

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№1
(426)**

ТВ-программа с 8 по 14 января 2024 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
РОЖДЕСТВО
ХРИСТОВО**

стр. 5

**ГОТОВИМ
РОЖДЕСТВЕНСКИЕ
ПОДАРКИ БЛИЗКИМ**

стр. 4

**ЯНИНА
МЕЛЕХОВА**
**СТАРАЙТЕСЬ ДЕЛАТЬ
ВСЁ С ДУШОЙ**

стр. 2

**СЛОЁНЫЕ
САЛАТЫ:
ВКУСНОЕ
УКРАШЕНИЕ СТОЛА**

стр. 27

**ЧЕМ ПОЛЕЗЕН
АНАНАС**

стр. 29

**СНЕЖНЫЙ
ФИТНЕС**

стр. 8

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 24001

Фото из личного архива Янины Мелеховой.
Фотограф: Ирина Маркова.

12+

Янина Мелехова хорошо знакома зрителям. Она сыграла в десятках фильмов и сериалов. Среди них «Адвокат Ардашев», «Нефутбол», «Ростов», «Мылодрама» и многие другие.

В ее творческой биографии немало и театральных ролей. Знают Янину и модницы, особенно те, что предпочитают наряды ее авторского бренда. При этом Янина заботливая и внимательная жена и мама, а еще – хлебосольная хозяйка. Мы решили поговорить с Яниной о делах домашних, кулинарии и вообще о еде. А еще попросили ее поделиться своим фирменным рецептом фаршированных баранок.

«У нас дома любят салат»

– Янина, каковы ваши предпочтения в еде? И часто ли вас можно застать у плиты?

– Если раньше моим хобби было шить одежду, то сейчас я «испортила» его, превратив в бизнес, и мне для души нужно другое увлечение. Полагаю, что новым увлечением для души может стать кулинария (улыбается). При всей своей занятости очень стараюсь находить время, чтобы побаловать семью и себя чем-то полезным и вкусным. Хотя мы не гурманы, всей семьей любим простую еду. Например, у

Янина МЕЛЕХОВА:

«Готовлю всё по-простому»



нас дома популярен салат из свежих овощей с разноцветными помидорами и льяным или ароматным нерафинированным подсолнечным маслом. Из мяса – чаще всего на столе курочка или индейка. Готовлю все по-простому, без сложных ингредиентов и с минимальным количеством специй. Люблю еще печенье и супы.

но в семье эти продукты ем только я.

– Помните ли самое первое блюдо, которое научились готовить?

– Не скажу про самое первое, но самое сложное из моих первых – это пельмени, которые меня учила лепить моя бабушка, жившая в Латвии. На приготовление пельменей у нас с бабушкой уходил почти день. Просыпались в шесть утра и начинали месить тесто. Позже вставал папа и приходил нам на помощь. Он помогал бабушке готовить фарш. Фарш был из говядины и свинины. Порцию всегда устанавли-

вала бабушка. Да, еще в фарш обязательно клали сушеный лук с нашего огорода. Пельмени лепили по несколько сотен штук, так что к вечеру я даже уставала. Но зато какими необыкновенно вкусными были эти пельмени!

«Табу на продукты нет»

– Придерживаетесь какой-либо диеты? Во время гастролей удаётся соблюдать ваши принципы в питании?

– Ох, диета – это моя боль... Моя диета – это большое количество белков и овощей. А вот к сладкому и выпечке я равнодушна. Хотя тут повезло. На гастролях, как ни странно, мне даже легче удается держать правильный режим питания: там все расписано четко по часам, и приемы пищи тоже. А вот в Москве иногда заработаю и ем всего один раз в день. А это, говорят, вредно для здоровья. Но зато, как я говорила, на гастролях все получается достаточно ловко, особенно когда туры на юг нашей страны, где свежайшие и наивкуснейшие фрукты и овощи.

– Что всегда можно найти в вашем холодильнике?

– В моем холодильнике всегда есть яйца, индейка, масло сливочное, помидоры, огурцы, листья салата. Все. Все остальные

продукты временны, и, наверное, если бы у меня не было кошки, у меня даже индейки не было бы ежедневно. А так это лакомство для кошки, ну и для нас соответственно.

– На какие продукты у вас табу?

– Табу на продукты у нас нет. Покупаем и едим то, что хочется. Ну а то, что не любим, покупаем очень редко или не покупаем совсем.

– Например?..

– Например, различные колбасы или магазинный майонез.

Омлет с индейкой и листья салата

– Знаю, что вы много путешествуете. Какую кухню мира любите больше?

– Под настроение: люблю и кавказскую кухню, мясо, шашлык; люблю японскую, балую себя роллами; итальянскую кухню – кто откажется от пиццы и пасты? А вот не люблю большое количество специй, то же карри или даже обилие кинзы.

– Вспоминается ли самое необычное блюдо, которое вы ели?

– Поверьте, за свою жизнь я много попробовала разных интересных и необычных и, скажем так, нестандартных блюд. Самое необычное блюдо готовила моя мама, такой ее авторский рецепт, о котором мало кто знает: фаршированные баранки.

– Что готовите себе и дочери на завтрак? Чем её балуете?

– Дочь растет, ее вкусы меняются, и вот в десять лет Анна-Мария наконец-то стала нормально завтракать вместе с нами: как правило, яйца в мешочек либо омлет с индейкой и листьями салата. Побаловать дочку прямо с утра могу, например, мороженым.

Светлана ИВАНОВА

Рецепт от звезды Баранки с мясным фаршем

– Берутся самые обычные сушки, как я их называю, баранки. Далее берем молочко низкой жирности комнатной температуры. Молоко можно чуть-чуть разбавить водичкой. Далее замачиваем сушки на два часа. Важно, чтобы они пропитались, но не размокли. Теперь дело за фаршем. На фарш я беру в основном говядину и совсем немного добавляю свинины с жирком. Кто если любитель, можно немножко добавить свежего укропа. Сушки кладем на противень, в центр фарш, и отправляется все это в духовку. Получается сытное и достаточно интересное блюдо с пикантным вкусом. В ближайших планах опробовать это блюдо с другими ингредиентами. В этот раз собираюсь сделать сушки, начиненные творожной массой.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Окружайте себя в жизни добрыми людьми. Старайтесь делать всё с душой. Помните, что и домашняя еда может быть искусством и творчеством.



ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

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

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 12 ЯНВАРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



WILDBERRIES
wildberries.ru¹

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:

Журнал Домашний повар

¹ ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

Фото из личного архива Янины Мелеховой. Фотограф Ирина Маркова

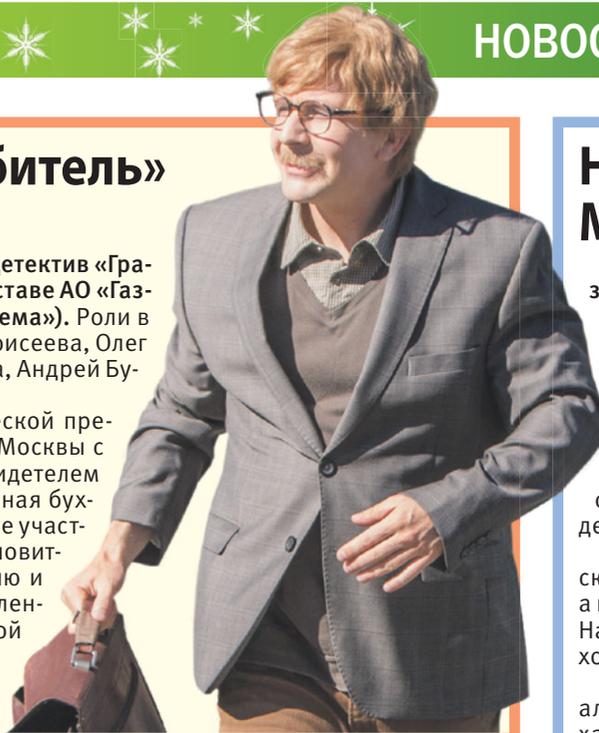
Антон Васильев в сериале «Грабитель» покажется в новом образе

Телеканал НТВ готовит к показу многосерийный иронический детектив «Грабитель» (производства «Киностудии КИТ», входит в ГПМ КИТ в составе АО «Газпром-Медиа Холдинг», совместно с ЧУК «Кинокомпания «ЯрСинема»). Роли в сериале исполнили Антон Васильев, Дмитрий Колчин, Валерия Моисеева, Олег Каменщиков, Елена Бирюкова, Ирина Крючкова, Юлия Агафонова, Андрей Бутин и другие артисты. В кресле режиссера – Дмитрий Коробкин.

Главный герой, сотрудник управления по борьбе с экономической преступностью по фамилии Глебов (Антон Васильев), приезжает из Москвы с проверкой в провинциальный город. Он становится невольным свидетелем ограбления банка, в который пришел с проверкой. Украдена черная бухгалтерия местного «зернового короля» (Олег Каменщиков). Вскоре участники ограбления находят убитыми. Главным подозреваемым становится Глебов. Он пускается в бега, чтобы найти черную бухгалтерию и истинного преступника. С поисками ему помогает хозяин ограбленного банка Борискин (Дмитрий Колчин), у которого в этом деле свой интерес...

Съемки сериала проходили в Ярославле.

Фото PR телеканала НТВ



Новая роль Михаила Пореченкова

Телеканал ТНТ и кинокомпания Good Story Media завершили съемки второго сезона сериала «Исправление и наказание». В новом сезоне главная героиня Алёна Неверова (ее играет Анна Михалкова) все так же работает в исправительной колонии и перевоспитывает заключенных по своему особому экспериментальному методу. Она столкнется с личным потрясением, а с появлением нового начальника колонии (в этой роли снялся Михаил Пореченков) ее вера в добро и людей переживет новые испытания.

Съемки второй части сериала проходили в Москве и Балашихе. Режиссером стал Эдуард Парри, а к своим ролям вернулись также Татьяна Лютеева, Наталья Бардо, Александра Макарская, Влад Прохоров, Ольга Виниченко и другие актеры.

– Я рад присоединиться ко второму сезону сериала «Исправление и наказание», – признается Михаил Пореченков. – Это классный проект, который я с удовольствием смотрел как зритель. С Анной Михалковой мы уже не раз работали вместе, она большой профессионал, я ею восхищаюсь. А вот мой герой – новый начальник колонии – не особо в восторге от ее героини Алёны Неверовой, так что им еще только предстоит сработаться. Планируется, что второй сезон сериала «Исправление и наказание» выйдет на ТНТ в 2024 году.

Фото телеканала ТНТ



Евгений Кривцов расскажет о сибиряках

На Первом канале продолжают выпуск передачи «Жизнь своих», где рассказывается про культурные особенности различных российских регионов, их достопримечательности, кухню и многое другое. На съемки очередного выпуска ведущий и автор программы Евгений Кривцов вместе с командой отправился в Новосибирск.



– Мы познакомились с местными любителями сапбординга (водный вид спорта, где, стоя на специальной доске, нужно грести веслом, – Прим. ред.), – рассказывает Евгений Кривцов. – На досках здесь катаются круглый год – есть место, где вода не замерзает даже в самые лютые морозы. В день наших съемок было минус 38 градусов, а им хоть бы что. Мы тоже рискнули прокатиться, но раздеваться не стали – где уж москвичам против настоящих сибиряков! Все подробности покажем и расскажем в феврале.

Фото из личного архива Евгения Кривцова

«Чужие люди» станут своими

На телеканале «Домашний» завершились съемки мелодрамы «Чужие люди». В главных ролях заняты Анастасия Фурса, Родион Вьюшкин и Антон Денисенко.

Главная героиня Вера ждет ребенка от любимого мужчины и собирается за него замуж, когда всплывает неприглядная правда: Михаил женат и воспитывает двоих детей...

– Моя героиня – нежная женщина со стальным характером, это хорошее сочетание, – рассказывает исполнительница главной роли Анастасия Фурса. – То, с чем она сталкивается, закаляет ее – здесь подходит фраза: «То, что нас не убивает, делает нас сильнее». Смысл нашего проекта – в его названии: иногда очень близкие люди могут быть намного дальше от тебя, чем незнакомец, способный стать самым родным и любимым. Не всегда знаешь, где найдешь, а где потеряешь, поэтому нужно всегда быть открытым этому миру и готовым принять подарки судьбы...

Фото телеканала «Домашний»

«Синяя птица» подвела итоги

В финале десятого, юбилейного сезона Всероссийского конкурса юных талантов «Синяя птица», который выходит на телеканале «Россия», был объявлен победитель. Обладателем легендарной статуэтки «Перо Синей птицы» и главного приза в миллион рублей стал восьмилетний скрипач Лука Моромов из села Большая Шильна (Республика Татарстан). Все жюри в составе Дениса Мацуева, Евгения Миронова, Марины Неловой, Сергея Безрукова и Николая Цискаридзе поразило его виртуозное владение музыкальным инструментом.

– В десятом сезоне все особенное! – рассказывает автор и ведущая программы Дарья Златопольская. – Наше жюри приняло единогласное решение, которого раньше никогда здесь не принималось: в этот раз у нас только один победитель. Сегодняшний финал был для меня уникальным, и таким его сделал каждый из финалистов.

«Руки Вверх!» попали в кино

О группе «Руки Вверх!» снимают фильм. Называться он будет точно так же, как и сам музыкальный коллектив. Основатель группы Сергей Жуков сыграет в фильме главную роль и предстанет в качестве продюсера, композитора и соавтора сценария. В картине также снимется один из основателей группы «Руки Вверх!» Алексей Потехин. Помимо реальных участников коллектива, актерский состав дополнили Екатерина Климова, Виктория Полтораки, Фёдор Лавров, Михаил Полицеймако, Валентина Ляпина и другие артисты. Съёмочную группу проекта возглавил режиссер Аскар Узабаев.

Хронология фильма охватит всю жизнь Сергея Жукова – с детства и по настоящее время. В зависимости от временного периода артиста будут играть разные актеры. Съемки фильма охватывают широкую географию, включая Москву, Сочи, Самару и родной город Сергея Жукова Димитровград. В картину также войдут эпизоды из летнего концерта «Руки Вверх!» в «Лужниках», где собрались 75 тысяч фанатов группы.

Материалы и фотографии предоставлены ИА «Столлица»

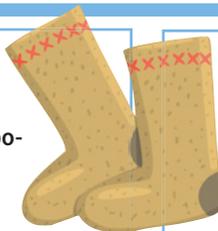
Обувь из дворца – валенки

Владимир Даль писал про эту тёплую обувь так: «Валенки – род башмаков или сапог, сваленных из шерсти».



1 Валенки носили даже Пётр I и Анна Иоановна, только назывались они пимы и были гораздо короче своих современных собратьев. Голенище валяли отдельно, а затем пришивали к пимам. Цельную обувь научились валять в конце XVIII века. Мода из царского дворца прижилась и в народе. Правда, название этой зимней обуви в разных частях России не было одинаковым. Сибирь продолжала ходить в пимах, а вот как называли валенки в Нижнем Новгороде?

- а) Валенцы.
- б) Чесанки и катанки.
- в) Выходки.



2 С валенками связано много интересного и сегодня. Например, в Сыктывкаре, Пятигорске и в некоторых других городах проводятся соревнования по метанию валенок. Есть музеи валенок – в Москве, Мышкине, Кинешме, в мордовском селе Урусово... В этих музеях можно увидеть очень разные валенки. Например, офицерские, которые носили военные милиционеры – бурки, или валенки карельских партизан, на которых есть специальные крючки для лыж. А что отличает от обыкновенных валенок зимнюю тёплую валяную обувь для гусар?

- а) Галуны в цвет мундира.
- б) Накладки для вдевания в стремена.
- в) Шпоры.

3 Песню про валенки эта певица исполнила на ступеньках Рейхстага в победном мае 1945-го. Успех этой песни был огромен, и «Валенки» стали визитной карточкой этой легендарной певицы. Вспомните, как её звали?

- а) Клавдия Шульженко.
- б) Лидия Русланова.
- в) Людмила Зыкина.

ОТВЕТЫ

1-б. В Нижнем носили исключительно чесанки и катанки, в Твери и Тамбове – валенцы. А вот «выходки» – это название валенок, изготовленных из козьей шерсти, а «катанки» – из овечьей. **2-в.** Шпоры. **3-б.** Лидия Русланова.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Сотрудник без опыта: проблема или удача?

Приходить на новую работу всегда непросто. Неизбежно приходится знакомиться с внутренним регламентом организации, новыми коллегами, прощупывать границы. И больше всего пугает именно неизвестность. Как сделать адаптацию быстрой и приятной для всех?



ЕСЛИ ВЫ РУКОВОДИТЕЛЬ

В первый рабочий день руководитель представляет новичка остальным сотрудникам, показывает, кто в каком кабинете работает, объясняет, к кому с каким вопросом можно обратиться. Если в компании это принято, то руководитель знакомит нового сотрудника с наставником, который будет помогать ему адаптироваться.

ЕСЛИ ВЫ СТАРОЖИЛ

Коллегам нужно быть готовыми к тому, что вначале новичок будет задавать много вопросов, это ожидаемо и нормально. Постарайтесь от него не отмахиваться и рассказать о том, что его интересует: вы же тоже когда-то были на его месте. Однако и на шею себе садиться не позволяйте. Лучше дайте ему возможность принимать самостоятельные решения. Пусть не всегда правильные, но собственные. Не ошибается только тот, кто ничего не делает. Новичку периодически нужно давать обратную связь о его работе. Пусть он знает, что у него отлично получается, а что он делает не так, чтобы была возможность исправить ситуацию.

ЕСЛИ ВЫ НОВИЧОК

Внимание, сосредоточенность и старание – то, чего от вас ждут. Так продемонстрируйте это! Ошибок бояться не стоит, важно правильно на них реагировать – исправлять и впредь не повторять. Тогда вы вскоре станете в новом коллективе вполне своим.

В светлый праздник и подарки хочется делать добрые, тёплые, с душевным посылом.

Чем порадовать близких, для которых Рождество Христово – не просто праздник, а событие, наполненное надеждой и верой в лучшее будущее? Мы подскажем несколько вариантов.

Общие правила

Рождество Христово не предполагает шумных вечеринок. Обычно оно отмечается в узком кругу близких и родных людей, за душевными разговорами. Поэтому шуточные, легкомысленные и формальные подарки не подойдут. С другой стороны, за излишним пафосом и дороговизной гнаться тоже не нужно. Подарки должны быть искренними и максимально адресными, а с такой задачей справится даже открытка. Вот с этого варианта и начнем.

ВАРИАНТ 1 Открытка

В идеале – созданная своими руками. Впереди новогодние каникулы, и времени для изготовления такого подарка будет предостаточно. Традиционные мотивы для рождественских открыток – дети, ангелы, зимние пейзажи, сцены народных гуляний, зимние забавы и, конечно, наряженные елочки. Если рисование не входит в число ваших талантов, можно воспользоваться техникой декупаж и перенести подходящий мотив со специальной салфетки на открытку.

Если возможности нарисовать или каким-то другим способом создать открытку нет, можно воспользоваться и покупной. Главное – написать поздравле-

Что подарить на Рождество?



Седьмой день лежу под ёлкой и не могу понять: неужели такой подарок никому не нужен?!

ВАРИАНТ 2 Сладости

Еще один традиционный вариант рождественского подарка. Конфеты, пастила, пряники, печенье – все, что порадует родных сладкоежек. Кстати, собственноручно испеченное фигурное печенье в виде звездочек, животных (отсылка к вертепу) и евангельским текстам), елочек издавна считается одним из самых желанных подарков. Ведь его пекли специально для вас, с добрыми помыслами и наилучшими пожеланиями!



А также палантин, связанные своими руками носочки и варежки, манишки и прочие теплые вещи порадуют ваших близких. Не забываем, что в январе нас ждут крещенские морозы, и такая забота о том, чтобы никто не замерз, будет очень кстати.

ВАРИАНТ 3 Свечи

Красивые свечи, которыми можно украсить декоративную композицию на столе или просто расставить в изящных подсвечниках, как нельзя лучше подчеркнут дух светлого праздника. Фигурок с изображением дракончиков (символа наступающего года по китайскому календарю) и т. п. лучше избегать. Отдайте предпочтение классическим вариантам.

ВАРИАНТ 4 Колокольчики и статуэтки

Такой подарок порадует коллекционеров. Колокольчики ручной работы или фигурки для рождественского вертепа будут как нельзя кстати в этот день. Хороши также статуэтки в виде ангелочков или интерьерные украшения в виде Вифлеемской звезды.



ВАРИАНТ 5 Шарф

ВАРИАНТ 6 Посуда и скатерть

Красивые сервировочные блюда с тематическими рисунками – еще один уместный подарок на Рождество. Они будут прекрасно смотреться на праздничном столе и служить созданию теплой атмосферы. С этой же целью можно подарить красивую скатерть или набор салфеток.

ВАРИАНТ 7 Книга

При выборе книги также действуют общие правила. Лучше, если это будет поучительная история, издание на православную тему или что-то познавательное. Книга со скандальным или легкомысленным содержанием окажется совсем неуместной. Детям можно дарить сказки или православные истории в специальной обработке.

КСТАТИ

Открытки от великих

Первые рождественские поздравительные открытки появились в России в конце XIX века. Они стали частью благотворительной акции в поддержку сестер милосердия. К созданию открыток привлекались лучшие художники того времени. Первые тиражи печатались по эскизам Ильи Репина, Константина Маковского, Александра Бенуа, Михаила Врубеля, Леона Бакста и других.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

От башни к башне

Пассаж дю Гуа – дорога, связывающая остров Нуармутье с материковой частью Франции, проложенная по дну залива Бурньёф. Отрезок длиной 4,5 км два раза в день, после отлива, на несколько часов становится доступным для движения. Данный путь считается весьма рискованным. В целях безопасности вдоль дороги выстроены спасательные башни, чтобы в случае непредвиденной ситуации люди могли подождать, пока сойдет вода.



Поленница из... щук

Многим людям даже сама мысль топить печь рыбой покажется очень странной. Но для жителей северных регионов пару веков назад это было обычным делом. Первым делом в топку отправлялась щука. Для приготовления еды ее использовали редко и специально не добывали, но если эта рыба попадала в сети, то ее подсушивали и использовали в качестве дров. Все дело в том, что жирная рыба горит значительно жарче и лучше дерева.



Колготки с запасом

В 1998 году одна из фирм, выпускающих женские колготки, запустила в продажу товар с тремя «штанинами». Две выглядели как обычно, а третья в свернутом виде хранилась в специальном кармашке. Логика создателей была проста: если в процессе носки на одной ноге колготки порвутся, женщина сможет зайти в ближайшее укромное место, вытащить из кармашка запасную колготину и надеть ее. А порванную свернуть и сложить в кармашек.



За мужем – на ярмарку

Ежегодно в индийской провинции Бихар проходит интересное мероприятие – «ярмарка женихов». Она существует уже более 700 лет. В назначенный день девушки приходят на «ярмарку» с женской частью семьи и выбирают себе будущих мужей. У тех, кто выставляется на этом мероприятии, тщательно проверяют документы, особенно об образовании и месте работы. Больше всего ценятся госслужащие, инженеры и врачи.

Светлана СИДОРЧУК

7 января православные христиане отмечают долгожданный, любимый, светлый праздник – Рождество Христово.

В этот день мы вспоминаем, как более двух тысячелетий назад рождение Иисуса Христа Девой Марией начало историю спасения человечества. В мир явился беззащитный Младенец. Бог в образе человека прошел через земные страдания и смерть, чтобы всем людям показать путь в Царствие Небесное. Рождество Христово – это один из главных двенадцатых праздников православных христиан.

Подготовка

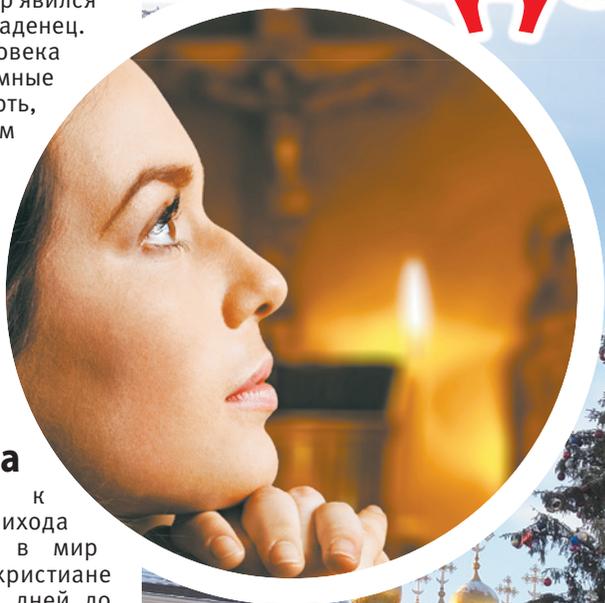
Готовиться к встрече прихода Иисуса Христа в мир православные христиане начинают за 40 дней до праздника Рождества. 28 ноября 2023 года начался Рождественский пост, время которого нам дано, чтобы бороться со своими страстями, очистить тело и душу. Уже через неделю во время богослужения звучит первое напоминание о празднике, к которому готовимся: к Рождеству Христову.

Кстати, во время праздника Введения во храм (4 декабря) на вечернем богослужении впервые начинают звучать слова Рождественского канона «Христос рождается». Гимн написан знаменитым византийском гимнографом Космой Маюмским.

Канун Рождества

Рождественский сочельник завершает последний день сорокадневного поста. Навечерие Рождества Христова выпадает на 6 января, когда к предстоящему празднику готовятся православные христиане. В ночь с 6-го на 7 января они семьями отправляются в храмы, чтобы вместе со всеми на торжественной Литургии испытать огромную радость праздника Рождества Христова, восславить Христа, укре-

Встречаем праздник Рождества Христова



Символы Рождества

Во многих странах к празднику наряжают елку, макушку которой украшают звездой, прообразом Вифлеемской. Количество концов у звезды не сразу стало равно восьми. На ранних иконах Рождества ее изображали пяти- или шестиконечной. Колокольчики и фигурки ангелов на елке напоминают, каким образом пастухам было возведено о рождении Спасителя мира. Иногда к Рождеству ставят вертеп, символизирующий пещеру, где родился Иисус Христос. Кстати, для домашнего праздника вертеп можно сделать своими руками.

питься в вере своей и помолиться Господу.

Рождение Младенца Христа

О рождении Иисуса Христа подробно рассказано в канонических текстах у евангелистов Матфея и Луки. По повелению кесаря Октавиана Августа по всей земле началась перепись населения. Это была «первая перепись в правление Квирина (римского правителя) Сирии». Чтобы облегчить труд переписчиков, каждый житель должен был явиться в «свой город». Так как Иосиф был из рода Давида, а «город Давидов, называемый Вифлеем», то Святое семейство отправилось туда из Назарета. До Вифлеема надо было добираться

около 150 километров. Когда Иосиф и Мария прибыли в город, выяснилось, что все гостиницы и приюты заняты. И тогда семейство приняло решение остановиться на ночлег рядом с пещерой, предназначенной для скота. И далее, как повествует Священное Писание: «Когда же они были там (в Вифлееме), наступило время родить Ей...», «и родила Сына своего Первенца, и спеленала Его, и положила Его в ясли, потому что не было им места в гостинице».

Родился Тот, Кто сказал о Себе: «Я есмь Путь и Истина и Жизнь».



КСТАТИ

На иконах праздника изображаются волхвы – мудрецы в трех возрастах: старец, зрелый муж и юноша. Подчеркивается то, что Божественное Откровение дается независимо от жизненного опыта и возраста. Они ученые люди, которые познали всю мудрость человеческую и доступную язычникам Премудрость Божию. Их дары, золото, ладан и смирна, символизируют науку, любовь и послушание, которые они приносят Богу. А их поклонение свидетельствует, что Церковь принимает и освящает всякую человеческую науку, идущую к Богу.

Благовестие и поклонение пастухов

Об этих событиях рассказал в своем Евангелии апостол Лука. Именно пастухи пришли первыми засвидетельствовать свое почтение Младенцу и рассказали Святому семейству, что весть об этом событии им принес Ангел. Небесный вестник сообщил, что найти Спасителя можно по двум признакам: рожден Младенец в граде Давидовом (Вифлееме) и в пеленах лежит в яслях.

Звезда Вифлеема и поиски Царя мира

В то же время с дарами к родившемуся Христу, по свидетельству евангелиста Матфея, шли с Востока мудрецы (волхвы). Они ждали, что должен прийти великий Царь, который будет править миром. Увидев звезду, восшедшую над Вифлеемом в момент рождения Богомладенца, волхвы поняли, что Спаситель родился. Они отправились в Иерусалим, чтобы выяснить, где искать Царя мира. Узнав об этом, правящий в Иудее царь Ирод, «тайно призвав волхвов, выведал от них время появления звезды». Царю было сообщено, что родился Истинный Иудейский Царь в Вифлееме. Правитель попросил

мудрецов сообщить ему о младенце. Волхвы пошли за путеводной Вифлеемской звездой, ставшей одним из главных символов Рождества. В Вифлееме мудрецы поклонились и одарили Младенца золотом, ладаном и смирной. Получив от Бога откровение, волхвы не вернулись в Иерусалим, а отправились в свои страны другим путем. Ирод, узнав об этом, приказал умертвить всех новорожденных младенцев в Вифлееме. Евангелие повествует о том, что во сне Иосиф получил предупреждение и вместе с Марией и новорожденным Сыном Божиим бежал в Египет. Вернулось Святое семейство только после смерти Ирода.

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



Трёхкратные чемпионы мира, двукратные чемпионы Европы, восьмикратные чемпионы России по спортивным бальным танцам Марина и Артемий Каташинские известны широкой публике благодаря участию в телепроектах «Новые танцы» на ТНТ и «Dance Революция» на Первом канале.

Кроме того, они постоянные ведущие танцевальной рубрики в программе «Доброе утро» на первой кнопке ТВ. Несмотря на то что ребята уже открыли собственную танцевальную школу, они по-прежнему выходят на танцпол самых крупных соревнований. Сейчас, например, готовятся к очередному Чемпионату мира...

Самая большая победа

– *Марина, Артемий, видели в вашей школе танцев «АртМари» целую стену кубков, завоёванных вами на разных соревнованиях. Помните, сколько их было?*

А: Кубки, которые вы видели, это лишь малая часть того, что у нас есть. Остальные находятся дома у меня, у Марины и нашей мамы. Соревнований за нашими плечами действительно очень много, но главные из них – чемпионаты мира.

– *Поскольку у вас есть звание чемпионов мира, наверное, уже не так волнуетесь на соревнованиях подобного уровня?*

А: Для нас это в какой-то степени пройденный этап. Если участвуем в чемпионатах мира, то едем уже туда, чтобы получить удовольствие. По большому счету, у нас сегодня в приоритете другие интересы и цели.

– *Какие, если не секрет?*

М: У нас сейчас забота номер один – наше детище, школа танцев, где выступаем в качестве педагогов. Конечно, хочется еще пережить те счастливые мгновения, когда стоишь на пьедестале, слышишь овации, на тебя направлены все софиты и камеры, и ты ощущаешь себя настоящей звездой (*смеется*). Но надо понимать, что всему свое время, и в какой-то момент придется завершить карьеру и заняться чем-то другим. Мы пошли на опережение и открыли свою Школу.

Марина и Артемий КАТАШИНСКИЕ:

Танцы дарят миру красоту и гармонию

Жюри аплодировало стоя

– *Вы не только продолжаете выступать, преподаёте в собственной школе, но и активно участвуете в танцевальных телепроектах. Насколько переживания на спортивных состязаниях отличаются от нервного волнения в телешоу?*

М: Кто бы и что ни говорил, но одержать победу в танцевальном телемарафоне не легче, чем на Чемпионате мира. Просто это две разные специфики, разная сложность, другое взаимодействие с профессионалами. Было приятно, когда члены жюри вставали и аплодировали нам стоя. Ведь мы принимали участие в двух сезонах шоу «Dance Революция» на Первом канале. В первом сезоне мы выбыли из конкурса в самом начале, но уже через год взяли реванш и попали в финал. Это была важная для нас победа.

– *Хореограф*



Егор Дружинин – бескомпромиссный член жюри телепроекта «Танцы со звёздами» – как-то в интервью сказал, что после этого проекта стал меньше доверять людям. А у вас были какие-то разочарования после участия в шоу?

А: Мы, напротив, стали больше доверять людям, поняли, что открытость миру и сердечная искренность открывают большие двери.

– *Какие у вас сегодня отношения с телевидением?*

А: Мы четко осознаем, что хотим нести в массы танцевальное искусство, которое не только оздоравливает, но и дарит миру красоту и гармонию. Поэтому с радостью откликнулись на предложение Первого канала вести танцевальную рубрику. Также периодически снимаемся на телеканале ОТР, «Карусель», выполняя те же задачи. На каждом из телеканалов свой формат, но основная идея – это научить людей танцевать, чем мы и занимаемся.

М: Я очень люблю лошадей. Это моя страсть с детства. Если бы не танцы, посвятила бы жизнь конному спорту. Всегда стараюсь найти для лошадок время, потому что это позволяет переключиться, вдохновиться и отдохнуть.

А: Еще у нас с Мариной общая любовь к большому теннису. У нас брат был теннисистом, и мы все детство провели на кортах. Также мне нравится рисовать, меня это очень расслабляет. Люблю играть на фортепиано и заниматься вокалом. Нравится сам процесс: мама все детство играла на фортепиано, пела, теперь это делаю я (*смеется*).

Встали на коньки

– *Раз заговорили о маме, Асмик Варданян, впрямую сказать, что она тренер по фигурному катанию, что с братом Гургеном Варданяном в своё время стали чемпионом СССР по фигурному катанию, попали в Книгу рекордов Гиннеса Армении как первые мастера спорта международного класса...*

М: Да, мама действительно тренирует фигуристов, мы ей помогаем – ставим хореографию в школе фигурного катания, где она работает. Кстати, чемпионка мира Женья Медведева, будучи ребенком, тоже тренировалась у мамы.

– *К месту спросить: Илья Авербух не приглашал вас принять участие в шоу «Ледниковый период»?*

А: Ждем приглашения (*смеется*). Мы владеем коньком. Не так, конечно, как профессиональные фигуристы, но ставить программы, подкатывать – можем точно.

Наталья АНОХИНА

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:
– *Друзья, танцуйте и будьте счастливы!*



Когда в друзьях – «заклятые» враги

– *Артисты часто говорят, что театр – это террариум. А каков танцевальный мир? Насколько он доброжелателен?*

А: Мир танца – это общество добрых, позитивных, поддерживающих друг друга людей. Нам очень повезло в этом плане, потому что даже с самыми «заклятыми» соперниками мы за паркетом дружим, поддерживаем друг друга и помогаем. Это невероятно здорово.

– *Что ещё вам интересно в жизни, кроме танцев?*

Практичность или шик? Место для хранения или широкая состаренная рама?

Выбираем зеркало для ванной



А может, необычный дизайн? Выбирая зеркало для ванной, возможно, вам захочется отойти от традиционных вариантов и создать свой уникальный проект. Например, стена, полностью облицованная зеркалом, или зеркальная мозаика вполне способны добавить интерьеру акцент и ощущение дополнительного объема. Что бы вы ни выбрали, важно учесть некоторые моменты.

Один элемент – много функций

Какие же задачи решает зеркало в ванной комнате?

- 1 Помогает увидеть себя и привести в порядок.
 - 2 Визуально расширяет площадь помещения.
 - 3 Преображает ванную комнату, выступая как декоративный элемент.
- Размер зеркала напрямую зависит от размеров ванной комнаты. Для маленького помещения выбирайте небольшое зеркало, для большого – более габаритное.
- Располагать зеркало нужно исходя из размеров ванной комнаты. В небольшом помещении предпочтение лучше отдать пространству над раковиной, а в более просторной ванной комнате зеркало можно разместить и на другой стене.



Форма как инструмент

Разные формы зеркал создают разные эффекты в помещении: квадратное поможет сделать ванную комнату более пропорциональной, прямоугольное или овальное визуально вытянет ее, круглое добавит объема, горизонтально расположенное овальное или прямоугольное зеркало расширит пространство и визуально опустит потолок. Если в вашей ванной комнате не предусмотрено ночное освещение, то зеркало с подсветкой сможет взять эту функцию на себя. Это не только очень удобно, но и красиво.

КАПРИЗНОЕ ПОКРЫТИЕ

Если плитка в ванной выполнена из керамогранита, то способ подвешивания зеркала с помощью дюбелей не подойдет.

Стиль диктует

Для классического стиля будет уместным большое зеркало с массивной деревянной рамкой. Деревянную рамку при желании можно заменить на узор, нанесенный на контур самого зеркала. Для минимализма или хайтека выбирайте прямоугольное или квадратное зеркало без рамы или с узкой однотонной окантовкой. Для стиля прованс подойдет овальное или круглое зеркало в деревянной раме с элементами ковки или мозаики.

НА ЗАМЕТКУ

УЧИТЫВАЕМ ПРОПОРЦИИ

Располагая над раковиной прямоугольное или квадратное зеркало, выбирайте его такой же ширины, что и раковина. Для круглых и асимметричных зеркал нет строгих ограничений, главное учесть пропорции помещения.

– Ма-а-ам, а знаешь, сколько зубной пасты в одном большом тюбике?

– Нет, моя зайка, не знаю...
– В ванной вокруг зеркала два раза, потом по полу, через всю прихожую, вокруг дивана, до балкона и обратно!

Крепёж: надёжно и удобно

Также важно определиться с крепежом. В этом качестве могут выступать дюбели и шурупы, если предусмотрены отверстия в зеркале для крепления. Используя клей для плитки, убедитесь, что он подходит для работы с зеркалами! Обычный силикон или герметик не годятся, т.к. разъедают серебрение и образуют черные пятна на зеркале. Для фиксации зеркала с помощью мастики перед креплением следует обезжирить обратную сторону. Затем точно или полосами нанести мастику и приклеить зеркало к стене, придавливая по всей поверхности. Способ крепления зеркала на жидкие гвозди схож с предыдущим способом крепления. Главное, правильно их выбрать, чтобы они подходили для влажных и теплых помещений.

КСТАТИ

БЕЗУПРЕЧНАЯ ОСНОВА

При выборе материала, из которого выполнено зеркало, лучше отдать предпочтение моделям на серебряной основе либо на алюминиевой. Обратите внимание на обратную сторону зеркала: она должна быть идеально ровной и гладкой без трещин, царапин и сколов.

Светлана СИДОРЧУК

МЫ ДАРИМ ВАМ

БЕСПЛАТНО!



Всем читателям этого издания, которые заполняют купон и отправят его нам, мы **БЕСПЛАТНО** вышлем изящную позолоченную цепочку и кулон с изображением Вашего знака Зодиака

НЕВЕРОЯТНО, НО ЭТО ПРАВДА!

Да, Вы не ошиблись. Мы вручаем Вам бесплатный подарок! Вы лишь оплачиваете расходы, необходимые для обработки Вашего заказа, его упаковки и отправки. Не прилагая никаких особенных усилий, Вы станете обладателем прекрасной позолоченной цепочки длиной 42 сантиметра и кулона с изображением Вашего знака Зодиака.

ЗАЧЕМ МЫ ПРОВОДИМ ЭТУ АКЦИЮ?

Все очень просто: размещая рекламу в самых разных изданиях, мы хотим выяснить, какие из них нам лучше всего подходят. Чтобы ответить на этот вопрос, мы проводим такую акцию в различных средствах массовой информации. И лишь получив отзывы, мы сможем принять решение. Для этого нам необходима Ваша помощь. И чтобы отблагодарить Вас за помощь, мы дарим Вам эту прекрасную цепочку и кулон с Вашим знаком Зодиака. Надеемся, что наш скромный подарок будет Вам к лицу и, возможно, даже уберезет от невзгод и неудач. Вы будете гордиться этим замечательным украшением!

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ НАШ ПОДАРОК?

Это очень просто: достаточно заполнить Купон на бесплатный подарок и незамедлительно отправить его нам. Напоминаем Вам, что один человек может получить не более одной бесплатной цепочки со знаком Зодиака. Надеемся на Ваше понимание!

Данное предложение вступает в силу сегодня и действует в течение 15 дней. (сроки проведения акции с 03.01 по 18.01.2024 г.)

КУПОН НА БЕСПЛАТНЫЙ ПОДАРОК

Заполненный купон вложите в конверт и отправьте по адресу:
101000, г. Москва, а/я 950, «Пост Шоп». Телефон: (495) 744-30-71.

ДА, меня заинтересовало это исключительное предложение. Прошу выслать мне бесплатную цепочку с моим знаком Зодиака. При получении посылки мне нужно будет оплатить всего лишь 299 рублей за обработку, упаковку и отправку моего подарка.

Дата рождения: | | | | | | | | | |

Ф.И.О. _____

Индекс _____

Адрес _____

Тел.: _____

E-mail: _____

ОТМЕТЬТЕ ВАШ ЗНАК ЗОДИАКА:



ОВЕН
21.03 – 20.04



ЛЕВ
24.07 – 23.08



СТРЕЛЕЦ
23.11 – 21.12



ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05



ДЕВА
24.08 – 23.09



КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01



БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06



ВЕСЫ
24.09 – 23.10



ВОДОЛЕЙ
21.01 – 19.02



РАК
22.06 – 23.07



СКОРПИОН
24.10 – 22.11



РЫБЫ
20.02 – 20.03

Вам не нужно ничего платить заранее. Цепочка со знаком Зодиака будет доставлена в ваше почтовое отделение, и вы оплатите ее при получении.

Настоящим я добровольно предоставляю свои персональные данные АО «Пост Шоп» на обработку и хранение для дальнейшего получения коммерческих предложений и участия в рекламных акциях.

Подпись _____

Дата _____

«Телек» 03.01.2024

Юр. адр.: АО «Пост Шоп», 129110, г. Москва, пер. Банный, д.2, стр.1, пом. 1А, оф. 4Е, этаж 1, ОГРН 1027700110063.



Многие считают уборку снега тяжёлой обузой, и этих людей можно понять. Но давайте взглянем на этот процесс с другой стороны и рассмотрим действия с лопатой не как труд, а как гимнастику, как физические упражнения – практически фитнес. Кстати, снег – достаточно эффективный тренажёр, о чём мы сегодня и расскажем.

Разминаясь, пусть и с помощью лопаты, на свежем зимнем воздухе, мы сжигаем немало калорий. Кстати, это происходит не только при уборке снега – есть немало совсем, казалось бы, далеких от спорта занятий, которые вполне могут заменить визит в тренажерный зал. Но – обо всем по порядку.

СНЕЖНЫЙ ФИТНЕС:

зарядка для тела



Пришёл мороз – калории унёс

Знаете ли вы, что холод сжигает гораздо больше калорий, чем расходуется при комфортной температуре? В морозный день, даже просто находясь на улице, мы тратим энергию (сжигая калории) на поддержание нормальной температуры тела. Конечно, десятки килограмм таким образом не скинешь, но калорий сгорит гораздо больше, чем в теплый летний день.

Если не стоять, а просто ходить со средней скоростью, сжигается 106

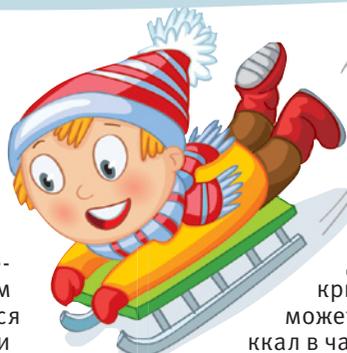
ккал в час, если ходить по свежесвалившему снегу – 210 ккал в час, а если пройти по глубокому снегу, да еще и по местности, где есть подъемы и спуски, – до 300 ккал в час. Польза зимних прогулок очевидна.

Лепим снеговика

И даже сооружение снеговика – это тоже хорошая тренировка, во время которой активно работают мышцы спины, рук и ног. Один снеговик ростом 150-160 см «отберет» у вас как минимум 400 ккал – это ли не фитнес?

Катание на санках и ватрушках

Ну уж здесь-то какой может быть фитнес? – спросите вы. – Да просто замечательный! – ответим мы. Конечно, катиться с горки на санках или ватрушке – это просто удовольствие. Но вот подниматься в горку с санками или ватрушкой – это уже тренировка. Если во время подъема на санках или в ватрушке сидит ребенок – тренировка с утяжелением, которая сожжет до 500 ккал в час. А если склон крутой или укрыт глубоким снегом, и до 700 ккал.



Уборка снега лопатой

Уборка снега с помощью лопаты (зачерпываем снег лопатой и забрасываем его на сугроб) сжигает около 10 ккал в час на 1 кг веса. В зависимости от интенсивности движений и состояния снега (мокрый снег тяжелее), на его уборку может быть затрачено от 400 до 900 ккал в час. Кроме того, при таком виде снежного фитнеса задействованы практически все мышцы спины, ног, рук и ягодиц – отличная функциональная тренировка.

Дела домашние

Новый год – время обновления, очищения и, конечно, снежных ритуалов: проветривания на морозце покрывал, «выгуливания» диванных подушек, чистки ковров. Это потребует около 150-200 ккал за час.

Игра в снежки

Казалось бы, где невинная детская игра и где фитнес? А вот, оказывается, один час игры в снежки сжигает 400-500 ккал. При этом активно тренируются мышцы плечевого пояса (особенно если лепить снежки потяжелее и метать их подальше) и, конечно, ног и спины. Наклоны, приседания, перебежки – отличная тренировка.



Каток

Вот здесь вас подстерегает самый настоящий «фитнес» – круче любого тренажера. При катании задействованы мышцы бедер, ягодиц, спины, рук живота, аккомодационные мышцы глаз (отвечают за фокусировку на различных дистанциях). Даже двигаясь «елочкой», в течение часа можно потратить 400 ккал.



Ежедневная прогулка с собакой

Питомец не только дарит хорошее настроение, но и помогает поддерживать форму. Гуляя с собакой, можно «убрать» чуть более 200 ккал за час. Пусть это очень интенсивная нагрузка, зато регулярная.

Сгребание снега

Сгребание снега с помощью скребка не так энергозатратно, как уборка с помощью лопаты, но и это занятие поможет сжечь от 300 до 500 ккал в час.

ВАЖНО!

Не забываем меры «снежной» предосторожности.

- 1 Перед прогулкой наносим жирный крем на лицо. Идеально сделать это за час до выхода.
- 2 Тепло одеваемся в одежду, не сковывающую движения, теплую шапку, закрывающую уши, перчатки/варежки, обувь на нескользящей подошве.
- 3 Если собираемся чистить снег – проводим разминку, чтобы подготовить суставы и мышцы. Делаем перерывы, не набираем слишком много снега за один раз.
- 4 Избегаем резких поворотов тела – стараемся поворачиваться всем корпусом.
- 5 Не терпим жажду. Лучше пить несладкие теплые напитки.

Подробности

Для вашего удобства мы составили таблицу, включив в нее для сравнения и зимние виды спорта.

Занимайтесь снежным фитнесом и будьте всегда здоровы!

Вид активности	Сжигает ккал (в час)
Ходьба	106
Ходьба по снегу	210
Ходьба по глубокому снегу на неровной местности	300
Уборка снега лопатой	400-900
Уборка снега скребком	300-500
Игра в снежки	400-500
Катание на санках/ватрушках	500-700
Лепка снеговика	400
Катание на лыжах и коньках	600-700
Хоккей	до 750

Светлана ИВАНОВА

Если у вас в душе время от времени рождается желание начать новую жизнь – значит, вы на правильном пути, где нет предела совершенству.

Незря говорится, «лучше целиться в совершенство и промахнуться, чем целиться в несовершенство и попасть».

Кривое зеркало

За неделю до новогодних праздников Андрей объявил о своем уходе.

– Новый год – новая жизнь! – сказал он во время ужина. – Прости, дорогая, но мы расстаемся.

– Это шутка такая? – уставилась я на мужчину, с которым планировала провести не только новогоднюю ночь, но и всю оставшуюся жизнь.

– Я понял, что мы совершенно разные люди и тратить время на бесперспективные отношения не имеет смысла. В общем, завтра соберу вещи и – адьо!

Андрей с аппетитом дожевывал сочную котлету, приготовленную по рецепту моей бабушки – отменной кулинарки.

– Готовишь ты, конечно, зачетно! Слушай, может быть, я иногда буду забегать к тебе поесть? – он откинулся на спинку стула, сытый и довольный собой.

Я метнула взгляд на сковородку с котлетами. Еще секунда – и чугунная утварь приземлилась бы на голову этого самодовольного индюка. Мой ангел-хранитель успел отправить картинку с дальнейшими, отнюдь не радужными перспективами.

– Убирайся! Сейчас же! – выдохнула я.

– Слушай, у меня с деньгами напряг. А скоро праздники... Подкинешь?

Только сейчас я поняла, что все это время меня просто использовали!

Время стать счастливой

“**В любом возрасте рождение нового года – лучшее время для праздничного приветствия.**”
Вальтер Скотт



Я досчитала до десяти, налила в стакан воду и выплеснула ее в лицо Андрея. Все-таки из человека сделать обезьяну проще, чем наоборот.

Родственные души

Уже несколько лет в канун Нового года я перевоплощалась в сказочного персонажа и становилась Снегурочкой. Мне очень нравится дарить людям веру в чудо, как когда-то дарили мне.

До сих пор во мне живут те невероятные ощущения волшебства и счастья из далекого детства, когда в новогоднюю ночь постучали в дверь и родители отправили меня встречать таинственного гостя. На пороге стоял маленький снеговик из настоящего снега и держал хрустальный колокольчик. Удивительное поздравление и подарок!

Я изо всех сил старалась быть веселой, озорной «внучкой», но Палыч – мой бессменный напарник Дед Мороз, сразу заметил грустинку в глазах.

– Сапожник без сапог! – ухмыльнулся он, выслушав мой рассказ о расставании с Андреем. – Не переживай! И помни: все, что ни делается, – все к лучшему. Мы ж с тобой –

волшебники, так сказать, главные по счастью. Будем творить чудеса! Может, и нам повезет?

Палыч я обожала. Безмерно добрый, веселый, он боготворил свою жену и мальчишек-близнецов. В первые минуты знакомства с ним даже потеряла дар речи: передо мной стоял вылитый Евгений Леонов, только с кудрявой шевелюрой. Я поняла, что такое родственные души, когда познакомилась с Палычем.

– Праздновать поедешь к нам, – сказал «Дед Мороз». – Возражения не принимаются.

– И не собираюсь возражать, – ответила я. – С удовольствием встречу Новый год в кругу своих настоящих друзей.

Это был последний заказ в уходящем году. Нам осталось поздравить девочку Тамару – так было указано в заявке, и можно отправляться за праздничный стол.

Мы вышли из машины и направились по указанному адресу. И тут «Дед Мороз» захрипел – у Палыча снова начался приступ астматического кашля.

– Поезжай-ка ты домой, – сказала я. – Поздравлю девочку – и сразу к вам.

Дверь открыла элегантная дама очень почтенного возраста.

– Здравствуйте! Здесь живет девочка Тамара?

– Добрый вечер, – улыбнулась дама. – А где Дед Мороз?

– Дедушка приболел и просил меня поздравить вашу внучку. Вы не переживайте, я одна справлюсь. Где же девочка?

– Жаль, конечно, что без Деда Мороза. Проходите в гостиную, будем пить чай с пирожными.

В центре комнаты на круглом дубовом столе, покрытом ажурной скатертью, стояли удивительной красоты чайный сервиз из тончайшего фарфора, вазочка с конфетами и блюдо с пирожными.

– Тамара – это я, – снова улыбнулась дама. – Не подумайте ничего такого, я еще в здравом уме, просто мне очень захотелось

в канун Нового года еще раз встретиться с чудом. Вы меня понимаете?

– Конечно, понимаю.

Мы пили чай с изумительными пирожными и разговаривали, разговаривали, разговаривали. Я рассказала про рухнувшие мечты, которые остались в прошлом, она – про надежды, которые должны изменить все в будущем. И снова я встретила родственную душу.

В замке что-то хрустнуло

– Мне пора, Тамара Константиновна. А в новом году у вас непременно все будет хорошо, Снегурочка гарантирует!

Я подошла к входной двери и дернула за ручку – в замке что-то хрустнуло.

– Неужели опять заклинило? – охнула моя новая знакомая. – Сколько раз просила внука починить замок! Но он днюет и ночует на работе своей, некогда ему ни мне помочь, ни свою личную жизнь устроить.

Спустя минут двадцать мы окончательно поняли, что своими силами нам не справиться. Как назло, мой телефон разрядился, а зарядное устройство я оставила в машине Палыча. Тамара пыталась дозвониться до внука, но тот был вне зоны доступа.

Наконец он перезвонил сам.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

– Тома, что случилось? Я еду к друзьям, была «мертвая зона». А сейчас пошли твои звонки.

– Замок сломался! Снегурочка не может попасть домой, надо срочно что-то делать!

На том конце повисла пауза.

– Томочка, ты как себя чувствуешь? – заволновался внук. – Лекарства принимала сегодня?

– У меня все нормально. Но тебе, Костик, необходимо приехать сюда и открыть дверь!

– Хорошо, скоро буду.

Время чудес

Костя приехал часа через полтора, долго возился с замком, злополучная дверь поддалась, когда до Нового года оставалось пятнадцать минут.

– И правда, Снегурочка, – сказал он с обаятельной улыбкой. – А я, честно говоря, подумал, что у Томи видения начались.

– Константин! – сдвинула брови хозяйка дома.

– Милые дамы, поскольку Новый год уже на пороге и никто из нас никуда уже не успеет, предлагаю встретить праздник здесь.

А потом мы встречали Новый год, ели мандарины, загадывали желания, зажигали бенгальские огни, любовались салютом и даже танцевали. Костя оказался симпатичным и эрудированным. Он шутил и галантно за мной ухаживал. Вместе нам было весело и интересно.

– Я всегда знала, что новогодняя ночь – самое волшебное время в году, – сказала Тамара Константиновна, загадочно улыбаясь нам. – Для каждого припасено счастье.

«Может, и правда, наступило время стать счастливой», – подумала я.

АРИНА

Судоку

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

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ПЕРВЫЙ



16.20 «ОЛИВЬЕ». (16+)

- 06.00 Новости
- 06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
- 06.55 «ФИНИСТ-ЯСНЫЙ СОКОЛ». (0+)
- 08.25 «СТАРИК ХОТТАБЫЧ». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Наше всё». (0+)
- 11.05 «Жизнь своих». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
- 13.10 «Видели видео?» (0+)
- 15.10 «Буруновбезразницы». (16+)
- 16.20 «ОЛИВЬЕ». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Премьера. «Легенды «Ретро FM». (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «ТЕНИ ЗАБЫТЫХ ПРЕДКОВ». (16+)
- 01.35 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



14.00 «ЧУЖАЯ СЕСТРА». (12+)

- 04.30 «АИСТ НА КРЫШЕ». (16+)
За каждым успешным мужчиной стоит мудрая жена. Но что, если любовница оказалась ещё умнее? И каково это - в пятьдесят лет остаться одной и начинать жизнь сначала?
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 Международный турнир по художественной гимнастике «Небесная грация»
- 14.00 «ЧУЖАЯ СЕСТРА». (12+)
- 17.50 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести
- 22.00 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 00.40 «КАНДАГАР». (16+)
- 02.30 «ЕСЛИ БЫ Я ТЕБЯ ЛЮБИЛ...» (16+)

НТВ



16.20 «БАЛАБОЛ». (16+)

- 05.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «НАСТОЯТЕЛЬ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Голоса вселенной». Концерт Надежды Бабкиной и театра «Русская песня». (12+)
- 12.15 «БАЛАБОЛ». (16+)
Бывший медвежатник Сиплый пробует себя в исполнении шансона, и у него это получается. У Сиплого появляется любовь - певица Карина, вместе с которой он начинает давать концерты. Сиплый приходит за помощью к Сане...
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.25 «БИМ». (16+)
- 22.15 «Мы верим твердо в героев спорта». (12+)
- 23.50 «Земляне». Возвращение легенды». (12+)
- 02.40 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)

СТС



11.35 «МАЛЕНЬКОЕ ПРИВИДЕНИЕ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.25 «Ну-ка, догони!» (6+)
- 07.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.45 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (6+)
- 09.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (6+)
- 11.35 «МАЛЕНЬКОЕ ПРИВИДЕНИЕ». (6+)
- 13.25 «КАСПЕР». (6+)
- 15.25 «ЧУК И ГЕК: БОЛЬШОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (6+)
- 17.20 «ТРИ ОРЕШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (6+)
- 19.05 «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ». (12+)
- 21.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 23.10 «ЗВЁЗДНАЯ ПЫЛЬ». (16+)
- 01.40 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 04.50 «б кадров». (16+)
- 05.00 «Буба». (6+)
- 05.45 Ералаш. (0+)

ТНТ



15.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-2». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
- 09.00 «Наша Russia». (16+)
- 15.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-2». (18+)
- 20.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-3». (16+)
Новые приключения четырех друзей воров-рецидивистов, открывших успешный ресторан как прикрытые для ограбления банка. Но теперь все они живут честно, ведь их «ресторан по понятиям» приносит прибыль, и воровать больше нет нужды.
- 21.00 «ЛАДА ГОЛД». (16+)
Артур, внук криминального авторитета Мидаса, вынужденно возвращается из Европы в Россию на похороны деда.
- 22.00 «ПЕРЕВОДЧИК». (16+)
- 00.00 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (6+)
- 02.10 «Импровизация. Команды». (16+)

РЕН



06.40 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (12+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.40 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (12+)
Наследный принц африканского государства Замунда хочет сам найти себе жену и едет для этого в Америку. Там он представляется обычным человеком.
- 08.50 «ВАСАБИ». (16+)
- 10.30 «МОЙ ШПИОН». (12+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 12.45 «ОДИН ДОМА-3». (12+)
- 14.45 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ МОНАХ». (16+)
- 16.55 «KING'S MAN: НАЧАЛО». (16+)
- 19.30 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 22.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ». (16+)
- 00.40 «ТУННель: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
- 02.30 «ОТРЫВ». (16+)
- 03.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|--|---|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+) 05.30 Пятница News. (16+) 05.55 06.55 «Простоквашино». (12+) 06.30 «Простоквашино». (0+) 07.40 «ЗДРАВСТВУЙ, ДЕДУШКА МОРОЗ!» (12+) 09.10 Четыре свадьбы. (16+) 19.10 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+) 00.00 «СУПЕР МАЙКИ». (18+) 01.40 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ». (18+) 03.00 Пятница News. (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 09.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+) 22.00 КВН ярче. (16+) 01.00 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+) 02.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) «Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. 04.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 «ЧЕРНЫЙ ТЮЛЬПАН». (12+) 12.10 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+) 16.00 Специальный проект ОТР. (12+) 17.00 «Здоровая среда». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.30 Музыкальная шкатулка. (12+) 19.35 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ...» (12+) 21.20 «ПОСЛЕДНИЙ ИМПЕРАТОР». (16+) 00.00 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (12+) |
| <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Маша и Медведь». (0+) 09.35 «Маша и Медведь: 12 месяцев». (0+) 10.00 «Беременная в 16». (16+) 15.00 «Беременная в 16». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Измены». (16+) 03.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Случайная встреча навсегда изменила жизнь Нихан и Кемала. Любовь с первого взгляда изначально была обречена на провал, ведь они живут в разных мирах: она - дочь богатого бизнесмена, а он - простой инженер. 04.35 «Маша и Медведь». (0+) | <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Мультфильмы. (6+) 05.30, 02.05 Наше кино. История большой любви. (16+) 05.55 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТOK». (6+) 07.20 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (16+) 08.50 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+) 10.35 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+) 18.30 Новости 19.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
Драма, Польша, 1981 г. 21.40 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+) 00.20 «ГАРАЖ». (16+) 03.10 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА». (16+) 04.35 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+) | <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 04.40 «ОДНА ВОЙНА». (16+) 06.00 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+) 07.40 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+) 09.20 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+) 11.10 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+) 14.50 «АПОСТОЛ». (16+)
Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - вор-рецидивист, негодяй, работавший на немецкую разведку и погубивший во время исполнения задания. Павел - тихий добрый сельский учитель, которому придется занять место брата... 01.00 «КАЛАШНИКОВ» (16+) 02.30 «РУБЕЖ». (16+) 04.10 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+) |

ДЕТСКИЕ

- | | |
|--|---|
| <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. «Улётная доставка», «Фиксики», «Отечь у овечек», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Цветяшки!» (0+) 07.45 «Ася и Вася». (0+) 08.35 «Три кота». (0+) 09.40 «Волшебная кухня». (0+) 11.40 «Новогодние волшебности». (0+) 11.50 «Бременские музыканты». (0+) 12.15 «По следам бременских музыкантов». (0+) 12.35 «Турбозавры». (0+) 14.00 Час «Союзмультфильма». (6+) 14.55 «Чик-Чирикино». (0+) 16.30 «Царевны». (0+) 17.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 19.20 «Котешки-собачки». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Отважные Смешарики отправляются в самое сердце джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооруженные гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир! 22.40 «Чебурашка. Секрет праздника». (0+) 22.45 «Новогодние волшебности». (0+) 22.55 «Вовка и зима в Тридевятом царстве». (0+) 23.05 «Умка на ёлке». (0+) 23.10 «Умка». (0+) 00.20 «Смешарики. Пин-код». (6+) | <p>МУЛЬТ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Буба. Эльф». (6+) 10.20 «Морики Дорики». (0+)
Герои мультсериала «Морики Дорики» живут под водой и посещают школу. У них такие же проблемы, как и у обычных детей: нужно успевать учиться, дружить, заниматься своими хобби и не унывать. Именно вместе персонажи способны преодолеть любую трудность и извлечь из истории позитивный урок. В каждом начинании их поддерживает учительница Лана, верящая, что у детейшек всё обязательно получится. 10.35 «Приключения Бубы». (6+) 13.35 «Буба. Эльф». (6+) 17.00 «Буба». (6+)
Откуда появился Буба? Никто не знает. Этот герой проживает каждый день так, чтобы запомнить его. Он постоянно открывает для себя что-то новое, чем несомненно смешит зрителей всех возрастов, а особенно тех, кто помладше. У него есть и компания друзей: Лула, Гуга, Дуда, Спайк. А ещё кое-кто из прошлого и даже из будущего. Есть ощущение, что Буба проспал последние лет сто от эволюции человечества, так что не удивляйтесь тому, что он мало что знает и понимает. Буба всему научится опытным путём. 22.00 «Буба. Эльф». (6+) 02.00 «Приключения Бубы». (6+) 05.00 «Буба». (6+) |
|--|---|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 00.00 «МИНИН И ПОЖАРСКИЙ». (6+) 02.00, 17.50 Семь дней истории. (12+) 02.05, 06.05, 10.05 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+) 03.00, 06.00, 14.45, 19.50, 22.55 Обыкновенная история. (12+) 03.10 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+) 04.00 «ПУГАЧЁВ». (12+) 07.05 Ключ на шпиль Государевой башни. (12+) 08.00 Секреты истории. (12+) 11.10 Франц Лефорт: танцующий адмирал. (12+) 12.00 Секреты истории: Маркиза де Севинье. Дух великого века. (12+) 13.50 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+) 14.55 Нация в фарфоре. (12+) 16.00 Архивы истории. (12+) 16.15 Историкограф. (12+) 17.00 Возмездие. После Нюрнберга. (12+) 18.00 Город трёх империй. (12+) 20.00 Музейный феникс: Кунсткамера. (12+) 20.30 Артековский закат. (12+) 21.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+) 22.05 Лаборатория смерти. Апокалипсис по-японски. (12+) 23.05 В поисках утраченного искусства: Коллекционер Гитлера. (12+) | <p>VJU HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.05 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+) 06.55 Очень странные экспонаты. (12+) 07.50 Всемирная выставка 1900 года: возрождение Парижа. (16+) 08.45, 09.40 Выдающиеся женщины. (12+) 10.40 Дора Маар: между светом и тенью. (16+) 11.35 Шарлотта Перриан: искусство жить. (12+) 12.35 Римские мегастроения: Лион. (12+) 13.35 Римские мегастроения: Арль. (12+) 14.35 Королева: мать и монарх. (16+) 15.30 На службе Её Величества. (12+) 16.25, 17.15 Корея. 5000 лет выживания. (16+) 18.05, 19.05 Древние конструкции. (12+) 20.00 Взлом кодов: Японский супер-код. (16+) 20.55 Взлом кодов: Потерянная цивилизация. (12+) 21.55, 22.45 Военные заводы: Фабрика, которая дала отпор. (12+) 23.30 Всемирная выставка 1900 года: возрождение Парижа. (16+) 00.30 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+) 01.25, 02.15 Выдающиеся женщины. (12+) 03.05 Дора Маар: между светом и тенью. (16+) 03.55 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+) 05.15 Утопия инженеры. (16+) | <p>ДОКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 06.25, 06.55, 07.25, 07.50 Тайны анатомии. (12+) 08.20, 08.50, 09.15, 09.45, 10.15, 10.40 Большой скачок. (12+) 11.10 Шифры нашего тела. Сердце. (12+) 11.55 Шифры нашего тела. Смех и слёзы. (12+) 12.45, 13.15, 13.45, 14.10, 14.40, 15.10 Добавки. (12+) 15.35, 16.05 Медицинский репортёр. (12+) 16.35 Медицинский репортёр. Бьёт - значит любит? (12+) 17.00 Медицинский репортёр. Жизнь после жира. (12+) 17.30 Медицинский репортёр. Чем рискуют официанты на работе. (12+) 17.55 Медицинский репортёр. Чем рискуют мастера салонов красоты? (12+) 18.25 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+) 19.15, 20.05 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+) 20.50 Научные сенсации. ГМО-революция - суперпродукты. (12+) 21.40 Научные сенсации. Еда будущего. (12+) 22.25, 22.55, 23.25, 23.50, 00.20, 00.45 На приёме у Михаила Лабковского. (12+) 01.15, 02.00 Химия нашего тела. (12+) 02.45, 03.15, 03.40, 04.05, 04.35, 05.05 Истории болезней. (16+) 05.30 Еда. Чай и кофе. (12+) |
|--|---|--|

РОССИЯ К
Культура



17.05 «МЭРИ ПОППИНС,
ДО СВИДАНИЯ!»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 07.30 «СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»
- 09.45 Тайны старого чердака
- 10.10 «100 лет в Арктике»
- 10.35 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ»
- 12.10 «Исторические курорты России»
- 12.35 «Дом ученых»
- 13.10 00.25 «Островной рай - Новая Каледония»
- 14.05 Парад победителей конкурса «Щелкунчик»
- 15.55 «Ткачук вращает ВЕЛЕСО»
- 17.05 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ!»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Романтика романса»
- 20.40 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ»
- 22.35 Диана Вишнёва и Сергей Полунин в балете А. Адана «Жизель». Постановка Московского академического Музыкального театра
- 01.25 «Искатели»

ТВЦ

СПЕЦИАЛЬНЫЙ
РЕПОРТАЖ

14.45 Специальный репортаж. (18+)

- 06.00 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
- 07.15 «ДВЕНАДЦАТЬ ЧУДЕС». (12+)
- 09.00 «Самый лучший день в году». Юмористический концерт. (12+)
- 10.00 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)
- 11.35 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
- 13.40 «Василий Лановой. Трудно быть героем». (16+)
- 14.30 События
- 14.45 Специальный репортаж. (18+)
- 15.15 «СОРОК РОЗОВЫХ КУСТОВ». (12+)
- 18.50 «КРАСОТА ТРЕБУЕТ ЖЕРТВ». (16+)
- 22.45 «ДИЛЕТАНТ». (12+)
- 01.45 «КОММУНАЛКА». (12+)
- 04.55 «10 самых...». (16+)
- 05.20 «Марк Бернес. Я жизнь учил не по учебникам». (16+)

ТВ-3



09.30 «ЛЕСНИК:
СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- У отставного офицера, подполковника Родионова, умирает 20-летняя дочь Елена. Врач скорой высказывает предположение, что причина смерти - сильная аллергическая реакция на принятые лекарства: препараты, купленные в аптеке, скорее всего, были левые. Это уже не первый случай в Брянской области. Хозяин аптеки «Брянский доктор», где были куплены лекарства, - генерал в отставке, бывший вице-губернатор Юрий Свиридов. Дело в полиции не возбуждают. Родионов решает мстить.
- 23.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...». (18+)
- 02.00 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)
- 03.15 «СНЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



06.30 «6 кадров». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.35 «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
- 08.15 «МОЛОДАЯ ЖЕНА». (16+)
- Маня и Володя полюбили друг друга ещё в седьмом классе. Вернувшись из армии, Володя привёз в деревню новую подружку, тем самым опозорив Маню перед односельчанами. Назло всем и себе Маня вышла замуж за молодого вдовца из соседней деревни. А затем, наперекор мужу, уехала в город сдавать экзамены в техникум.
- 10.20 «МАЛЕНЬКАЯ ТАЙНА, БОЛЬШАЯ ЛОЖЬ». (16+)
- 15.00 «КОМНАТА РОЗ». (16+)
- 23.40 «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 01.45 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
- 03.20 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (12+)
- 07.40 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 00.50 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 02.20 «СЛЕД». (16+)
- 04.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.10 «ОТЧИЙ ДОМ». (12+)
- 09.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 «Война миров». (16+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 13.15 «Война миров». (16+)
- 15.00 19.15 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным. (16+)
- 19.00 Новости дня. (16+)
- 21.00 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
- 22.50 «КЛУБ САМОУБИЙЦ, ИЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТИТУЛОВАННОЙ ОСОБЫ». (12+)
- 02.10 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». (12+)

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 02.30 «Здоровая среда». (12+)
- 11.00 21.00 «АРТ-Проспект». (12+)
- Программа для всех, кто хочет знать, чем живут города сегодня и куда пойти завтра.
- 11.30 20.00 01.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 12.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 12.45 13.45 14.45 22.00 23.00 «СЕРДЦА ТРЕХ». (16+)
- 15.45 21.30 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «Точка.ру». (12+)
- 16.45 «В тени чемпионов». (12+)
- Цикл документальных фильмов о выдающихся тренерах Воронежской области, воспитавших чемпионов мира, Европы, Олимпийских Игр.
- 17.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги.
- «Буран» - «Ростов» Ростов-на-Дону. (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Понятная политика». (12+)
- 00.00 «Спортивные итоги - 2023». (12+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 10.00 12.50 16.25 Новости
- 07.05 14.55 18.30 21.45 Все на Матч!
- 10.05 «Команда Матч». (0+)
- 10.30 «НА ПРЕДЕЛЕ: ИСТОРИЯ ЛЕГЕНДЫ». (12+)
- 12.55 Баскетбол. «Енисей» (Красноярский край) - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 15.40 00.15 Футбол. Кубок Испании. Обзор. (6+)
- 16.30 Дартс. ОЛИМПИЕТ Чемпионат профессиональной лиги. Прямая трансляция из Москвы
- 18.55 Волейбол. «Локомотив» (Калининградская область) - «Динамо» (Москва). Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. Прямая трансляция
- 20.50 «Вы это видели». (12+)
- 22.30 «Наши в UFC». (16+)
- 01.00 Что по спорту? (12+)
- 01.30 «Магия большого спорта». (12+)

- 06.00 Театрализованное гимнастическое шоу «Лебединое озеро». (6+)
- 07.20 «Магия большого спорта». (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 05.30 Что по спорту? (12+)
- 08.20 «Корона спортивной империи. Лидия Иванова». (12+)
- 09.15 13.05 00.10 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 15.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 19.15 03.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 12.05 21.55 География спорта. (12+)
- 12.30 Культ спорта. (12+)
- 13.25 22.20 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 16.00 21.05 Неделя КХЛ (12+)
- 16.55 18.05 Биатлон. Кубок Содружества. Спринт. (12+)
- 00.25 01.50 Гандбол. Кубок дружбы. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.35 «ИНФЕРНО». (16+)
- 07.40 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 09.45 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЙДЖЕР». (16+)
- 11.40 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 13.30 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (16+)
- 15.50 «Миньоны». Мультфильм. (6+)
- 17.25 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
- 21.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 23.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 01.35 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (16+)
- 03.30 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 05.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)

- 05.30 Мультфильмы. (6+)
- 08.50 «Песенка мышонка». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка». Мультфильм. (6+)
- 09.15 «МОНАХ И БЕС». (12+)
- 11.15 «ЭЛЕФАНТ». (12+)
- 12.40 «Барбоскины на даче». Мультфильм. (6+)
- 14.05 «Барбоскины Team». Мультфильм. (6+)
- 15.35 «Коты Эрмитажа». Мультфильм. (6+)
- 17.00 «Ёлки-9». (12+)
- 18.50 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
- 20.30 «НЕПОСЛУШНИК». (16+)
- 22.30 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
- 00.05 «ЧЕМПИОН МИРА». (6+)
- 02.30 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
- 05.00 «Русалочка». Мультфильм. (6+)

- 06.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (16+)
- 08.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (16+)
- 10.10 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 12.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (16+)
- 14.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 16.30 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 19.00 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 21.20 «ВАСАБИ». (16+)
- Франция, Япония, 2001 г. В ролях: Жан Рено, Кароль Буке, Рёко Хиросуэ, Мишель Мюллер
- 23.00 «ТЕРМИНАТОР-2. СУДНЫЙ ДЕНЬ». (18+)
- 01.30 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (16+)
- 03.35 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)

- 05.10 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 10.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 10.55 «Машины страшлики», «Маша и Медведь», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 20.00 Интервью со звездами. Алексей Ягудин. (16+)
- 21.30, 22.40, 23.40 Богиня. (16+)
- 00.40, 01.40 «ДОКТОР ХАОС». (16+)
- Сериал. Турция, 2019-2021 гг.
- 02.30, 03.10 «КОРОЛЕК, ПТИЧКА ПЕВЧАЯ». (16+)
- 03.50 Мультсериалы. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Рождественское интервью Святейшего Патриарха Кирилла. (0+)
- Традиционное Рождественское интервью Святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Кирилла посвящено самым главным вызовам, перед которыми стоит весь мир, наша страна и наша Церковь.
- 05.30 «ДОРОГА К ДОМУ». (6+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.20, 09.00 Концерт Детского музыкального театра «Домисолька». «Боже, храни детей России!». (0+)
- 11.00, 12.05 Мама. Жизнь Богородицы. (0+)
- 13.05, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00, 15.20 «ДВЕНАДЦАТЬ МЕСЯЦЕВ». 1-2 серии. (0+)
- 16.55 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
- 18.20 «ОСТРОВ». (16+)
- Россия, 2006 г.
- 20.35 Василий Острожский. Книга чудес. (0+)
- 21.40 Лики Богородицы. Икона на Божией Матери «Помощница в родах». Икона Божией Матери «Млекопитательница». (0+)
- 22.15 По дороге в Рождество. Письма на фронт. (0+)
- 00.30 По дороге в Рождество. Донбасс. (0+)
- 03.20 Апостол Фома. (0+)
- 04.10 Апостол Фома и его Церковь. (0+)

Православный календарь

8 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Рождества Христова.
Собор Пресвятой Богородицы.

Прав. Иосифа Обручника, Давида царя и Иакова, брата Господня. Сщмч. Евфимия, еп. Сардинского. Прп. Константина Синадского. Прп. Евареста. Прп. Никодима Тисманского, Румынского (Рум.). Прмч. Исаакия II, Оптинского. Сщмчч. Александра и Димитрия пресвитеров. Сщмчч. Николая, Николая, Михаила пресвитеров и Михаила диакона. Сщмчч. Леонид, еп. Марийского, Александра пресвитера, прмч. Василия и прмчч. Анфисы и Макарии. Сщмчч. Григория пресвитера, прмчч. Августы и Марии, мч. Агриппины. Виленской-Остробрамской, именуемых «Трех радостей», «Милостивая» и Барловской «Блаженное Чрево» икон Божией Матери.

Поста нет.
«Для того пришел Господь, чтобы здесь еще дать душе жизнь - Духа Своего». Прп. Макарий Великий

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- Музыкальный нон-стоп самых актуальных хитов.
- 06.00 Лайкер. (16+)
- 08.00 Звезды о звездах. Гороскоп-2024. (16+)
- 09.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 10.00 Они сражались за хайп. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Народный хит. (16+)
- 16.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)

- 17.00 Хиты по-русски. (16+)
- 18.30 Премия «Виктория». Лучшее. (16+)
- 21.30 Top-30. Русский плейлист года. (16+)
- 23.30 Плейлист. Зима. (16+)
- Персональная подборка с лучшими клипами для классного настроения этой зимой!
- суперхитами вместе с МУЗ-ТВ!
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Top-30. Народный хит. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.15 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)
- 03.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
- 05.20 «ПЛОХИЕ ПАРНИ» (16+)
- 07.25 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
- 10.05 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 11.50 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 13.35 «КОПЫ В ЮБАКАХ». (16+)
- 15.45 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 17.35 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». (16+)
- 19.30 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
- 21.15 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)
- 22.55 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.30 Мультфильм. (0+)
- 08.35 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 10.25 «СХВАТКА В ПУРГЕ». (12+)
- 12.00 «НЕБЕСА ОБЕТОВАНЫ». (18+)
- 14.15 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+)
- 16.35 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 20.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
- 22.45 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
- 00.15 «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (12+)
- 01.30 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
- 03.00 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». (12+)
- 04.30 «МЕТЕЛЬ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ГРИГОРИЙ Р» (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- Сериал. В ролях: Лариса Удовиченко, Вера Сотникова, Владимир Стержаков, Анна Дворжецкая, Евдокия Германова
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (16+)
- Андрей сообщает, что в его отсутствие Катя будет его замещать.
- 12.40 «КУХНЯ». (16+)
- 17.00 «РОДКОМ». (16+)
- Узнав об измене жены, строитель Сергей Шмелёв решает воспитывать 12-летнего сына Ваню самостоятельно. Пытаясь оставить ребёнка себе после развода, он становится образцово-показательным отцом и вступает в школьный родительский комитет. ...
- 21.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.45 «6 кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПЕРВЫЙ



00.00 «ЦВЕТ ГРАНАТА». (12+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженемся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «ЦВЕТ ГРАНАТА». (12+)
01.35 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести.
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
Брагин проходит реабилитацию. После долгого наркоза у него стали трястись руки, и он больше не может оперировать. Его жена Марина предлагает ему на время развехаться.
23.30 «САМА ВИНОВАТА?» (18+)
01.00 «СКАЖИ ПРАВДУ». (12+)
03.30 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)

- 05.10 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
Узнав о Саниных проблемах, Лена возвращается домой. Саня идет работать к Дынину в частное детективное агентство и получает первое задание: кто-то похищает породистых собак с целью последующей продажи....
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БИМ». (16+)
23.00 «Сегодня»
23.20 «Смехополис». (16+)
00.40 «ЛЕГЕНДА ФЕРРАРИ». (16+)
04.40 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



10.25 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Ну-ка, догони!» (6+)
07.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 Уральские умельцы. (16+)
08.25 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
10.25 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ». (12+)
12.25 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ-2». (16+)
14.15 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ-3». (12+)
15.55 «ТИМ ТАЛЕР, ИЛИ ПРОДАННЫЙ СМЕХ». (12+)
18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.00 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
23.05 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (12+)
00.50 «КОЛДОВСТВО ЛУ БАНЯ». (18+)
02.10 «ДЫЛДЫ». (16+)
04.50 «6 кадров». (16+)
05.00 «Буба». (6+)
05.45 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
19.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-3». (16+)
21.00 «ЛАДА ГОЛД». (16+)
Теперь за старенькой четверкой и за парнями охотятся только что вышедшие из тюрьмы главари трех бандитских группировок - Лысый, Буба и Гришка-певец...
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (16+)
Отставному генералу Хадякову стукнуло 60 лет, и он решает отпраздновать юбилей не на Патриках, а в настоящей русской деревне - с полным погружением, праздничной трапезой, баней, рыбалкой и деревенским спа.
00.45 «Импровизация. Команды». (16+)
02.30 «Студия «Союз». (16+)

РЕН



20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

- 05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.20 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
00.30 «ЧАС ИСТИНЫ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Кондитер. (16+)
06.10 Пятница News. (16+)
06.30 Гастротур-3. (16+)
07.10 Секреты на кухне. (16+)
08.20 Пробный переезд. (16+)
09.20 Черный список. (16+)
19.50 Битва шефов. (16+)
00.10 «БИТВА ШЕФОВ». (18+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.20 «Спецназ животного мира». (16+)
03.10 «Арсенал животных». (18+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.30 «Простоквашино». (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
Драма о любви во всех её проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная и жертвенная любовь.
10.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.40 «Супербабушка». (16+)
17.20 «Беременная в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Изменш». (16+)
03.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
04.35 «Маша и Медведь». (0+)

ЧЕ!

- 06.00 Невероятные истории. (16+)
06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
08.00 Дорожные войны. (16+)
10.00 Утилизатор. (12+)
11.00 Утилизатор. (16+)
12.00 Улётное видео. (16+)
15.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание.
04.30 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 05.00, 02.50 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Вот такая петрушка. (12+)
06.25 Культ личности. (12+)
06.40, 10.10 «АННА ГЕРМАН». (16+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
22.20 «КАК СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ». (12+)
00.05 Наше кино. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
10.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
15.10 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ...» (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.30 «КУПРИН. ВПОТЬМАХ». (16+)
22.20 «МОЙ ПАПА - БАРЫШНИКОВ». (12+)
23.45 «БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН». (0+)
00.55 «Большая страна». (12+)

ПОБЕДА

- 05.30 «Путь к Победе» (16+)
06.30 «СОЛДАТИК». (12+)
08.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
О героической обороне Брестской крепости, которая приняла на себя первый удар немецких фашистских захватчиков 22 июня 1941 года.
10.20 «ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ. ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН». (16+)
13.30 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
Две выпускницы радведшколы, две разные жизни, две разные судьбы. Они ненавидят друг друга, но служат одному делу...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ЛЁТЧИК». (16+)
02.40 «КАДЕТ». (16+)
04.10 «ГЕРОЙ 115». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Улётная доставка», «Фиксики», «Отель у овечек», «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
07.30 «Ася и Вася». (0+)
08.10 «Царевны». (0+)
10.15 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
10.25 «Сказочный патруль». (0+)
13.10 «Супер МЯУ». (0+)
Пятеро котят с необычными способностями попадают в школу для супергероев. Каждый из них обладает суперсилой, но пока еще не умеет ею пользоваться. Свои способности герои получили с самого рождения, а использовать их будут для добрых дел.
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Оранжевая корова». (0+)
18.45 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Турбозавры». (0+)
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!
22.05 «Джунгли скримеры!» (6+)
22.30 «Инфинити Надю». (6+)
23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
23.20 «Смешарики. Пин-код». (6+)
01.15 «Новаторы». (6+)
02.40 «Три кота». (0+)
04.30 «С добрым утром, малыши!» (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+)
07.30, 02.00 «Кошечки-собачки». (0+)
08.00, 11.30, 19.00, 23.30 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.00, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 04.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
09.30 Друзья на все времена. «Новогодние волшебности», «Вовка и зима в Тридевятом царстве». (0+)
09.50, 15.00, 18.00, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.20 «Моррики Дорики». (0+)
10.35, 17.30 «Простоквашино». (0+)
11.05 «Лео и Тиг». (0+)
13.30, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
16.00 «Время малышей». (6+)
17.00 «Чик-Чиркино. Пляж». (0+)
19.30 «Мини-Мишки». (0+)
20.05 «Геройчики». (0+)
20.40 «Цветняшки». (0+)
21.05 «Машины сказки». (0+)
22.25 «Чик-Чиркино». (0+)
23.00 «Супер МЯУ». (0+)
00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
00.30 «Приключения Бубы». (6+)
01.00 «Котики, вперед!» (0+)
03.00 «Дракоша Тоша». (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
04.30 «Барбоскины». (0+)
05.00 «Четверо в кубе». (0+)
05.35 «Фиксики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 04.00, 08.00 Секреты истории. (12+)
02.05, 06.05 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
03.05 Ключ на шпиле Государевой башни. (12+)
07.10 Франц Лефор: танцующий адмирал. (12+)
09.50 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
10.45, 15.50, 19.50 Обыкновенная история. (6+)
10.55 Нация в фарфоре. (12+)
12.00 Взгляд с высоты. Храмовое зодчество на Руси. (12+)
12.30 Монастырские стены. (6+)
13.00 Город трёх империй. (12+)
14.55 Всемирное наследие. Россия. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.15 Историкограф. (12+)
17.00 Нюрнберг. Казнь. (12+)
17.50 Семь дней истории. (12+)
18.00 Музейный феникс. (12+)
18.30 Кольцо «А». (12+)
18.45 Артековский закат. (12+)
20.00 Монологи императоров: Ли Цуньшуй. (16+)
20.45 Живописный гимн Отечеству. (12+)
21.45 Испанская кровь. (12+)
22.35 Суверенное государство Российское. (12+)
23.10 Битва оружейников. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Военные заводы. (12+)
06.45 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивякка. (12+)
07.35, 08.25 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
09.15 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+)
10.15 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)
11.10 Древние кодов: Японский супер-код. (16+)
12.05 Взлом кодов: Потерянная цивилизация. (16+)
13.05 Мэтьюз. (16+)
14.30 Первый полет: покорение неба. (12+)
15.25 На службе Её Величества. (12+)
16.20, 17.10 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
18.05 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
19.05 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)
20.00 Взлом кодов: Код банды. (16+)
20.55 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
21.55 Война во Вьетнаме: Вьетнам и война. (12+)
22.45 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
23.30, 00.25 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
01.15, 02.05 Древние конструкторы. (12+)
03.00, 03.50 Взлом кодов. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.55, 18.20, 23.55 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
06.45, 07.15 На приёме у доктора Бубновского. (12+)
07.40, 14.40, 00.45 Привлекательность. Наука притяжения. (12+)
08.30 Научные сенсации. (12+)
09.20, 09.45 Добавки. (12+)
10.15, 10.45, 23.00, 23.25, 03.20, 03.45 Угрозы современного мира. (12+)
11.10 Мир невыспавшихся людей. (12+)
12.05 Анальгетики. Пить или не пить? (12+)
13.45, 14.15 На приёме у психолога Колмановского. (12+)
15.30 О самом главном. Синдром тазовой боли. (12+)
16.25, 16.55 Угрозы современного мира. (12+)
17.20, 17.50, 22.00, 22.30 Будь в тонусе! (12+)
19.10, 05.05 Скажите, доктор! Желчнокаменная болезнь. (12+)
19.40, 05.35 Скажите, доктор! Первая помощь при отравлениях. (12+)
20.10, 02.25 Медицинский репортёр. Бьёт - значит любит? (12+)
20.35, 02.50 Медицинский репортёр. Жизнь после жира. (12+)
21.05 О самом главном. Печень трески. Уникальные свойства. (12+)
01.30, 02.00, 04.15, 04.40 Клинический случай. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура

ТВЦ
ТВЦ

3
ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5
5-й КАНАЛ

ТВ
ГУБЕРНИЯ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



13.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ»



13.40 «Мой герой». (12+)



01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)



07.30 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ!»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.50 XX век
- 13.00 23.20 «Отцы и дети»
- 13.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ»
- 15.20 «Как я стал ребёнком». Благотворительный Фонд Константина Хабенского
- 16.15 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.15 «Коллекция»
- 17.45 02.15 Исторические концерты
- 18.35 «Одиссея»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 «Острова»
- 22.10 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ЛОПНУЛ»
- 23.50 «ПОРУС»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 10.40 «Актёрские драмы. Роль как проклятье». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 03.30 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ОБОРОТЕНЬ». (12+)
- 13.40 05.25 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СПЕЦЫ». (16+)
- 16.55 «Закулисные войны. Комедианты». (16+)
- 18.10 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (12+)
- 22.35 04.55 «10 самых...» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (12+)
- 23.55 «90-е. Бандитское кино». (16+)
- 00.35 «90-е. Замуж за иностранца». (16+)
- 01.15 Хроники московского быта. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Старец. (16+)
- 15.30 Гадалка. (16+)
- 17.15 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 23.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...» (18+) В жизни Сони наступила черная полоса. Она живет в ссылке со своим опальным генералом Геноей и скучает по Москве. Не красила ее жизнь даже Юлька, приехавшая проведать подружку в глуши.
- 01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)
- 03.15 «СНЫ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 12.00 00.55 «Порча». (16+)
- 13.10 «Знахарка». (16+)
- 13.45 «Верну любимого». (16+)
- 14.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.55 «ПЕРВОКУРСНИЦА». (16+)
- 19.00 «О ЧЁМ ОНА МОЛЧИТ». (16+)
- 23.40 «Понять. Простить». (16+)
- 01.55 «Знахарка». (16+)
- 02.20 «Верну любимого». (16+)
- 02.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.15 Тест на отцовство. (16+)
- 04.55 Давай разведёмся! (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «ПУЛЯ». (16+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 02.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.35 13.25 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
- 14.45 15.05 17.15 03.50 «ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «ГДЕ 042?». (12+)
- 00.40 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «С НОВЫМ ГОДОМ, МАМА!» (16+)
- 12.30 03.30 «Такие разные». (12+)
- 13.30 «АРТ-Проспект». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ЧУДО». (16+)
- 16.30 «ГРАФИНА ДЕ МОНСОРО». (16+)
Единожды за целую эпоху может появиться женщина, способная повелевать судьбами. Жизнь наградила Диану де Монсоро красотой, внушающей беззаветную любовь, но отняла счастье.
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 00.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 01.30 «Легенды спорта». (12+)
- 23.00 «ГОД В ПОРТУ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 «Лига в лицах». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.50 16.20 Новости
- 07.05 15.20 21.45 Все на Матч!
- 10.05 Лица страны. (12+)
- 10.25 «24-часовая гонка». (12+)
- 12.30 Специальный репортаж. (12+)
- 12.55 Смешанные единоборства. Э. Вартанян - А. Резников. АСА. Трансляция из Сочи. (16+)
- 13.55 «Один за всех». (16+)
- 12.25 «Что за спорт?» (12+)
- 16.55 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Локомотив» (Ярославль). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 19.15 Хоккей. ЦСКА - «Торпедо» (Нижний Новгород). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 22.30 Дартс. OLMPIBET Чемпионат профессиональной лиги. Прямая трансляция из Москвы
- 01.00 Здоровый образ. (12+)
- 01.30 «Магия большого спорта». (12+)

- 06.00 03.15 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Лица страны. (12+)
- 08.25 Пара на дистанции. (12+)
- 08.40 18.25 «Спортивный интерес». (12+)
- 09.10 23.35 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.00 «Здоровый образ» (12+)
- 12.30 «Куль спорт». (12+)
- 13.05 21.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 14.55 15.10 16.00 20.35 21.25 Спецрепортаж. (12+)
- 15.25 20.55 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 16.20, 17.10 Биатлон. Кубок Содружества. Гонка преследования. (12+)
- 17.55 Что по спорту? (12+)
- 18.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 00.25 Гандбол. Кубок дружбы. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 07.10 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 09.20 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 11.25 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- 14.15 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 16.45 «ИНФЕРНО». (16+)
- 19.00 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 20.50 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». США, 2013 г.
- 22.40 «ОРБИТА-9». (16+)
- Испания, Колумбия, 2016 г.
- 00.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 02.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (12+)
- 03.20 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
- 05.25 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)

- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «НЕПОСЛУШНИК». (16+)
- 09.55 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
- 11.35 «ЧЕМПИОН МИРА». (6+)
- 14.10 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)
- 17.00 «РОБО». (6+)
- 18.35 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 20.05 «МОНАХ И БЕС». (12+)
- 22.05 «ЕЛКИ-8». (6+)
- 23.50 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 01.45 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)
- 04.40 «Щелкунчик». Мультфильм. (6+)
- 05.05 «Шайбу! Шайбу!» Мультсериал. (6+)

- 05.45 «Щелкунчик и волшебная флейта». Мультфильм. (6+)
- 07.10 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 11.50 «ЕЛКИ-3». (12+)
- Россия, 2013 г.
- 13.35 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (12+)
- Россия, 2017 г.
- 15.10 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 01.55 «ТОТ ЕЩЁ...». (12+)
- 03.15 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 04.35 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 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 Василий Острожский. Книга чудес. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.15 «ОСТРОВ». (16+)
- 16.30 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (6+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55 Война и вера. (12+)
- 21.30 Доброволец. (16+)
- 22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Византия. Жизнь после смерти. Раскол Церкви: мировая катастрофа. XI век. 14 серия. (0+)
- 00.00 Византия. Жизнь после смерти. Крестовые походы. XI-XII века. 15 серия. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 01.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.50 Святки России. (6+)
- 02.50 Поле битвы. (16+)
- 03.20 Война и вера. (12+)
- 03.50 Доброволец. (16+)
- 04.20 Ангелы Вифлиема. (0+)

Православный календарь

9 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Рождества Христова.
Ап. первомч. и архидиакона Стефана.



Прп. Феодора Начертанного, исп. Свт. Феодора, архиеп. Константинопольского. Прп. Вонифатия Феодановского, Киевского. Сщмч. Тихона, архиеп. Воронежского. Мц. Антонины.
Поста нет.
Христом Он назван потому, что облекся в плоть; назван Иисусом Христом – имя Его по плоти; назван Словом потому, что слово – от кого-либо; Сыном потому, что от Отца; Единородным потому, что один только и от одного только Бога; Богом потому, что Творец».
Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Лайкер. (16+)
- 09.00 Новогодний чарт МУЗ-ТВ. 50 лучших клипов. (16+)
- 13.00 10 самых! (16+)
- 13.30 Топ-30. Народный хит. (16+)
- 16.00 Русский чарт. (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.30 Плейлист. Зима. (16+)

- 19.20 Хит-Сториз. Дмитрий Маликов + Дайкири «Снежинка». (16+)
- 20.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 22.00 «Кошмаром по жизни: фобии звезд». (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- Мы знаем о звездах всё!
- 23.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

- 00.40 «ПЛОХИЕ ПАРНИ». (16+)
- 02.45 «ТАКСИ». (16+)
- 04.15 «ТАКСИ-2». (16+)
- 05.50 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 08.15 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 10.00 «СВИНГЕРЫ». (16+)
- 11.50 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 13.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 15.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 17.30 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 19.30 «ПОКА ТЫ СПАЛ». (16+)
- 21.25 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 23.30 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)

- 07.10 «Сказка о царе Салтане». Мультфильм. (0+)
- 08.10 «ДУША». (12+)
- 09.55 «ВИЗИТ ДАМЫ». (12+)
- 12.30 «ПЯТЬ ВЕЧЕРОВ». (12+)
- 14.25 «ВОСПИТАНИЕ ЖЕСТОКОСТИ У ЖЕНЩИН И СОБАК». (18+)
- 16.00 «ЧУЧЕЛО». (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 20.05 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
- СССР, 1965 г.
- 21.30 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)
- 23.05 «ОТСТАВНОЙ КОЗЫ БАРАБАНЩИК». (12+)
- 00.25 «КУРЬЕР». (16+)
- 01.55 «КОЛЛЕГИ». (16+)
- 03.30 «ЗАКОННЫЙ БРАК». (12+)
- 04.55 «ВОЛЬНИЦА». (12+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (16+)
- Александр в юности – по милости Виктории он стал посмешищем! Катя находит лучшее применение комиссионным. Андрей предлагает Кате возглавить новую компанию. Он привлекает Юлиану для разработки стратегии продвижения новой коллекции.
- 12.40 «КУХНЯ». (16+)
- 17.00 «РОДКОМ». (16+)
- 21.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Букмекер шантажирует Романенко.
- 01.45 «6 кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПЕРВЫЙ



00.00 «ЛЕГЕНДА О СУРАМСКОЙ КРЕПОСТИ». (0+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!». (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «ЛЕГЕНДА О СУРАМСКОЙ КРЕПОСТИ». (0+)
- 01.35 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
- Брагин уходит из «Склифа» и устраивается на работу в районную поликлинику. Главврач поликлиники Тамара Сперанская берёт знаменитого хирурга в штат, хотя сомневается в серьёзности его намерений.
- 23.30 «САМА ВИНОВАТА?» (18+)
- 00.50 «СКАЖИ ПРАВДУ». (12+)
- 03.10 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)

- 05.10 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- Постышева, Грибанов и Саня едут в Сочи на международную конференцию сил правопорядка. Там Саня знакомится с сотрудницей израильской полиции Марьям, которая ему явно симпатизирует, и майором Джорджем Вилакази из Ботсваны.
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БИМ». (16+)
- 23.00 «Сегодня»
- 23.20 «Смехополис». (16+)
- 00.45 «ЛЕГЕНДА ФЕРРАРИ». (16+)
- 04.35 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



15.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.25 «Ну-ка, догони!». (6+)
- 07.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 Уральские умельцы. (16+)
- 08.25 Уральские пельмени. (16+)
- 09.25 «Ходячий замок». (16+)
- 11.55 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ». (6+)
- 13.55 «ВИНСКИ И ПОРОШОК-НЕВИДИМКА». (12+)
- 15.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 23.05 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 01.10 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 02.50 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 04.45 «б кадров». (16+)
- 05.00 «Буба». (6+)

ТНТ



19.30 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-2». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
- 09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 19.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-3». (16+)
- 19.30 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-2». (18+)
- 20.00 «Ресторан по понятиям». (16+)
- 20.30 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-3». (16+)
- 21.00 «ЛАДА ГОЛД». (16+)
- 22.00 «Однажды в России». (16+)
- 23.00 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (12+)
- При строительстве столичного метро рабочие обнаруживают драгоценный клад, который доказывает - легендарная Библиотека Ивана Грозного существует!
- 01.10 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.10 «Студия «Союз». (16+)
- 05.30 «Импровизация». (16+)

РЕН



00.30 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (18+)

- 05.00 18.00 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!». (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.40 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ МОНАХ». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!». (16+)
- 00.30 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.10 Пятница News. (16+)
- 06.40 Гастротур-3. (16+)
- 07.10 Секреты на кухне. (16+)
- 08.20 Пробный переезд. (16+)
- 09.10 На ножах. (16+)
- 19.00 Молодые ножи. (16+)
- 23.40 «STARПЕРЦЫ». (16+)
- 01.30 Пятница News. (16+)
- 02.00 «Спецназ животного мира». (16+)
- 02.50 «Арсенал животных». (16+)
- 03.40 Дикие животные. (16+)
- 04.10 Пятница News. (16+)
- 04.35 «Простоквашино». (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
- 10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 13.40 «Супербабушка». (16+)
- Слышите слово «бабушка» и представляете себе седовласую старушку на лавочке? Готовьтесь удивляться. В этом шоу совершенно разные бабушки будут бороться за почетный статус Супербабушки.
- 17.20 «Беременная в 16». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (16+)
- 03.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Невероятные истории. (16+)
- 06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 08.00 Дорожные войны. (16+)
- 10.00 Утилизатор. (12+)
- 11.00 Утилизатор. (16+)
- 12.00 Улётное видео. (16+)
- 15.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.30 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 05.00, 02.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 06.15 Сделано в Евразии (12+)
- 06.25 (Не)Фантастика. (12+)
- 06.40, 10.10 «АННА ГЕРМАН». (16+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.35 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Игра в кино. (16+)
- 22.20 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+)
- 23.45 Наше кино. История большой любви. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТражение
- 10.10 20.30 «КУПРИН. ВПОТЬМАХ». (16+)
- 12.00 «Вспомнить всё». (12+)
- 15.10 «МОЙ ПАПА - БАРЫШНИКОВ». (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 22.20 «НАЧАЛО». (12+)
- 23.45 «FERMATA». (12+)
- 00.55 «Большая страна». (12+)
- 01.50 ОТражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 05.20 «Путь к Победе» (16+)
- 06.20 «ТАНКИ». (16+)
- 07.50 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
- 09.30 «ЭКСПРОПАТОР». (16+)
- Вор Юрка-Барон едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из далёкого и страшного прошлого. В поезде он вспоминает свою жизнь, которая наверняка сложилась бы по-иному, если бы не война, не репрессии и не родство матери с персональным шофёром Ленина, имевшим неосторожность написать королевскую рукопись...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Улётная доставка», «Фиксики», «Отель у овечки», «Барбоскины». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Ася и Вася». (0+)
- 08.10 «Царевны». (0+)
- 10.15 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
- 10.25 «Сказочный патруль». (0+)
- 13.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Оранжевая корова». (0+)
- 18.45 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Турбозавры». (0+)
- 22.05 «Дикие скричеры!». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
- Флип Чейнджер - это машинки-трансформеры с уникальными навыками. Кто-то прыгает супервысоко, кто-то супердалеко, кто-то суперточно, а кто-то универсален и хорош во всём! Героям постоянно пытаются помешать Трабл Мэйкер - любитель коварных экспериментов и нарушитель спокойствия. Он доставляет им неприятности и срывает соревнования.
- 23.20 «Смешарики. Пин-код». (6+)
- 01.15 «Новатарки». (6+)
- 02.40 «Три кота». (0+)
- 04.30 «С добрым утром, малыши!» (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+)
- 07.30, 02.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 08.00, 11.30, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+)
- 08.30, 13.00, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00, 04.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 09.20 Друзья на все времена. «Умка», «Умка ищет друга», «Умка на ёлке». (0+)
- 09.50, 15.00, 18.00, 22.00, 05.35 «Фиксики». (0+)
- 10.20 «Морики Дорики». (0+)
- 10.35, 17.25 «Простоквашино». (0+)
- 11.05 «Лео и Тиг». (0+)
- 13.30, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 16.00 «Время малышей». (6+)
- 17.00, 22.30 «Чик-Чирикино». (0+)
- 19.30 «Мини-Мишки». (0+)
- 20.05 «Геройчики». (0+)
- Новая современная мультвселенная, одинаково интересная и мальчикам, и девочкам!
- 20.40 «Цветняшки». (0+)
- 21.05 «Машинки сказки». (0+)
- 23.00 «Супер Мяу». (0+)
- 00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
- 00.30 «Приключения Бубы». (6+)
- 01.00 «Котики, вперед!» (0+)
- 03.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 03.20 «Маша и Медведь», «Машинки сказки». (0+)
- 05.00 «Четверо в кубе». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

- 04.00 Секреты истории. (12+)
- 05.50 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
- 06.45, 11.50, 14.55, 22.55 Обыкновенная история. (6+)
- 06.55 Нация в фарфоре. (12+)
- 08.00 Взгляд с высоты. Храмовое зодчество на Руси. (12+)
- 08.30 Монастырские стены. (6+)
- 09.00 Город трёх империй. (12+)
- 10.55 Всемирное наследие. Россия. (12+)
- 12.00 Музейный феникс. (12+)
- 12.30 Артековский закат. (12+)
- 13.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
- 14.05 Лаборатория смерти. Апокалипсис по-японски. (12+)
- 15.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 16.00 Архивы истории. (12+)
- 16.15 Историкограф. (12+)
- 17.00 Нюрнберг. Кровавые деньги. Суд над промышленниками. (12+)
- 17.55 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Живописный гимн Отечеству. (12+)
- 19.00 Испанская кровь. (12+)
- 20.00 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)
- 21.00 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+)
- 21.55 Последние свидетели. (12+)
- 23.05 Расшифрованные сокровища. (12+)

HISTORY

- 06.00 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
- 06.45 Таинственные города. (12+)
- 07.15 Очень странные экспонаты. (12+)
- 08.05, 08.55 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
- 09.50, 10.45 Древние конструкторы. (12+)
- 11.40, 12.35 Взлом кодов. (16+)
- 13.35 Всемирная выставка 1900 года: возрождение Парижа. (16+)
- 14.35 Тони Робинсон и Британия на пике. (16+)
- 15.30 На службе Её Величества. (12+)
- 16.25, 17.15 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
- 18.05 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)
- 19.05 Древние конструкторы: Анатомия дома. (12+)
- 20.00 Тайны Бермудского треугольника: Упавшие с неба. (12+)
- 20.50 Тайны Бермудского треугольника: Затерянные в море. (12+)
- 21.40 Война во Вьетнаме: Распад и восстановление. (12+)
- 22.30 Дипломаты в Берлине: вестники Второй мировой. (12+)
- 23.25, 00.15 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
- 01.05, 02.00 Древние конструкторы. (12+)
- 02.55, 03.45 Взлом кодов. (16+)
- 04.35 Утопия инженерии. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 13.10, 18.35, 23.45 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
- 06.45, 07.15 На приёме у психолога Колмановского. (12+)
- 07.40, 14.50, 00.35 Прошу Вашей руки и генов. (12+)
- 08.30, 01.15, 01.45 Клинический случай. (12+)
- 08.55 О самом главном. Синдром тазовой боли. (12+)
- 09.55, 04.30 Великая тайна ДНК. (12+)
- 10.45 Добавки. (12+)
- 11.10, 11.40 Угрозы современного мира. (12+)
- 12.05, 12.35, 17.35, 18.05, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)
- 13.55 Скажите, доктор! Желчнокаменная болезнь. (12+)
- 14.25 Скажите, доктор! Первая помощь при отравлениях. (12+)
- 15.40 О самом главном. Печень трески. (12+)
- 16.35 Медицинский репортёр. Бьёт - значит любит? (12+)
- 17.05 Медицинский репортёр. Жизнь после жира. (12+)
- 19.20, 05.15 Медицинский квест. Пластика живота. (12+)
- 20.10, 02.10 Научные сенсации. (12+)
- 21.00 О самом главном. Рак щитовидной железы. Группы риска. (12+)
- 22.55, 02.55 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



08.50 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ЛОПНУЛ»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 18.35 «Одиссея. По ту сторону мифа»
- 08.25 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 08.50 22.10 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ЛОПНУЛ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры «Наблюдатель»
- 10.15 00.50 ХХ век
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 23.20 «Отцы и дети»
- 13.30 23.50 «ПОРУС»
- 14.35 Искусственный отбор
- 15.20 «Дом на Гульваре»
- 16.15 К 100-летию со дня рождения Ролана Пети
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 02.05 Исторические концерты
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.35 Линия жизни
- 21.30 Власть факта
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ
ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 10.40 «Актерские драмы. Советские секс-символы: короткий век». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 Со-бытия
- 11.50 03.35 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН. ОБОРОТЕНЬ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СПЕЦЫ». (16+)
- 16.55 «Закулисные войны. Цирк». (16+)
- 18.10 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 23.55 02.00 02.40 Хроники московского быта. (12+)
- 00.35 «90-е. Путаны и тараканы». (16+)
- 01.15 «90-е. Хиты дискотек и пьянок». (16+)
- 03.20 «Петровка, 38». (16+)

3
ТВ-3



03.15 «СНЫ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.15 17.15 «Слепая». (16+)
- 09.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 09.30 15.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.30 Старец. (16+)
- 19.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 23.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...» (18+)
- Оказывается, пассажир Юли Игорь Матвеевич - бывший олигарх, потерявший интерес к жизни после ухода жены. Жених Аллы Марат исчез несколько дней назад и до сих пор не появился. Она сама начинает расследование.
- 01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)
- 03.15 «СНЫ». (16+)

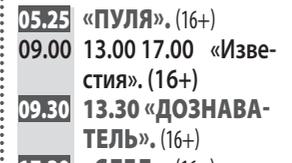
ДОМАШНИЙ



10.45 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 12.00 00.45 «Порча». (16+)
- 13.10 «Знахарка». (16+)
- 13.45 «Верну любимого». (16+)
- 14.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.55 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (16+)
- 19.00 «ЕСЛИ СЕРДЦЕ ДРОГНЕТ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.45 «Знахарка». (16+)
- 02.10 «Верну любимого». (16+)
- 02.40 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.05 Тест на отцовство. (16+)
- 04.45 Давай разведёмся! (16+)

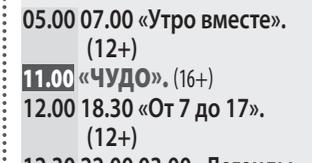
5
5-й КАНАЛ



05.25 «ПУЛЯ». (16+)

- 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.20 14.45 15.05 17.15 03.45 «ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 11.10 13.25 23.15 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 02.05 «КУРЬЕР». (12+)

ТВ
ГУБЕРНИЯ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЧУДО». (16+)
- 12.00 18.30 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 22.00 03.00 «Легенды спорта». (12+)
- 13.00 16.30 «ГРАФИНЯ ДЕ МОНСОРО». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 01.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 15.00 «ЧУДО». (16+)
- Авторы документального проекта расскажут реальные истории, которые могли случиться с каждым – и всё же в них непросто поверить.
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Документальное кино». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.45 «Здоровая среда». (12+)
- 22.30 «Заметные люди». (12+)
- 23.00 «НА КРЫЛЬЯХ». (16+)
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Лига в лицах». (12+)
- 06.30 «Что за спорт?» (12+)
- 07.00 10.00 12.50 16.20 Новости
- 07.05 15.10 18.20 21.15 00.00 Все на Матч!
- 10.05 12.30 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Роуди». (12+)
- 12.55 Смешанные единоборства. В. Слипенко - У. Гаджидаудов. АСА. Трансляция из Москвы. (16+)
- 13.55 «Один за всех». (16+)
- 16.25 01.00 «Вид сверху». (12+)
- 16.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 18.45 Хоккей. «Витязь» (Московская область) - СКА (Санкт-Петербург). Финал Чемпионата КХЛ
- 21.55 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Атлетико». Суперкубок Испании. 1/2 финала
- 01.30 География спорта. (12+)
- 02.00 Баскетбол. «Автотор» (Саратов) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ. (6+)
- 06.00 19.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Лица страны. (12+)
- 08.25 09.10 15.05 16.00 21.25 Спецрепортаж. (12+)
- 08.40 География спорта. (12+)
- 09.30 05.30 «бхб». Волей-большое обозрение. (12+)
- 10.05 21.45 Дартс. Чемпионат профессиональной лиги. (0+)
- 12.15 Небесная грация. (0+)
- 12.30 Что по спорту? (12+)
- 13.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 14.35 «Спортивный интерес». (12+)
- 15.25 05.05 «Что за спорт?» (12+)
- 16.20 17.55 Биатлон. Кубок Содружества. Масс-старт. (12+)
- 17.20 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
- 18.55 23.55 «Вид сверху». (12+)
- 00.25 Гандбол. Кубок дружбы. (6+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Ждите ответа. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.30 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.30 Top-30. Народный хит. (16+)
- 22.00 Смерть или инсценировка? (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Top-30. (16+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Лайкер. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 08.10 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Top-30. Русский плейлист года. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 06.00 «ОРБИТА-9». (16+)
- 07.45 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 09.30 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 11.20 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 13.10 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (12+)
- 14.50 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
- 17.05 «ТАЙНА МУНАКРА». (12+)
- 19.00 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
- 21.00 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)
- 22.45 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОН-НЫ». (12+)
- 00.50 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+)
- 02.35 «Приключения Тинтина: Тайна Единорога». Мультфильм. (12+)
- 04.10 Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «РОБО». (6+)
- 09.55 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 11.25 «МОНАХ И БЕС». (12+)
- 13.30 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 15.35 «БАТЯ». (16+)
- 17.00 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!» (12+)
- 18.20 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- 20.00 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
- 22.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
- 23.35 «12». (16+)
- 02.20 «ЭЛЕФАНТ». (12+)
- 03.35 «ЛИБЕРЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 05.20 Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.00 «Большое путешествие. Специальная доставка». Мультфильм. (6+)
- 07.35 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 08.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 11.40 «ЕЛКИ-2». (12+)
- Россия, 2011 г.
- 13.30 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (12+)
- Россия, 2018 г.
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 01.55 «SOS. ДЕД МОРОЗ, ИЛИ ВСЁ СБУДЕТСЯ!» (16+)
- 03.20 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 04.45 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 16.30 «Оранжевая корова». Мультсериал. (0+)
- 20.00 Интервью со звездами. Диана Гурцкая. (16+)
- 21.30, 22.50 Богиня свиданий. (16+)
- Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху. Но только одна из них удостоится звания «богини свиданий».
- 23.50 Богиня. (16+)
- 00.50, 01.40, 02.30, 03.10 «ДОКТОР ХАОС». (16+)
- 03.50 «Смешарики», «Маша и Медведь», «Машины страшлики», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 02.10 «ТАКСИ-3». (16+)
- 03.35 «ТАКСИ-4». (16+)
- 05.05 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 07.00 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
- 08.50 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)
- 11.20 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 13.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 15.30 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 17.55 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)
- 19.30 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
- 21.00 «МЕЖДУ НАМИ, МАЛЧИКАМИ». (16+)
- 22.55 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- Комедия, фэнтези, фантастика, приключения, Россия, 2022 г.
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.35 Мультфильмы. (0+)
- 07.55 «ДУШЕЧКА». (12+)
- 09.25 «РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ СТАРИЧКОВ». (12+)
- 10.50 «НЕ ХОЧУ БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ!» (12+)
- 12.15 «КОМЕДИЯ ДАВНО МИНУВШИХ ДНЕЙ». (12+)
- 13.50 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». (12+)
- 16.25 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 20.00 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
- 22.40 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛУЮ». (12+)
- 00.25 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)
- 13.00, 21.00 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СУСКА-4». (16+)
- 04.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 06.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА». (16+)
- Сериал. Россия, 2011 г.
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (16+)
- Андрей просит Милко вернуться. Милко соглашается, но предлагает заключить пари.
- 12.40 «КУХНЯ». (16+)
- Новым сезонным блюдом «от Шефа» становится блюдо от Сени. Хозяин и шеф наносят «дружеский визит» в ресторан Елены...
- 17.00 «РОДКОМ». (16+)
- Суркова, избегая попыток Шмелёва поговорить, ссылается на его воссоединение с женой...
- 21.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.45 «6 кадров». (16+)
- 04.10 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «В ТЫЛУ ВРАГА». (0+)
- 06.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Война и вера. (12+)
- 11.35 Добровolec. (16+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.30 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (6+)
- 16.00 «ЭТО МЫ НЕ ПРОХОДИЛИ». (6+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55, 03.20 Донбасс. Поэтому я здесь. (16+)
- 22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Византия. Жизнь после смерти. Удар в спину: Крестовый поход против христиан. XII-XIII века. 16 серия. (0+)
- 00.00 Византия. Жизнь после смерти. Византия в изгнании. XIII век. 17 серия. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 01.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.50 Святныи России. (6+)
- 02.50 Поле битвы. (16+)
- 04.15 Люди Донбасса. Не ради славы. (12+)
- 04.30 Киево-Печерские Святые. Целители. (0+)

Православный календарь

10 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Рождества Христова.
Мучеников 20 ооо, в Никомидии
в церкви сожженных, и прочих, тамо же
вне церкви пострадавших.



Ап. от 70 Никанора. Прп. Игнатия Ломского, Ярославского. Прп. Корнилия Крыпецкого. Сщмчч. Никодима, еп. Белгородского и Аркадия диакона. Сщмчч. Александра пресвитера. Сщмчч. Феоктиста, Леонида, Николая пресвитеров. Сщмчч. Арефы и Александра пресвитеров.

Поста нет.
« Величие имени Иисуса превыше постижения разумных тварей земли и неба, постижение его непостижимо принимается младенческой простотою и верою». Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ



00.00 «АШИК-КЕРИБ». (0+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!». (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «АШИК-КЕРИБ». (0+)
01.35 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
Марина начинает работать в Бурденко. Мартынов даёт ей понять, что рассчитывает на нечто большее, чем просто отношения между коллегами. Вместе с Мариной в Бурденко уходит и её ассистентка Василиса.
23.30 «САМА ВИНОВАТА?». (18+)
00.50 «СКАЖИ ПРАВДУ». (12+)
03.10 «МОРОЗОВА». (16+)

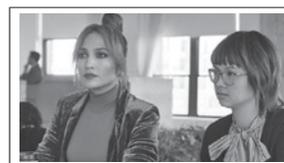
НТВ



14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)

- 05.10 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
На заброшенном заводе находят труп молодого борца, забитого насмерть во время боя. Кузнецик выясняет, что на пустырях и окраинах города проходят бои без правил, и есть заказчик, оплачивающий этот жестокий спорт.
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БИМ». (16+)
23.00 «Сегодня»
23.20 «Смехополис». (16+)
00.45 «ЛЕГЕНДА ФЕРРАРИ». (16+)

СТС



16.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
06.25 «Ну-ка, догони!». (6+)
07.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 Уральские умельцы. (16+)
08.35 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ». (12+)
10.20 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ-2». (16+)
12.15 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КРОКОДИЛЫ-3». (12+)
13.55 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
16.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
18.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.00 «2+1». (16+)
23.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)
01.25 «НЯНЬКА НА РОЖДЕСТВО». (12+)
03.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
04.55 «6 кадров». (16+)
05.00 «Буба». (6+)
05.45 Ералаш. (6+)

ТНТ



23.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
12.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
19.00 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ-3». (16+)
21.00 «ЛАДА ГОЛД». (16+)
Артур и Павел вынуждены стать друзьями, чтобы спастись...
22.00 «Однажды в России». (16+)
23.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЬЩИКИ». (16+)
Кто не мечтает о своей квартире, да ещё в центре города? Две заурядные семейные пары - не исключение. Однако на пути к их мечте встаёт ушлый застройщик, который взамен кровно заработанных денег даёт только котлован для фундамента.
00.45 «Импровизация. Команды». (16+)
02.50 «Студия «Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



20.00 «МОЙ ШПИОН». (12+)

- 05.00 18.00 02.40 «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 23.30 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «МОЙ ШПИОН». (12+)
21.55 «Смотреть всем!». (16+)
00.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-3: ВОЗМЕДИЕ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.20 Гастротур. (16+)
07.10 Секреты на кухне. (16+)
08.20 Пробный переезд. (16+)
09.20 15.00 Четыре свадьбы. (16+)
11.30 Богиня свиданий. (16+)
12.50 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)
21.30 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)
00.00 «КРИК-4». (18+)
02.10 Пятница News. (16+)
02.30 «Спецназ животного мира». (16+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
07.55 «Маша и Медведь: 12 месяцев». (0+)
08.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
10.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.40 «Супербабушка». (16+)
17.20 «Беременная в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
Неверные мужья и жены стали изменять более изощренно, но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть!
03.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Невероятные истории. (16+)
06.50 Дорожные войны 2.0. (16+)
08.00 Дорожные войны. (16+)
10.00 Утилизатор. (12+)
11.00 Утилизатор. (16+)
12.00 Улётное видео. (16+)
15.00 Антиматрица. (16+)
19.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.30 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 05.00, 02.40 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Пять причин поехать в... (12+)
06.25 Евразия. Регионы (12+)
06.40, 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
08.10, 11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
22.20 «ТАРАЖ». (16+)
00.20 Наше кино. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТражение
10.10 «КУПРИН. ВПОТЬМАХ». (16+)
12.00 05.00 «Свет и тени». (16+)
15.10 «НАЧАЛО». (12+)
17.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.30 «ТАЙНЫ БУРГУНДСКОГО ДВОРА». (12+)
22.10 «КИЛЛЕР». (16+)
23.30 «Щедрин-сюита». (12+)
00.45 «Первая помощь». (12+)

ПОБЕДА

- 05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
07.30 «28 ПАНИФИЛОВЦЕВ». (12+)
09.30 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+)
История простых замоскворецких пацанов, на детство и отрочество которых выпала война. Отец Борьки - контуженный инвалид, отец Роберта - репрессированный сразу после Победы орденосец...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
02.20 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
03.50 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Улётная доставка», «Фиксики», «Отель у овечек», «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.30 «Ася и Вася». (0+)
08.10 «Отель у овечек». (0+)
10.15 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
10.25 «Сказочный патруль». (0+)
13.10 «Команда Флоры». (0+)
У природы беда - команда Флоры спешит туда!
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Оранжевая корова». (0+)
18.45 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.55 «Мини-Мишки». (0+)
Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крохотный Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыплёнок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке, где все выглядит нарядным и весёлым. Каждый день они выходят из своих домиков и увлечённо играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации.
21.00 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
21.20 «Турбозавры». (0+)
22.05 «Джунгли скримеры!» (6+)
22.30 «Инфинити Надю». (6+)
23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
23.20 «Смешарики. Пин-код». (6+)
01.15 «Новаторы». (6+)
02.40 «Три кота». (0+)
04.30 «С добрым утром, малышки!» (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+)
07.30, 02.00 «Кошечки-собачки». (0+)
О том, как живут самые разные кошечки и собачки.
08.00, 11.30, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.00, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 04.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
09.45 Друзья на все времена. «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)
09.50, 15.00, 18.00, 22.00, 05.35 «Фиксики». (0+)
10.20 «Морики Дорики». (0+)
10.35, 17.25 «Простоквашино». (0+)
11.05 «Лео и Тиг». (0+)
13.35, 19.30, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Компания разных зверей живёт в лесу и веселится.
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
16.00 «Время малышей». (6+)
17.00, 22.30 «Чик-Чирикино». (0+)
20.05 «Геройчики». (0+)
20.40 «Цветяшки». (0+)
21.05 «Машины сказки». (0+)
23.00 «Супер Майя». (0+)
00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
00.30 «Приключения Бубы». (6+)
01.00 «Котики, вперед!» (0+)
03.00 «Дракоша Тоща». (0+)
03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
05.00 «Четверо в кубе». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 04.00 Взгляд с высоты. Храмовое зодчество на Руси. (12+)
04.30 Монастырские стены. (6+)
05.00 Город трёх империй. (12+)
06.55 Всемирное наследие. Россия. (12+)
07.50, 10.55, 19.50 Обыкновенная история. (6+)
08.00 Музейный феникс. (12+)
08.30 Артековский закат. (12+)
09.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
10.05 Лаборатория смерти. (12+)
11.05 В поисках утраченного искусства. (12+)
12.00 Монологи императоров. (16+)
12.45 Живописный гимн Отчеству. (12+)
13.45 Испанская кровь (12+)
14.35 Суверенное государство Российское. (12+)
15.10, 23.10 Битва оружейников. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.15 Историограф. (12+)
17.00 Нюрнберг. Чтобы помнили... Процесс глазами журналистов. (12+)
17.50 Семь дней истории. (12+)
18.00 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+)
18.50 Последние свидетели. (12+)
20.00 Историада. (12+)
20.55 Коктейль Молотова. (16+)
21.50 Город с характером. (12+)
22.40 На пути к Великой Победе. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
06.25 Дипломаты в Берлине: вестники Второй мировой. (12+)
07.10 Очень странные экспонаты. (12+)
08.00, 08.50 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
09.40, 10.40 Древние конструкторы. (12+)
11.35, 12.30 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
13.20 Вся правда о Дикане. (16+)
14.10 Тони Робинсон и Британия на пленке. (16+)
15.10 На службе Её Величества. (12+)
16.05, 17.05 100 чудес света. (16+)
18.05 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)
19.05 Древние конструкторы: Тайны чудеса природы. (12+)
20.00 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
20.55 Взлом кодов: Код человека. (16+)
21.50 Нюрнбергский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых. (16+)
23.00, 23.50 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
00.40, 01.30 Древние конструкторы. (12+)
02.25, 03.10 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
03.55 Неизвестная Италия: Матера город из камня. (12+)
05.15 Война во Вьетнаме: Распад и восстановление. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.55, 18.15, 23.55 Мир невыспавшихся людей. (12+)
06.50 Скажите, доктор! Желчнокаменная болезнь. (12+)
07.20 Скажите, доктор! Первая помощь при отравлениях. (12+)
07.50, 14.40, 00.55 Фактор эволюции. Еда. (12+)
08.40 Клинический случай. Спасти Гоюла. (12+)
09.05 О самом главном. Печень трески. Уникальные свойства. (12+)
10.05 Медицинский репортёр. Бьёт - значит любит? (12+)
10.30 Медицинский репортёр. Жизнь после жира. (12+)
11.00, 11.30, 01.40, 02.05, 04.15, 04.40 На приёме у доктора Бубновского. (12+)
11.55, 12.25, 17.15, 17.45, 22.00, 23.30 Будь в тонусе! (12+)
13.50 Медицинский квест. Пластика живота. (12+)
15.30 О самом главном. (12+)
16.25 Научные сенсации. Хомо футурус. (12+)
19.10, 05.10 Антистресс юга. Занятие 5. (12+)
19.40, 05.35 На приёме у доктора Ороса. (12+)
20.05, 02.30 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+)
20.35, 02.55 Большой скачок. Гормоны. На страже красоты. (12+)
21.05 О самом главном (12+)
23.00, 23.25, 03.25, 03.50 Большой скачок. (12+)

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
21.45 «Фантастика». Лучшее. (12+)	21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	14.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	06.55 «Уральские пельмени». (16+)	00.00 «Галустян +». (16+)	20.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК 4.0». (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «АнтиФейк». (16+) 10.00 «Жить здорово!». (16+) 10.50 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 «Человек и закон». (16+) 19.45 «Поле чудес». (16+) 21.00 «Время» 21.45 «Фантастика». Лучшее. (12+) 00.00 Матадор. (18+) 01.00 Подкаст.Лаб. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+) 16.00 Вести 16.30 Прямой эфир. (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+) Брагин просит у Нины прощения за свою выходку. Обещает, что такое больше никогда не повторится. Тем временем к Нине приходит жена Никифорова, которая просит её оставить Славу в покое. 23.30 «ЭКИПАЖ». (6+) 01.50 «ОХОТА НА ПИРА-НЬЮ». (16+)	05.05 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ПЁС». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «БАЛАБОЛ». (16+) Управляющий подпольного казино Монгол с помощью Дынина подставляет Грибанова, чтобы заставить того сотрудничать с преступниками. Об этом узнает Саня. Он решает перехватить инициативу и придумывает комбинацию, в которой участвуют также и его друг из Ботсваны майор Джордж Вилакази... 16.00 «Сегодня» 16.45 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «БИМ». (16+) 23.05 «Смехополис». (16+) 00.30 «Я - АНГИНА!». (16+) 03.35 «ВО ВЕКИ ВЕЧНЫЕ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.55 Уральские пельмени. (16+) 08.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+) «Шоу «Уральских пельменей» - это микс зарисовок на самые актуальные темы. Многие считают, что остроумие «Уральских пельменей» имеет поистине паранормальные свойства. Зафиксированы случаи, когда телезрители заряжали позитивом фото своих друзей и родственников, которые по неосторожности пропустили новые серии. Но если ты еще не знаком с творчеством «Уральских пельменей» - срочно смотри все выпуски программы. 04.05 Уральские пельмени. (16+) 05.15 «Буба». (6+) Домовой Буба познаёт мир и постоянно находит приключения на свою голову. 05.45 Ералаш. (6+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+) 09.00 «Однажды в России». (16+) 18.00 «Комеди Клуб». (16+) Comedy Club - это больше, чем одно из самых популярных шоу в стране. Это всегда актуальные темы, эксперименты с юмором и топовые гости. Это более 700 выпусков, тысячи номеров, миллионы шуток и просмотров в интернете! 00.00 «Галустян +». (16+) Перевоплощаясь в целую кучу разнообразных персонажей, Михаил Галустян и его гости показывают, что у россиян великолепное чувство юмора. 01.00 «Импровизация. Команды». (16+) 03.00 «Студия «Союз». (16+) 05.25 «Импровизация». (16+)	05.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 10.00 15.00 «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+) 17.00 «Главные тайны мира». (16+) 20.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК 4.0». (16+) 22.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК: ХОРОШИЙ ДЕНЬ, ЧТОБЫ УМЕРЕТЬ». (16+) 00.25 «ОТРЯД «ПРИЗРАК». (18+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Кондитер. (16+) 06.10 Пятница News. (16+) 06.40 Гастротур. (16+) 07.30 Секреты на кухне. (16+) 08.00 Битва шефов. (16+) 19.00 Погнали! (16+) 22.00 «ЕВГЕНИЧ». (16+) 00.10 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ». (18+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.10 «Спецназ животного мира». (16+) 03.00 «Арсенал животных». (16+) 03.50 Пятница News. (16+) 04.20 «Простоквашино». (12+)	06.00 Невероятные истории. (16+) 07.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 08.15 Дорожные войны. (16+) 11.10 03.30 «ДРУЖИНА». (16+) 13-й век. Дружине новгородского князя предстоит найти и доставить в Новгород мальчика по имени Александр. 19.00 «БАХУБАЛИ: НАЧАЛО». (16+) 22.20 «БАХУБАЛИ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+) 01.45 «Попчик». (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ 10.10 «ТАЙНЫ БУРГУНДСКОГО ДВОРА». (12+) 11.50 «Конфликт». (0+) 15.10 «ИЗ ПЕРВЫХ РУК». (16+) 17.00 «Актуальное интервью». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 20.30 «ДОМ». (16+) 22.35 «ОХОТА». (16+) 00.25 «СЛЕПЫЕ СВИДАНИЯ». (16+) 02.00 «ПОД ЗВУКИ МЕДИ». (16+) 03.40 «КНЯЗЬ ИГОРЬ». (6+)	05.00 «Путь к Победе» (16+) 06.20 «ЗОЯ». (16+) 13.40 «МАЖОР-2». (16+) После неожиданного освобождения из СИЗО Игорь Соколовский (Мажор) возвращается на службу в свой отдел полиции. Получив наследство отца, он нанимает специалиста по экономическим махинациям, чтобы лишить олигарха Игнатова его финансовой империи. В личной жизни Мажор разрывается между яркой связью с Катей и чувствами к Вике... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+) 03.20 «ВЫСОТА 89». (16+) 05.00 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)
05.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 10.30 «Моя свекровь - монстр». (16+) Невестка и свекровь. Люди совершенно разных поколений, и идеологии, будут упорно доказывать, что они могут не просто ладить друг с другом, но и творить совместные кулинарные шедевры 13.40 «Суперббушка». (16+) 17.20 «Беременная в 16». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Измены». (16+) 03.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 04.30 «Маша и Медведь». (0+)	06.10, 01.50 Наше кино (12+) 07.00, 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 08.10, 11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 16.35 Мировое соглашение. (16+) 18.50 Миллион за 5 минут. (16+) 19.30 «НА КРЮЧКЕ!» (16+) 21.15 «СУЕТА СУЕТ». (16+) 23.00 «КАК СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ». (16+) 00.40 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (16+) 04.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)	05.20 «Путь к Победе» (16+) 06.20 «ЗОЯ». (16+) 13.40 «МАЖОР-2». (16+) После неожиданного освобождения из СИЗО Игорь Соколовский (Мажор) возвращается на службу в свой отдел полиции. Получив наследство отца, он нанимает специалиста по экономическим махинациям, чтобы лишить олигарха Игнатова его финансовой империи. В личной жизни Мажор разрывается между яркой связью с Катей и чувствами к Вике... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+) 03.20 «ВЫСОТА 89». (16+) 05.00 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)	ПОБЕДА

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Улётная доставка», «Фиксики», «Отечь у овечек», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+) 07.30 «Ася и Вася». (0+) Лучшие друзья исследуют удивительный мир джунглей. 08.10 «Отечь у овечек». (0+) 10.15 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+) 10.25 «Сказочный патруль». (0+) 13.10 «Три кота». (0+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Оранжевая корова». (0+) Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров. 18.45 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+) 19.00 «Лунтик». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+) 21.20 «Турбозавры». (0+) 22.05 «Дикие скричеры!» (6+) Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей. 22.30 «Инфинити Надо». (6+) Приключения друзей, которые мастерски сражаются в игре под названием Надо. 23.00 «Смешарики». (0+) 00.40 «Ералаш». (6+) 01.40 «Еда на ура!» (0+) 02.05 «Фиксики». (0+) 03.05 «Мастерская «Умелье ручки». (0+) 03.20 «Три кота». (0+) 04.30 «С добрым утром, малыши!». (0+)	06.00, 12.00 «Время малышей». (0+) 07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+) 07.30, 02.00 «Кошечки-собачки. Покоритель вершин». (0+) 08.00, 11.30, 19.00, 23.25 «Барбоскины». (0+) 08.30, 13.00, 21.10 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 09.20 Друзья на все времена. «Летучий корабль». (0+) 09.55, 15.00, 18.00, 22.00 «Фиксики». (0+) 10.20 «Морики Дорики». (0+) 10.35, 17.20 «Простоквашино». (0+) 11.05 «Лео и Тиг». (0+) 13.35 «Мини-Мишки». (0+) 15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 16.00 «Время малышей». (6+) 17.00, 22.35 «Чик-Чирикино». (0+) 19.30, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.00 МУЛЬТпреьера! «Мини-Мишки. Пойдем гулять», «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Сладко-ежки», «Геройчики. Звездопад», «Кошечки-собачки: Покоритель вершин, Главная роль», «Кошечки-собачки. Милые песни» (0+) 20.40 «Цветняшки». (0+) 21.05 «Машины сказки». (0+) 23.00 «Супер Мяу. Спаси деда Мороза». (0+) 00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.30 «Приключения Бубы». (6+) 01.00 «Котики, вперед!» (0+) 03.00 «Дракоша Тоша». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ДОКТОР
05.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+) 06.05 Лаборатория смерти. Апокалипсис по-японски. (12+) 06.55, 14.50, 19.45 Обыкновенная история. (6+) 07.05 В поисках утраченного искусства. (12+) 08.00 Монологи императоров. (16+) 08.45 Живописный гимн Отечеству. (12+) 09.45 Испанская кровь. (12+) 10.35 Суверенное государство Российское. (12+) 11.10 Битва оружейников. (12+) 11.55 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+) 13.00 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+) 13.50 Последние свидетели. (12+) 16.00 Архивы истории. (12+) 16.15 Историкограф. (12+) 17.00 Нюрнберг. Процесс, которого могло не быть. (12+) 17.50 Семь дней истории. (12+) 18.00 Коктейль Молотова. (16+) 18.55 Город с характером. (12+) 20.00 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+) 21.50 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+) 22.50 Герои подполья. (12+) 23.00 В поисках Византии. (12+) 23.45 Кольцо «А». (12+)	06.20 Взлом кодов: Код человека. (16+) 07.15 Очень странные экспонаты: Немецкие коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+) 08.05, 09.05 100 чудес света. (16+) 10.05, 11.05 Древние конструкторы. (12+) 12.00 Тайны Бермудского треугольника: Тайны глубин. (12+) 12.55 Взлом кодов: Код человека. (16+) 13.50 Нюрнбергский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых. (16+) 15.00 Англия Агаты Кристи. (12+) 16.05, 17.05 Чудеса ЮНЕСКО. (12+) 18.05 Древние конструкторы: Древние водные пути. (12+) 19.05 Древние конструкторы: Наведение мостов. (12+) 20.00 Спаситель на продажу. (12+) 21.45 Освенцим: скрытые следы. (16+) 22.45 Сопротивление: секретные туннели Парижа. (16+) 23.45, 00.45 100 чудес света. (16+) 01.40, 02.30 Древние конструкторы. (12+) 03.25 Тайны Бермудского треугольника. (12+) 04.15 Таинственные города. (12+) 04.40 Нюрнбергский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых. (16+)	06.00, 12.50, 18.15, 23.55 Анальгетики. Пить или не пить? (12+) 06.45 Медицинский квест. Пластика живота. (12+) 07.35, 14.40, 00.45 Великая тайна ДНК. (12+) 08.20 Клинический случай. Спаси Шалапина. (12+) 08.50 О самом главном. Рак щитовидной железы. Группы риска. (12+) 09.50 Научные сенсации. Хомо футурус. (12+) 10.35, 20.30, 02.50 Добавки. Сыр. (12+) 11.05 Привлекательность. Наука притяжения. (12+) 11.55, 12.25, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+) 13.40 Антистресс йога. Занятие 5. (12+) 14.10 На приеме у доктора Ороса. (12+) 15.25 О самом главном (12+) 16.20 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+) 16.50 Большой скачок. Гормоны. На страже красоты. (12+) 19.05, 05.00 На приеме у психолога. Бессонница. (12+) 19.35, 05.30 На приеме у психолога. Лень. (12+) 20.05, 02.25 Добавки. Морозное. (12+) 21.00 О самом главном. Почему скачет давление? (12+) 22.55, 23.25, 03.15, 03.45 Добавки. (12+) 01.30, 01.55 На приеме у доктора Бубновского. (12+)	

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

РОССИЯ К
Культура



20.40 «БЕЗЫМЯННАЯ
ЗВЕЗДА»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 «Одиссея»
- 08.25 «Почерк эпохи»
- 08.50 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ЛОПНУЛ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.30 «Забывшее ремесло»
- 11.45 «Владимир Стасов»
- 13.00 «Отцы и дети»
- 13.30 «ПОРУС»
- 14.35 Власть факта
- 15.20 «Гатчина. Свершилось»
- 16.15 «Энигма»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.40 «Транссибирский арт-фестиваль. 10 лет вместе»
- 18.45 «Борис Брунов»
- 19.45 Линия жизни
- 20.40 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА»
- 22.55 «2 Верник 2»
- 23.45 «ПАРИЖ, ТЕХАС»
- 02.10 «Искатели»

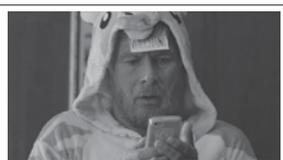
ТВЦ



08.20 «Петровка, 38»,
(16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 02.00 05.05 «Петровка, 38», (16+)
- 08.35 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 10.35 «Актёрские драмы. Уйти от искушения». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 03.40 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: РАСПЛАТА». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СПЕЦЫ». (16+)
- 16.55 «Закулисные войны. Центральное телевидение». (12+)
- 18.15 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 02.15 «Клуб первых жён». (16+)
- 02.55 Прощание. (16+)

ТВ-3



19.00 «МАХНЕМСА
ТЕЛАМИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Слепая». (16+)
- 09.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.30 Лучший друг человека. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 19.00 «МАХНЕМСА ТЕЛАМИ». (16+)
- 21.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ - СВО... 5 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- 01.00 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)
- 02.30 «СНЫ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

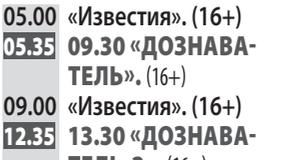
ДОМАШНИЙ



13.55 «Голоса ушедших
душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.10 Давай разведёмся! (16+)
- 08.10 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 00.35 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ». (16+)
- 19.00 «ЕЩЁ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.40 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.00 Тест на отцовство. (16+)
- 04.40 Давай разведёмся! (16+)

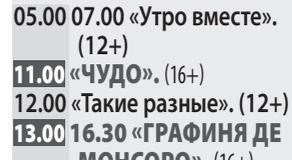
5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.35 09.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 12.35 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.15 Они потрясли мир. (16+)
- 01.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 05.20 14.45 15.05 17.15 04.55 «ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ». (16+)
- 09.30 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (12+)
- 12.10 13.25 «ЗОЛОТАЯ РЕЧКА». (12+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.50 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 03.05 «ТАЕЖНЫЙ МОРЯК». (12+)

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЧУДО». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ГРАФИНЯ ДЕ МОНСОРО». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 15.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 15.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 17.30 «Здоровая среда». (12+)
- 18.30 «В тени чемпионов». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.30 02.00 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.30 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ОТРЯД ТАГАНОВ». (12+)
- 03.30 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.20 14.45 15.05 17.15 04.55 «ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ». (16+)
- 09.30 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (12+)
- 12.10 13.25 «ЗОЛОТАЯ РЕЧКА». (12+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.50 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 03.05 «ТАЕЖНЫЙ МОРЯК». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Лига в лицах». (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 10.00 12.50 16.20 Новости
- 07.05 15.10 21.45 00.30 Все на Матч!
- 10.05 Небесная грация. (0+)
- 10.25 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
- 12.30 Лица страны. (12+)
- 12.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.55 «Король ринга. Николай Корольев». (12+)
- 16.25 Матч! Парад. (6+)
- 16.55 Матч! Футбол. «Тюмень» - «Торпедо» (Нижегородская область). Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига
- 18.45 Хоккей. «Спартак» (Москва) - СКА (Санкт-Петербург). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 22.25 Футбол. «Бавария» - «Хоффенхайм». Чемпионат Германии
- 01.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.55 «Лица страны». (12+)
- 08.25 «Жизнь после спорта». (12+)
- 08.50 Пара на дистанции (12+)
- 09.05 «Ручная работа». (12+)
- 09.30 16.20 05.05 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 «Корона спортивной империи». (12+)
- 11.05 03.45 «Спортивный интерес». (12+)
- 11.30, 13.05 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)
- 14.40 16.00 18.45 21.55 01.20 Спецрепортаж. (12+)
- 15.25 22.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.50 04.10 «Один за пятерых». (12+)
- 17.50 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+)
- 19.25 «бхб». (12+)
- 19.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 22.10 Что по спорту? (12+)
- 23.05 Здоровый образ. (12+)
- 23.35 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Лайкер. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Лайкер. (16+)
- 08.10 Тееп чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
- 11.30 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое Радио. (16+)
- 17.00 Консервы. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.30 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле-2023. (16+)
- Масштабное шоу в Государственном Кремлевском дворце.
- 22.05 Танцпол. (16+)
- Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты.
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.20 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 08.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)
- 09.50 «СВИДАНИЕ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
- 11.50 «ТЫ УМЕЕШЬ ХРАНИТЬ СЕКРЕТЫ?» (16+)
- 13.30 «ОРБИТА-9». (16+)
- 15.20 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 17.05 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 19.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 21.10 «ДАЛЬНИЙ КОСМОС». (16+)
- 23.10 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)
- 01.15 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
- 02.55 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)
- 04.30 Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Пин-код». «Три ката». Мультсериалы. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «РУССКИЙ КРЕСТ». (16+)
- 09.25 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 11.35 «НА КРЮЧКЕ» (16+)
- 13.10 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
- 14.55 «НЕПОСЛУШНИК». (16+)
- 17.00 «ВСЁ ХОРОШО». (12+)
- 18.40 «ЗВЕЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
- 20.40 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 22.15 «ЭЛЕФАНТ». (12+)
- 23.45 «РОБО». (6+)
- 01.15 «ЭЛЛОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 02.40 «МАЛДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
- 04.05 «Коты Эрмитажа». Мультфильм. (6+)
- 06.40 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 12.00 «ЧАРОДЕИ». (12+)
- СССР, 1982 г.
- Новогодняя комедия по сценарию братьев Стругацких о чудесах в Институте необыкновенных услуг.
- 15.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 01.45 «ЕЛКИ 1914». (12+)
- Россия, 2014 г.
- 03.10 «ЕЛКИ ЛОХМАТЫЕ». (12+)
- 04.35 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 08.50 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 09.20 «Маша и Медведь», «Машины страшлики», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 20.00 Интервью со звездами. Михаил Шуфутинский. (16+)
- 21.30, 22.40, 23.40 Богиня. (16+)
- 00.50, 01.50 «ДОКТОР ХАОС». (16+)
- 02.55 «Смешарики», «Маша и Медведь», «Машины страшлики», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (16+)
- Женсовет готовит Марьяне ломушку, Федя соглашается им подыграть.
- 12.35 «КУХНЯ». (16+)
- Шеф попадает в больницу. В ресторан приходит «настоящий» вегетарианец, но повара подсовывают ему рулетки с мясом...
- 16.55 «РОДКОМ». (16+)
- Шмелёв отправляет Суркову с Кристиной на загородный турнир по шахматам, куда неожиданно приезжает Влад с Глебом.
- 21.50 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.40 «б кадров». (16+)
- 04.05 «Три ката». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПОЕЗД ИДЁТ НА ВОСТОК». (6+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела. Святитель Макарий Московский. (0+)
- 11.35 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Знамение». (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.15 «ГДЕ ЭТО ВИДАНО, ГДЕ ЭТО СЛЫХАНО». (0+)
- 14.45 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (6+)
- 16.20 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (6+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00 Следы империи с Аркадием Мамонтовым. (12+)
- 22.40 Византия. Жизнь после смерти. Осколки империи. XV век. 20 серия. (0+)
- 23.35 Византия. Жизнь после смерти. Последние роми. XV век 21 серия. (0+)
- 00.20 Византия. Жизнь после смерти. Третий Рим 22 серия. (0+)
- 01.05, 01.35, 02.05, 02.35 Поле битвы. (16+)
- 03.05, 03.35, 04.05, 04.35 Паисий Святогорец. Семейная жизнь. (0+)

Православный календарь

12 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Рождества Христова.
Мц. Анисии.



Сщмч. Зотика пресвитера, сиропитателя. Свт. Макария, митр. Московского. Ап. от 70 Тимона. Мч. Филетера Никомидийского. Прп. Феодоры Кесарийской. Прп. Феодоры Константинопольской. Мц. Марии.

Поста нет.

« Диавол лишил нас рая, а Господь возвел на небо; тот был причиной осуждения нашего на смерть, а Этот даровал бессмертия; тот лишил нас райского блаженства, а Этот уготовал Царство Небесное».

Свт. Иоанн Златоуст

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>13.15 «СТАРУШКИ В СНЕГАХ». (12+)</p>	 <p>12.50 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)</p>	 <p>10.00 «Сегодня»</p>	 <p>17.05 «ЛЕССИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+)</p>	 <p>11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p>	 <p>20.00 «РИДДИК». (16+)</p>			
<p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 «Наше всё». (0+)</p> <p>11.05 «ПроУют». (0+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 «Поехали!» (12+)</p> <p>13.15 «СТАРУШКИ В СНЕГАХ». (12+)</p> <p>14.55 «ОПЕРАЦИЯ «С НОВЫМ ГОДОМ!» (16+)</p> <p>17.05 Премьера. «Угадай мелодию». (12+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.20 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 Новогодняя ночь на Первом. 10 лет спустя. (16+)</p> <p>01.55 Подкаст Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Вести. Местное время</p> <p>08.20 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.45 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>12.50 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)</p> <p>Жизнь в богатстве или любовь в шалаше? Сделать выбор не просто. И даже если ты уже разобрался в себе, в своих желаниях и принципах, жизнь всё равно подкидывает сюрпризы.</p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.50 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.00 «Аншлаг. Старый Новый год». (16+)</p> <p>00.00 Новогодний голубой огонёк-2024</p> <p>03.10 «УПРАВДОМША». (12+)</p>	<p>05.00 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 «ТОНКАЯ ШТУЧКА». (16+)</p> <p>Юлия Круглова, учительница английского языка провинциального городка, никак не ожидала, что девичник по случаю окончания учебного года омрачится внезапным появлением в ее квартире самого настоящего трупа.</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)</p> <p>12.00 Основано на реальных событиях. (16+)</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.20 «Следствие вели...» (16+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>19.25 «Секрет на миллион». (16+)</p> <p>21.30 «Дискотека Суперстар!» (16+)</p> <p>01.20 «ПЕРВЫЙ ПАРЕНЬ НА ДЕРЕВНЕ». (12+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>07.00 «Три кота». (0+)</p> <p>07.30 «Детектив Финник». (0+)</p> <p>07.40 «Домовые ждут Новый год». (0+)</p> <p>07.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>09.00 Просто кухня. (12+)</p> <p>10.00 Уральские пельмени. (16+)</p> <p>10.30 Уральские умельцы. (16+)</p> <p>11.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>13.05 «МОЙ ТИГР». (12+)</p> <p>15.05 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС ДУЛИТТЛ». (6+)</p> <p>17.05 «ЛЕССИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+)</p> <p>19.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ: НОВОГОДНИЕ». (12+)</p> <p>21.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ: НОВОГОДНИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)</p> <p>23.25 «НЕ СКАЖУ». (16+)</p> <p>01.20 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)</p> <p>03.00 «ДЫЛДЫ». (16+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>19.30 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)</p> <p>Новое шоу с участием экстрасенсов, которые когда-то вылетели из легендарной «Битвы».</p> <p>21.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>Возвращение полюбившейся зрителям программы, где известные музыканты дают второе дыхание неизвестным интернет-хитам. Шоу «Конфетка» собирает непрофессиональных музыкантов и помогает их пока ещё не признанным шедеврам по-настоящему зазвучать.</p> <p>22.30 «Женский стендап». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.40 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>03.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.05 «Импровизация». (16+)</p>	<p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>12.30 «Новости». (16+)</p> <p>13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>16.30 «Новости». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.15 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.30 «Новости». (16+)</p> <p>20.00 «РИДДИК». (16+)</p> <p>22.20 «ЧУЖОЙ: ЗАВЕТ». (16+)</p> <p>00.40 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)</p> <p>02.50 «КРОВЬ ЗА КРОВЬ». (16+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
<p>05.30 Пятница News. (16+)</p> <p>06.00 04.30 «Простоквашино». (12+)</p> <p>07.10 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>08.10 Гость у порога. (16+)</p> <p>09.50 Четыре свадьбы. (16+)</p> <p>23.00 Вундеркинды. (16+)</p> <p>01.30 «Спецназ животного мира». (16+)</p> <p>02.20 «Арсенал животных». (16+)</p> <p>03.10 Дикие животные. (16+)</p> <p>04.10 Пятница News. (16+)</p> <p>04.45 «Простоквашино». (0+)</p> <p>04.50 «Простоквашино». (12+)</p>	<p>06.00 «ДРУЖИНА». (16+)</p> <p>09.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок.</p> <p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>03.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 14.30 «Календарь». (12+)</p> <p>09.30 Всё по-взрослому</p> <p>10.15 «Отчий дом». (12+)</p> <p>10.30 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)</p> <p>12.15 «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ». (12+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>18.05 «Вечер вместе». (12+)</p> <p>19.45 «Вспомнить всё». (12+)</p> <p>20.10 «ПОД ЗВУКИ МЕДИ». (16+)</p> <p>21.55 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)</p> <p>00.10 «БРАВИССИМО». (16+)</p>	<p>06.50 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)</p> <p>09.10 «ПОКУШЕНИЕ». (16+)</p> <p>15.10 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)</p> <p>Военная драма, разворачивающаяся на фоне первых дней войны. Это история становления человека, который на наших глазах из неопытного мальчика превращается в мужчину, не боящегося ответственности, инстинктивно знающего, что нужно делать даже в таких ситуациях, где пасуют старшие и, казалось бы, более опытные люди. . .</p> <p>00.00 «СЕСТРЕНКА». (12+)</p> <p>01.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)</p> <p>03.10 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)</p>	<p>05.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.15 «Маша и Медведь: 12 месяцев». (0+)</p> <p>08.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.55 «Беременная в 16. По ту сторону океана». (16+)</p> <p>14.20 19.00 «Беременная в 16». (16+)</p> <p>17.50 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)</p> <p>Участницы реалии «Беременная в 16» расскажут о том, как сложилась их жизнь после проекта.</p> <p>22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «Измены». (16+)</p> <p>03.00 «Супербабушка». (16+)</p> <p>04.55 «Маша и Медведь». (0+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА		
<p>05.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.15 «Маша и Медведь: 12 месяцев». (0+)</p> <p>08.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.55 «Беременная в 16. По ту сторону океана». (16+)</p> <p>14.20 19.00 «Беременная в 16». (16+)</p> <p>17.50 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)</p> <p>Участницы реалии «Беременная в 16» расскажут о том, как сложилась их жизнь после проекта.</p> <p>22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «Измены». (16+)</p> <p>03.00 «Супербабушка». (16+)</p> <p>04.55 «Маша и Медведь». (0+)</p>	<p>05.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)</p> <p>05.10, 09.00 Мультфильмы. (6+)</p> <p>06.00 Всё, как у людей. (6+)</p> <p>06.15 «НОРМАНДИЯ-НЕ-МАН». (16+)</p> <p>08.30 Исторический детектив с Николаем Валчевым. (16+)</p> <p>09.30 ФазендаЛайф. (6+)</p> <p>10.00 Погода в мире</p> <p>10.10 «СУЕТА СУЕТ». (16+)</p> <p>11.55, 16.15, 18.45 «ОТРАЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>Сериал. Драма, Россия</p> <p>16.00, 18.30 Новости</p> <p>01.10 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)</p> <p>02.35 «Фестиваль Авторадио». Музыкальный фестиваль с участием популярных исполнителей. (12+)</p> <p>04.35 Наше кино. История большой любви. (12+)</p>	<p>06.50 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)</p> <p>09.10 «ПОКУШЕНИЕ». (16+)</p> <p>15.10 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)</p> <p>Военная драма, разворачивающаяся на фоне первых дней войны. Это история становления человека, который на наших глазах из неопытного мальчика превращается в мужчину, не боящегося ответственности, инстинктивно знающего, что нужно делать даже в таких ситуациях, где пасуют старшие и, казалось бы, более опытные люди. . .</p> <p>00.00 «СЕСТРЕНКА». (12+)</p> <p>01.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)</p> <p>03.10 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)</p>		

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Долина Муми-троллей» (0+), «Буба» (6+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «Три кота». (0+)</p> <p>09.30 «Простоквашино». (0+)</p> <p>12.40 «Умка на ёлке». (0+)</p> <p>12.50 «Умка». (0+)</p> <p>13.30 «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)</p> <p>13.40 «Новогодние волшебности». (0+)</p> <p>13.50 «Вовка и зима в Тридевятом царстве». (0+)</p> <p>14.00 «Турбозавры». (0+)</p> <p>15.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>18.30 Кремлёвская ёлка-2024. Трансляция из Государственного Кремлёвского Дворца. (0+)</p> <p>Вместе с героями новогодней сказки вы окажетесь на главной ёлке страны, в Государственном Кремлёвском Дворце! Обычные школьники и сказочные персонажи отправятся в некоторое царство, Тридевятое государство, которое оказалось во власти мрака и холода. Но как успокоить бушующие снежные вихри, ледяные бураны и спасти сказочных героев? Всё это вы узнаете, когда посмотрите эту чудесную новогоднюю сказку!</p> <p>19.30 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>Сериал о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>21.20 Новогодний мультмафон. (6+)</p> <p>04.30 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p>	<p>06.00, 09.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>08.00 «Мини-мишки». (0+)</p> <p>11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</p> <p>12.00 «Чик-Чиркино. Дело привычки». (0+)</p> <p>12.10 «Геройчики. Другая планета». (0+)</p> <p>12.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Для чего красота». (0+)</p> <p>12.30 «Сказочный патруль. Пингвинный твист». (0+)</p> <p>12.40 «Кошей. Начало». (6+)</p> <p>14.15 МУЛЬТсюрприз. (0+)</p> <p>19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль. Пингвинный твист», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Для чего красота», «Геройчики. Другая планета», «Маша и Медведь: И снова фокусы!, Много шума из ничего», «Маша и Медведь. Анимашки. За стеклом», «Волшебная кухня. Посуда», «Чик-Чиркино. Дело привычки». (0+)</p> <p>20.00 «Чик-Чиркино». (0+)</p> <p>Чик-Чиркино - городок, похожий на человеческий. Но живут в нем птицы, которые, как и люди, путешествуют и гуляют в парках. В городке обитает и многодетная воробьиная семья Чиркиных, главных героев мультсериала. Жизнь шумного семейства полна маленьких приключений и комичных ситуаций, в которые воробьи попадают благодаря своим пенцам.</p> <p>21.45 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</p> <p>01.05, 03.10 «Фиксики. Новенькие». (0+)</p>	<p>06.00, 09.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>08.00 «Мини-мишки». (0+)</p> <p>11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</p> <p>12.00 «Чик-Чиркино. Дело привычки». (0+)</p> <p>12.10 «Геройчики. Другая планета». (0+)</p> <p>12.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Для чего красота». (0+)</p> <p>12.30 «Сказочный патруль. Пингвинный твист». (0+)</p> <p>12.40 «Кошей. Начало». (6+)</p> <p>14.15 МУЛЬТсюрприз. (0+)</p> <p>19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль. Пингвинный твист», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Для чего красота», «Геройчики. Другая планета», «Маша и Медведь: И снова фокусы!, Много шума из ничего», «Маша и Медведь. Анимашки. За стеклом», «Волшебная кухня. Посуда», «Чик-Чиркино. Дело привычки». (0+)</p> <p>20.00 «Чик-Чиркино». (0+)</p> <p>Чик-Чиркино - городок, похожий на человеческий. Но живут в нем птицы, которые, как и люди, путешествуют и гуляют в парках. В городке обитает и многодетная воробьиная семья Чиркиных, главных героев мультсериала. Жизнь шумного семейства полна маленьких приключений и комичных ситуаций, в которые воробьи попадают благодаря своим пенцам.</p> <p>21.45 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</p> <p>01.05, 03.10 «Фиксики. Новенькие». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ДОКТОР
<p>00.00 Музейный феникс. (12+)</p> <p>00.30 Артековский закал. (12+)</p> <p>01.30 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)</p> <p>02.05 Лаборатория смерти. Апокалипсис по-японски. (12+)</p> <p>02.55, 10.50 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>03.05 Россия глазами иностранцев. (12+)</p> <p>04.00 Монологи императоров. (16+)</p> <p>04.45 Живописный гимн Отчеству. (12+)</p> <p>05.45 Испанская кровь (12+)</p> <p>06.35 Суверенное государство Российское. (12+)</p> <p>07.10, 15.10, 22.55 Битва оружейников. (12+)</p> <p>08.00 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)</p> <p>09.00 Хакиasia. По следам следов на скальнях. (12+)</p> <p>09.50 Последние свидетели. (12+)</p> <p>11.00 Расшифрованные сокровища. (12+)</p> <p>12.00 Историада. (12+)</p> <p>12.55 Коктейль Молотова. (16+)</p> <p>13.50 Город с характером. (12+)</p> <p>14.40 На пути к Великой Победе. (12+)</p> <p>16.00 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)</p> <p>17.45 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)</p> <p>18.40, 22.40 Герои подполья. (12+)</p> <p>18.55 В поисках Византии. (12+)</p> <p>19.40, 23.40 Кольцо «А». (12+)</p> <p>20.00 Гитлер против Пикассо и других. (16+)</p>	<p>06.10 Военные заводы: Рассвет авианосцев. (12+)</p> <p>06.55 Спаситель на продажу. (12+)</p> <p>08.40, 09.35, 10.25 Корея. 5000 лет выживания. (16+)</p> <p>11.15 100 чудес света. (16+)</p> <p>12.15, 13.10, 14.10, 15.05, 16.05 Древние конструкторы. (12+)</p> <p>17.00 Монархи: удержать корону любой ценой: Война между двоюродными братьями. (16+)</p> <p>17.55 Монархи: удержать корону любой ценой: Монархия и нацизм. (16+)</p> <p>18.55 Монархи: удержать корону любой ценой: Послевенная амнезия. (16+)</p> <p>19.50 Монархи: удержать корону любой ценой: Отказ от традиций. (16+)</p> <p>20.45 Монархи: удержать корону любой ценой: Принцесса-бунтарка. (16+)</p> <p>21.40 Монархи: удержать корону любой ценой: В погоне за нормальным. (16+)</p> <p>22.35, 23.25 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)</p> <p>00.15 Война во Вьетнаме: Распад и восстановление. (12+)</p> <p>01.10 Дипломаты в Берлине: вестники Второй мировой. (12+)</p> <p>01.55 Нюрнбергский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых. (16+)</p> <p>03.00, 03.55 Взлом кодов. (16+)</p>	<p>06.00, 06.25, 10.50, 11.20, 14.35, 15.05, 15.35, 16.00, 19.25, 19.50, 23.05, 23.35, 00.10, 00.35, 04.35, 05.05, 05.30 Будь в тонусе! (12+)</p> <p>Используя научный подход и опыт ведущих специалистов, авторы пытаются проверить популярные мифы о здоровье...</p> <p>06.55, 13.35, 22.15, 03.45 Основной элемент. НЛП. Как подавить волю. (12+)</p> <p>07.25, 14.05, 22.35, 04.10 Основной элемент. НЛП. Искусство подчинять. (12+)</p> <p>07.55, 16.30, 01.05 Большой скачок. Красота. Тепло. (12+)</p> <p>08.25, 17.00, 01.30 Большой скачок. Красота. Лицо. (12+)</p> <p>08.55, 17.25, 02.00 Сражаться за жизнь. Иван Павлов. (12+)</p> <p>09.20, 17.55, 02.25 Проздоровье. Психология жира. (12+)</p> <p>09.50, 18.25, 02.50 На приёме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)</p> <p>10.20, 18.55, 03.15 На приёме у психолога Колмановского. Интернет-зависимость. (12+)</p> <p>11.50, 12.15, 20.20, 20.50 На приёме у Михаила Лабковского. Одиночество в браке. (12+)</p> <p>12.45, 21.20 Научные сенсации. Бактерии правят миром. (12+)</p>		

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

РОССИЯ К
Культура



20.15 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «В лесу родилась елочка»
- 08.15 «ПОРУС»
- 10.15 «Дом ученых»
- 10.45 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ»
- 12.25 «Шрифт Петра Великого»
- 13.10 Истории города N с Пьером Бурелем
- 13.50 01.55 «Волшебные мгновения в дикой природе»
- 14.45 «ГОРОД МАСТЕРОВ»
- 16.10 «Нобелевские победы российской науки». К 300-летию Российской академии наук
- 17.15 «ТРУФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Запечатленное время»
- 20.15 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»
- 22.35 «Романтика ромansa»
- 00.35 ХХ век
- 02.45 «Жил-был пес»

ТВЦ



06.45 «Православная энциклопедия». (6+)

- 05.55 «Вокруг смеха за 38 дней». (12+)
- 06.45 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.10 «МАРУСЯ». (12+)
- 08.55 «МАРУСЯ: ТРУДНЫЕ ВЗРОСЛЫЕ». (12+)
- 10.35 «Мифы о еде. Суперфуды». (16+)
- 11.30 14.30 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.50 «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК». (0+)
- 14.45 «НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ». (12+)
- 18.20 «Смешить Дракона на Старый Новый год». (12+)
- 21.35 «Хорошие песни на Старый Новый год». (12+)
- 00.00 «Легенды эстрады. ВИА 70-х». (12+)
- 00.40 «Закулисные войны. Комедианты». (16+)
- 01.20 «Закулисные войны. Центральное телевидение». (12+)

ТВ-3



18.30 «МАЖОРЫ НА МЕЛИ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 10.00 «Мультфильмы». (0+)
- 11.00 «Союз зверей: Спасение двуногих». (6+)
- 12.45 «Леди Баг и Супер-Кот: Приключения в Нью-Йорке». (6+)
- 14.15 «Леди Баг и Супер-Кот: Приключения в Шанхае». (6+)
- 15.30 «Леди Баг и Супер-Кот из Альтернативной Вселенной: Приключения в Париже». (6+)
- 16.30 «МАХНЕМЯ ТЕЛАМИ». (16+)
- 18.30 «МАЖОРЫ НА МЕЛИ». (16+)
- 20.30 Вы поёте великолепно. (16+)
- 22.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...». (16+)
- 00.00 Песни с предсказаниями. (12+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ВОРОН». (16+)

- 06.30 «КОМНАТА РОЗ». (16+)
Две школьные подруги Вера и Нина были очень близки, пока обе не влюбились в Игоря. Чувства разрушили их дружбу, а судьба развела на долгие тринадцать лет. Встретив Веру снова, Нина узнает, что соперница смогла построить счастливую жизнь с Игорем... Зависть и ненависть к бывшей подруге толкает Нину на отчаянную борьбу за возлюбленного. Теперь она готова на все, чтобы уничтожить Веру и завладеть сердцем Игоря.
- 10.15 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (16+)
- 14.45 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (16+)
- 19.00 «ВОРОН». (16+)
- 22.40 «СЛУЧАЙНЫЕ ВСТРЕЧИ». (16+)
- 02.30 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
Цикл передач о товарах народного потребления и услугах, которые жители нашей страны получают ежедневно.
- 12.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 20.25 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.25 «ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ». (16+)
- 08.15 «Морской бой». (6+)
- 09.55 «МАТРОС ЧИЖИК». (6+)
- 11.40 Мужики. (16+)
- 13.15 «Не факт!». (12+)
- 13.45 «Война миров». (16+)
- 16.10 «Время героев». (16+)
- 16.30 19.25 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 19.50 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
- 22.45 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (12+)
- 01.15 «ЗОЛОТАЯ РЕЧКА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Машины страшилки». (0+)
- 11.00 «ГРАФИНИЯ ДЕ МОНСОРО». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 12.45 «Точка.ру». (12+)
- 13.15 «Актуальное интервью». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 15.30 «Такие разные». (12+)
- 16.30 «Просто жизнь». (12+)
- 17.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буран» - «Звезда» Москва. (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Марафон». (12+)
- 20.45 «Территория успеха». (12+)
- 21.15 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 22.45 «Такие разные». (12+)
- 23.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 00.00 «Чайф 35+». (16+)
- 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 02.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 02.30 «ЛЕКАРЬ: УЧЕНИК АВИЦЕННЫ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.30 16.25 19.15 Новости
- 07.35 16.30 19.20 22.30 00.45 Все на Матч!
- 08.30 «Команда Матч». (0+)
- 08.35 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Гонка женщины
- 10.10 12.55 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Спринт
- 11.40 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Гонка
- 14.50 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - ЦСКА. Единая лига ВТБ
- 17.25 Мини-футбол. «Кристалл» (Санкт-Петербург) - «Газпром-Югра» (Югорск). Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига
- 20.25 Футбол. «Дармштадт» - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии
- 22.40 Футбол. «Монца» - «Интер». Чемпионат Италии
- 01.30 Волейбол. «Локомотив» - «Атом-Курск». Чемпионат России. Руги Суперлига. Женщины. (6+)
- 06.00 14.55 17.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 09.40 14.50 Новости
- 07.55 «Один за пятерых». (12+)
- 08.55 Небесная грация. (0+)
- 09.10 Страна смотрит спорт. (12+)
- 09.45 Автоспорт. Рождественская гонка чемпионов. (6+)
- 14.15 Спецрепортаж. (12+)
- 14.35 Пара на дистанции. (12+)
- 16.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 19.25 «Что за спорт?». (12+)
- 19.55 20.50 03.35 04.30 Биатлон. Чемпионат России. Командная гонка. (0+)
- 21.55 Лыжные гонки. Кубок России. Спринт. (0+)
- 00.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 01.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.10 «ДАЛЬНИЙ КОСМОС». (16+)
- 08.20 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 10.25 «ОЗ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД». (6+)
- 12.10 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
- 14.45 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 16.50 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 19.00 «ВСЁ МОГУ!» (16+)
- 20.35 «ПУТЕШЕСТВИЕ ГЕКТОРА В ПОИСКАХ СЧАСТЬЯ». (16+)
- Германия, Канада, 2014 г.
- 22.45 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
- 00.35 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
- 02.20 «Приключения Пильи». Мультфильм. (6+)
- 03.45 «ОРБИТА-9». (16+)
- 05.15 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Три кота». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 07.50 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.50, 12.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 13.35 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 15.10 «ЗВЕЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (6+)
- 17.10 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)
- 19.05 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)
- 20.55 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)
- 22.35 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ: ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
- 00.15 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
- 01.45 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
- 03.30 «ЗО СВИДАНИЙ». (16+)
- 04.55 «Три толстяка». Мультфильм. (6+)

- 01.10 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
- 02.40 «ДУМАЙ, КАК МУЖЧИНА». (12+)
- 04.45 «ДУМАЙ, КАК МУЖЧИНА-2». (12+)
- 06.40 «ТАКСИ». (16+)
- 08.20 «ТАКСИ-2». (16+)
- 09.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 12.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 14.05 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА» (16+)
- 15.55 «ШЕСТЬ ДНЕЙ, СЕМЬ НОЧЕЙ». (16+)
- 17.45 «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». (16+)
- 19.30 «ПОКА ТЫ СПАЛ». (16+)
- 21.25 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 23.20 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 07.00 «АЙБОЛИТ-66». (12+)
- 08.50 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)
- 12.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
- 13.30 «ЛЮБОВЬ С ПРИВИЛЕГИЯМИ». (18+)
- 15.55 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
- 17.35 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)
- 19.15 «МИМИНО». (12+)
- 21.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
- 23.45 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
- 01.05 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». (12+)
- 03.20 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (12+)
- 05.10 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ». (0+)
- 07.00 «ГДЕ ЭТО ВИДАНО, ГДЕ ЭТО СЛЫШАНО». (0+)
- 07.30, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00, 04.00 В поисках Бога. (6+)
- 10.35, 03.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 11.05 Святыни России. (6+)
- 12.10 Русский обед. (6+)
- 13.10, 13.40, 14.05 Монастырская кухня. (0+)
- 14.35 Святые воины. От Илии Муромца до Паисия Святоторгора: воины-преподобные. (6+)
- 15.05 Служба спасения семьи. (16+)
- 16.05, 04.30 Профессор Осипов. (0+)
- 16.40 «ОТЦЫ И ДЕДЫ». (12+)
- 18.25 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (6+)
- СССР, 1968 г.
- 20.00 Простые чудеса. (12+)
- 21.00 Русский мир. (12+)
- 22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 День Патриарха. (0+)
- 01.55 День Ангела. Святой Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст. (0+)
- 02.40 Простые чудеса. (12+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
Сеня и Федя решили открыть собственный бизнес - закусочную на колёсах. Совместная работа не ладится с первого дня...
- 00.00 Новая песня года. Праздничный концерт. (6+)
- 01.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
У психолога Сергея Васнецова большие проблемы. От него ушла жена, оставив пятерых дочерей. Первая - модница, вторая - отличница, третья - неформалка, четвертая - спортсменка, а пятая - совсем крошка Луговка.
- 05.50 «Три кота». (0+)
- 06.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 13.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 13.40 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 20.00 Интервью со звездами. Диана Гурцкая. (16+)
- 21.30 Богиня свиданий. (16+)
- 22.40, 23.40 Богиня. (16+)
- 00.40 Моя жена рулит. (16+)
- 01.45 «Смешарики», «Малышарики». Умные песенки. Мультсериалы. (0+)
- 03.50 Мультсериалы. (0+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5. ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
Детектив, мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Софья Хилькова, Пётр Рыков, Павел Рассомахин
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6. ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ». (16+)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
Мы знаем о звездах всё!
- 06.50 Плейлист. Зима. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Хит-Сториз. (16+)
- 11.30 PRO-новости. (16+)
- 12.00 Top-30. (16+)
- 14.30 Новогодний чарт
- МУЗ-ТВ. 50 лучших клипов. (16+)
- Самый грандиозный хит парад на МУЗ-ТВ - новое издание настроения, главные тренды уходящего года и самые лучшие клипы, которые покорили аудиторию в 2023-м году.
- 18.30 Легенды Ретро ФМ-2023. (16+)
- 21.30 Танцпол. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)

Православный календарь

13 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице.
Суббота по Рождеству Христовом.
Глас 6. Отдание праздника Рождества Христова. Прп. Мелании Римляныни.



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

« Красота Твоя, Владыко Христе, неизъяснима, зрак несравним, великолепие неизреченно, и слава превышает ум и слово. Твой нрав, Твоя благодать и кротость превосходят помышления всех земнородных». Прп. Симеон Новый Богослов

ПЕРВЫЙ



23.00 «КОНТЕЙНЕР». (16+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любима! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Играем свадьбу!» (12+)
11.05 «Жизнь других». (12+)
12.15 «Повара на колесах». (12+)
13.10 «Видели видео?» (0+)
14.40 «Алексей Булдаков. «Ну вы, блин, даете!» (12+)
15.35 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
17.05 «Угадай мелодию» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Лучше всех!» (0+)
21.00 «Время»
23.00 «КОНТЕЙНЕР». (16+)
00.50 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



12.50 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)

- 06.20 «СКАЗКИ РУБЛЁВ-СКОГО ЛЕСА». (12+)
Уже который год Полину, актрису небольшого театра, выручает роль Снегурочки на Новый год. Но в этот раз ей придётся заменить своего друга-напарника и самой сыграть Деда Мороза!
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.45 Большие перемены
12.50 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (12+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «СКАЗКИ РУБЛЁВ-СКОГО ЛЕСА». (12+)

НТВ



10.00 «Сегодня»

- 05.00 «Новогодняя сказка для взрослых». (16+)
05.50 «СТАРЫЕ КАДРЫ». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.20 «Игры разумов». (0+)
Каждую неделю в гости к знатокам приходят звёзды, чтобы на равных сразиться в интеллектуальной телеигре.
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (12+)
19.00 «Сегодня»
19.35 «Квартирник НТВ у Маргулиса. Новоселье по-новому». (16+)
22.45 «Новогодняя Маска». (12+)

СТС



14.45 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Отель «У овечек». (0+)
07.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.55 «НЕ СКАЖУ». (16+)
10.50 «МОЙ ТИГР». (12+)
12.45 «ЛЕССИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+)
14.45 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
16.50 «ХРОНИКИ ПАНГОЛИНОВ». (12+)
18.55 «СТРАЖИ ВРЕМЕНИ». (6+)
21.00 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
23.35 «2+1». (16+)
Жизнь Сэмюэля была легка и беззаботна ровно до тех пор, пока одна из его бывших не подкинула ему грудного ребёнка. Решив, что такая проблема ему не нужна, он поехал искать мать малышки.
01.50 «SOS, ДЕД МОРОЗ, ИЛИ ВСЁ СБУДЕТСЯ!» (6+)
03.15 «ДЫЛДЫ». (16+)

ТНТ



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

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайдже-сты-2023». (16+)
11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
17.30 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)
19.00 «Выжить в Самарканде». (16+)
21.00 «Шоу Воли». (16+)
Шутки на актуальные темы, смешные рубрики и самые топовые гости - всё это «Шоу Воли». В гости к Павлу Воле приходят только лучшие.
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
Современный мир скрывает множество секретов, но самым удивительным из них является то, что ведьмы до сих пор живут среди нас. Это злобные сверхъестественные существа, чья цель - наслать на мир смертоносную чуму.
00.05 «Конфетка». (16+)
01.50 «Я тебе не верю». (16+)
03.30 «Импровизация. Команды». (16+)

РЕН



17.30 «ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)

- 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «ПРАВДИВАЯ ЛОЖЬ». (16+)
15.45 «АФЕРА ОЛИВЕРА ТВИСТА». (16+)
17.30 «ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)
История Тоби Маршалла, гениального автомеханика, чьей единственной отдушиной является участие в подпольных гонках.
20.00 «ВЕЧНЫЕ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.25 «Тайны Медовой долины». (12+)
06.00 «Простоквашино». (12+)
06.15 06.50 «Простоквашино». (0+)
06.20 Пятница News. (16+)
07.10 Секреты на кухне. (16+)
08.10 Гастротур-3. (16+)
09.10 Битва шефов. (16+)
00.20 «КРИК-4». (18+)
02.30 «Арсенал животных». (18+)
03.20 Дикие животные. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.40 «Простоквашино». (0+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.30 «Маша и Медведь: 12 месяцев». (0+)
09.55 «Дорогая, я забил». (12+)
Мужья страдают, жены отдыхают. Теперь папе нужно не только сделать ремонт и справиться с детьми, но и прожить эти три дня по графику мамы.
14.25 «Беременная в 16». (16+)
16.10 «Жизнь после шоу. Б16». (16+)
17.25 «Беременная в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
03.00 «Супербашушка». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
20.30 «+100500». (16+)
«+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их специально для ЧЕ. Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра.
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

МИР

- 05.00, 04.15 Наше кино. История большой любви. (12+)
05.25 Мультфильмы. (6+)
07.20 «АЛЫЕ ПАРУСА». К 90-летию В. Ланового. (16+)
08.55 Наше кино. Неувядающие. (16+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10, 16.15, 19.30, 01.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
Сериал. Детектив. Россия, 2017 г. В ролях: Артём Ткаченко, Алексей Фатеев
По романам Андрея Константинова из цикла «Юность Барона». Премьер-шоу телевизионного сериала «Бандитский Петербург».
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 14.30 «Календарь». (12+)
11.10 «Моя история». (12+)
15.05 «Северный морской путь». (12+)
15.35 «Наша Ёлочка». (12+)
16.20 «Дорожная сказка». (0+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «КУРОЧКА РЯБА». (16+)
21.40 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
23.45 «КНЯЗЬ ИГОРЬ». (6+)
01.30 «ДОМ». (16+)

ПОБЕДА

- 05.40 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ». (16+)
07.10 «РЖЕВ». (16+)
09.10 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
12.40 «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (18+)
15.50 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
18.50 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
22.00 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
Небольшой советской дивизионной группе предстоит выполнить сложное и ответственное задание - захватить документы с последними директивами Гитлера.
01.00 «30Я». (16+)
02.40 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
04.10 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Чебурашка. Секрет праздника», «Новогодние волшебности», «Вовка и зима в Тридевятом царстве», «Умка на ёлке», «Умка», «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.30 «Дракошья». (0+)
Высоко в облаках находится страна Дракошья, где обитают волшебные существа - дракошки, которые обладают разной магией. Дракошки сталкиваются с повседневными детскими неприятностями, с которыми они справляются самыми волшебными способами. Каждая трудность превращается в удивительное приключение! А когда проблема наконец решается, дракошки устраивают праздник в честь новой приятности, а в небе появляется яркое белое облачко.
09.00 «Черепашки». (0+)
Семья черепашек - популярная в подводном мире музыкальная группа. Они гастролируют с концертами по морям и океанам, а все события, происходящие с героями, дарят им вдохновение для написания новых песен. Каждая серия заканчивается песенкой, в которой черепашки поют о том, что нового с ними произошло, чему они научились и какие выводы сделали. Девиз музыкальной семьи такой: «Веселый мордашки, на сцене черепашки!»

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00, 05.00 «Барбоскины». (0+)
«Барбоскины» - 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. У каждого из них свой уникальный характер и им приходится совместно решать все проблемы и вопросы с чем они удачно справляются.
11.00 «Луддвилль». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
01.05 Живописный гимн Отчужденности. (12+)
02.05 Испанская кровь. (12+)
02.55 Тайное становится явным. (12+)
03.10, 11.10, 18.55 Битва оружейников. (12+)
04.00 Подлинная история Д'Артаньяна. (12+)
05.00 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+)
05.50 Последние свидетели. (12+)
06.50 Обыкновенная история. (6+)
07.00, 23.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
07.55 Историада. (12+)
08.55 Коктейль Мологова. (16+)
09.50 Город с характером. (12+)
10.40 На пути к Великой Победе. (12+)
12.00 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
13.45 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)
14.40, 18.40 Герои подполья. (12+)
14.55 В поисках Византии. (12+)
15.40, 19.40 Кольцо «А». (12+)
16.00 Гитлер против Пикассо и других. (16+)
17.45 Свои и чужие. (12+)
20.00 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)
20.30 Пустые страницы. (12+)
21.35 Сопrotивление. Русские французы. (12+)
22.30 Живая сталь. Паровозы. (12+)

VJU HISTORY

- 06.05 Таинственные города. (12+)
06.35 Тайны Бермудского треугольника: Упавшие с неба. (12+)
07.20 Тайны Бермудского треугольника: Затерянные в море. (12+)
08.10 Тайны Бермудского треугольника: Тайны глубин. (12+)
09.05, 09.55, 10.45 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
11.40 100 чудес света. (16+)
12.40, 13.35, 14.35, 15.30, 16.30 Древние конструкции. (12+)
17.25 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+)
18.15 Анна Болейн: арест, суд и казнь: Суд. (16+)
19.10 Анна Болейн: арест, суд и казнь: Казнь. (16+)
20.00 Процесс над ведьмами Пендла. (16+)
20.45 История нераскрытых дел: Кинжал во флорентийском соборе - дело Медичи. (16+)
21.45 История нераскрытых дел: Заговор в гареме - дело Раимзеса III. (16+)
22.45 История нераскрытых дел: Смерть в Таузере - король Ричард и два принца. (16+)
23.45 Освенцим: скрытые следы. (16+)
00.45 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
01.40, 02.25 Военные заводы. (12+)
03.10, 04.05 Взлом кодов. (16+)
04.55 Древние конструкции: Великая китайская стена. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.30, 10.35, 11.05, 11.35, 12.05, 15.20, 15.50, 19.05, 19.35, 20.05, 20.35, 23.55, 00.20, 02.30, 02.55 Будь в тонусе! (12+)
06.55, 13.25, 22.00, 04.15 Сражаться за жизнь. Иван Павлов. (12+)
«Смерть раньше 150 лет следует считать насильственной». В этих словах вывод дела всей жизни Ивана Петровича Павлова.
07.25, 13.55, 22.25, 04.40 Проздоровье. Психология жира. (12+)
07.50, 08.20, 16.20, 16.50, 00.50, 01.20 На приеме у Михаила Лабковского. Одиночество в браке. (12+)
08.50, 17.20, 01.45 Научные сенсации. Бактерии правят миром. (12+)
09.40, 18.10 Основной элемент. НЛП. Как подавить волю. (12+)
10.05, 18.40 Основной элемент. НЛП. Искусство подчинять. (12+)
12.30, 21.05, 03.20 Большой скачок. Красота. Тепло. (12+)
12.55, 21.35, 03.50 Большой скачок. Красота. Лицо. (12+)
14.25, 22.55, 05.05 На приеме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
14.50, 23.25, 05.35 На приеме у психолога Колмановского. Интернет-зависимость. (12+)

РОССИЯ К
Культура



22.05 «ДОМ, КОТОРЫЙ ПОСТРОИЛ СВИФТ»

- 06.30 «ГОРОД МАСТЕРОВ»
- 08.00 «Мультфильмы»
- 08.50 «ПОРУС»
- 09.50 Тайны старого чердака
- 10.20 «Острова»
- 11.00 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»
- 13.15 Истории города N с Пьером Бурелем
- 14.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 14.30 ХХ век
- 15.50 «ОЛИМПИАДА МУЖЕЙ»
- 17.20 «Пешком...»
- 17.50 Больше, чем любовь
- 18.30 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «Щелкунчик». Спектакль Академии Русского балета имени А.Я. Вагановой
- 22.05 «ДОМ, КОТОРЫЙ ПОСТРОИЛ СВИФТ»
- 00.25 «Страна птиц»
- 01.05 «Искатели»
- 01.50 «Рождественская звезда»

ТВЦ



11.30 События

- 06.10 «МАМЕНЬКИН СЫ-НОК». (12+)
- 09.20 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «ЖЕНСКИЙ ПРИГОВОР». (12+)
- 18.35 «СЛЕД ЛИСИЦЫ НА КАМНЯХ». (12+)
- 22.10 «ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ». (16+)
- 00.35 События
- 00.50 «ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ». (16+)
- 01.40 «Петровка, 38». (16+)
- 01.50 «НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ». (12+)
- 04.45 «Вокруг смеха за 38 дней». (12+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

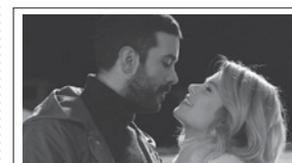
ТВ-3



23.00 «КИКБОКСЁР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.45 Секреты здоровья. (16+)
- 08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 08.30 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 «Союз зверей: Спасение двуногих». (6+)
- 11.00 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...» (16+)
- Канун Нового года. Алла с Соней уже завершили все свои будничные дела и спешат на юбилей самого солидного клиента адвокатской конторы Николаева.
- 13.00 «АВАНТЮРА». (16+)
- 15.00 «БРАТАНЫ». (16+)
- 23.00 «КИКБОКСЁР». (16+)
- Эрик Слоун - чемпион мира по кикбоксингу. Желая добиться мирового признания, он отправляется в Таиланд со своим братом Куртом, чтобы сразиться с местным бойцом Тонгом По.
- 01.00 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)
- 02.30 «СНЫ». (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ВОРОН». (16+)

- 06.30 «КОМНАТА РОЗ». (16+)
- 10.00 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+)
- Игорю судьба уготовила серьезные испытания. Трагическая смерть любимой жены Натальи под колесами автомобиля стала для Игоря непереносимой душевной болью. За какой-то короткий миг по вине негодяя, сидящего за рулем, Игорь лишился всего, что было ему дорого в этой жизни.
- 19.00 «ВОРОН». (16+)
- 22.40 «КРЕСТЕЦКАЯ ВЫШИВКА». (16+)
- История молодой женщины Ольги, которая увлечена возрождением крестецкой вышивки. Бизнес-леди приобрела фабрику в надежде использовать народный промысел при создании модной линии одежды.
- 02.30 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 05.30 «ТАЙФУН». (16+)
- Руководитель специальных операций ФСБ Денис Кречетов получает важное задание - поймать и доставить в Россию хакершу Призму. Денис выясняет местонахождение Призмы и отправляется туда вместе со своим отрядом, чтобы её перехватить.
- 08.55 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 19.05 «ОРДЕН». (12+)
- 22.45 «ТАЙФУН». (16+)
- 02.30 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Машины страшилки» + «Машины сказки». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Здоровый интерес». (12+)
- 14.15 «Чайф 35+». (16+)
- 16.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 16.15 «Просто жизнь». (12+)
- 16.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 17.15 «Точка.ру». (12+)
- 17.45 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 20.30 «Современники». (12+)
- 21.00 «ЛЕКАРЬ: УЧЕНИК АВИЦЕННЫ». (16+)
- 23.30 «Просто жизнь». (12+)
- 00.00 «Точка.ру». (12+)
- 00.30 «Малая сцена». (12+)
- 02.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 02.30 «Марафон». (12+)
- 03.30 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.25 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 11.30 «Код доступа». (12+)
- 13.55 03.25 «Забывшие войны России». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.50 «ГДЕ 042?». (12+)
- 01.10 «МАТРОС ЧИЖИК». (6+)
- 02.35 «Царь-башня: легенды Останкино». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Что за спорт?» (12+)
- 06.30 Матч! Парад. (6+)
- 07.00 08.30 13.45 21.00 Новости
- 07.05 13.50 16.30 21.05 00.20 Все на Матч!
- 08.35, 11.25 Биатлон. Чемпионат России. Масс-старт
- 09.50 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Скиатлон. Женщины
- 11.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 12.25 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Скиатлон. Мужчины
- 14.55 Гандбол. ЦСКА - «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону). Чемпионат России. Суперлига. Женщины
- 17.00 Бадминтон. Всероссийские соревнования «Новогодний волан»
- 19.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 21.50 Футбол. Суперкубок Испании. Финал
- 01.10 Автоспорт. Рождественская гонка чемпионов. (6+)

- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 09.40 12.50 15.55 Новости
- 07.55 «Кульг спорта». (12+)
- 08.25 «Ярослав Керод». (12+)
- 08.55 Спецрепортаж. (12+)
- 09.10 «Здоровый образ». (12+)
- 09.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 11.35 Синхронное плавание. XX Шоломипийские чемпионов. (6+)
- 13.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 16.00 Биатлон. Чемпионат России. Масс-старт. (0+)
- 17.00 Бадминтон. Всероссийские соревнования «Новогодний волан». (6+)
- 22.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 22.25 23.35 Лыжные гонки. Кубок России. Скиатлон. (0+)
- 00.35 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 VIJU TV1000
- 06.10 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 08.00 «ТАЙНА МУНАКРА». (12+)
- 09.55 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
- 11.45 «ПЕНЕЛОПА». (12+)
- 13.40 «ВСЁ МОГУ!» (16+)
- 15.10 «ПУТЕШЕСТВИЕ ГЕКТОРА В ПОИСКАХ СЧАСТЬЯ». (16+)
- 17.25 «ШЕФ». (16+)
- 19.00 «ПОВАР НА КОЛЕСАХ». (16+)
- 21.05 «НЕ/СМОТРА НИ НА ЧТО». (16+)
- 23.10 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
- 01.25 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОНЬ». (12+)
- 03.10 «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ». (12+)
- 04.50 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)

- TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.50, 12.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 13.30 «СЕМЬ УЖИНОВ». (16+)
- 15.05 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- 16.45 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 18.35 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 20.20 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 22.00 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
- Россия, 2022 г.
- 23.45 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 01.45 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
- 03.10 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
- 05.05 «Серая шейка». Мультфильм. (6+)

- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.00 «Ералаш». (6+)
- 06.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 09.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 11.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 13.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ОЛИВЬЕ». (16+)
- 16.40 «СВАТЫ». (16+)
- 00.30 «БЕДНАЯ САША». (12+)
- 02.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 03.40 «ЗАВТРАКУ ПАПЬ». (12+)
- 05.05 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!» (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.40 В поисках Бога. (6+)
- 06.10 Профессор Осипов. (0+)
- 06.45 Святныи России. (6+)
- 07.50 Простые чудеса. (12+)
- 08.50 Русский мир. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Лето Господне. Обрезание Господне. (6+)
- 15.05 День Ангела. Святители Василий Великий, Григорий Богослов и Иоанн Златоуст. (0+)
- 15.55 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)
- СССР, 1977 г.
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 19.55 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
- СССР, 1959 г. В ролях: Людмила Крылова, Лидия Федосеева-Шукшина, Маргарита Кошелева
- 21.40 День Ангела. Преподобный Серафим Саровский. (0+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 День Патриарха. (0+)
- 01.55 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАС. (16+)
- 03.35 Следы империи с Аркадием Мамонтовым. (12+)

Православный календарь

14 января
Неделя 32-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Обрезание Господне.

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

Поста нет.

«Господь наш Иисус Христос – посредник нас. Его нет только для того, кто отвергает Его присутствие. Сам Господь сказал ученикам Своим: «Я с вами во все дни до скончания века» (Мф. 28:20)».

Свт. Игнатий Брянчанинов

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 07.30 Плейлист. Зима. (16+)
- 08.35 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 10.30 Лучшие клипы года. Выбор звезд. (16+)
- Звезды тоже смотрят МУЗ-ТВ! Рейтинг самых популярных клипов года от лучших представителей

- нашего шоу-биза.
- 14.30 Top-30. Народный хит. (16+)
- 17.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 19.00 Танцы! Елка! МУЗ-ТВ! 2024. Лучшее. (16+)
- 22.00 Муз'итив. (16+)
- 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 02.00 Караоке хит. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)
- Настоящий караоке-клуб у вас дома!

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.30 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
- 03.25 «ШАЛУН». (12+)
- 05.15 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
- 06.40 «ТАКСИ-3». (16+)
- 08.15 «ТАКСИ-4». (16+)
- 09.55 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 12.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 14.10 «ШПИОНЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
- 16.05 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)
- 17.40 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (6+)
- 19.30 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
- Комедия, Россия, 2010 г.
- 21.00 «РОДНЫЕ». (18+)
- Комедия, драма, Россия
- 22.50 «ПОКА ТЫ СПАЛ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.00 «АЛЕНКА». (12+)
- 08.40 «ХОД КОНЕМ». (12+)
- 10.10 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 11.35 «НА ЯСНЫЙ ОГОНЬ». (12+)
- 13.10 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (12+)
- 16.00 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
- Молодой авантюрист Остап Бендер и бывший предводитель дворянства Ипполит Матвеевич Воробьянинов ищут сокровища!
- 21.35 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)
- 23.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 00.35 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
- 02.25 «СТАЛИНГРАД». (16+)
- 05.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6. ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ». (16+)
- Детектив, мелодрама
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 13.00, 21.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА». (16+)
- 15.00, 23.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА». (16+)
- 07.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ». (16+)
- Макс приезжает в Москву, чтобы получить работу в ресторане «Клод Монэ». Но на собеседовании он сталкивается с насмешками коллектива, скверным нравом шеф-повара и... арт-директором Викой, с которой он провел ночь накануне...
- 00.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Все и всюду вдруг стали напоминать доктору Васнецову про его возраст. Даже собственные дочки! А в детском саду его приняли за дедушку младшей из них - Пуговки...

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.

Раз в месяц Петрович устраивал «бумажный» день – разбирались скопившиеся на столе бумаги. Бумажной волокиты майор не любил, считал пустой тратой времени, потому был раздражен и, мягко говоря, неприветлив. Беспокоить его в этот момент решались только самые отчаянные.

Именно в такой день в кабинет Петровича заглянул дежурный:

– Николай Петрович, тут это... Гражданин пришел, главного начальника требует. Может, я его к вам направлю?

– Заявление пробовал у него брать? – отозвался майор, делая пометку в лежащем перед ним деле.

– Пробовал, – ответил дежурный. – Бесполезно. Только самого главного начальника ему нужно, остальные не доверяют.

– Понятно. Ладно, вид своего гражданина. Толь-

Фальшивая реликвия



ко дверь мою не закрывай, а то увидит, что я не самый главный начальник, расшумится еще, чего доброго.

– Ага! – обрадовался дежурный и побежал к проходной.

Гражданин оказался вполне приличного вида нестарым мужчиной в сильных очках и шляпе.

– Позвольте? – спросил он, постучавшись в дверной косяк.

– Проходите, – откликнулся Петрович и жестом пригласил гражданина садиться. – Что у вас случилось?

– Понимаете, в чем дело, – гражданин снял шля-

пу, под которой оказалась бумажка, но абсолютно седая шевелюра. – У меня украли очень ценный документ, семейную реликвию. Этот документ достался мне от недавно скончавшегося двоюродного деда. У него не было детей, и я – единственный наследник мужского пола...

Что за документ? – прервал посетителя Петрович.

– Дневник мореплавателя, – гордо сообщил тот. – Видите ли, один мой предок по материнской линии открыл неизвестную землю в Северном Ледовитом океане. Ту самую, о которой есть книга, которую считают фантастикой.

– Землю Санникова, что ли? – спросил Петрович.

Именно так. Он не смог зафиксировать свое открытие, потому что погиб во льдах. Но остался его дневник, который передается в нашем роду из поколения в поколение. Я, правда, узнал о существовании этого дневника совсем недавно, когда ко мне приехал поверенный скончавшегося двоюродного деда. Он и передал мне реликвию и поведал ее историю.

– Поверенный? – переспросил Петрович.

– Да-да, поверенный, – подтвердил посетитель. – Очень порядочный человек. Знаете, я был так потрясен... Там, в этом дневнике, такие интересные детали! Как была открыта Земля, как собаки заболели кириной слепотой, как экспедиция вынуждена была питаться яйцами пингвинов, когда у них кончилась провизия... Очень трогательные детали, очень. Знаете, а ведь за открытие Земли Санникова положена серьезная премия, да-да. Премия назначена Географическим обществом мореплавателей в год написания одно-

именной книги. А я и знать не знал, и не узнал бы, если бы не поверенный двоюродного деда... Такой порядочный человек! – улыбнулся посетитель. – Да, так вот я собирался доказать подлинность открытия моего предка с помощью этого дневника, но его украли!

Петрович еще раз окинул взглядом посетителя. На минутку задумался и участливо продолжил общение.

– Понимаю... – кивнул Петрович. И спросил внезапно: – Скажите-ка мне вот что, уважаемый. Этот поверенный не взял ли с вас каких-нибудь денег?

– Взял, да, – ответил тот. – За проезд, за хлопоты. Дед, видите ли, был беден, имел долги. А этот человек и все долги выплатил, и...

– И много ли денег он с вас взял? – нетерпеливо прервал его Петрович.

Ну, для меня эта сумма существенна, мне пришлось практически обнулить сберкнижку... Но это такая ерунда, право слово! Вознаграждение за открытие Земли Санникова покроет все затраты сторицей!

– Вот пока не покрыло, напишите-ка мне все данные этого поверенного, – сказал Петрович и протянул посетителю лист бумаги и ручку. – И вот еще что... Дневник вашего предка – фальшивка, искать его нет никакого смысла. Я даже не уверен, что этот «предок» вообще существовал в природе.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович решил, что дневник – фальшивка?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 52: идеальная чистота гостиной, из которой якобы был украден браслет, говорит о том, что ограбления не было. Вряд ли пришедшие с грязной улицы грабители стали бы надевать бахилы, прежде чем туда войти.

Рис. Ирина Световой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 8 ПО 14 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

8 ЯНВАРЯ

В 1709 году в Москве издан «Брюсов календарь».

В 1851 году физик Жан Фуко доказал, что Земля вращается.

9 ЯНВАРЯ

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

В 1877 году организовано Всероссийское театральное общество (сегодня – Союз театральных деятелей России).

10 ЯНВАРЯ

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

11 ЯНВАРЯ

В 1909 году в Нью-Йорке стартовала первая в мире женская автогонка.

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

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

12 ЯНВАРЯ

В 1998 году в Париже подписан Протокол о запрете клонирования человека.

13 ЯНВАРЯ

В 1872 году в России начала работу служба погоды.

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

14 ЯНВАРЯ

В 1700 году Пётр I повелел дворянам носить европейские костюмы. В 1814 году в Петербурге открылась для посещения Императорская Публичная библиотека.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

8 ЯНВАРЯ. Григорий, Димитрий, Константин.

9 ЯНВАРЯ. Антонина, Степан, Тихон, Феодор.

10 ЯНВАРЯ. Александр, Аркадий, Леонид, Николай.

11 ЯНВАРЯ. Анна, Варвара, Евфросиния, Евдокия, Марк, Наталия, Павел.

12 ЯНВАРЯ. Макарий, Мария, Феодора.

13 ЯНВАРЯ. Мелания, Михаил, Пётр.

14 ЯНВАРЯ. Василий, Вячеслав, Иоани, Платон.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

8 ЯНВАРЯ ■ День компьютерного набора

■ День вращения Земли

9 ЯНВАРЯ ■ Международный день хореографа

10 ЯНВАРЯ ■ День инженера-механика ВМФ

11 ЯНВАРЯ ■ День заповедников и парков России

■ Международный день «спасибо»

12 ЯНВАРЯ ■ День работника прокуратуры России

■ День снежной королевы

13 ЯНВАРЯ ■ День российской печати

14 ЯНВАРЯ ■ Старый Новый год

■ День трубопроводных войск ВС России

■ День военно-оркестровой службы Вооруженных сил России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Вороны загалдели – метели налетели

8 января считалось днем повитух. Если галдят вороны, стоит ждать снегопадов и метелей. В народе говорили так: «Вороны загалдели – метели налетели». Но если запели зяблики, то скоро потеплеет.

Про 9 января, Степанов день, в народе говорили: «Пришел Степан – на нем красный жупан» – это означало, что в этот день стоило ждать холода.

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

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

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

13 января – Васильев вечер. Если есть обледенение на деревьях – быть хорошему урожаю овощей, если вьюга закружила – к урожаю орехов.

В Васильев день, 14 января, по направлению ветра определяли, какое будет лето: северный – холодное, западный – ненастное, восточный – засушливое, южный – теплое.

Адвокат спрашивает у подсчитного:

– В чём вас обвиняют?
– В том, что я слишком рано приобрёл рождественские подарки.
– Но это же не преступление! Насколько рано вы их приобрели?
– Ещё до открытия магазина...



СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ	
8 января	Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 16 ч. 33 м. Долгота дня: 8 ч. 08 мин. Убывающая Луна в знаке Стрельца
9 января	Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 16 ч. 35 м. Долгота дня: 8 ч. 10 мин. Убывающая Луна в знаке Стрельца
10 января	Восход: 8 ч. 24 м. Заход: 16 ч. 36 м. Долгота дня: 8 ч. 12 мин. Убывающая Луна в знаке Козерога
11 января	Восход: 8 ч. 24 м. Заход: 16 ч. 37 м. Долгота дня: 8 ч. 13 мин. Новолуние, Луна в знаке Козерога
12 января	Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 16 ч. 39 м. Долгота дня: 8 ч. 16 мин. Растущая Луна в знаке Водолея
13 января	Восход: 8 ч. 22 м. Заход: 16 ч. 40 м. Долгота дня: 8 ч. 18 мин. Растущая Луна в знаке Водолея
14 января	Восход: 8 ч. 21 м. Заход: 16 ч. 42 м. Долгота дня: 8 ч. 21 мин. Растущая Луна в знаке Рыб

ТЕЛЕК Черноземье

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора
ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор
ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,
e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ШУМАКОВА Т.В.
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

№ 1 (426).
Дата подписания в печать: 01.01.2023 г. Дата производства: 28.12.2023 г. Дата выхода в свет: 03.01.2024 г. Тираж 43 200 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ПТВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48А. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 656. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 849 650 экз.
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

Цветущий, декоративный и простой в уходе. Все эти определения относятся к одному растению – димиопсису.

ДРИМИОПСИС – ЭФФЕКТИВНЫЙ ЦВЕТОК ИЗ АФРИКИ



Несмотря на то что родиной его является далекая Африка, он прекрасно прижился в наших квартирах и согласен цвести практически круглогодично при соблюдении нескольких несложных правил.

Освещение

Чем больше света, чем ярче – тем лучше. Листья димиопсиса будут выглядеть декоративней. Особенно это касается разновидности с рисунком на листьях. Димиопсис даже готов переносить прямые солнечные лучи. Однако в самые жаркие дни его лучше притенять. Кроме того, важно постепенно приучать растение к постоянно-му местоположению.

Этот цветок не любит частых перемещений с одного подоконника на другой. К постоянному месту прописки привыкает медленно, при частых переездах может болеть. Если же освещения цветку не хватает, димиопсис будет некрасиво вытягиваться, листья его станут бледными. В случае если не хватает естественного освещения, можно растение подсвечивать лампами искусственного света.

Температура

Димиопсис чувствует себя вполне комфортно в температурном диапазоне от 20 до 25 градусов летом. На зимний период температуру для цветка по возможности понижают, оптимально до 16-14 градусов. Это нужно растению для отдыха и лучшего дальнейшего цветения. Но и более теплую зимовку димиопсис переносит достаточно хорошо.



Полив и влажность

Поливают растение регулярно, но с обязательной просушкой земли между поливами. Слишком частый и обильный полив может привести к загниванию луковиц. В летнее время или в жарких комнатных условиях поливают чаще, зимой в прохладном помещении – реже. К влажности воздуха димиопсис не требователен. Но протирание листочков от пыли и регулярное их опрыскивание наверняка понравится цветку.

– Мама, мама, сегодня на работе мой коллега подарил мне цветы без всякой причины!
– Запомни, милая доченька, цветы без причины – признак внимания к тебе мужчины.



Почва

Почва для димиопсиса должна быть рыхлой и питательной. Если почва плотная, в нее можно добавить торф с перлитом, песок. Хорошо подойдет также специальная смесь для луковичных. В весенне-летний период для лучшего роста и цветения необходимо вносить удобрения каждые две недели.

Пересадка

Молодые растения пересаживают ежегодно. Взрослые – каждые 2-3 года. Емкости для посадки должны быть широкие и неглубокие. На дне горшка обязателен дренаж, это позволит избежать застоя воды и загнивания луковиц.

Кстати

Спящая рамонда

Интересные свойства были обнаружены в 1928 году у рамонды сербской. На сушке цветы растения кто-то случайно опрокинул воду, и вдруг, к всеобщему удивлению, высушенные для гербария голубые цветочки распустились, как на лугу. Как выяснилось, рамонда может впадать в анабиоз и при соответствующих условиях выходить из спячки.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

доступно
онлайн

RADIOVERA.RU

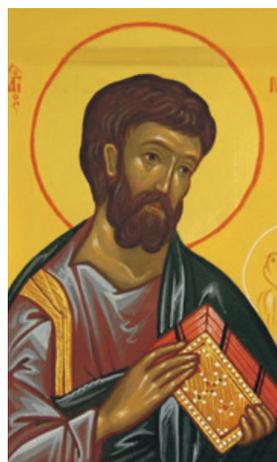


СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

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

Начало Евангелия Иисуса Христа, Сына Божия, как написано у пророков: вот, Я посылаю Ангела Моего пред лицем Твоим, который приготовит путь Твой пред Тобою. Глас вопиющего в пустыне: приготовьте путь Господу, прямыми сделайте стези Ему. Явился Иоанн, крестя в пустыне и проповедуя крещение покаяния для прощения грехов. И выходили к нему все страна Иудейская и иерусалимляне, и крестились от него все в реке Иордане, исповедуя грехи свои. Иоанн же носил одежду из верблюжьего волоса и пояс кожаный на чреслах своих, и ел акриды и дикий мед. И проповедовал, говоря: идет за мною Сильнейший меня, у Которого я недостоин, наклонившись, развязать ремень обуви Его; я крестил вас водою, а Он будет крестить вас Духом Святым.



Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 14 января, в воскресенье.

В этом отрывке заложена мысль о подчинении жизни высшей цели. Воплощением такого подхода становится пророк Иоанн Креститель. Главной темой проповеди Иоанна является покаяние. Это понятие обычно воспринимается нами как синоним сожаления, признания ошибок. Но это лишь часть смысловой нагрузки покаяния, которое на иврите звучит как «тшува». В дословном переводе «тшува» есть не что иное, как возвращение назад. Куда же призывает слушателей вернуться пророк Иоанн? На самом деле все очень просто. Достаточно вспомнить слова Христа Спасителя: «будьте как дети», «кто не уподобится ребенку, не сможет войти в Царство Небесное». Таким образом, речь идет о возвращении в детство. Не умом, конечно, а сердцем. Сначала пророк Иоанн, а затем и Господь Иисус обращаются к людям с просьбой

стать по-детски незлобными, независтливыми, немстительными.

Но и это еще не все. Дети воспринимают мир как нечто цельное. Кроме того, они умеют всем сердцем желать, безоговорочно следовать чистым идеалам. Ведь мы так привыкли к компромиссам с совестью, внутренним уговорам самих себя в необходимости сомнительных с нравственной точки зрения решений.

Но Господь не только всемогущественный повелитель вселенной. Он еще и мудрый педагог, дающий каждому человеку как минимум однажды в жизни возможность вернуться, так сказать, к заводским настройкам – изначальным принципам детской чистоты и цельности. Подобный момент наступает обычно, когда речь заходит об исполнении долга, а жертве ради жизни любимого. Впрочем, можно пойти



Комментирует священник Антоний Борисов

путем покаяния и без подобных потрясений.

Просто для этого необходимо остановиться и подумать: куда ли направлен путь моего личного бытия? Правильным ли целям посвятил я свою жизнь? Адресовав данный вопрос Богу, мы обязательно получим ответ. Господь не будет молчать. Как указал Он верный путь пророку Иоанну, так и каждому из нас, просящему о помощи и поддержке, Он поможет во Христе Иисусе обрести смысл жизни и тем самым вернуться в счастливое детство, обретая мир и радость в Боге.

ДОРОГА К ХРАМУ КУДА ПОМЕСТИТЬ ФОТО УМЕРШИХ РОДСТВЕННИКОВ?

У меня умерли оба родителя, которых очень любила. Можно ли повесить на стенку в спальне фото умерших родственников рядом с иконами? Татьяна Д.

Рядом с иконами лучше ничего не размещать. На иконах изображены люди, подвижники благочестия, прославленные церковью, к ним мы обращаемся за помощью в молитве. Перед фото усопших родных мы не можем молиться, Церковь их не канонизировала и не дала благословение на это. Можно поставить фотографию на прикроватную тумбочку или повесить в другом месте или соседней комнате, как больше нравится.

Зимний стол в русской кухне без сытного холодца даже и представить невозможно. У каждой хозяйки есть свой, особенный рецепт этого блюда, которым она по праву гордится.

Мы предлагаем несколько рецептов не совсем обычных, но очень вкусных холодцов и надеемся, что какой-то из них заинтересует наших читателей.

Вкусные Холодцы

Холодец из куриных лапок

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 94 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг куриных лапок ■ 400 г куриных бедер ■ 2 моркови
- 1 луковица ■ 3-4 зубчика чеснока ■ 3-4 горошины черного перца ■ 3-4 горошины душистого перца ■ 1 лавровый лист
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Куриные лапки тщательно вымыть, срезать когти, опустить на 3 минуты в кипящую воду, откинуть на дуршлаг, счистить верхний слой кожи, еще раз промыть.
- 2 Сложить куриные лапки в кастрюлю, туда же положить бедра, залить 2,5 л холодной воды, довести до кипения, снять пену, варить на небольшом огне не менее 4 часов.
- 3 За 1 час до окончания варки добавить в кастрюлю очищенные лук и морковь, перец, лавровый лист, бульон посолить.
- 4 Готовый бульон процедить, проверить на соль. Куриное мясо снять с костей, мелко нарезать, выложить в формы для холодца, добавить пропущенный через пресс чеснок, перемешать, залить бульоном.
- 5 Когда содержимое форм полностью остынет, убрать их в холодильник до полного застывания.

СОВЕТ

Чтобы бульон получился прозрачным, необходимо как можно чаще снимать пену и всплывающий на его поверхность жир. По этой же причине варить бульон следует на самом малом огне – на сильном он быстро помутнеет.



СОВЕТ

Не все любят чеснок в холодце, поэтому добавлять его вовсе не обязательно. Для тех же, кто, наоборот, любит чеснок, можно не пропускать его через пресс, а нарезать мелкими кубиками или тонкими пластинами.

Холодец из бычьего хвоста

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 103 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 бычий хвост ■ 1 крупная луковица ■ 1 морковь
- 3-4 зубчика чеснока ■ пучок петрушки ■ 2-3 веточки тимьяна ■ 1 ст. л. сливочного масла ■ 1 ст. л. растительного масла ■ 2 ст. л. муки ■ 8 бутонов гвоздики ■ 8-10 горошин черного перца ■ 1 ст. л. уксуса ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Хвост разрубить на несколько частей (по 10-12 см), обвалить в муке, обжарить на смеси масел до уверенной золотистой корочки.
- 2 Лук и морковь почистить, в лук воткнуть бутоны гвоздики. В кастрюлю сложить обжаренные куски хвоста, лук, морковь, петрушку (несколько листиков оставить для украшения), тимьян.
- 3 Залить в кастрюлю столько холодной воды, чтобы она покрывала содержимое на два-три пальца, довести до кипения, варить на самом малом огне 5-6 часов, снимая жир и пену.
- 4 Извлечь кости из бульона, снять мясо, мелко нарезать. Вернуть кости в бульон, выпарить его наполовину (30-40 минут), посолить, процедить.
- 5 Мясо выложить в формы для холодца, добавить пропущенный через пресс чеснок, перемешать, выложить листики петрушки, залить бульоном, дать полностью остыть и убрать в холодильник до полного застывания.



Холодец из четырёх сортов мяса

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 134 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 куриных окорочка ■ 1 голень индейки
- 1 говяжья голяшка ■ 1 свиное ухо ■ 1 луковица
- 1 морковь ■ 1 корень петрушки ■ 2 ч. л. душистого перца горошком ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сложить в кастрюлю все мясо, залить холодной водой так, чтобы она покрывала содержимое на 5-6 см, довести до кипения, снять пену, посолить, варить на самом малом огне 4-6 часов.
- 2 Овощи почистить, добавить в бульон вместе с душистым перцем. Через 1 час вынуть из бульона окорочка, снять и отложить мясо, кости и кожу вернуть в бульон; через 2 часа то же самое сделать с голенью индейки.
- 3 Готовый бульон процедить, проверить на соль. С голяшки снять мясо, соединить с мясом с окорочков и голени индейки, мелко порубить, разложить по формам для холодца, залить бульоном, дать полностью остыть, убрать на холод до застывания.

СОВЕТ

Вареную морковь можно использовать как украшение для готового холодца. Для этого ее можно нарезать соломкой, мелкими кубиками, звездочками или просто тонкими кружочками. Также для украшения холодца можно использовать сваренные вкрутую яйца, грибы, зеленый горошек, консервированную кукурузу, маслины, зелень.



Холодец из свиных ножек и птичьих потрохов

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 115 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 свиные ножки ■ 500 г птичьих потрохов (печень, желудки, сердечки) ■ 2 яйца ■ 2 луковицы
- 2 моркови ■ 1 ч. л. черного перца горошком ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Свиные ножки тщательно вымыть, залить холодной водой, оставить на сутки.
- 2 В кастрюлю сложить свиные ножки, птичьи потроха, очищенные овощи, перец горошком, залить водой, довести до кипения, посолить, варить 4-6 часов на самом малом огне.
- 3 Яйца сварить вкрутую, нарезать кружочками. Готовый бульон процедить, проверить на соль.
- 4 Снять мясо со свиных ножек, мелко нарезать вместе с потрохами, разложить по формам для холодца, сверху выложить кружки яиц, залить бульоном.

Холодец и студень – какая разница?

Часто можно услышать вопрос: чем отличается студень от холодца? Мы решили в этом вопросе разобраться, и теперь можем ответить: ничем. Дело в том, что сравнительно не так давно, сто с небольшим лет назад, это блюдо варили только из одного вида мяса. Сваренное

из свинины называли холодцом, а точно такое же блюдо, но из говядины – студнем. В наше время доступность мяса существенно возросла, и теперь крайне редко варят холодец (или студень) из одного только вида. Как правило, в одном бульоне встречаются и свинина, и говядина, а нередко и птица. Поэтому называйте свое любимое блюдо, как хотите – хоть студнем, хоть холодцом. И то и другое будет правильно.

Светлана ИВАНОВА

Слоёные салаты не только вкусны, но и очень нарядны. Однако приготовление их требует времени, поэтому редко кто готовит такие салаты каждый день.

Но ради праздничного стола, конечно, стоит познакомиться, ведь слоеные салаты могут стать настоящим его украшением.

Сегодня мы предлагаем вам рецепты вкусных и очень интересных слоеных салатов и надеемся, что какой-то из них займет достойное место на вашем праздничном столе.

Суть слоеных салатов в том, что ингредиенты не смешиваются, а укладываются слоями. Между слоями, чтобы они не рассыпались, делают мелкую сетку (или кладут тонкий слой) майонеза или другого скрепляющего соуса. Все слоеные салаты перед подачей на стол необходимо на несколько часов убрать в холодильник.

Как мы уже упоминали, слоеные салаты выглядят очень нарядно, поэтому подавать их лучше в прозрачной посуде – например, в бокалах – или собирать на плоской тарелке с помощью кулинарного кольца.



СЛОЁНЫЕ САЛАТЫ УКРАШЕНИЕ СТОЛА

Салат из белой рыбы с грибами

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 185 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г филе белой рыбы (треска, пикша, хек и т.п.)
- 200 г шампиньонов
- 150 г сыра
- 2 яйца
- 1 луковица
- 1 морковь
- растительное масло
- майонез
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Филе рыбы сварить в небольшом количестве подсоленной воды до готовности, дать остыть, разобрать на небольшие кусочки.
- 2 Яйца сварить вкрутую, остудить, натереть на крупной терке.
- 3 Лук и грибы нарезать небольшими кубиками, морковь и сыр натереть на крупной терке.
- 4 Обжарить лук и морковь на растительном масле до мягкости, выложить в отдельную емкость, на этой же сковороде обжарить до готовности грибы.
- 5 Собрать салат, выкладывая слоями: лук с морковью, рыба, яйца, половина сыра, грибы; каждый слой промазывать майонезом; сверху посыпать оставшимся сыром.



Салат с печенью и маринованными грибами

На 6 персоны. Калорийность (на 100 г): 205 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г печени индейки (или куриной)
- 300 г маринованных грибов
- 140 г сыра
- 2 яйца
- 2 моркови
- 1 крупная луковица
- растительное масло
- майонез

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Печень сварить до готовности, натереть на крупной терке. Яйца сварить вкрутую, остудить, натереть на крупной терке.
- 2 Грибы промыть, крупные – нарезать небольшими кусочками.
- 3 Лук нарезать мелкими кубиками, морковь и сыр натереть на крупной терке.
- 4 Лук и морковь обжарить на растительном масле до готовности.
- 5 Собрать салат слоями, не трамбуя и накладывая на каждый майонезную сетку, в следующем порядке: лук и морковь, печень, сыр, яйца, грибы; повторить слои 1-2 раза; закончить слоем лука с морковью, которые полностью покрыть майонезом.



Постный салат

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 135 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 110 г чернослива б/к
- 80 г орехов
- 1 лимон
- 1 свекла
- 1 морковь
- 1 яблоко
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. горчицы
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, некрупно нарезать.
- 2 Чернослив залить горячей водой на 20-30 минут, после чего отжать и нарезать мелкими кубиками.
- 3 Морковь и свеклу сварить до готовности, остудить, очистить, натереть на крупной терке.
- 4 Яблоко натереть на крупной терке (предварительно вырезав жесткую сердцевину), сбрызнуть лимонным соком.
- 5 Сделать заправку: 2 ч. л. лимонного сока, растительное масло и горчицу взбить в блендере или с помощью миксера до состояния густого соуса.
- 6 Собрать салат, выкладывая слоями: морковь, яблоко, свекла, чернослив, орехи; каждый слой промазывать соусом.



Белый салат с куриным филе

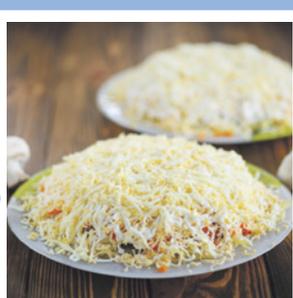
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 158 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г готового куриного филе (отварного, жареного, гриль, копченого)
- 3 яйца
- 100 г плавленого сыра
- 100 г отварного риса
- 1 белая луковица
- майонез

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, разделить желтки от белков; белки натереть на крупной терке, желтки размять вилкой в крошку.
- 2 Куриное мясо нарезать мелко, лук – мелкими кубиками, сыр натереть на терке.
- 3 Собрать салат, промазывая каждый слой майонезом, в следующем порядке: мясо, лук, рис, белки, сыр; собранный салат посыпать желтками.



Праздничный салат с красной икрой

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 192 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г лосося с/с
- 3 яйца
- 2 картофелины
- 1 белая луковица
- 1 свекла
- 1 морковь
- 40 г красной икры
- майонез

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель, морковь и свеклу сварить до готовности, почистить, натереть на крупной терке.
- 2 Яйца сварить вкрутую, остудить, разделить желтки от белков; белки натереть на крупной терке, желтки размять вилкой в крошку.
- 3 Рыбу и лук нарезать мелкими кубиками. Собрать салат, промазывая каждый слой майонезом, в следующем порядке: картофель, рыба, лук, яичный белок, морковь, свекла.
- 4 Свеклу также промазать майонезом, посыпать желтками, сверху выложить в один слой икру.



Красавец-ананас витаминов нам припас

Ананас – один из немногих экзотических фруктов, который любят почти все. Родина ананаса – Южная Америка, но сегодня его выращивают практически во всех странах тропического пояса.

Приятный аромат, нежный вкус, ненавязчивая сладость делают ананас желанным десертом на каждом столе. Однако кроме замечательных вкусовых качеств, ананас обладает еще и целым букетом полезных свойств. Расскажем об этом подробнее.

ЦИФРА

Для полного созревания ананаса требуется почти 3 года.

Редкий плод ана-ана

Дорогостоящий, вкусный и ароматный плод попал на Евразийский континент благодаря мореплавателям более 530 лет назад. Сохранились записи Христофора Колумба, который сравнил его с сосновой шишкой, но вдвое больше по размеру и главное – с превосходным вкусом. Название растения «ана-ана», что в переводе с индейского значит «запах запахов», преобразовалось в ананас. Через 200 лет после плавания Колумба в оранжерею удалось вырастить первый съедобный ананас, и княгиня Кливленд преподнесла его английскому королю. Король пришел в восторг, и по его желанию оранжереи Виндзорского замка стали первой площадкой по выращиванию ананасов для поставки их к королевскому двору. Достигнуть успеха в выращивании удалось только тогда, когда стали использовать «горячие дома» – отопляемые теплицы.



Химический состав

Содержание на 100 г: 10,6 г углеводов, ничтожно малое количество жиров и белков, энергетическая ценность – 52 ккал.

Витамины: С, В1, В2, В12, Е, РР, провитамин А.

Микроэлементы: калий, кальций, железо, медь, цинк, магний, марганец, йод, фосфор.

Также ананас содержит много (12-15 мг) простых сахаров, клетчатку, золу, ферменты и органические кислоты, среди которых лимонная и аскорбиновая.

КСТАТИ

В 116 г мякоти ананаса содержится суточная норма аскорбиновой кислоты для взрослого человека. Врачи рекомендуют есть не более 200 г мякоти в день.

Осторожно: ананас!

Кислоты, которые содержит ананас, могут вызвать раздражение пищеварительной системы, поэтому людям с гастритами, язвами, повышенной кислотностью этот фрукт не рекомендуется.

Те же кислоты достаточно агрессивно воздействуют на зубную эмаль, поэтому после употребления ананаса желательно тщательно полоскать рот. Для детей до 6 лет ананасный сок рекомендуется разбавлять водой.



Полезные свойства:

- ✓ способствует укреплению нервной системы;
- ✓ обладает низким гликемическим индексом;
- ✓ содержит бромелаин (фермент, который способствует расщеплению белка, помогает снять отеки, оказывает иммуностимулирующее и противовоспалительное действие, предотвращает суставные и мышечные боли);
- ✓ способствует выработке гормона радости серотонина благодаря содержанию аминокислоты триптофан;
- ✓ работает как отличный оксидант;
- ✓ благодаря витамину С актуален во время сезонных простуд;
- ✓ содержит клетчатку, которая улучшает перистальтику кишечника;
- ✓ позитивно влияет на работу поджелудочной железы.

Фрукт? Овощ? Нет, трава!

Большинство людей считает ананас фруктом, но по научному определению фрукты – это плоды деревьев или кустарников. Версия, что ананас – ягода, также не подходит, ведь ягоды – это плоды с кожурой, семенами и мякотью. У ананаса кожура жесткая... Предположим, что ананас – овощ, но овощами называются зелень, плоды или корни растений... А вот с точки зрения ботаники, ананас относится к многолетним травянистым растениям.

Наравне с капустой

История появления ананаса в России относится к XVIII веку, который характеризуется повышенным вниманием аристократов к географическим открытиям. В обществе процветала мода на экзотические растения. Первый ананас был выращен при Екатерине II и по стоимости сравнить его можно было с коровой. В России ананас воспринимали как овощ и уравнивали с капустой. Повара графа А.С. Строганова готовили ананасы в качестве гарнира к мясу – тушили и жарили. На стол графа П.В. Завадского ананас подавали вместо квашеной капусты, заправляли им солянки, борщи, добавляли в квас. К XIX веку спросом пользовались книги по садоводству, где рассказывалось об особенностях выращивания ананасов в средней полосе. Экзотическое растение стало символом статуса. В дворянских усадьбах плод ананаса иногда даже не ели, а выставляли на стол как главное украшение. Хотя выращивание ананасов было затратным, спрос окупал все – и использование специальных теплиц, и труд квалифицированных садовников, и стоимость посадочного материала. Кстати, российские селекционеры сократили срок выращивания с трех до двух лет, выведя адаптированные к нашим условиям сорта. Сохранились документы (к примеру, московская домовая контора Голицыных), которые фиксируют продажу в 1856 году из оранжереи князя С.М. Голицына в Кузьминках 385 ананасов по 8 рублей 75 копеек за штуку. Деньги по тем временам очень большие!

Уходя из гостей, дама обращается к хозяйке:
– Приходите на следующей неделе в выходные к нам на ужин. На десерт мы купим ананас.
– К сожалению, мы с мужем никак не сможем...
– О, это так любезно с вашей стороны!



НА ЗАМЕТКУ Храним правильно!

Целый ананас лучше всего хранится при комнатной температуре, разрезанный может храниться в холодильнике, желательно не более трёх дней, причём завернутый в пищевую пленку. Ананас хорошо впитывает посторонние запахи.



Калорий многовато

Сушеный ананас очень вкусен и вполне может стать прекрасной заменой сладостям, так как большинство полезных веществ в нем сохраняется. Однако не стоит забывать, что калорийность ананаса при сушке значительно возрастает – до 260-320 ккал.

Кигуруми стремительно набирают популярность не только среди детей, но и среди взрослых.

И мы уже не удивляемся, когда встречаем человека в кигуруми на улице. Сегодня мы расскажем, что такое кигуруми и в чем секрет его популярности.

И мягкая игрушка, и комбинезон

Кигуруми – это сокращенная часть полного названия этой одежды: «дзинтай тякуэ нуигуруми». В дословном переводе с японского, «мягкая игрушка, которую можно носить (на себе, как одежду)». Именно в кигуруми одеты аниматоры, изображающие животных, сказочных персонажей, героев комиксов и мультфильмов, – их можно встретить не только на детских праздниках, но и на улице, раздающими рекламные листовки.

Второе назначение кигуруми, о котором и пойдет наш сегодняшний разговор, – это домашняя одежда, часто заменяющая пижаму. Кигуруми – это широкий, не стесняющий движений комбинезон с капюшоном, длинными рукавами и штанинами. Очень часто кигуруми, особенно детские, украшены ушками, рожками, хвостиками, гребнями (как у динозавров) и другими «игрушечными» элементами.

Где придумали кигуруми

Как можно догадаться, придумали кигуруми в Японии. Первый такой костюм был выполнен именно для аниматора, проводящего детские праздники и дни рождения, в 1994 году. Со временем кигуруми стала носить японская молодежь – причем не только дома, но и на улице, как протест серым будням. Сегодня эту исключительно удобную одежду носят во всем мире.



КИГУРУМИ: ЖИЗНЬ ВНУТРИ ПИЖАМЫ

Удобство и комфорт

Главное в кигуруми – это удобство и комфорт, переоценить которые просто невозможно, это ультракомфортная одежда. В кигуруми удобно двигаться, уютно и тепло спать. Кроме того, это очень радостная одежда, которая

доставляет своему владельцу много удовольствия.

В кигуруми можно:

- спать;
- заниматься домашними делами;
- отдыхать на природе;
- заниматься спортом (например, кататься на роликах или велосипеде);
- устраивать тематические вечеринки.

Материал

Это всегда мягкая, исключительно приятная к телу, предоставляющая максимум комфорта ткань. Чаще всего это флис, велсофт, плюш, мягкий хлопок, велюр. Самый распространенный материал – **флис**, который прекрасно сохраняет тепло и быстро впитывает влагу, не

мнется, не скатывается, отлично стирается.

Велсофт – это тоже синтетический материал, иногда с добавлением хлопковых волокон, похожий на плюш, но гораздо более ноский и практичный. У велсофта мягкий густой ворс, более объемный и формоустойчивый. Выбирая между флисом и велсофтом, учитывайте, что флис теплее, а велсофт – мягче.

Подбираем размер

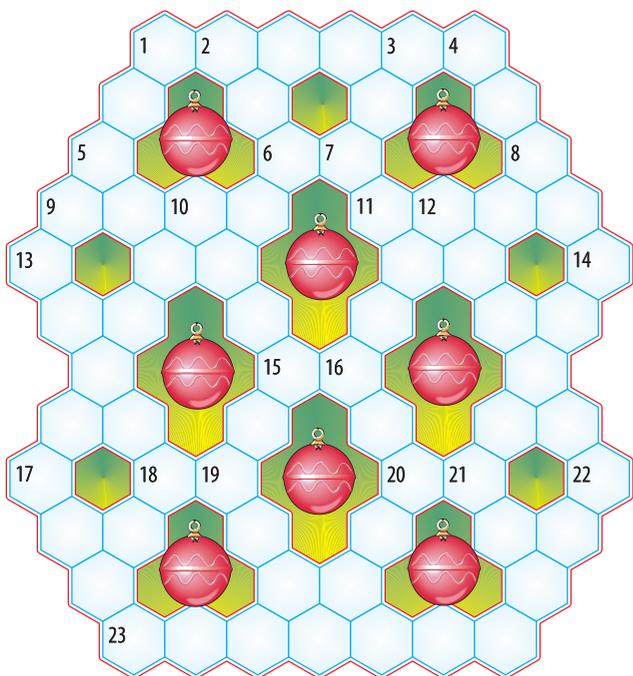
Кигуруми – это по определению всегда оверсайз, в этой одежде не должно быть ничего, мешающего всем возможным движениям. Тем не менее, с размером лучше все же определиться до покупки, потому что в слишком большом кигуруми будет не очень комфортно. Ну представьте: руки у вас уже закончились, а рукава – еще нет, это как минимум неудобно, рукава придется постоянно поддегивать. Именно для того, чтобы не ошибиться с ростом (от которого и зависит длина рукавов и штанин), необходимо обязательно обращать внимание на размер. Подсказка – в нашей таблице.

Размер	S	M	L	XL	XXL
Рост (см)	140-150	150-160	160-175	175-190	190 и выше

Если есть сомнения, выбирайте кигуруми чуть больше – всё-таки эта одежда должна быть очень свободной.

Светлана ИВАНОВА

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



По горизонтали:

1. Летчик, в чью честь на какое-то время был переименован Оренбург. **9.** Статуи острова Пахси. **11.** Помещение с оргтехникой и менеджерами. **23.** Стремление к новым путям и решениям.

Слева-вниз-направо:

2. «Чернила» для вероубоя. **4.** «Чернила» в сапожной мастерской. **5.** Врач, что лечит отиты и тонзиллиты.

7. Скандинавский бог с молотом. **10.** Богобык во славу Древнего Египта. **12.** Жир, в коем жарят пончики. **13.** Реплика как бы в сторону. **16.** Наемная бричка для Холмса.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Чкалов. 9. Моисей. 11. Офис. 23. Искание мании. **По вертикали:** 1. Чкалов. 9. Моисей. 11. Офис. 23. Искание мании. **Справа-вниз-направо:** 1. Чахлама. 3. Орт. 6. Шип. 8. Кип. 10. Ар-ман. 12. Фрак. 14. Антон. 15. Сев. 18. Тик. 20. Баба. 22. Реле.

17. В старину туземцы у озера Титикака. **19.** В ней букет стоит. **21.** Река в Северной Африке.

Справа-вниз-налево:

1. «Шапка» на голове Хоттабыча. **3.** Куля и продажа партиями. **6.** Розовая колкость. **8.** Игорь Можейко как писатель Булычев. **10.** Известный итальянский модельер. **12.** Длинный дирижерский пиджак. **14.** Кинофильм «... Иванович сердится». **15.** Посадка зерновых. **18.** Полосатый лен на диванную обивку. **20.** Ромовая «тетка» из кондитерской. **22.** Прерыватель электроцепи.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

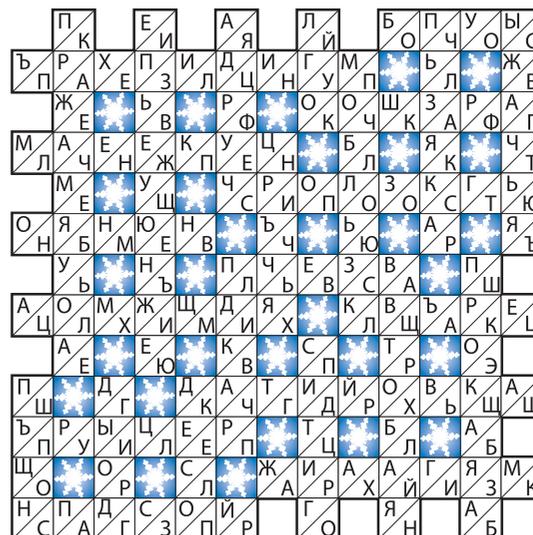
ЦЕНА

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

КАК ОПЛАТИТЬ

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

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»



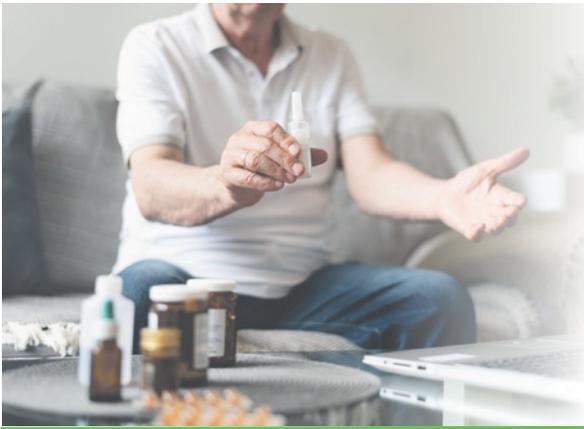
В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложаются в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Опус. Президиум. Кошара. Манекен. Сиплость. Обмен. Пьеса. Алхимия. Кварц. Датировка. Прицеп. Архаизм. Надзор.

По вертикали: Преамбула. Извещение. Адрес. Лук. Плакса. Сватья. Моллюск. Ничья. Пикап. Автобан. Проказа. Ситро. Шпон. Диод. Дело.

ЛЕЧЕНИЕ НЕ ПО ШАБЛОНУ

РАЗРАБОТКА, КОТОРАЯ ПОМОЖЕТ ВСТАТЬ НА НОГИ



Травматология. Обычный день. Перелом шейки бедра. Ещё один. Ещё один. И все эти пациенты — люди за 60. И только 5 % людей после такой травмы смогут снова встать на ноги. А многих и вовсе ждёт летальный исход. Представляете, как это страшно?

А ведь этого могло и не случиться! Если бы все эти люди хотя бы 2–3 года назад обратили внимание на свои суставы. С годами они изнашиваются, и многие движения становятся неподвластными Вам. Тогда возрастает нагрузка на и без того слабые кости. И вот Вы уже в зоне риска остаться инвалидом.

Но уже сегодня и прямо сейчас Вы сами можете определить своё будущее! Сегодня об этом и поговорим.

Что готовы предложить нам врачи, когда мы мучаемся с суставами? Заменить сустав на искусственный? Или спасаться мазями и таблетками? Ну, если уж совсем прижало, могут назначить уколы. Только вот не каждый может на них ходить. Зачастую приходится просить кого-то о помощи... Что говорить, болезней у нас целый воз. Но вот, к примеру, от давления мы можем выпить таблетку. А с суставами этот номер не пройдет. Нет такой таблетки, чтоб вылечить сам сустав. Обезболивающее и мази сейчас не в счёт. Ведь они не лечат, а лишь на время снимают боль. И как тогда справляться?

НА ПОМОЩЬ ПРИДУТ НАНОТЕХНОЛОГИИ

Вы ещё не знаете, но уже сегодня у медицины есть для Вас отличное, современное решение! Теперь Вы можете самостоятельно вылечить свои ноги и вернуть себе былую подвижность. Направляется вопрос, как? Передовая медицина не одобряет радикальных методов лечения. А многим операция и вовсе противопоказана в силу возраста. Мало того, что искусственный сустав может не прижиться, так и Ваше сердце может не выдержать такой нагрузки.

Зачем нам так рисковать? Опираясь на опыт предыдущих поколений, наши специалисты разработали современное устройство. Аппарат ультразвуковой и фототерапии АВРОРА. Эта разработка сегодня позволяет нам лечить свои суставы надежно и эффективно. Ведь мало просто снимать боль и спазм, лечение должно быть комплексным и глубоким.

Кажется, что такое лечение можно получить лишь в больнице? Действительно, так было раньше. Но сейчас всё изменилось, ведь появилась АВРОРА! Это не просто аппарат, а настоящая медицинская изделие, имеющее удостоверение Росздравнадзора. И сегодня этот аппарат рекомендован для профессионального, а главное для домашнего лечения! Теперь Вам не придётся никуда ходить, чтобы лечить свои больные колени. Ведь всё, что Вам необходимо, отныне у Вас под рукой!

АВРОРА — ДОРОГА В ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ

В Санкт-Петербурге, в одном из ведущих научных центров — ФБУН СЗНЦ гигиены и общественного здоровья — лучшие специалисты России проводили исследования этого аппарата.

И были потрясены! 87 % людей, которые лечились АВРОРОЙ, избавились от боли в суставах. Вы только представьте!

Тысячи людей сумели вернуть себе подвижность и избавиться от мучительной боли. А значит это сможете сделать и Вы!

АВРОРА — гордость отечественной науки. Ведь при её создании разработчики продумали всё до мелочей.

Аппарат эффективен не только для лечения суставов, но и помогает справиться с другими заболеваниями. Уже сейчас Вы можете сделать первый шаг к своему здоровью. И лечиться передовыми технологиями прямо у себя дома!

ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- заболевания суставов (артрит, артроз, ревматоидный артрит, периартрит, эпикондилит);
- заболевания и травмы костно-мышечной системы;
- сердечно-сосудистые заболевания (ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения I–II ФК, гипертоническая болезнь I–II стадий);
- неврологические заболевания (полиомиелит, полиневрит, плексит, радикулоневрит, травматический неврит, остеохондроз с выраженным корешковым синдромом, церебральный паралич);
- вялые параличи с наличием болевого синдрома и выраженными трофическими нарушениями; заболевания и травматические повреждения суставов;
- заболевания желудочно-кишечного тракта (хронический гастрит, дискинезии желчевыводящих путей, атонический и спастический колиты);
- заболевания ЛОР-органов, глаз и полости рта.

Список показаний впечатляет! Как и его эффективность!

Ведь эффективность аппарата была отмечена наградами! АВРОРА получила Золотой знак качества XXI века, а также стала дипломантом Всероссийского конкурса «Сто лучших товаров России».

Аппарат АВРОРА — это настоящий полёт инженерной мысли!

При разработке этого аппарата учёным удалось совместить самые эффективные методики лечения воедино. Ультразвук, красная и инфракрасная терапия — всё это в одном аппарате! Эти факторы не только эффективны сами по себе, но и многократно усиливают действие друг друга.

Так давайте рассмотрим их более детально.

УЛЬТРАЗВУКОВАЯ ТЕРАПИЯ

Пытаетесь поднять ногу на ступень? А в это время разрушенный сустав терпит огромную нагрузку, и Вы слышите хруст. Боль отдаёт всюду, будто жилу за жилу заводит. Что делать?

На помощь придёт АВРОРА! Дело в том, что ультразвук обладает мощным обезболивающим действием. Но мало просто снять боль, важно сделать это качественно.

Так вот АВРОРА действует прямо на большой сустав. Стоит только взять аппарат в руки и начать лечение, как Вы сами это почувствуете. Уже через несколько минут боль начнёт стихать. Это облегчение не передать словами, это можно лишь ощутить. Будто кто-то снял гири, которые были привязаны к Вашим ногам. Более того, ультразвук как микро-массаж. Только действует он изнутри. Знаете, о чём это говорит? А это говорит о том, что АВРОРА не только снимает боль, но и помогает активировать приток крови.

Кровь начинает течь быстрее, неся в повреждённые клетки питание и кислород.

Разрушение в тканях прекращается, и организм находит силы на восстановление. К тому же ультразвук улучшает проницаемость кожи.

А значит, с этим аппаратом Вы сможете делать ультрафонофорез у себя дома. Лекарства будут проникать глубже, а их эффективность повысится в десятки раз!

Уже после курса процедур Вы почувствуете улучшение. А поход в магазин перестанет быть для Вас чем-то пугающим.

С АВРОРОЙ даже гололёд зимой не так страшен! Лечение АВРОРОЙ не только избавит Вас от проблем в настоящем, но и станет хорошим вложением в будущее.

Ведь Вы сможете сохранить свою подвижность и защитить себя от падений и травм.

КРАСНАЯ ФОТОТЕРАПИЯ

Почему вечером ноги такие тяжёлые, и то и дело хочется прилечь? Усталость и отёки не дают сделать лишний шаг. Не нужно это терпеть. Возьмите в руки АВРОРУ! В её арсенале есть ещё и красная фототерапия, которая имеет большую проникающую способность. Лечение красным светом отлично воспринимается не только кожей, но и сосудами.

Ведь суженные, спазмированные сосуды не пропускают питание к клеткам. Отсюда боль, и воспаление, и отёки. АВРОРА возьмёт на себя эту заботу! Красный свет расширяет сосуды, снимая спазм. Улучшается кровоснабжение, проходит боль и нормализуется обмен веществ. Восстанавливается баланс в организме! Разве это под силу привычным средствам? Конечно нет! Проникающая способность АВРОРЫ целых 6 сантиметров! А значит ни одна клетка не останется без внимания.

Отёчность больше не будет сдавливать Вас, как тугой шнурок. Вы почувствуете лёгкость, а Ваши ноги станут послушными. Вам будет гораздо легче обуваться, ведь Ваши ноги вернут былую форму. И вот Вы уже с воодушевлением собираетесь выйти на улицу! Это ли не счастье!

ИНФРАКРАСНАЯ ФОТОТЕРАПИЯ

Вспомните, даже при банальной простуде нам назначают противовоспалительные. Ведь нужно остановить поражение здоровых тканей. Таблеткам не всегда под силу это сделать, а вот печень в это время страдает знатно!

Так вот, инфракрасная фототерапия АВРОРЫ имеет уникальные противовоспалительные свойства.

И действует прямо в очаге болезни. Чувствуете тепло во время лечения? Так аппарат исцеляет поражённые болезнью ткани.

Инфракрасная фототерапия очень полезна для нашего иммунитета. А в зрелом возрасте, когда иммунитет не такой сильный, порой жизненно необходима.

С АВРОРОЙ Вы сможете защитить себя от простуд и просто укрепите свой организм. Улучшится не только самочувствие, но и настроение!

ЭХ, ЗАЖИВЁМ!

Что нужно для счастья в зрелом возрасте? Разве что здоровье! Именно его и дарует нам АВРОРА! Ведь это настоящая «скорая помощь» Вашему организму. В любое время и в любом месте Вы можете лечиться современными технологиями! И делать это всей семьёй!

Уже сегодня Вы можете стать здоровым и активным человеком. Так чего Вы ждёте? Оставьте в прошлом малоэффективные лекарства! Доверьтесь инновациям!

Закажите аппарат АВРОРА! Ведь это самое правильное решение. Другого шанса может и не быть! Аппарат приобретается один раз, но будет радовать Вас долгие годы. А Вы сможете не только лечить свои суставы, но и восстановить работу сердечно-сосудистой системы и желудка! А ещё укрепить иммунитет и защитить себя от простуд и их осложнений!

АВРОРА — копияка Вашего здоровья с неиссякаемым запасом! Она всегда придёт на помощь и поможет Вам! Так чего же Вы ждёте? Позвоните нам прямо сейчас и закажите аппарат АВРОРА! Возьмите здоровье в свои руки и живите долгие годы. Вы этого достойны!

ДВОЙНАЯ ЭКОНОМИЯ*

НА ПОКУПКУ АППАРАТА
«АВРОРА»

СКИДКА
5000
рублей

+

ПОДАРОК

МАГНИТНЫЙ АППЛИКАТОР
«ЛАДИУМ»,
стоимостью 5000 рублей

Вы экономите целых 10 000 рублей!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

WWW.PRODEX.RU WWW.APTEKA.RU

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 800 511-60-42

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 03.01.2024 г. по 03.02.2024 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. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.