ночь». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Дуэты». (12+)
- 23.45 «Улыбка на ночь». (16+)
- 00.50 «ДЕРЖИ МЕНЯ ЗА РУКУ».** (16+)  
Год назад в результате несчастного случая у Ани погиб маленький сын. С тех пор счастье ушло из её дома, муж Юра совсем спился. Она устраивается в дом овдовевшего бизнесмена на должность няни трёх маленьких, избалованных и непослушных дочерей.
- 04.06 Перерыв в вещании

**НТВ**



11.00 «Дед Сад». (0+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 19.00 «Сегодня»
- 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.25 10.35 «Следствие вели...» (16+)
- 11.00 «Дед Сад». (0+)
- 12.00 «Неизлечимого все меньше». (12+)
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.20 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 20.00 «СПЕЦБАТ».** (16+)
- 22.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».** (16+)
- 00.00 «Своя правда». (16+)
- 01.45 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
- 03.05 «ЗВЕРОБОЙ».** (16+)

**СТС** СТС



08.00 «КОРНИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.20 «Как приручить дракона. Легенды». (6+)
- 06.40 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «КОРНИ».** (16+)
- 09.00 Маска. Танцы.** (16+)
- 11.10 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ».** (16+)
- 13.10 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ».** (16+)  
Красавица Мира - любимая дочь могущественного и грозного авторитета Леонида Ивановича. Все потенциальные ухажёры обходят её стороной, чтобы не навлечь на себя гнев «крестного отца». Все, кроме Саши.
- 23.25 «ПРЕДЛОЖЕНИЕ».** (16+)
- 01.35 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ** ТНТ



07.00 «БОГАТЕНЬКИЙ РИЧ». (12+)

- 07.00 «БОГАТЕНЬКИЙ РИЧ».** (12+)
- 09.00 «Звездная кухня». (16+)
- 09.30 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА».** (16+)
- 11.00 «Вызов». (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 18.00 «Концерты». (16+)
- 19.00 «Я тебе не верю». (16+)
- 20.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 00.00 «ДОКТОР СВИСТОК».** (18+)  
Арсен из приморского Дагомыса с детства мечтал стать пластическим хирургом. Его мечта почти сбылась - он устроился в московскую клинику пластической хирургии... администратором.
- 01.35 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.45 «Открытый микрофон». (16+)

**РЕН**



15.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 05.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «РУССКИЙ РЕЙД».** (16+)
- 21.25 «БУЛЬТЕРЬЕР».** (16+)
- 23.15 Бойцовский клуб РЕН ТВ. В. Минеев - Ф. Родригес. Суперсерия. Прямая трансляция. (16+)
- 00.35 «СХВАТКА».** (16+)
- 02.25 «ДЭННИ - ЦЕПНОЙ ПЁС».** (18+)

**5** 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ЛЕГАВЫЙ».** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «СВОИ».** (16+)
- 11.45 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 20.10 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 00.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)



- 06.10 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА».** (12+)
- 08.05 «Память». (16+)
- 09.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 09.55 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА».** (16+)
- 11.55 13.20 15.05 18.40 «МИНЫ В ФАРВАТЕРЕ».** (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 23.55 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША».** (12+)

**ТВ-3** ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 10.40 11.50 17.20 «Слепая». (16+)
- 10.35 Я хочу такой дизайн. (12+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 19.30 «ДОСПЕХИ БОГА: МИССИЯ ЗОДИАК».** (12+)
- 22.00 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ».** (12+)
- 00.00 «ДОМ ДОРАМ».** (16+)



- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Идеальный ужин. (16+)
- 07.10 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «СОЛДАТЫ-9».** (12+)
- 13.00 «СОЛДАТЫ-10».** (12+)
- 17.00 Утилизатор. (16+)
- 17.30 Утилизатор. (12+)
- 18.00 Утилизатор. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)
- 05.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2».** (12+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.25 Давай разведёмся! (16+)
- 09.20 Тест на отцовство. (16+)
- 11.30 00.55 «Понять. Простить». (16+)
- 12.30 22.55 «Порча». (16+)
- 13.00 00.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 00.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «ПРОЗРЕНИЕ».** (16+)
- 18.45 Про здоровье. (16+)
- 19.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ».** (16+)
- 01.45 «ВОСТОК-ЗАПАД».** (16+)



- 06.35 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».** (12+)
- 10.10 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 11.30 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА».** (12+)
- 15.10 «На приёме у главного врача». (12+)
- 15.50 «Хроники общественного быта». (6+)
- 17.00 «Вспомнить всё». (12+)
- 17.25 «СТРИКИ-РАЗБОЙНИКИ».** (12+)
- 21.00 «ЗНАХАРЬ».** (16+)
- 23.10 «Свет и тени». (12+)
- 23.40 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА».** (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- МИР**
- 05.00 «МЕЧ». (16+)
  - 06.00, 10.20 «МЕЧ-2».** (16+)
  - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
  - 10.10 В гостях у цифры. (12+)
  - 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
  - 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
  - 15.10, 17.55 Дела судебные. Новые истории. (16+)
  - 17.05 Мировое соглашение. (16+)
  - 18.50 Слабое звено. (12+)
  - 19.40 «ГАРАЖ». К юбилею Э. Рязанова. (0+)
  - 21.35 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». К юбилею Э. Рязанова. (12+)
  - 00.15 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
  - 01.45 «ЦИРК». (0+)
  - 03.15 Наше кино. История большой любви. (12+)
  - 03.40 Мультфильмы. (6+)

- ПОБЕДА**
- 05.20 «Путь к Победе». (16+)
  - 06.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
  - 07.50 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
  - 10.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
  - 11.10 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
  - Военная драма о подвиге курсантов подольских военных училищ в октябре 1941 года под Москвой.
  - 13.40 «РЖЕВ». (16+)
  - Военная драма по мотивам повести писателя-фронтовика Вячеслава Кондратьева «Искупить кровью».
  - 15.40 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
  - 23.59 «Путь к Победе». (16+)
  - 01.00 «СМЕРШ». (16+)
  - 03.10 «ВЫСОТА 89». (16+)
  - 04.50 «ЕДИНИЧКА». (16+)

- ДОКТОР**
- 06.00, 12.00, 18.00, 23.55 О самом главном. Отёки. (12+)
  - 06.55 Медицинский квест. Сколиоз. (12+)
  - 07.45, 13.55, 01.20 Наука сна. (12+)
  - 08.30, 03.50 Еда. Сыр. (12+)
  - 09.00 О самом главном. Инсульт. (12+)
  - 09.55 Научные сенсации. (12+)
  - 10.45, 13.25 Психология. (12+)
  - 11.15 Прощу Вашей руки и генов. (12+)
  - 12.55 На приёме у психолога. Нелюбимая работа. (12+)
  - 14.45 Скажите, доктор! Откуда берётся аллергия? (12+)
  - 15.15 О самом главном. Опасные диеты. (12+)
  - 16.15, 16.45, 22.55, 23.25 Истории болезней. (16+)
  - 17.15 Куда уходит память? (12+)
  - 19.00, 05.05 Прозрение с доктором Шиловой. Астигматизм. (12+)
  - 19.30, 05.35 Прозрение с доктором Шиловой. Лазеры в офтальмологии. (12+)
  - 20.00, 02.55 На приёме у доктора Сыченикова. Болит спина. (12+)
  - 20.30, 03.20 Это лечится. Мигрень. (12+)
  - 21.00 О самом главном. Эмоциональная перегрузка. (12+)
  - 22.00 Аллергия. Реквием по жизни? (12+)
  - 00.50 Скажите, доктор! Бесплодие. (12+)
  - 02.00, 02.30 Прозрение с доктором Шиловой. (12+)
  - 04.15 Еда. Соленый. (12+)
  - 04.40 Большой скачок. (12+)

- VIASAT HISTORY**
- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
  - 06.25, 07.10 Музейные тайны. (12+)
  - 07.55, 08.50 Линии фронта. (12+)
  - 09.50, 10.50 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
  - 11.55 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
  - 12.45 Тайны иероглифов. (12+)
  - 13.35 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
  - 14.35 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+)
  - 15.20 Восход Османской империи: Древние пророчества. (16+)
  - 16.10 Восход Османской империи: Прах к праху. (16+)
  - 16.55, 17.50 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
  - 18.45, 19.35 Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
  - 20.30 Очень странные экспонаты: Фальшивка, шпion и паровой мозг. (12+)
  - 21.20 Очень странные экспонаты: Шаман Ледникового периода, небо Бронзового века и лампочка в стиле стимпанк. (12+)
  - 22.05 Линии фронта: Бастонь. (12+)
  - 23.05 Линии фронта. (12+)
  - 00.00, 00.55 Шелковый путь. (12+)
  - 01.50, 02.35, 03.20, 04.00, 04.45 Расшифровка тайн. (12+)
  - 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

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

РОССИЯ К  
Культура



13.00 Открытая книга

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00  
15.00 19.30 23.45 Но-  
вости культуры  
06.35 «Пешком...»  
07.05 Легенды мирового  
кино  
07.35 «Великая французская  
революция»  
08.35 16.15 Цвет времени  
**08.45 16.30 «ЛИЧНОЕ  
СЧАСТЬЕ».**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 Шедевры старого кино  
13.00 Открытая книга  
13.30 Власть факта  
14.15 «Острова»  
15.05 Письма из провинции  
15.35 «Энигма»  
17.40 К 160-летию Санкт-  
Петербургской кон-  
серватории  
18.45 «Билет в Большой»  
**19.45 «ЖЕСТОКИЙ  
РОМАНС».**  
22.05 «Необъятный Ряза-  
нов». Gala-концерт в  
Московском междуна-  
родном Доме музыки  
**00.05 «МЕСЯЦ МАЙ».**  
01.25 «Искатели»

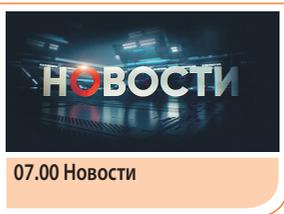
ТВЦ



06.00 «Настроение».

06.00 «Настроение»  
08.10 «Большое кино». (12+)  
**08.50 11.50 «КОЧЕВНИЦА».**  
(12+)  
11.30 14.30 17.50 События  
**12.40 15.05 «СУДЬБА ПО  
КНИГЕ ПЕРЕМЕН».**  
(12+)  
14.50 Город новостей  
16.55 «Дороге товарищи.  
Бриллианты для Гали-  
ны Брежневой». (12+)  
18.10 03.45 «Петровка, 38».  
(16+)  
**18.25 «ТАЁЖНЫЙ  
ДЕТЕКТИВ».** (12+)  
22.00 «В центре событий» с  
Анной Прохоровой  
23.00 «Приют комедиантов».  
(12+)  
**00.40 «ТУЗ».** (12+)  
Профессиональный кар-  
точный шулер по кличке  
Туз накануне свадьбы  
объявляет о своем  
решении завязать, но  
неожиданно оказывается  
втянутым в крупную игру.  
**02.10 «БОЛЬШАЯ  
ЛЮБОВЬ».** (12+)  
**03.55 «РОК».** (16+)

МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



07.00 Новости

06.00 «Есть тема!» (16+)  
07.00 10.00 12.55 16.20  
Новости  
07.05 14.20 00.05 Все на  
Матч!  
10.05 Лица страны. (12+)  
10.25 Смешанные едино-  
борства. Н. Диаз - Т.  
Фергюсон. UFC. Транс-  
ляция из США. (16+)  
11.30 «Есть тема!»  
13.00 Специальный репор-  
таж. (12+)  
13.20 04.05 «Катар. Обрат-  
ный отсчёт». (12+)  
16.25 Матч! Парад. (0+)  
16.55 «Марадона. Смерть  
бога». (16+)  
18.45 Хоккей. «Спартак»  
(Москва) - ЦСКА. Фон-  
бет Чемпионат КХЛ.  
Прямая трансляция  
22.00 Смешанные единобор-  
ства. М. Магомедов  
- О. Оленичев. АСА.  
Прямая трансляция  
00.45 «Точная ставка». (16+)  
01.05 Баскетбол. «Астана»  
- ЦСКА. Единая лига  
ВТБ. (0+)

СПБ  
УТРО  
в Петербурге



07.15 Большой Утренний  
эфир. (16+)

07.15 08.15 09.15 Большой  
Утренний эфир. (16+)  
11.15 «Петербург - город  
решений». (12+)  
12.20 «Объясняем». (12+)  
12.40 13.15 «Полиция в горо-  
де». (12+)  
14.20 15.25 «Путешествие к  
сердцу дворцов». (0+)  
14.45 «Такая маленькая  
жизнь». (6+)  
**15.45 «ЖЕСТОКИЙ  
РОМАНС».** (16+)  
18.25 «Залог успеха». (12+)  
18.40 «Города Петровых». (6+)  
19.15 «Бизнес-Петербург».  
(12+)  
19.30 «100лица империи».  
(16+)  
20.00 «Петр Первый». (6+)  
20.20 «Культурная эволю-  
ция». (16+)  
21.25 «Зона Особого внима-  
ния». (16+)  
23.05 «В ритме Петербурга».  
(12+)  
**00.10 «ГАРАЖ».** (12+)  
**02.00 «ВОКЗАЛ ДЛЯ  
ДВОИХ».** (12+)

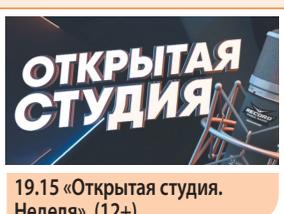
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ24



19.40 «ФАРЦА».  
(16+)

06.00 «Новое утро». (12+)  
**09.00 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК».**  
(16+)  
10.20 «Такие странные».  
(16+)  
10.45 «Гидом - буду!» (12+)  
11.00 13.00 15.00 17.00  
«ЛентТВ24 Новости».  
(6+)  
**11.15 «КОРОЛЕВСТВО  
ПОЛНОЙ ЛУНЫ».** (12+)  
**13.15 «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО».**  
(12+)  
15.15 «ЛентТВ24 Актуальный  
разговор». (6+)  
**15.35 «КОМАНДА 33».** (12+)  
**17.15 «ГАРАЖ».** (12+)  
19.00 23.00 02.00 «ЛентТВ24  
Акценты». (12+)  
**19.40 05.00 «ФАРЦА».** (16+)  
20.40 «Связь времён. Исто-  
рия доброй воли».  
(12+)  
21.15 «Концерты Михаила  
Задорнова». (16+)  
**23.40 «С ВЕЩАМИ  
НА ВЫЛЕТ!»** (16+)  
01.15 «Ступени Победы».  
(12+)

78 КНАЛ



19.15 «Открытая студия.  
Неделя». (12+)

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30  
10.00 10.30 13.00 18.00  
19.00 21.00 «Известия  
78». (12+)  
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35  
10.10 10.35 «Полезное  
утро». (12+)  
11.00 «Начало дня». (12+)  
12.00 22.15 Хочу и буду. (16+)  
13.10 00.10 Телекурьер. (12+)  
14.00 17.00 «Прощество». (16+)  
14.30 «Невидимый фронт».  
(12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 Прогноз погоды». (12+)  
16.05 23.15 «Родительский  
чат». (12+)  
17.30 Другой Петербург. (16+)  
18.15 «Здоровье». (12+)  
19.15 «Открытая студия. Не-  
деля». (12+)  
21.20 «Давно не виделись».  
(12+)  
**00.55 «РУССКИЙ БУНТ».** (16+)  
03.10 «Ставка». (12+)  
04.30 «Дороже золота». (12+)  
04.45 «Внеклассное чтение  
78». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

**КАРУСЕЛЬ**  
05.00 Ранние пташки. «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)  
10.45 «Студия Каляки-Маяки». (0+)  
11.10 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
12.25 «Скай Бластерс». (6+)  
12.40 «Инфинити Надо». (6+)  
13.05 «Дикие скричеры!» (6+)  
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
14.10 «Три кота». (0+)  
Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.  
16.55 «Простоквашино». (0+)  
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
20.45 «Барбошкины». (0+)  
22.15 «Гудзонянс. Магическая сила!» (6+)  
22.25 «Герои Гуджитсу». (6+)  
22.40 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.05 «Союзмультфильм» представляет: «Винни-Пух». (0+)  
23.15 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)  
23.25 «Винни-Пух и день забот». (0+)  
23.45 «Верните Рекса». (0+)  
00.00 «Замок лгунов». (0+)  
00.15 «Смешарики». (0+)  
01.20 «Еда на ура. Рецепты». (0+)  
01.45 «Бумажки». (0+)  
03.15 «Студия Каляки-Маяки. Поделки». (0+)  
03.40 «Котики, вперед!» (0+)  
04.50 «Семья на ура! За-втрак». (0+)

**КАНАЛ DISNEY**  
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)  
05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)  
05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)  
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)  
06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)  
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)  
07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)  
07.30 «Золушка-3: Злые чары». (0+)  
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)  
11.00 «Золушка». (6+)  
12.25 «Гравити Фолз». (12+)  
18.00 «Принцесса и лягушка». (0+)  
19.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)  
Спасая своего отца, отважная девушка по имени Белль попадает в таинственный дом и вынуждена навсегда там остаться. Вскоре ей открывается тайна хозяйина замка, заколдованного и обреченного на вечное пребывание в образе чудовища. Лишь та, которая способна всей душой полюбить жуткого зверя с человеческим сердцем, разрушит заклятье и вернет ему прежний облик.  
21.45 «ПРИНЦЕССА». (6+)  
Увлекательная история о сказочной принцессе, которая обладает необычными способностями!  
23.20 «АКВАМАРИН». (12+)  
01.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**TV1000**  
05.05, 05.45 «ЭЛЕМЕНТАР-НО». (16+)  
06.25 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)  
08.00 «КОМНАТА СТРАХА». (16+)  
10.00 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)  
12.10 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)  
14.40 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАР-НО». (16+)  
19.00 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)  
20.40 «СЛОВА». (12+)  
22.30 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)  
00.20 «ОДИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)  
12.25 «Гравити Фолз». (12+)  
18.00 «Принцесса и лягушка». (0+)  
19.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)  
Спасая своего отца, отважная девушка по имени Белль попадает в таинственный дом и вынуждена навсегда там остаться. Вскоре ей открывается тайна хозяйина замка, заколдованного и обреченного на вечное пребывание в образе чудовища. Лишь та, которая способна всей душой полюбить жуткого зверя с человеческим сердцем, разрушит заклятье и вернет ему прежний облик.  
21.45 «ПРИНЦЕССА». (6+)  
Увлекательная история о сказочной принцессе, которая обладает необычными способностями!  
23.20 «АКВАМАРИН». (12+)  
01.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

**РУССКОЕ КИНО**  
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)  
06.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)  
08.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
09.20 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)  
11.05 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)  
12.35 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)  
14.10 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)  
15.35 «ЗАВТРАКУ ПАПЫ». (12+)  
17.10 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)  
19.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)  
20.30 «30 СВИДАНИЙ». (16+)  
22.10 «Я ХУДЕЮ». (16+)  
23.55 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)  
01.30 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)  
02.55 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)

**ДОМ КИНО**  
07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
08.00 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)  
09.35 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)  
10.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)  
12.15 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)  
13.35 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)  
15.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)  
16.50 «СВАТЫ». (16+)  
23.30 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)  
01.25 «ПРИЗРАК». (6+)  
03.10 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)  
05.10 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)

**СУББОТА!**  
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)  
16.00, 16.50, 17.40, 18.20 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)  
19.20, 20.00, 20.50, 21.40, 22.20 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)  
23.10 Суббота! News 2022. (16+)  
23.20 Богиня шопинга. (16+)  
00.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)  
01.10, 01.50, 02.40 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)  
03.20 Барышня-крестьянка. (16+)  
04.00 «Смешарики», «Малышарики. Умные песенки». Мультсериалы. (0+)

**КИНОКОМЕДИЯ**  
01.00 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)  
03.40 «КОСТОЛОМ». (16+)  
05.25 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (6+)  
07.55 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)  
09.45 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)  
11.35 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)  
13.30 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОК-САНА СОКОЛОВА!» (16+)  
15.25 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)  
17.15 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)  
19.30 «ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (12+)  
Биография, драма, криминал. США, 2002 г.  
22.05 «ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)  
Боевик, комедия, криминал, триллер. США, 1992 г.  
23.40 «ИЗ 13 В 30». (12+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**  
06.15 Мультфильмы. (0+)  
07.20 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ». (12+)  
09.45 «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (12+)  
11.25 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)  
13.05 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)  
14.55 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)  
17.30 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)  
21.00 «КАК СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)  
23.50 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)  
02.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)  
04.35 «ЧЕРТ С ПОРТФЕЛЕМ». (16+)  
05.40 «ВИЙ». (12+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**  
08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ВСПОМИНА ТЕБЯ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)  
Сериал. Детектив, Россия, 2014 г.  
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)

**СТС LOVE**  
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)  
11.15 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)  
15.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
19.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ!». (16+)  
22.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)  
Сериал. Комедия, Россия, 2013 г.  
Наташа встала на очередь на новую жилплощадь. Но чтобы её получить, она должна развестись с Кареном...  
01.25 «РАНЕТКИ». (16+)  
03.45 «Фиксики». Мультсериал. (0+)  
05.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 В поисках Бога. (6+)  
05.40 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 2 серия. (0+)  
07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
10.30 Священномученик Серафим (Чичагов). Цикл: День Ангела. (0+)  
11.05 Александра дорога. (6+)  
11.40 Расскажи мне о Боге. (6+)  
12.15 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)  
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Двенадцать. (12+)  
15.35 День Ангела. Священномученик Петр (Полянский). (0+)  
16.05, 17.30, 19.00 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». 5-7 серии. (12+)  
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)  
22.00 Кино и смыслы. (12+)  
22.05 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)  
СССР, 1985 г. В ролях: Ролан Быков, Анатолий Солоницын, Владимир Заманский  
00.05 Кино и смыслы. (12+)  
00.45 День Патриарха. (0+)  
01.00 Следы империи. (16+)  
02.30 Простые чудеса. (12+)  
03.15 Мы есть. (16+)  
03.45 Пилигрим. (6+)  
04.30 Александра дорога. (6+)

Православный календарь

18 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5. Мчч. Галактиона и Епистимии.



Свт. Ионы, архиеп. Новгородского. Свт. Тихона, патриарха Московского и всея России. Отцов Поместного Собора Церкви Русской 1917–1918 годов. Апп. от 70 Патрова, Ерма, Лина, Гаия, Филолога. Свт. Григория, архиеп. Александрийского. Щмч. Гавриила пресвитера.

Постный день.

« Во время беседы не скрывай того, что нужно и полезно для присутствующих; только приятное излагай прямой речью, а жестокое (строгое) – загадочной». Старец Адриан Югский

**1 ПЕРВЫЙ**



14.45 «ГРАФИНЯ ИЗ ГОНКОНГА». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «ПроУют». (0+)
- 11.10 «Поехали!». (12+)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 13.40 «Софи Лорен». (16+)
- 14.45 «ГРАФИНЯ ИЗ ГОНКОНГА».** (12+)
- 16.55 «Горячий лёд». Прямой эфир
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Снова вместе. Ледниковый период». (0+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
- 00.15 Бой за титул чемпиона мира по версии WBA. А. Егоров (Россия) - А. Гуламирян (Франция). Прямая трансляция
- 01.15 «Великие династии. Голицыны». (12+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



12.35 «Тайны следствия». (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 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.35 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ПОД ОДНОЙ КРЫШЕЙ».** (12+)
- Слёзкины - потомственные водители маршрутных автобусов, привыкли жить от зарплаты до зарплаты. Но однажды они получают квартиру в престижном районе.
- 00.45 «СЕРДЕЧНЫЕ РАНЫ».** (12+)
- 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО РАСПИСАНИЮ».** (12+)

**НТВ**



19.00 «Центральное телевидение»

- 05.55 «ИНСПЕКТОР КУПЕР».** (16+)
- 07.30 «Смотр». (0+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «Секрет на миллион». (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ».** (12+)
- 22.30 «Ты не поверишь!» (16+)
- 23.30 «Международная пилорама». (16+)
- 00.10 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
- 01.35 «Дачный ответ». (0+)
- 02.25 «ЗВЕРБОЙ».** (16+)

**СТС**



10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)

- 06.00 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 Премьера! «Отель у овечек». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 11.05 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)
- 11.45 «Мегаозг». (0+)
- 13.40 «СОНИК В КИНО».** (6+)
- 15.30 «Монстры на каникулах». (6+)
- 17.20 «Монстры на каникулах-2». (6+)
- 19.05 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
- 21.00 «Душа». (6+)
- 22.55 «КРАСОТКА».** (16+)
- 01.20 «РОКОВОЕ ИСКУШЕНИЕ».** (18+)
- 03.00 «6 кадров». (16+)

**ТНТ**



14.00 «Вызов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Модные игры». (16+)
- Премьера! Удачный образ может подобрать каждый, но может ли он после этого считать себя профессионалом?
- 09.30 «Звездная кухня». (16+)
- 10.00 «Однажды в России». (16+)
- 14.00 «Вызов». (16+)
- 15.00 «Однажды в России». (16+)
- 17.45 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
- 21.00 «Новые танцы». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.05 «Такое кино!» (16+)
- 00.40 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 03.15 «Импровизация. Дайджесты». (16+)
- 04.00 «Импровизация». (16+)
- 04.50 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.35 «Открытый микрофон». (16+)

**REN**



08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+)

- 05.20 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна». (16+)
- 14.20 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.25 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 18.00 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ».** (12+)
- 20.00 «ТЕРМИНАТОР: ГЕНЕЗИС».** (16+)
- 22.20 «ТЕРМИНАТОР-3: ВОССТАНИЕ МАШИН».** (16+)
- 00.25 «ТЕРМИНАТОР: ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ».** (16+)
- 02.10 «КОЛЛЕКТОРЫ-2».** (18+)
- 03.40 «Тайны Чапман». (16+)

**5 5-Й КАНАЛ**

- 05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 06.15 «СПЕЦЫ». (16+)
- 09.00 «Светская хроника». (16+)
- 10.00 Они потрясли мир. (12+)
- Еженедельная программа о самых громких любовных историях и самых известных парах мира.
- 10.45 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 18.45 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 00.55 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)

**ЗВЕЗДА**

- 06.40 04.00 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ...»** (6+)
- 08.15 «Морской бой». (6+)
- 09.15 «19 ноября - День ракетных войск и артиллерии». (16+)
- 09.45 02.25 «ЗЕМЛЯ САНИКОВА».** (12+)
- 13.35 «Главный день». (16+)
- 15.10 «Не факт!». (12+)
- 16.25 18.30 «СНАЙПЕР».** (16+)
- 20.45 «Легендарные матчи». (12+)
- 23.45 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА».** (12+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «ХОББИТ: ПУСТОШЬ СМАУГА».** (12+)
- 11.45 «ХОББИТ: БИТВА ПЯТИ ВОИНСТВ».** (12+)
- 14.45 «РОБИН ГУД».** (16+)
- 17.00 Наследники и самозванцы. (16+)
- 18.45 «ВУРДАЛАКИ». (12+)
- 20.30 «ЛЕГЕНДА О КОЛОВРАТЕ». (12+)
- 22.45 «ЧЕЛОВЕК-ВОЛК». (16+)
- 01.00 «МЕДАЛЬОН». (16+)
- 02.30 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2».** (12+)
- 09.00 «СОЛДАТЫ-9». (12+)
- 21.00 Большой кэш. (16+)
- Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трёх человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность.
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 iTопчик-2. (16+)
- 00.30 Рюкзак. (16+)
- 01.30 Улётное видео. (16+)
- 05.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2».** (12+)

**ДОМАШНИЙ**

- 06.40 «Предсказания 2.2». (16+)
- 07.35 «БАРХАТНЫЙ СЕЗОН».** (16+)
- 11.15 «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ».** (16+)
- Нина - ботаник. Когда сад, где она работала, закрыли, Нина и мечтать не могла, что ей улыбнется такая удача: наследник старинного рода приглашает её на работу в живой музей.
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.30 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)
- 01.55 «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ». (16+)

**ОТР**

- 07.35 «БЛИЗНЕЦЫ».** (12+)
- 09.00 ОТражение
- 11.40 «Коллеги». (12+)
- 12.20 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
- 12.35 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ».** (12+)
- 16.15 «Свет и тени». (12+)
- 17.30 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО».** (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 19.45 «ДЖЕЙН ЭЙР».** (12+)
- 21.45 «ВЫШЕ НЕБА».** (16+)
- 23.30 «НА ПРЕДЕЛЕ».** (18+)
- 01.20 «В поисках утраченного искусства». (16+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- | МИР  | ПОБЕДА   | ДОКТОР  | VIASAT HISTORY   |
|--|--|---|--|
| 05.00, 06.15, 04.25 Мультфильмы. (6+)  | 06.50 «КАЛАШНИКОВ». (16+)  | 06.00, 22.35 Невидимая власть микробов. (12+)   | 06.05 Невероятные изобретения. (12+)   |
| 06.00 Всё, как у людей. (6+)   | 08.30 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)  | 06.45, 13.20, 21.35, 02.55 На приёме у доктора Малавина. Во все лёгкие. (12+)   | 06.30 Расшифровка тайн: Вампиры Нового Орлеана. (12+)                            |
| 06.30 «ГАРАЖ». К юбилею Э. Рязанова. (0+)  | 10.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)  | 07.15, 13.50, 22.05, 03.25 Это лечится. ХОБЛ. (12+)   | 07.10 Забытые королевства Центральной Америки: Королевство ягуара. (12+)         |
| 08.10 Наше кино. Неувядающие. К юбилею Э. Рязанова. (12+)                            | 11.40 «ЗА ЧАС ДО РАССВЕТА». (16+)  | 07.45, 15.55, 00.15, 04.40 Истории болезней. Испанка. (16+)   | 08.15 Забытые королевства Центральной Америки: Те, кто встретил Колумба. (12+)   |
| 08.40 Исторический детектив с Николаем Валухевым. (12+)                              | 1946 год. Лейтенант Денис Журавлёв возвращается к мирной жизни и устраивается на службу в милицию. Его начальник - майор Шумейко по прозвищу «Сатана». 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. | 08.10, 16.25, 00.45 Истории болезней. Оспа. (16+)   | 09.20 Забытые королевства Центральной Америки: Между океанами и империями. (12+) |
| 09.05 Слабое звено. (12+)  | 11.00 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)  | 09.10, 17.20, 01.40 Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+)   | 10.25 Забытые королевства Центральной Америки: Место, где началось время. (12+)  |
| 10.00 Погода в мире  | 11.45, 16.15, 18.45 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)   | 09.40, 17.50, 02.05 Теледоктор. (12+)   | 11.25 Забытые королевства Южной Америки: Камень в центре. (12+)                  |
| 10.10 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)  | 16.00, 18.30 Новости   | 10.35, 23.20 Мир невыспавшихся людей. (12+)   | 12.30, 13.20 Забытые гробницы древних майя. (12+)                                |
| 00.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)   | 00.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)   | 11.30, 19.45 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)  | 14.15 Забытые короли Теотиуакана. (12+)  |
| 01.35 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (0+)   | 01.35 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (0+)   | 12.20, 20.35, 03.50 Большой скачок. Антибиотики. (12+)  | 15.15 Первые американцы. (12+)   |
| 03.05 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+) | 03.05 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)   | 12.20, 20.35, 03.50 Мощное оружие в борьбе с болезнями со временем стало ослабевать, а враг становился все сильнее... Что произойдёт с миром, когда антибиотики совсем перестанут действовать? Есть ли им альтернатива? И кто окажется победителем в этой «гонке вооружений»: люди или микробы? | 16.00 Патагонские захоронения. (12+)   |
|  |  | 13.40, 17.05 Беременная в 16. (16+)   | 17.00, 17.55, 18.50 Выдающиеся женщины. (12+)                                    |
|  |  | 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)   | 19.40 Королевские жёны на войне. (12+)   |
|  |  | 00.55 Измены. (16+)   | 20.45 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)                                      |
|  |  | Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!   | 21.40 Тайный Версаль Марии-Антуанетты. (12+)                                     |
|  |  | 01.50 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)  | 22.35 Боевые корабли: Эсминцы и крейсера. (12+)                                  |
|  |  | 04.00 Дорогая, я забил. (12+)   | 23.25 Боевые корабли: Галеоны и корсары. (12+)                                   |
|  |  |   | 00.15 Боевые корабли: Залив Лейте. (12+)   |
|  |  |   | 01.05, 01.50, 02.40, 03.25, 04.10, 04.55 Очень странные экспаты. (12+)           |

РОССИЯ К  
Культура



14.40 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Библейский сюжет»  
07.05 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС»  
09.25 «Мы - грамотеи!»  
10.05 «Обыкновенный концерт»  
10.35 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ»  
12.10 «Земля людей»  
12.40 Черные дыры. Белые пятна  
13.20 «Великие мифы. Одиссея»  
13.50 00.35 «Земля, взгляд из космоса»  
14.40 «Рассказы из русской истории»  
15.50 Отсекая лишнее  
16.35 «ТРИ ТОЛСТЯКА»  
18.05 «Энциклопедия загадок»  
18.35 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО»  
21.15 «Эстрада, которую нельзя забыть»  
22.00 «Агора»  
23.00 «ДЭЙЗИ МИЛЛЕР»  
01.25 «Искатели»  
02.15 «Персей», «Возвращение с Олимпа»

ТВЦ



21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым

- 05.30 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА». (12+)  
07.00 «Православная энциклопедия». (6+)  
07.25 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)  
09.05 «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ». (12+)  
10.40 «Актёрские драмы. Зимняя вишня - ягода горькая». (12+)  
11.30 14.30 23.20 События  
11.45 «Петровка, 38». (16+)  
11.55 «ТРЕМБИТА». (6+)  
13.40 14.45 «ЗАЛОЖНИЦА». (12+)  
17.30 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (12+)  
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым  
22.05 «Право знать!» (16+)  
23.30 «Власть без любви». (16+)  
00.10 «Приговор». (16+)  
00.50 Специальный репортаж. (16+)  
01.20 «Хватит слухов!» (16+)  
01.45 Прощание. (16+)  
04.30 «Закон и порядок». (16+)

МАТЧ! МАТЧ! ТВ



11.55 Матч! Парад. (0+)

- 06.00 Бокс. Джоуи Бельтран - Хьюстона Александра. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция  
08.00 10.00 12.20 18.50 Новости  
08.05 12.25 15.15 18.00 23.10 Все на Матч!  
10.05 «Марadona». (16+)  
11.55 Матч! Парад. (0+)  
12.55 Хоккей. «Авангард» - «Ак Барс». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция  
15.30 Смешанные единоборства. Х. Акимото - П. Петчфергус. One FC. Прямая трансляция  
18.55 Футбол. «Балтика» - «Шинник». МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция  
21.00 Чемпионат мира по футболу-2022. Прямой эфир  
23.00 03.00 Новости. (0+)  
23.40 «Футбол после полуночи». (16+)  
00.00 Смешанные единоборства. UFC

СПБ



19.00 «Итоги недели». (16+)

- 06.35 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (6+)  
08.15 «Слово в образе». (12+)  
08.35 «НЕТРУДНЫЙ ПОДРОСТОК». (12+)  
09.05 «Не по-детски». (6+)  
09.30 «Зона Особого Внимания». (16+)  
11.10 «Петр Первый». (6+)  
12.40 «Города Петровых». (6+)  
13.10 22.45 «Время суток. Интервью». (16+)  
13.45 «Путешествие к сердцу дворцов». (0+)  
14.35 15.10 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПЕРЕМЕЩЕНИЕ». (12+)  
16.40 18.10 «ПРАВИЛА ГЕЙМЕРА». (12+)  
19.00 «Итоги недели». (16+)  
19.55 «В ритме Петербурга». (12+)  
20.50 Малые родины. (6+)  
21.10 «Театральная гостиная». (16+)  
23.15 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ». (16+)  
01.05 «ПЯТЬ ВЕЧЕРОВ». (16+)  
02.50 «ВЕСНА НА ОДЕРЕ». (12+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



22.25 «ДИКАРЬ». (16+)

- 07.00 08.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)  
07.40 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)  
09.00 19.15 «Мое родное». (12+)  
09.40 «АРИФМЕТИКА ЛЮБВИ». (6+)  
11.00 15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)  
11.15 «ГАРАЖ». (12+)  
13.00 «Связь времён. История доброй воли». (12+)  
13.30 «ДОМОПРАВИТЕЛЬ». (12+)  
15.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)  
17.15 «Концерты Михаила Задорнова». (16+)  
20.00 05.05 «СДЕЛАНО В ИТАЛИИ». (16+)  
21.00 «ПОЗДНЯЯ ВСТРЕЧА». (12+)  
22.25 «ДИКАРЬ». (16+)  
00.05 «С НОВЫМ ГОДОМ!». (18+)  
01.40 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (12+)

78 78 КАНАЛ



17.00 КХЛ. «Нефтехимик» - «СКА». (12+)

- 06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)  
08.30 «Зверопитер». (12+)  
09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)  
10.00 12.00 «Известия 78». (12+)  
12.15 «Хороший день». (12+)  
13.15 «Большой Хоха». (12+)  
13.45 «Автограф». (12+)  
14.15 «Здоровье». (12+)  
15.00 «Середина дня». (12+)  
16.00 «Отдыхаем дома». (12+)  
16.30 19.30 «Невидимый фронт». (12+)  
16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)  
17.00 КХЛ. «Нефтехимик» - «СКА». Прямая трансляция. (12+)  
20.00 «Где деньги?» (12+)  
20.30 «Реальность». (16+)  
21.00 «Происшествия». (16+)  
22.00 «Дело декабристов». (12+)  
00.00 «И БЫЛА ВОЙНА». (16+)  
02.25 «Кремлёвские лейтенанты». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ  
05.00 Ранние пташки. «Малышарики идут в детский сад». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)  
07.30 «Бодо Бородо. Бок-варь». (0+)  
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)  
09.25 «Барбоскины». (0+)  
11.00 «Семья на ура!» (0+)  
11.25 «Морики Дорикки». (0+)  
11.50 «Зук». (0+)  
13.00 «Зелёный проект». (0+)  
13.25 «Моисики». (0+)  
13.50 «Смешарики». (0+)  
15.00 «За секунду до счастья!» (0+)  
15.30 «Ералаш». (6+)  
16.50 «Союзмультфильм» представляет: «Каникулы Бонифация». (0+)  
17.10 «Как Лъвёнок и Черепаха пели песню». (0+)  
17.20 «Тараканище». (0+)  
17.40 «Оранжевая корова». (0+)  
19.05 Семейное кино. «Большое путешествие». (6+)  
20.30 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)  
20.45 «Маша и Медведь». (0+)  
22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)  
22.40 «Союзмультфильм» представляет: «Тайна третьей планеты». (0+)  
23.25 «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)  
23.35 «Винтик и Шпунтик. Весёлые мастера». (0+)  
23.55 «Незнайка учится». (0+)  
00.15 «Куми-Куми». (12+)  
01.20 «Еда на ура. Рецепты». (0+)  
01.45 «Бумажки». (0+)  
03.15 «Студия Каляки-Малыки. Подделки». (0+)  
03.40 «Котики, вперёд!» (0+)
- КАНАЛ DISNEY  
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)  
05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)  
05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)  
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)  
06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)  
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)  
07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)  
07.30 «Золушка». (6+)  
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)  
11.00 «Золушка-2: Мечты сбываются». (0+)  
12.25 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
13.15 «Леди Баг и Супер-Кот: Шанхай. Легенда о Леди Дракон». (6+)  
14.35 «Леди Баг и Супер-Кот: Шанхай. Легенда о Леди Дракон». (6+)  
15.45 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)  
18.05 «Храбрая сердцем». (6+)  
19.30 «Моана». (6+)  
21.20 «ХРОНИКИ НАРНИИ: ПОКОРИТЕЛЬ ЗАРИ». (12+)  
Люси и Эдмунд возвращаются в Нарнию вместе со своим двоюродным братом Юстасом. Они встречаются с Каспианом и отправляются на поиски друзей отца принца на борту королевского корабля «Покоритель Зари». Их ждет непростое путешествие, ведь по пути им предстоит столкнуться с драконами, гномами, русалками и другими опасностями.  
23.20 «ЗАЧАРОВАННАЯ». (12+)  
01.10 «Гравити Фолз». (12+)  
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000  
06.10 «ТРЕНЕР КАРТЕР». (12+)  
08.45 «ДЖЕРРИ МАГУАЙЕР». (16+)  
11.10 «ЗАЩИТНИК». (16+)  
13.20 «СЛОВА». (12+)  
15.10 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)  
17.00 «ВРЕМЯ». (16+)  
19.00 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)  
США, Франция, 2011 г. В ролях: Джейк Джилленхол, Мишель Монахэн, Вера Фармига, Джеффри Райт  
20.35 «СОСВОЕ МНЕНИЕ». (16+)  
США, 2002 г. В ролях: Том Круз, Макс фон Сюдов, Саманта Мортон  
23.10 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)  
00.50 «ТРЕНЕР КАРТЕР». (12+)  
03.00 «ЗАЩИТНИК». (16+)
- РУССКОЕ КИНО  
05.30 «Фиксики». (6+)  
06.55 «Пин-код». (6+)  
08.40 «Три кота». (6+)  
10.00, 11.00, 11.55 «НЮХАЧ». (16+)  
12.50 «Я ХУДЕЮ». (16+)  
14.40 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)  
16.45 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)  
18.25 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)  
20.00 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)  
21.30 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)  
23.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)  
01.10 «ЗО СВИДАНИЙ». (16+)  
02.35 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)  
04.05 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- ДОМ КИНО  
06.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
07.45 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)  
09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)  
10.40 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)  
12.05 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)  
13.35 «Коль Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)  
15.00 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)  
17.20 «СВАТЫ». (16+)  
23.50 «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЕЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИНВАЛИДОВ». (18+)  
01.25 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ». (16+)  
02.55 «БАБЛО». (16+)  
04.25 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)  
05.45 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
- СУББОТА!  
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)  
16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)  
19.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
20.40 «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериал. (0+)  
21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)  
23.10, 23.40, 00.20, 00.50, 01.30, 02.10 «Хочу и буду» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)  
02.50, 03.30 Барышня-крестьянка. (16+)  
04.15 «Смешарики», «Малышарики. Умные песенки». Мультсериалы. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ  
01.30 «КОСТОЛОМ». (16+)  
03.15 «ВЫШИБАЛА». (18+)  
04.45 «ГДЕ МОЯ ТАЧКА, ЧУВАК?» (12+)  
06.15 «СБРОСЬ МАМУ С ПОЕЗДА». (12+)  
07.55 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)  
09.45 «ЛЮБЛЮ ТЕБЯ, ЧУВАК». (16+)  
11.40 «НИЧЕГО НЕ ВИЖУ, НИЧЕГО НЕ СЛЫШУ». (16+)  
13.35 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧЕЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)  
15.25 «БЕЗУМОНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)  
17.20 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)  
19.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)  
21.25 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)  
23.35 «МОЯ СУПЕР-БЫВАША». (16+)
- МОСФИЛЬМ  
06.50 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)  
09.20 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)  
10.55 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)  
14.00 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (16+)  
16.25 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)  
17.55 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+)  
19.35 «СТАРИКА-РАЗБОЙНИКИ». (12+)  
21.15 «ГАРАЖ». (12+)  
СССР, 1979 г. В ролях: Валентин Гафт, Ия Саввина  
23.00 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)  
00.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)  
02.50 «КУКОЛКА». (16+)  
05.05 «ЖЕНА КЕРОСИНЩИКА». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО  
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)  
Сериял. Мелодрама, детектив, Россия, 2019 г. В ролях: Любовь Толкалина, Александр Лазарев мл., Кирилл Гребенщиков, Юрий Батурин, Олег Алмазов  
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)  
Сериял. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г.  
15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- СТС LOVE  
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
07.40 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (12+)  
Сериял. Лирическая комедия, Россия, 2011 г. В 1987 году в нашей стране дискотеки становились всё популярнее. Все знали, что после трёх быстрых песен должен идти «медляк». И когда начинался белый танец, парни стигались на танцпол. Когда же пришло время дискотеки Вани, Серреги и Стаса, то до последнего момента не было ясно, состоится ли она...  
23.30 Сутки на декор. (16+)  
00.25 Сердца за любовь. (16+)  
05.40 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10, 06.20 «ПРО КРАСНУЮ ШАПОЧКУ». 1-2 серии. (0+)  
07.40 На камне спасения. (0+)  
08.10, 08.50 Мультфильмы на СПАС. (0+)  
08.35, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)  
09.25 Простые чудеса. (12+)  
10.15 В поисках Бога. (6+)  
10.45 Расскажи мне о Боге. (6+)  
11.20 Пилигрим. (6+)  
12.10 Двенадцать. (12+)  
12.45 Русский мир. (12+)  
13.50 «МОРЕ ЗОВЕТ». (6+)  
15.50 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)  
17.45 Кино и смыслы. (12+)  
17.50 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)  
19.50 Кино и смыслы. (12+)  
20.30 Простые чудеса. (12+)  
21.20 Русский мир. (12+)  
22.25 Профессор Осипов. (0+)  
23.00 Пилигрим. (6+)  
23.45 Ной. (0+)  
00.15 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)  
00.50 День Патриарха. (0+)  
01.05 Проект Патриарха. (0+)  
01.50 Расскажи мне о Боге. (6+)  
02.20 Простые чудеса. (12+)  
03.05 Святые из медблока. (16+)  
03.35 Пилигрим. (6+)  
04.15 Профессор Осипов. (0+)

Православный календарь

19 ноября  
Седмица 23-я по Пятидесятнице. Глас 5.  
Прп. Варлаама Хутынского.



Свт. Павла исп., патриарха Константинопольского. Мцц. Текусы, Александры, Полактии, Клавдии, Евфросинии, Афанасии и Матроны. Прп. Луки Тавроменийского. Прп. Луки, эконома Печерского. Свт. Германа, архиеп. Казанского. Прп. Варлаама Керетского. Сщмчч. Никиты, еп. Орехово-Зуевского, Константина пресвитеров, прмчч. Варлаама, Гавриила, Гавриила, прмчц. Нины и Серафимы. Сщмчч. Вasilia пресвитера.

Поста нет.

« Будем крепко хранить веру святую: ибо видите, сколько уклонений бывает от нее и сколько должны мы благодарить Бога, что не попали в какое-либо заблуждение, но получили и держим веру православную. Прп. Иоанн Кронштадтский

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 13.55 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)	 18.00 Всероссийский конкурс «Синяя Птица»	 15.00 «Своя игра». (0+)	 07.30 «Царевны». (0+)	 14.30 «ОТПУСК». (16+)	 10.30 «Наука и техника». (16+)		
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)	<b>05.30 02.30 «ОСТОРОЖНО! ВХОД РАЗРЕШЁН».</b> (12+)	<b>05.05 «ИНСПЕКТОР КУПЕР».</b> (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	05.00 «Тайны Чапман». (16+)		
07.40 «Часовой». (12+)	07.15 Устами младенца	06.40 «Центральное телевидение». (16+)	06.05 «Фиксики». (0+)	<b>07.20 «КОСМИЧЕСКИЙ ДЖЕМ».</b> (12+)	07.00 «С бодрым утром!» (16+)		
08.10 «Здоровье». (16+)	08.00 Местное время. Воскресенье	08.00 «Сегодня»	06.25 «Мультфильмы». (0+)	09.00 «Перезагрузка». (16+)	08.30 «Новости». (16+)		
09.20 «Мечталлион». (12+)	08.35 «Когда все дома»	08.20 «У нас выигрывают!» (12+)	06.45 «Три кота». (0+)	<b>09.30 «САШАТАНЯ».</b> (16+)	09.00 «Самая народная программа». (16+)		
09.40 «Непутевые заметки». (12+)	09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым	10.00 16.00 «Сегодня»	07.30 «Царевны». (0+)	<b>14.30 «ОТПУСК».</b> (16+)	09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)		
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)	10.10 Сто к одному	10.20 «Первая передача». (16+)	07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)	Премьера! Марафон серий второго сезона. Серьяне спуска год снова отправляются на юг, но на этот раз заселяются уже не в гестхаус Бори. Тем временем Боря, помимо отсутствия жильцов, пытается решить ещё кучу проблем.	10.30 «Наука и техника». (16+)		
10.15 «Жизнь других». (12+)	11.00 Вести	11.00 «Чудо техники». (12+)	09.00 Премьера! Рогов+. (16+)	<b>17.30 «БАТЯ».</b> (16+)	11.30 «Неизвестная история». (16+)		
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)	<b>12.00 «КУЗНИЦА СЧАСТЬЯ».</b> (12+)	11.55 «Дачный ответ». (0+)	10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)	19.00 «Звезды в Африке». (16+)	12.30 «Новости». (16+)		
12.15 К 95-летию со дня рождения Эльдара Рязанова. (16+)	16.00 Вести	13.00 «НашПотребНадзор». (16+)	10.55 «Монстры на каникулах». (6+)	21.00 «Концерты». (16+)	<b>13.00 «ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН».</b> (16+)		
<b>13.55 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ».</b> (12+)	17.00 «Песни от всей души». (12+)	14.05 «Однажды...» (16+)	12.40 «Монстры на каникулах-2». (6+)	22.00 «Импровизация». (16+)	<b>14.40 «ВАРЯГ».</b> (16+)		
16.40 «Горячий лёд». Прямой эфир	18.00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица»	15.00 «Своя игра». (0+)	14.20 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)	23.00 «Новые танцы». (16+)	Варяг - беспощадный к преступникам оперативник спецслужб, герой-одиночка. Он работает под прикрытием и имеет практически неограниченные полномочия.		
18.05 23.45 «Романовы». (12+)	19.00 «Песни от всей души». (12+)	16.20 «Следствие вели...» (16+)	<b>16.15 «ЧЁРНАЯ ВДОВА».</b> (16+)	01.00 «Битва экстрасенсов». (16+)	23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)		
19.05 Премьера. «Поем на кухне всей страной». (12+)	20.00 Вести недели	18.00 «Новые русские сенсации». (16+)	18.55 «Холодное сердце-2». (6+)	03.35 «Импровизация». (16+)	23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)		
21.00 «Время»	22.00 Москва. Кремль. Путин	19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой	<b>21.00 «ЗОЛУШКА».</b> (6+)	05.10 «Comedy Баттл». (16+)			
22.35 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр. (16+)	22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	20.20 «Суперстар! Возвращение». Новый сезон. (16+)	23.00 Премьера! Маска. Танцы. (16+)	05.55 «Открытый микрофон». (16+)			
00.45 К 95-летию со дня рождения Михаила Ульянова. (12+)	01.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)	23.20 «Звезды сошлись». (16+)	<b>01.00 «ДЖЕК РАЙАН: ТЕОРИЯ ХАОСА».</b> (12+)	06.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)			
		00.50 «Основано на реальных событиях». (16+)	02.55 «6 кадров». (16+)				
		<b>03.30 «ЗВЕРБОЙ».</b> (16+)					

5 5-Й КАНАЛ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	МИР	ПОБЕДА	ДОКТОР	VIASAT HISTORY
<b>06.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ».</b> (16+)	06.05 Дом исполнения желаний. (16+)	<b>07.00 «ЮРОЧКА».</b> (16+)	<b>05.00, 02.15</b> Мультфильмы. (6+)	<b>06.20 «72 МЕТРА».</b> (16+)	<b>06.00, 19.35</b> Прошу Вашей руки и генов. (12+)	<b>06.00</b> Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+)
<b>08.10 «МСТИТЕЛЬ».</b> (16+)	06.30 «Мультфильмы». (0+)	<b>10.45 «ГОРЬКИЙ МЁД...»</b> (16+)	<b>07.00</b> Осторожно, вирус! (12+)	<b>08.40 «ПАЛАЧ».</b> (16+)	<b>06.45, 13.10, 21.20, 03.30</b> Психо. Депрессия. (12+)	<b>06.45</b> Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивка. (12+)
<b>11.45 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ».</b> (16+)	09.00 Новый день. (12+)	<b>14.40 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ».</b> (16+)	<b>07.50 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ».</b> (0+)	<b>17.50 «ПАУК».</b> (16+)	<b>07.15, 13.40, 21.50, 04.00</b> Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+)	<b>07.30</b> Забытые королевства Южной Америки: Царство пустыни. (12+)
Александр Соколов, олимпийский чемпион по боксу 1988 года, работает озеленителем на кладбище. Соколову предлагают новую работу: ему предстоит стать телохранителем дочери крупного бизнесмена	09.30 Дом исполнения желаний. Лучшая версия себя. (16+)	<b>18.45</b> Пять ужинов. (16+)	<b>09.30</b> Фазендалайф. (6+)	Осень 1967 года. В столичных парках объявился маньяк, который убивает девушек из Дома моды и накрывает их тела красным шёлком. Подозрение падает на живущего в Москве американского журналиста и нескольких сотрудников Дома. К делу подключается КГБ, которое разрабатывает идеологическую версию преступления, но майор Черкасов ищет связь между этим делом и недавним ограблением Госзнака и внедряет Сою Тимофееву в Дом моды под видом новой манекенщицы...	<b>08.30, 16.45, 00.55</b> Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)	<b>08.35</b> Забытые королевства Южной Америки: Народ облаков. (12+)
<b>15.25 «СЛЕД».</b> (16+)	10.30 «Слепая». (16+)	<b>19.00 «ВЕТЕРНИЙ».</b> (16+)	<b>10.00, 16.00</b> Новости	<b>12.45, 16.15, 19.30</b> «СВЕТЛАНА». (16+)	<b>09.00, 17.15, 01.20</b> Большой скачок. Микробиота: на страже здоровья. (12+)	<b>09.35</b> Забытые королевства Южной Америки: Страна золота. (12+)
<b>00.00 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА».</b> (18+)	<b>12.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ».</b> (16+)	<b>22.30 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ».</b> (16+)	<b>10.10 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС».</b> (12+)	Сериал. Драма, Россия, 2018 г. В ролях: Виктория Романенко, Сергей Колтаков, Павел Грубинер, Сергей Колос, Олег Осипов	<b>09.30, 17.45</b> На приёме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)	<b>10.40, 11.35</b> Затерянный мир Ангор-Вата. (12+)
<b>01.45 «МСТИТЕЛЬ».</b> (16+)	<b>18.45 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО».</b> (16+)	<b>02.00 «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ-2».</b> (16+)	<b>12.45, 16.15, 19.30</b> «СВЕТЛАНА». (16+)	<b>18.30, 00.00</b> Итоговая программа «Вместе»	<b>09.55, 18.10</b> Это лечится. ХОБЛ. (12+)	<b>12.30</b> Настоящий неандерталец. (12+)
<b>05.50 «СЛЕД ПИРАНЬИ».</b> (16+)	<b>21.00 «ДИКИЙ, ДИКИЙ ЗАПАД».</b> (12+)	<b>07.35 «АКТРИСА».</b> (12+)	<b>12.45, 16.15, 19.30</b> «СВЕТЛАНА». (16+)	<b>21.25, 01.00</b> «БРЕЖНЕВ». (12+)	<b>10.25, 23.15</b> Куда уходит память? (12+)	<b>13.25</b> Древний Египет - хроники империи: Войны. (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)	<b>23.15 «ДОСПЕХИ БОГА: МИССИЯ ЗОДИАК».</b> (12+)	<b>09.00</b> ОТражение	<b>12.45, 16.15, 19.30</b> «СВЕТЛАНА». (16+)	<b>03.40 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА».</b> (12+)	<b>12.15, 20.25, 02.40</b> Истории болезней. Испанка. (16+)	<b>14.20</b> Тайны мумий животных. (12+)
09.25 «Служу России». (12+)	<b>06.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2».</b> (12+)	<b>12.20</b> «Отчий дом». (12+)	<b>02.00</b> «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ-2». (16+)	<b>01.00 «РУБЕЖ».</b> (16+)	<b>12.40, 20.50, 03.05</b> Истории болезней. Оспа. (16+)	<b>15.15, 16.10</b> Тутанхамон: жизнь, смерть и наследие. (12+)
11.30 «Код доступа». (12+)	<b>09.00 «СОЛДАТЫ-9».</b> (12+)	<b>12.35 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО».</b> (12+)	<b>07.35 «АКТРИСА».</b> (12+)	<b>02.30 «КРАЙ».</b> (16+)	<b>14.10, 22.20</b> Теледоктор. (12+)	<b>17.00</b> Великие воительницы викингов. (16+)
13.05 «Специальный репортаж». (16+)	<b>12.00 «СОЛДАТЫ-10».</b> (12+)	<b>16.15</b> «Моя история». (12+)	<b>09.00</b> ОТражение	<b>05.05, 07.30</b> «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)	<b>15.05, 04.25</b> Невидимая власть микробов. (12+)	<b>17.55</b> Жертвы викингов. (16+)
13.40 «Освобождение». (16+)	18.00 «+100500». (16+)	<b>17.50 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ».</b> (12+)	<b>12.20</b> «Отчий дом». (12+)	<b>09.10</b> Чадо из ада. (12+)	Мы привыкли к тому, что микробы убивают. Из-за них мы бодем и страдаем. Первые шаги в изучении отношений микробов и человека - история борьбы со страшными болезнями. Но современные исследования показывают, что, как всегда, у медали две стороны. И как выясняется теперь, вторая намного важнее для человечества и интереснее.	<b>18.50</b> Забытая армия викингов. (12+)
14.10 «СМЕРШ». (16+)	21.00 Большой кэш. (16+)	<b>19.45</b> «Игра в классики». (12+)	<b>12.35 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО».</b> (12+)	<b>11.50</b> Беременна в 16. (16+)	История болезни. Испанка. (16+)	<b>19.45, 20.45, 21.50</b> Кельты: кровью и железом. (12+)
18.00 «Главное». (16+)	23.00 «+100500». (18+)	<b>20.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ».</b> (12+)	<b>16.15</b> «Моя история». (12+)	<b>18.00</b> Я стесняюсь своего тела. (16+)	<b>14.10, 22.20</b> Теледоктор. (12+)	<b>22.50</b> Боевые корабли: Штурмовые амфибии. (12+)
19.45 «Легенды советского сыска». (16+)	23.30 iТопчик-2. (16+)	<b>22.00</b> Сергей Жилин представляет. (12+)	<b>17.50 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ».</b> (12+)	Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться?	<b>15.05, 04.25</b> Невидимая власть микробов. (12+)	<b>23.40</b> Линии фронта: Мидуэй. (12+)
23.00 «Фетисов». (12+)	Признайся, тебе давно хотелось ответить Максиму из «+100500». Мы тебя услышали! Знакомься: новое шоу на «ЧЕ!» У популярного ведущего появится напарник, таинственный Мистер Голос.	<b>22.55</b> «Леонардо да Винчи». (12+)	<b>19.45</b> «Игра в классики». (12+)	<b>20.00</b> Дом-2. Новая жизнь. (16+)	<b>15.05, 04.25</b> Невидимая власть микробов. (12+)	<b>00.40</b> Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)
<b>23.45 «МИНЫ В ФАРВАТЕРЕ».</b> (16+)	00.30 Рюкзак. (16+)	<b>00.15 «ВЫШЕ НЕБА».</b> (16+)	<b>20.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ».</b> (12+)	<b>01.00</b> Измены. (16+)	<b>18.40, 05.10</b> Мир невысказанных людей. (12+)	<b>01.30, 02.35</b> Забытые королевства Южной Америки. (12+)
	01.30 Улётное видео. (16+)		<b>22.00</b> Сергей Жилин представляет. (12+)	<b>01.55</b> «МЫ СЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)		<b>03.40</b> Взлом кодов. (16+)
			<b>22.55</b> «Леонардо да Винчи». (12+)	<b>02.40, 03.40</b> Черный список (субтитры). (16+)		<b>04.35</b> Очень странные экспонаты. (12+)
			<b>00.15 «ВЫШЕ НЕБА».</b> (16+)	<b>04.05</b> Дорогая, я забил. (12+)		<b>05.20</b> Невероятные изобретения. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



09.15 Диалоги  
о животных

- 07.20 «ТРИ ТОЛСТЯКА»
- 08.45 Тайны старого чердака
- 09.15 Петербургские встречи
- 10.00 Передача знаний
- 10.50 «МЕСЯЦ МАЙ»
- 12.05 «Невский ковчег»
- 12.35 «Игра в бисер»
- 13.15 «Элементы»
- 13.45 100 лет российскому джазу
- 14.45 00.20 «БАНДА ЧЕСТНЫХ»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.10 «Пешком...»
- 17.40 Линия жизни
- 18.35 «Романтика романа»
- 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.10 95 лет со дня рождения Михаила Ульянова
- 21.00 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ»
- 22.35 Московский театр «Геликон-опера». Опера «Альфа & Омега» в постановке Д. Бергмана. 2022 год
- 02.05 Диалоги о животных

ТВЦ



09.15 «Здоровый смысл». (16+)

- 06.05 «ТРЕМБИТА». (6+)
- 07.35 «ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ: ТАЙНА ЧЁРНОГО БОЛОТА». (12+)
- 09.15 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.45 «БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 11.30 00.35 События
- 11.45 «ДОБРОВОЛЬЦЫ». (0+)
- 13.35 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Один весёлый день». Юмористический концерт. (12+)
- 16.10 «СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ». (12+)
- 18.00 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
- 21.25 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ-2». (12+)
- 00.50 «АДВОКАТЪ АРДАШЕВЪ: УБИЙСТВО НА ВОДАХЪ». (12+)
- 03.50 «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ». (12+)
- 05.20 «Петровка, 38». (16+)

МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



09.40 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (12+)

- 06.00 Смешанные единоборства. INVICTA FC. (16+)
- 07.00 09.35 21.45 Новости
- 07.05 14.15 21.50 Все на Матч!
- 09.40 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (12+)
- 11.55 Хоккей. «Красная Армия» - МХК «Спартак». ОЛИМПБЕТ Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция
- 14.55 Футбол. Узбекистан - Россия. Товарищеский матч. Прямая трансляция из Узбекистана
- 17.00 18.15 21.00 Катар
- 17.40 Футбол. Чемпионат мира-2022. Церемония открытия. Прямая трансляция из Катара
- 18.45 Футбол. Катар - Эквадор. Чемпионат мира-2022. Прямая трансляция из Катара
- 22.30 Футбол. Узбекистан - Россия. Товарищеский матч. Трансляция из Узбекистана. (0+)
- 00.30 «Футбол после полуночи». (16+)

СПБ  
ЛЕНТВ 24



13.30 «Театральная гостиная». (16+)

- 06.40 «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ». (16+)
- 08.25 «Слово в образе». (12+)
- 08.40 «Петр Первый». (6+)
- 09.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль. (16+)
- 09.55 «Главный врач». (12+)
- 10.55 «Азбука петербуржца». (6+)
- 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
- 11.10 «Не по-детски». (6+)
- 11.25 «НЕТрудный подросток». (12+)
- 11.55 «100лица империи». (16+)
- 12.30 «Петербургские тайны». (12+)
- 13.10 «Матрица науки». (12+)
- 13.30 15.10 «Театральная гостиная». (16+)
- 15.15 18.10 «КРИК СОВЫ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 01.45 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.40 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)

ЛЕНТВ 24



23.15 «СТРИНГЕР». (18+)

- 06.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 06.30 «Маугли дикой планеты». (6+)
- 08.00 «Кондитер». (16+)
- 09.05 «Не факт!» (12+)
- 09.35 «ПОЗДНЯЯ ВСТРЕЧА». (12+)
- 11.00 15.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
- 11.15 «Гидом - буду!» (12+)
- 11.30 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (12+)
- 15.15 «КОРОЛЕВСТВО ПОЛНОЙ ЛУНЫ». (12+)
- 16.55 Волейбол. «Динамо» (ЛО) - «Зенит» (СПБ). Прямая трансляция. (6+)
- 20.00 «СДЕЛАНО В ИТАЛИИ». (16+)
- 21.00 «ТРАНЗИТ». (6+)
- 23.15 «СТРИНГЕР». (18+)
- 01.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 03.15 «ДИКАРЬ». (16+)
- 05.05 «СДЕЛАНО В ИТАЛИИ». (16+)

78  
78 КАНАЛ



13.45 «Легенды советского сыска». (12+)

- 06.00 «Загадки истории-2». (12+)
- 08.00 18.00 «Где деньги?» (12+)
- 08.30 20.00 «Автограф». (12+)
- 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
- 10.00 12.00 «Известия 78». (12+)
- 12.15 «Происшествия». (16+)
- 13.15 «Реальность». (16+)
- 13.45 «Легенды советского сыска». (12+)
- 14.30 «Отдыхаем дома». (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 «Дело декабристов». (12+)
- 18.30 «Неделя в Петербурге». (12+)
- 19.30 «Тренерская». (16+)
- 20.30 «Трезини. Родом из Тичино». (12+)
- 21.20 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 23.45 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)
- 01.20 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
- 02.55 «Сделано в СССР». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- КАРУСЕЛЬ**
  - 05.00 Ранние пташки. «Лунтики». (0+)
  - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
  - 07.30 «Супер МЯУ». (0+)
  - 09.00 «Еда на ура!» (0+)
  - 09.25 «Фиксики». (0+)
  - 11.00 «Трам-пам-пам». (0+)
  - 11.25 «Морики Дорики». (0+)
  - 11.50 «Спина к спине». (0+)
  - 13.00 «Студия красоты». (0+)
  - 13.20 «ДиноСити». (0+)
  - 15.00 «У меня лапки». (0+)
  - «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
  - 15.30 «Ералаш». (6+)
  - 16.50 «Союзмультфильм» представляет: «Маугли». (0+)
  - 18.35 «Буба». (6+)
  - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
  - 20.45 «Франжевая корова». (0+)
  - 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
  - 22.40 «Союзмультфильм» представляет: «Трое из Простоквашино». (0+)
  - 23.00 «Каникулы в Простоквашино». (0+)
  - 23.15 «Бобик в гостях у Барбоса». (0+)
  - 23.25 «Кентервильское привидение». (0+)
  - 23.40 «Ничуть не страшно». (0+)
  - 23.55 «Змей на чердаке». (0+)
  - 00.00 «Приключения Зяпуля и Точки». (0+)
  - 00.15 «Куми-Куми». (12+)
  - 01.20 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
  - 01.45 «Бумажки». (0+)
  - 03.15 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
  - 03.40 «Котики, вперёд!» (0+)
- КАНАЛ DISNEY**
  - 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
  - 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
  - 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
  - 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
  - 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
  - 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
  - 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
  - 07.30 «Золушка-2: Мечты сбываются». (0+)
  - 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
  - 11.00 «Золушка-3: Злые чары». (0+)
  - 12.25 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
  - 13.40 «ХРОНИКИ НАРНИИ: ПОКОРИТЕЛЬ ЗАРИ». (12+)
  - 15.50 «Рапунцель: Запутанная история». (12+)
  - 17.45 «Моана». (6+)
  - 19.30 «Храбрая сердцем». (6+)
  - 21.05 «ЗАЧАРОВАННАЯ». (12+)
  - Юная и прекрасная Жизель прекрасно жила в сказочном мире и готовилась к свадьбе с прекрасным принцем. Пока идиллию не нарушила злая мачеха ее избранника. Чтобы расстроить королевскую свадьбу, она отправила Жизель в мир, где, по ее мнению, не бывает счастливых концов - в современный Нью-Йорк.
  - 22.55 «ПРИНЦЕССА». (6+)
  - 00.30 «АКВАМАРИН». (12+)
  - 02.05 «Рапунцель: Новая история». (6+)
  - 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
  - 05.00 «ДОМ У ОЗЕРА». (12+)
  - 06.35 «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
  - 08.45 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
  - 10.25 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
  - 13.00 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
  - 14.40 «ВРЕМЯ». (16+)
  - 16.35 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
  - 19.00 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
  - США, 2008 г.
  - 22.00 «СЕМЬ ЛЕТ В ТИБЕТЕ». (16+)
  - 00.20 «ВОЙНА МИРОВ Z». (12+)
  - 02.10 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
  - 03.35 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
- РУССКОЕ КИНО**
  - 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
  - 07.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
  - 08.50 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
  - 10.00, 11.05, 12.00 «НЮХАЧ». (16+)
  - 13.00 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
  - 15.10 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
  - 16.40 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (12+)
  - 18.10 «БУЛКИ». (16+)
  - 20.00 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)
  - 21.55 «СВЕТЛЯЧОК». (12+)
  - 23.30 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
  - 01.05 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
  - 02.55 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
- ДОМ КИНО**
  - 07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
  - 07.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
  - 08.55 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
  - 10.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
  - 11.35 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
  - 13.10 «Бука. Моё любимое чудовище». Мультфильм. (6+)
  - 15.00 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
  - 16.55 «СВАТЫ». (16+)
  - 23.30 «ДОМОВОЙ». (6+)
  - 01.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
  - 02.50 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
  - 04.20 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (16+)
  - 05.30 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
- СУББОТА!**
  - 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
  - 16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
  - 19.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
  - 22.00 Моя жена рулит. (16+)
  - 00.10 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+)
  - 01.40, 02.10, 03.00 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лаковского. (16+)
  - 03.20 Барышня-крестьянка. (16+)
  - 04.05 «Смешарики», «Малышарики. Умные песенки». Мультсериалы. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
  - 01.25 «ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)
  - 02.55 «КАК ЖЕНИТЬ КРАСАВИЦА». (16+)
  - 04.25 «ТАК СЕБЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
  - 05.55 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
  - 07.45 «ВЫШИБАЛА». (18+)
  - 09.20 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
  - Комедия, Россия, 2018 г.
  - 11.15 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)
  - 13.05 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
  - 15.00 «ИЗ 13 В 30». (12+)
  - 16.50 «ПОИМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (12+)
  - 19.30 «ЗА БОРТОМ». (12+)
  - 21.35 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
  - 23.30 «ГДЕ МОЯ ТАЧКА, ЧУВАК?» (12+)
- МОСФИЛЬМ**
  - 06.40 «ВНИМАНИЕ, ЧЕРЕПАХА!». (12+)
  - 08.15 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (12+)
  - 10.10 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (12+)
  - 11.55 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ОГНЕННАЯ ДУГА». (12+)
  - 13.35 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ПРОРЫВ». (12+)
  - 15.15 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. НАПРАВЛЕНИЕ ГЛАВНОГО УДАРА». (12+)
  - 17.35 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. БИТВА ЗА БЕРЛИН». (12+)
  - 19.00 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ПОСЛЕДНИЙ ШТУРМ». (12+)
  - 20.20 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТЬ». (12+)
  - 23.00 Воскресная премьера
  - 02.15 «БЕГ». (12+)
  - 05.20 «ЦВЕТЫ ОТ ПОБЕДИТЕЛЕЙ». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
  - 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
  - 12.00, 20.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
  - 13.00, 21.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
  - 14.00, 22.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
  - 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
  - 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
  - 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
  - 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
  - 05.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
  - 06.00 «ПЕЙЗАЖ С УБИЙСТВОМ». (16+)
  - Сериял. Детектив, Россия, 2002 г.
- СТС LOVE**
  - 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
  - 07.10 «КУХНЯ». (12+)
  - Нагиев поспорил, что сможет приготовить кролика с розмарином... Вика сообщает Макс, что уезжает... Шю о декорировании пространства с учетом ограничения во времени и бюджете. В каждом выпуске декораторы занимаются оформлением жилого помещения героев, которые по какой-либо причине не могут сделать это сами.
  - 00.25 Сердца за любовь. (16+)
  - Шю знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
  - 05.00 День Патриарха. (0+)
  - 05.10 Молитвослов. (0+)
  - 05.30 Человек. (0+)
  - Фильм Саиды Медведевой.
  - 06.40 Дорога. (0+)
  - 07.45 Двенадцать. (12+)
  - 08.20 Простые чудеса. (12+)
  - 09.10 К 75-летию. Большое интервью Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла. (0+)
  - 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
  - 12.45 Завет. (6+)
  - 13.50 Патриарх. (0+)
  - Фильм снят к 70-летию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.
- СПАС**
  - 15.25 «ЧЕЛОВЕК С АККОРДЕОНОМ». (0+)
  - СССР, 1985 г. Режиссёр: Николай Досталь
  - 17.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
  - 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
  - 20.10 Двенадцать. (12+)
  - 20.45 Следы империи. (16+)
  - 22.20 Парсуна. С Владимиром Леонидовичем. (6+)
  - 23.20 Щипков. (12+)
  - 23.55 Лица Церкви. (6+)
  - 00.10 День Патриарха. (0+)
  - 00.25 Русский мир. (12+)
  - 01.25 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
  - 03.25 Следы империи. (16+)

Православный календарь

20 ноября  
Неделя 23-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Мучеников на Мелитине.

Прп. Лазаря Галисийского. Мч. Феодота корчемника. Мч. Меласиппа и Касиния и сына их Антонина. Прп. Зосимы Ворбозомского. Обретенные мощи прп. Кирилла Новозерского (Новгородского). Мч. Авкта, Тавриона и Фессалоникии. Сщмчч. Кирилла, митр. Казанского, Михаила, Александра, Николая, Александра, Николая.

Алексия, Павла, Василия, Павлина пресвитеров, Иоанна и Вениамина диаконов, мч. Николая, мч. Елисаветы. Сщмчч. Сергия, архиеп. Елецкого, Николая пресвитера и мч. Георгия. Обретенные мощи сщмч. Константина пресвитера. Иконы Божией Матери «Взыграние», Угрешской.

Поста нет.

«Подобает не отвращаться от ищущих от нас пользы под предлогом беседы с Богом: ибо любовь лучше молитвы».  
Старец Анатолий Оптинский



Открывая банку со шпротами, я как-то неловко дёрнула ножом и порезала палец.

**С**ильно порезала, кровь хлестала, будь здоров. И вот только в тот момент я заплакала. Как будто и этот нож, и злополучная банка только и ждали момента побольнее «укусить», напомним мне, что я не робот, что я еще жива и что мне тоже нужно выплываться. Давно пора.

### Ишь чего удумал

– Ленка, ты киборг, я тебе точно говорю, – прошелестела сонно сестра, с трудом приоткрыв один глаз, – ты знаешь, сколько сейчас времени?

Я мельком глянула на часы:

– Половина второго, – послушно ответила на вопрос и снова уткнулась в экран рабочего ноутбука.

– Ночи, Лен, половина второго ночи, – повысила сестра голос. – Ты когда-нибудь вообще спишь?

– Еще пара минут, – пообещала я, не отрываясь от схем и таблиц на мониторе.

– Люди так не могут, – сестра натянула одеяло до бровей, от чего голос ее зазвучал глухо и еще более грозно, – ты киборг, я теперь точно это знаю. А я еще Мишке не верила, когда он мне жаловался.

– Мишка тебе жаловался? – я глянула на диван, где спала, ну вернее, пыталась спать сестра, но увидела только «сгрудившееся» на нем одеяло.

– А я что, сказала, что Мишка жаловался? – сестра сменила тон на заискивающий. – Это я спросонья, не обращай внимания.

И, повернувшись ко мне спиной, сестра сделала вид, что уснула, мерно засопев.

Я еще немного посидела за ноутбуком, но рабо-

# «Я ждал пять лет»



В любимом человеке нравятся даже недостатки, а в нелюбимом раздражают даже достоинства.  
Омар Хайям

та не двигалась. Выключив машину, я тихонечко пробралась в спальню, нырнула под одеяло и прижалась к теплому боку спящего мужа. Жаловался он, ишь чего удумал.

### «Я исправлюсь, честно»

– Миш, я задержусь сегодня. На часок, не больше, – виновато тараторила я в трубку вечером следующего дня. – Понимаешь, замдиректора на симпозиум в Сочи летит, срочно нужно доделать отчет.

– А ты тут при чем? – недовольно прогудел в трубку муж. – Он летит, он пусть и доделывает.

– Ну, Миш, ты же все понимаешь, – не сдавалась я. – Честное слово, я недолго. У меня почти все готово.

Стыдно перед мужем было ужасно. Завтра у него день рождения, Аня вон прилетела аж из Екатеринбурга, чтобы повидаться, со столом помочь, а я тут

на работе заседаю. Ну ничего, доделаю графики и помчусь. Успею.

...Успела. Ввалилась в квартиру в двенадцатом часу ночи. Мишка уже спал, Анька гремела посудой на кухне. На удивление, никто не собрался меня чихвостить, взывать к моей совести и заставлять в наказание чистить лук.

– Ань, чем помочь? – воровалась я на кухню, даже не переодевшись.

– Ничем, без тебя справились, – отрезала сестра, натирая железной щеткой дно сковороды у раковины и даже не повернувшись в мою сторону.

– Ну, Ань, прости, – взмолилась я, глазами рыская по кухне в надежде слопать что-нибудь незаметно, есть хотелось ужасно.

– Борщ в холодильнике, – все так же сосредоточившись на сковородке, пробубнила сестра. – Открытая сметана на второй полке сверху.

– Спасибо, – искренне поблагодарила я. – Я реал-

билитируюсь, честно. На завтра отгул взяла. Буду накрывать на стол и мыть посуду, обещаю.

### «Не держи его»

А вечером следующего дня я стояла у окна, обхватив плечи руками и невидящим взглядом скользя по ночному небу. На нем совершенно не было звезд, только густая чернильная бездна высоко-высоко. Прыгнуть бы туда, погрузиться в эту мглу с головой и там остаться. Может, тогда не будет так больно...

Праздник получился прекрасный. Аня и Мишка наготовили вкусных деликатесов, я заморочилась и придумала для гостей конкурсы. Играли на гитаре, пели. Все было просто замечательно. Я предвкушала приватное общение в будуаре после ухода гостей...

– Лен, я ухожу от тебя, – объявил Михаил, когда за последним гостем закрылась дверь.

– Куда это? – весело спросила я, пробегая мимо с вазочкой сладостей и не сразу поняв, что происходит.

– А есть разница куда? – спросил муж. – Важно, что я ухожу от тебя. Я устал, Лен. Я о семье мечтал, о детях. Думал, дачу купим, будем туда летом ездить. Собаку заведем.

– Давай заведем, – уцепилась я за последнюю фразу, с мольбой заглянула в глаза мужу, из вазы в дрожащих руках посыпались конфеты.

– Заведем, – из-за моей спины с сумкой вещей вышла Аня. – Лен, не держи его. Он с тобой несчастлив.

### Поживём – увидим

Я сунула обрезанный палец под струю ледяной воды, а ладонью здоровой руки смахнула со щек слезы. На ладони остались черные разводы туши. Ну вот, теперь еще и выгляжу, как после шабаша.

– Лена, как же ты так? – на кухню влетела раскрасневшаяся подруга. – Подожди, я сейчас пластырь принесу и перекись.

– Дай посмотрю, – мою уже изрядно посиневшую от ледяной воды руку взял в свои огромные лапищи Димка – сокурсник.

Собственно, мы все тут были сокурсниками. Решили устроить внеплановую встречу, пообщаться, отдохнуть, расслабиться, вкусно поесть. Я взялась делать тосты со шпротами, ну и вот, щедро полила их собственной кровушкой и слезами.

– Похоже, остались мы без бутербродов, – всхлипнула я, глядя на Димку.

– Ты никогда не умела готовить, – улыбнулся он и приложил к ранке ватный диск, намоченный перекисью водорода, которую успела принести Галка.

– А ты никогда не умел сделать вид, что тебе нравится, и соврать, что вкусно, – грустно улыбнулась я ему в ответ.

– Это правда, – согласился он, клея к моему пальцу пластырь. – Поэтому я научился готовить сам, и теперь мы точно не будем голодать. Очень актуальная тема, учитывая, сколько ты работаешь.

– Ты что, делаешь мне предложение? – я посмотрела на Димку с веселой внимательностью.

– Да, – просто ответил он. – Пять лет ждал. Знал, что Михаил такую женщину, как ты, не потянет. Не дорос.

– А ты дорос? – мне было весело.

– Не попробуешь, не узнаешь, – поцеловал мой «пластырный» палец мужчина. – И давай я сам займусь бутербродами, а ты садись рядом и рассказывай про свой новый проект на работе. Слышал, ты там что-то грандиозное готовишь.

Димка ухватился за так и не открытую банку шпрот, а я, подперев кулачками подбородок, с азартом начала рассказывать про свой проект. И Димке было интересно, честное слово, я это видела. Замуж? Ну, может быть. Поживем, увидим.

ЕЛЕНА

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



## Судоку

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

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

Тёплый свитер, пушистый джемпер, уютный кардиган – одежда номер один для промозглых дней поздней осени. И конечно, идеальный вариант такой одежды – оверсайз.

**С**егодня мы расскажем, какие модели в тренде в этом сезоне и с чем их лучше носить. Тепло и уют – это первое, что требуется нам, когда за окнами холод и сырость. Поэтому, как бы ни любили мы красоту и стиль, поздней осенью мы все равно предпочтем объемный трикотаж.



# Объёмный свитер, джемпер, кардиган

каждому своё

## Критерии выбора

Может показаться, что объем этих вещей упрощает выбор, однако это не совсем так. Чтобы найти модель, подходящую по всем параметрам, придется потрудиться.

**1** Длина – зависит от роста: дамы высокого роста могут позволить себе любую длину, а вот дюймовочкам лучше отдать предпочтение длине до бедер; однако в случае, если свитер выглядит как платье, его длина может быть любой.

**2** Гладкий или объемный – зависит от фигуры: если сложение не самое хрупкое, лучше предпочесть гладкое полотно, обладательницы же скромных размеров могут выбирать, но объемная вязка, особенно косы и другие выпуклые рисунки подходят им, как ничто другое.

**3** Цвет – зависит от многих факторов. Конечно, в первую очередь это цветотип и основные оттенки уже имеющегося гардероба. Во вторую – это особенности фигуры и возраст: если хочется скрыть проблемные места, лучше выбирать темные тона, дамам элегантного возраста больше подходят светлые, освежающие.

## Что такое вязаное изделие оверсайз

Оверсайз – это не просто вещь на 2-3 размера больше. То есть пойти простым путем и снять с мужа его джемпер не получится – он так и останется джемпером с чужого плеча. Одежда оверсайз кроится по лекалам. Несмотря на то что у такой одежды увеличиваются полочки, рукава, спинка и другие детали, делается это с соблюдением всех пропорций. В результате получается вещь, которая только на первый взгляд выглядит на пару размеров больше, но на фигуре сидит безупречно.

## Модные пары

Свитер и джемпер оверсайз предпочтительнее носить с вязаными гетрами или высокими ботфортами. Оба эти сочетания удачны со всех сторон, а потому, скорее всего, задержатся в трендах надолго.

## С чем носить

И свитера, и джемперы, и кардиганы оверсайз прекрасно комплектуются с большинством вещей. Очень красивые образы получаются и с юбками, и с брюками, и с платьями – видимо, именно поэтому они и вписались так быстро в базовый гардероб.

*Главное – вещь должна нравиться, в ней должно быть удобно и комфортно. Если выбранная вещь хорошо сидит, прекрасно вписывается в гардероб, но при этом просто почему-то не нравится, не стоит ее приобретать.*

Свитер оверсайз некоторых пор входит в базовый гардероб, поэтому его приобретение – это хорошее вложение средств. Однако, рассчитывая носить его долго, лучше отказаться от остромодных моделей и выбирать варианты, наиболее близкие к классике.

Светлана ИВАНОВА

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 14 ПО 20 НОЯБРЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 14 НОЯБРЯ

В 1901 году врач Карл Ландштейнер разделил все образцы крови на три группы: А, В и 0.

В 1994 году открывается движение между Парижем и Лондоном через туннель под Ла-Маншем.

#### 15 НОЯБРЯ

В 1815 году совершил рейс первый русский пароход «Елизавета» из Петербурга в Кронштадт и обратно.

В 1933 году в Москве началось регулярное движение троллейбусов.

#### 16 НОЯБРЯ

Подвиг героев-панфиловцев в 1941 году.

#### 17 НОЯБРЯ

В 1869 году Суэцкий канал был открыт для судоходства.

В 1966 году в ночь с 16 на 17 ноября зарегистрирован самый большой метеоритный дождь. В 1970 году в путешествие по Луне отправляется «Луноход-1».

#### 18 НОЯБРЯ

В 1775 году был издан манифест о новом областном делении России – империя разделилась на 50 губерний.

В 1842 году был издан указ о построении первого постоянного моста через Неву – Благовещенского.

#### 19 НОЯБРЯ

В 1824 году произошло крупнейшее в истории Санкт-Петербурга наводнение.

#### 20 НОЯБРЯ

В 1480 году окончилось стояние на Угре – конец Татаро-монгольского владычества на Руси.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

**14 НОЯБРЯ.** Димитрий, Елисавета, Иоанн, Иулиания, Феодор.  
**15 НОЯБРЯ.** Константин.  
**16 НОЯБРЯ.** Василий, Владимир, Павел, Пётр, Сергей.  
**17 НОЯБРЯ.** Александр, Евгения, Николай.  
**18 НОЯБРЯ.** Григорий.  
**19 НОЯБРЯ.** Александра, Анатолий, Арсений, Никита, Нина.  
**20 НОЯБРЯ.** Алексей, Валерий, Вениамин, Евгений, Кирилл, Михаил.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

**14 НОЯБРЯ** ■ Международный день логопеда  
**15 НОЯБРЯ** ■ Всероссийский день призвыника  
 ■ День создания подразделений по борьбе с организованной преступностью в России  
**16 НОЯБРЯ** ■ Всероссийский день проектировщика  
**17 НОЯБРЯ** ■ Международный день студентов  
 ■ День участковых уполномоченных полиции в России ■ День отказа от курения  
**18 НОЯБРЯ** ■ День рождения Деда Мороза  
**19 НОЯБРЯ** ■ Международный мужской день  
 ■ День ракетных войск и артиллерии в России  
**20 НОЯБРЯ** ■ День работника транспорта в России

### НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

#### Федот лёд да холода ведёт

**14 ноября**, на Кузьминки, в народе было принято отмечать встречу зимы. Про этот день говорили: «Кузьминки – осени поминки». Если день выдавался снежным, то ждали большого разлива рек весной.

**15 ноября**, в день Акиндина и Пигасия, наблюдали за поведением птиц: галки и синицы, летающие по двору, сушили снегопады, а снегири – морозы.

Про день Анны Холодной, **16 ноября**, говорили: «Анна холодная – осень голодная». Это значило, что похолодание предвещало скудный урожай в будущем году.

**17 ноября**, в Еремин день, было принято определять грядущую погоду по явлениям природы: туман говорил о скорой отте-

пели, а иней – о наступлении холодов.

**18 ноября**, в день Ионы, было принято следить за луной: если она в дымке, то стоило ждать непогоды.

На Павла Ледостава, **19 ноября**, грядущую погоду определяли по поведению птиц: вороны или галки, собирающиеся в стаи, предвещали снегопад, гуси на воде – потепление, а много птиц на ветвях деревьев – ветер и заморозки.

Про Федотов день, **20 ноября**, в народе говорили: «Федот лед да холода ведёт», подмечали, что гололед в этот день сулил долгие холода.

Кем я считаю себя по отношению к кошке? Хозяином. Кем кошка считает меня? Оператором двери.



# 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.



Учредитель, редакция и издатель: 000 «Издательская группа «КАРДОС»  
 Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.  
 Адрес редакции: 127018, Россия г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru  
 Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77 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 ДАНЬКИНА 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

№ 45 (241).  
 Дата подписания в печать: 23.00 час. 07.10.2022 г.  
 Дата производства: 08.11.2022 г.  
 Дата выхода в свет: 08.11.2022 г. Тираж 72 610 экз.  
 Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44  
 Заказ ДБ-47/45. Выходит во всех областях СЗФО.  
 Тираж этого номера 901 290 экз.  
 Рекомендованная цена в розницу 17 рублей.  
 Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
 Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.  
 Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
 Копирование без указания источника запрещено

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

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.

**В**ера покрутила в руке клюшку, примерилась ею к воображаемому мячу, имитировала удар. Восхищенно выдохнула.

– Вы играете в гольф? – спросила ее хозяйка особняка, чуть поведя покатым плечиком, от чего шелковый халат тут же сполз до локтя, обнажив прекрасные руки.

Женщина кокетливо поправила халатик, подошла к чайному столику, присела рядом с ним на диван и посмотрела на Веру.

**Н**емного, – отозвалась следователь. – А вы? Это ведь ваши клюшки? Чудесные! Идеально в руку ложатся. Но мне такие не по карману.

– Да, это мои, – снисходительно улыбнулась дама и сделала жест в сторону горничной, чтобы та подавала чай.

# Беседа за чаем

**Г**орничная проворно нырнула куда-то в недра дома и через минуту вернулась в гостиную с подносом, на котором разместились нереальной красоты фарфоровые чашки и чайник. Вера не удержалась и ахнула. Хозяйка дома это заметила и снова снисходительно улыбнулась своей гостье.

– Клюшки я купила в Италии, специально ездила туда за ними. Да, это недешевое приобретение. Но я ведь этого стою, правда? И вы тоже, – взглянула она в глаза Вере. – Как только вы это осознаете, у вас все будет.

Вера вежливо улыбнулась. Потянулась за предложенным чаем. Хозяйка дома тоже взяла свою чашку, медленно отхлебнула горячий напиток, продолжая смотреть на Веру поверх края чашки.

– К слову, о вашем муже, – Вера тоже отхлебнула обжигающий чай, поморщилась – кипятком она не лю-

била. – Вы утверждаете, что понятия не имеете, за что он ударил вашего тренера по гольфу?

**А**лександр Палыч всегда отличался излишней вспыльчивостью, – женщина взглянула на портрет над камином, с которого строго взирал написанный маслом пожилой мужчина в старомодном камзоле. Рядом его молодая жена с букетиком фиалок в левой руке и старинным платьем викторианской эпохи. – Портрет ему друзья подарили на юбилей, – пояснила жена строгого мужчины Вере. – Да, Александр Палыч вспыльчив, но я и понятия не имею, за что он ударил Олега. Я даже не знала, что мой муж бывает в гольф-клубе. Он не любит этот вид спорта.

– А как часто вы там бываете? – поинтересовалась Вера, внимательно изучая молодую, ухоженную особу в шелках.

– Два раза в неделю, – охотно ответила та и вновь отхлебнула из чашки. – И пару раз в неделю беру у Олега частные уроки. Вот почему у меня дома запас-

ной набор клюшек. Еще один точно такой же – в клубе.

**В**аш молодой тренер приезжает к вам или вы бываете у него? – ничего не выражающим тоном спросила следователь.

– По-разному, – пожалала плечами женщина. – Все зависит от обстоятельств. Скажите, а делая акцент на возрасте Олега, вы дали понять, что подозреваете меня в адюльтере, или мне показалось?

**А** вы проницательны, – улыбнулась женщине Вера. – И знаете, пять минут назад я убедилась в верности своего предположения. Думаю, это и послужило причиной конфликта между вашим мужем и тренером. Но, надо отдать должное вашему супругу, даже находясь под следствием, он не выдал причины своей несдержанности, берег вашу честь. Искренне советую вам поговорить с любовником и уговорить его забрать заявление на вашего мужа. Как мне кажется, несколько некрасиво оставаться в стороне, когда конфликт произошел из-за вас.

Любовь АНИНА



**Почему следователь так уверена, что между хозяйкой особняка и ее тренером по гольфу существует любовная связь?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 44:** Вера обвиняет зятя в покушении на убийство сестры. Во-первых, кровь на верхней площадке перед лестницей. Упала бы Инга на площадке, там бы и осталась. Но, как мы помним, Вера нашла ее внизу лестницы. Пропала тяжелая мраморная скалка хозяйки дома – чем не орудие для убийства? Плюс беспорядок в шкафу Инги. Именно в нем и нигде больше. Что-то искали и знали, где искать. Синяки на запястье, рваная рана на щеке. Вспомним, а на пальце Вадима кольцо-дракон с острым гребнем. Порез на правой щеке – дракон в левой руке. А били как раз левой рукой. К тому же Инга явно боится говорить правду. Видимо, Вадим не первый раз распускает руки.

Рис. Ирина Светлов

## КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (962) 724-29-44
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от <b>300</b> рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	<ol style="list-style-type: none"> <li>Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте <i>kardos.media</i>, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);</li> <li>В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, 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.</li> </ol>

Скидки  
уточняйте  
у менеджера

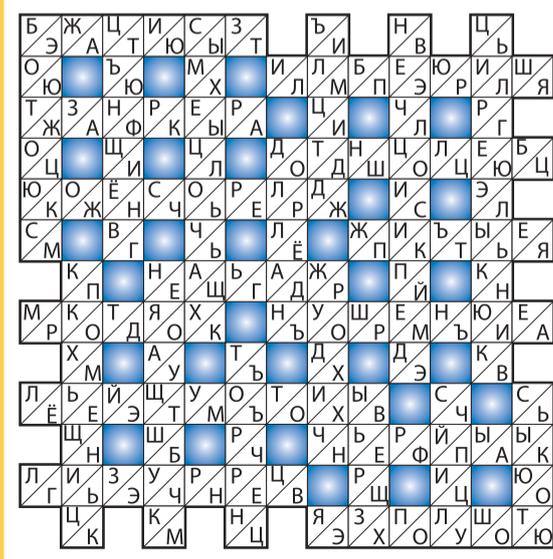
## ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

<b>ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ</b> <b>Городская служба вывоза и утилизации №1</b> <b>Избавим от мебели и ненужных вещей за 10–15 мин в день обращения!</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Диваны • Кровати</li> <li>Шафы • Пианино</li> <li>Мебель с насекомыми</li> <li>Освободим балкон от хлама</li> </ul> <b>ВЫВОЗИМ ВСЁ!</b> Подача машины в удобное время <b>Тел.: 903-50-73</b>	<b>ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ</b> КУПЛЮ ДОРОГО. 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. <b>Тел.: 929-92-55, Александр.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ: сервизы, хрусталь, вазы, статуэтки, иконы, картины, янтарь, монеты, банкноты, значки, ромбы, медали, книги, часы, самовары, подстаканники, серебро, золото, бронзу, ёлочные игрушки, модельки машин, куклы, открытки и фотографии до 1946 г., фотоаппараты, мебель. Тел.: 8 (905) 286-44-68.</li> <li>8 (931) 337-91-68 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70</li> <li>8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68</li> <li>8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05</li> </ul>
---	--

<b>КУПЛЮ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>8 (980-08-00) Дорого! Зингер. Книги. Часы. Кукол. Ёлочные и детские игрушки. Мебель. Значки. Картины. Самовары. Открытки. Фото. Бусы. Сервизы. Патефоны. Хрусталь. Военные вещи. Люстры. Лампы. Детали. Посуду. Архивы. Пианино. Бюсты. Грамоты. Вымпелы. Электроинструменты. Фигурки и другое. Тел.: 980-08-00</li> <li>8 (996-55-66) Книги, Зингер, картины, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервизы, вазы, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппараты, игрушки, самовары, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66</li> <li>8 (984-20-55) Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55</li> </ul>	<b>ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:</b>  <b>ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»</b> 8 (962) 724-29-44  <b>РА «ПАЛЛАДА»</b> 8 (921) 899-98-75  <b>РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»</b> 8 (812) 424-32-11  <b>РА «ФРИИ МЕДИА»</b> 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет
---	---

<b>СООБЩЕНИЯ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Диплом № 5344692, выданный в 1984 г. Юрветским сельскохозяйственным техникумом на имя Жерновой Татьяны Николаевны, в связи с утерей считать недействительным.</li> <li>Диплом, выданный Омским Государственным Техническим Университетом в 2015 году, на имя Юрочкиной Юлии Андреевны, в связи с утерей считать недействительным.</li> </ul>	<b>ХОТИТЕ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!</b> <b>8 (962) 724-29-44</b>
---	--



## КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

**По горизонтали:** Батист. Империя. Танкер. Однолюб. Консьерж. Питье. Нагар. Моток. Ношение. Лейтмотив. Черпак. Лизунец. Эхолот.

**По вертикали:** Ботокс. Тюнинг. Смелычак. Имидж. Велосипед. Цирюльник. Орлан. Помещик. Ноутбук. Родич. Торец. Верх. Спил. Скот.

Официально датой основания Твери считается 1135 год. Через почти 50 лет князь Всеволод III построи здесь, на высоком берегу Волги, кремль и «велел наблюдать, чтобы от Новгорода и Торжка люди для воровства на Волгу не приезжали». А мы сегодня прогуляемся по городу, где останавливались царские семьи, жили И.А. Крылов и М.Е. Салтыков-Щедрин, творили А.С. Пушкин и Ф.М. Достоевский, родился купец Афанасий Никитин, который побывал в Индии, построен Морозовский городок, он же «Пролетарка» (на Всемирной выставке в Париже в 1900 году Морозовский городок назвали лучшим рабочим городком мира), и много других исторических объектов.

# Отправляемся в путешествие в Тверь



- 1** Именно удачное расположение города на гостевой дороге из Петербурга в Москву стало причиной строительства этого дворца, в котором сегодня размещается Тверская областная картинная галерея с уникальной коллекцией работ Айвазовского, Коровина, Серова и других великих художников. Роскошное здание построили для императрицы Екатерины II, которая считала город одним из красивейших в России. Именно по её приказу город отстроили в камне после пожара 1763 года. Как называется этот тверской дворец, где по утрам императрица выпивала чашечку кофе со сливками и миндальными гренками (по легенде, такого крепкого, что попробовавший его сенатор «чуть не помер»?
  - а) Государев путевой.
  - б) Екатерининский путевой.
  - в) Императорский путевой.
- 2** Тверь стоит на крупнейшей реке Европы – Волге (исток которой находится в Тверской области), в районе впадения в неё рек Тверцы и Тьмаки. На территории Твери более 30 мостов, а соединяют левобережную (заволжскую) часть города с правобережной пять мостовых переходов через Волгу. Один из этих мостов, сооружённый в 1953-56 годах, имеет интересную преемственность: для его постройки использовали конструкции моста Лейтенанта Шмидта (был построен в Петербурге в 1843-1850 гг. как Николаевский). Как называется этот мост?
  - а) Мигаловский.
  - б) Старый Волжский.
  - в) Новый Волжский.
- 3** В 1247 году Тверь была выделена в удел князю Александру Ярославичу Невскому и стала столицей Тверского княжества. А через пять лет (по некоторым источникам – через восемь лет) перешла к его брату Ярославу Ярославичу, который и стал родоначальником тверской княжеской династии. Даже став великим князем владимирским, Ярослав остался жить в Твери. А вот памятник благодарные тверичи установили одному из потомков князя, который возобновил каменное строительство и летописание в городе. Какого тверского князя увековечили и на памятнике «Тысячелетие России» в Великом Новгороде?
  - а) Михаила Ярославича.
  - б) Ярослава Ярославича.
  - в) Юрия Михайловича.
- 4** Традиционно славится Тверская земля вышивкой золотой нитью. С древних времён торжокская школа золотого шитья была одной из ведущих: кроме икон вышивали головные уборы, сарафаны и даже обувь и седла. В XIX веке в Торжке начали изготавливать особые заказы – так называемое мундирное шитьё. В ту пору в России были учреждены специальными законами типы мундиров членов Императорского двора, а затем и гражданских чиновников министерств и ведомств империи. Всё это можно увидеть в Музее золотого шитья. Один из мундиров более месяца вышивали златошвей Твери для «Мосфильма». Для какого фильма предназначался этот мундир?
  - а) «Анна Каренина».
  - б) «Война и мир».
  - в) «Битва при Ватерлоо».
- 5** Расположенная на правом берегу Волги тверская набережная названа в честь Степана Разина. Прогуливаясь по ней, можно увидеть сохранившиеся здания XVIII века, застроенные «единою фасадом». Какому знаменитому русскому архитектору принадлежит не только воплощение строительства зданий, как в Петербурге, но и проект: улицы расходятся от центра города веером?
  - а) Василию Баженову.
  - б) Матвею Казакову.
  - в) Константину Тону.



## ОТВЕТЫ

- 1-в. Тверской императорский путевой дворец.  
2-в. Новый Волжский мост.  
3-в. Снава Ярославича Ярославича – Михаила Ярославича.  
4-а. «Анна Каренина» (в Твери вышивали мундир Степана Разина).  
5-б. Матвею Казакову.

## ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

### «...вера твоя спасла тебя; иди с миром»

И вот, пришел человек, именем Иаир, который был начальником синагоги; и, пав к ногам Иисуса, просил Его войти к нему в дом, потому что у него была одна дочь, лет двенадцати, и та была при смерти. Когда же Он шел, народ теснил Его. И женщина, страдавшая кровотечением двенадцать лет, которая, издержав на врачей все имение, ни одним не могла быть вылечена, подойдя сзади, коснулась края одежды Его; и тотчас течение крови у ней остановилось. И сказал Иисус: кто прикоснулся ко Мне? Когда же все отрицались, Пётр сказал и бывшие с Ним: Наставник! народ окружает Тебя и теснит, – и Ты говоришь: кто прикоснулся ко Мне? Но Иисус сказал: прикоснулся ко Мне некто, ибо Я чувствовал силу, исшедшую из Меня. Женщина, видя, что она не утаилась, с трепетом подошла и, пав пред Ним, объявила Ему перед всем народом, по какой причине прикоснулась к Нему и как тотчас исцелилась. Он сказал ей: дерзай, дочери! вера твоя спасла тебя; иди с миром. Когда Он еще



говорил это, приходит некто из дома начальника синагоги и говорит ему: дочь твоя умерла; не утруждай Учителя. Но Иисус, услышав это, сказал ему: не бойся, только веруй, и спасена будет. Придя же в дом, не позволил войти никому, кроме Петра, Иоанна и Иакова, и отца девицы, и матери. Все плакали и рыдали о ней. Но Он сказал: не плачьте; она не умерла, но спит. И смеялись над Ним, зная, что она умерла. Он же, выслав всех вон и взяв ее за руку, возгласил: девица! встань. И возвратился дух ее; она тотчас встала, и Он велел дать ей есть. И удивились родители ее. Он же повелел им не сказывать никому о происшедшем.

## Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 20 ноября, в воскресенье.

Размышляя над этим чтением, можно представить себе отчаяние, которое охватило начальника синагоги Иаира, ведь его дочь была так молода. Отчаяние кровотоковой жены было совсем другого рода, оно случилось не вдруг, как смертельная болезнь ребенка. Нет, ее отчаяние возникало постепенно, когда денег становилось все меньше, а вместе с ними таяли и надежды на исцеление. Так или иначе, оба, и Иаир, и кровотоковая жена, отчаялись: ведь он – начальник синагоги – падает к ногам Христа, а женщина решается на нарушение закона, выходя на улицу с кровотечением и прикасаясь к Нему хотя бы украдкой. Почему же они это делают? Потому что в их душах есть не только отчаяние, но и доверие Богу, и они делают правильный выбор.

Обратившись к своей душе, мы увидим, что в ней очень много самых разных чувств, которые

### Комментирует священник Стефан Домусчи



лишь отчасти поддаются нашим решениям. Они могут противоречить друг другу, но все же в большинстве случаев именно от нас зависит, какому из них мы отдадим предпочтение. И вот мы видим истории двух разных людей, которые делают правильный выбор – из глубины отчаяния они обращаются к Тому, Кто оказывается их последней надеждой. Несмотря ни на что, они не соглашались с тем, что отчаяние – это единственное, что им осталось, и открывают свое сердце надежде.

Размышляя над этим чтением, кто-нибудь может возмутиться и сказать: да, в тот момент Христос ответил на их просьбы, Он был рядом, Его можно было коснуться или пригласить в дом! Но ведь сегодня все иначе. Конечно, вы скажете, что сегодня можно прийти в храм, упасть на колени и про-

сить. Но сколько таких людей молилось за умирающих детей, сколько было неизлечимо больных... И ведь далеко не все были услышаны, как те, о ком мы говорим сегодня. Отчасти это действительно так, ведь далеко не все наши прошения разрешаются так, как нужно именно нам. Однако Христос пришел не для того, чтобы решать наши проблемы, какими бы страшными они ни были. Чудеса, которые Он являл, – пример Его любви и силы, но пришел Он не просто для того, чтобы помогать нам в наших немощах, отвращая от нас болезни и смерть, но для того, чтобы исцелить главную болезнь – болезнь греха и упразднить смерть, открывая нам возможность жизни вечной.



Вышний Волочек 104,5 FM

Губкин 104,0 FM

Задонск 103,9 FM

Липецк 97,9 FM

Москва и область 100,9 FM

Мосолово 101,0 FM

Орёл 95,6 FM

Осташков 99,4 FM

Ржев 102,4 FM

Рязань 102,5 FM

Смоленск 88,4 FM

Старый Оскол 104,0 FM

Тверь 89,4 FM

ДОСТУПНО  
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

Реклама

**LEOMAX**

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

Включай и заказывай в прямых эфирах на сайте [leomax.ru](http://leomax.ru) или на кнопке пульта твоего ТВ:



БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПРИ ОПЛАТЕ КАРТОЙ!

**Ваш ПОДАРОК за заказ\*!**

Сумка кросс-боди «Харизма» из натуральной кожи



**Лимонадница «Муза»**

**лот 28463 1999.-**  
Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной оправкой.  
Позволяет красиво подавать на стол морсы, соки и другие напитки.  
Удобный кран поможет налить напиток аккуратно.  
Материал корпуса: стекло. Объем: 2 л. Высота: 46 см с крышкой.



**Набор из 4 стеклянных кружек**

**лот 202380 1499.- 4 шт.**  
Кружки отлично подойдут к лимонаднице «Муза».  
Из высококачественного стекла, украшенного рельефной оправкой.  
Материал: стекло. Объем: 250 мл. Высота: 16,5 см. В комплекте: 4 кружки. Можно мыть в посудомоечной машине.



**Сушилка для овощей и фруктов «Урожайный год+»**

**лот 24277-02 2999.-**  
Сушит овощи, фрукты и ягоды, грибы, травы и даже мясо!  
Сохраняет полезные свойства продуктов.  
Макс. температура: 70°C.  
Размер: 32x32x23,5 см.  
Материал: пластик.  
Мощность: 100 Вт.  
Напряжение: 220 В.  
В комплекте: сушилка, 5 лотков.



**Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов**

**лот 22462 999.-**  
Лезвия из высококачественной нержавеющей стали с покрытием Granite, бакелитовые ручки.  
Продукты не прилипают к поверхности лезвий.  
В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); нож для хлеба (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овощечистка.  
Не подходят для мытья в посудомоечной машине!



**Электрическая ножепочка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная)**

**лот 21703-04 799.-**  
Наточит ножи, ножицы, отвертки и другие инструменты.  
Есть поддон для опилок.  
Материал: пластик, металл. Размер: 6x8,5x14 см.  
Работает от 4 батареек типа AA (в комплект не входят).



**Кухонные весы с чашей**

**лот 202800 999.-**  
Съемная чаша (600 мл), ЖК-дисплей.  
Индикатор перегрузки и зарядки батареи.  
Функция взвешивания тары.  
Цена деления: 1 г. Максимальный вес: 5 кг.  
Питание от 2 батареек AA (в комплекте).  
Размер весов: 13,5x19x3,5 см.  
Материал: пластик. Цвет: желтый, малиновый (укажите при заказе).



**Комбайн «Здоровье+»**

**лот 28089 1999.-**  
Заменил терку, шинковку и шнековую соковыжималку.  
Готовим салаты, соки, соусы и др.  
Размер: 29x18x20 см.  
Материал: пластик, нержавеющая сталь.  
В комплекте: база для комбайна, насадка-овощерезка с толкателем и двумя насадками, насадка-соковыжималка (шнековая), ручка, инструкция.



**Форма для запекания «Рататуй»**

**лот 91534 799.-**  
Оригинальный дизайн.  
Качественная керамика выдерживает нагрев до 220°C.  
Экологично и безопасно.  
Материал: керамика.  
Размер: 21x12x6 см, 550 мл (1. «Авокадо», 2. «Перец», 3. «Баклажан»); 18x17,5x6 см, 600 мл (4. «Томат», 5. «Тыква»). Укажите при заказе.



**Электродуховка «Русская печь+»**

**лот 24280 3999.-**  
За счет особой циркуляции горячего воздуха блюда получаются как из печи.  
Просто, быстро, экономично и вкусно.  
Материал: сталь. Мощность: 625 Вт.  
Напряжение: 220 В. Вес: 6 кг.  
В комплекте: 2 противня, электродуховка, шнур питания, инструкция. Цвет: красный, черный (укажите при заказе). Размер: 40,5x25,5x31 см.



**Набор алмазной мозаики, 2 шт. 2 шт.**

**лот 28293 799.-**  
В наборе: клейкий холст (30x40 см), стразы, лоток, клей, карандаш для нанесения стразов, упаковка. В комплекте 2 набора на выбор: «Николай Чудотворец» (1), «Пресвятая Богородица Донская» (2). Укажите при заказе.



**Кадка с гнетом «Разносолы»**

**лот 28938-02 2999.-**  
Ароматные заготовки квашеной капусты, соленых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках! Материал: древесина липы, нержавеющей стали.  
Объем: 10 л.



**Триммер 2 в 1 «Аполлон»**

**лот 40804 1299.-**  
Подравнивание стрижки, усов, бороды и бакенбардов.  
Удаление волос в носу и ушах.  
Встроенная подсветка.  
Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь. Работает от 2 батареек AAA (в комплект не входят). Мощность: 10-12 Вт.  
Размер: 12x2x4 см. В комплекте: триммер, 3 насадки (6, 4 и 2 мм), 2 насадки-расчески, щеточка.



**«Сашель», крем дневной, крем ночной**

**лот 92506-01 Рейши дневной 799.-**  
**лот 92507-01 Артемия ночной 799.-**  
Рейши Дневной  
Восстанавливает упругость кожи.  
Устраняет угри, прыщи, пигментные пятна.  
Артемия Ночной  
Препятствует преждевременному старению кожи.  
Устраняет последствия дневного напряжения и стресса кожи.  
Объем: 30 мл. Крем является концентратом.



**Набор духов «Быть может», 2 флакона + 3-й в ПОДАРОК, 30 мл**

**лот 402309 999.- 3 шт.**  
В наборе 3 аромата: «Париж», «Лондон», «Нью-Йорк». Объем одного флакона: 10 мл.



**Меховый жилет из верблюжьей шерсти**

**лот 43680 3999.-**  
Хорошо греет, имеет широкий покрой, большие карманы и застегу на молнии.  
Модель универсальна: подходит и для мужчин, и для женщин.  
Материал: 60% верблюжья шерсть, 20% овечья шерсть, 20% ПЭ.  
Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64.  
Цвет: бежевый.



**Термоноски «Аляска», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!**

**лот 45368 999.- 4 пары**  
Согреют ваши ноги в любую погоду.  
Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс.  
Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.).  
В комплекте: 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!



**Куртка стеганая с планкой и воротником стойка**

**лот 303846 4499.-**  
Материал: 50% вискоза, 50% ПЭ.  
Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62.  
Цвет: темно-синий, бежевый.  
Длина по спинке для 50-го размера: 71 см.



**Брюки на резинке «Стрелочка»**

**лот 305634 1499.-** Изумрудный  
Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс.  
Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.  
Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см.  
Глубина посадки: 30 см.  
Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый.  
Пояс на резинке.  
Цвет и размер укажите при заказе.



**Комплект штор «Шоколадное пралине» + Тюль в ПОДАРОК!**

**лот 16749 3999.-**  
«Золото» «Шоколад»  
Материал: габардин (шторы), вуаль (тюль), 100% ПЭ.  
Размер: шторы — 150x260 см (2 шт.), тюль — 275x260 см.  
Цвет: «шоколад», «бордо», «золото». Цвет укажите при заказе.



**Плед-одеяло «Дарлинг»**

**лот 101989 от 2499.-**  
Двухслойный стеганный плед с мехом.  
Материал: верх — 100% ПЭ; оборот — мех (50% овечья шерсть, 50% ПЭ).  
Цвет: розовый, мятный, голубой, изумрудный, бирюзовый.  
Размер: 1,5-сп. (150x200 см), Евро (200x220 см).  
Цвет и размер укажите при заказе.



**Простыня на резинке с рисунком «Цветочная идиллия»**

**лот 100233 от 1499.-**  
Материал: 100% хлопок.  
Цвет: белый с розовым (1), вишневый с белым (2), сливовый с белым (3).  
Размер: 90x200 см, 120x200 см, 140x200 см, 160x200 см.  
Цвет и размер укажите при заказе.



**Матрас-топпер «Соната Комфорт»**

**лот 27848 от 2999.-**  
Анатомический эффект.  
Не поглощает влагу и запахи.  
Материал: стеганный чехол — 100% ПЭ; наполнитель — холкон. Толщина: 5 см. Размер: 70x200 см, 90x200 см, 120x200 см, 140x200 см, 160x200 см (укажите при заказе). Расцветка в ассортименте без возможности выбора.



**Солевая лампа «Солярис»**

**лот 40583 2199.-**  
Полезные свойства аппарата:  
дезинфицирующее и бактерицидное,  
успокаивающее,  
защищает от вредного излучения.  
Материал: соль, дерево, пластик, стекло.  
Цоколь: E14. Работает от сети.  
Мощность: 15 Вт. Вес: 3-5 кг.



**Интерьерный обогреватель «Камин»**

**лот 15001-04 2499 1999.-**  
Безопасен, надежен, экономичен.  
Может работать долгое время, не иссушая воздух.  
Материал: полимерная пленка, дерево.  
Мощность: 500 Вт.  
Напряжение: 220 В.  
Температура поверхности: 65°C.  
Площадь обогрева: 15 кв.м.  
Длина шнура питания: 1 м.  
Размер: 60x105 см.  
В комплекте: обогреватель, шуруп, дюбель.



**Гибкие настенные панели 3D, 10 шт.**

**лот 103027 3999.-**  
Обновляют интерьер, утепляют стены, улучшают звукоизоляцию.  
Самоклеющиеся и влагоустойчивые.  
Материал: ПВХ. В наборе: 10 шт.  
Размер панели: 70x70x0,4 см.  
Цвет: бежевый (1), черный (2), голубой (3), розовый (4), зеленый (5) (укажите при заказе).



**Самоклеющееся напольное покрытие**

**лот 102179 7499.-**  
Устойчиво к износу и влаге.  
Клеится на любую сухую поверхность.  
Не требует дополнительных затрат при монтаже.  
Материал: ПВХ.  
Размер одной панели: 91,4x15,2x0,18 см.  
В наборе: 36 шт. Цвет укажите при заказе.



**Медицинский нейростимулятор «Леомакс-Остео»**

**лот 93405 8999 4999.-**  
«Остео» поможет:  
при болях в шее, головных болях;  
при метеочувствительности и мигрени;  
при снижении остроты зрения, головокружениях, онемении пальцев рук и при других симптомах шейного остеохондроза.  
Материал: пластик, металл. Питание: 2 батарейки AA.  
Размер (ДxШxВ): 16x15x6 см. В комплекте: нейростимулятор, 2 батарейки AA, инструкция. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



**Аппарат для коррекции артериального давления «Леомакс-КАРДИО компакт»**

**лот 93404 6499 3999.-**  
Эффективен при:  
эпизодическом повышении давления при стрессах, изменениях погоды, бессоннице;  
стабильно высоком артериальном давлении. Наденьте «Кардио компакт» на руку и выберите программу.  
Материал: пластик, металл.  
Размер: 45x275x20 мм (с ремешком). Встроенная аккумуляторная батарея. Заряжается от сети.  
В комплекте: аппарат, зарядное устройство, инструкция. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



**«Браслет здоровья»**

**лот 44663 2499 1999.-**  
Не требует подключения к мобильным приложениям и к Интернету.  
Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.  
Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).  
Материал корпуса: гипоаллергенные пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Усилитель звука «Чуткий слух»**

**лот 402930 999.-**  
Может усиливать звуки до 40 дБ.  
6 уровней громкости.  
Материал: металл, пластик, силикон. Вес: 10 г.  
В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.  
Размер усилителя звука: 5x4,5x1,7 см. Длина обода: 4 см.  
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Складные очки «Фокус Плюс», 2 шт.**

**лот 43063 1999 999.- 2 шт.**  
Визуальное увеличение до 160%.  
Оставляют руки свободными.  
Складная конструкция.  
Подходят мужчинам и женщинам.  
Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром — 2 шт.



**Наколенник «Двигайся легко», 2 шт.**

**лот 45295 1999 999.- 2 шт.**  
Уменьшает нагрузку на сустав.  
Не нарушает кровоток.  
Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.  
Незаметен под одеждой.  
Материал: 68% нейлон, 32% спандекс.  
Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.



**Чудо-мазь «МауЛи», 2 шт.**

**лот 402634-01 СОГРЕВАЮЩАЯ 1199.-**  
**лот 402633-01 ОХЛАЖДАЮЩАЯ 1199.-**  
Уникальный состав из 20 трав.  
Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить симптомы при отечности и болях в ногах.  
Мазь с согревающим эффектом может помочь облегчить симптомы при болях в области спины, поясницы, суставов.



**Универсальный массажер «Мастер массажа»**

**лот 43275 1999.-**  
Поможет снять напряжение в мышцах.  
Можно использовать дома, на работе, в автомобиле.  
Мощность: 24 Вт. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В. В комплекте: массажер, сетевой и автомобильный провода, чехол на молнии.  
Размер: 30,5x18,5x8,5 см. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. Цвет в ассортименте без возможности выбора.



**Матрас с функцией массажа и подогрева**

**лот 40479 4999.-** Пульт управления  
Способствует:  
активизации циркуляции крови,  
восстановлению мышечного баланса,  
улучшению сна,  
уменьшению жировых отложений.  
4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги.  
5 вибромоторов. 5 программ. Размер: 171x59 см.  
Напряжение: 220-240 В. Материал: текстиль, пластик, металл. В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



# Новогодние подарки и скидки до -75%



В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА

### Сумка «Шоколад»

Эта сумка разлетается мгновенно – она вечно заканчивается на пике продаж! Из кожи пэчворк, 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. А самое главное – снизу есть потайное отделение для зонта – это защитит ваши вещи от промокания.

Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 748 821



Карман для зонта

скидка 75% ~~3990~~ 990 P



### Умный зонт

Умный зонт «наоборот» складывается мокрой стороной вовнутрь, а ваши вещи остаются сухими! Материал: металл, полиэстер. В сложенном виде 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 155 0065

ТОЛЬКО при покупке сумки скидка 70% ~~990~~ 295 P

### Кошелек

Правильный кошелек из мягкой кожи в стиле «пэчворк»! При небольших размерах он отличается феноменальной вместительностью: два отделения для купюр, отделение для монет на молнии, слоты для карт. Прекрасно сочетается с сумкой.



Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР. Лот 156 6130

скидка 67% ~~1490~~ 490 P



**ЧАСЫ В ПОДАРОК** при покупке от 1000 P.

### Часы «Карнавал»

Ваш подарок за заказ – роскошные часы «Карнавал» в корпусе цвета розового золота, украшенные пересыпающимися стразами, с классическим ремешком черного цвета, тисненым «под кожу питона».

Кварцевый механизм с дискретным ходом. Материал: металлический сплав, стразы; иск. кожа. Размеры: общая длина – 23,9 см, ширина ремешка – 1,5–1,8 см, диаметр циферблата – 3,8 см. Батарейка в комплекте. КНР

### Теплые ботинки «Комфорт Норд»

Широкий проем с фиксирующей резиной комфортен для ног с любой полнотой и подъемом, застежка-липучка обеспечивает плотную фиксацию. Антискользящая подошва защитит от падений, а амортизирующая пятка облегчает нагрузку на ноги.

Материал: верх – полиэстер 100%, внутри – иск. мех. Подошва – ПУ. Высота подошвы: 3 см. КНР. Размеры 37–45. Спрашивайте Ваш размер при заказе!



Размеры 37 – 45

скидка 50% ~~2990~~ 1490 P

### Шапка «Зимняя сказка»

Элегантная, легкая и очень теплая шапка из натурального меха кролика, связанная по технологии мехового плетения, защитит от холода и ветра и не испортит прическу!

Материал: мех кролика. Внутри трикотажный вязанный подклад. Размер универсальный 55–59. Россия. Лот 153 4852 Серая Лот 153 6438 Серо-белая



скидка 50% ~~3990~~ 1990 P

### Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног. Ножницы: материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883



Удлиненная ручка



Щипцы: Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.

+ ПОДАРОК ~~690~~ 690 P



### Теплые бабуши

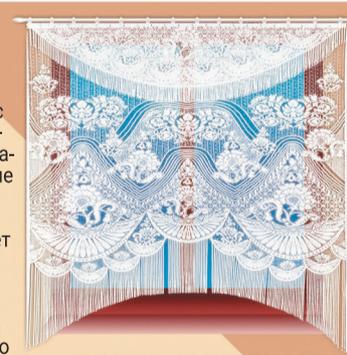
Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря непромокаемой подошве, будут носиться на улице.

Материал: сукно, ПВХ, искусственный мех. Россия. Размеры 37–42. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

скидка 40% ~~1490~~ 890 P

### Занавеска «Кармен»

Узорчатая воздушная занавеска с круглой выемкой создаст ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни. Смотрится гармонично на окне любого размера.



Материал: 100% полиэстер. Размер: 170x223 см. Р. Беларусь. Лот 202 156

скидка 50% ~~1490~~ 690 P



НАТУРАЛЬНЫЙ ХЛОПОК

### Костюм «Мария»

Практичный и удобный, хлопковый костюм отлично садится на любую фигуру. А благодаря контрастным вставкам с цветочным принтом, он визуально стройнит силуэт. Кофта на молнии и с карманами.

Длина: бриджи 78(±3) см, кофта 60(±3) см. Материал: хлопок 100%. Узбекистан. Размеры: 46–72. Рекомендуем покупать на размер больше. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

скидка 75% ~~2590~~ 650 P

МОЙ МИР

Звонок по России и с городского, и с мобильного БЕСПЛАТНЫЙ:

8-800-250-21-76

код заказа: РМ-22-356-ГИФТ

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, эт. 3, каб. 302. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 31.12.2022 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода РМ-22-356-ГИФТ. Реклама.