

№04

(356)

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ТВ-программа с 27 января по 2 февраля 2025 года

# ТЕЛЕК

# 41

КАНАЛ

# ТВ

**ЧТО НАМАЖЕМ  
НА БУТЕРБРОД?**

стр. 10

**ЛАМПА ДЛЯ  
РАССАДЫ:  
РАСТИШКИ  
БУДУТ  
ДОВОЛЬНЫ**

стр. 9

**КАКИЕ МЕЛОЧИ  
ДОВЕДУТ  
ДО РАЗВОДА?**

стр. 4

**ЕСЛИ ХУДЕТЬ,  
ТО С КЛЕТЧАТКОЙ**

стр. 7

**БЕРИТЕ ПУЛЬС  
ПОД  
КОНТРОЛЬ**

стр. 8

# ГЕОРГИЙ ДРОНОВ

**КАК ЖЕНЩИНЕ МОЖНО  
ЧТО-ТО ЗАПРЕТИТЬ?**

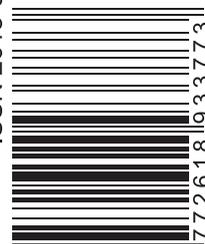
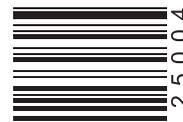
стр. 6

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото: Persona Stars

ISSN 2618-933X



9 772618 1933773 25004

Юрий Стоянов – один из самых востребованных артистов. На его счету – более ста киноработ и ролей.

**Юрий СТОЯНОВ:**

# График расписан уже до 2026 года

**А** если говорить о передаче «Городок», то образцов, сыгранных Юрием Николаевичем, станет в десятки раз больше. Да и сейчас артист занят сразу в нескольких проектах. Кроме того, Юрий Стоянов выпустил автобиографическую книгу «Игра в городки», где рассказал свою историю успеха. Как понимаете, без ироничных моментов не обошлось. Мы расспросили артиста и о его новых работах, и о книге, и о киноролях, и о многом другом...

**«Игра в городки»**

– Юрий Николаевич, вы выпустили книгу «Игра в городки». Расскажите о ней.

– Эту книгу я писал 62 года из моих 67 лет! (Улыбается.) Я, конечно, шучу. Просто первое стихотворение я написал, когда мне было пять лет. И оно звучало так: «Вот какая оплеуха – укусил комар за ухо. Нет, комар летает тихо – укусила комариха». А последнее написал в 67. А поскольку с Люцифером я не подписывал никаких бумаг: жизнь мне дана одна, и я ее проживаю, то эта книга – результат моей жизни. Дадите мне еще одну жизнь – я еще одну книгу напишу. Хотя, нет – пусть все будет по Божьему промыслу! Вот и вся история создания этой книги: это результат прожитой жизни – надеюсь, пока еще не до конца...

– Я знаю, что есть аудиоверсия книги...

– Да, и от первой до последней страницы она записана мною! Я не хотел, чтобы ее кто-то другой начитывал, поэтому сделал это сам. Работа боль-



Юрий Стоянов сыграл более ста ролей в кино и сериалах.

шая, это не один день: 400 страниц с авторским выражением, да еще с моими же песнями! Неделю начинал, и потом уже мы ее монтировали...

**«Городок»**

– В книге есть отдельная глава, посвящённая Илье Олейникову, с которым вы много лет дружили и вместе работали...

– Да. Илья – человек, который полностью изменил мою жизнь. Когда мы ра-

ботали вместе, то на мне были вся режиссерская сторона и монтаж – то есть все, что связано с телевизионными технологиями. А пробивной силой «Городка» – креативной и продюсерской – был Ильяха. Я по своим человеческим качествам совершенно не пробивной человек: я умею просить только за кого-то. Илья научил меня зарабатывать деньги и объяснил, что профессия – это тогда, когда ты можешь этим кормить свою семью, а до

этого – это мечта... Мы познакомились в 1989 году и подружился. Первую программу придумали в конце 1991 года, и называлась она «Адамово яблоко». Ну и потом в 1993 году придумали «Городок». Нашей дружбе было 25 лет. Это часть меня...

– Кстати, есть ли у вас любимый эпизод передачи «Городок»?

– Передачи «Городок» – это осколки, эпизоды разных историй. За все время существования я сыграл, наверное, где-то 2300 образов женщин и столько же мужчин. Это очень много. И выбрать из этого что-то одно – сложно.

**Образы и роли**

– Поддерживаете ли вы отношения со старыми друзьями, с которыми, например, учились в институте?

– Из однокурсников я поддерживаю плотные дружеские отношения только с Виктором Сухоруким. Это большой русский артист и это мой товарищ. Мы в студенческом общежитии жили с ним в одной комнате и сдали экзамены в школу жизни экстерном за один год – разное было... Также общаюсь с Ваней Шабалтасом... С Таней Догилевой нас снова свела судьба, и мы вместе снимаемся в «Вампирах средней полосы». А так – больше, наверное, ни с кем... Да мне и Витьки Сухорукова хватает!

– А есть современные актёры, которые вам нравятся?

– Юра Борисов, Ваня Янковский, Артём Ткаченко, Аглая Тарасова, Анастасия Талызина (внучка Валентины Талызиной. – Прим. авт.). Как они умеют так рано начинать? Я все время говорил: «Мое время

еще не наступило». А в моем возрасте конкуренция уменьшается по естественным причинам. Нас немного. Есть прекрасный Сергей Гармаш, Алексей Гуськов, Сергей Маковецкий и тот же Виктор Сухорук...

– Насколько легко переключаться в разные роли?

– Я мог бы ответить красиво, отшутиться. Но если хотите честно – это моя работа, это моя профессия. Моя профессия состоит в том, что я должен играть разных людей. И чтобы они не повторялись. Меня очень хорошо выучили. Еще это вопрос наблюдательности. Скажу кощунственную вещь: для меня иногда полезнее понаблюдать за интересным человеком, чем прочитать книгу. Артист должен чувствовать. Умно чувствовать...

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

**КСТАТИ**

**Сложный график**

– Я знаю, что вы очень занятой человек и у вас расписан буквально каждый день...

– Да, у меня действительно график расписан уже до 2026 года!

– Недавно вышел сериал «Мамонты», в котором вы сыграли одну из главных ролей. Расскажите немного об этом проекте.

– Там 12 серий. Пока его можно посмотреть на одной из онлайн-платформ, а потом он выйдет на одном из федеральных телеканалов. Это сериал, который

касается любого человека – независимо от пола, возраста, социального положения. Он рассказывает о том, как пожилого человека развели телефонные мошенники... Сериал об этом – и не только: мой герой начинает искать этих мошенников с помощью своей внучки, он осваивает интернет, хотя раньше пользовался только кнопочным телефоном. Он открыт к обучаемости, он любознателен. Вот этот путь стоит пройти вместе с ним –

чтобы, не дай Бог, не пройти это в жизни...

– Какие ещё проекты с вами участием нам ожидать?

– Мне уже сказали, что я могу об этом говорить: весной мы продолжим съемки нового сезона (уже третьего) сериала «Вампиры средней полосы». Это один из моих самых любимых проектов...



Фото Валерия Тарановича

**Суставы любят Геладринк!**

**Геладринк ФАСТ** Порошок, капсулы 30 суточных доз

**Геладринк ФОРТЕ ЛЮКС** Саше-пакеты 14 суточных доз

Когда ни согнуться, ни разогнуться. Экстракт босвеллии серрата в сочетании с коллагеном способствует легкости движения и продлению активного долголетия.

Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает. Помогает суставам при активных движениях. Удобные саше на каждый день в трех вкусах.

8 (800) 30-20-561  
www.geladrink.ru  
Продается в аптеках:  
eapteka.ru apteka.ru здравсити

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



## Драму «Отец» готовят к премьере

Онлайн-кинотеатр KION сообщает о завершении съёмок полнометражного фильма «Отец». Это военная драма об отцовской любви. Действие происходит в 1942 году. Опытный сибирский охотник Гавриил узнает, что его сын Семён числится пропавшим без вести. В отчаянии и ярости он уходит на фронт добровольцем – отец верит, что сын жив, и намерен найти его...

Главную роль в фильме играет Илья Шакунов, также в проекте снимались Роман Васильев, Владислав Тирон, Егор Абрамов, Алина Дулова и другие актеры. Над кинолентой работает режиссер Павел Иванов.

– Вместе со сценаристами, режиссером и оператором мы наделили моего героя своими особенными качествами, – рассказывает Илья Шакунов. – От меня, конечно, в персонаже тоже что-то есть – все чувства и эмоции взяты из моего существования. Самыми запоминающимися для меня стали съемки в волгоградских степях, что сделало последние съемочные дни ярче и интереснее...

Фото онлайн-кинотеатра KION

## «Наш спецназ» снимает новые серии

Начались съёмки четвертого сезона детектива «Наш спецназ». В центре сюжета – группа немедленного реагирования петербургского СОБРа «Трефы». В отряде служат лучшие из лучших – бойцы, которые славятся своей дисциплиной и умением справиться с любой поставленной задачей. Командир отряда Илья Фомин – человек, о котором ходят легенды. За его рискованными поступками стоят опыт и мастерство, которые позволяют ему принимать сложные решения в самых критических ситуациях...

Режиссер проекта – Виктор Шкуратов. Командира легендарной группы «Трефы» играет Сергей Горобченко. В сериале также заняты Никита Чеканов, Матвей Жизневский, Никита Васильевский, Андрей Папанин, Людмила Волкова и другие актеры. Новые эпизоды сериала выйдут в эфире Пятого канала.

## У Марии Ароновой – снова главная роль

В Москве начались съёмки сериала «Олдскул» (в переводе это означает «старая школа»). Главную героиню в проекте играет Мария Аронова. По сюжету Мария Трифонова – учительница математики, последний «Учитель года» СССР. На ее уроках дети не то что боятся достать телефон, но даже не дышат без разрешения. Неожиданно для себя героиня оказывается в элитной школе – все ради шанса наладить отношения с единственной внучкой, которую она много лет не видела из-за конфликта с дочерью...

Вместе с Марией Ароновой в сериале играют Ефим Шифрин, Игорь Хрипунов, Роман Маякин и другие. Режиссерами проекта стали Александр Жигалкин и Илья Силаев.

Фото онлайн-кинотеатра START



## Павла Прилучного впечатлил Геленджик

Завершились съёмки сериала «Виноград» с Павлом Прилучным, Нино Нинидзе и Софьей Сенициной в главных ролях.

Действие сериала разворачивается в Краснодарском крае. Напомним, что по сюжету у московского топ-менеджера Егора Антонова есть все слагаемые успешной жизни: крупная должность в корпорации, высокий заработок, любимая семья. В одну секунду успешный бизнесмен теряет все: статус, друзей, семью и доступ к собственной банковской карте. Внезапно судьба преподносит ему сомнительный подарок – он становится владельцем убыточных виноградников в родной Анапе.

– Мне кажется, «Виноград» будет одним из ярких и интереснейших проектов 2025 года, – считает исполнитель главной роли Павел Прилучный. – Съёмки сериала проходили потрясающе! Большая часть снималась в Геленджике, и у меня была возможность взять с собой практически всю свою семью. Мы в первый раз были в этом городе и остались под очень большим впечатлением. Локация, где проходили съёмки, да и вообще виды там – просто сумасшедшей красоты! С нетерпением жду выхода сериала.

Фото онлайн-кинотеатра «KION»



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА» и сохр. инф.

## ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

ФИЛИАЛЫ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ  
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

583/585-я проба – 4 500 р. за 1 г. 750-я проба – 6 500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

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

### 1. Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего

золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

### 2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

Одна из крупнейших федеральных скупок России. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

### 3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе, в любое удобное для вас время. При

себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



### Выездная скупка – насколько это удобно? Спросим у читателя Валентина Иванова.

Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артем

(на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту.

Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



РЕКЛАМА. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245

## ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА

ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,  
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!

8 (800) 551-84-34



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной оценки

РАБОТАЕМ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • САНКТ-ПЕТЕРБУРГ: • Московский пр-т, 2/6

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



## СЕКРЕТ УСПЕХА

**Конкуренция в коллективе: польза или вред?**

Конкуренция – как огонь: она может согреть и вдохновить, а может и сжечь. Давайте разберёмся, как правильно использовать такую ситуацию, чтобы она стала катализатором роста и развития, а не разрушительной силой.

**Стремление к успеху или...**

Здоровая конкуренция побуждает сотрудников искать новые способы решения задач и повышать профессиональные навыки. Когда коллеги соревнуются за высокие результаты, это мотивирует каждого стремиться к большему и проявлять лучшие качества.

Конкуренция также помогает улучшить общие результаты работы команды, поскольку каждый чувствует ответственность за свой вклад. Дружеские соревнования, например, за титул лучшего сотрудника месяца, могут создать позитивную атмосферу и укрепить командную поддержку.

**...источник стресса?**

Когда конкуренция выходит за рамки здорового соперничества, она превращается в источник стресса. Это может привести к снижению производительности, выгоранию и ухудшению морального климата. В агрессивной конкуренции сотрудники фокусируются на своих достижениях в ущерб командной динамике, что может вызвать конфликты.

**Как избежать вреда конкуренции?**

Чтобы конкуренция приносила пользу, важно установить четкие правила игры. Руководство должно создать условия для стремления к высоким результатам, но не за счет разрушения командной гармонии. Поощрение не только личных успехов, но и коллективных достижений помогает сбалансировать конкуренцию и направить ее на развитие команды.

# БЫТОВЫЕ МЕЛОЧИ, КОТОРЫЕ МОГУТ ДОВЕСТИ ДО РАЗВОДА

Недосказанность, бытовые споры и привычки, которые мы игнорируем, могут превратиться в серьезные конфликты.

**К**акие мелкие проблемы являются тревожным сигналом и что делать, чтобы сохранить любовь? Разбираемся вместе!

**Включаем анализ**

**Критический взгляд на семейную жизнь – прекрасная, но редкая способность. Впрочем, ее можно развить. Достаточно проанализировать хотя бы несколько возможных ситуаций (см. приведенные ниже). Если вы оказываетесь в них регулярно, пора что-то предпринять.**

**Беспорядок в доме**

На первый взгляд, разбросанные вещи или невымытая посуда кажутся пустяком. Но если один из партнеров постоянно убирается, а второй игнорирует домашние обязанности, это вызывает раздражение. Со временем такие ситуации превращаются в претензии: «Почему я всегда должен/должна все делать?»

**Разные взгляды на финансы**

Финансовые вопросы – одна из самых частых причин ссор. Если один из партнеров экономит, а другой тратит деньги без контроля, это приводит к обидам и недоверию. Без четкого понимания общего бюджета появляются упреки и конфликты.

**Недостаток внимания и заботы**

В первые годы отношений партнеры стараются проявлять заботу друг о друге. Со временем это может сойти на нет: каждый занят своими делами, а совместное времяпрепровождение сводится к просмотру сериалов. Постепенно партнеры забывают слушать и поддерживать друг друга. Если человек чувствует себя невидимым и непонятым, это приводит к отчуждению. Отсутствие эмоциональной близости – одна из причин, по которой пары отдаляются друг от друга.

**Постоянные упреки**

Критика по мелочам – серьезный удар по самооценке партнера. Фразы вроде «Ты опять все сделал/сделала не так» или «Почему ты никогда не помогаешь?» создают атмосферу негатива. Постоянные упреки разрушают доверие и любовь.

ты никогда не помогаешь?» создают атмосферу негатива. Постоянные упреки разрушают доверие и любовь.



Каждая женщина состоит из прелестей и претензий. Умная умеет сохранять баланс.

**На страже отношений**

Для начала определите, какие бытовые мелочи раздражают вас больше всего. Именно с работы над ними и нужно начать исправление ситуации.

**Обязанности по справедливости**

Обсудите, кто и за что отвечает в быту. Если одному тяжело убираться или готовить каждый день, составьте график и распределите задачи. Так никто не будет чувствовать себя перегруженным.

**Бюджет по договоренности**

Финансовые вопросы важно обсуждать открыто. Определите, сколько денег уходит на обязательные расходы и сколько можно тратить на личные нужды. Введите правило: крупные траты обсуждаются вместе.

**«Дни внимания»**

Проводите время вместе, откладывая все дела. Устройте совместный ужин, прогулку или посмотрите фильм. Важно показывать партнеру, что он значим для вас. Регулярно интересуйтесь, как прошел день у партнера, и обсуждайте важные темы. Проявляйте сочувствие и внимание к его эмоциям и переживаниям. Это укрепит эмоциональную связь.

**Благодарность вместо критики**

Вместо упреков используйте мягкие формулировки. Вместо «Ты никогда не помогаешь!» скажите: «Мне было бы приятно, если бы ты сегодня помог/помогла с уборкой». Это снижает напряжение и способствует диалогу.

## КСТАТИ

**Как общаться без обид?**

♥ Будьте внимательны к тону и языку. Интонация и выбор слов сильно влияют на восприятие. Старайтесь избегать резких фраз и сарказма. Вместо «Ты опять все испортил!» скажите «Я бы хотела, чтобы это получилось лучше, давай попробуем еще раз».

♥ Фокусируйтесь на решении проблемы, а не на недовольстве. Когда возникла сложность, вместо критики предложите решение. Например, если кто-то забыл купить продукты, скажите: «Давай составим список и проверим его вместе в следующий раз, чтобы избежать таких ситуаций».

♥ Проявляйте эмпатию. Прежде чем ответить, послушайте, что говорит партнер. Постарайтесь понять его точку зрения и выразить поддержку. Например, «Я понимаю, что ты устал, давай подумаем, как я могу помочь».

Ольга БЕЛЬСКАЯ

**Новый взгляд на Землю**

Ряд учёных пришли к выводу, что если бы кинематографисты взяли снять фильм об истории нашей планеты продолжительностью сутки, то большую часть времени на экране ничего не происходило бы. И далее первые признаки жизни появились бы около четырех часов утра, затем долгое бездействие, и, наконец, на 23-м часу фильма в кадр попали бы первые растения. Динозавры начали бы вымирать за 20 минут до окончания, а за пару минут до финальных титров наконец появились бы люди.

**Всё ради эпатажа**

Сальвадор Дали славился своей эпатажностью, и даже домашние животные у него были необычные. Например, он взял под опеку муравьеда из парижского зоопарка. Дома он его не держал, но порой выходил прогуляться с питомцем. А вот дома у Дали жил оцелот – хищное млекопитающее из семейства кошачьих (крупная дикая кошка из тропических лесов Америки).

У оцелотов буйный нрав, но, по словам современников, художник вполне с ним ладил.

**Какие обои на вкус?**

Помните, как в пьесе Евгения Шварца «Обыкновенное чудо» трактирщик Эмиль рассказывает про съедобные дома? «Тыквы сдают небогатым семьям под дачи. Дачники и живут в тыкве, и питаются ею». Идея съедобных стен, как оказалось, довольно живучая. Не так давно одно рекламное агентство в Лондоне изготовило съедобные обои со вкусом печенья и разместило их в лифте. Пассажиры могли лизнуть стену и ощутить вкус лакомства. Забавно, конечно, но как же вопросы гигиены?

**Студенческие приколы**

Студенты – народ неугомонный, позитивный и изобретательный. Знаете ли вы, что популярным летним развлечением – летающими тарелками фрисби – мы обязаны именно им? В середине прошлого века студенты Йельского университета во время перерыва перекусывали пирогами фирмы Frisbie Pie Company, а потом начинали перекидывать друг другу жестяные подложки из-под них. Со временем кому-то пришла в голову идея сделать такие штуки из пластика, а в привычном названии заменили всего одну букву: Frisbee.

Светлана СИДОРЧУК

## Анна Леванова представила героиню

Телеканал «Домашний» завершил съёмки мелодрамы «Соло». Роли в фильме исполнили Анна Леванова, Дмитрий Гудочкин, Сергей Иванюк, Кристина Веденеева, Кристина Ордина, Ольга Дубровина и другие.

По сюжету школьные подруги Аня и Полина вместе поступили в музыкальное училище на отделение вокала, вместе влюбились в подающего надежды эстрадного певца Дениса Дашевского. Он выбрал более талантливую и скромную Аню. Полина, конечно же, очень расстроилась, но со временем смогла это пережить и после училища переехала в Москву...

– Моя героиня Анна – терпеливый человек, способный на жертвенность, – рассказывает исполнительница главной роли Анна Леванова. – Скромная, боящаяся проявлять себя. Это тот человек, про которого говорят: «готов с себя последнюю рубашку». На ее примере нужно понять, что никогда нельзя забывать о мечте, тогда и на вашем пути будут встречаться «свои» люди и происходить правильные события.

Фото пресс-службы телеканала «Домашний»



## Михаил Пореченков и Павел Табаков сыграют отца и сына

На телеканале ТНТ – премьера комедийного сериала «Купцы и дети» с Михаилом Пореченковым и Павлом Табаковым в главных ролях.

Действие сериала происходит в 1910 году в Москве. В дом купца Фёдора Ивановича Намолина (Михаил Пореченков) возвращается сын Костик (Павел Табаков), но не один, а с женой Лизой (Дарья Балабанова). К ужасу Намолина, его единственный сын за время учебы стал то ли социалистом, то ли анархистом...

– Я с большим энтузиазмом принял предложение поработать в этом проекте, потому что здесь есть что поиграть, – признается Михаил Пореченков. – К тому же, характер моего героя отличается от всех характеров, которые мне доводилось воплощать на экране. Вещи, которые происходят с героями нашего сериала, так или иначе случаются в большинстве семей, поэтому история будет очень понятной для зрителя. И важно, что она сделана по-доброму, весело и озорно, при этом без пошлости!

В сериале снялись Павел Ворожцов, Ксения Кутепова, Дмитрий Белоцерковский и другие. Режиссером проекта стал Сергей Осипьян.

Фото телеканала ТНТ



## «Один в один» будет удивлять

На телеканале «Россия» – премьера нового сезона шоу «Один в один». Напомним, что его ведущими стали Николай Басков и Клава Кока. Перевоплощаться в разные образы будут Вячеслав Макаров, Жан Милимеров, Арсений Бородин, Юлия Савичева, Алиса Мон, Мария Зайцева, Родион Газманов, Валерия Ланская, Надежда Ангарская и Нодар Ревия.

В судейских креслах телезрители увидят Юрия Стоянова, Алексея Чумакова (он, кстати, дважды побеждал в этом проекте), Марину Мещерякову. Четвертый член жюри будет меняться в каждом выпуске.

– В чем прелесть этого судейства? – делится с нами Юрий Стоянов. – В том, что каждый раз ждешь изумления, той невероятной секунды, когда ты от удивления вообще забудешь о том, что ты судья. И получишь невероятное удовольствие от того, что творят люди на твоих глазах. Люди, которых несколько часов гримировали и наряжали – и которые затем вдруг выходят и живьем начинают петь...

Фото телеканала «Россия»



## Сериал «Ладога» покажет «Дорогу жизни»

Ко дню полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады на Первом канале 26 января покажут многосерийный фильм режиссёра Александра Велединского «Ладога». Это рассказ о ежедневном ратном и трудовом подвиге защитников Ленинграда, о героической работе «Дороги жизни» – единственной транспортной артерии, проложенной по льду Ладожского озера.

Роли в киноленте исполняют Алексей Серебряков, Андрей Мерзликин, Юрий Кузнецов, Ксения Раппопорт, Виталий Коваленко, Яков Шамшин, Филипп Ершов и другие актеры.

## Евгений Цыганов рассказал о своём герое

Первый канал и кинокомпания «ПРОФИТ» представляют премьеру сериала «Минута тишины». В центре сюжета – история крупного предпринимателя Валерия Королёва (Евгений Цыганов). После землетрясения в исламском Наристане обнаружен человек с амнезией. Прежде чем выяснится, кто он такой, Валерию Королёву вместе с психологом МЧС Марией Стрельцовой (Ольга Лерман) придется спасаться от преследований спецслужб в попытке понять: кто он и зачем прилетел в Наристан...

Также в проекте заняты Сергей Газаров, Андрей Смирнов, Артём Ткаченко, Мария Мацель, Владислав Тирон, Павел Ворожцов, Виталий Коваленко, Евгений Харитонов и другие актеры. Режиссером картины стал Илья Шеховцов.

– Главным героем сериала – бизнесмен, но забавный момент заключается в том, что часть фильма он не помнит свой статус, – рассказывает о своем герое Евгений Цыганов. – Исходным событием «Минуты тишины» является потеря памяти моего персонажа в результате землетрясения – он открывает в себе какие-то навыки, например, владение персидским языком, вождение мотоцикла и разные другие, но он не знает, кто он такой. В сюжете мне и показался интересным момент обнуления, когда ты словно открываешь себя заново для себя же самого. Часть съемок проекта проходила в Сирии.

## «Три аккорда» возвращаются

На Первом канале – премьера нового сезона музыкального шоу «Три аккорда». Напомним, что это конкурс, в котором исполнители представляют на суд жюри и зрителей собственные интерпретации культовых шлягеров в жанре шансона и авторской песни.

В новых выпусках принимают участие Александр Домогаров, Ольга Будина, Лада Дэнс, Алексей Гоман, Гарик Бурито, Серёга, Иван Замотаев, Анна Седокова, Зара и Виктория Гиссен.

По традиции сдавать экзамены в суровой школе городской песни им придется компетентному жюри. В новом сезоне «Трёх аккордов» судьями выступят Любовь Успенская, Сергей Трофимов, Александр Розенбаум и Михаил Шуфутинский.

Ведущим передачи снова стал Максим Аверин.

Фото Первого канала



# ЖИВАЯ СИЛА РУССКИХ ТРАДИЦИЙ

ЦЕЛЕБНЫЕ ПРЕПАРАТЫ НА ОСНОВЕ ЯИЧНОЙ СКОРЛУПЫ



**Кальцид**  
**Кальцид+Магний**

**источник кальция,  
витаминов и минералов**

- помогают восстановлению после травм и переломов
- улучшают работу нервной и сердечно-сосудистой систем
- укрепляют костную ткань
- повышают иммунитет

**ДОСТУПНЫ  
ПО ЦЕНЕ!**

Приобретайте на Zdravcity.ru<sup>1</sup>, Apteka.ru<sup>2</sup> и маркетплейсах. Наличие в аптеках уточняйте по тел.: 8 (812) 383-99-09

ООО «КомфортКомплекс» • «Кальцид» СОПР №РУ.77.99.57.003.Е.006712.08.14 • «Кальцид+магний» СОПР №РУ.77.99.57.003.Е.006711.08.14 • 1000 «Здравсити», Москва, ул. Чермянская, д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9, ОГРН: 1217700264561, 2 АО «НПК «Катрен» Новосибирская область, рп Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11, ОГРН: 1025403638875 • Реклама • БАД

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

20 января на ТНТ стартовало продолжение сериала «Девушки с Макаровым» – о том, как полицейские района Бутово оберегают покой и безопасность граждан.

Одну из ролей в комедии исполнил Георгий Дронов. О сериале «Девушки с Макаровым» и атмосфере на съемочной площадке, работе с Никитой Михалковым, настоящей дружбе и профессиях для женщин актер рассказал нам в сегодняшнем интервью.

## Хороший человек

– Георгий, повод для нашей беседы – пятый, финальный сезон сериала «Девушки с Макаровым». С каким настроением приступали к съемкам?

– Настроение было радостное, потому что четыре сезона мы работали в очень легкой, дружеской атмосфере. Кстати, на пятом сезоне у нас произошла замена режиссера. Радда Новикова, которая снимала предыдущие три сезона, к сожалению, из-за занятости не смогла с нами вступить в окончательный пятый, поэтому продюсеры пригласили нового режиссера – Сергея Арутюняна. Было очень интересно, как он найдет общий язык с нами и с тематикой «Макарова». По-моему, замечательно он это сделал, привнес свою атмосферу и свою молодую, свежую кровь.

– Ваш герой сильно меняется на протяжении всех сезонов? И чем он вам симпатичен?

– Мой герой не меняется, потому что таковы условия жанра. Это маска, обладающая определенным набором своих черт характера. Единственное, сценаристы подарили ему достаточно много новых интересных ситуаций, в которых мой герой раскрывался (подчеркивает) по-другому, не меняя себя. Чем он мне симпатичен? Да всем. Мой герой – человек открытый, хороший, правдивый, иногда хитрый, но в меру своей определенной наивности. Пожалуй, такие люди в жизни являются настоящими друзьями.

Георгий ДРОНОВ:

# Как женщине можно что-то запретить?



«Хочу пожелать вам посмотреть пятый сезон сериала «Девушки с Макаровым» на ТНТ и получить удовольствие. Мы во время работы это удовольствие получили, того же и вам желаем».



С Натальей Бардо и Андреем Пынзару на съемках «Девушек с Макаровым».

## Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Самое главное, что я хочу пожелать, не проехать свою остановку в общественном транспорте, метро, трамвае или автобусе, потому что газеты в основном читают в транспорте. Ну а если серьезно, хочу пожелать читателям мира, любви в домах. И загадывайте мечты. Пусть они будут вашими путеводными звездами.

## В кадре с друзьями

– Удалось ли вам с кем-то по-настоящему подружиться на съемках этого проекта?

– Да, удалось подружиться и с Пашей Майковым, и с Андреем Пынзару, и с Дмитрием Лысенковым. По крайней мере я могу сказать, что если вдруг я окажусь на площадке в новой киноработе с кем-то из сериала «Девушки с Макаровым», то я точно буду знать, что я оказался в кадре со своим другом.

– В сериале «Девушки с Макаровым» показаны женщины в погонах. Как относитесь к тому, что женщины выбирают делом жизни, в общем-то, мужскую профессию?

– Если честно, я негативно отношусь только к тому, когда женщины выбирают настоящие мужские виды спорта – например, единоборство. Все-таки не хотелось бы видеть, как женщины наносят друг другу удары (смеется). Хотя, видите, все меняется, и действительно женщины осваивают очень много профессий. Если

душа женщины лежит к тому, чтобы брать на себя мужские обязанности и получать от этого удовольствие, ну как можно запретить ей это делать? Так что отношусь положительно.

## Секрет удачной роли

– В вашей фильмографии что ни сериал – то хит. «Воронины», «Саша плюс Маша», который зрители помнят через столько лет. Теперь вот «Девушки с Макаровым». Какими критериями руководствуетесь при выборе?

– Огромное спасибо за столь высокую оценку моего труда. Особых критериев, пожалуй, нет. Все надо делать с максимальным желанием и профессиональной отдачей – и тогда, мне кажется, любой материал имеет право в дальнейшем стать хитом.

– Для вас лично какая работа была наиболее интересной, так сказать, игровой?

– Хотелось бы сказать словами из песни Владимира Высоцкого: «Лучше гор могут быть только горы, на которых еще не бывал». Наверное, все работы интересные, все игровые. Но, пожалуй, вот из последних моментов – это участие в сериале «Казачок». Это экскурс в историю, в жизнь наших предков XVI века. На данный момент это пока мой самый выделяющийся персонаж. Но я думаю, что самые яркие роли еще впереди. Будем ждать гор, на которых мы еще не бывали!

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Кстати

### «Увлекаю себя ленью»

– Вы пробовали себя и в качестве режиссера. Хотите продолжить этот опыт? Что он вам дал?

– Да, хочу. Я поступил в институт культуры в 18 лет, и мой педагог посмотрел на меня и сказал: «Режиссура, в первую очередь, это профессия жизненного опыта». Тогда этого опыта жизненного у меня не было. Сейчас, мне кажется, я накопил уже достаточно, чтобы начать делиться. Появляются идеи, проекты, которые очень хочется воплотить на площадке. Желание есть! И большее! Может быть, в ближайшее время вы об этом узнаете. Режиссерский опыт дал мне более уважительное отношение к этой профессии, потому что, когда я вернулся обратно на актерскую сторону, стал понимать, какое количество нитей режиссеры сплетают одновременно в эти узоры, каким магическим действием они занимаются – создают реальную жизнь из фантазии. – На что вам никогда не жаль тратить время, когда вы свободны? Что может вас по-настоящему увлечь? – Я люблю путешествовать, а еще больше всего люблю лениться. Поэтому, если вдруг выдается такая возможность, очень-очень увлекаю себя ленью.

## Детали

### Театральные планы

– Как складывается ваша театральная история?

– В прошлом году я сыграл премьеру – спектакль режиссера Изабеллы Каргиновой «А это, как два крыла». Это история взаимоотношений, история любви и ненависти, о жизни одного известного театрального французского антрепренера Жозефа Шюрмана и двух его муз, двух великих актрис: Сары Бернар и Элеоноры Дузе. Приходите! Спектакль получился очень интересным, очень трогательным, сентиментальным. Скоро, возможно, выйдет еще один спектакль с моим участием. Раскрывать секреты не буду.

## ПОДРОБНОСТИ

# Миры, которых ещё не было

– Многие артисты мечтают поработать с Никитой Михалковым, а вы у него снимались дважды. Чем, на ваш взгляд, привлекательна работа с ним?

– Да, это были проекты «Утомленные солнцем» и «Сибирский цирюльник». Как вам сказать? Ты просто работаешь с творцом, который на твоих глазах вместе с тобой на площадке создает мир, которого до этого не было. Никита Сергеевич так вовлекает в творческий процесс, что ты в какой-то момент начинаешь чувствовать себя соавтором, хотя на самом деле все это Никита Сергеевич уже придумал – просто он подводит тебя к своим фантазиям. Это так круто, так увлекательно, это здорово!

– Вам часто предлагают роли в комедиях. У вас невероятная харизма, вы умеете смешить, оставаясь серьёзным. Не ощущаете недостаток драматических ролей?

– Вы знаете, даже комедия, как выясняется, многогранна, например: есть комедия-буфф, есть мелодраматическая комедия, есть даже драмеди, есть фарсы... Тут пресытиться невозможно! Хотя и нехватка драматических ролей, конечно, есть. Я с огромной радостью соглашаюсь на такие проекты, если вдруг они появляются.

На первый взгляд, с клетчаткой вроде всё понятно: содержится в овощах и фруктах и полезна для здоровья и похудения.

**Н**а самом деле, чтобы получить от нее максимум желаемой пользы, нужно знать важные нюансы, о которых нам рассказала нутрициолог Вероника Гусакова.



# Что важно знать о клетчатке?

## Растворимая и нерастворимая

**?** Не все знают, что клетчатка бывает растворимая и нерастворимая. В чём разница и преимущество каждой из них?

**П**о рекомендациям Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), взрослому человеку ежедневно нужно употреблять 25-30 г клетчатки. Однако, согласно исследованиям, только один из 20 человек делает это регулярно. Что касается растворимой и нерастворимой клетчатки – обе они полезны и нужны, но обладают разными свойствами. Самые популярные виды растворимой клетчатки – пектин и инулин. Они растворяются в воде и образуют желеподобные структуры, похожие на гель, которые помогают в усвоении питательных веществ и снижают уровень холестерина и глюкозы. Нерастворимая клетчатка представляет собой волокна, которые при контакте с водой остаются неизменными. Целлюлоза – основной компонент нерастворимой клетчатки, который может притягивать воду, набухать, за счет этого улучшать перистальтику кишечника.



## Меньше вес

**?** Клетчатка чаще воспринимается как помощь при похудении. А можно ли из-за неё набрать вес? И как грамотно для похудения употреблять клетчатку?

**П**родукты, богатые клетчаткой, чаще всего имеют низкую калорийность. Овощи, фрукты, ягоды, зелень не только содержат витамины и минералы, но и создают ощущение объема в желудке при низкой калорийности, что помогает контролировать аппетит. Однако не все продукты с высоким содержанием клетчатки содержат мало калорий. Например, мюсли, семена, орехи, сухофрукты нужно употреблять умеренно из-за их высокой энергетической ценности.

## Больше пользы

**?** В каких объемах и с чем клетчатка лучше усваивается? Меняется ли качество клетчатки в сырой или отварной пище?

**К**летчатка работает лучше всего в сочетании с достаточным количеством жидкости, это связано с ее свойствами превращаться в гель и разбухать в желудочно-кишечном тракте (ЖКТ). Качество клетчатки не меняется при приготовлении пищи, но способ приготовления может повлиять на биодоступность и усвоение. Например, при термической обработке клетчатка усваивается легче, так как стенки клеток растений разрушаются, что облегчает доступ к питательным веществам. Однако при длительной термической обработке часть клетчатки может разрушиться и потерять полезные свойства.



## КСТАТИ

### ИСТОЧНИКИ ЦЕННЫХ ВОЛОКОН

Чтобы получать клетчатку в достаточном количестве, важно постоянно включать в свой рацион:

♥ цельнозерновые продукты; ♥ фрукты, овощи; ♥ фасоль, горох и другие бобовые; ♥ орехи и семена.



Две подружки.  
– Что нового?  
– Перестала следить за фигурой. В конце концов, нужно ей доверять. Ведь не чужая.

## Условия комфорта

**?** Почему от клетчатки бывает метеоризм? Какие виды клетчатки чаще всего его вызывают? Что можно сделать, чтобы это минимизировать?

**М**етеоризм при употреблении клетчатки происходит из-за того, что часть ее не усваивается и попадает в толстую кишку, где подвергается ферментации бактериями, что вызывает газообразование и вздутие.

Растворимая клетчатка чаще вызывает метеоризм, чем нерастворимая, так как она активнее ферментируется в кишечнике.

Чтобы минимизировать неприятные ощущения, рекомендуется увеличивать количество клетчатки в рационе постепенно, чтобы дать микрофлоре кишечника время приспособиться.

Татьяна МИХАЛЁВА

# КАК БЕЗОПАСНО УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ?

## УЧЕНЫЕ НАЗВАЛИ МЕТОД, СПОСОБСТВУЮЩИЙ ЛЕГКОМУ ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЗРЕНИЯ

Российские ученые установили, почему падает зрение. Оказывается, виной всему каротины – производные витамина А. Ученые называют их «топливом» для зрения. По их мнению, если «топлива» мало, глаза нормально видеть не будут.

### Где больше всего каротинов?

Ранее считалось, что много каротинов в моркови. Но новое исследование показало, что существует «суперпродукт», в котором каротинов в разы больше – это дикая сибирская черника. Ягода растет в горной Сибири – регионе с уникальным климатом и девственно чистой природой. Благодаря этому каротинов в ней больше, чем в растении, выращенном в искусственных условиях.

### Как сибирская черника влияет на органы зрения?

Каротины способствуют улучшению кровообращения в сетчатке, восстановле-

нию ее тканей и очищению хрусталика от катаракты. Они действуют на укрепление сосудов глаз, улучшению циркуляции глазной жидкости, нормализации внутриглазного давления. Ягода содержит



жит родопсин, который может помочь улучшить цветовосприятие и сумеречное зрение. Также она способствует снятию усталости органов зрения, нормализации работы глазных нервов и мышц.

### Как правильно использовать сибирскую чернику для глаз?

Чтобы максимально эффективно бороться с проблемой, нужно действовать непосредственно на нее. Ученые считают, что лучше всего использовать сибирскую

чернику в форме капель. Тогда каротины будут попадать прямо в органы зрения, снабжать их «топливом» и способствовать скорейшему восстановлению их функций. Именно для этого были созданы капли «Офтальюкс с сибирской черникой». Помимо экстракта ягоды сибирской черники, они содержат экстракты жимолости тибетской, базилика священного, арники, ареспол и коллоидное серебро, благодаря чему дают наилучший эффект.

### Кому могут быть рекомендованы капли «Офтальюкс с сибирской черникой»?

Людам с глаукомой, катарактой, ретинопатией, дистрофией сетчатки, близорукостью, дальнозоркостью, астигматизмом, синдромом «сухого глаза» и другими расстройствами зрения. Капли «Офтальюкс с сибирской черникой» могут помочь снова увидеть окружающий мир четко и ясно.



### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему



Для этого сделайте 2 простых шага:

**1. ПОЗВОНТЕ** по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **5022**

**2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО** получите Ваш ПОДАРОК\* – «Офтальюкс»

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**

Акционное предложение действует с 22 января по 22 марта 2025 г.

**ЗВОНИТЕ БЕСПЛАТНО!** Доставка за счет производителя!

## НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 22 января по 22 марта 2025 г. \* С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

Нарушение нормальной частоты и регулярности сердечного ритма называется аритмией.

Сегодня мы расскажем, почему это происходит, что делать в случае аритмии и как укрепить сердце с помощью физических упражнений.

У взрослого здорового человека частота пульса в норме колеблется от 60 до 80 ударов в минуту. Такой ритм (он называется синусовым) задает узел, который находится в верхней части предсердий (этот узел называется синоаурикулярным). Нормальную работу синоаурикулярного узла обеспечивает правильный кальций-натрий-калиевый обмен. При нарушении в работе узла нарушается и синусовый ритм – возникает аритмия.

Основные симптомы аритмии – это ощущение сильного сердцебиения (которое в норме мы не ощущаем) или «замирания» сердечного ритма, перебои в работе сердца, непродолжительная (2-3 секунды) нехватка воздуха, внезапная слабость, боли и сдавливания в грудной клетке, головокружение, обморок.

## Кто в зоне риска

Аритмия может возникнуть даже у здорового человека – например, при сильном нервно-психическом напряжении или интоксикации организма (причиной которой могут стать курение, алкоголь, лекарственные препараты). Но основная группа риска – это люди, имеющие

# АРИТМИЯ: берём пульс под контроль

## Виды аритмии

- тахикардия (учащенное, свыше 90 ударов в минуту, сердцебиение);
- брадикардия (частота сердцебиений меньше 60 ударов в минуту);
- пароксизмальные нарушения (внезапное и резкое учащение пульса до 200 ударов в минуту);
- экстрасистолия (внеочередное сокращение сердечной мышцы);
- мерцательная аритмия (сбой сердечного ритма, при котором предсердия подергиваются, «мерцают», желудочки также работают не синхронно).

**наследственную предрасположенность или следующие заболевания:**

- пороки сердца;
- хроническая сердечная недостаточность;
- ишемическая болезнь сердца;
- гипертония;
- эндокринные нарушения;
- падение сахара в крови;
- травмы.

## Диагностика и лечение

При возникновении симптомов аритмии очень важно



как можно скорее обратиться к врачу-кардиологу. Видов аритмии, как и ее причин, достаточно много, и определить конкретный, а значит, подобрать правильное лечение может только врач-специалист.

Не занимайтесь самолечением.

## Зачем измерять пульс

Пульс – это ритмичное колебание артерий, которое возникает из-за давления крови на сосудистую стенку,

а давление крови создает левый желудочек сердца во время своего сокращения. При этом ощутить его (прощупать) можно на любой артерии, которая проходит над костью и достаточно близко к поверхности кожи. Раньше для исследования пульса использовались 9 мест (сегодня встречаются цифры от 12 до 40) – по три на голове, руках и ногах, там, где артерии ближе всего к поверхности и их легко прижать к кости.

Нормальная частота пульса для взрослых мужчин и женщин составляет 60-80

ударов в минуту в состоянии покоя. Нередко пульс называют зеркалом состояния сердечно-сосудистой системы. И тут подсказчиком становится любое отклонение от нормы. Увеличение или уменьшение частоты сердечных сокращений может угрожать здоровью человека. При уменьшении частоты пульса (перекачивается недостаточно крови для удовлетворения потребностей организма) может по-

Кстати

## Сделать выбор сердцем

Это словосочетание родилось не на пустом месте, а имеет под собой научную основу. Ученые доказали, что сердечный ритм влияет на наши чувства и эмоции. Так что стоит обратить внимание на подсказку вашего пламенного мотора и сделать правильный выбор – сердцем!



явиться головокружение, потеря сознания.

Повышенная частота пульса может быть

симптомом многих заболеваний, а иногда это ответ организма на сильное волнение, невроз, панические атаки, лихорадку или следствие большого физического на-

пряжения. Вместе с тем, повышение пульса может быть связано с выпитым крепким черным кофе или чаем, приемом некоторых лекарств или, например, употреблением алкоголя. Важно помнить: если ваш пульс 150 ударов в минуту – срочно обращайтесь за помощью к врачу.

**Светлана ИВАНОВА**

**При возникновении симптомов аритмии необходимо как можно скорее обратиться к врачу-кардиологу. Не занимайтесь самолечением!**

## Укрепляющая гимнастика

Лучшее и доступное абсолютно всем упражнение для укрепления сердца и профилактики аритмии – это ходьба.

Именно во время ходьбы задействованы все мышцы, которые облегчают работу сердца. К тому же, глубокое

ритмичное дыхание обеспечивает равномерную вентиляцию легких, что очень важно для доступа кислорода к сердцу. Ходить нужно в комфортном темпе, не замедляясь и не ускоряясь,

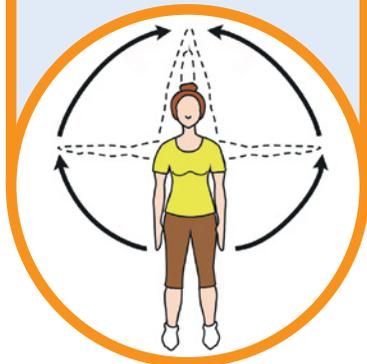
до очень легкого утомления. Дома для здоровья сердца желательно систематически делать простую, но достаточно эффективную гимнастику. Вот основные ее упражнения.

**– Мадам, в вашем сердце есть свободное место для меня?  
– Да! Вам какой ряд?** 😊

### Упражнение 1

**Исходное положение:** стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

На вдохе развести руки в стороны, поднять вверх; на выдохе опустить вниз, одновременно наклоняясь вперед, расслабить руки и покачать ими; вернуться в исходное положение. Повторить 5 раз.



### Упражнение 2

**Исходное положение:** стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

На вдохе прогнуться назад, на выдохе наклониться вперед, развернув туловище в сторону; вернуться в исходное положение. Повторить 5 раз в каждую сторону.



### Упражнение 3

**Исходное положение:** стоя, ноги на ширине плеч, руки подняты к плечам, локти в стороны.

На вдохе прогнуться, ногу отставить назад на носок. На выдохе соединить локти перед грудью, опустить подбородок, одновременно приставив ногу. Вернуться в исходное положение. Повторить по 3 раза каждой ногой.



### Упражнение 4

**Исходное положение:** сидя, ноги согнуты в коленях.

Делать «велосипед» сначала одной ногой назад и вперед, затем поменять ногу. Повторить по 3 раза каждой ногой.



### Упражнение 5

**Исходное положение:** сидя на краешке, ноги согнуты в коленях, руки на поясе.

На вдохе повернуть туловище в сторону, одновременно отводя в эту же сторону руку. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить по 4 раза в каждую сторону.



Что ж поделать – мы живём в широтах, где световой день (а значит, и количество ультрафиолета) сильно меняется в зависимости от времени года.

# Подбираем идеальную лампу для рассады

**И** растениям для фотосинтеза света бывает недостаточно, особенно если речь идет о рассаде. Придется ее досвечивать, а для этого надо правильно подобрать лампу.

## Досвечивание – это важно

Растениям необходимо получать достаточное количество света для формирования крепких и здоровых всходов, и на начальных этапах это особенно важно. Недостаток освещения приводит к вытягиванию стеблей, слабой корневой системе и низкой устойчивости рассады. Специальная фитолампа поможет ускорить рост рассады, сделать растения крепкими и устойчивыми, обеспечить правильное развитие листьев и корней.

## Критерии выбора

Чтобы лампа была эффективной, важно учитывать следующие параметры:

### ● Спектр света

Растениям нужны синие и красные спектры света: синий спектр стимулирует рост корней и замедляет вытягивание стеблей, красный улучшает фотосинтез и ускоряет цветение. Оптимальные лампы для рассады должны излучать оба спектра. Поэтому многие огородники-любители предпочитают приборы, излучающие розоватый свет. Но не стоит отказываться и от фитоламп с белым свечением, потому что в их арсенале есть и красный, и синий спектр, хотя мы их и не видим глазами.

### ● Мощность лампы

Мощность лампы должна соответствовать размеру и количеству растений. Для небольшого подоконника подойдут лампы мощностью 10-20 Вт, а для больших стеллажей потребуется больше – от 30 Вт и выше.

### ● Длительность работы

Рассаде необходимо 12-16 часов освещения в сутки. Лампа должна работать длительное время без перегрева.

### ● Энергоэффективность

Выбирайте лампы с низким энергопотреблением, чтобы избежать высоких счетов за электроэнергию.



Загадка: во многих квартирах в марте и апреле стоит зелёное, в горшках, огоньках и фонариках, но не ёлка. Что это? Отгадка: рассада...

## Расположение тоже важно

Нужно не только выбрать лампу, но и правильно ее установить. Оптимальное расстояние от лампы до рассады составляет 20-30 см. При этом растения должны освещаться равномерно. И поскольку рассаде нужна не круглосуточная подсветка, то для надежности есть смысл использовать таймер для автоматического включения и выключения лампы.

## Частые ошибки

Чтобы избежать проблем, обратите внимание на следующие моменты:

- ❖ Недостаточная мощность лампы. Слабая лампа не даст растениям нужного количества света.
- ❖ Слишком близкое расположение лампы. Это может вызвать ожоги на листьях.
- ❖ Выбор неправильного спектра света. Обычные бытовые лампы не подходят для выращивания рассады.

## Виды подсветок

На рынке представлено несколько видов ламп для досвечивания рассады. Это могут быть и лампы накаливания, и люминисцентные лампы, и натриевые, и светодиодные, и индукционные. В последнее время особое распространение получили два последних типа, и вот почему.

**Светодиодные (LED) лампы**  
Самый популярный и эффективный вариант для досвечивания рассады.

**Преимущества:** низкое энергопотребление, долговечность (до 50 000 часов работы). Они не

нагреваются, что исключает риск ожогов растений, и излучают нужные спектры света.

**Недостатки:** более высокая цена по сравнению с другими видами.

**Индукционные лампы**

Современный вариант, похожи на люминисцентные лампы, но более долговечны.

**Преимущества:** долговечность (до 100 000 часов работы), равномерное распределение света.

**Недостатки:** достаточно высокая цена (что, впрочем, окупается длительностью работы) и возможность нагрева, что создает риск ожогов на листьях.

Светлана СИДОРЧУК

## Читайте в свежем номере «ДАЧНОГО СПЕЦА»

12+ Реклама

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 24 ЯНВАРЯ

### ОТКРЫТА ОХОТА ЗА СЕМЕНАМИ

Одни садоводы каждый год ищут и сажают что-то новенькое – соблазнов море, не удержаться! Другие от добра добра не ищут, давно нашли для себя то, что устраивает, и хранят им верность. А мы можем выслушать и тех, и тех и взять на заметку то, что нужно нам.



### ТОМАТЫ БЕЗ РАССАДЫ

Согласитесь, очень заманчиво вырастить томаты посевом сразу на грядке. Ни тебе возни с рассадой, ни тесно заставленных полками подоконников. На самом деле безрассадный опыт вполне реален. Тем, кто готов облегчить себе дачную жизнь, помогут нескольких правил



### ВЫБИРАЕМ ИСТОЧНИК СВЕТА

Без дополнительного света зимним посевам не выжить. Поэтому кто-то пользуется фитолампами. Кому-то они не нравятся или кажутся дорогими, поэтому приходится искать альтернативу. Дачники делятся личным опытом в выборе освещения для сеянцев.

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



## ВЕРНУТЬ КРАСИВЫЕ НОГТИ И МЯГКУЮ КОЖУ СТОП



ТЕПЕРЬ РЕАЛЬНО БЕЗ БОЛЬШИХ ЗАТРАТ

Деформированные, утолщенные, пожелтевшие, крошащиеся ногти. Они не дают носить открытую обувь, вызывают дискомфорт. Мозоли, трещины на огрубевшей коже стоп мешают ходить. Врастающие ногти вызывают боль.

Такие изменения ногтей и кожи стоп далеко не редкость. Чаще всего с проблемами ногтей сталкиваются люди старшего возраста. Однако к таким изменениям ногтей и кожи стоп люди идут постепенно, часто не придавая значения изменению цвета и формы ногтей. Проблемы с кожей стоп решаются при помощи педикюрных кабинетов, различных пиллингов для ног. Однако со временем поддерживать красоту ногтей и кожи стоп становится все трудней.

Для мастера педикюра устранить проблему ногтей не составляет труда. Современные методы, включающие местные средства, аппаратные методики позволяют справиться с любой ситуацией. Но это требует регулярного посещения мастера педикюра, что вызывает затруднение и нуждается людей иногда смириться и терпеть.

Сейчас терпеть уже не нужно! Российскими учеными создан оригинальный косметический препарат «ФУНДИЗОЛ», основой которого послужил состав мази Аравийского. Уникальным является не только состав крема, включающий антисептики, компоненты размягчающие пораженный ноготь и огрубевшую кожу стоп, заживляющие и питательные компоненты, экстракты трав, но и методика применения. Крем помогает одновременно устранять изменение ногтей и кожи стоп (мозоли, трещины, натоптыши, которые сами по себе не дают ходить и надевать носки). При этом не требуется применять различные пилки для кожи.

Разработка состава крема проводилась сотрудниками ФГБОУ ВПО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России совместно с ООО «Инфарма 2000» г. Москва. Клинические исследования крема проводились в МНПЦДК, ЦТП ФХФ РАН, Клинике



От 180 руб.

«Веларт». Было показано, что избавиться от измененных ногтей удавалось в срок от 1 до 2 месяцев. Значительно дольше (более 5 месяцев) идет отрастание новых ногтей на ногах.

Для того, чтобы не столкнуться с проблемой в зрелом возрасте можно рекомендовать молодым людям применение «ФУНДИЗОЛА» после посещения тренажерных залов, бассейнов, пляжей, где приходится ходить босиком. «ФУНДИЗОЛ» можно использовать после маникюра и педикюра.



СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ  
СКИДКА ПРИ ПОКУПКЕ НА САЙТЕ ZDRAVCITY.RU<sup>1</sup>, ARTEKA.RU<sup>2</sup>  
Тел.: 8 (800) 500-92-62, 8 (800) 700-88-88, 8 (937) 009-30-03, 8 (800) 775-17-58 (звонок бесплатный)

Справки по применению: 8 (800) 201-81-91 (звонок бесплатный) WWW.INPHARMA2000.RU

Косметические средства. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ООО «Инфарма 2000». ОГРН: 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. <sup>1</sup>Zdravcity.ru, ООО «Здравсити», г. Москва, Чермянская ул., д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561. <sup>2</sup>АО НПК «КАТРЕН» 630559, Новосибирская обл., р.п. Кольцово, пр-кт Академика Сандакчиева, зд. 11, ОГРН: 1025403638875. РЕКЛАМА

Бутербродные пасты (или намазки) – отличный вариант для утреннего приёма пищи. Достаточно куска хлеба и баночки с готовой пастой – и вкусный полноценный завтрак уже на столе. И даже если готовой пасты под рукой нет, сделать её – дело нескольких минут.

**Б**утербродная паста – это пюре довольно плотной консистенции, которое легко намазать на хлеб, чипсы, крекеры и другие хлебобулочные изделия. Пасты могут состоять из самых разнообразных продуктов: мяса, птицы, рыбы, консервов, овощей, кисломолочных продуктов, зелени, фруктов. Самые известные и популярные – паштет, хумус, форшмак. К бутербродным пастам можно отнести любимые всеми кабачковую, баклажанную и грибную икру.

# ПАСТЫ

## для утренних бутербродов



### Форшмак

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 132 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г филе сельди ■ 2 яйца
- 1 кислое яблоко ■ 1 лимон
- 1 луковица ■ 2 ломтика черствого белого хлеба
- 1 ст. л. растительного масла
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую. Очистить.
- 2 Лимон разрезать пополам. Из каждой половины отжать сок.
- 3 Лук мелко нарезать, залить соком лимона.
- 4 Хлеб размочить в небольшом количестве воды, обрезать корки.
- 5 У филе сельди вынуть все кости. Нарезать кусочками.
- 6 Яблоко очистить от кожуры и семян, нарезать небольшими кусочками.
- 7 Все ингредиенты пропустить через самую мелкую насадку мясорубки. Чтобы масса получилась более однородной, ингредиенты нужно пропустить через мясорубку дважды. Добавить соль, перец, растительное масло, перемешать.
- 8 Подавать, посыпав нарезанным зеленым луком, с черным хлебом.

**Жена вечером смотрит телевизор и ест один бутерброд за другим. Муж не выдерживает:**

– Ты же говорила, что не будешь есть после шести.  
– Угу. Это пятый.



### Паста из печени трески

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 263 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 банка печени трески
- 2 яйца ■ небольшой пучок шнитт-лука
- 2-3 ч. л. майонеза
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, натереть на крупной терке.
- 2 Шнитт-лук мелко нарубить.
- 3 Печень трески переложить из банки на тарелку, размять вилкой.
- 4 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, тщательно перемешать.
- 5 Намазывать на поджаренный в тостере хлеб.

#### СОВЕТ

Вместо шнитт-лука можно использовать зеленый лук.

### Паста с творогом и сардинами

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 196 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 банка консервированных сардин ■ 200 г творога
- 100 г размягченного сливочного масла ■ 2 яйца
- 1 маленькая луковица
- 1 ч. л. горчицы
- 0,5 ч. л. лимонного сока
- 3-4 веточки петрушки
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, натереть на крупной терке.
- 2 Сардины выложить из банки, размять вилкой.
- 3 Лук и зелень очень мелко нарезать.
- 4 Размягченное масло взбить в блендере до пышной пены, добавить творог, взбить все вместе еще раз.
- 5 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, тщательно перемешать.

### Творожная паста с зеленью

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 93 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г творога
- 1 ст. л. сметаны
- небольшой пучок зелени
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Зелень очень мелко нарубить.
- 2 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, тщательно перемешать (или взбить в блендере).

#### КСТАТИ

Во Франции в XIX веке эта намазка на хлеб называлась «мозги ткача». Дело в том, что в это время зарплаты ткачу в Лионе не хватало на деликатесы вроде бараньих мозгов и готовилась альтернатива – в творог замешивали зелень и добавляли немного уксуса.

### Паста с колбасным сыром

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 178 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 150 г колбасного сыра
- 1 яйцо ■ 100 г майонеза
- по щепотке поджаренной паприки и молотого чили
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить.
- 2 Яйцо и сыр потереть на мелкой терке.
- 3 Соединить все ингредиенты, посолить при необходимости, тщательно перемешать.

### Паста с икрой минтая

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 196 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 банка икры минтая
- 100 г размягченного сливочного масла ■ 2 яйца
- небольшой пучок зелени (укроп, зеленый лук)
- 1 ч. л. лимонного сока
- молотый черный перец
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, натереть на крупной терке.
- 2 Зелень мелко порубить.
- 3 Размягченное масло взбить в блендере до пышной пены, добавить икру, яйца, зелень, лимонный сок, посолить, поперчить, тщательно перемешать.

#### СОВЕТ

Вместо икры минтая можно использовать любую другую консервированную икру: щучью, летучей рыбы и т.п.

– Бутерброды с ветчиной – это здорово, как ни крути...  
– Лучше не крути – ветчина свалится.



Светлана ИВАНОВА

В Москве в Большом театре 23 января 1881 года состоялась премьера оперы Петра Ильича Чайковского «Евгений Онегин», поставленной по роману в стихах Александра Сергеевича Пушкина. Главные действующие лица этого произведения нам известны со школы. Давайте вместе вспомним историю оперы, а также героев и сюжет знаменитого романа.

# Кто вы, Евгений Онегин?

**1** Первым исполнителем партии Евгения Онегина на сцене Большого театра был русский певец, заслуженный артист Императорских театров, солист Большого и Мариинского театров Павел Хохлов. Позже партию Онегина исполняли многие оперные певцы, среди них – Георг Отс, Муслим Магомаев, Дмитрий Хворостовский. А первым исполнителем партии этого героя стал Михаил Медведев (вот некоторые слова из арии: «Ну что же?.. Куда, куда, куда вы удалились...»). Позже эта ария вошла в золотой репертуар Ивана Козловского, Сергея Лемешева, Леонида Собинова. Какому герою принадлежат эти слова?

- а) Владимиру Ленскому, соседу Лариных.
- б) Гвоздину – владельцу нищих мужиков.
- в) Французу Гильо – слуге Онегина.



**2** Избалованный столичной жизнью молодой аристократ Евгений Онегин после смерти отца, раздав его долги, становится единственным наследником ещё и состоятельного дяди: «Вот наш Онегин – сельский житель, / Заводов, вод, лесов, земель / Хозяин полный...». Устав от развлечений, молодой повеса мечтает избавиться от хандры в деревне, где чтут обычаи старины. Однажды его приятель Ленский приглашает с собой Онегина в имение соседей («С утра дом Лариных гостями / Весь полон; целыми семьями / Соседи съехались...», «толпа жужжит, за стол садясь»). По какому поводу, на какой праздник собрались гости в имении Лариных?

- а) Масленица.
- б) Именины Ольги.
- в) Именины Татьяны.

**3** Своими любовными переживаниями Татьяна, влюблённая в Онегина, делится со старушкой няней. Но няня про свою любовь в ответ ничего рассказать не может, так как была сосватана в 13 лет, а мужу было ещё меньше. Няня говорит Татьяне: «В эти лета / Мы не слышали про любовь». Вспомните, как звали няню Татьяны?

- а) Арина Родионовна.
- б) Филиппевна.
- в) Парасковья.

**4** Ольга, младшая сестра Татьяны, недолго оплакивала погибшего на дуэли Ленского. Хотя просватана была с младенчества: «И детям прочили венцы / Друзья-соседы, их отцы». Вспомните, как звали доброго барина Ларина, отца Татьяны и Ольги?

- а) Дмитрий. б) Василий.
- в) Владимир.

**5** Первый раз встречаемся мы на страницах романа с Евгением Онегиным, когда ему 18 лет: «...Для роскоши, для неги модной, – / Всё украшало кабинет / Философа в осьмнадцать лет». Ещё восемь лет он провёл в светских развлечениях: «Вот как убил он восемь лет, / Утратя жизни лучший цвет». Значит, на момент дуэли с Ленским Онегину было 26 лет. А сколько лет исполнилось соседу Владимиру Ленскому, поклоннику Канта и любителю поэзии?

- а) 25. б) 21. в) 18.

## ОТВЕТЫ

1-а. Слова из арии «Ну что же?.. Куда, куда, куда вы удалились...» принадлежат Владимиру Ленскому. 2-в. Именины Татьяны Лариной. «Пошли приветы, поздравленья! / Татьяна всех благодарит...». 3-б. «...Уж ей Филиппевна седа! / Приносит на подносе чай...». 4-а. «Он был простой и добрый барин... / Смирный грешник, Дмитрий Ларин...». 5-в. Ленскому – 18: «Он пел поблеклый жизни цвет / Без малого в осьмнадцать лет».

## СЕНСАЦИЯ! УНИКАЛЬНОЕ ВЕЩЕСТВО ИЗ ЖИВОКОСТА МОЖЕТ ПОМОЧЬ ОБНОВИТЬ ХРЯЩИ И СУСТАВЫ!

Живокост – растение, невероятно полезное для суставов. О нем знали еще во времена Авиценны. А в эпоху Ренессанса живокост был «средством №1» от заболеваний суставов и позвоночника. Известно, что именно это растение могло помочь Екатерине II избавиться от боли в коленях и отказаться от трости. Когда наступил век индустриализации, о живокосте забыли. На первый план вышли фармацевтические препараты. Однако недавно ученые ошаршили всех своим открытием! Оказывается, в живокосте содержится уникальное вещество для здоровья суставов, которое не удастся получить искусственным путем.

### Секретный ингредиент

Аллантоин – вот то самое вещество, которому многие люди обязаны своим здоровьем. В живокосте его – около



80% от массы растения! Ученые называют аллатоин активатором роста клеток. Он способствует формированию новых клеток на месте поврежденной хрящевой и костной ткани. Также аллантоин может помочь увеличить массу и плотность костей, сделать межсуставную жидкость более вязкой и обильной, изба-

виться от воспаления в суставах. С помощью аллантоина растение восстанавливает само себя и способствует восстановлению того, кто будет принимать его экстракт.

### Сила живокоста в одной капсуле!

Поняв это, ученые создали специальные капсулы «Хондронью» с живокостом. Они содержат самый мощный живокост – таежный, уси-

ленный экстрактами алоэ, босвеллии, куркумы, черного перца, ивы, хондроитином и глюкозамином. Попадая в организм, компоненты капсул «Хондронью» способствуют устранению боли, воспаления, хруста, прострелов, заклиниваний отечности и улучшению подвижности. Люди, принимавшие «Хондронью», отмечают хорошие результаты при использовании в качестве вспомогательного средства в комплексной терапии при артрите, артрозе, остеохондрозе, грыжах, ревматизме, радикулите, подагре, а также других заболеваниях опорно-двигательного аппарата и травмах. Если вы хотите вернуть суставам и позвоночнику здоровье, а себе – радость движения, «Хондронью» может стать вашим незаменимым помощником!



### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвоночнику

Для этого сделайте 2 простых шага:



1. ПОЗВОНТЕ по телефону 8-800-302-30-30 и назовите промокод акции 4922

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Хондронью»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 22 января по 22 марта 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

**ПЕРВЫЙ**



11.00 Информационный канал. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
- 00.00 «Большая игра». (16+)
- 01.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

**РОССИЯ 1** **РОССИЯ**



21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время (12+)
- 21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
- В «Склиф» поступает пациентка с опасной инфекцией. Нарочинскую, контактировавшую с пациенткой, закрывают в стерильном боксе. Есть вероятность, что она могла заразиться.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 04.29 Перерыв в вещании

**НТВ**



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»
- 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
- 22.15 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.55 «ФЕНИКС». (18+)
- 04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

**РОССИЯ К** **Культура**



19.45 Главная роль

- 06.30 «Пешком...»
- 07.35 Черные дыры. Белые пятна
- 08.50 01.00 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 00.05 XX век
- 13.00 «Ленинград говорит!»
- День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады
- 13.40 21.30 «ЛЕНИНГРАДСКАЯ СИМФОНИЯ»
- 15.20 «70 лет России в ЮНЕСКО»
- 16.45 «Передвижники»
- 17.15 Российские музыкальные фестивали
- 18.05 «Первые в мире»
- 18.20 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 23.05 «Любовь за колючей проволокой». Международный день памяти жертв Холокоста

**ТВЦ**



08.50 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.50 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ: ОГОННЫЙ СЛЕД». (12+)
- 13.45 05.00 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «СИНИЧКА». (16+)
- 17.00 «Актёрские драмы. От сумы и от тюрьмы...» (16+)
- 18.10 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Русские тайны. Охота на русских». (16+)

**РЕН**



06.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 05.00 18.00 01.45 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 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 02.30 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (16+)
- 21.55 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 23.30 «СЕНТЯБРЬ В ШИРАЗЕ». (18+)

**ДОМАШНИЙ**

- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.25 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ». (16+)
- 19.00 «ШАМАНКА». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)

**ОТР**

- 06.00 «ЖАСМИН». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
- 11.00 00.30 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 15.55 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 16.10 «За дело!» (12+)
- 17.00 «Ректорат». (12+)
- 17.40 «Ленинград. Блокада. Жизнь». (12+)
- 20.45 03.30 «МЕТОД-2». (16+)
- 22.25 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)
- 23.55 «ТОНЯ ПЛАЧЕТ НА МОСТУ ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 18.10 «РОНИН». (16+)
- 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 19.15 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 22.50 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 23.45 «ЭКСТРАСЕНС: ДЕЛО СОФИ». (16+)
- 02.00 Кадони шоу. (16+)
- 02.45 Мистические истории. (16+)

**че!**

- 06.00 Утилизатор. (16+)
- 06.15 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 07.40 Дорожные войны. (16+)
- 11.30 Охотники. (16+)
- 13.30 Притворщики. (16+)
- 15.30 Улётное видео. (16+)
- 19.00 Зашала. (16+)
- 22.00 Раступницы. (16+)
- 00.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 «СОЛДАТЫ-12». (16+)

**МИР**

- 06.15 11.10 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
- 10.00 «Память сердца. Ленинград»
- 10.30 «Фабзайцы». (16+)
- 13.00 16.00 18.30 Новости
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 14.10 «Дела судебные». (16+)
- 18.50 «Игра в кино». (16+)
- 21.40 «Миллион за 5 минут». (16+)
- 22.20 «ПОМНИ ИМЯ СВОЕ». (16+)
- 00.20 «Город-герой Ленинград». (16+)
- 00.50 «Наше кино». (16+)

**МУЗ**

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 10.00 14.00 Зима. (16+)
- 11.00 18.20 «10 самых!» (16+)
- 11.30 01.30 Топ-30. (16+)
- 15.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 «Леди Бу». (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 22.55 ВК Меломан. (16+)
- 00.05 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Наше. (16+)

**ПОБЕДА**

- 04.35 «Путь к Победе». (16+)
- 05.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 07.50 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
- 11.10 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)
- 14.30 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)
- Леонид и Борис - молодые лётчики, только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают. Виновников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять...
- 00.00 «ЛЕТЧИК». (16+)
- 01.40 «СЕСТРЕНКА». (12+)
- 03.10 «КАДЕТ». (16+)

**Ю**

- 05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 09.50 Шоу Доктора Зубаревой. (16+)
- 12 героев с проблемами со здоровьем, 3 месяца на тотальные изменения образа жизни.
- 10.30 Рублёво-Бирюлёво. (16+)
- 12.35 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.30 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.55 Измены (субтитры). (16+)
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

**365 ДНЕЙ ТВ**

- 00.00 Ледоколы войны: «Иосиф Сталин». Мировой рекорд. (12+)
- 00.45 Секреты истории. (16+)
- 02.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 03.05 Герасимовы. (12+)
- 04.00 Историяда. (12+)
- 04.55, 09.25, 17.20 Забытый полководец. (12+)
- 05.25, 09.55 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 06.00 Артековский закат. (12+)
- 07.00, 11.00 Забытые войны России. (12+)
- 08.00 Русская история: Войны доимперского периода. (12+)
- 10.25 Найти и рассказать: Демянский котёл. (12+)
- 11.55 Русская история: Женщины во власти. (12+)
- 13.25, 21.00 Народный фронт Победы. (12+)
- 14.00 Коктейль Молотова. (16+)
- 14.55 Несломленный музей. (12+)
- 16.00 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)
- 16.35 Освободители: Краснодар. Город в плену. (16+)
- 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Меж ладожских берегов. (12+)
- 19.10 Монологи императоров. (16+)
- 20.00 Ленинград: 872 дня ада. (16+)
- 21.35 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
- 22.10 Девочки. (12+)
- 23.25 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00, 11.00, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 08.00, 21.35 «Барбоскины». (0+)
- 08.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Семь королевств». (0+)
- 09.35 «Бодо Борода. БОДО-путешествия». (0+)
- 10.00, 17.25, 22.30 «Фиксики». (0+)
- 10.25 «Чик-Чириконо». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Волшебная кухня. Саламат». (0+)
- 13.25 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- 15.25 «Буба». (6+)
- 16.50 «Геройчики». (0+)
- 18.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 18.30 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 20.25 Сказка на ночь. (0+)
- 21.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Турбозавры». (0+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00 «ДиноСити». (0+)
- 08.00 «Бодо Борода. Путешествия». (0+, 6+)
- 10.00, 16.30, 21.00 «Простоквашино». (0+)
- 11.30, 22.30 «Царевны». (0+)
- 13.00, 02.45 «Три кота». (0+)
- 18.00 «Найт опять опаздывает». (6+)
- 19.30 «Приключения Пети и Волка». (6+)
- 01.00 «Простоквашино» (с субтитрами). (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Путешествия», «Смешарики», «Турбозавры». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 09.25 «Беби Борн». (0+)
- 09.30 «Три кота». (0+)
- 11.10 «ДиноСити». (6+)
- 11.20 «Барбоскины». (0+)
- 13.05 «Карбот». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.45 «Крутой Майк». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.00 «Лунтик». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Простоквашино». (0+)
- 22.10 «Стальные стражи». (6+)
- 22.35 «Метал Кард Бот». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.25 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 02.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 03.15 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 04.10 «Енотки. Первые слова». (0+)

**ЗВЕЗДА**

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)

12.50 13.25 15.05 17.15 03.25 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

20.10 «Скрытые угрозы». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

00.45 «ПОРОХ». (12+)

**СТС**

07.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА». (16+)

09.00 17.55 Уральские пельмени. (16+)

09.40 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)

11.55 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (16+)

14.05 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)

16.05 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)

21.00 «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОН-КОНГ». (16+)

23.20 «УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)

**МАТЧ!**

06.30 «Всё о главном». (12+)

10.05 Автоспорт. (6+)

11.35 Футбол. Обзор. (6+)

16.40 «Шумахер и Шумахер». (12+)

17.25 Футбол. «Зенит» - «Ноа». Winline Зимняя серия. Прямая трансляция из Катара

19.25 Хоккей. «Спартак» - ЦСКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция

22.00 Бильярд. BetBoom. Суперлига. Прямая трансляция из Москвы

00.25 «Марadona». (12+)

**78**

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.30 00.30 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.15 «Полезное утро». (12+)

10.50 «Торжественно-траурная церемония возложения венков и цветов, посвящённая 81-й годовщине полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады». (12+)

12.30 13.30 14.30 «Ладога». (12+)

15.30 16.30 17.30 «Другой Петербург». (16+)

18.30 19.30 «Карта памяти». (12+)

20.30 «Девочка из блокадного Ленинграда». (12+)

22.30 «Студия в квадрате обстрела». (12+)

23.45 «Приравнены к хлебу». (12+)

01.30 «Открытая студия». (12+)

**СПБ**

22.55 Ленинградская Победа. Концерт. (6+)

07.45 «Утро в Петербурге». (16+)

10.50 Торжественно-траурная церемония возложения венков на Пискаревском кладбище, посвящённая 81-й годовщине полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. Прямая трансляция. (0+)

13.15 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (16+)

14.35 15.45 «ЛЕНИНГРАДСКАЯ СИМФОНИЯ». (16+)

17.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)

19.30 «Такой футбол». (6+)

20.00 «Петербург - город решений». (12+)

21.00 Праздничный салют. (0+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.55 Ленинградская Победа. Концерт в БКЗ «Октябрьский». (6+)

01.30 «ЯЛТА-45». (16+)

**ЛЕНТВ 24**

20.30 «ЛенТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.05 «Фильм не сохранился». (16+)

11.15 «Кавказский пленник». (12+)

12.05 13.15 «ОФИЦЕРСКИЕ ЖЕНЫ». (16+)

14.10 04.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)

15.15 «ЛенТВ24 Актуальный разговор». (6+)

15.35 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)

16.25 01.30 «Вместе по России». (12+)

17.15 «МЫ СМЕРТИ СМОТРЕЛИ В ЛИЦО». (16+)

17.30 «Великие русские врачи». (12+)

19.15 «Северный дом». (12+)

19.30 05.05 «РАСКОЛ». (16+)

20.30 «ЛенТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «ЛЕНИНГРАДСКАЯ СИМФОНИЯ». (16+)

23.40 «КРЫЛЬЯ АНГЕЛА». (16+)

02.40 «О ЛЮБВИ». (16+)

**ТНТ**

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

08.30 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)

14.05 «Титаны». (16+)

16.30 «КУПЦЫ И ДЕТИ». (16+)

21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

22.00 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

23.55 «ВСЕ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». (16+)

01.35 «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)

**5**

05.00 Известия. (16+)

05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

06.05 «ПЕРЕХВАТ». (16+)

07.35 «ТАЙФУН». (16+)

08.05 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)

08.40 Знание - сила. (0+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «ТАЙФУН». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СЛЕД». (16+)

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.30 Пятница News. (16+)

06.10 Кондитер. (16+)

07.20 Битва шефов. (16+)

09.40 Адский шеф. (16+)

12.10 Битва шефов. (16+)

23.10 Черный список. На кухне. (16+)

00.00 «ДЯДЯ ВАНЯ». (18+)

01.40 Пятница News. (16+)

02.00 «КТО ТАМ?». (18+)

03.20 Черный список. (16+)

04.30 Пятница News. (16+)

**РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

**РУССКИЙ РОМАН**

07.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ К СЕБЕ». (12+)

11.10 «ЧУЖИЕ ДУШИ». (16+)

12.45 «ЧЕРТОВО КОЛЕСО». (16+)

14.15 «ТРИ ЖЕЛАНИЯ». (12+)

15.55 «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (12+)

17.40 «ОГУРЕЧНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)

2011 г. В ролях: Константин Крюков, Людмила Свитова, Владимир Ильин

21.00 «ЛЮБИВОЕ ПО НАЙМУ». (12+)

2018 г. В ролях: Наталья Бергер, Артём Карасёв, Софья Лебедева

00.25 «НОВОГОДНИЙ ЭКСПРЕСС». (12+)

03.30 «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (12+)

04.55 «АНГЕЛ ПРОЛЕТЕЛ». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

01.10 «НАСЛЕДНИК». (16+)

02.30 «САБРИНА». (16+)

04.35 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)

06.20 «ОПАСНЫЙ ПОПУТЧИК». (16+)

07.45 «БАНДИТКИ». (16+)

09.10 «СВАДЬБА МОЕЙ БЫВШЕЙ». (16+)

10.50 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)

12.05 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

13.45 «ХВАТАЙ И БЕГИ». (16+)

15.20 «САМЫЙ БЫСТРЫЙ INDIAN». (16+)

17.15 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)

18.50 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)

20.30 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». (16+)

22.00 «ЗАМЕРЗАЮЩАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

23.25 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.05 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ РОДИТЕЛИ». (18+)

02.50 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

04.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)

06.15 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)

08.00 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)

10.10 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)

11.40 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)

13.50 «ТАКСИ». (16+)

15.30 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)

17.25, 18.25 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)

19.30 «Я - НЕ КИЛЛЕР». (18+)

Боевик, комедия, США, 2023 г.

21.35 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

Комедия, США, Великобритания, 2015 г.

23.20 «СПАСИТЕ КОЛЮ». (12+)

**ДОМ КИНО**

05.40 «Суворов. Великое путешествие». Мультфильм. (6+)

07.05 «Побег из цирка». Мультфильм. (6+)

08.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)

10.15 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)

11.50 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)

13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

18.05 «СВАТЫ». (16+)

21.00 «ТРИГГЕР». (16+)

22.50 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

01.55 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (16+)

03.15 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (16+)

04.30 «МИНИМАКС». (16+)

**СУББОТА!**

05.00, 08.50, 17.35, 03.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Машины сказки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

08.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

17.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)

21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)

23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.20 Суббота News. (16+)

01.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)

02.30, 02.50, 03.10, 03.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

**СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ЖИЛА-БЫЛА ДЕВОЧКА». (6+)

06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 День Ангела: Святая Нина. (0+)

11.35 День Патриарха. (0+)

11.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

12.45, 13.15 Монастырская кухня. (0+)

13.40 «МОЙ ДОБРЫЙ ПАПА». (12+)

15.05 «САДИСЬ РЯДОМ, МИШКА!» (6+)

16.40 «ЗИМНЕЕ УТРО». (0+)

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.25 День Ангела: Преподобный Павел Фивейский. (0+)

20.55, 02.20 Блокада. Восхождение. (16+)

22.00 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.15 День Патриарха. (0+)

00.25 Прямая линия жизни. (16+)

01.20 Паломница. Оптина пустынь. 1 серия. (12+)

03.20 Две войны Лоры. (16+)

03.35 Поле битвы. (16+)

**CINEMA**

06.50 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (16+)

США, Китай, 2022 г.

09.00 «ДЖОН УИК-2». (18+)

США, 2017 г.

11.00 «ДЖОН УИК-3». (18+)

США, 2019 г.

13.15 «ДЖОН УИК-4». (18+)

США, Германия, 2023 г.

16.05 «ПОМНИТЬ». (18+)

Южная Корея, 2022 г.

18.20 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (18+)

США, 2021 г.

20.00 «СТРИНГЕР». (18+)

США, 2013 г.

22.00 «КОЛЛЕКТОРЫ». (18+)

Великобритания, США, 2018 г.

23.45 «ПОБЕГ». (18+)

США, Япония, 1994 г.

01.40 «ВАЛЬДО». (16+)

03.25 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (16+)

05.25 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

07.10 «БОЛЕВОЙ ПОРОГ». (16+)

08.30 «ПОЗЫВНОЙ «БАРОН». (16+)

10.45 «СЕСТРИЧКИ». (16+)

12.40 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

14.30 «КОМАНДА МЕТЧЫ». (16+)

15.55 «5 НЕДЕЛЬ». (16+)

17.25 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

19.25 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

21.00, 22.00, 22.55, 23.50 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-4 серии. (16+)

00.35 «ЖЕНИСЬ НА МНЕ». (16+)

02.20 «ПОЕЗДКА К МАТЕРИ». (16+)

03.50 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (16+)

05.30 «ПОЗЫВНОЙ «БАРОН». (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.20 Мультфильмы. (0+, 6+)

07.05 «ЕВГЕНИЯ ГРАНДЕ». (16+)

08.50 «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (16+)

10.30 «КУКОЛКА». (16+)

13.00 «КЛЕТКА ДЛЯ КАНАРЕЕК». (16+)

14.25 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (16+)

16.00 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (16+)

17.55 «ТАИНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)

19.40 «НЕВЕРоятные приключения итальянцев в России». (16+)

21.30 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (16+)

23.10 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (16+)

00.40 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)

01.45 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (16+)

03.10 «МЕЧТА». (16+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)

12.00, 20.00 «ТАНКИ ГРЯЗИ НЕ БОЯТСЯ». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

14.00, 22.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)

04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)

06.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

Сериал. Детектив, Россия, 2013 г. В ролях: Алексей Секирин, Сергей Колешня, Сергей Губанов, Александр Обласов, Татьяна Ермилова, Георгий Оетисов

**СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

09.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

12.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЙ ЭП». (12+)

15.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

20.45 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+)

Раньше Ивана интересовали только шифровальные коды и хакерские программы, но всё меняется, когда он встречает красотку-французжену Анну со взрывным характером и русскими корнями...

23.05 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

01.35 Даёшь молодёжь! (16+)

02.40 «МАРГОША». (16+)

04.10 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**Православный календарь**

27 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Отдание праздника Богоявления. Преподобных отец, в Синае и Раифе избивенных.

Равноап. Нины, просветительницы Грузии. Прп. Иосифа Аналитина Раифского. Прп. Феодула Синайского. Прп. Стефана, основателя обители Хиннолакской. Прмчч. Раифских: Антония, Варлаама, Иова, Иосифа, Сергия и Петра. Прп. Иоанна Кевролетина исп.

Поста нет.

Нет сил описать, как много любит нас Господь; Духом Святым познается сия любовь, и душа молящегося знает Духа Святаго.

Прп. Сиуан Афонский

## ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 Информационный канал. (16+)  
19.50 «Пусть говорят». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

## РОССИЯ 1



21.30 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)  
Неклюдов приезжает к Владимиру, чтобы провести выходной с детьми и бывшей женой. Владимир недоволен, он запрещает Неклюдову приходить в его дом.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.10 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
04.29 Перерыв в вещании

## НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»  
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)  
22.15 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.55 «ФЕНИКС». (18+)  
04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

## РОССИЯ К



15.45 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 «Пешком...»  
07.05 «Монологи великого Дуни»  
07.35 «Коломенское»  
08.30 12.10 «Забывтое ремесло»  
08.45 00.40 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»  
10.15 «Наблюдатель»  
11.15 23.45 XX век  
13.00 «Толстые и тонкие»  
14.10 «ЕГЕРЬ», «УЧИТЕЛЬ СЛОВЕСНОСТИ»  
15.15 «Запечатленное время»  
15.45 «Сати. Нескучная классика...»  
16.45 «Эрмитаж»  
17.15 01.50 Российские музыкальные фестивали  
18.05 «Русская архитектура»  
19.00 «Жизнь замечательных идей»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»  
20.50 «Галерея»  
21.30 95 лет Льву Шимелову  
22.20 «ПОЦЕЛУЙ»

## ТВЦ



08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»  
08.10 «Доктор И...» (16+)  
08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)  
10.40 04.20 «Леонид Броневой. Вас попрошу остаться». (16+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «СТАРЯЯ ГВАРДИЯ: ОГНЕННЫЙ СЛЕД». (12+)  
13.45 05.00 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 02.50 «СИНИЧКА». (16+)  
17.00 «Актёрские драмы. Ранняя слава». (16+)  
18.15 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ-2». (12+)  
22.35 «Закон и порядок». (16+)  
23.05 «Простить измену». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 «Петровка, 38». (16+)  
00.50 «Тайная комната». (16+)

## РЕН



09.00 «Военная тайна». (16+)

- 05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Военная тайна». (16+)  
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 22.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
17.00 02.50 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ЦИКАДА 3301: КВЕСТ ДЛЯ ХАКЕРА». (16+)  
23.30 «ФОРРЕСТ ГАМП». (18+)

## ДОМАШНИЙ

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)  
08.25 Тест на отцовство. (16+)  
10.40 23.25 «Понять. Простить». (16+)  
11.45 «Порча». (16+)  
12.55 «Знахарка». (16+)  
13.30 «Верну любимого». (16+)  
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.40 «НЕЛЮБИМАЯ НЕВЕСТКА». (16+)  
19.00 «ПАУЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+)  
00.30 «Порча». (16+)  
01.25 «Знахарка». (16+)

## ОТР

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение  
11.00 00.30 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)  
15.15 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)  
17.00 «Моя история». (16+)  
17.40 Специальный репортаж. (12+)  
20.45 03.30 «МЕТОД-2». (16+)  
22.30 «КОМИССАР». (12+)  
23.55 «МАСОНЫ». (12+)  
01.25 «Свет и тени». (16+)  
01.55 «Большая страна». (12+)

## ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
08.30 Новости. (16+)  
08.40 Гадалка. (16+)  
15.00 Новости. (16+)  
15.10 Гадалка. (16+)  
15.15 «Слепая». (16+)  
17.00 18.10 «РОНИН». (16+)  
18.00 Новости. (16+)  
19.15 22.25 «МАЖОР». (16+)  
22.15 Новости. (16+)  
22.45 «ДЖОН УИК-3». (16+)  
01.15 «ЯМАКАСИ». (18+)  
02.45 Мистические истории. (16+)

## че!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-12». (16+)  
06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)  
07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.40 Дорожные войны. (16+)  
11.30 Охотники. (16+)  
13.30 Притворщики. (16+)  
15.30 Улётное видео. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 «СОЛДАТЫ-12». (16+)

## МИР

- 06.55 10.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (16+)  
10.00 13.00 18.30 Новости  
13.15 «Мировое соглашение». (16+)  
14.10 «Дела судебные». (16+)  
18.50 «Игра в кино». (16+)  
21.40 «Миллион за 5 минут». (16+)  
22.20 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (16+)  
00.00 «Наше кино». (16+)  
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)  
02.00 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (16+)

## МУЗ

- 06.00 Музэнерго. (16+)  
09.00 Top15 Like FM. (16+)  
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
11.00 14.00 Зима. (16+)  
11.30 Плейлист по кайфу. (16+)  
12.00 16.00 Хиты по-русски. (16+)  
13.00 Прогноз по году. (16+)  
15.20 В десятку! (16+)  
17.00 Русский чарт. (16+)  
18.20 «10 самых!» (16+)  
18.55 Знаешь ли ты? (16+)  
20.00 Кто следующий? (16+)  
22.00 ВК Натальная карта. (16+)  
23.45 01.30 Муз'итив. (16+)

## ПОБЕДА

- 04.40 «Путь к Победе». (16+)  
05.35 «РЖЕВ». (16+)  
07.30 «РУБЕЖ». (16+)  
09.10 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)  
13.00 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)  
Сериал. Россия, 2015 г. Лечика Илью Бестужевы вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3.  
00.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+)  
02.10 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)  
03.40 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

## Ю

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
10.30 Рублёво-Бирюлёво. Если семейная жизнь стала пресной, пропала радость общения и искорка в глазах, нужно просто сменить обстановку!  
12.35 Моя свекровь - монстр. (16+)  
17.20 Джули. (16+)  
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
Сериал. Турция, 2015-2017 гг.  
01.50 Измены (субтитры). (16+)  
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

## 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Историада. (12+)  
00.55, 05.20, 10.30, 13.20 Забытый полководец. (12+)  
01.25, 05.55 Уроки Нюрнберга. (12+)  
01.55 Артековский закат. (12+)  
03.00, 07.10 Забытые войны России. (12+)  
03.55, 08.05, 12.00 Русская история. (12+)  
06.20 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
06.35 Найти и рассказать. (12+)  
09.35, 17.00 Народный фронт Победы. (12+)  
10.05 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
11.05 Коктейль Молотова. (16+)  
12.35 Освободители. (16+)  
13.50 Россия научная. Великие имена: Виктор Глушков. (12+)  
14.10 Монологи императоров. (16+)  
15.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)  
16.00 Ленинград: 872 дня ада. (16+)  
17.35 Семь дней истории. (12+)  
17.40 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)  
18.15 Девочки. (12+)  
19.25 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)  
20.00 Боги Египта. (16+)  
20.55 Неполитические мемуары. (12+)  
22.00 Обыкновенная История. (6+)  
22.10 Будьте готовы! (12+)  
23.10 На пороге войны: Битва за Поднебесную. (12+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

## МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)  
07.00, 11.00, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
08.00, 21.35 «Барбоскины». (0+)  
08.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00 «Семь королевств». (0+)  
09.35 «Бобо Боро. БОДО-путешествия». (0+)  
10.00, 17.25, 22.30 «Фиксики». (0+)  
10.25 «Чик-Чикино». (0+)  
11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
13.00 «Волшебная кухня». (0+)  
13.25 «Простоквашино». (0+)  
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)  
15.25 «Буба». (6+)  
16.50 «Геройчики». (0+)  
18.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)  
18.30 «Лунтик». (0+)  
19.30 «Кошечки-собачки». (0+)  
20.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
20.25 Сказка на ночь. (0+)  
21.00 «Сказочный патруль». (0+)  
22.00 «Турбозавры». (0+)

## МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00 «ДиноСити». (0+)  
08.00 «Бобо Боро. Путешествия». (0+, 6+)  
09.25 «Бобо Боро. Букварь». (0+)  
10.00, 16.30, 21.00 «Простоквашино». (0+)  
11.30, 22.30 «Царевны». (0+)  
13.00 «Три кота». (0+)  
18.00 «Нэйт опять опаздывает». (6+)  
19.30 «Приключения Пети и Волка». (6+)

## КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Бобо Боро. Путешествия». «Смешарики». «Турбозавры». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Маша и Медведь». (0+)  
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
09.25 «Беби Борн». (0+)  
09.30 «Команда Флоры». (0+)  
11.10 «Диностер». (6+)  
11.20 «Барбоскины». (0+)  
13.05 «Карбот». (6+)  
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
14.05 «Инфинити Надо». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.45 «Крутой Майк». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)  
17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
19.00 «Лунтик». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Простоквашино». (0+)  
22.10 «Стальные стражи». (6+)  
22.35 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Маша и Медведь». (0+)  
02.00 «Четверо в кубе». (0+)  
03.15 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
04.10 «Енотки. Первые слова». (0+)

**ЗВЕЗДА**

05.10 12.50 13.25 15.05  
17.15 03.25 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)

20.10 «Улика из прошлого». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

00.45 «НАЧАЛЬНИК ЧУКОТКИ». (12+)

**СТС**

07.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА». (16+)

09.00 Уральские пельмени. (16+)

09.25 «Коты Эрмитажа». (6+)

11.05 «Гномы в доме». (6+)

12.40 «Зверогонщики». (6+)

14.35 «Зверолэнд». (6+)

16.25 «РОБОПЁС». (6+)

18.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

21.00 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (16+)

23.20 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (18+)

01.55 «ДОГМЕН». (18+)

03.35 «ЦИРК». (16+)

04.00 «6 кадров». (16+)

**МАТЧ!**

06.30 «Вы это видели». (12+)

10.05 12.35 01.35 Специальный репортаж. (12+)

11.30 Профессиональный бокс. (16+)

14.25 Магия большого спорта. (12+)

16.15 «Марадона». (12+)

17.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)

18.45 Хоккей. «Нефтехимик» - «Северсталь». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция

22.00 Бильярд. BetBoom. Суперлига. Прямая трансляция

00.25 «Брюс Ли». (12+)

**78**

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 22.00 00.15 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «Звёзды советского экрана». (12+)

15.30 23.00 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 17.15 05.00 «Доказательства вины». (16+)

19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)

19.30 КХЛ. СКА (СПб) - «Витязь» (Московская обл.). прямая трансляция. (12+)

23.30 01.55 «Загадки века». (12+)

01.15 «Открытая студия». (12+)

02.40 «Ночное вещание». (16+)

**СПБ**

13.15 «Такой футбол». (6+)

06.50 22.50 «МОЙ ДРУГ ИВАН ЛАПШИН». (16+)

07.45 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

12.40 «Пушкин. Наше. Все». (6+)

13.15 «Такой футбол». (6+)

13.50 «Промышленный клуб». (12+)

14.20 «Зона Особого Внимания». (16+)

15.45 04.15 «ЧАЙКА». (16+)

18.05 «Неизвестный Тургенев. Свет и тень». (12+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Адаптация». (6+)

21.15 «Тебе водить». (16+)

21.40 «Окно в кино». (16+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

00.45 «ЕДИНСТВЕННАЯ». (12+)

02.25 «ПЛОХОЙ ХОРОШИЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)

**ЛЕНТВ 24**

06.00 «Новое утро». (12+)

09.05 «Фильм не сохранился». (16+)

11.15 «Кавказский пленник». (12+)

12.05 13.15 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ В ФОКУСЕ». (16+)

14.10 04.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)

15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)

15.35 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)

16.25 «Вместе по России». (12+)

17.15 «ЗОВИ МЕНЯ ДРОЗД». (16+)

19.15 «Северный дом». (12+)

19.30 05.05 «РАСКОЛ». (16+)

20.30 «ЛентТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «МОСКВА, Я ТЕРПЛЮ ТЕБЯ». (16+)

23.40 «МЫ СМЕРТИ СМОТРЕЛИ В ЛИЦО». (16+)

00.55 «Камчатка». (12+)

02.40 «ГРЕЦКИЙ ОРЕШЕК». (16+)

**ТНТ**

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

09.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

19.00 «КУПЦЫ И ДЕТИ». (16+)

21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

22.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)

00.00 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

01.50 «ПОЕЗД В ПУСАН-2: ПОЛУОСТРОВ». (18+)

03.35 «Однажды в России». (16+)

**5-Й КАНАЛ**

05.00 Известия. (16+)

05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

07.40 «ДЖОКЕР». (16+)

08.05 Страна советов. (16+)

08.40 Знание - сила. (0+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «ДЖОКЕР». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

00.30 «СЛЕД». (16+)

04.40 «ДЖОКЕР». (16+)

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.20 Пятница News. (16+)

06.00 Кондитер. (16+)

07.20 Битва шефов. (16+)

09.30 Адский шеф. (16+)

12.30 Битва шефов. (16+)

19.00 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)

21.00 Битва шефов. (16+)

23.00 Черный список. На кухне. (16+)

00.00 «ЧАЙКА». (12+)

01.40 Пятница News. (16+)

02.00 На ножах. (16+)

03.40 Гастротур. (16+)

**РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

**РУССКИЙ РОМАН**

06.05 «ЗИМНИЙ РОМАН». (16+)

07.25 «ОГУРЕЧНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)

10.50 «ЛЮБОВЬ ПО НАЙМУ». (12+)

14.15 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)

2012 г. В ролях: Борис Хвошнянский, Елена Раевич, Павел Баршак

17.45 «ДУБЛЕРША». (12+)

2011 г. В ролях: Анна Банщикова, Иван Оганесян, Татьяна Лютеева

21.00 «ПЕЧЕНЬЕ С ПРЕДСКАЗАНИЕМ». (12+)

2015 г. В ролях: Евгения Осипова, Сергей Мухин, Татьяна Чердынцева

00.30 «НАСЛЕДНИЦА». (12+)

03.35 «МЫМРА». (16+)

04.55 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

01.05 «ОПАСНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ». (18+)

02.25 «СВАДЬБА МОЕЙ БЫВШЕЙ». (16+)

04.05 «ХВАТАЙ И БЕГИ». (16+)

05.40 «САМЫЙ БЫСТРЫЙ INDIAN». (16+)

07.35 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)

09.05 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)

10.50 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)

12.20 «ЗАМЕРЗАША ИЗ МАЙАМИ». (16+)

13.45 «К-19». (16+)

15.50 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)

17.35 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)

18.50 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

20.30 «УЦЕЛЕВШИЙ». (16+)

22.30 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)

23.50 «ХВАТАЙ И БЕГИ». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.10 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)

04.10 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)

05.40 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)

07.35 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)

09.15 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)

11.40 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)

13.50 «ТАКСИ 2». (16+)

15.25 «Я - НЕ КИЛЛЕР». (18+)

17.30, 18.30 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)

19.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)

Комедия, Италия, 1980 г.

21.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)

23.40 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)

**ДОМ КИНО**

05.55 «Крепость. Щитом и мечом». Мультфильм. (6+)

07.10 «Побег из джунглей». Мультфильм. (6+)

08.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)

10.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)

11.50 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)

13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

18.05 «СВАТЬ». (16+)

21.00 «ТРИГГЕР». (16+)

22.50 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

01.35 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)

Россия, 2019 г.

02.55 «РЕБРО АДАМА». (16+)

СССР, 1990 г.

04.10 «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ...» (12+)

**СУББОТА!**

05.00, 12.35 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

12.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

19.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

21.00, 22.20 Богиня свиданий. (16+)

23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.35 Суббота News. (16+)

01.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)

02.40, 03.00, 03.20, 03.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

04.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

**СПАС**

16.10 XII Рождественские Парламентские встречи. Прямая трансляция. (0+)

05.00 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (12+)

06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 День Ангела: Преподобный Павел Фивейский. (0+)

11.35 Пилигрим. Павел Фивейский. (6+)

12.05 День Патриарха. (0+)

12.20 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.20, 13.50 Монастырская кухня. (0+)

14.20 «ЗИМНЕЕ УТРО». (0+)

СССР, 1966 г.

18.00, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.00, 00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.00, 01.30 День Ангела: Апостол Пётр. (0+)

20.55, 02.15 Апостолы: Симон Петр. (0+)

21.30, 22.05, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.25 День Патриарха. (0+)

02.45 В поисках святителя. (0+)

**СИНЕМА**

07.10 «ПОМНИ». (18+)

09.10 «УЦЕЛЕВШАЯ». (18+)

10.45 «ПОМНИТЬ». (18+)

13.00 «ОДНИМ МЕНЬШЕ». (18+)

14.55 «КОЛЛЕКТОРЫ». (18+)

16.35 «ДЭННИ ЦЕПНОЙ ПЕС». (18+)

18.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)

США, Болгария, 2010 г.

20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)

США, Германия, 2012 г.

21.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)

США, Франция, 2014 г.

23.45 «ТЕЛО». (18+)

Испания, 2012 г.

01.40 «КОЛОМБИАНА». (16+)

03.20 «ПРИНЦЕССА СПЕЦИЙ». (16+)

04.50 «КРИЗИС ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

07.25 «НА СОЛНЦЕ, ВОДОЙ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)

08.55 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

10.40 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)

12.10 «5 НЕДЕЛЬ». (16+)

13.40 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

15.40 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

17.30, 18.25, 19.25, 20.15 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-4 серии. (16+)

21.05 «НОМЕР 69». (16+)

Комедия, Россия, 2020 г.

23.25 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (16+)

Драма, Россия, 2018 г.

01.05 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (16+)

02.40 «ПОЗЫВНОЙ «БАРОН». (16+)

04.35 «СЕСТРИЧКИ». (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.45 Мультфильмы. (6+, 0+)

08.45 «Однажды утром». Мультфильм. (0+)

08.55 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (16+)

10.40 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЁТЯ!». (16+)

12.30 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (16+)

14.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИ!». (16+)

16.40 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (16+)

18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)

19.55 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (16+)

21.30 «СПОРТЛОТО-82». (16+)

23.15 «БИТВА В ПУТИ». (16+)

02.25 «САМЫЙ ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ». (16+)

03.55 «С ЛЮБОВЬЮ ПОПОЛАМ». (16+)

05.15 «МОСКВА, ЛЮБОВЬ МОЯ!». (16+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА-2». (16+)

12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)

13.00, 21.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)

05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов, Татьяна Храмова, Игорь Филиппов

**СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

09.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

В дружную семью Васнецовых попадает вирус раздора. Девочки ссорятся друг с другом. Папа не знает, что делать, а Галина Сергеевна предлагает заняться тимбилдингом.

12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)

15.55 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+)

Комедия, Россия, 2017 г.

18.15 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

23.05 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

01.30 Даёшь молодёжь! (16+)

02.40 «МАРГОША». (16+)

04.10 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**Православный календарь**

28 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Прп. Павла Фивейского.

Прп. Иоанна Кушника. Прмч. Пансофия. Прп. Прохора Пшинского (Серб.). Прп. Гавриила Лесновского (Серб.). Свт. Герасима, патриарха Александрийского. Сщмч. Михаила пресвитера.

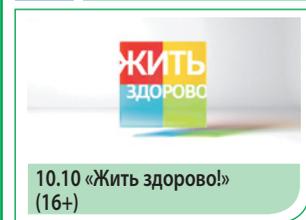
Поста нет.

**Православный календарь**

«...Не хвалитесь своим здоровьем, как душевным, так и телесным; вам известно, что си последние происходят от первых, то и надобно попечение иметь более о исцелении оных – душевных язв, дабы явиться в будущий век не безобразно».

Прп. Макарий Оптинский

**ПЕРВЫЙ**



10.10 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»

09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)

09.20 «Модный приговор». (0+)

10.10 «Жить здорово!» (16+)

11.00 12.15 14.00 17.00 Информационный канал. (16+)

13.30 «АнтиФейк». (16+)

15.15 «Давай поженимся!» (16+)

16.05 «Мужское / Женское». (16+)

18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

18.30 Информационный канал. (16+)

19.50 «Пусть говорят». (16+)

21.00 «Время»

**22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ».** (16+)

23.00 «Большая игра». (16+)

00.00 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)

01.00 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

03.00 Новости

**РОССИЯ 1** **РОССИЯ**



21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)

05.00 Утро России

09.00 Вести

09.30 Местное время

09.55 О самом главном. (12+)

11.00 Вести

11.30 «60 минут». (12+)

13.00 «Наши». (12+)

14.00 Вести

14.30 Вести. Местное время

**14.55 «КУЛАГИНЫ».** (16+)

17.00 Вести

17.30 «Малахов». (16+)

18.30 «60 минут». (12+)

20.00 Вести

21.10 Вести. Местное время (12+)

Брагину предстоит сложная операция. Пациентка - жена Полонского, Яна. Брагин предлагает нестандартный метод. Третьяковой становится плохо. Выясняется, что она беременна.

23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

**02.10 «КУЛАГИНЫ».** (16+)

03.00 Вести

**03.30 «КУЛАГИНЫ».** (16+)

04.29 Перерыв в вещании

**НТВ**



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

**04.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

08.00 «Сегодня»

**08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)

10.00 «Сегодня»

**10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)

13.00 «Сегодня»

13.25 «Чрезвычайное происшествие»

14.00 «Место встречи»

16.00 «Сегодня»

16.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»

16.45 «За гранью». (16+)

17.50 «ДНК». (16+)

19.00 «Сегодня»

19.20 «Сегодня в Санкт-Петербурге»

**20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ».** (16+)

**22.15 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ».** (16+)

23.35 «Сегодня»

**00.55 «ФЕНИКС».** (16+)

**04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

**РОССИЯ К** **Культура**



21.30 Власть факта

06.30 «Пешком...»

07.35 «Русская архитектура»

08.30 «Забываемое ремесло»

**08.45 00.30 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»**

10.15 «Наблюдатель»

11.10 23.50 ХХ век

11.50 «Возрождение дирижабля»

13.00 02.25 «Роман в камне»

13.30 Больше, чем любовь

**14.10 «ПОЦЕЛУЙ»**

15.15 «Запечатленное время»

15.45 «Лев Шимелов. Конферансье»

16.45 «Библейский сюжет»

17.20 01.45 Российские музыкальные фестивали

18.00 «Русский хозяин»

19.00 «Жизнь замечательных идей»

19.45 Главная роль

20.05 «Правила жизни»

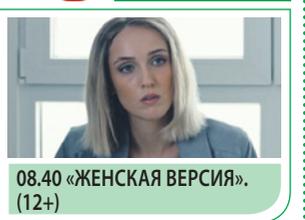
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»

20.50 «Галерея»

21.30 Власть факта

**22.15 «НЕВЕРОЯТНОЕ ПАРИ»**

**ТВЦ**



08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ». (12+)

06.00 «Настроение»

08.10 «Доктор И...» (16+)

**08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ».** (12+)

10.40 04.25 «Маргарита Назарова и Иван Дмитриев. Укрощение строптивых». (16+)

11.30 14.30 17.50 22.00 События

**11.50 «ЗАЛОЖНИКИ».** (12+)

13.45 05.05 «Мой герой». (12+)

14.50 Город новостей (16+)

**15.00 02.55 «СИНИЧКА-2».** (16+)

17.00 «Актёрские драмы». (16+)

**18.15 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ-3».** (12+)

22.35 «Хватит слухов!» (16+)

23.05 Прощание. (16+)

00.00 События. 25-й час

00.35 «Петровка, 38». (16+)

00.50 «Дорогие товарищи. Ночь Вампира». (16+)

01.30 «Знак качества». (16+)

02.15 «Русские тайны. Опасная косметика». (16+)

**РЕН**



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

18.00 01.25 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

06.00 «С бодрим утром!» (16+)

08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)

09.00 «Документальный спецпроект». (16+)

10.00 «Засекреченные списки». (16+)

11.00 «Как устроен мир». (16+)

12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)

13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)

14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

15.00 «Легенды и мифы». (16+)

17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)

**20.00 «57 СЕКУНД».** (16+)

21.55 «Безумные факты». (16+)

**23.30 «КОДЕКС ВОРА».** (18+)

**ДОМАШНИЙ**

07.25 Давай разведёмся! (16+)

08.25 Тест на отцовство. (16+)

10.40 23.20 «Понять. Простить». (16+)

11.45 00.30 «Порча». (16+)

12.50 «Знахарка». (16+)

13.25 «Верну любимого». (16+)

14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)

**14.35 «КОГДА ЛЮБОВЬ СОВСЕМ НЕ ЖДЁШЬ».** (16+)

**19.00 «МЕЧТА НА ТРОИХ».** (16+)

01.20 «Знахарка». (16+)

**ТВ-3**

06.00 «Мультфильмы». (0+)

08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

08.30 Новости. (16+)

08.40 Гадалка. (16+)

15.00 Новости. (16+)

15.10 Гадалка. (16+)

15.15 «Слепая». (16+)

**17.00 18.10 «РОНИН».** (16+)

**19.15 22.25 «МАЖОР».** (16+)

22.15 Новости. (16+)

**22.45 «ХИТМЕН: ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО».** (16+)

**01.00 «АТЛАНТИДА».** (18+)

02.45 Мистические истории. (16+)

**МИР**

06.30 10.10 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)

10.00 13.00 16.00 18.30 Новости

13.15 «Мировое соглашение». (16+)

14.10 «Дела судебные». (16+)

18.50 «Игра в кино». (16+)

21.40 «Миллион за 5 минут». (16+)

**22.20 «САЛОН КРАСОТЫ».** (16+)

00.05 «Наше кино». (16+)

01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

**01.45 «ПОМНИ ИМЯ СВОЕ».** (16+)

**ПОБЕДА**

05.10 «Путь к Победе». (16+)

06.10 «ЕДИНИЧКА». (16+)

08.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)

09.30 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)

Сериал. Россия, 2014 г. Весной 1941 года в Подольске четверо молодых людей разоблачают шпиона. Этот случай положил начало их большой дружбе. Перед самым началом войны Саша, Коля и Гена становятся курсантами военного училища...

00.00 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)

01.40 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (16+)

03.35 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

**365 ДНЕЙ ТВ**

00.00, 03.55, 08.05 Русская история. (12+)

01.25, 06.40, 09.30 Забытый полководец. (12+)

01.55 Уроки Нюрнберга. (12+)

02.25 Найти и рассказать. (12+)

03.00 Забытые войны России: Смоленская оборона. (12+)

05.25, 10.00 Россия научная. Великие имена. (12+)

05.40, 13.10 Народный фронт Победы. (12+)

06.15, 22.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)

07.15 Коктейль Молотова. (16+)

08.40 Освободители. (16+)

10.15 Монологи императоров. (16+)

11.05 Кремль. Эпоха царей. (12+)

12.05 Ленинград: 872 дня ада. (16+)

13.40 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)

14.15 Девочки. (12+)

15.25 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)

16.00 Боги Египта. (16+)

16.55 Ненаписанные мемуары. (12+)

18.00 Семь дней истории. (12+)

18.10 Будьте готовы! (12+)

19.10, 23.10 На пороге войны. (12+)

20.00 Ледоколы войны: «Анастас Микоян». Огненный рейс. (12+)

20.45 Секреты истории: Александр Македонский. Мечты и завоевания. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

**МУЛЬТ** **МУЛЬТ** **КАРУСЕЛЬ** **КАРУСЕЛЬ**

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

07.00, 11.00, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

08.00, 21.35 «Барбоскины». (0+)

08.25 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Семь королевств». (0+)

09.35 «Бобо Борода. БОДО-путешествия». (0+)

10.00, 17.25, 22.30 «Фиксики». (0+)

10.25 «Чик-Чириконо». (0+)

11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)

13.00 «Волшебная кухня». (0+)

13.25 «Простоквашино». (0+)

15.00 «Ник-изобретатель». (0+)

15.25 «Буба». (6+)

16.50 «Геройчики». (0+)

18.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)

18.25 «Лунтик». (0+)

19.30 «Кошечки-собачки». (0+)

20.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)

20.25 Сказка на ночь. (0+)

21.00 «Сказочный патруль». (0+)

22.00 «Турбозавры». (0+)

**МУЛЬТИЛАНДИЯ**

06.00 «ДиноСити». (0+)

08.00 «Бобо Борода. Букварь». (0+)

10.00, 16.30, 21.00 «Простоквашино». (0+)

11.30, 22.30 «Царевны». (0+)

13.00 «Три кота». (0+)

18.00 «Найт опять опаздывает». (6+)

19.30 «Приключения Пети и Волка». (6+)

01.00 «Простоквашино» (с субтитрами). (0+)

05.00 Ранние пташки. «Бобо Борода. Путешествия», «Смешарики», «Турбозавры». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.35 «Маша и Медведь». (0+)

08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)

09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)

09.25 «Ник-изобретатель». (0+)

10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)

11.15 «Диностер». (6+)

11.30 «Барбоскины». (0+)

13.05 «Карбот». (6+)

13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)

14.05 «Инфинити Надо». (6+)

14.30 «Навигатор. Новости». (0+)

14.45 «Крутой Майк». (6+)

16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)

17.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)

17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

19.00 «Три кота». (0+)

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.20 «Простоквашино». (0+)

22.10 «Стальные стражи». (6+)

22.35 «Метал Кард Бот». (6+)

23.00 «Фьюжн Макс». (6+)

23.25 «Ералаш». (6+)

00.55 «Маша и Медведь». (0+)

02.00 «Четверо в кубе». (0+)

03.15 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

04.10 «Енотки. Первые слова». (0+)

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.

**ЗВЕЗДА**

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 **23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONA».** (12+)

13.40 **15.05 17.15 «МАРШ-БРОСОК: ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА».** (16+)

20.10 «Секретные материалы». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

00.40 **«НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ».** (12+)

**СТС**

06.05 «Мультфильмы». (16+)

07.00 **«МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА».** (16+)

09.00 Уральские пельмени. (16+)

10.05 **«МАЛЕНЬКИЕ ВОЛШЕБНИЦЫ».** (6+)

12.05 **«ЧАРОДЕЙКА».** (12+)

14.05 **«ТАЙНА ВОЛШЕБНЫХ ЧАСОВ».** (6+)

16.05 **«ИГРА ЭНДЕРА».** (12+)

18.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

21.00 **«ДУБЛИКАТ».** (16+)

23.00 **«ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ».** (18+)

01.20 **«2067: ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ».** (18+)

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ

07.00 12.55 15.25 Новости

11.30 Бокс. К. Стюарт - Дж. Ривера. (16+)

14.25 «Вид сверху». (12+)

16.15 Хоккей. «Авангард» - «Салават Юлаев». Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция

19.55 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» - «Пари Нижний Новгород». Единая лига ВТБ. Прямая трансляция

22.00 Бильярд. BetBoom. Суперлига. Прямая трансляция

00.25 «Майк Тайсон». (16+)

**78** 78 КАНАЛ

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 20.00 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 23.00 01.30 02.25 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 05.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «Звёзды советского экрана». (12+)

15.30 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 17.15 20.45 05.00 «Доказательства вины». (16+)

19.15 «Происшествия. Итоговый выпуск». (16+)

19.30 22.30 01.00 «StoGoff». (16+)

23.15 01.45 «Загадки века». (12+)

02.40 «Ночное вещание». (16+)

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ СПБ

**ПУШКИН. НАШЕ. ВСЁ**

18.45 «Пушкин. Наше. Все». (6+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

13.20 «Культурная эволюция». (16+)

14.25 **15.45 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ».** (12+)

16.40 **04.50 «САД».** (12+)

18.45 «Пушкин. Наше. Все». (6+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Дайджест событий Санкт-Петербурга». (6+)

21.00 «Дальний Восток. Земля Арсеньева». (12+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 02.50 «Степень защиты». (16+)

22.50 **00.45 «ЧАЙКА».** (16+)

03.00 **«МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ».** (16+)

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ24

16.25 Вместе по России. (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.05 **«ЛЕНИНГРАДСКАЯ СИМФОНИЯ».** (16+)

10.45 19.15 «Северный дом». (12+)

11.15 «Тайна на карте». (16+)

12.05 **13.15 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ В ФОКУСЕ».** (16+)

14.10 04.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)

15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)

15.35 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)

16.25 Вместе по России. (12+)

17.15 **«КАЗАЧЬЯ ЗАСТАВА».** (16+)

19.30 **05.05 «РАСКОЛ».** (16+)

20.30 «ЛентТВ24 Акцент». Прямая трансляция.

21.10 **«БЕСТСЕЛЛЕР ПО ЛЮБВИ».** (16+)

23.40 **«СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ».** (16+)

01.15 «Кавказский пленник». (12+)

02.40 **«ЗОВИ МЕНЯ ДРОЗД».** (16+)

**ТНТ** ТНТ

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

09.00 **«ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)

19.00 **«КУПЦЫ И ДЕТИ».** (16+)

21.00 **«ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)

22.00 **«РИДДИК».** (16+)

00.25 **«АССАСИН: БИТВА МИРОВ».** (16+)

02.40 **«СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА».** (18+)

04.15 «Однажды в России». (16+)

06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**5** 5-Й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)

05.25 **«ДЖОКЕР».** (16+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 **«ДЖОКЕР».** (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 **«СЛЕД».** (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 **00.30 «СЛЕД».** (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

Информационно-аналитическая программа. Обзор главных событий в стране и мире, анализ причин и последствий важных современных процессов.

04.50 **«ДЖОКЕР».** (16+)

**ПЯТНИЦА!** ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)

06.00 Пятница News. (16+)

06.40 Кондитер. (16+)

08.00 Битва шефов. (16+)

10.20 Адский шеф. (16+)

13.00 На ножах. (16+)

17.40 Молодые ножи. (16+)

20.20 Черный список. На кухне. (16+)

00.00 **«СМЕШНЫЕ ЛЮДИ».** (0+)

01.30 Пятница News. (16+)

02.00 На ножах. (16+)

03.40 Гастротур. (16+)

04.30 Пятница News. (16+)

**РОССИЯ 24** **РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

### КИНО И СЕРИАЛЫ

**РУССКИЙ РОМАН**

07.45 «ДУБЛЕРША». (12+)

11.05 «ПЕЧЕНЬЕ С ПРЕДСКАЗАНИЕМ». (12+)

14.05 «ОТ ПРАЗДНИКА К ПРАЗДНИКУ». (12+)

15.50 «ШЕПОТ». (12+)

2015 г. В ролях: Ольга Иванова, Алексей Демидов, Марина Денисова

17.35 «НЕ ОТПУСКАЙ МЕНЯ». (12+)

2013 г. В ролях: Марина Конышкова, Андрей Егоров, Иван Агапов, Максим Коновалов, Юлия Кудояр

21.00 «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (12+)

2017 г. В ролях: Марина Денисова, Сергей Мухин, Зоя Антонова

00.55 «СИНЕЕ ОЗЕРО». (12+)

04.15 «ОТ ПРАЗДНИКА К ПРАЗДНИКУ». (12+)

05.45 «ШЕПОТ». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

01.20 «ДЕВЯТКА». (16+)

02.45 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)

04.25 «САБРИНА». (16+)

06.35 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)

08.15 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)

09.35 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

11.15 «УЦЕЛЕВШИЙ». (16+)

13.10 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)

14.35 «БАНДИТКИ». (16+)

16.00 «СВАДЬБА МОЕЙ БЫВШЕЙ». (16+)

17.35 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)

19.05 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

20.30 «РЕЖИМ ГЕРОЯ». (16+)

21.55 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

23.30 «К-19». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.35 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

03.10 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)

04.45 «ТЫ УМЕЕШЬ ХРАНИТЬ СЕКРЕТЫ?». (16+)

06.35 «ЛАВСТОР». (16+)

08.15 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)

10.10 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)

12.20 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)

13.50 «ТАКСИ 3». (16+)

Комедия, Франция, 2003 г.

15.25 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». (16+)

17.30, 18.25 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (18+)

19.30 «ЛЮБИМАЯ: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)

21.15 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕР». (18+)

23.25 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)

**ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**

05.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)

06.10 «Коты Эрмитажа». Мультфильм. (6+)

07.30 «Тайна парка развлечений». Мультфильм. (6+)

09.15 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)

10.40 «Три богатыря. Ни дня без подвига». Мультфильм. (6+)

11.45 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)

13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

18.05 «СВАТЫ». (16+)

21.00 «ТРИГГЕР». (16+)

22.50 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

01.45 «ДОЛЖОК». (16+)

Россия, 2017 г.

03.10 «СТИЛЯГИ». (16+)

Россия, 2008 г.

**СУББОТА!** **СУББОТА!**

05.00, 09.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилки». «Машины сказки». «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

09.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)

21.00, 22.10 Чулки. (16+)

23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.30 Суббота News. (16+)

01.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)

02.30, 02.50, 03.10, 03.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ?». (16+)

04.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь: Анимашки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

**СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «СЛУЧАЙ В ТАЙГЕ». (0+)

06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 День Ангела: Апостол Пётр. (0+)

11.55 День Патриарха. (0+)

12.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.05, 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

14.55 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». (12+)

16.50 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». 1 серия. (12+)

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.25, 01.25 День Ангела: Преподобный Антоний Великий. (0+)

20.55 Священная война. (16+)

21.30, 22.05, 03.35 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.20 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.20 День Патриарха. (0+)

00.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

01.55 Пилигрим. Испытания святого Антония. (6+)

02.25 Россия в Святой Земле. (0+)

**СИНЕМА**

06.30 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)

08.15 «ПРИШЕЛЕЦ ИЗ БУДУЩЕГО». (18+)

09.55 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+)

12.00 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ». (18+)

14.00 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (18+)

16.20 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)

18.10 «ВОЛНА». (18+)

Норвегия, Швеция, 2015 г.

20.00 «РАЗЛОМ». (18+)

Норвегия, 2018 г.

21.50 «ТУННель: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (18+)

Норвегия, 2019 г.

23.40 «КОЛЛЕКТОРЫ». (18+)

Великобритания, США, 2018 г.

01.15 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (18+)

02.50 «КОД 355». (16+)

04.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

06.15 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)

07.45 «5 НЕДЕЛЬ». (16+)

09.20 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

11.20 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

13.10, 14.05, 15.00, 16.00 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-4 серии. (16+)

16.55 «НОМЕР 69». (16+)

19.20 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (16+)

21.00 «ФЛЭШМОБ». (16+)

22.50 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)

Детектив, драма, Россия, 2020 г.

00.30 «СЕСТРИЧКИ». (16+)

02.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)

03.50 «КОМАНДА МЧТЫ». (16+)

05.05 «5 НЕДЕЛЬ». (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

05.30 «Отель у овечек». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)

07.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)

08.40 «НА КРЮЧКЕ». (16+)

10.20 «ПЯТНИЦА». (16+)

11.55 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)

13.40 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

15.45 «УМНАЯ МАША». (16+)

17.20 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)

19.00, 20.00 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)

21.00 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)

22.55 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)

00.45 «НЕПОСЛУШНИК». (16+)

02.30 «НЕПОСЛУШНИК 2». (16+)

04.15 «Белка и Стрелка: Карбоксидная тайна». Мультфильм. (6+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)

Сериял. Мелодрама, Россия, 2004 г. В ролях: Мария Порошина, Татьяна Абрамова, Даниил Страхов

12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)

Сериял. История, драма, Россия, 2014 г. В ролях: Владимир Машков, Андрей Смоляков, Екатерина Климова, Валерий Дегтярь, Владимир Кошевой

**СТС LOVE** **СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

09.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)

Арина узнаёт от Тамары о клептомании и решает применить новые знания на практике...

15.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН»». (16+)

Бывший муж Софии решает занять должность штатного психолога отеля. Пётр не оставляет надежды устроить романтическое свидание с Дашей...

22.55 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

01.25 Даёшь молодёжь! (16+)

02.30 «МАРГОША». (16+)

04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

### ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**Православный календарь**

29 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Поклонение честным веригам ап. Петра.

Прав. Максима, иерея Тотемского, Христа ради юродивого. Мчч. Спевсипа, Елевсиппа, Мелевсиппа, бабки их Леонииллы и с ними Неона, Турвона и Иовиллы. Мч. Данакта тчеца. Свт. Гонората, еп. Арльского. Сщмч. Иоанна пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.

«Друг, обличающий тайно, – мудрый врач, а врачующий пред глазами многих есть ругатель».

Прп. Исаак Сирин

**7 ПЕРВЫЙ**



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



21.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время (12+)
- По дороге в Сочи Куликов, Светлана и Пастуховы попадают в пробку, возникшую из-за ДТП. Они отправляются на помощь пострадавшим. В «Склиф» приезжает олигарх.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 04.29 Перерыв в вещании

**НТВ**



17.50 «ДНК». (16+)

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (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 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
- 22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 00.55 «Поздняков». (16+)
- 01.10 «ФЕНИКС». (18+)

**РОССИЯ К Культура**



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Монологи великого Дуни»
- 07.35 «Русский хозяин»
- 08.30 «Забывшее ремесло»
- 08.45 01.10 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 23.40 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.55 XX век
- 13.00 Абсолютный слух
- 13.45 «НЕВЕРОЯТНО ПАРИ»
- 15.05 «Запечатленное время»
- 15.35 «2 Верник 2»
- 16.45 Моя любовь - Россия!
- 17.20 02.20 Российские музыкальные фестивали
- 18.00 «Русский мир»
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Галерея»
- 21.30 «Энигма»
- 22.15 «АННА НА ШЕЕ»

**ТВЦ**



06.00 «Настроение»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ». (12+)
- 10.40 04.20 «Леонид Куравлёв. Это я удачно зашёл». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПРАВДА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «СИНИЧКА-2». (16+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Ревнивцы». (16+)
- 18.15 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ-4». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актёрские драмы. Старый орёл». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Настоящий детектив. Клуб киллеров». (16+)
- 01.30 «90-е. Кто правит миром?» (16+)
- 02.15 «Дорогие товарищи». (16+)

**РЕН**



11.00 «Как устроен мир». (16+)

- 05.00 18.00 01.50 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 02.35 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ИЛЛЮЗИЯ ПРЕВОСХОДСТВА». (16+)
- 22.00 «Наука и техника». (16+)
- 23.30 «СКВОЗЬ СНЕГ». (18+)

**ДОМАШНИЙ**

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «СЕКРЕТЫ ЛИЗЫ». (16+)
- 19.00 «Я НЕ ТВОЯ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)

**ОТР**

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
- 11.00 00.30 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 15.15 «Отчий дом». (12+)
- 17.00 Родительское собрание
- 20.45 03.30 «МЕТОД-2». (16+)
- 22.30 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
- 00.00 «ПРО СНЕЖИНКИ». (16+)
- 01.25 «Свет и тени». (16+)
- 01.55 «Большая страна». (12+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 19.15 22.25 «МАЖОР». (16+)
- 22.45 «ЗАКЛЯТЬЕ: СПУСК К ДЬЯВОЛУ». (16+)
- 00.45 «ЭКСТРАСЕНС: ДЕЛО СОФИ». (16+)
- 02.45 Мистические истории. (16+)

**че!**

- 06.00 «СОЛДАТЫ-12». (16+)
- 06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 07.40 Дорожные войны. (16+)
- 11.30 Охотники. (16+)
- 13.30 Притворщики. (16+)
- 15.30 Улётное видео. (16+)
- 19.00 Рэшала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 00.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 «СОЛДАТЫ-12». (16+)

**МИР**

- 06.30 10.10 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 14.10 «Дела судебные». (16+)
- 18.50 «Игра в кино». (16+)
- 21.40 «Миллион за 5 минут». (16+)
- 22.20 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)
- 23.45 «Наше кино». (16+)
- 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)
- 02.00 «АРИНКА». (16+)

**МУЗ**

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 09.00 17.00 Короли Чартов. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 14.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 18.20 Хит-сториз. (16+)
- 18.55 Знаешь ли ты? (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 «За гусли - да». (16+)
- 22.00 ВК Неигры. (16+)
- 23.15 ВК Контакты. (16+)
- 00.25 Лихие хиты. (18+)

**ПОБЕДА**

- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
- 06.00 «ТАНКИ». (16+)
- 07.30 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 16.40 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
- Сериял. Россия, 2010 г. Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания, и никто не знает имён бойцов этого подразделения...
- 00.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 01.35 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
- Фильм-катастрофа, основанный на реальных событиях.
- 03.30 «ПРИКАЗ: УНИЧОЖИТЬ». (16+)

**Ю**

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 10.30 Рублёво-Бирюлёво. (16+)
- 12.35 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.50 Модель XL. (16+)
- Канал Ю представляет второй сезон проекта «Модель XL», вторую волну красоты, второй шанс доказать всем, что красота может быть разной!
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.50 Измены (субтитры). (16+)
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

**365 ДНЕЙ ТВ**

- 00.00, 03.50 Русская история. (12+)
- 01.25, 09.20 Народный фронт Победы. (12+)
- 01.55, 16.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 02.25, 05.40 Забытый полководец. (12+)
- 02.55 Коктейль Молотова. (16+)
- 04.30 Освободители. (16+)
- 05.15, 06.10 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 06.30 Монологи императоров. (16+)
- 07.15 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 08.15 Ленинград: 872 дня ада. (16+)
- 09.50 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
- 10.25 Девочки. (12+)
- 11.35 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 12.10 Боги Египта. (16+)
- 13.05 Непонятные мемуары. (12+)
- 14.10 Будьте готовы! (12+)
- 15.10 На пороге войны. (12+)
- 16.00 Ледоколы войны. (12+)
- 17.15 Русский музей: увидеть невидимое. (12+)
- 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Секреты истории. (16+)
- 20.00 Историада. (12+)
- 20.55 Великая Северная война. (12+)
- 21.25 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 21.55 Свои и Чужие. (12+)
- 22.55 Обыкновенная История. (6+)
- 23.05 Забытые войны России. (12+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00, 11.00, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 08.00, 21.35 «Барбоскины». (0+)
- 08.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Семь королевств». (0+)
- 09.35 «Бодо Борода. БОДО-путешествия». (0+)
- 10.00, 17.25, 22.30 «Фиксики». (0+)
- 10.25 «Чик-Чирикино». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Волшебная кухня». (0+)
- 13.25 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- 15.25 «Буба». (6+)
- 16.50 «Геройчики». (0+)
- 18.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 20.25 Сказка на ночь. (0+)
- 21.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Турбозавры». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Борода. Путешествия», «Смешарики», «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 07.00 «Добрый утрот, малыши!» (0+)
- 07.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)
- 09.25 «Пугаши». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)
- 11.05 «Диностер». (6+)
- 11.15 «Барбоскины». (0+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.45 «Крутой Майк». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.00 «Три кота». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Простоквашино». (0+)
- 22.10 «Стальные стражи». (6+)
- 22.35 «Метал Кард Бот». (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.25 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 02.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 03.15 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 04.10 «Енотки. Первые слова». (0+)

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 записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

**ЗВЕЗДА**

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

**11.00 23.15 00.45 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА».** (12+)

**13.25 15.05 17.15 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА».** (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

20.10 «Код доступа». (12+)

22.45 «Между тем». (12+)

**03.15 «НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ».** (12+)

**СТС**

**07.00 «МОЛОДЁЖКА: НОВАЯ СМЕНА».** (16+)

09.00 18.20 Уральские пельмени. (16+)

**09.55 «КАК ВЛЮБИТЬСЯ ЗА 12 ДНЕЙ».** (16+)

**11.45 «СЕСТРИЧКА БЕТТИ».** (16+)

**14.00 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ».** (16+)

**16.35 «ЗОВ ПРЕДКОВ».** (16+)

**21.00 «УСКОРЕНИЕ».** (16+)

**22.45 «ФОРСАЖ В ПАТТАЙЕ».** (16+)

**00.15 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ».** (16+)

**02.30 «МАФИЯ - ДЕЛО СЕМЕЙНОЕ».** (16+)

**МАТЧ!**

06.30 «Вид сверху». (12+)

10.25 «Лучшие из лучших». (12+)

11.30 Профессиональный бокс. (16+)

14.25 «Большой хоккей». (12+)

17.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)

19.00 Футбол. «Спартак» - «Краснодар». Winline Зимний кубок РПЛ. Прямая трансляция

22.30 Евротур. (12+)

23.20 «Руни». (12+)

01.55 Баскетбол. «ПАРМА» - «Уралмаш». Единая лига ВТБ. (6+)

**78**

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 22.00 00.15 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 05.30 «Дом советов». (12+)

14.30 18.45 «Звёзды советского экрана». (12+)

15.30 23.00 01.15 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 17.15 05.00 «Доказательства вины». (16+)

19.15 «Болеем за наших!» (12+)

19.30 КХЛ. Спартак (Москва) - СКА (СПб). прямая трансляция. (12+)

21.50 «Болеем за наших!» (12+)

23.30 01.45 «Загадки века». (12+)

02.25 «Ночное вещание». (16+)

**СПБ**

**19.15 «Бизнес-Петербург».** (12+)

07.15 08.15 09.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

13.10 15.15 19.20 22.30 Новости спорта. (12+)

13.20 «Дайджест событий Санкт-Петербурга». (6+)

13.35 «Адаптация». (6+)

**14.10 15.45 «ТАЙНА ТЕМНОЙ КОМНАТЫ».** (6+)

**16.45 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ».** (16+)

19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.30 «Ключ к профессии». (6+)

21.00 «Неизвестный Тургенев. Свет и тень». (12+)

22.00 Большой информационный эфир. (16+)

22.40 04.10 «Степень защиты». (16+)

**22.50 «НА ЛУНЕ».** (16+)

**00.50 «БИТВА».** (12+)

**ЛЕНТВ 24**

06.00 «Новое утро». (12+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

**09.05 «КРЫЛЬЯ АНГЕЛА».** (16+)

11.15 «Тайна на карте». (16+)

**12.05 13.15 «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ».** (16+)

14.10 04.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)

**15.35 «ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)

**17.15 «НАЗАД В СССР».** (16+)

19.15 «Северный дом». (12+)

**19.30 05.05 «РАСКОЛ».** (16+)

20.30 «ЛентТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

**21.10 «ОПРОМЕТЧИВЫЙ».** (16+)

**23.40 «МОСКВА, Я ТЕРПЛЮ ТЕБЯ».** (16+)

01.15 «Кавказский пленник». (12+)

**02.40 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ».** (16+)

**ТНТ**

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

**09.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)

**19.00 «КУПЦЫ И ДЕТИ».** (16+)

**21.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)

**22.00 «ТЮРЬМА СУПЕРЗЛОДЕЕВ».** (16+)

**00.05 «ДРУГИЕ: ПРОКЛЯТИЕ КУКУШКИ».** (18+)

**02.00 «РИДДИК».** (16+)

03.50 «Однажды в России». (16+)

06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**5**

05.00 Известия. (16+)

**05.25 «ДЖОКЕР».** (16+)

**07.45 «ДЖОКЕР-2: ОПЕРАЦИЯ «КАПКАН».** (16+)

08.00 Ваше здоровье! (12+)

08.35 День ангела. (0+)

09.00 Известия. (16+)

**09.30 «ДЖОКЕР-2: ОПЕРАЦИЯ «КАПКАН».** (16+)

13.00 Известия. (16+)

**13.30 «СЛЕД».** (16+)

17.00 Известия. (16+)

**17.30 00.30 «СЛЕД».** (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

**04.45 «ДЖОКЕР-2: ОПЕРАЦИЯ «КАПКАН».** (16+)

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.30 Пятница News. (16+)

06.10 Кондитер. (16+)

07.20 Битва шефов. (16+)

09.40 Адский шеф. (16+)

12.30 Новые Четыре свадьбы. (16+)

17.00 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)

19.00 Большие девочки. (16+)

22.00 Битва шефов. (16+)

**00.00 «В ГОРОДЕ С».** (0+)

01.40 Пятница News. (16+)

02.00 На ножах. (16+)

**РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

**РОССИЯ 24**

### КИНО И СЕРИАЛЫ

**РУССКИЙ РОМАН**

07.20 «НЕ ОТПУСКАЙ МЕНЯ». (12+)

10.50 «ОГОНЬ, ВОДА И РЖАВЫЕ ТРУБЫ». (12+)

14.15 «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР». (16+)

17.40 «ВОПРОКИ ОЧЕВИДНОМУ». (12+)

2021 г. В ролях: Эмилия Спивак, Григорий Чабан, Валентина Теличкина, Валентин Кузнецов, Елена Курпашевич

21.00 «МОЕ СЕРДЦЕ С ТОБОЙ». (12+)

2018 г. В ролях: Ольга Павловец, Алексей Фатеев, Илья Оболонков, Аделина Коблова

00.25 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+)

02.35 «ГОД ЗОЛОТОЙ РЫБКИ». (16+)

04.25 «ВСТРЕЧА». (12+)

05.50 «ПРОГУЛКА». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

01.35 «ДЕВУШКА-НЕВИДИМКА». (18+)

03.20 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

05.00 «БАНДИТКИ». (16+)

06.20 «СВАДЬБА МОЕЙ БЫВШЕЙ». (16+)

08.00 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)

09.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

10.55 «РЕЖИМ ГЕРОЯ». (16+)

12.20 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

13.55 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)

15.30 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)

17.10 «УЦЕЛЛЕВШИЙ». (16+)

19.10 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)

20.30 «МЕСТЬ ОТ КУТЮР». (16+)

22.20 «АЛЕКСАНДР». (16+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.20 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМАЯ». (12+)

03.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ РОДИТЕЛИ». (18+)

05.10 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)

07.10 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЛЕРА». (18+)

09.20 «Я - НЕ КИЛЛЕР». (18+)

11.25 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)

13.50 «ТАКСИ 4». (16+)

15.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)

17.20, 18.20 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (18+)

19.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)

21.45 «ПОЕХАВАШАЯ». (16+)

23.50 «ВЫШИВАЛА». (18+)

**ДОМ КИНО**

05.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)

05.45 «Урфин Джюз возвращается». Мультфильм. (6+)

06.55 «Побег из космоса». Мультфильм. (6+)

08.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)

10.10 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». Мультфильм. (6+)

11.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)

13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

18.05 «СВАТЫ». (16+)

21.00 «ТРИГГЕР». (16+)

22.50 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

01.50 «НЕФУТБОЛ». (16+)

Россия, 2021 г.

03.15 «НА ОСТРИЕ». (16+)

Россия, 2020 г.

**СУББОТА!**

05.00, 07.00, 15.40, 03.50 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)

06.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

15.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

19.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)

21.00, 22.20 Богиня сыска. (16+)

23.30, 00.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.30 Суббота News. (16+)

01.40 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)

02.30, 02.50, 03.10, 03.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

**СПАС**

18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.30 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)

21.30, 22.05 Поле битвы. (16+)

22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

23.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)

00.15 День Патриарха. (0+)

00.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

01.20 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)

02.10 Эпоха Никодима. (0+)

03.35 Поле битвы. (16+)

**СИНЕМА**

06.30 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)

08.25 «ВЫКУП». (18+)

10.00 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)

11.45 «ПРИЗРАК». (18+)

13.55 «КРИПТО». (18+)

15.50 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)

18.15 «КРУШЕНИЕ». (18+)

20.00 «ПРОПАВАШАЯ». (18+)

21.40 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (18+)

23.10 «ПОМНИТЬ». (18+)

01.20 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)

03.05 «ДЬЯВОЛИК». (16+)

05.15 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

06.25 «БАТЯ». (16+)

07.40 «СЕСТРЕНКА». (16+)

09.10, 10.05, 11.00, 12.00 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-4 серии. (16+)

12.55 «НОМЕР 69». (16+)

15.20 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (16+)

17.05 «ОПЛЕШМОБ». (16+)

19.05 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)

21.00 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ». (16+)

22.35 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)

00.00 «КОМАНДА МЧТЫ». (16+)

01.15 «5 НЕДЕЛЬ». (16+)

02.40 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

04.20 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

06.00 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1 серия. (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.15 «МЕЧТА». (16+)

08.00 Мультфильмы. (0+)

08.55 «СОВЕРШЕННО СЕРЬЕЗНО». (12+)

10.25 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (16+)

11.55 «ЗА СПИЧКАМИ». (16+)

13.40 «ПЁС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (16+)

13.50 «САМОГОЩЩИКИ». (12+)

14.15 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (16+)

15.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)

18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)

19.50 «ОПЕРАЦИЯ «Ъ» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)

21.30 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+)

23.20 «КОНЕЦ «САТУРНА»». (18+)

01.00 «БОЙ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ». (16+)

03.35 «ОДИН ИЗ НАС». (16+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)

12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)

13.50 Мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Анастасия Сорокина, Владимир Курцеба, Игорь Теплов, Максим Керин, Вера Тарасова

13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)

**СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

09.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЙ ЭПИЗОД». (12+)

15.55 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)

19.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

21.30 Даёшь молодёжь! (16+)

22.35 «МАРГОША». (16+)

04.05 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**Православный календарь**

30 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Прп. Антония Великого.



Прп. Антония Дымского. Прп. Антония Чернеозерского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

« Молодежь жить на земле и по-земному хочет. Ведь и нельзя без этого, потому что мы земны. Только не надо забывать, что на земле мы на время, и короткое, – стало, хоть и земны, но не для земли получили бытие». Свт. Феофан Затворник

**7 ПЕРВЫЙ**



21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 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 «Голос». Новый сезон. (12+)
- 23.30 «ПЕРВЫЙ НОМЕР».** (18+)
- 01.05 Подкаст.Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



18.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ».** (16+)
- 17.00 20.00 Вести
- 17.30 Прямой эфир. (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «Один в один». (12+)
- 00.30 «СНЕГИРЬ».** (16+)
- Потрёпанный сейнер «Снегирь» - дом для банды морских бродяг. Они все разные, но есть кое-что общее - желание взять улов побогаче, заработать, вернуться домой живыми.
- 02.35 XXIII Торжественная церемония вручения Национальной кинематографической премии «Золотой Орёл». Прямая трансляция
- 04.57 Перерыв в вещании

**НТВ**



17.55 «Жди меня». (12+)

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 13.00 16.00 «Сегодня»
- 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+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ».** (16+)
- 22.15 «ШЕФ: ВОЗВРАЩЕНИЕ».** (16+)
- 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 02.00 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.40 «Инфоцит». (16+)
- 03.20 «Квартирный вопрос». (0+)
- 04.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

**РОССИЯ К Культура**



19.50 Линия жизни

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Монологи великого Дуни»
- 07.35 «Русский мир»
- 08.30 12.45 «Забывтое ремесло»
- 08.45 01.35 «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ»**
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.45 Больше, чем любовь
- 13.00 «Острова»
- 13.45 «АННА НА ШЕЕ»**
- 15.15 01.10 «Запечатленное время»
- 15.45 «Энигма»
- 16.45 Письма из провинции
- 17.20 С. Рахманинов. Концерты для фортепиано с оркестром
- 18.15 «Царская ложа»
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.50 Линия жизни
- 20.50 «Галерея»
- 21.30 «ШВЕДСКАЯ СПИЧКА»**
- 22.25 «2 Верник 2»
- 23.40 «КОСМОС КАК ПРЕДУЩВИЕ»**

**ТВЦ**



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 11.50 «ЗАМУЖ ПОСЛЕ ВСЕХ».** (12+)
- 11.30 События
- 12.35 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ».** (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ».** (12+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Судьбе назло». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ЖИЗНЬ ПОД ЧУЖИМ СОЛНЦЕМ».** (12+)
- 20.00 «СЕДЬМОЙ ГОСТЬ».** (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.35 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».** (0+)
- 02.15 «Петровка, 38». (16+)
- 02.30 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА».** (12+)
- 05.35 «Москва резиновая». (16+)
- 05.55 «Нина Дорошина. Чужая любовь». (12+)

**РЕН**



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

- 05.00 18.00 03.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
- 20.00 «КРЕПОСТЬ».** (16+)
- 21.55 «КРЕПОСТЬ-2: ГЛАЗ СНАЙПЕРА».** (16+)
- 23.45 «ЦЕПНОЙ ПЁС».** (18+)
- 01.45 «ОЛЕНЬИ РОГА».** (18+)

**ДОМАШНИЙ**

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ДВА КРЫЛА».** (16+)
- 19.00 «ОДНА ЛЮБОВЬ НА ДВОИХ».** (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)

**ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Порча». (16+)
- 14.00 Вернувшиеся. (16+)
- 15.00 18.00 Новости. (16+)
- 15.10 Вернувшиеся. (16+)
- 16.20 18.10 «Слепая». (16+)
- 19.15 «ИНКАРНАЦИЯ».** (16+)
- 21.00 «ДУРНОЙ ГЛАЗ».** (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ДУРНОЙ ГЛАЗ».** (16+)
- 23.15 «САМОЗВАНКА».** (18+)
- 01.00 «БЫВШАЯ».** (18+)
- 02.30 Мистические истории. (16+)

**МИР**

- 06.15 «Дела судебные». (16+)
- 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 16.15 «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)
- 18.50 «Миллион за 5 минут». (16+)
- 19.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС».** (16+)
- 22.25 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ».** (16+)
- 01.10 «Наше кино». (16+)
- 02.00 «СВИНАРКА И ПАСТУХ».** (16+)
- 03.25 «Мультфильмы». (6+)

**ПОБЕДА**

- 05.05 «Путь к Победе». (16+)
- 06.05 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)
- 07.40 «ТАНКИСТ». (16+)
- 11.00 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
- Сериял. Россия, 2004 г. 1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей...
- 00.00 «В БОИ ИДУТ ОДНИ «СТARIКИ»». (12+)
- СССР, 1973 г.
- 01.30 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- 02.40 «КРАЙ». (16+)

**365 ДНЕЙ ТВ**

- 00.00, 20.00 Русская история. (12+)
- 00.35 Освободители. (16+)
- 01.20 Забытый полководец. (12+)
- 01.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 02.10 Монологи императоров. (16+)
- 03.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 04.00 Ленинград: 872 дня ада. (16+)
- 05.05 Тайное становится явным. (12+)
- 05.20 Народный фронт Победы. (12+)
- 05.50 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
- 06.25 Девочки. (12+)
- 07.35 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 08.10 Боги Египта. (16+)
- 09.05 Неполитические мемуары. (12+)
- 10.10 Будьте готовы! (12+)
- 11.10, 15.10 На пороге войны. (12+)
- 12.00 Ледоколы войны. (12+)
- 12.45 Секреты истории. (16+)
- 14.45, 21.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 16.00 Историада. (12+)
- 16.55 Великая Северная война. (12+)
- 17.25, 21.25 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 17.55 Семь дней истории. (12+)
- 18.05 Свои и Чужие. (12+)
- 19.05, 23.00 Забытые войны России. (12+)
- 20.40 Марциальный ренессанс. (12+)
- 22.15 Дважды рожденный. (12+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00, 11.00, 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 08.00, 21.35 «Барбоскины». (0+)
- 08.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Семь королевств». (0+)
- 09.35 «Бобо Бородо. БОДО-путешествия». (0+)
- 10.00, 17.25, 22.30 «Фиксики». (0+)
- 10.25 «Чик-Чирикино». (0+)
- 11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
- 13.00 «Волшебная кухня». (0+)
- 13.25 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
- 15.25 «Буба». (6+)
- 16.50 «Геройчики». (0+)
- 18.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.30 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 20.25 Сказка на ночь. (0+)
- 21.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Турбозавры». (0+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00 «ДиноСити». (0+)
- 08.00 «Умка». (0+)
- 09.00 «Монсики». (0+)
- 10.00, 16.30, 20.00 «Простоквашино». (0+)
- 11.30 «Царевны». (0+)
- 13.00 «Три кота». (0+)
- 18.00 «Соня из Тоствилля». (0+)
- 18.25 «Приключения Пети и Волка». (6+, 12+)
- 21.30 «Круткисы». (6+)
- 23.00 «Мой друг Тигр». (0+)
- 23.05 «Большой друг». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо. Путешествия», «Смешарики», «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Царевны». (0+)
- 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 11.15 «Чик-Чирикино». (0+)
- 12.30 «Белые сны». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
- Многократный победитель конкурсов вокального искусства! Артист Музыкального театра имени К. С. Станиславского и В. И. Немировича-Данченко! Обладатель звания лучшего солиста Московского фестивального конкурса камерных хоров! Певец, пианист и футболист! В гостях у Давида и Маши - Алексей Дорошин!
- 14.45 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Лунтик». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 Снежная новогодняя ночь 2025. (6+)
- 22.35 «Дикие скричеры!» (6+)
- 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.25 «Ералаш». (6+)
- 00.50 «Маша и Медведь». (0+)
- 01.55 «Смешарики». (0+)
- 03.30 «Малышарики». (0+)

**ОТР**

- 07.30 20.15 «Календарь». (6+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
- 11.00 «Человек и судьба». (12+)
- 11.25 «Почитаем!» (12+)
- 11.40 Специальный репортаж. (12+)
- 15.15 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА».** (6+)
- 17.00 «На приёме у главного врача». (12+)
- 20.45 «РОДНЯ».** (12+)
- 22.20 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ».** (16+)
- 23.50 «ВИКТОРИЯ».** (18+)

**че!**

- 06.00 «СОЛДАТЫ-12».** (16+)
- Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.
- 06.10 Улётное видео. (16+)
- 12.30 Улетные животные. (16+)
- 15.00 Притворщики. (16+)
- 17.00 Респала. (16+)
- 22.00 Опасные связи. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Утилизатор. (16+)

**МУЗ**

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 14.00 Зима. (16+)
- 11.00 Лига свежих клипов. (16+)
- 11.30 «10 самых!» (16+)
- 12.00 Top15 Like FM. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Самый лучший день. (16+)
- 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 18.20 Золотые Хиты. (16+)
- 22.25 Лихие хиты. (16+)
- 23.00 Dance chart. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)

**Ю**

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 11.00 Мама в 16. (16+)
- 12.35 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 16.40 Рублёво-Бирюлёво. (16+)
- Если семейная жизнь стала пресной, пропала радость общения и искорка в глазах, нужно просто сменить обстановку!
- 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Сериял. Турция, 2015-2017 гг.
- 01.55 Измены (субтитры). (16+)
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

**ЗВЕЗДА**

04.50 «МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА»». (16+)

09.20 «Ищу своих». (12+)

11.00 13.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONA». (12+)

14.40 15.05 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)

16.45 «НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯЕТ КУРС». (16+)

19.40 «Загадки века». (12+)

20.30 «Война миров». (16+)

23.30 «Музыка+». (12+)

00.50 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» (12+)

**СТС**

06.00 Ералаш. (0+)

06.05 «Мультфильмы». (16+)

07.00 Уральские пельмени. (16+)

13.50 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)

02.00 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ-3». (16+)

03.15 «МАФИЯ - ДЕЛО СЕМЕЙНОЕ». (16+)

04.05 «6 кадров». (16+)

04.20 «Мультфильмы». (16+)

05.50 Ералаш. (0+)

**МАТЧ!**

07.00 112.55 15.25 Новости

10.05 Небесная грация. (0+)

10.25 Футбол. «Спартак» - «Краснодар». Winline Зимний кубок РПЛ. Трансляция из ОАЭ. (6+)

14.25 «Формула-1». (12+)

15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция

19.00 Футбол. ЦСКА - «Ростов» Winline Зимний кубок РПЛ. Прямая трансляция из ОАЭ

22.30 Профессиональный бокс. Прямая трансляция из Москвы

**78**

07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.30 12.10 13.10 14.10 15.10 16.10 18.00 20.00 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)

07.40 08.10 08.40 09.10 09.40 10.10 10.40 11.10 11.40 «Полезное утро». (12+)

11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 23.00 01.30 02.25 «Происшествия». (16+)

12.30 «Телекурьер». (12+)

13.30 05.30 «Дом советов». (12+)

14.30 04.35 Гид 78. (12+)

15.30 «Тайны нашего кино». (16+)

16.30 17.15 20.45 02.40 05.00 «Доказательства вины». (16+)

18.45 «Тайны нашего кино». (16+)

19.15 «Происшествия. Итоговый выпуск». (16+)

19.30 22.30 01.00 «StoGoff». (16+)

23.15 01.45 «Загадки века». (12+)

04.00 «СССР. Знак качества». (12+)

**78 КАНАЛ**

22.00 «Пuls города». (12+)

07.15 08.15 09.15 10.15 Большой утренний эфир. (16+)

11.15 «Петербург - город решений». (12+)

12.10 15.20 «Объясним ПРО». (12+)

13.20 «ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР». (12+)

15.45 «ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР». (6+)

18.40 «Залог успеха». (12+)

19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)

19.25 «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА». (12+)

21.25 «Зона Особого Внимания». (16+)

22.00 «Пuls города». (12+)

23.00 «Азбука петербуржца». (6+)

23.05 «В ритме Петербурга». (12+)

00.10 «Культурная эволюция». (16+)

01.10 «Окно в кино». (16+)

01.25 «ВОЛШЕБНИК». (16+)

02.50 «ТАНЦЫ БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)

**ЛЕНТВ 24**

23.40 «Мы пойдём с конём...» Концерт. (16+)

06.00 «Новое утро». (12+)

09.00 11.00 13.00 15.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)

09.05 «ЗОВИ МЕНЯ ДРОЗД». (16+)

11.15 «Тайна на карте». (16+)

12.05 13.15 «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)

14.10 04.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)

15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)

15.35 «КАЗАЧЬЯ ЗАСТАВА». (16+)

17.15 «НАЗАД В СССР». (16+)

19.30 05.05 «РАСКОЛ». (16+)

20.30 «ЛентТВ24 Акценты». Прямая трансляция. (12+)

21.10 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

23.40 «Мы пойдём с конём...» Концерт к юбилею Игоря Матвиенко. (16+)

02.40 «БЕСТСЕЛЛЕР ПО ЛЮБВИ». (16+)

**ТНТ**

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «Однажды в России». (16+)

09.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

19.00 «Однажды в России». (16+)

21.00 «Комеди Клуб». (16+)

23.00 «Стендап рулетка». (18+)

00.00 «Миллион вопросов». (16+)

01.00 «Комеди Клуб». (16+)

04.55 «Однажды в России». (16+)

**5**

05.00 Известия. (16+)

05.25 «ДЖОКЕР-2: ОПЕРАЦИЯ «КАПКАН»». (16+)

08.30 Ваше здоровье! (12+)

09.00 Известия. (16+)

09.30 «ДЖОКЕР-2: ОПЕРАЦИЯ «КАПКАН»». (16+)

13.00 Известия. (16+)

13.30 «СЛЕД». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

23.10 Светская хроника. (16+)

00.10 Они потрясли мир. (12+)

01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)

05.30 Пятница News. (16+)

05.50 Кондитер. (16+)

06.50 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)

08.40 Битва шефов. (16+)

13.00 Большие девочки. (16+)

19.30 Работяги. (16+)

21.40 «ГОДЗИЛЛА». (16+)

00.20 «КТО ТАМ?» (18+)

02.00 Пятница News. (16+)

02.20 На ножах. (16+)

04.30 Пятница News. (16+)

**РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

### КИНО И СЕРИАЛЫ

**РУССКИЙ РОМАН**

07.15 «ИГРА В УБИЙСТВО». (12+)

10.35 «ОТОГРЕЙ МОЕ СЕРДЦЕ». (12+)

12.20 «Я ДУМАЛ, ТЫ БУДЕШЬ ВСЕГДА». (16+)

14.00 «ТАМ, ГДЕ НАС НЕТ». (12+)

2017 г. В ролях: Анна Миклош, Владислав Резник, Дарья Пармененкова

17.50 «ШАНС». (12+)

2015 г. В ролях: Полина Стрельникова, Владимир Колганов, Елена Сафонова

21.00 «ДЕТДОМОВКА». (12+)

2021 г. В ролях: Эмилия Спивак, Александр Ратников, Евгений Ганелин, Андрей Некрасов

00.25 «СЕРДЦЕ СЛЕДОВАТЕЛЯ». (16+)

03.40 «ВЫСОКИЕ ОТНОШЕНИЯ». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

00.40 «КРУШЕНИЕ». (18+)

02.20 «ЗАМЕРЗАЮЩАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)

03.45 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)

05.15 «ДИЛАН ТОМАС: ЛЮБОВНИК И ПОЭТ». (16+)

07.00 «САБРИНА». (16+)

09.00 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)

10.20 «МЕСТЬ ОТ КУТЮР». (16+)

12.10 «АЛЕКСАНДР». (16+)

14.35 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)

15.50 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)

17.30 «СВЕЖИЙ ГЕРОЙ». (16+)

18.55 «САДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

20.30 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИКСТУ». (16+)

22.00 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

23.25 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)

**TV1000**

06.00 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)

07.40 «УБИЙСТВА В...» (16+)

09.35 «ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ». (16+)

11.30 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)

13.25 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)

15.20 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)

17.15 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)

19.00 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)

21.10 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)

23.05 «УБИЙСТВА В...» (16+)

01.00 «ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ». (16+)

03.00 «ВЫБОР КАПИТАНА КОРЕЛЛИ». (16+)

04.55 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТОК». (16+)

**ДОМ КИНО**

05.20 «Большое путешествие. Специальная доставка». Мультфильм. (6+)

06.45 «Побег из страны роботов». Мультфильм. (6+)

08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)

10.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)

11.30 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)

13.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)

15.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

18.05 «СВАТЫ». (16+)

21.00 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)

Россия, 2004 г.

23.15 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)

01.35 «ЗАТМЕНИЕ». (16+)

02.55 «ЗАЩИТНИКИ». (16+)

04.15 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (16+)

**СУББОТА!**

05.00, 11.40, 17.40, 03.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь: Футбольный выпуск». Мультсериалы. (0+)

11.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)

17.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)

19.05 «Буба». Мультсериал. (0+)

21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)

23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)

00.15 Суббота News. (16+)

01.20 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕСЕМ». (16+)

02.20, 02.40, 03.00, 03.20 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)

**СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (0+)

06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 Паломница. Оптина пустынь. 1 серия. (12+)

12.15 День Патриарха. (0+)

12.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.25, 13.55, 14.20 Монастырская кухня. (0+)

14.50 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». 2 серия. (12+)

1958 г. В ролях: Вячеслав Тихонов, Олег Жаков, Галина Польских

16.35 «ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС». (0+)

18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.30 Голос Церкви. К 45-летию факультета церковных искусств СПбДА. (0+)

21.25 День Ангела. Преподобный Макарий Великий. (0+)

22.00 Следы империи. (12+)

23.35 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

00.35, 01.05, 01.35, 02.05 Поле битвы. (16+)

02.35 День Патриарха. (0+)

02.45 Патриарх. (0+)

04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

**СИНЕМА**

07.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)

08.45 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)

11.05 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)

12.50 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)

14.30 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)

16.35 «МАЛЫШКА НА ДРАЙВЕ». (18+)

18.25 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)

20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)

США, Гонконг, 2017 г.

22.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)

23.55 «КРУШЕНИЕ». (18+)

01.45 «МИДУЭЙ». (16+)

03.50 «ПАДЕНИЕ ЗАМКА». (16+)

05.15 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

06.45, 07.35, 08.30 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 2-4 серии. (16+)

09.25 «СУМРАК». (16+)

11.25 «НОМЕР 69». (16+)

13.50 «ФЛЕШМОБ». (16+)

15.50 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)

17.45 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ». (16+)

19.25 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)

21.00 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)

Приключения, комедия, Россия, 2020 г.

22.30 «ЭЛЛИ». (16+)

Драма, Россия, 2020 г.

00.20 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

02.00 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

03.40, 04.25, 05.15 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-3 серии. (16+)

**TV1000 РУССКОЕ**

05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)

06.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)

07.10 «Царевны». Мультсериал. (6+)

08.25 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРОВ». (16+)

10.05 «ТРОЕ». (16+)

12.30 «СВЯЗЬ». (16+)

14.05 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)

15.55 «ДРУГ НА ПРОДАЖУ». (16+)

17.45 «БАБКИ». (16+)

19.00, 20.00 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)

21.00 «НЕПОСЛУШНИК». (16+)

Комедия, Россия, 2022 г.

23.05 «НЕПОСЛУШНИК 2». (16+)

01.10 «ПЯТНИЦА». (16+)

02.35 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)

04.00 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА-2». (16+)

12.00, 20.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

14.00, 22.00 «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА». (16+)

15.00, 23.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)

00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)

04.00 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)

06.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)

07.00 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)

Сериал. Романтическая комедия, Россия, 2015 г.

**СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

09.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)

12.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ». (12+)

15.55 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛ». (16+)

23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

Полина организует для Саши романтический вечер. Романов, узнав о ребенке Юли, решает с ней расстаться, для чего придумывает железное оправдание...

01.30 Даёшь молодёжь! (16+)

02.25 «МАРГОША». (16+)

В офисе новый сотрудник - Настя Гончарова, которая пришла на место Эльвиры.

03.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**Православный календарь**

31 января

Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6. Свт. Афанасия и Кирилла, архиепископов Александрийских.



Прпп. схимонаха Кирилла и схимонахини Марии, родителей прп. Сергия Радонежского. Прп. Маркиана Кирского. Прп. Афанасия Сяндемского, Вологодского. Прп. Афанасия Наволоцкого. Сщмч. Михаил пресвитера. Сщмч. Евгения пресвитера. Сщмчч. Владимира, Николая, Сергия, Александра пресвитеров.

Постный день. Разрешается рыба.

«Лучше с благоговением молиться о ближнем, нежели обличать его во всяком согрешении».

Прп. Марк Подвижник

ПЕРВЫЙ



21.00 «Время»

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»  
 09.00 «Умницы и умники». (12+)  
 09.45 «Слово пастыря». (0+)  
 10.00 Новости (с субтитрами)  
 10.15 «Вспомнить всё». (12+)  
 11.05 «Играем свадьбу!». (12+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 Поехали! (12+)  
 13.05 «ПроУют». (0+)  
 14.00 «КРАСНАЯ ПАЛАТКА». (12+)  
 17.05 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 18.20 «Народный ледниковый». (0+)  
 21.00 «Время»  
 21.35 «Сегодня вечером». (16+)  
 23.10 «РЕШЕНИЕ УЙТИ». (16+)  
 01.45 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



11.00 Вести

- 05.00 Утро России. Суббота  
 08.00 Местное время. Суббота  
 08.35 «По секрету всему свету»  
 09.00 «Формула еды». (12+)  
 09.25 «Пятеро на одного»  
 10.10 Сто к одному  
 11.00 Вести  
 11.50 «Доктор Мясников». (12+)  
 12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
 14.00 Вести  
 14.30 Вести. Местное время  
 14.50 «Парад юмора». (16+)  
 17.00 Вести  
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)  
 20.00 Вести  
 20.50 Вести. Местное время  
 21.00 «Я ПОМОГУ». (16+)  
 00.40 «ПОСТОРОННЯЯ». (12+)  
 02.25 «ПОТЕРЯННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)  
 04.05 Перерыв в вещании

НТВ



00.45 Квартирник НТВ. (16+)

- 04.45 «ВСЕ ПРОСТО». (16+)  
 06.20 «Жди меня». (12+)  
 07.20 «Смотр». (0+)  
 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»  
 08.20 «Поедем, поедим!». (16+)  
 09.20 «Едим дома». (0+)  
 10.20 «Главная дорога». (16+)  
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)  
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)  
 13.00 Основано на реальных событиях. (16+)  
 15.00 «Своя игра». (0+)  
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)  
 17.00 «Следствие вели...» (16+)  
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым  
 20.20 «Суперстар!». (16+)  
 23.40 «Ты не поверишь!». (16+)  
 00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)  
 02.25 «Дачный ответ». (0+)  
 03.15 «ДЕНЬГИ». (16+)

РОССИЯ К



22.00 «Агора»

- 06.30 «Библейский сюжет»  
 07.05 «Два богатыря». «Лоскутик и Облако»  
 08.15 «ВАШИ ПРАВА?»  
 09.55 «Мы - грамотеи!»  
 10.35 «Передвижники»  
 11.05 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА»  
 12.25 «Эрмитаж»  
 12.55 Черные дыры. Белые пятна  
 13.35 00.50 «Хранители Севера»  
 14.25 «Рассказы из русской истории»  
 15.25 «Луначарский. Дон Кихот революции»  
 16.30 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ»  
 18.05 «Предки наших предков»  
 18.45 «Тридцать три». Хуже нет, когда зуб болит!»  
 19.30 Новости культуры  
 19.50 «БУМБАРАШ»  
 22.00 «Агора»  
 23.05 «ПОСЛЕ ЯНГА»  
 01.40 «Искатели»  
 02.25 «Очень синяя борода». «Остров»

ТВЦ



10.55 «Просто &amp; вкусно». (6+)

- 06.35 «Православная энциклопедия». (6+)  
 07.05 «ЖИЗНЬ ПОД ЧУЖИМ СОЛНЦЕМ». (12+)  
 09.00 «Здоровый смысл». (16+)  
 09.35 «Смех, дрожь и видео». (16+)  
 10.05 Мифы о еде. (16+)  
 10.55 «Просто & вкусно». (6+)  
 11.30 14.30 23.40 События  
 11.45 «Смешите меня семью». (16+)  
 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)  
 13.05 14.45 «ТАМ, ГДЕ НЕ БЫВАЕТ СНЕГА». (12+)  
 17.10 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)  
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым  
 22.15 «Право знать!». (16+)  
 23.55 «Следствие ведёт КГБ. Операция «Набат». (16+)  
 00.45 «90-е. Путаны и тараканы». (16+)  
 01.25 Специальный репортаж. (16+)  
 01.50 «Хватит слухов!» (16+)

РЕН



19.00 «Добровзфире». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
 06.00 «С бодрим утром!». (16+)  
 08.30 «Новости». (16+)  
 09.00 «Минтранс». (16+)  
 10.00 Самая полезная программа. (16+)  
 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)  
 12.30 «Новости». (16+)  
 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)  
 16.30 «Новости». (16+)  
 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
 18.00 «Засекреченные списки». (16+)  
 19.00 «Добровзфире». (16+)  
 19.30 «Новости». (16+)  
 20.00 «ЗЕМНОЕ ЯДРО: БРОСОК В ПРЕИСПОДНЮЮ». (12+)  
 22.35 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)  
 00.55 «ЗАЛОЖНИКИ МАРСА». (16+)  
 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «ЗА ПЕРВОГО ВСТРЕЧНОГО». (16+)  
 Накануне свадьбы Саша Савельева, дочь богатого бизнесмена, застает своего жениха Антона в постели с другой девушкой. Чтобы ему отомстить, Саша на следующий день выходит замуж за первого встречного.  
 19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)  
 22.45 «ГОРЬКИЙ МЁД...» (16+)  
 02.20 «6 кадров». (16+)  
 02.35 «ЗА ПЕРВОГО ВСТРЕЧНОГО». (16+)

ОТР

- 06.00 «ЛИСИЧКИ». (16+)  
 09.30 Всё по-взрослому  
 10.30 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)  
 12.05 «РОДНЯ». (12+)  
 15.05 «Преодоление». (12+)  
 17.10 «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ». (12+)  
 19.15 «Очень личное». (12+)  
 19.55 «Вспомнить всё». (16+)  
 20.25 «ОДНАЖДЫ». (16+)  
 22.00 «ЧИТАЙ ПО ГУБАМ». (16+)  
 23.55 «ХАРМС». (16+)  
 01.30 «ОЖЕРЕЛЬЕ ДЛЯ МОЕЙ ЛЮБИМОЙ». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
 08.00 Вкусно. (16+)  
 08.30 15.00 Новости. (16+)  
 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
 10.30 «НЕВИДИМЫЙ МАЛЬЧИК». (16+)  
 14.45 15.10 «АСТРАЛ». (16+)  
 17.00 «ИНКАРНАЦИЯ». (16+)  
 18.00 Новости. (16+)  
 18.10 «ИНКАРНАЦИЯ». (16+)  
 19.00 «ПРОРОК». (16+)  
 21.00 22.25 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)  
 23.00 «ВИРУС». (18+)  
 01.00 «СОЗДАТЕЛЬ ИГР». (16+)

че!

- 06.00 Утилизатор. (16+)  
 06.10 Большой кэш. (16+)  
 07.00 Улётное видео. (16+)  
 10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)  
 Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался.  
 19.30 Охотники. (16+)  
 22.30 «+100500». (16+)  
 23.00 «+100500». (18+)  
 01.20 Большой кэш. (16+)  
 02.15 iТопчик-2. (16+)  
 04.10 Утилизатор. (16+)  
 04.50 Утилизатор. (12+)

МИР

- 05.00 06.10 08.55 03.15 «Мультфильмы». (6+)  
 05.45 «Все как у людей». (6+)  
 06.35 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)  
 08.20 «Исторический детектив». (16+)  
 09.30 «Наше кино». (16+)  
 10.00 16.00 18.30 Новости  
 10.10 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)  
 13.00 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)  
 16.15 18.45 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (16+)  
 00.50 «Сталинградская битва». (16+)

МУЗ

- 06.50 10.00 Плейлист. Зима. (16+)  
 07.40 Звёзды о звёздах. (16+)  
 08.40 Pro-новости. (16+)  
 09.00 У-Дачный чарт. (16+)  
 11.00 Чарт Европа плюс. (16+)  
 12.30 Топ-30. (16+)  
 15.00 «10 самых!». (16+)  
 15.30 Хит-сториз. (16+)  
 16.35 Хиты по-русски. (16+)  
 17.00 Битва поколений. (16+)  
 18.30 Звёзды Дорожного радио-2023. (16+)  
 21.30 Народное диско. (16+)  
 22.30 Dance chart. (16+)  
 23.30 Танцпол. (16+)

ПОБЕДА

- 04.40 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)  
 05.55 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
 07.30 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБ-БАТ». (16+)  
 18.00 «ТУМАН». (16+)  
 Наши дни. Идут военные учения. Отряд молодых бойцов получает задание совершить двенадцатикилометровый марш-бросок. Находясь на маршруте, группа бойцов совершает вынужденную остановку и начинает опаздывать. Командир принимает решение срезать дорогу через болото...  
 21.10 «ТУМАН-2». (16+)  
 00.00 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)  
 02.00 «МЕТРО». (16+)

Ю

- 05.20, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
 10.20 Шоу Доктора Зубаревой. (16+)  
 12 героев с проблемами со здоровьем, 3 месяца на тотальные изменения образа жизни.  
 11.00 Чадо из ада. (12+)  
 Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей.  
 15.25 Жизнь после шоу. (16+)  
 17.40 Мама в 16. (16+)  
 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
 00.05 Измены (субтитры). (16+)  
 03.45 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Ленинград: 872 дня ада. (16+)  
 01.00 Народный фронт Победы. (12+)  
 01.35 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)  
 02.05 Девочки. (12+)  
 03.15 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)  
 03.50 Боги Египта. (16+)  
 04.45 Жил-был Дом. (12+)  
 05.15 Неполные мемуары. (12+)  
 06.20 Будьте готовы! (12+)  
 07.25, 11.20 На пороге войны. (12+)  
 08.10 Ледоколы войны. (12+)  
 08.55 Секреты истории. (16+)  
 10.55, 17.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
 12.10 Историада. (12+)  
 13.05 Великая Северная война. (12+)  
 13.35, 17.25 Уроки Нюрнберга. (12+)  
 14.05 Свои и Чужие. (12+)  
 15.05 Забытые войны России: Азовское сидение. (12+)  
 16.00 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)  
 16.40 Марциальный ренессанс. (12+)  
 18.15, 22.10 Дважды рожденный. (12+)  
 19.00 Забытые войны России: Войны Алексея Тишайшего. (12+)  
 20.00 Русская история: Пётр Первый. (12+)  
 22.00 Обыкновенная История. (6+)  
 23.00 Нация в фарфоре. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- 06.00 «Геройчики». (0+)  
 11.00 «Монстики». (0+)  
 12.00, 16.00, 20.05, 00.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
 Веселый семейный мультсериал, который рассказывает о жизни современных детей и подростков с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене, и пятеро детей со своими интересами в жизни.  
 19.00 «Сказочный патруль. Шоу продолжается». (6+)  
 Мультфильм расскажет о похищении особо важной электрогитары у гномов-рокеров. Подозрение автоматически падает на их заклятых врагов - эльфов. Но всё ли так просто и очевидно? В процессе расследования Варя, Алёнка, Снежжика и Маша окажутся втянутыми в противостояние с могущественной третьей силой.  
 05.00 Ранние пташки. «Лунтик», «Котенок Шмяк». (0+)  
 07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)  
 07.35 «Волшебная кухня». (0+)  
 08.35 «Кошечки-собачки». (0+)  
 10.00 «Съедобное или несъедобное: Мия Коняхина и капкейк «Овечка». (0+)  
 На кухне - повар и поэтесса Мия! Умеют ли кошки разговаривать, на что похож раббунтан, и где живут ламы? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!  
 10.25 «Царевна и дракон. Магическая книга». (0+)  
 12.00 «Семья на ура!» (0+)  
 12.30 «Три кота». (0+)  
 14.00 «Детский сад для зверя». (6+)  
 Трогательные истории из жизни забавных зверят.  
 14.30 «Ну, погоди!» (0+)  
 15.30 «Геройчики». (0+)  
 17.50 «Ум и Хрум». (0+)  
 19.40 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)  
 Космос уже покорен знаменитой хвостатой командой - пришла пора исследовать морские глубины!  
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
 21.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
 22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
 23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
 23.25 «Ералаш». (6+)  
 00.50 «Маша и Медведь». (0+)  
 01.55 «Смешарики». (0+)  
 03.30 «Малышарики». (0+)

**ЗВЕЗДА**

07.05 «АТАКА». (12+)  
09.15 «Второе мнение». (12+)  
10.15 «Легенды кино». (12+)  
11.55 «Не факт!». (12+)  
12.30 «Любовь на линии огня». (16+)  
13.20 «Тыл». (16+)  
13.40 «Великие битвы России». (16+)  
16.45 19.25 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)  
23.35 «ВИВАТ, ГАРДЕМАРИНЫ!» (12+)  
02.05 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...» (12+)  
03.25 «Непокоренные». (16+)

**СТС**

07.00 «Три кота». (0+)  
07.15 10.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
08.00 ПроСТО кухня. (12+)  
10.20 «Крутые яйца-2». (6+)  
12.10 «Крутые яйца: Миссия «Пингвин». (12+)  
14.00 «РОБОПЁС». (6+)  
15.45 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (18+)  
18.25 «ТРИ МУШКЕТЁРА: Д'АРТАНЬЯН». (16+)  
21.00 «ТРИ МУШКЕТЁРА: МИЛЕДИ». (16+)  
23.20 «ЖАННА ДЮБАРРИ». (16+)  
01.40 «РУСАЛКА В ПАРИЖЕ». (12+)

**МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**

07.00 13.05 18.25 Новости  
09.55 Хоккей. «Ак Барс» - «Салават Юлаев». «Ак Барс» - «Динамо». «Барыс» - «Салават Юлаев». «Барыс» - «Динамо». КХЛ. Прямая трансляция  
13.55 Баскетбол. Фонбет Кубок России. Прямая трансляция  
16.25 Волейбол. «Зенит-Казань» - «Зенит». Чемпионат России. Прямая трансляция  
19.15 Смешанные единоборства. UFC  
23.30 Футбол. «Эспаньол» - «Реал». Прямая трансляция

**78** **78 КАНАЛ**

07.15 «Здоровье». (12+)  
08.00 «Отдыхаем дома». (12+)  
08.30 «Дом советов». (12+)  
09.00 04.00 «В мире еды». (12+)  
09.55 04.45 «Вкусы России». (12+)  
10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 20.00 21.00 22.00 «Известия 78». (12+)  
10.15 «Полезное утро». (12+)  
12.15 00.00 «Хороший день». (12+)  
13.15 01.00 «Открытая студия». (12+)  
14.30 15.30 16.15 21.30 05.30 Гид 78. (12+)  
16.45 19.20 «Болеем за наших!» (12+)  
17.00 КХЛ. «Динамо» (Москва) - СКА (СПб). прямая трансляция. (12+)  
19.30 «Другой Петербург». (16+)  
20.30 «Автограф». (12+)  
22.30 «СССР. Знак качества». (12+)  
01.40 «Развлекатель». (12+)  
02.40 «Легенды советского сыска». (16+)

**СПБ**

19.00 «Итоги недели». (16+)  
07.10 «ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР». (12+)  
08.50 «Не по-детски». (6+)  
09.05 Дикае выходные с Павлом Глазковым. (12+)  
09.25 11.20 «Азбука петербуржца». (6+)  
09.30 «Зона Особого Внимания». (16+)  
10.00 «Пульс города». (12+)  
11.30 «Культурная эволюция». (16+)  
12.30 «Пушкин. Наше. Все». (6+)  
13.10 «Объясним ПРО». (12+)  
13.35 «Петербургский текст». (6+)  
13.50 15.10 18.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
19.00 «Итоги недели». (16+)  
19.50 «В ритме Петербурга». (12+)  
20.50 «Театральная гостиная Рудольфа Фурманова». (16+)  
22.40 «Окно в кино». (16+)  
23.00 «Тебе водить». (16+)  
23.15 «АПОСТОЛ». (16+)

**ЛЕНТВ 24** **ЛЕНТВ24**

06.30 «Великие русские врачи». (12+)  
06.00 «Вместе по России». (12+)  
06.30 «Великие русские врачи». (12+)  
07.00 08.00 «ЛентВ24 Акцент». (12+)  
07.40 08.40 «ЛентВ24 Актуальный разговор». (6+)  
09.00 Мультфильмы. (6+)  
10.00 «Страна советов. Забытые вожди». (12+)  
11.00 15.00 19.00 «ЛентВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)  
11.15 «ЛЮБОВЬ НАПОКАЗ». (16+)  
12.55 15.15 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ». (16+)  
16.45 «КАК Я ПРОВЁЛ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)  
19.15 02.50 «АКАДЕМИЯ». (16+)  
21.00 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (16+)  
22.35 «ОПРОМЕТЧИВЫЙ». (16+)  
00.15 «Репетиция». (16+)  
01.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)

**ТНТ**

07.00 «Однажды в России». (16+)  
09.20 «Битва экстрасенсов». (16+)  
15.50 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)  
21.00 «Конфетка». (16+)  
Возвращение полюбившейся зрителям программы, где известные музыканты дают второе дыхание неизвестным интернет-хитам.  
23.30 «Stand up». (18+)  
00.30 «Женский стендап». (16+)  
04.35 «Однажды в России». (16+)

**5** **5-Й КАНАЛ**

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)  
05.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)  
09.00 Страна советов. (16+)  
09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)  
10.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)  
19.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)  
20.20 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)  
00.00 Известия. Главное. (16+)  
01.05 Светская хроника. (16+)  
02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

**ПЯТНИЦА!** **ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.40 Пятница News. (16+)  
06.05 «Винни-Пух». (12+)  
06.15 «Винни-Пух идет в гости». (12+)  
06.20 «Винни-Пух и день забот». (12+)  
06.40 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (6+)  
08.40 Битва шефов. (16+)  
23.10 «ГОДЗИЛЛА». (16+)  
01.40 «ПРОПАВШАЯ». (16+)  
03.30 Пятница News. (16+)  
04.00 Гастротур. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

**РОССИЯ 24** **РОССИЯ 24**

Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

### КИНО И СЕРИАЛЫ

**РУССКИЙ РОМАН**

07.00 «СЕМЬ СТРАНИЦ СТРАХА». (16+)  
10.25 «ЛЕТНИЙ ДОЖДЬ». (16+)  
12.15 «ПТИЦА». (12+)  
13.50 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (12+)  
2017 г. В ролях: Фатима Горбенко, Александр Пашков, Алексей Нагурный  
17.35 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)  
2017 г. В ролях: Евгений Сафронов, Виталина Гусак, Евгения Лоза, Александр Никитин  
21.00 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ 2». (12+)  
00.25 «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР». (16+)  
03.15 «ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА». (12+)  
04.45 «ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ». (12+)

**ИЛЛЮЗИОН+**

00.55 «ДРУГОЙ МИР 2: ЭВОЛЮЦИЯ». (18+)  
02.35 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)  
04.30 «СЕСТРА ЖЕНИХА». (16+)  
05.50 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)  
07.30 «РЕЖИМ ГЕРОЯ». (16+)  
08.55 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
10.30 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИЙСТВУ». (16+)  
12.00 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)  
13.25 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)  
14.55 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)  
16.20 «МЕСТЬ ОТ КУТЮР». (16+)  
18.10 «АЛЕКСАНДР». (16+)  
20.30 «ГЕНИЙ». (16+)  
22.05 «Я НИКОГДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)  
23.35 «КЛУБ МИЛЛИАРДЕРОВ». (18+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.45 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)  
04.25 «ТЫ УМЕЕШЬ ХРАНИТЬ СЕКРЕТЫ?». (16+)  
06.05 «ТАКСИ». (16+)  
07.45 «ТАКСИ 2». (16+)  
Комедия, Франция, 2000 г.  
09.20 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)  
11.25 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)  
13.35, 14.40, 15.40, 16.35 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (18+)  
17.40 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)  
Комедия, фэнтези, ужасы, США, 2016 г.  
19.30 «Я - НЕ КИЛЛЕР». (18+)  
Боевик, комедия, США, 2023 г.  
21.35 «НОВОГОДНИЙ ОП ИНКЛЮЗИВ». (12+)  
23.15 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)

**ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**

05.35 «Смешарики». «Три кота». Мультсериалы. (6+)  
06.40 «Пинocchio. Правдивая история». Мультфильм. (6+)  
08.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)  
09.55 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)  
11.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)  
12.45 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)  
14.20 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)  
15.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)  
17.40 «ТАКСИ-2». (16+)  
19.20 «ТАКСИ-3». (16+)  
20.50 «ТАКСИ-4». (16+)  
22.30 «БАНДИТКИ». (16+)  
00.10 «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)  
01.55 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)

**СУББОТА!** **СУББОТА!**

05.00, 10.00, 14.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки». «Машинные сказки». «Машинки страшилки». Мультсериалы. (0+)  
09.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
14.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)  
16.30 «Фиксики». Мультсериал. (0+)  
19.00 «Оранжевая королева». Мультсериал. (0+)  
21.00 Богиня свиданий. (16+)  
22.10 Богиня сыска. (16+)  
23.30, 00.30, 01.20, 02.20, 03.00 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  
03.50 «Маша и Медведь». «Машинки страшилки». Мультсериалы. (0+)

**СПАС**

14.55 Профессор Осипов. (0+)  
15.25 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (0+)  
16.45 «РЫСЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (0+)  
18.15 «ДВОЕ И ОДНА». (12+)  
20.00 Паломница. Оптина пустынь. 2 серия. (12+)  
21.15 Вечер на СПАСЕ. Спецвыпуск (с сурдопереводом). (0+)  
23.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)  
00.35 Спас-стрим. (16+)  
01.55 День Патриарха. (0+)  
02.05 Паломница. Оптина пустынь. 2 серия. (12+)  
03.10 Вечер на СПАСЕ. Спецвыпуск (с сурдопереводом). (0+)

**СИНЕМА**

06.45 «РЭД». (16+)  
08.35 «РЭД-2». (16+)  
10.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)  
12.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)  
14.30 «АДРЕНАЛИН: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)  
16.00 «ТАКСИ». (16+)  
Франция, 1998 г.  
17.30 «ТАКСИ-2». (16+)  
Франция, 2000 г.  
19.00 «ТАКСИ-3». (16+)  
Франция, 2003 г.  
20.30 «ТАКСИ-4». (16+)  
Франция, 2007 г.  
22.00 «КРАСНАЯ ЖАРА». (18+)  
23.50 «МАЛЫШКА НА ДРАЙВЕ». (18+)  
01.40 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)  
03.15 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)  
04.45 «КОЛОМБИАНА». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

06.05 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 4 серия. (16+)  
06.50 «РАЙЦЕНТР». (16+)  
08.25 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (16+)  
10.10 «ФЛЕШМОБ». (16+)  
12.10 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)  
14.05 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ». (16+)  
15.50 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (16+)  
17.25 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)  
19.00 «ЭЛИИ». (16+)  
21.00 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)  
22.40 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)  
23.55 «НЕ ЧУЖИЕ». (18+)  
Драма, Россия, 2018 г.  
01.10, 02.00, 02.45, 03.35 «ЖИЗНЬ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ». 1-4 серии. (16+)  
04.20 «НОМЕР 69». (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.15 «ЗВЕЗДНЫЙ МАЛЫШ». (6+)  
07.30 «НАХАЛЁНОК». (18+)  
08.30 «ВНИМАНИЕ, ЧЕРЕПАХА!» (16+)  
СССР, 1969 г.  
Два любознательных первокурсника - Диденко и Манукян - решают выкрасть из живого уголка черепаха по кличке Ракета.  
10.05 «ДОРОГА К МОРЮ». (16+)  
11.25 «АССА». (18+)  
14.10 «БРИГАДА». (18+)  
20.30 «БРАТ». (18+)  
22.20 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)  
00.00 «СЕСТРЫ». (18+)  
01.30 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (18+)  
03.00 «МИГРАНТЫ». (16+)  
04.40 «ПРИВЕТ ОТ ЧАРЛИ-ТРУБАЧА». (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 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)  
Сериал. Драма, Россия, 2023 г. В ролях: Юлия Франц, Станислав Бондаренко, Прохор Дубравин, Иван Батарев, Юлия Юрченко  
12.00, 20.00, 04.00 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Юлия Шиферштейн, Андрей Фролов, Светлана Тимофеева-Летуновская  
13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)

**СТС LOVE** **СТС LOVE**

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
08.15 «МОЛОДЕЖКА». (16+)  
Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013-2019 гг. В ролях: Денис Никифоров, Михаил Жигалов, Фёдор Бондарчук  
Кисляк получает заманчивое предложение. Из-за необычного гостя рядовая тренировка становится для «Медведей» незабываемым событием...  
23.00 Сердца за любовь. (16+)  
«Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.

### ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 Санкт-Петербургская духовная академия. Путь к служению. (0+)  
05.50 Дело Пастыря. (0+)  
07.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
08.30 «Девочка и робот». Урок 28. (0+)  
08.40 Человек. (0+)  
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)  
12.30 Глобус православия. (12+)  
13.30 Голос Церкви. К 45-летию факультета церковных искусств СПбДА. (0+)  
14.20 День Ангела: Преподобный Макарий Великий. (0+)

### Православный календарь

1 февраля  
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Прп. Макария Великого, Египетского.



Свт. Марка Евгеника, архиеп. Ефесского. Блж. Феодора, Христа ради юродивого, Новгородского. Прп. Макария Римлянина, Новгородского. Мц. Евфрасии девы. Прп. Макария Александрийского. Прп. Антония, столпника Марткопского (Груз.). Свт. Арсения, архиеп. Керкирского. Прп. Макария, постника Печерского. Прп. Макария, диакона Печерского. Обретение мощей прп. Саввы Сторожевского, Звенигородского. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Николай пресвитера. Мч. Феодора. День интронизации Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.

Поста нет.

« Матерью зол почитай леность; потому что она блага, какие имеешь, расхищает, а каких не имеешь, приобрести не допускает. Прп. Нил Синайский

ПЕРВЫЙ



19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)

- 06.55 «Часовой». (12+)  
07.25 «Здоровье». (16+)  
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)  
09.10 «Непутевые заметки». (12+)  
09.30 «Мечталлион». (12+)  
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих». (12+)  
11.05 «Повара на колесах». (12+)  
12.15 Премьера. «Теодор Курентзис. Таких больше нет». (12+)  
13.20 «Видели видео?» (0+)  
14.45 Премьера. Большой праздничный концерт «Главное - семья». (0+)  
17.00 Премьера. «Торговцы счастьем». (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)  
21.00 «Время»  
23.00 «ТЕРРИТОРИЯ». (18+)  
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

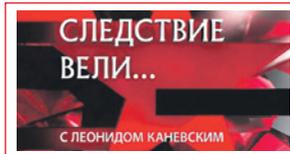
РОССИЯ 1



10.10 Сто к одному

- 05.30 «ЛЮБОВЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (12+)  
07.20 «В кругу друзей»  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»  
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
12.00 «Сталинград». (12+)  
13.00 Большие перемены  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 Петросян-шоу. (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
01.30 «Сталинград». (12+)  
02.20 «ЛЮБОВЬ, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (12+)  
03.58 Перерыв в вещании

НТВ



17.00 «Следствие вели...» (16+)

- 04.45 «МОЛОДОЙ». (16+)  
06.30 «Центральное телевидение». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
12.00 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
14.00 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)  
17.00 «Следствие вели...» (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели»  
20.20 «Маска». (12+)  
23.00 «Дима Билан. Невозможное возможно». (12+)  
01.35 «Основано на реальных событиях». (16+)

РОССИЯ К



09.15 Диалоги о животных

- 06.30 «По щучьему велению». «Чертеноч с пушистым хвостом»  
07.10 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ»  
08.45 Тайны старого чердака  
09.15 01.45 Диалоги о животных  
09.55 «Петербургские встречи»  
10.35 00.00 «УЧИТЕЛЬ»  
12.20 «Цитаты из жизни»  
13.00 Неизвестные маршруты Беларуси  
13.45 «Невский ковчег»  
14.15 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным  
15.00 «КВАРТАЛЬНЫЙ ОТЧЕТ»  
16.30 «Картина мира»  
17.10 «Пешком...»  
17.40 «Романтика романа»  
18.35 «Балтийский мотор Российской империи»  
19.30 Новости культуры  
20.25 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА»  
21.45 Спектакль «Чайка»  
02.25 «Прекрасная лягушка»  
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



01.55 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «ЗАЛОЖНИКИ». (12+)  
07.35 «ПРАВДА». (12+)  
09.30 «СЕДЬМОЙ ГОСТЬ». (12+)  
11.30 00.00 События  
11.45 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)  
12.15 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)  
14.30 Московская неделя  
15.00 «Дорогие товарищи. Миллионы из-за кулис». (16+)  
15.55 «Охота на маньяка. Дело о лисьей шубе». (16+)  
16.40 «90-е. Знаменитые клипы». (16+)  
17.35 «КРАСОТА ТРЕБУЕТ ЖЕРТВ». (16+)  
22.00 00.15 «ОБЪЯВЛЕН МЁРТВЫМ». (12+)  
01.55 «Петровка, 38». (16+)  
02.05 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ». (12+)  
05.00 «Закон и порядок». (16+)  
05.30 Московская неделя. (12+)  
05.55 Перерыв в вещании

РЕН



14.00 «Неизвестная история». (16+)

- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
10.30 «Наука и техника». (16+)  
11.30 «Купи-продай». (16+)  
12.30 «Новости». (16+)  
13.00 «Легенды и мифы». (16+)  
14.00 «Неизвестная история». (16+)  
15.00 «ГРАНИТ». (16+)  
17.00 «ТУРИСТ». (16+)  
Декабрь 2020 года. Бывший сотрудник полиции Гриша Дмитриев в составе небольшой группы российских инструкторов прибывает в Центральноафриканскую Республику.  
19.05 «КОСТОЛОМ». (16+)  
21.00 «АПГРЕЙД». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)  
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 06.30 «НЕВЕСТА». (16+)  
Любовь, длиною в почти в двадцать лет. Друзья, ставшие врагами, а потом простившие друг друга. И женщина, которая близка им обоим...  
19.00 «ГЮЛЬДЖЕМАЛЬ». (16+)  
22.45 «РЕАБИЛИТАЦИЯ». (16+)  
Екатерина - лучший реабилитолог страны. Однако сама Катерина в юности перенесла сложную травму, которая откликается в ней по сей день.

ОТР

- 06.25 «Сталинград». (16+)  
09.30 Всё по-взрослому  
11.25 «Моя история». (16+)  
12.10 Кино на все времена. (12+)  
15.05 «Александр Малинин. Влюблённый в романс». (12+)  
17.10 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)  
19.15 «Клуб главных редакторов». (12+)  
20.15 «КРЫЛЬЯ». (12+)  
21.40 «КИНОЛЮБИТЕЛЬ». (16+)  
01.05 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)  
08.00 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
08.30 18.00 Новости. (16+)  
11.30 «Леди Баг и Супер-Кот: Лондон. На краю времени». (6+)  
12.45 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (16+)  
14.45 18.10 «БЛОНДЫ». (16+)  
23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)  
00.00 «СИНЕСТЕР: НАЧАЛО». (18+)  
01.45 «САМОЗВАНКА». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)  
09.10 Утилизатор. (16+)  
10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)  
19.10 Решала. (16+)  
22.10 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
01.20 Большой кэш. (16+)  
Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность.  
02.10 Утилизатор. (16+)  
03.45 Утилизатор. (12+)

МИР

- 05.00 «Мультфильмы». (6+)  
06.55 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)  
08.20 «Диктор делает». (16+)  
09.30 «ФазендаЛайф». (6+)  
10.00 Новости  
10.15 «СТАЛИНГРАД». (16+)  
14.15 «ЯЛТА-45». (16+)  
16.00 Новости  
16.20 «ЯЛТА-45». (16+)  
18.30 «Вместе». (16+)  
19.30 «ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ». (16+)  
00.00 «Вместе». (16+)  
01.00 «ВИЙ». (16+)  
02.15 «Наше кино». (16+)  
03.30 «Мультфильмы». (6+)

МУЗ

- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)  
09.30 Муз-ТВ чарт. (16+)  
10.30 Лига свежих клипов. (16+)  
11.00 Юмор FM чарт. (16+)  
12.00 МузРаскрутка. (16+)  
14.00 Короли Чартов. (16+)  
15.00 «10 самых!» (16+)  
15.30 Хиты по-русски. (16+)  
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)  
17.35 Лихие хиты. (16+)  
18.30 Топ-30. (16+)  
20.40 01.20 Муз'итив. (16+)  
22.00 Наше. (16+)  
23.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПОБЕДА

- 04.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)  
05.50 «ЧАКЛУН И РУМБА». (12+)  
07.10 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)  
08.50 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)  
10.45 «КАЛАШНИКОВ». (16+)  
Калашников. Всем знакома эта фамилия, однако не все знают, какой долгий и тернистый путь пришлось пройти алтайскому парню-самоучке, чтобы в 28 лет создать легендарный автомат АК-47 - символ оружейной мысли нашего времени.  
12.30 «ХОР». (16+)  
00.00 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)  
02.05 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (16+)

Ю

- 05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)  
10.55 Рублёво-Бирюлёво. (16+)  
13.00 Жизнь после шоу. (16+)  
Студийное шоу, в котором бывшие участники реалити рассказывают, как сложилась их жизнь после проекта, обсуждают актуальные проблемы современной семьи и отношений в паре.  
15.15 Мама в 16. (16+)  
16.50 Модель XL. (16+)  
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)  
00.05 Измены (субтитры). (16+)  
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Боги Египта. (16+)  
00.55 Ненаписанные мемуары. (12+)  
02.00 Будьте готовы! (12+)  
03.00, 07.20 На пороге войны. (12+)  
03.45 Ледоколы войны. (12+)  
04.30 Россия научная. Великие имена. (12+)  
04.55 Секреты истории. (16+)  
06.55, 13.50 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
08.10 Историада. (12+)  
09.05 Великая Северная война. (12+)  
09.35, 13.25 Уроки Нюрнберга. (12+)  
10.05 Свои и Чужие. (12+)  
11.05 Забытые войны России: Азовское сидение. (12+)  
12.00 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)  
12.40 Марциальный ренессанс. (12+)  
14.15, 18.10 Дважды рожденный. (12+)  
15.00 Забытые войны России: Войны Алексея Тишайшего. (12+)  
16.00 Русская история: Пётр Первый. (12+)  
18.00, 21.15 Обыкновенная История. (6+)  
19.00 Нация в фарфоре. (12+)  
20.00 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)  
20.30 Освободители. (16+)  
21.25 Казачья республика. (12+)  
22.15 Монологи императоров. (16+)  
22.55 Кремль. Эпоха царей. (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 20.00, 00.00 «Маша и Медведь». (0+)  
Мультсериал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле. Маша - невероятно активная девочка, которая никогда не сидит на месте и считает, что весь мир создан для неё одной. Машина индивидуальность не знает границ, поэтому урок труда легко оборачивается строительством парусного корабля, а набор художника - в разукрашивание всего леса. Каждая серия рассказывает о доброте, любознательности и непростительности.  
11.00 «Мониски». (0+)  
16.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)  
МУЛЬТИЛАНДИЯ  
06.00 «Бодо Борода. Путешествия». (6+, 0+)  
09.00 «Диносити». (0+)  
10.00, 22.30 «Ну, погоди!»  
11.00 «Простоквашино». (0+)  
14.00, 02.45 «Три кота». (0+)  
18.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)  
19.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)  
23.30 «Царевны». (0+)  
01.00 «Крутикс». (с сурдопереводом). (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик», «Маша и Медведь». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Лапозавры». (0+)  
10.00 «Еда как в сказке». (0+)  
10.25 «Семь королевств». (0+)  
12.00 «Студия красоты». (0+)  
12.20 «Мини-Мишки». (0+)  
14.00 «У меня лапки». (0+)  
14.30 «Ералаш». (6+)  
16.00 «Это супер!» (0+)  
Варя, Милана, Лёша, Мира, Вита и Артемий устраивают распаковки, соревнования, необычные вечеринки, играют и испытывают всё на свете! Ведь это - супер!  
16.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
Отважные спасатели белочка Муся, ёж Чук и волк Станислав спешат на помощь!  
17.30 «Отель у овец». (0+)  
Про дружную семью овец и гостей их отеля.  
19.15 «Сказочный патруль». (0+)  
Невероятные приключения четверых юных волшебниц - Алёнки, Вари, Маши и Снежки.  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Буба». (6+)  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.50 «Маша и Медведь». (0+)  
01.55 «Смешарики». (0+)  
03.30 «Малышарики». (0+)

**ЗВЕЗДА**

- 06.55 «НОЛЬ-СЕДЬМОЙ» МЕНЯЕТ КУРС». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 15.40 «Секретные материалы». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.55 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 01.40 «АТАКА». (12+)
- 03.10 «ГАИШНИКИ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

**СТС**

- 06.55 «Мультфильмы». (0+)
- 07.15 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (0+)
- 09.00 «Урфин Джюс возвращается». (6+)
- 10.35 «ЗИП И ЗАП: КЛУБ СТЕКЛЯННЫХ ШАРИКОВ». (16+)
- 12.25 «ТАЙНА ВОЛШЕБНЫХ ЧАСОВ». (6+)
- 14.25 «БАМБЛЫ». (12+)
- 16.45 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
- 18.40 «СТУКАЧ». (12+)
- 21.00 «БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
- 23.05 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)

**МАТЧ!**

- 07.00 09.30 18.55 Новости
- 09.55 Хоккей. «Салават Юлаев» - «Динамо». «Барыс» - «Ак Барс». Суперигра. КХЛ. Прямая трансляция
- 12.40 Гандбол. «Чеховские медведи» - «Зенит»
- 14.20 Футбол. «Ювентус» - «Эмполи». Прямая трансляция
- 16.55 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит». Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 19.45 Футбол. «Милан» - «Интер». Прямая трансляция
- 22.35 Футбол. «Рома» - «Наполи»

**78**

- 06.30 «СССР. Знак качества». (12+)
- 08.00 Гид 78. Автомобили. (12+)
- 08.30 18.45 04.30 «Автограф». (12+)
- 09.00 02.05 «В мире еды». (12+)
- 09.50 02.55 «Вкусы России». (12+)
- 10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 «Известия 78». (12+)
- 10.15 «Полезное утро». (12+)
- 12.15 23.45 «Хороший день». (12+)
- 13.15 00.45 «Открытая студия». (12+)
- 14.30 «Отдыхаем дома». (12+)
- 15.30 17.30 Гид 78. (12+)
- 16.30 05.30 «Другой Петербург». (16+)
- 18.00 01.25 «Неделя в Петербурге». (12+)
- 19.15 «Здоровье». (12+)
- 20.00 «Загадки века». (12+)
- 21.30 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Знак качества». (16+)
- 03.00 «Армагеддон». (16+)

**СПБ**

- 09.50 «Главный врач». (12+)
- 07.00 «ВЕСНА». (6+)
- 09.00 «Итоги недели» со Светланой Шкиль (с сурдопереводом). (16+)
- 09.50 «Главный врач». (12+)
- 10.25 Дикае выходные с Павлом Глазковым. (12+)
- 10.45 «Не по-детски». (6+)
- 11.00 13.00 15.00 18.00 Новости. (16+)
- 11.15 «Петербургские тайны». (12+)
- 11.40 «Петербургский текст». (6+)
- 12.00 «Ключ к профессии». (6+)
- 12.20 13.10 15.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 18.10 «Тебе водить». (16+)
- 18.30 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)
- 20.10 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
- 22.35 «АПОСТОЛ». (16+)
- 01.55 «АНТРОПОИД». (18+)
- 04.00 «МЕРТВЫЙ СЕЗОН». (16+)

**ЛЕНТВ 24**

- 11.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 06.00 02.30 «Вместе по России». (12+)
- 06.30 «Великие русские врачи». (12+)
- 07.00 «Страна советов. Забытые вожди». (12+)
- 08.00 «Герои Энвелла». (6+)
- 08.25 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (16+)
- 10.00 «Фильм не сохранился». (16+)
- 11.00 15.00 19.00 «ЛенТВ24 Новости». Прямая трансляция. (6+)
- 11.15 03.00 «ЛЮБОВЬ НА ПОКАЗ». (16+)
- 12.50 «Эксперименты». (12+)
- 13.05 15.15 «НАЗАД В СССР». (16+)
- 16.55 Чемпионат России по волейболу. 2024-25 гг. Суперлига. Прямая трансляция. (12+)
- 19.15 «АКАДЕМИЯ». (16+)
- 21.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
- 22.30 «КОГДА Я УМИРАЛА». (16+)
- 00.20 «КАК Я ПРОВЁЛ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)

**ТНТ**

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.20 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 15.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 18.30 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)
- 21.00 «Титаны». (16+)
- 01.05 «Шоу Воли». (16+)
- 01.55 «Конфетка». (16+)
- 03.30 «Однажды в России». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**5**

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.10 «НАШ СПЕЦНАЗ». (16+)
- 08.10 «НАШ СПЕЦНАЗ-3». (16+)
- 09.00 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 09.30 «НАШ СПЕЦНАЗ-3». (16+)
- 17.40 «БЫВШИХ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 21.55 «ПОХИЩЕНИЕ». (16+)
- 00.10 «ДЖОКЕР: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 01.55 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ-2». (16+)

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 06.00 «Трое из Простоквашино». (12+)
- 06.20 «Зима в Простоквашино». (16+)
- 06.30 «Суворов: Великое путешествие». (6+)
- 08.10 Как люди живут. (16+)
- 12.00 «МИР БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)
- 13.00 Погнали! (16+)
- 23.10 Работяги. (16+)
- 01.20 Погнали! (16+)
- 02.50 Пятница News. (16+)
- 03.30 Гастротур. (16+)

**РОССИЯ 24** **РОССИЯ 24**  
Круглосуточный информационный канал. Новости, события, репортажи.

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

- 07.45 «ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ-2». (12+)
- 11.35 «СЕМЬЯ МАНЬКА БЕЛЯЕВА». (12+)
- 15.00 «СЕРВА». (16+)
- 16.35 «СТРЕЛЕЦ НЕПРИКАЯННЫЙ». (16+)
- 1993 г. В ролях: Владимир Ильин, Татьяна Догилева, Ирина Феофанова
- 18.20 «ПРИВЕТ ОТ АИСТА». (12+)
- 2017 г. В ролях: Екатерина Астахова, Артем Григорьев, Инна Коляда
- 21.45 «ТЕЩИНЫ БЛИНЫ». (16+)
- 2013 г. В ролях: Наталия Солдатова, Александр Ратников, Оксана Стасенко
- 01.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (12+)
- 04.20 «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР». (16+)

- 01.05 «РЕЖИМ ГЕРОЯ». (16+)
- 02.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 04.05 «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР». (16+)
- 05.35 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 07.00 «МЕСТЬ ОТ КУТЮР». (16+)
- 08.50 «АЛЕКСАНДР». (16+)
- 11.15 «ГЕНИЙ». (16+)
- 12.50 «Я НИКОГДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)
- 14.20 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)
- 16.15 «ДРУГОЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 17.40 «ПРИГЛАШЕНИЕ КУБИСТУ». (16+)
- 19.05 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 20.30 «САМЫЙ БЫСТРЫЙ INDIAN». (16+)
- 22.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)

- 06.40 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЁК». (16+)
- 09.00, 09.55, 10.50, 11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 12.50 «2.22». (16+)
- 14.45 «ПИДЖАК». (16+)
- 16.45 «ДОННИ ДАРКО». (16+)
- 19.00 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)
- Мистический детектив, Франция, 2001 г.
- 20.50 «ВИДОК». (16+)
- Мистический триллер, Франция, 2001 г.
- 22.45 «АРСЕН ЛЮПЕН». (16+)
- Приключенческий триллер, Франция, Италия, Испания, Великобритания, 2004 г.
- 01.15 «ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ». (16+)
- 03.00 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)
- 04.25 «БОЛЬШИЕ ГЛАЗА». (16+)

- 06.55 «Плюшевый Бум!». (6+)
- 08.10 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
- 09.35 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 11.00 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 13.45 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 15.05 «Три богатыря и Наследница престола». (6+)
- 16.40 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
- 18.20 «Три богатыря. Ни дня без подвига». (6+)
- 19.30 «Три богатыря и Пуп Земли». (6+)
- 21.00 «ВОШЕБНИКИ». (12+)
- 22.50 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 01.20 «КОМАНДА МЧТЫ». (16+)

- 05.00, 06.50, 13.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 12.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Клуб Винкс». Мультсериал. (12+)
- 19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 21.00 Богиня сыска. (16+)
- 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.10, 00.10, 01.10, 02.00, 02.50 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 03.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь: Анимашки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «ЖЕЛЕЗНОЕ ПОЛЕ». (6+)
- СССР, 1986 г. В ролях: Пётр Вельяминов, Евгений Штуров, Валентина Титова
- 06.50 Святки России. (6+)
- 07.55 Дороги памяти. Фильм 3. (12+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. Оптина пустынь. 2 серия. (12+)
- 14.00 Дело Пастыря. (0+)
- 15.30 Святки России. (6+)
- 16.35 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ». (12+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.05 Щипков. (12+)
- 03.15 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 04.05 Глобус православия. (12+)

**СИНЕМА**

- 06.20 «ВОЛНА». (18+)
- 08.05 «РАЗЛОМ». (18+)
- 09.55 «КРУШЕНИЕ». (18+)
- 11.45 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (18+)
- 13.20 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)
- 15.45 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (18+)
- 17.15 «МЕХАНИК». (18+)
- 18.50 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (18+)
- 20.30 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (18+)
- США, 2014 г.
- 22.00 «КРАСАВИЧ ДЖОННИ». (18+)
- США, 1989 г.
- 23.35 «ТАКСИ». (16+)
- 01.10 «ТАКСИ-2». (16+)
- 02.30 «ТАКСИ-3». (16+)
- 03.50 «ТАКСИ-4». (16+)
- 05.15 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)

**РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН**

- 06.30 «БАБКИ». (16+)
- 07.25 «НЕ ОБМАНИ». (16+)
- 09.05 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)
- 11.00 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ». (16+)
- 12.45 «ОБЛЕПИХОВО ЛЕТО». (16+)
- 14.20 «ПОНАЕХАЛИ». (16+)
- 15.50 «ЭЛЛИ». (16+)
- 17.55 «НА СОЛНЦЕ, ВОДОЙ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)
- 19.30 «КОМАНДА МЧТЫ». (16+)
- 21.00 «КОМА». (16+)
- 22.55 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
- Драма, Россия, 2023 г.
- 00.30 «НОМЕР 69». (16+)
- 02.35 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (16+)
- 04.10 «ФЛЭШМОБ». (16+)
- 05.50 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (16+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

- 05.55 «МАРИЯ, МИРАБЕЛА». (0+)
- 07.00 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (16+)
- 09.10 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (16+)
- 10.50 «ЧЁРНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ПЕЧАЛИ, КРАСНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ЛЮБВИ». (16+)
- 13.20 «БРИГАДА». (18+)
- 20.35 «БРАТ-2». (18+)
- 23.00 «КАТАЛА». (18+)
- СССР, 1989 г.
- 00.25 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (18+)
- 02.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЕ И ВОРЬ». (16+)
- 04.20 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (16+)
- 05.30 «Как один мужик двух генералов прокормил». Мультфильм. (0+)
- 05.55 «Двенадцать месяцев». Мультфильм. (6+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТЕМНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия, 2015 г. В ролях: Алексей Секирин, Сергей Колешня, Людмила Гаврилова, Анжелика Кошевая, Ирина Пулина
- 15.00, 23.00, 07.00 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)

**СТС LOVE**

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.10 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013-2019 гг. У «Медведей» очередное пополнение, а новый спортивный директор не лучшим образом демонстрирует свои административные способности.
- 23.10 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

- 05.00 Евангелие вслух. (0+)
- 05.45 В поисках Бога. (12+)
- 06.15 Профессор Осипов. (0+)
- 06.50 Святки России. (6+)
- 07.55 Дороги памяти. Фильм 3. (12+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. Оптина пустынь. 2 серия. (12+)
- 14.00 Дело Пастыря. (0+)
- 15.30 Святки России. (6+)
- 16.35 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ». (12+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «ЖЕЛЕЗНОЕ ПОЛЕ». (6+)
- СССР, 1986 г. В ролях: Пётр Вельяминов, Евгений Штуров, Валентина Титова
- 21.20 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
- 21.55 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.55 День Патриарха. (0+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.05 Щипков. (12+)
- 03.15 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 04.05 Глобус православия. (12+)

**Православный календарь**

2 февраля  
Неделя 32-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Прп. Евфимия Великого.



Мчч. Инны, Пинны и Риммы. Мчч. Васса, Евсевия, Евтихия и Василида. Прп. Лаврентия, затворника Печерского. Прп. Евфимия, схимника Печерского. Прп. Евфимия Сянжемского, Вологодского. Прп. Евфимия исп. (Груз.). Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.  
« Не осуждайте никого, всех прощайте, считайте себя худшими всех на свете, и спасены будете». Прп. Иосиф Оптинский



- 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

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

# «...ныне пришло спасение дому сему»



Потом Иисус вошел в Иерихон и проходил через него. И вот, некто, именем Закхей, начальник мытарей и человек богатый, искал видеть Иисуса, кто Он, но не мог за народом, потому что мал был ростом, и, забежав впе-

ред, взлез на смоковницу, чтобы увидеть Его, потому что Ему надлежало проходить мимо нее. Иисус, когда пришел на это место, взглянув, увидел его и сказал ему: Закхей! сойди скорее, ибо сегодня надобно Мне быть у тебя в доме. И он поспешно сошел и принял Его с радостью. И все, видя то, начали роптать, и говорили, что Он зашел к грешному человеку; Закхей же, став, сказал Господу: Господи! половину имущества моего я отдам нищим, и, если кого чем обидел, воздам вчетверо. Иисус сказал ему: ныне пришло спасение дому сему, потому что и он сын Авраама, ибо Сын Человеческий пришел взыскать и спасти погибшее. (Лк, 19:1-10)

**“ Бог облегчил для нас подвиг добродетели не одною только надеждою на будущие блага, но и другим способом, то есть всегдашним Своим содействием и помощью. Святой Иоанн Златоуст. (Из Нагорной проповеди)**

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 2 февраля, в воскресенье.

**М**ы становимся свидетелями встречи Спасителя с влиятельным представителем светской власти – старшим сборщиком налогов по имени Закхей. Христос встречает человека, который сам себя сделал символом греха. Закхей работал на римлян, не просто собирая налоги в пользу оккупантов, но и прибавляя к податям свою премию. Местное население ненавидело чиновника. Римляне его презирали. Он же, понимая убогость своего положения, упорствовал в порочной жизни, все глубже погружался в уныние, а также в жестокость.

**У** Закхей с мирской точки зрения было все – богатство, а еще пусть и сомнительное, но все же влиятельное положение в обществе. А вот счастья не было. Мытарь мучился от нехватки радости, искал ее. Потому он без раздумий залезает на дерево, чтобы увидеть Христа. Ведь в лице Спасителя он видит тот самый свет, который однажды потерял и уже давно ищет.

Благодать Христа тронула сердце жестокого и корыстного чиновника. И он начинает стремительно меняться. Греховное лукавство, в рабстве которого находился Закхей, вдруг ослабляет хватку.

**Ч**тобы укрепить Закхей в его покаянии, Христос отправляется к мытарю в гости. Со всех сторон звучат упреки – как может учитель Божьего закона зайти к этому жулику в дом? Но Спаситель знает и видит больше окружающих. Его желание посетить Закхей не просто дипломатия, а очередное сражение со злом за сердце человека. И мы становимся свидетелями победы. Растроганный любовью Христа чиновник обещает, что вернет все украденное, а половину своей собственности продаст и раздаст нищим.

**Ч**ему учит нас Евангелие? Тому, что в сердце, поработанном страстями, можно пробиться только с помощью любви. Жестокость вызывает в ответ только жестокость. Искренняя любовь, которая выража-



Комментирует священник Антоний Борисов

ется в желании увидеть в человеке создание Божье, способна найти и оживить в сердце лютого и бессовестного грешника остатки образа Божия. Как это произошло в случае с Закхеем.

**С** воскресного чтения о Закхее в Православной церкви начитается период подготовки к наступлению Великого поста. Этот евангельский эпизод напоминает нам, что мы призваны научиться способности видеть в каждом человеке, прежде всего, не недостатки, а его лучшие качества. Такой навык успокоит наши сердца, а сердца других людей согреет, освободив от уз порочного лукавства.

Фото предоставлено радио «Вера»

# КРОССВОРД

Разгадав головоломку, вы прочтаете парадоксальное высказывание Антона Чехова (52 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, находящейся 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 искомым букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашем ряду;
- 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
- 5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

7 5 6 7

1 7 5 4

5 7 5 4

3 4 4 4

4 2 4 4

5 3 1 4 9

5 9 4 4 2

3 1 4 1 4

6 4 4 4 1

1 4 3 4

Ответ на задание в № 3: китайская пословица: «Тысячу способов узнать легко, одного результата добиться – трудно».

# ХРОНОЛОГИКА



Зимой главная функция одежды – максимально сохранять тепло. И конечно, основное требование к материалам, из которых изготавливается эта одежда, – хорошо выполнять именно эту функцию.

Одежда, сделанная из по-настоящему качественного материала, помогает нам не замерзнуть и чувствовать себя комфортно и по дороге на работу или в магазин, и во время зимней прогулки.

# ТКАНИ И МАТЕРИАЛЫ для зимней одежды



## Натуральные & синтетические

Для пошива теплой одежды используют как натуральные, так и синтетические ткани. Натуральные ткани обладают самыми высокими качествами: они воздухопроницаемы, гигроскопичны, экологичны, обладают высокой теплопроводностью и при должном уходе гигиеничны. Минус натуральных тканей в достаточно сложном уходе, невысокой износостойкости и, конечно, высокой цене. Кроме того, натуральные ткани – например, шерсть – могут быть колючими и потому некомфортными в носке.

Синтетические материалы гораздо более долговечны, чаще всего приятны к телу и сравнительно недороги.

Однако и у синтетики есть серьезные минусы: она, как правило, хуже сохраняет тепло, плохо отводит влагу, не «дышит», а зачастую грешит накоплением статического электричества.

Смесовые же ткани обладают всеми достоинствами и натуральных, и синтетических материалов. Они беспроblemны в уходе, не подвержены усадке, не «кусаются», хорошо сохраняют тепло, не накапливают статического электричества, гигроскопичны и, что также немаловажно, имеют доступную цену.



## Для верхней одежды ВОЩЁНЫЙ ХЛОПОК

Натуральный материал, но несколько улучшенный – нити хлопка пропитаны специальным воском. Одежда из вошеного хлопка имеет хорошие влагоотталкивающие и ветрозащитные свойства, выглядит несколько винтажно (крой, как правило, классический), но плохо переносит сильные морозы – ткань становится хрупкой.

## МЕМБРАННАЯ ТКАНЬ

Синтетический материал, препятствующий проникновению влаги, защищающий от ветра, но при этом дышащий. Мембрана подходит для тех, кто ведет активный образ жизни даже зимой.

## ПОЛИЭСТЕР

Синтетический материал – легкий, тонкий, но при этом дышащий. За одеждой из полиэстера очень просто ухаживать – он легко моется и очень быстро сохнет. Кроме

того, это недорогой и сравнительно прочный материал. Полиэстер чаще других тканей используется для пошива пуховиков.

## НЕЙЛОН «ОКСФОРД»

Синтетическая ткань из нейлоновых нитей, переплетенных особым образом. Плетение «рогожка» делает этот материал матовым, а также придает ему интересную фактуру. Нейлон «Оксфорд» непродуваем и водонепроницаем. Куртки и пуховики из этого материала очень эффективны, так как чаще всего выполняются в оригинальном, неклассическом дизайне с использованием ярких цветовых решений.

## Материалы для подкладки

Подкладка не менее важна, чем верхний материал пуховика или куртки. Качественная подкладка обеспечивает еще более надежную защиту от холода и лишней влаги.

## ХЛОПОК И ФЛИС

Оба материала являются дышащими, не вызывающими раздражения. Однако флис для зимней одежды предпочтительнее, так как он лучше сохраняет тепло.

## ПОЛИЭСТЕР И НЕЙЛОН

Синтетические водостойкие материалы, неплохо защищающие от ветра. Очень часто используются для пошива зимних курток и пуховиков.

Светлана ИВАНОВА

## ПОДПИСКА на 2025 год

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2025 года на издание «ТЕЛЕК Питер»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П9645**

Газета выходит 1 раз в неделю

### Стоимость подписки на 1-е полугодие 2025 года\*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
230,78 ₽	461,56 ₽	692,34 ₽	923,12 ₽	1153,90 ₽	1384,68 ₽

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

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

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

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

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

инструкция онлайн-подписки на сайте [podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru) и через мобильное приложение «Почта России»

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

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



**П9645**  
«ТЕЛЕК Питер»

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

«Остроконечных елей ресницы над голубыми глазами озёр...» – песня лилась из телевизора бабушки почти на полную громкость, когда я заглянула к ней поздравить с 8 Марта.

**П**есня нашей молодости, – мечтательно произнесла бабушка. – Первый раз я услышала ее в Карелии. Какие же там красивые места...

– А я ни разу не была в Карелии. Кстати, неплохая мысль. Можно поехать летом в отпуск. Вот только вопрос: с кем?

### Соседи по купе

Почти все мои подруги были либо уже замужем, либо в отношениях с молодыми людьми. Одна только Юля до сих пор не встретила свою вторую половину, но ей подавай море, пятизвездочный отель и променады с брендовыми магазинами. Карелия не очень вписывалась в круг ее интересов. Но я все же решила предложить ей поехать в край лесов и озер. Самым неожиданным образом Юлька согласилась. То ли у нее не оказалось попутчиков на лакшерикурорт, то ли ей вдруг захотелось выйти из зоны комфорта и отступить от привычного времяпрепровождения на отдыхе.

Ехать решили на поезде. Разместились в купе, поезд тронулся, мы порадовались, что у нас нет никаких соседей. Мы уже почти спали, когда в Твери в дверь купе постучали, затем она открылась и протиснулись друг за другом гитара и два молодых человека примерно нашего возраста, лет двадцати пяти-тридцати.

Познакомились. Русый, длинноволосый Юра оказался учителем физкультуры, параллельно преподающим бальные танцы

# Карельские каникулы



До сих пор о любви была сказана только одна неоспоримая правда, а именно, что «тайна сия велика есть».  
А.П. Чехов

правили в однодневную командировку в Тверь. До обеда я сделала все планируемые дела и пошла пообедать в близлежащее кафе. По дороге нервничала, все время смотрела по сторонам в надежде встретить своего милого попутчика, но увя... Окончательно освободившись часа в четыре, взяла обратный билет на девять вечера и гуляла по городу. Погода была замечательная, стояла золотая осень. Мне было приятно бродить по тем же улицам, где, возможно, гуляет Юра, но как-то тоскливо от того, что его нет рядом. Садясь в поезд, подумала: «Значит, все-таки не судьба».

### Зигзаги судьбы

Приблизился Новый год, мы с Юлькой решили пойти на ВДНХ. На прогулке зашли перекусить в кафе, где были представлены блюда разных регионов нашей страны.

– Ну что, зайдем к карелам, полакомимся форелью и калитками? – предложила подруга.

Я с удовольствием согласилась.

Рыба была великолепная, калитки просто замечательные, а чай с морошкой согрел и тело, и душу, навевая приятные воспоминания. И вдруг сквозь гул толпы я услышала знакомые голоса:

– Вот это встреча, девчонки, не верим своим глазам!

Я тоже не верила ни своим глазам, ни ушам – к нам с распахнутыми объятиями приближались Юра и Борис.

А я будто окаменела, молчала и постоянно переводила глаза на Юру. Когда наши взгляды встретились, он сказал:

– Я очень часто о тебе вспоминал. Обменяемся наконец телефонами?

Дальше события развивались с головокружительной быстротой. Новый год мы с Юлькой отмечали в Твери в невероятно дружной и интересной компании однокурсников Юры и Бори. После праздников мы с Юрой каждый вечер часами разговаривали по телефону, а в выходные мчались друг к другу – то я в Тверь, то он в Москву. Уже через месяц мой избранник сделал мне предложение. Пока шли приготовления к свадьбе, я поняла, что жду ребенка...

На одном из приемов врач мне сказал:

– Вам предстоит непростая беременность. У вас будет тройня.

Такого оборота я, конечно, не ожидала. Решила ничего не говорить Юре по телефону, а дожидаться встречи.

– Что случилось? – его ласковый взгляд и радость встречи уже немного успокоили меня.

– Юра, я была у врача, и он сказал мне, что у нас будет тройня, – пролепетала я и разрыдалась.

– Ну что же ты плачешь, когда мы тройней должны радоваться. Я всегда говорю: «Бог любит тройцу!»

КАТЕРИНА

в Доме культуры. У него были какие-то бездонные глаза и взгляд, выдающий очень доброго человека. Кучерявый красавец Борис обладал шикарным чувством юмора и представился «талантливым, подающим надежды программистом».

Мы рассказывали друг другу о себе, играли в «крокодил», пили чай. Когда подошло время прощаться, я поняла, что без оглядки влюблена в Юру. Но шансов пересечься вновь было немного. Я жила в Москве, он – в Твери.

### На берегу лесного озера

В Карелии у нас была намечена обширная программа с экскурсиями, а ребята ехали ловить рыбу и пить у костра. Телефонными мы не обменялись. Карелия очаровала нас

своими красотами: сказочные шхеры, живописные водопады и озера, завораживающий Валаам... Экскурсионная программа была очень насыщенной, но Юра не выходил из моей головы.

Отпуск шел к концу. По программе оставалась еще одна экскурсия. Выехали рано утром, сначала двигались по автостраде, посещали разные достопримечательности, а потом асфальт закончился, и вот мы уже продвигаемся по узкой лесной просеке с ветхими мостиками сквозь карельскую тайгу. К обеду устроили привал на берегу озера с пирожками и калитками. Когда мы увидели группу возвращающихся с уловом рыбаков и среди них Юру и Бориса, я сначала решила, что все это мне кажется. Но это была явь. Ребята нас тоже заметили, и было видно, что искренне обра-

довались. Они остановились возле нашей группы и общались с нами, пока наш экскурсовод не командовал нам: «По машинам!» Мы опять расстались с Юрой и Борей. Только теперь распрощались как со старыми друзьями, даже расцеловались напоследок. И только в пути я поняла, что мы снова не обменялись никакими контактами...

### Значит не судьба

Отпуск закончился, всю захватили трудовые офисные будни. В первые дни я почти каждый час вспоминала о Юре. Потом понемногу мои чувства и эмоции улеглись. Улеглись, пока меня не на-

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

**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)



**ОВЕН (21.03 – 20.04)**

Большой успех Овнам принесет участие в коллективном труде. Вам будут по силам сложные задачи, вы можете принести большую пользу общему делу. Выходные посвятите реализации своих личных планов или займитесь хобби. Мечты сбываются, если о них думать и приближать.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**

Львам стоит проявить характер. Вам наконец следует уделить время тем делам, заняться которыми по ряду причин ранее не удавалось. Звезды обещают помочь справиться. Также наступает отличный период, чтобы выстроить планы на будущее или заняться чем-то новым.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**

Стрельцов может ожидать недопонимание в общении с близкими. Может оказаться, что вы переживаете об одном и том же, просто общаетесь на разных языках. Вспомните, как сильно вы любите этого человека, и ваше общение наладится.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**

Прекрасный период у Водолеев для того, чтобы провести время на природе. Позовите друзей или родных и отправляйтесь на прогулку. Отложите дела в сторону и посвятите время любимым. Хороший отдых и общение поднимут настроение, а также подарят новые силы.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**

Неделя Тельцов будет наполнена приятными сюрпризами. Также вам стоит больше времени уделить отдыху и развлечениям: отправиться в кино или театр, посетить интересную выставку или просто посмотреть любимый сериал. Близкие люди охотно составят вам компанию.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**

Девам предстоит проявить выдержку. На первый взгляд может показаться, что вы зашли в тупик. Но это не так. Со временем звезды все расставят на свои места. Также не следует слепо следовать советам окружающих, поступайте так, как вам подсказывает опыт и сердце.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**

Звезды рекомендуют Близнецам уделять больше времени родным людям. Они скучают по вашему вниманию. Искреннее теплое общение с родными и близкими наполнит вас силой и энергией для новых свершений. Проявляйте больше романтики с любимым человеком.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**

Настало время привести в порядок свои мысли. Постарайтесь избавиться от лишней тревожности и суеты. Больше позитива в общении, живите настоящим. Звезды на вашей стороне. Можете смело планировать новые дела и ставить амбициозные цели.

**РАК (22.06 – 22.07)**

Для Раков пришло время действовать смело. Но не рубите сплеча. Реализуйте свои планы обдуманно и последовательно. Особенно хорошо будут получаться творческие проекты. Проявляйте фантазию и инициативу. Не забывайте о том, что ваши родные люди рядом и готовы вас поддержать.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**

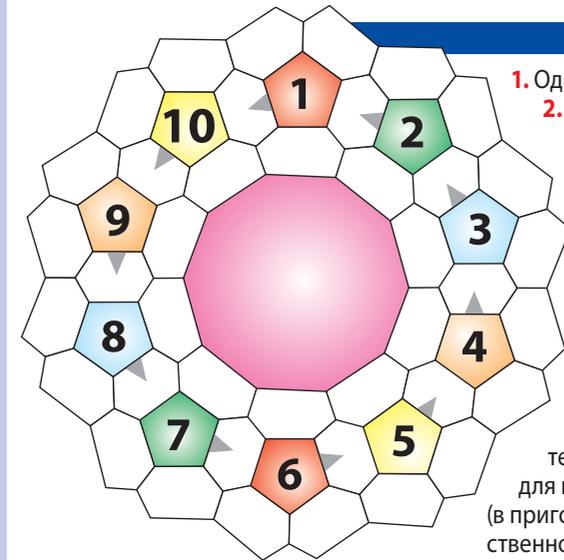
Скорпионов могут одолевать сомнения и нерешительность. Из-за этого вам станет довольно сложно принимать решения. Не спешите, просто отложите часть из дел. А также для выполнения задачи воспользуйтесь помощью коллег или близких людей.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**

Впереди Козерогов ждет не самый легкий период. На вашем жизненном пути могут появиться определенные препятствия. Также возможны проблемы во взаимопонимании с близкими и родными. Главное, не теряйте равновесие, будьте рассудительны.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**

Эта неделя прекрасно подходит Рыбам для новых знакомств, установления связей и контактов. В дальнейшем они могут сыграть определенную позитивную роль в вашей жизни. На выходных звезды советуют вам хорошо отдохнуть, например, отправиться в гости к друзьям.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

- Одиссей у римлян.
- Одно из имен сказочной вещи каурки.
- Багаж, сопровождающий путешественника.
- Ткань на джинсы.
- Жирная пряная селедка в жестянке.
- Борьба вольного стиля, созданная Анатолием Харлампиевым.
- Улей в лесном дупле.
- «Голос» сучьев под ногами.
- Возврат части денег с покупки.
- ... уклек до распространения синтетических пигментов использовалась для приготовления «жемчужной эссенции» (в приготовлении красок, изготовлении искусственного жемчуга).

Ответы: 1. Улисс. 2. Сивка. 3. Клязьма. 4. Дупляк. 5. Иваси. 6. Самбо. 7. Борть. 8. Треск. 9. Сдача. 10. Чешуя.

**СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ**

<b>27 января</b>	Восход: 9 ч. 20 м. Заход: 17 ч. 02 м. Долгота дня: 7 ч. 42 мин.
<b>28 января</b>	Восход: 9 ч. 17 м. Заход: 17 ч. 05 м. Долгота дня: 7 ч. 48 мин.
<b>29 января</b>	Восход: 9 ч. 15 м. Заход: 17 ч. 08 м. Долгота дня: 7 ч. 53 мин.
<b>30 января</b>	Восход: 9 ч. 13 м. Заход: 17 ч. 10 м. Долгота дня: 7 ч. 57 мин.
<b>31 января</b>	Восход: 9 ч. 11 м. Заход: 17 ч. 13 м. Долгота дня: 8 ч. 02 мин.
<b>1 февраля</b>	Восход: 9 ч. 08 м. Заход: 17 ч. 15 м. Долгота дня: 8 ч. 07 мин.
<b>2 февраля</b>	Восход: 9 ч. 06 м. Заход: 17 ч. 18 м. Долгота дня: 8 ч. 12 мин.

**НАШ КАЛЕНДАРЬ С 27 ЯНВАРЯ ПО 2 ФЕВРАЛЯ****ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ**

**27 ЯНВАРЯ**  
В 1820 году экспедиция Ф.Ф. Беллинсгаузена и М.П. Лазарева открыла Антарктиду.  
В 1924 году в Москве открыт Мавзолей В.И. Ленина.  
В 1945 году советские войска освободили узников Освенцима.  
**28 ЯНВАРЯ**  
В 1897 был получен первый пригодный для серийного производства дизельный двигатель.  
В 1906 году в Санкт-Петербурге открылись Женские политехнические курсы.  
**29 ЯНВАРЯ**  
В 1833 году в Санкт-Петербурге была организована первая в России городская почтовая сеть.

**30 ЯНВАРЯ**  
В 1790 году впервые в мире была испробована на море специальная спасательная шлюпка.  
**31 ЯНВАРЯ**  
В 1714 году по приказу Петра I был создан «Государев Кабинет» – Музей антропологии и этнографии Российской академии наук).  
**1 ФЕВРАЛЯ**  
В 1709 году на острове в Тихом океане обнаружен моряк, проживший в одиночестве более четырех лет, прототип Робинзона Крузо.  
В 1865 году А. Линкольн внес 13-ю поправку в Конституцию США, отменившую рабство.  
**2 ФЕВРАЛЯ**  
В 1701 году Петром I был издан указ, положивший начало Балтийскому флоту.

**ИМЕНИННИКИ****НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ**

**27 ЯНВАРЯ.** Вениамин, Илия, Марк, Савва, Сергей.  
**28 ЯНВАРЯ.** Михаил, Павел, Прохор.  
**29 ЯНВАРЯ.** Иоанн, Максим, Пётр.  
**30 ЯНВАРЯ.** Антоний, Виктор.  
**31 ЯНВАРЯ.** Александр, Владимир, Евгений, Кирилл, Мария.  
**1 ФЕВРАЛЯ.** Арсений, Макарий, Николай, Феодор.  
**2 ФЕВРАЛЯ.** Инна, Римма.

**ПРАЗДНИКИ****НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ**

**27 ЯНВАРЯ** ■ День воинской славы России – День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944 г.)  
**28 ЯНВАРЯ** ■ Международный день защиты персональных данных ■ День солений  
**29 ЯНВАРЯ** ■ День первооткрывателя в России  
**30 ЯНВАРЯ** ■ День Деда Мороза и Снегурочки  
**31 ЯНВАРЯ** ■ Международный день ювелира  
**1 ФЕВРАЛЯ** ■ День работника лифтового хозяйства в России ■ Международный день десерта  
**2 ФЕВРАЛЯ** ■ День воинской славы – День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.)  
■ День буквы «Ы» ■ День ездовых собак

**НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ****Пришла Антонина – зиме половина**

**27 января** считалось днем Нины. Знатоки погоды на будущие деньки определяли по голосу утренной птицы: пение петуха обещало тепло, а карканье ворона – метель. В Павлов день, **28 января**, было принято наблюдать за звездами: если небо безоблачное и ярко сверкает звездами – жди мороза.  
**29 января**, в день Петра, погоду определяли по поведению домашних птиц. Например, если курица долго и часто в течение дня стоит на одной ноге, то стоит ждать морозов.  
**30 января** считали днем Антонины-половины. «Пришла Антонина – зиме половина» – говорили в народе.  
На Афанасия-ломоноса, **31 января**, часто наступали самые

сильные зимние морозы. И народом была придумана такая поговорка: «Пришел Афанасий-ломононос – береги щеки и нос».  
**1 февраля**, в день Макара-весноуказчика, о грядущей весне судили так: ясный день предвещал скорую и дружную весну, а метель означала, что зимние морозы и вьюги задержатся вплоть до Масленицы.  
**2 февраля**, в Ефимов день, наблюдали за погодой в полдень: безоблачное небо и яркое солнце указывали на дождливое начало лета.

**Звонок подружке в офис:**  
– Предупреди шефа, что я сегодня опоздаю.  
– Что случилось?  
– Муж потерял купюру в 100 долларов, ищет...  
– А ты-то тут при чём?  
– А я на ней стою.

**ТЕЛЕК ПИТЕР**

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издаётся 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  
**Зам. главного редактора** ЯШКОВА А.А.  
**Региональный редактор** ЖУЧКОВА С.С.  
**Бильд-редактор** ТЮТЧЕВА Л.В.  
**Заместитель генерального директора по дистрибуции** ЗАВЬЯЛОВА О.А.  
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,  
e-mail: distrib@kardos.ru  
**Отдел подписки:**  
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,  
e-mail: distrib@kardos.ru

**Заместитель генерального директора по рекламе и PR** ДАНДЫКИНА А.Л.  
**Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами** ЖУЙКО О.В.  
**Телефон:** +7 (495) 937-95-77, доб. 273  
**Ведущий дизайнер:** НЕМЫКИН Н.Н.  
**Телефон департамента рекламы:** +7 (495)-792-47-73,  
e-mail: reklama@kardos.ru

№ 04 (356).

**Дата подписания в печать:** 23.00 час. 20.01.2025 г. **Дата производства:** 21.01.2025 г. **Дата выхода в свет:** 21.01.2025 г. Тираж 69 170 экз. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 190020, Санкт-Петербург, Вн. тер. г. МО Екатеринбургский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, ком. 311-часть. Заказ ДБ-78/4. Выходит во всех областях СЗФО. Тираж этого номера 819 610 экз. Розничная цена свободная. 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



# Сладкая парочка

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.

**М**айор Петрович разбирал бумаги на столе, когда к нему заглянул знакомый опер.

– Николай Петрович, мы тут к вашему старому знакомому собираемся навещаться, – сообщил он с лукавой улыбкой. – Не хотите составить нам компанию?

– К какому еще знакомому? – удивился Петрович. – К мошеннику Артемьеву. Вчера одну контору на большие деньги кинули, и мы подозреваем, что это его рук дело.

– Пустое дело, опять выкрутятся, – махнул рукой Петрович. – Научили его друзья-уголовнички выкручиваться.

– В это раз он точно прокололся. И мы его закроем, – уговаривал опер. – Поехали, Николай Петрович.

– Ну ладно, поехали, – согласился майор, которому надоело возиться с бумагами.

– Я ведь этого Артемьева первый раз поймал, когда только-только пришел сюда работать, буквально в первые дни, – рассказывал Петрович, сидя в служебной машине. – С тех пор он еще пару раз попадался, получал срок, но, как вижу, занятия своего не бросил. Пройдох он, конечно, редкий. Никак не могу понять, почему ему люди доверяют? У него ж на лице написано: аферист.

**З**а разговорами приехали на адрес. Зашли в дом, поднялись на нужный этаж, позвонили.

Дверь им открыла пышная брюнетка неопределенного возраста в розовом коротком халате.

– Нет его дома, – раздраженно сказала брюнетка, когда Петрович спросил об Артемьеве. – Нет, и не знаю, когда вернется. В отъезде он.

У ног брюнетки крутился пес – шоколадного цвета лабрадор. Он живо интересовался непрошеными гостями, но без малей-



шей агрессии. Казалось, пес даже улыбался незнакомцам.

**Т**ак где гражданин Артемьев? – спросил Петрович, просительно глядя на брюнетку.

– Не знаю, – коротко ответила она.

– А вчера где был?

– Почему я знаю? – фыркнула брюнетка. – У него спрашивайте. А почему вас интересует именно вчера?

– Да контору одну на деньги кинули, – ответил Петрович. – Вот думаю, не ваш ли благоверный...

– Не мой! Точно не мой! Мой... – брюнетка запнулась, но быстро нашлась: – Мой в командировке. Неделя уже, как уехал!

– В командировке? – удивился Петрович.

– Да! В командировке. Когда приедет, не знаю.

**В** этот момент дверь квартиры распахнулась, и на пороге появился изрядно потасканный хлыщ в бежевом плаще.

– А что это у нас дверь нараспашку, стоило мне отлучиться...? – начал было он, но, заметив Петровича и оперов, засуетился: – Ба! Моя милиция меня бережет: сначала поймает, потом стережет. Какими судьбами, начальник?

Договорить не дала брюнетка: она бросилась к нему на шею с причитаниями: – Здравствуй, дорогой! Как я скучала! Целую неделю без тебя!

В ответ полились не менее восторженные слова. Петрович и опера с удивлением наблюдали нежную встречу двух влюбленных.

– Смотри, какая сладкая парочка! – восхитился Петрович и погладил сидящего рядом пса. – Твои-то прям как два голубка. Как сто лет не виделись.

Лабрадор прикрыл от удовольствия глаза и завил хвостом.

**П**онаблюдав за трогательной встречей еще немного, Петрович демонстративно кашлянул в кулак и обратился к супругам:

– Вы надолго, гражданин? У нас рабочий день кончается, а еще вас в отделение везти, бумажки оформлять – дело не пятиминутное.

– Как в отделение? – дружно вскрикнули оба. – Почему? За что?

– За мошенничество, дорогой гражданин Артемьев. А вас, гражданка, за лжесвидетельство. То же, между прочим, статья. Так что концерт вы свой по заявкам заканчивайте и собирайтесь. Пора.

**Виктория АНДРЕЕВА**



**Почему Петрович не поверил, что Артемьев был в отъезде?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 3: по дороге от начала моста до его середины фура израсходовала больше топлива, чем вес воробья.

Рис. Ирина Светловская

## КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

**ПО ТЕЛЕФОНУ** 8 (962) 724-29-44

**ПО ПОЧТЕ** reklama@kardos.ru

**ЦЕНА** Стоимость строчного объявления от **400** рублей за 1 выход

**КАК ОПЛАТИТЬ**

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

**Скидки уточняйте у менеджера**

## КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

**По горизонтали:** Гипноз. Лотерея. Сливки. Излечение. Мелисса. Пенни. Козел. Ореол. Отчество. Антраша. Шорник. Ламбрекен. Тест.

**По вертикали:** Гусь. Приз. Очки. Копер. Перепел. Белизна. Изыск. Метранпаж. Кинопроба. Аорта. Перегон. Чтение. Лоскут. Ошеек. Шея.

М	И	З	Н	Е	З	Х	И	Е	Б
У	Г	Р	Ж	О	Ы	О	В	Е	Р
Ч	Л	И	В	Х	Л	И	Т	П	Р
Б	С	М	Р	В	Ж	И	Ь	Ф	П
Г	Ь	Х	З	И	Ж	А	Е	О	Т
Г	М	Л	И	О	Р	С	Ж	Н	А
М	С	У	П	М	С	Ж	Н	А	Б
Т	Ч	Н	Х	К	О	Ь	З	А	Е
Ч	О	Л	Р	Е	М	О	Б	Л	Р
У	А	П	П	О	Т	Ч	Е	У	Ь
Э	Н	А	Т	М	Р	В	Ш	М	А
П	Ч	О	Г	Ь	Е	В	Ш	О	Х
З	Л	А	М	Б	В	Л	К	Н	Т
Ж	Ы	М	А	Ж	К	Р	Я	О	Т

## ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

### РАБОТА

# ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ

## ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**Мы предлагаем:**

- Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- Стабильный оклад **40 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
- Выдача заработной платы **БЕЗ ЗАДЕРЖЕК**;
- Подходящий вам график работы: 2/2 и 6/1;
- Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- Вакансия подходит для **КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**

**Телефоны для связи:**  
8 (965) 065-73-80, 8 (925) 507-46-48

### ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Кукол. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. **Тел.: 8 (911) 929-92-55, Александр.**

- 8 (905) 286-44-68 СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68
- 953-39-70 Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70
- 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68

### ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

**Городская служба вывоза и утилизации №1**

Избавим от мебели и ненужных вещей за 10–15 мин в день обращения!

- Диваны • Кровати
- Шкафы • Пианино
- Мебель с насекомыми
- Освобождение балкона от хлама
- Уничтожение клопов

**ВЫВОЗИМ ВСЁ!**

Ремонт квартир

Подача машины в удобное время

**Тел.: 903-50-73**

**ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:**  
**8 (962) 724-29-44**

### КУПЛЮ

- 8 (999) 715-35-60 Куплю вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины. Тел.: 8 (999) 715-35-60.
- 984-20-55 Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55

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

**РА «ПАЛЛАДА»**  
8 (921) 899-98-75

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

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

# ЗДОРОВЫЕ НОГИ — ПРИЗНАК ДОЛГОЛЕТИЯ

По словам медиков, четверть людей, у которых болят ноги, умирают в течение пяти лет.

И дело тут вовсе не в суставах или коленях... Инсульт и инфаркт — вот истинная причина.

Только вздумайте, каждый год в мире 15 миллионов человек умирает за доли секунд.

А ведь это больше, чем численность Москвы.

Представляете? А те, кто выжил, зачастую остаются парализованными и не способны защититься от нового удара.



## Почему так происходит?

Это проблема с сосудами, особенно если человек в зрелом возрасте. Старение сосудов неизбежно. Посмотрите, как меняется кожа с годами: она теряет упругость и слабеет. То же самое происходит и внутри нас. Просто мы этого не видим. Мало того, что сосуды теряют упругость, так это ещё и приводит к отложениям на их стенках. Закупорка артерий, а дальше смерть! Да-да, Вы не ослышались. Органы умирают медленно и неотвратимо. А самое печальное, что мы этого не замечаем. Это как засор в раковине: сначала вода просто уходит медленнее, а потом льёт через край. Также и у нас: если это происходит в сердце — развивается инфаркт миокарда, если в мозге — мозговой инсульт, а в сосудах нижних конечностей (в ногах) — гангрена. Посмотрите на ноги: тёмные пятна — уже первый признак прячущейся болезни.

Эх, если бы мы были внимательнее к себе, то жили бы 120 лет! Неужели Вы не хотите быть здоровыми долгожителями? Чего уж лукавить, все хотят! Только как это сделать? Лечить ноги или постоянно пить сердечные препараты? А если откажет печень? Можно экспериментировать с разными препаратами до бесконечности, но результата не будет. Но что тогда делать?

## РЕШЕНИЕ ЕСТЬ

У отечественных специалистов нашлось решение! Они сделали ставку на лечение без лекарств! Почему? Во-первых, у всех лекарств есть побочные вредные действия. А во-вторых, это то, что происходит в мире. Проблемы с поставками лекарств просто неизбежны. Именно поэтому по поручению Президента России перед правительством была поставлена задача найти альтернативу привычным медикаментам и выйти на новый эффективный уровень лечения. Поэтому в Москве в срочном порядке провели внеплановую конференцию высокотехнологичного медицинского оборудования. Передовые разработчики представляли свои изобретения и боролись за титул лучшего. И цель была достигнута! Фурор произвёл аппарат высокочастотной электротерапии НАДЕЖДА. Настоящее совершенство медицины, благодаря которому многие люди уже вернули себе здоровье и долголетие. А знаете, в чём секрет этого аппарата?

В его глубококом воздействии на наши органы. Наше тело — это своего рода механизм, работа которого построена на энергии. Жизнь без которой просто невозможна. И внутри нас есть целые энергетические станции — митохондрии. Которые отвечают за жизнь клеток и формируют здоровые органы. И если страдает одна клетка, то по цепочке начинают страдать и другие. И так орган за органом, срабатывает принцип домино. Отсюда боль, воспаление, и вот кто-то уже не может подняться с сумкой по лестнице.

Хоть таблетки пейте, хоть уколы делайте, но проблема это не решит. Не отчаивайтесь, ведь теперь у Вас есть НАДЕЖДА!

Инновационный аппарат HiTop™ терапии. Особая частота электрических импульсов невероятно сказывается на работе митохондрий. Ваши клетки начинают оживать. Больные органы получают кислород и питание и начинают вытравливать вредные вещества. Вы избавляетесь от боли! Разрываете этот замкнутый круг, по которому ходили годами.



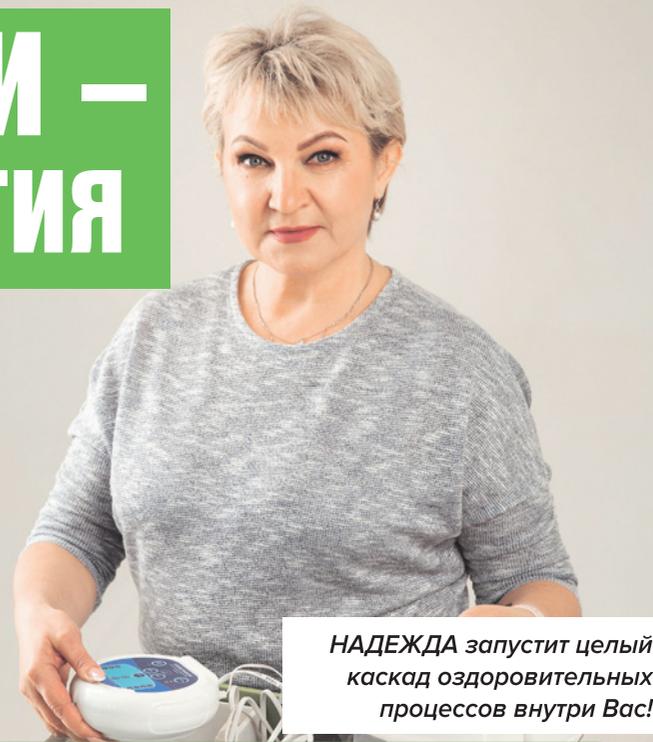
## НАГРАДА ДЛЯ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА

Какие возможности доступны Вам сегодня? Наши инженеры смогли внедрить мощную высокочастотную терапию в такой компактный современный аппарат. И заметьте, учёные сделали это именно для Вас! Теперь медицина высокого уровня доступна на Вам в домашних условиях!

Достаточно приложить электрод к Вашим ногам, нажать кнопку, и лечение началось. Уже с первых минут Вы почувствуете, как боль сменяется теплом и расслаблением. Ваши ноги будто укутали пледом и поглаживают. Да, что говорить, тут не грех и задремать! И ведь это только начало! Ваше дыхание начинает выравниваться, а ноги становятся тёплыми. Вот оно — правильное кровообращение. За счёт воздействия НАДЕЖДЫ на биологические точки восстановление идёт на клеточном уровне. А это и есть основа Вашего здоровья и долголетия!

И это здорово! НАДЕЖДА — настоящий бриллиант современной медицины. Так пусть Ваши руки станут ему оправой. А НАДЕЖДА, в свою очередь, подарит Вам жизненные силы и долголетие, которые не купишь ни за какие деньги. Вот посмотрите на молодежь. В одном телефоне у них практически вся жизнь. И продукты им привозят, и платят телефоном, и в поликлинику записываются через телефон. Так и наша НАДЕЖДА — это компактная современная медицинская техника! И в этом её плюс!

Аппарат профессионального уровня теперь доступен для домашнего применения! НАДЕЖДА уже прошла все клинические испытания. Более того, аппарат был протестирован в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга. Множество людей вернули себе здоровье благодаря НАДЕЖДЕ. Ведь эффективность аппарата составила более 85%. НАДЕЖДА — это прорыв в медицине, за которым будущее!



НАДЕЖДА запустит целый каскад оздоровительных процессов внутри Вас!

## ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- ▶ Заболевания опорно-двигательного аппарата (артрозы, миалгия, мышечная атрофия, ушибы, вывихи)
- ▶ Заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, болезнь артерий, заболевания сосудов)
- ▶ Нарушение обмена веществ
- ▶ Заболевания центральной и периферической нервной системы (остеохондроз, дорсопатия, радикулит, невралгия)
- ▶ Заболевания мочеполовой системы
- ▶ Заболевания бронхолегочной системы

НАДЕЖДА — феномен современности. Вы живёте в уникальное время, ведь Вы можете воспользоваться этим аппаратом одними из первых! Это новая эпоха в лечении Ваших заболеваний.

К тому же высокое качество аппарата было отмечено и вознаграждено на масштабных российских конкурсах. Ведь НАДЕЖДА стала лауреатом «100 лучших товаров России». А также НАДЕЖДА получила Золотой знак качества «Всероссийская марка. Знак качества XXI века», а вслед взяла и платину!

Тысячи людей избавились от боли в ногах и смогли укрепить своё здоровье. Да! Ведь НАДЕЖДА может помочь в лечении 60 болезней! Счастливые обладатели НАДЕЖДЫ больше не боятся инсульта и инфаркта, и правильно делают. Присоединяйтесь и Вы к числу счастливых!

## ТУМАН РАССЕЕТСЯ

Вы только представьте, как можно жить на пенсии... не перебираясь хромыми шагами по квартире, а активно. Без труда ходить в магазин, помогать детям с внуками, работать на даче.

И это не фантастика, а реальная жизнь! Так зачем лишать себя этого? Вы заслужили это по праву, и именно НАДЕЖДА вернёт Вам всё, что положено. Усаживайтесь поудобнее, берите в руки НАДЕЖДУ и лечитесь.

Вы можете совмещать лечение с чтением газеты или просмотром телевизора. И просто наслаждаться процессом. Боль, которая мешала Вам жить годами, останется лишь воспоминанием. Вы будто снимете кандалы, которые не давали Вам ступить и шагу.

А всё потому, что НАДЕЖДА запустит целый каскад оздоровительных процессов внутри Вас. Вы не просто снимете боль, а устраните её причину и все возможные страшные последствия. Пройдёт боль, плохое кровоснабжение, а с ними и угроза инсульта и инфаркта. Ведь НАДЕЖДА действует очень глубоко. Наладится работа нервной системы, а ведь все болезни от нервов. Вы будто залатаете дырявый дачный шланг, из которого утекала вода. И сделаете это основательно и надёжно. Ваш организм восстановится полностью.

И главное, что Вы буквально повернёте время вспять. Вы остановите старость. Понимаете? После нескольких процедур Вы просто не узнаете свои ноги. И это потрясающе! Отёкшие щиколотки обретут форму, спадут отёки, а значит снизится нагрузка на Ваши суставы. И каждое движение будет даваться Вам с лёгкостью! И это только начало.

С аппаратом НАДЕЖДА Вам не нужно бояться за своё здоровье! Ведь это настолько надёжный аппарат, что сегодня он должен быть в каждом доме! Обладатели НАДЕЖДЫ уже перестали делать уколы и горстями пить лекарства.

И это правильно! Ведь они нашли способ вернуть здоровье! А какой прилив сил, сколько энергии! Вы просто обязаны это почувствовать! Вы расцветаете, как весенние цветы, ведь Ваш организм молодеет изнутри. А лечиться Вы сможете как в одиночку, так и всей семьёй. Это настоящий клад, заложенный в высокотехнологичный корпус! Вот они, современные технологии!

**Жизнь без НАДЕЖДЫ невозможна, особенно когда это касается здоровья. Подарите себе не просто надежду, а здоровье и уверенность в завтрашнем дне. Живите долгие годы, сажайте огород, рыбачьте, нянчите внуков! Не отказывайтесь от своей жизни, Вы этого достойны! Сейчас Ваше время жить! Позвоните нам прямо сейчас и закажите аппарат НАДЕЖДА. Вы обретёте надёжного помощника и неиссякаемый источник здоровья и долголетия! Не ждите особого случая, ведь более подходящего момента не будет! Заказывайте НАДЕЖДУ и будьте здоровы!**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! 8 (800) 333-56-71**

**ЕСЛИ АППАРАТ НЕ ПОМОЖЕТ — ВЕРНЕМ ПОЛНУЮ СТОИМОСТЬ!**

**300 АППАРАТОВ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!\***

**ПОЗВОНИ И УЗНАЙ**

КАК ПОЛУЧИТЬ ВИТАМИННЫЙ КОМПЛЕКС

**В ПОДАРОК!\***

ПОМОЩЬ В ВОССТАНОВЛЕНИИ

ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

2+1 ОБЛЕГЧЕНИЕ ПРИ РАСТЯЖЕНИИ

**БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**

\*ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 22.01.2025 г. по 22.02.2025 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. \*ХайТоп. Информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.