

№28

(16383)

8 ИЮЛЯ 2025 г.

16+

АО «Издательство «Кавказская здравница»

Кавказская Неделя

Еженедельник

Программы 21 канала телевидения

Читайте в номере:

- ⇒ Правительство определилось с выходными днями 2026 года.... стр. 1
- ⇒ В четырех округах сменили регоператора..... стр. 1, 2
- ⇒ Ссорьтесь на здоровье!..... стр. 5, 11
- ⇒ Не дай себе засохнуть..... стр. 6
- ⇒ Трогательные истории..... стр. 11

⇒ Телепрограмма с 14 по 20 июля ⇒ Астрологический прогноз ⇒ Погода ⇒ Сканворд ⇒

Подписаться на «Кавказскую неделю» НИКОГДА НЕ ПОЗДНО!

Если вы не оформили подписку на газету на 2-е полугодие 2025 года, это можно сделать **до 22 июля** в любом почтовом отделении края, у почтальонов или **на онлайн-сервисе www.podpiska.pochta.ru**, и с августа «Почта России» будет доставлять вам газету домой.

ИНДЕКС – ПР540

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:

1 месяц – 128 руб. 27 коп.
5 месяцев – 641 руб. 35 коп.



ПРЕДЛАГАЕМ ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ в редакции по адресу:

г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1, оф. 710, 706, АО «Издательство «Кавказская здравница», и получать газету на проходной в издательстве в удобное для вас время: цена на 2-е полугодие 2025 г. – 288 руб. 00 коп.

Подписаться на «Кавказскую неделю» можно с любого месяца и на любой срок.

Справки по телефонам:

8 (87922) 6-24-46 (доб. 1), 6-25-76

ДАТА

ДЕНЬ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ

8 июля в России отмечается День семьи, любви и верности, установленный Указом Президента РФ Владимиром Путиным. В 2025 году он празднуется 18 раз.

«В целях сохранения традиционных семейных ценностей и духовно-нравственного воспитания детей и молодежи постановляю установить День семьи, любви и верности и отмечать его 8 июля», – говорится в документе.

Дата праздника выбрана не случайно – 8 июля Русская православная церковь чтит память причисленных к лику святых Петра и Февронии Муромских. Этот союз является примером супружества, любви и верности.

В 2006 году жители города Муром, где в местном женском монастыре покоятся мощи Петра и Февронии, собрали более 2000 подписей за объявление 8 июля светского праздника, посвященного семейным ценностям.

Общественные деятели поддержали эту инициативу, ее одобрили в Совете Федерации России, и в 2008 году был впервые отпразднован День семьи, любви и верности.

В этот день традиционно проходят развлекательные мероприятия, мастер-классы народного ремесла, театральные представления, спортивные мероприятия, концерты, ярмарки, парады колясок. Семейные пары награждают памятной медалью «За любовь и верность», орденом «Родительская слава».

Для россиян этот праздник является поводом, чтобы собраться всей семьей и совместно



провести время. Среди молодых пар хорошей приметой считается в этот день просить благословения у родителей на дальнейшую семейную жизнь. Многие влюбленные пары 8 июля стремятся узаконить свои отношения. Однако свадебные церемонии ограничиваются ЗАГСом. Так как праздник приходится на Петров пост, венчание откладывается до его завершения.

Историю праздника читайте на стр. 2

ОТДОХНЕМ!

НОВОГОДНИЕ КАНИКУЛЫ ПРОДЛЯТСЯ 12 ДНЕЙ

В связи с новогодними праздниками россияне в следующем году будут отдыхать 12 дней – с 31 декабря 2025 г. по 11 января 2026 г. Проект постановления, подготовленный Минтруда РФ, размещен на федеральном портале проектов нормативно-правовых актов.

В феврале 2026 года дни отдыха продлятся с 21 по 23 число, а в марте – с 7 по 9. В мае жители страны отдохнут дважды по три дня – с 1 по 3 и с 9 по 11 мая. В июне граждан ожидают выходные с 12 по 14 число, а осенью – 4 ноября. В 2027 г. праздничные дни начнутся с 31 декабря 2026 г. и продлятся до 10 января.

По словам главы Минтруда России Антона Котякова, постановление о переносе выходных дней, выпадающих на праздничные, ежегодно принимается кабмином.

«Перенос осуществляется таким образом, чтобы оптимально распределить время труда и отдыха, по возможности объединить праздничные и выходные дни», – уточнил министр.

Ранее Котяков отмечал, что в России не обсуждается закрепление на законодательном уровне 31 декабря как выходного дня, предновогодний день стал выходным, т. к. его перенесли с 5 января (праздничный день, выпавший на выходной).

НОВОСТИ КРАЯ

НОВЫЙ РЕГОПЕРАТОР ПО ВЫВОЗУ ТКО ПРИСТУПИЛ К РАБОТЕ

С 1 июля в Арзгирском, Буденновском, Левокумском и Нефтекумском округах начал работу новый регоператор по обращению с твердыми коммунальными отходами. Об этом сообщили в минЖКХ Ставропольского края.

Новая компания, занимающаяся вывозом ТКО, уже прошла все конкурсные процедуры и приступила к работе. На начальном этапе планируют задействовать 60 специалистов и 17 единиц техники.

В региональном минЖКХ рассказали, что графики вывоза отходов уже согласовали, решается вопрос об открытии абонентских отделов в Буденновске, Нефтекумске, Левокумском и Арзгире.

Ранее, 30 июня с. г., смена регионального оператора по вывозу ТКО на востоке Ставрополья стала одной из тем еженедельного рабочего совещания в правительстве края под председательством губернатора Владимира Владимировича, сообщили в управлении пресс-службы и инфополитики губернатора и правительства СК.

Окончание на стр. 2

КАЛЕНДАРЬ

8 ИЮЛЯ – День семьи, любви и верности

11 ИЮЛЯ – Всемирный день народонаселения

● День художника по свету

12 ИЮЛЯ – Всемирный день бортпроводника гражданской авиации

● День фотографа

13 ИЮЛЯ – День российской почты

● День рыбака



АО «Издательство «Кавказская здравница»

СДАЕТ В АРЕНДУ:

⇒ 240 кв. м торговой площади на 1-м этаже здания

⇒ Офисные помещения (от 8 кв. м до 160 кв. м)

Развитая инфраструктура, хорошие подъездные пути, все коммуникации.

Рядом – продовольственные и промтоварные магазины, предприятия сферы обслуживания и досуга, автовокзал, остановка маршрутного такси. Помещения расположены в непосредственной близости с федеральной трассой «Кавказ».

Территория находится под круглосуточной охраной с наличием видеонаблюдения.

г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ, ул. 50 лет Октября, 67/1

⇒ Помещения под склады и производство площадью 200 кв. м

Перспективное место расположения.

Имеются удобные подъездные пути для большегрузного транспорта.

Развитая инфраструктура.

Парковочные места.

г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ, пос. Первомайский, ул. Московская, 5в

Стоимость арендной платы – договорная.

РЕКЛАМА

Тел.: 8 (962) 450-83-89, 8 (87922) 6-23-89



АО «Издательство «Кавказская здравница»

ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

□ НАЧАЛЬНИКА ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ЦЕХА,

график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;

□ ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ПЕЧАТИ (газетное производство),

график работы – через день: первая неделя – 4 дня,

вторая – 2 дня, полный соцпакет;

□ ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ОФСЕТНОЙ ПЕЧАТИ («Heidelberg Speedmaster 102»),

график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;

□ НАЛАДЧИКОВ ПОЛИГРАФИЧЕСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ 5 и 6 РАЗРЯДА,

график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;

□ ТОВАРоведа,

график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет.

Обращаться: г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1;

телефоны: 8 (87922) 6-24-95, 6-23-89.

РЕКЛАМА



4 607023 490113

Отдел рекламы «Кавказской недели», тел. 8 (87922) 6-25-76, e-mail: nedelya@kmtv.ru

Газета распространяется по подписке через «Почту России» и в розницу: в киосках «Центро Печать», «Союзпечать», в сети магазинов «Наш» (г. Минеральные Воды), магазин «Канцтовары» (пос. Иноземцево), в редакции газеты «Кавказская неделя» (АО «Издательство «Кавказская здравница», г. Минеральные Воды)

КОМПЕНСАЦИОННАЯ ВЫПЛАТА ПО УХОДУ ЗА ЛЮДЬМИ СТАРШЕ 80 ЛЕТ

Отделением СФР по Ставропольскому краю установлена надбавка к пенсии более 90 тысячам жителей региона.

С начала года компенсационная выплата по уходу за людьми старше 80 лет и граждан с инвалидностью 1 группы заменена на ежемесячную надбавку к пенсии этим категориям получателей. С января текущего года Отделение СФР по СК установило такую надбавку более 90 тысячам жителей региона.

Доплата включена в состав фиксированной части пенсии и каждый год индексируется. В этом году ее размер составляет 1314 рублей.

Надбавка автоматически начисляется Отделением СФР по СК при достижении гражданином возраста 80 лет или установлении ему 1 группы инвалидности. Самому пенсионеру подавать заявление и предоставлять документы не требуется.

Трудоспособным гражданам, которые ухаживают за людьми указанных категорий, такие периоды учитываются в страховой стаж. Подтвердить факт ухода с 2025 года жители края могут, подав соответствующее

заявление в Отделение Социального фонда России по СК в любой удобный момент – независимо от продолжительности периода ухода, будь то несколько месяцев или лет.

При раздельном проживании лица, осуществляющего уход, и пожилого человека или инвалида 1 группы понадобится письменное подтверждение от самого нуждающегося в уходе или его законного представителя.

Что касается периодов ухода в 2024 году, они зафиксированы Отделением СФР по СК и отражены на персональных страховых счетах граждан без дополнительного обращения в фонд.

Если остались вопросы, их можно задать по телефону единого контакт-центра СФР: 8-800-1-00000-1, а также в социальных сетях Отделения Социального фонда по СК: Телеграм, ВКонтакте, Одноклассниках.

Пресс-служба Отделения СФР по Ставропольскому краю

КАПРЕМОНТ

В МИНЕРАЛОВОДСКОМ ОКРУГЕ СТАРТУЕТ РЕМОНТ 20 ДОМОВ

В Минераловодском округе определен подрядчик для капитального ремонта 20 многоквартирных домов. По итогам электронного аукциона контракт на сумму свыше 59 миллионов рублей заключен с компанией «ПромАртСК», сообщила пресс-служба Фонда капитального ремонта общего имущества многоквартирных домов Ставропольского края.

Большинство зданий, включенных в проект, были построены во второй половине XX века и сегодня находятся в неудовлетворительном техническом состоянии. Единственным реалистичным способом продления их срока службы остается капитальный ремонт. Это не косметическое вмешательство, а структурная мера по поддержанию функциональности жилого фонда.

В рамках контракта предстоит отремонтировать 28 конструктивных элементов: одну крышу, восемь фасадов, один фундамент, подвальное помещение и 17 внутридомовых инженерных систем – электроснабжения, водоснабжения и водоотведения.

Такой набор работ типичен для домов советской индустриальной застройки. Унификация конструкций и материалов, низкое качество исходных инженерных решений и многолетняя эксплуатация без обновления сделали эти здания уязвимыми к базовым нагрузкам. Один локальный сбой – будь то прорыв стояка или короткое замыкание – способен парализовать жизнедеятельность десятков квартир.

Но техническое решение невозможно без финансовой базы. Здесь начинается

менее комфортная, но неизбежная часть уравнения: устойчивость программы напрямую зависит от платежной дисциплины собственников. Закон предписывает обязательную уплату взносов на капитальный ремонт, но уровень собираемости все еще остается ниже необходимого, особенно в малых муниципалитетах.

«Отказ от взносов – не форма экономии, а механизм отложенных расходов, – подчеркивает Павел Корниенко, генеральный директор краевого фонда. – И с каждым днем такие расходы только растут. Каждый неоплаченный счет снижает способность системы действовать на опережение».

Механизм взыскания формализован: сначала начисляются пени, затем – судебное решение, после которого взыскивается не только долг, но и пени, а также государственная пошлина и исполнительский сбор. Возможны удержания из заработной платы, ограничение выезда за границу, арест имущества и принудительное исполнение.

Капитальный ремонт – не услуга по требованию. Это результат совместной ответственности государства, регионального оператора и самих собственников.

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ЖИЗНЬ ПОСЛЕ РАЗВОДА

Как делится имущество при разводе? Если дети остаются проживать с матерью, то она имеет право на большую долю при разделе?

Все, что супруги приобрели, будучи в браке, признается их совместной собственностью. При отсутствии брачного контракта, при расторжении брака имущество делится в равных долях.

Важно учитывать:

– Не играет роли, кто именно вносил средства за имущество, приобретенное в браке, и на чье имя оно зарегистрировано – все, что было приобретено после заключения брака, автоматически становится общим.

– Если в течение трех лет после развода не произведен раздел имущества, оно продолжает оставаться в совместной собственности бывших супругов.

– Любые доходы, полученные в период брака, считаются общими, даже если один из супругов не работал.

– Факт проживания детей с одним из родителей не предоставляет ему преимущественного права на большую долю при разделе, хотя существуют исключения. Суд вправе отойти от принципа равного распределения долей при разделе имущества, учитывая особые обстоятельства. Например, необходимость отдельного жилого пространства для ребенка-инвалида или проблемы со здоровьем у детей, пре-

пятствующие трудоустройству родителя. Вместо увеличения имущественной доли, возможно взыскание дополнительных расходов на содержание детей, помимо алиментов, например, на оплату жилья. Также, один из родителей может передать часть своей собственности другому в качестве алиментных выплат. Наконец, родители всегда могут достичь соглашения о разделе имущества в любом устраивающем их соотношении.

Однако не все имущество подлежит разделу при разводе. Существует имущество, которое останется личной собственностью одного из супругов.

К такому относятся:

- купленное до брака или на деньги, заработанные до брака;
- материнский капитал;
- наследство и подарки;
- вклады, пополняемые добрачными деньгами или от продажи наследства и подаренного имущества;
- личные вещи, кроме предметов роскоши;
- личные вещи детей и деньги на детских счетах;
- исключительное право на результаты интеллектуальной деятельности.

На вопросы читателя отвечала юрист МОБО «Вера, Надежда, Любовь» Н.А. Свиридова

РЕМОНТ мягкой мебели, замена ткани, пружин, поролона. Выезд по КМВ.

Тел. 8-905-449-59-98.

РЕКЛАМА

Утерянное Свидетельство о профессии водителя серия ББ №0050242 от 02.12.2019 г., выданное ЧУ ДПО Автошкола «Арагат» г. Кисловодска на имя Вершинина Даниила Юрьевича, 18.09.2003 года рождения, считать недействительным.

РЕКЛАМА

ТРАДИЦИИ

ПОКРОВИТЕЛИ СЕМЕЙНЫХ УЗ

...История святых Петра и Февронии – покровителей семьи и брака – не только не потерялась в тумане веков, но и легла в основу светлого и теплого, как июльское солнце, праздника – Дня семьи, любви и верности.

Рассказы о благочестивых супругах, которые княжили в Муроме в XIII веке, поначалу существовали лишь в виде местных устных преданий. И только после их канонизации на Московском церковном соборе 1547 года появилась «Повесть о Петре и Февронии Муромских». Священник, писатель и публицист Ермолай-Еразм создал ее по поручению митрополита Московского и всея Руси Макария, который решил собрать воедино жизнеописание всех православных святых и объединить их в «Великие Четьи-Минеи» (что значит «ежемесячные чтения»). Выйдя за строгие рамки жанра жития, Ермолай-Еразм искусно ввел в произведение фольклорные мотивы. И хотя в «Великие Четьи-Минеи» его труд не попал – древнерусская литература обогатилась настоящим шедевром. И то, что духовный подвиг муромских чудотворцев – подвиг любви, оказавшейся выше и словесных различий, и корысти, и даже самой смерти, – мы рассматриваем через призму художественного вымысла, несколько не умаляет его глубокой сути.

О популярности сочинения свидетельствуют сотни его рукописных копий XVI-XVII веков. Интересно оно и современным читателям. По-прежнему восхищает смелость Петра – он убил мечом свирепого змея, прилетавшего к жене его брата, князя Павла, и тяжело заболел из-за попавшей на него ядовитой крови. Исцелить страдальца смогла только мудрая девушка Феврония, дочь пчеловода из рязанской деревни Ласково, которая и стала его женой. Когда Петр вступил на княжеский престол, бояре взбунтовались из-за «неблагородного происхождения» Февронии – и тогда он отказался от власти и покинул город вместе с любимой. Однако не смогли вельможи жить без мудрых правителей, начались кровавые распри – и супругов слезно попросили вернуться. «И правила они в городе том, соблюдая все заповеди и наставления Господние безупречно, молясь

ИЩУ РАБОТУ по выполнению крыш, навесов, заборов, сварки, кладки, стяжки, бетона, тротуарной плитки, малярки, электрики, водопровода, сантехники, выгребных ям, перебазировки окон ПВХ. Большой опыт. Тел. 8-961-496-15-36.

РЕКЛАМА

РЕКЛАМА в «КН»: тел. 8 (87922) 6-25-76

беспрестанно и милостыню творя всем людям, находившимся под их властью, как чадолюбивые отец и мать» – говорится в «Повести...». Ермолай-Еразм не указывает, были ли у семейной четы собственные дети, однако, как считают многие историки, в том браке на свет появились сыновья Святослав и Юрий и дочь Евдокия.

В преклонных летах Петр и Феврония приняли монашество, получив имена Давид и Евфросиния, и молились о том, чтобы уйти из жизни в один день и обрести покой в одной гробнице. Несмотря на то, что супругов пытались разлучить, похоронив в разных гробах и разных обителях, они чудесным образом оказались рядом даже после смерти.

Земной мир пара покинула 8 июля (по старому стилю – 25 июня) 1228 года. И потому на протяжении веков именно в этот день Русская православная церковь чтит память муромских чудотворцев. Так что выбор даты для Дня семьи, любви и верности оказался знаковым.

Знаменательно и то, что приходится дата на цветущую летнюю пору. Ведь семью можно сравнить и с могучим деревом, защищающим от непогоды своей ветвистой кроной, и с прекрасным цветком, который нужно хохотить и лелеять – и тогда он порадует нас тонким ароматом и нежным шелком лепестков. Официальным символом Дня семьи, любви и верности выбрана простая и трогательная ромашка – цветок бескрайних лугов и полей. Она же и украшает одну из сторон медали «За любовь и верность» (на другой – изображены сами Петр и Феврония). Награда была учреждена Оргкомитетом по проведению Дня семьи, любви и верности в РФ, и вручается семьям, которые прожили в браке не менее 25 лет.

Так что с уверенностью можно сказать, что, несмотря на «молодость», праздник успел занять достойное место не только в календаре, но и в сердцах россиян.

Использованы материалы Интернета

НОВОСТИ КРАЯ

НОВЫЙ РЕГОПЕРАТОР ПО ВЫВОЗУ ТКО ПРИСТУПИЛ К РАБОТЕ

Окончание. Начало на стр. 1

Как прозвучало на совещании, решение о смене оператора принято в связи с ненадлежащим исполнением обязательств предыдущей организацией. Глава Ставрополья потребовал от краевого МинЖКХ проконтролировать ход устранения проблем с вывозом мусора.

– Перед министром ЖКХ края Александром Владимировичем Рябикиным ставлю задачу взять на личный контроль работу нового регоператора, чтобы ситуация, сложившаяся с прежним, не повторилась. До 10 июля необходимо разобраться со всеми накопившимися жалобами людей. Важно максимально оперативно создать комфортные для земляков условия, – сказал губернатор Владимир Владимиров.



ПРОИСШЕСТВИЯ

ФАЛЬСИФИЦИРОВАННЫЕ МОЛОЧКА И ВОДА ОБНАРУЖЕНЫ НА СТАВРОПОЛЬЕ

Система «Честный знак» обнаружила свыше 14 тонн молочных изделий и бутилированной воды с признаками подделки, которые были закуплены для школ и больниц Ставропольского края. Таких товаров в различных регионах России оказалось 506 тонн, пишут РБК.

Нарушения выявили во время реализации федерального эксперимента, направленного на предотвращение поставок небезопасных продуктов в социальные учреждения. Этот пилотный проект стартовал 1 декабря 2024 года. На данный момент система маркировки сосредоточена на контроле качества молочной продукции



и воды, однако в будущем планируется расширить список.

В проекте участвуют 1,5 тыс. учреждений, включая школы, детские сады, больницы и другие организации, расположенные в семи субъектах. На Ставрополье фальсифицированная продукция выявлена в 15 учреждениях.

ДОМАШНИЙ 6.30, 6.00 По делам несовершенно-летних 16+ 7.25 Давай разведемся! 16+ 8.25, 4.10 Тест на отцовство 16+ 10.40, 1.10 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 2.00 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 2.50 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 3.15 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 3.45 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «УГНАННАЯ НЕВЕСТА» 16+ 19.00 Х/ф «УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ» 16+ 23.20 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+ 5.50 «б кадров» 16+	ТВЦ 6.00 «Настроение» 8.10 «Смех, дрожь и видео» 16+ 8.40 Х/ф «ТРЮФЕЛЬНЫЙ ПЕС КОРОЛЕВЫ ДЖОВАННЫ» 12+ 10.35, 4.20 Д/с «Назад в СССР» 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50, 2.50 Х/ф «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ» 12+ 13.50, 5.00 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.00 Х/ф «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ» 12+ 17.00 Д/ф «Русские тайны. Вещие сны» 16+ 18.10 Х/ф «СОСЕДИ-2» 12+ 22.35 Спецрепортаж 16+ 23.05 «Знак качества» 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45 Д/ф «Дорогие товарищи. Яйца Фаберже» 16+ 1.25 Хроники московского быта 12+ 2.05 Прощание 16+ 5.30 Д/с «Большое кино» 12+	СТС 6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 6.45 М/ф «Все псы попадают в рай» 16+ 8.15 Суперниндзя. Дети 12+ 12.00 Х/ф «В ГОСТЯХ У ЭЛИС» 16+ 14.00 Х/ф «ПОДАРОК» 16+ 15.45 Т/с «ДЫЛДЫ» 16+ 17.55 Т/с «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ» 16+ 20.00 Х/ф «СОРВАТЬ БАНК» 16+ 21.55 Х/ф «НА ЛИНИИ ОГНЯ» 16+ 23.55 Х/ф «КРАСНАЯ ЖАРА» 18+ 1.55 Х/ф «РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНД» 18+ 3.55 Шоу из шоу 16+ 5.10 М/с «Три кота» 0+ 	ТНТ 7.00, 6.00 «Утро ТНТ» 16+ 8.00, 4.15, 5.05, 5.55 «Однажды в России» 16+ 9.00 «Большой куш. Бангкок» 16+ 11.30 «Погоня» 16+ 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 20.00, 20.30 Т/с «ИНКАСАТОРЫ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ЖУКИ» 16+ 23.00 Х/ф «МАМА МАФИЯ» 18+ 1.00 Х/ф «МАЛАВИТА» 16+ 2.50 Х/ф «ФРАНКЛИН» 16+	ТВ 3 6.00, 5.45 Мультфильмы 0+ 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00, 9.30 Любовная магия 16+ 10.00, 10.45, 11.15, 11.45, 12.20, 12.45, 13.15, 14.00, 14.30, 15.00 Гадалка 16+ 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+ 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «КАР-ПОВ» 16+ 23.00 Х/ф «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА» 18+ 1.15 Кадони шоу 16+ 2.00 Экстра такси 16+ 2.30, 3.15, 4.00, 5.00 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+	МАТЧ! 6.00, 14.55 «Лучшие из лучших» 12+ 6.30 Д/с «Век нашего спорта» 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 0+ 7.05, 19.30, 0.00 Все на Матч! 9.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 9.25, 0.55 «Культовые» 12+ 10.30 Профессиональный бокс. Братья Цзю. Лучшее 16+ 11.35 Вы это видели 12+ 12.35 Спецрепортаж 12+ 13.00 Есть тема! 14.25 «Что за спорт?» 12+ 15.30 Громко. 16.50 Д/ф «Александр Великий» 12+ 17.55, 23.05 Смешанные единоборства 16+ 21.30 Бильярд. Betboom Кубок чемпионов 1.55 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Команды 6+ 2.50 Новости 0+ 2.55 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Открытая вода 5.30 География спорта 12+	★ ЗВЕЗДА 6.00 «Не факт!» 12+ 6.30, 9.10 «СССР. Знак качества» 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 10.00, 13.20, 14.25, 15.05, 17.15 Т/с «ЗОЛОТОЙ КАПКАН» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.30 Скрытые угрозы 16+ 20.15 Д/с «Война миров» 16+ 21.55 Х/ф «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ» 12+ 23.35 Х/ф «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА» 12+ 1.25 Т/с «ДОКТОР ТЫРСА» 16+ 5.30 Д/с «ВМФ СССР. Хроника Победы» 16+		
6.30, 5.40 По делам несовершенно-летних 16+ 7.25 Давай разведемся! 16+ 8.25, 4.00 Тест на отцовство 16+ 10.40, 1.00 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 1.50 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 2.40 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 3.05 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 3.35 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «8 ЛЕТ В ОЖИДАНИИ ЛЮБВИ» 16+ 19.00 Х/ф «СПАСТИ АННУ» 16+ 23.10 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Смех, дрожь и видео» 16+ 8.45 Х/ф «ТРЮФЕЛЬНЫЙ ПЕС КОРОЛЕВЫ ДЖОВАННЫ» 12+ 10.40, 4.20 Д/с «Назад в СССР» 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50, 2.45 Х/ф «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ» 12+ 13.45, 5.00 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.05 Х/ф «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ» 12+ 17.00 Д/ф «Русские тайны. Страшно есть» 16+ 18.10 Х/ф «СОСЕДИ-3» 12+ 22.35, 5.30 «10 самых...» 16+ 23.10 Д/ф «Як Йоала. Горькая лаванда» 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Бомба в метро» 16+ 1.25 Прощание 16+ 2.05 Д/ф «Настоящий детектив. Фреска на крови» 16+	6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 7.00 М/с «Детектив Финник» 0+ 7.55 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+ 9.25 Х/ф «ПРОСТО ДРУЗЬЯ» 16+ 11.25 Х/ф «ПАТРИК» 12+ 13.20 Х/ф «КАК ПРОГУЛЯТЬ ШКОЛУ С ПОЛЬЗОЙ» 6+ 15.45 Т/с «ДЫЛДЫ» 16+ 17.55 Т/с «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ» 16+ 20.00 Х/ф «КОДЕКС КИЛЛЕРА» 16+ 22.05 Х/ф «ВЗЛОМЩИК» 16+ 0.00 Х/ф «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: РАЗБОРКИ В ПУСАНЕ» 18+ 2.00 Х/ф «ДВА МИРА» 12+ 3.35 Т/с «СЕНЯ-ФЕДЯ» 16+ 4.20 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ» 16+ 8.00, 3.45, 4.30, 5.15 «Однажды в России» 16+ 9.00 «Большой хит» 16+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ИНКАССАТОРЫ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ЖУКИ» 16+ 23.00 Х/ф «ПРИШЕЛЬЦЫ» 18+ 1.50 Х/ф «ПРИШЕЛЬЦЫ: НАЗАД В БУДУЩЕЕ» 18+	6.00, 5.15 Мультфильмы 0+ 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00, 9.30 Любовная магия 16+ 10.00, 10.45, 11.15, 11.45, 12.20, 12.45, 13.15, 14.00, 14.30, 15.00 Гадалка 16+ 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+ 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «КАР-ПОВ» 16+ 23.00 Х/ф «ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН» 18+ 1.15, 2.00, 2.45, 3.45, 4.30 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+	6.00, 14.55 «Лучшие из лучших» 12+ 6.30 Д/с «Век нашего спорта» 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 0+ 7.05, 11.35, 15.30, 19.30, 0.00 Все на Матч! 9.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 9.25, 0.55 «Культовые» 12+ 10.30 Профессиональный бокс 16+ 12.35 Д/с «Сила воды» 12+ 13.00 Есть тема! 14.25 Магия большого спорта 12+ 16.50 Д/ф «Камчатка. Необыкновенные истории на краю земли» 12+ 17.55, 23.05 Смешанные единоборства 16+ 20.25, 2.50 Новости 0+ 20.30 Мир РПЛ. 21.30 Бильярд. Betboom Кубок чемпионов 1.55 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Личное первенство 6+ 2.55 Плавание 5.10 Спецрепортаж 12+ 5.30 «Что за спорт?» 12+	6.00 «Не факт!» 12+ 6.30, 9.10 «СССР. Знак качества» 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 10.00, 13.20, 14.25, 15.05, 17.15 Т/с «ЗОЛОТОЙ КАПКАН» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.30 Д/с «Улика из прошлого» 16+ 21.55 Х/ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА» 12+ 23.45 Х/ф «ПОСЛЕДНИЙ ДЮИМ» 12+ 1.25 Т/с «ДОКТОР ТЫРСА» 16+ 5.40 Д/с «Победоносцы» 16+		
6.30, 5.45 По делам несовершенно-летних 16+ 7.25 Давай разведемся! 16+ 8.25, 4.05 Тест на отцовство 16+ 10.40, 1.05 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 1.55 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 2.45 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 3.10 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 3.40 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «ПО ВОЛЕ СЛУЧАЯ» 16+ 19.00 Х/ф «ЖЕНСКИЙ ЗАЩИТНИК» 16+ 23.10 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Смех, дрожь и видео» 16+ 8.40 Х/ф «АЛТАРЬ ТРИСТАНА» 12+ 10.40, 4.20 Д/с «Назад в СССР» 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50, 2.50 Х/ф «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ-2» 12+ 13.45, 5.00 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.00 Х/ф «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ» 12+ 16.55 Д/ф «Русские тайны. Чудо-дети» 16+ 18.10 Х/ф «СОСЕДИ-4» 12+ 22.35, 5.30 «10 самых...» 16+ 23.10 Хроники московского быта 12+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45 Д/ф «90-е. Жены миллионеров» 16+ 1.25 «Знак качества» 16+ 2.10 Д/ф «Настоящий детектив. Четыре свечи» 16+	6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 7.00 М/с «Детектив Финник» 0+ 7.50 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+ 9.25 Х/ф «КРАСАВИЦА И МИЛЛИОНЕР» 12+ 11.25 Х/ф «ТАЙНА МУНАКРА» 12+ 13.35 Х/ф «БЕСКОНЕЧНАЯ ИСТОРИЯ. АЛЬБИОН» 12+ 15.45 Т/с «ДЫЛДЫ» 16+ 17.55 Т/с «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ» 16+ 20.00 Х/ф «БИТВА С КИБОРГАМИ» 16+ 22.00 Х/ф «БОЕВОЙ МЕХАНИЗМ» 16+ 23.55 Х/ф «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: ВОЗМЕЗДИЕ» 18+ 2.00 Х/ф «СЫН ДЖО» 16+ 3.25 Т/с «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ» 16+ 4.10 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ» 16+ 8.00, 9.00, 10.00, 4.15, 5.05, 5.50 «Однажды в России» 16+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ИНКАССАТОРЫ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ЖУКИ» 16+ 23.00 Х/ф «НЕНАСЫТНЫЕ ЛЮДИ» 18+ 1.15 Х/ф «МАМА МАФИЯ» 18+ 2.50 Х/ф «УЛЬТРА-АМЕРИКАНЦЫ» 16+	6.00 Мультфильмы 0+ 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00, 9.30 Любовная магия 16+ 10.00, 10.45, 11.15, 11.45, 12.20, 12.45, 13.15, 14.00, 14.30, 15.00 Гадалка 16+ 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+ 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «ГЛУХАРЬ» 16+ 23.00 Х/ф «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ» 18+ 1.00, 2.00, 2.45, 3.30, 4.30, 5.15 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+	6.00 «Лучшие из лучших» 12+ 6.30 Д/с «Век нашего спорта» 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 16.30 Новости 0+ 7.05, 11.35, 19.30, 0.00 Все на Матч! 9.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 9.25, 0.55 «Культовые» 12+ 10.30 Профессиональный бокс 16+ 12.35, 4.40 Спецрепортаж 12+ 13.00 Есть тема! 14.25 Гольф. Кубок Лиги Ставок 16.35 Д/ф «Камчатка. Необыкновенные истории на краю земли» 12+ 17.55, 23.05 Смешанные единоборства 16+ 20.25, 2.50 Новости 0+ 20.30 Мир РПЛ. 21.30 Бильярд. Betboom Кубок чемпионов 1.55 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Команды 6+ 2.55 Боулинг. Betboom Кубок КЛБ. Про-тур 6+ 4.55 Триатлон. Мировая серия. Смешанная эстафета 6+	6.00 «Не факт!» 12+ 6.30 «СССР. Знак качества» 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.15, 13.20, 14.05, 15.05, 17.15 Т/с «С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.30 Д/с «Секретные материалы» 16+ 22.00 Х/ф «ВО БОРУ БРУСНИКА» 12+ 1.10 Т/с «ДОКТОР ТЫРСА» 16+		
6.30, 5.45 По делам несовершенно-летних 16+ 7.25 Давай разведемся! 16+ 8.25, 4.05 Тест на отцовство 16+ 10.40, 1.05 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 1.55 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 2.45 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 3.10 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 3.40 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «ЛЮБОВЬ НА КРАЮ СВЕТА» 16+ 19.00 Х/ф «МОЙ ЛЮБИМЫЙ РАДЖА» 16+ 23.15 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+	6.00 «Настроение» 8.15 «Смех, дрожь и видео» 16+ 8.40 Х/ф «АЛТАРЬ ТРИСТАНА» 12+ 10.40, 5.30, 4.20 Документальные сериалы 16+ 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 11.50, 2.50 Х/ф «УБИЙСТВА ПО ПЯТНИЦАМ-2» 12+ 13.45, 5.00 «Мой герой» 12+ 14.50 Город новостей 15.00 Х/ф «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ» 12+ 16.55 Д/ф «Русские тайны. Опасная косметика» 16+ 18.10 Х/ф «СОСЕДИ-5» 12+ 22.35 «10 самых...» 16+ 23.10 Д/ф «Актерские драмы. Дети на стороне» 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 «Петровка, 38» 16+ 0.45 Д/ф «Тайная комната. Ванга» 16+ 1.25 Д/ф «СС. Безумие «Черного ордена» 16+ 2.10 Д/ф «СМЕРШ. Ялта-45» 16+	6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 7.00 М/с «Детектив Финник» 0+ 8.10 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+ 9.50 Х/ф «ДО ВСТРЕЧИ НА ВЕНЕРЕ» 16+ 11.50 Х/ф «НА ВСЕХ ПАРАХ!» 12+ 13.40 Х/ф «ЮНЫЙ ВОЖДЬ ВИННЕТУ» 6+ 15.45 Т/с «ДЫЛДЫ» 16+ 17.55 Т/с «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ» 16+ 20.00 Х/ф «ОСОБО ОПАСНА» 16+ 22.00 Х/ф «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА» 16+ 23.45 Х/ф «УКРАДЕННАЯ ДОЛИНА» 18+ 1.50 Х/ф «МЭГГИ МУР(Ы)» 18+ 3.20 Т/с «СЕМЕЙКА» 16+ 4.25 М/с «Три кота» 0+	7.00, 6.00 «Утро ТНТ» 16+ 8.00, 9.00, 10.00, 4.05, 4.50, 5.40 «Однажды в России» 16+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ИНКАССАТОРЫ» 16+ 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ЖУКИ» 16+ 23.00 Х/ф «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ» 16+ 0.45 Х/ф «ЖИВОТНОЕ» 18+ 	6.00 Мультфильмы 0+ 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00, 9.30 Любовная магия 16+ 10.00, 10.45, 11.15, 11.45, 12.20, 12.45, 13.15, 14.00, 14.30, 15.00 Гадалка 16+ 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+ 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «ГЛУХАРЬ» 16+ 23.00 Х/ф «АГЕНТ ЛЕВ» 16+ 1.00, 2.00, 2.45, 3.30, 4.30, 5.15 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+	6.00, 14.55 «Лучшие из лучших» 12+ 6.30 Д/с «Век нашего спорта» 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 0+ 7.05, 11.35, 15.30, 19.30, 0.00 Все на Матч! 9.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 9.25, 0.55 «Культовые» 12+ 10.30, 17.55 Смешанные единоборства 16+ 12.35, 4.40 Спецрепортаж 12+ 13.00 Есть тема! 14.25, 4.10 Автоспорт. G-Drive Рос-сийская серия кольцевых гонок. Нижегородское кольцо 6+ 16.50 Д/ф «Камчатка. Необыкновенные истории на краю земли» 12+ 20.25, 2.50 Новости 0+ 20.30 Мир РПЛ. 21.30 Бильярд. Betboom Кубок чемпионов 23.05 Профессиональный бокс 16+ 1.55 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Личное первенство 6+ 2.55 Плавание 4.55 Синхронное плавание	5.40 «Не факт!» 12+ 6.05 «СССР. Знак качества» 12+ 8.35, 9.10 Д/с «Морская авиация. Ударная сила океанов» 16+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 10.25, 13.20, 14.40, 15.05, 17.15 Т/с «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.30 «Код доступа» 12+ 21.55 Х/ф «СУМКА ИНКАССАТОРА» 12+ 23.50 Х/ф «В КВАДРАТЕ 45» 12+ 1.10 Т/с «ДОКТОР ТЫРСА» 16+ 5.35 Д/с «Победоносцы» 16+		
ДОМАШНИЙ	ТВЦ	СТС	ТНТ	ТВ 3	МАТЧ!	№ 28	8 ИЮЛЯ 2025 г. Кавказская неделя	3

ПЯТНИЦА – 18 ИЮЛЯ	1 Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет. 5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Т/с «ИЩЕЙКА» 16+ 19.45 «Поле чудес» 16+ 21.00 «Время» 16+ 21.45 «Что? Где? Когда?» 16+ 22.55 «Наша новая музыка» 12+ 0.15 Х/ф «ШАГНИ ВПЕРЕД» 16+ 2.10 ПОДКАСТЛАБ 16+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг» 12+ 23.40 «Истории Большой Страны» 12+ 0.40 Х/ф «ЕГО ЛЮБОВЬ» 12+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 6.30, 16.30 Д/ф «Путь подвижника. День памяти преподобного Сергия Радонежского» 7.00 Легенды мирового кино 7.30 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Д/ф «Жизнь и путешествия Миклухо-Маклая» 11.05 Х/ф «ПРИКЛЮЧЕНИЯ МАЛЕНЬКОГО МУКА» 12.45 Д/с «Забытое ремесло» 13.05 Телеспектакль «Сирано де Бержерак» 16.00 «Монолог в 4-х частях» 17.15, 1.45 Симфонии эпохи романтизма 17.55 Шедевры старого кино 19.45 «Рассказы из русской истории» 20.35 Х/ф «ОНА ВАС ЛЮБИТ» 22.00 Большой балет-2024 0.10 Х/ф «КОРОЛЕВСКАЯ СВАДЬБА» 2.40 М/ф «Легенда о Сальери» РОССИЯ 1	ТВ 4.55, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ. СМЕРЧ» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 Т/с «ЗИМОРОДОК» 16+ 16.45 «ДНК» 16+ 17.55 «Жди меня» 12+ 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.55 Д/ф «Неизвестная Россия» 16+ 1.35 «Квартирный вопрос» 0+ 2.30 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+ ТВ	ОТР 6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00 Актуальное интервью 12+ 7.30, 18.15 Око государево 16+ 7.45 За здоровье 16+ 8.45 Дзержинского, 102 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТРажение 12+ 11.00 «Человек и судьба» 16+ 11.25 «Почитаем!» 12+ 11.45 «Нескучное дело» 12+ 12.05, 13.10 ОТРажение 12+ 15.15 Х/ф «ПИРЫ ВАЛТАСАРА, ИЛИ НОЧЬ СО СТАЛИНЫМ» 12+ 16.45 «Песня остается с человеком» 12+ 18.30 А что там есть 16+ 20.15 Календарь 6+ 20.45 Х/ф «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» 12+ 22.25 Х/ф «ГОЛИАФ» 16+ 23.55 Х/ф «НА ЭТОЙ ЗЕМЛЕ» 16+ 1.30 Х/ф «ШОФЕР МИСС ДЭЙЗИ» 12+ 3.05 «На приеме у главного врача» 12+ 3.20 Х/ф «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ ОДНАЖДЫ НОЧЬЮ» 12+ 5.05 «Большая страна» 12+ ОТР	5 Санкт-Петербург 5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25, 5.35, 6.15, 7.00, 7.55, 8.45, 9.30, 10.15, 11.05, 12.05 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+ 13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.50, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20, 22.50, 23.25, 0.00, 0.35, 1.05, 1.35, 2.05, 2.30, 2.55, 3.20, 3.45 Т/с «МУЗЫКА ВРЕМЕНИ» 12+ 4.15, 4.55 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+ 5 Санкт-Петербург		
	СУББОТА – 19 ИЮЛЯ	1 6.00 Доброе утро. Суббота 9.45 «Слово пастыря» 0+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 16+ 10.15 Д/ф «Три кита Василия Ливанова». К 90-летию народного артиста» 12+ 11.05 Д/ф «Олимпиада-80. Больше, чем спорт» 12+ 12.15 Д/ф «Союз-Аполлон». Сила притяжения». К 50-летию первой международной космической экспедиции» 12+ 13.20 Т/с «УБОЙНАЯ СИЛА» 16+ 16.20 «Кто хочет стать миллионером?» 12+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.20 Д/ф «Музыка - это лестница в небо» 12+ 19.20 Творческий вечер Алексея Рыбникова 12+ 21.00 «Время» 16+ 21.35 «Сегодня вечером» 16+ 23.50 Вечер бокса 16+ 1.20 ПОДКАСТЛАБ 16+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 5.00 Утро России. Суббота 8.00 Местное время. Суббота 8.35 «По секрету всему свету» 9.00 «Формула еды» 12+ 9.25 «Пятеро на одного» 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 16+ 11.30 «Наши. Военкоры» 12+ 12.00 Д/ф «Азов» головного мозга» 16+ 13.00 Большие перемены 14.30, 20.50 Вести. Местное время 16+ 14.50 «Парад юмора» 16+ 17.50 «Привет, Андрей!» 12+ 21.00 Х/ф «ВРЕМЯ НАДЕЖДЫ» 12+ 0.40 Х/ф «РАСПЛАТА ЗА СЧАСТЬЕ» 16+ 4.20 Х/ф «МАША» 12+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 6.30 «Библейский сюжет» 7.05 М/ф «Сказка о золотом петушке». «Лиса и заяц» 7.50 Х/ф «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА» 10.00 Тайны старого чердака 10.30 Большой балет-2024 12.45 Д/ф «Хуннун Соондан» 13.45 Х/ф «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ» 16.10 Д/с «Рассекреченная история» 16.40 Д/с «Острова» 17.20 Спектакль «ЮНОНА И АВОСЬ» 18.45 Д/с «Чистая победа 1941-1945» 19.30 Новости культуры 19.45 «Белая студия» 20.25 Х/ф «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО» 22.00 Клуб «Шаболовка, 37» 23.05 Х/ф «ВИЗИТ» 0.55 Д/ф «Нейросеть» 1.50 Д/с «Искатели» 2.35 М/ф «Следствие ведут Колобки» РОССИЯ 1	ТВ 4.45 Т/с «ДЕЛЬТА» 16+ 7.15 «Игры разума» 0+ 8.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 8.20 «Поедем, поедим!» 16+ 9.20 «Едим дома» 0+ 10.20 «Главная дорога» 16+ 11.00 Живая еда 12+ 12.00 «Квартирный вопрос» 0+ 13.00 Д/с «Авторитеты» 16+ 15.00 «Своя игра» 0+ 16.20 ЧП. Расследование 16+ 17.00 «Следствие вели...» 16+ 19.40 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.20 Люся Чеботина. «Первая леди». Первый сольный концерт 12+ 1.35 «Дачный ответ» 0+ 2.25 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+ ТВ	ОТР 6.00, 18.30 Я не местная 16+ 6.30, 8.30 Актуальное интервью 12+ 7.00 Знания для жизни 12+ 7.15 Человек на Своем месте 12+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 9.00 Календарь 6+ 9.30 Пестрый мир 12+ 10.30, 1.30 Х/ф «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ» 12+ 12.40, 15.00, 19.00 Новости 16+ 12.45 Д/ф «Опытным путем» 12+ 14.05 «Большая страна». Спецпроект ОТР «Сибирь. время и люди» 12+ 15.05 Спецрепортаж 12+ 15.20 «Песня остается с человеком» 12+ 15.35 Спецпроект ОТР «Отчий дом». «Золотая рыбка» 12+ 15.50 Календарь 6+ 16.15 «Очевидно. Вероятно» 12+ 17.45 Дзержинского, 102 16+ 18.00 Выводы следствия 16+ 19.15 «Очень личное» 12+ 19.55 «Вспомнить все» 16+ 20.25 Х/ф «В ДВИЖЕНИИ» 16+ 21.55 Х/ф «ШОФЕР МИСС ДЭЙЗИ» 12+ 23.30 Х/ф «ИДЕАЛЬНЫЕ ДНИ» 18+ 3.40 Д/ф «Опытным путем» 12+ 5.05 «Большая страна» 12+ ОТР	5 Санкт-Петербург 5.00, 5.35, 6.15, 6.55, 7.45, 8.35, 9.25, 10.20, 11.15, 12.05, 13.00, 13.55, 14.50, 15.40, 16.35, 17.30, 18.25, 19.20, 20.15, 21.05 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+ 22.00, 22.55, 23.50, 0.40, 1.30, 2.20, 3.00, 3.40, 4.20 Т/с «ФИЛИН» 16+ 5 Санкт-Петербург	
		ВОСКРЕСЕНЬЕ – 20 ИЮЛЯ	1 6.00 Новости 16+ 6.10, 1.55 ПОДКАСТЛАБ 16+ 6.40 Играй, гармонь любимая! 12+ 7.25 «Здоровье» 16+ 8.30 М/ф «Золотая коллекция Союзмультфильма» 0+ 9.10 Непутевые заметки 12+ 9.30 «Мечталлион» 12+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 16+ 10.15 «Жизнь своих» 12+ 11.05 «Повара на колесах» 12+ 12.15 «Будем жить!» 16+ 13.10 «Видели видео?» 0+ 14.05 Х/ф «СОБАКА БАСКЕРВИЛЕЙ» 12+ 17.00 Д/ф «Жил-был я» 12+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Юбилейный концерт, посвященный 85-летию композитора Давида Тухманова 12+ 21.00 «Время» 16+ 23.00 Т/с «ТРИГГЕР» 16+ 0.00 Х/ф «САМЫЙ ЛУЧШИЙ БОСС» 18+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 6.10, 2.00 Х/ф «ТОЛЬКО ЛЮБОВЬ» 16+ 8.00 Местное время. Воскресенье 8.35 «Когда все дом» 9.25 Утренняя почта 10.10 Сто к одному 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 16+ 11.30 «Наши. Военкоры» 12+ 12.00 «Доктор Мясиных» 12+ 13.00 Судьба человека 12+ 14.30 Вести. Местное время 16+ 15.00 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» 16+ 17.50 «Песни от всей души» 12+ 22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+ 1.05 Д/ф «Азов» головного мозга» 16+ РОССИЯ 1	РОССИЯ 1 6.30 М/ф «Алиса в стране чудес». «Алиса в Зазеркалье». «Это что за птица?» 8.00 Х/ф «ДОВЕРИЕ» 10.10 Тайны старого чердака 10.40 Х/ф «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО» 12.15, 18.45, 1.30 Документальные сериалы 12.45 Д/ф «Влюбленные в математику» 13.20 Игра в бисер 14.00 Х/ф «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО» 16.15 Д/ф «Приключения Буратино». Поле чудес в Стране дураков» 16.55 Д/ф «Нейросеть» 17.50 XX век 19.30 Новости культуры 19.45 Линия жизни 20.40 «Романтика ромansa» 21.40 Х/ф «КОЛЛЕГИ» 23.20 Д/ф «Роман в камне» 23.50 Х/ф «СЧАСТЛИВЫЕ КРАСИВЫЕ» 2.15 М/ф «Большой подземный бал». «Догони-ветер» РОССИЯ 1	ТВ 4.45 Т/с «ДЕЛЬТА» 16+ 7.20 «Игры разума» 0+ 8.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 8.20 «У нас выигрывают!» 12+ 10.20 «Первая передача» 16+ 11.00 «Чудо техники» 12+ 12.00 «Дачный ответ» 0+ 13.00 «НашПотребНадзор» 16+ 14.00 «Однажды...» 16+ 15.00 «Своя игра» 0+ 16.20 ЧП. Расследование 16+ 17.00 «Следствие вели...» 16+ 18.00, 19.40 Основано на реальных событиях 16+ 22.30 Гала-концерт VI Семейного образовательного форума Леонида Агутина «Опять 25» и звезд «Русского радио» 0+ 0.55 Х/ф «МУЖ ПО ВЫЗОВУ» 16+ 2.35 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+ ТВ	ОТР 6.00, 18.30 Я не местная 16+ 6.30, 8.30 Актуальное интервью 12+ 7.00, 17.45 Профессия – Родину защищать 16+ 7.15 Человек на Своем месте 12+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 9.00, 16.00 Календарь 6+ 9.30 Пестрый мир 12+ 10.30 «На приеме у главного врача» 12+ 11.25, 12.05 Х/ф «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ ОДНАЖДЫ НОЧЬЮ» 12+ 12.00, 15.00, 19.00 Новости 16+ 13.20 «Кино. Короткий метр» 16+ 13.50 Спецпроект ОТР «Конструкторы будущего». «Четвертое измерение» 12+ 14.05 «Большая страна» 12+ 15.05 «Моя история» 16+ 16.30 «Свет и тени» 16+ 18.00 Итоги на Своем 16+ 19.15 Х/ф «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ» 16+ 21.20 Х/ф «МОЙ ДРУГ ИВАН ЛАПШИН» 16+ 23.00 Д/ф «Последний материк» 16+ 0.30 Х/ф «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» 12+ 2.10 «На приеме у главного врача» 12+ 2.35 Х/ф «КАМО ГРЯДЕШИ» 12+ 5.30 «Кино. Короткий метр» 16+ ОТР	5 Санкт-Петербург 5.00, 5.35, 6.15 Т/с «ФИЛИН» 16+ 6.55, 7.55, 8.50, 9.50 Т/с «В ИЮНЕ 41-ГО» 16+ 10.55, 11.45, 12.40, 13.35 Т/с «ОПАСНЫЙ» 16+ 14.30, 15.35, 16.40, 17.45, 18.45, 19.45, 20.50, 21.55 Т/с «ВИТЯЗИ-2» 16+ 22.55, 0.00, 0.55, 1.50, 2.40, 3.25, 4.10 Т/с «ВИТЯЗИ» 16+ 5 Санкт-Петербург



ПОДПИСКА

на «Кавказскую неделю»

не заканчивается НИКОГДА!

Подробности на стр. 1

5.00, 5.35, 6.15 Т/с «**ФИЛИН**» 16+
6.55, 7.55, 8.50, 9.50 Т/с «**В ИЮНЕ 41-ГО**» 16+
10.55, 11.45, 12.40, 13.35 Т/с «**ОПАСНЫЙ**» 16+
14.30, 15.35, 16.40, 17.45, 18.45, 19.45, 20.50, 21.55 Т/с «**ВИТЯЗИ-2**» 16+
22.55, 0.00, 0.55, 1.50, 2.40, 3.25, 4.10 Т/с «**ВИТЯЗИ**» 16+

5 Санкт-Петербург



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00, 11.55, 0.15 День Патриарха 0+
5.10 Мультфильмы 0+
6.00, 8.00 Утро на «Спасе» 0+
10.00, 1.20 Д/ф «Обитель святых целителей Космы и Дамиана» 0+
10.55, 19.30 Прямая линия. Ответ священника 12+
12.05, 12.35, 13.05 Монастырская кухня 0+
13.40, 3.00 Д/с «Византия. Жизнь после смерти» 0+
14.35 Х/ф «**МАЛЬЧИКИ**» 0+
16.20, 17.25 Х/ф «**ЭТО НАШИ ДЕТИ!**» 12+
18.30, 23.15, 4.10 Вечер на «Спасе» 0+
20.25, 2.30 Д/с «Лики Богородицы» 0+
20.55, 2.00 Д/с «Святые целители» 0+

Кавказская неделя № 28 8 ИЮЛЯ 2025 г.



ПОНЕДЕ

6.00, 17.30, «Новости ских люд

6.30, 8.45, интервью

7.00, 11.30 П

7.30, 5.10 Зн

7.45, 10.4

За здоров

8.30, 10.30,

Новости 1

9.15, 15.45 Т/с

9.30, 14.00,

Экспресс

10.15 Сцена

12.00, 18.15

Вселенной

13.15, 22.15 Т

КОМЕДИ

15.05, 0.05 '

месте 12+

17.45 А что т

19.15, 22.00

20.00, 2.25 Т

16+

ССОРЫ ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Когда люди приходят к психологу за помощью, они часто говорят нечто вроде: у нас все было хорошо, мы никогда не ссорились, и вдруг он ушел. Специалиста настораживают такие фразы, потому что так не бывает: все хорошо, хорошо, а потом – раз! – и стало плохо. Просто не распознавались первые сигналы бедствия, считают специалисты.

Заявление, что люди никогда не ссорились, психологов особенно удручает. Значит, прятали свои эмоции, накапливали обиды. И в итоге произошел взрыв. Ссоры необходимы! Но ссориться надо правильно.

СЕРДИШЬСЯ – ЗНАЧИТ ЛЮБИШЬ

Нам очень важно понимать, что человек, который рядом, к нам равнодушен. И мы пытаемся получить доказательства этого равнодушия всеми возможными способами.

Активные женщины пытаются своих мужей: «Ты меня любишь? Тогда почему ты мне не звонишь? Почему не отвечаешь на мои звонки во время твоего важного совещания?» Суровые мужчины распекают своих супругов: почему не приготовила, почему рубашку не погладила? Они привыкли от своих мам получать заботу именно

в таких формах и теперь требуют аналогичного «пакета» подтверждения любви.

Люди подсознательно провоцируют друг друга на получение эмоций, потому что ссоры – это всегда эмоции. Больше того, ссоры – это негативные эмоции, которые сильнее позитивных.

Позитивные эмоции выветриваются быстро, они воспринимаются как должное, а вот негативные долго крутятся в нашей памяти. Если муж вынес мусор, жена порой и спасибо за это не скажет, потому что для нее это само собой разумеющееся. А вот если муж не выносит мусор, жена начинает его пилить. «Пусть поругает! – думает женщина. – Ругает – значит любит».

РУГАНЬ ВМЕСТО КОМПЛИМЕНТОВ

Ученые установили, что человеку нужно подтверждение

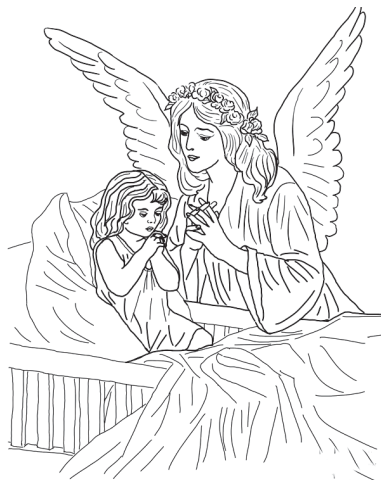
любви не меньше четырех раз в день. К этим подтверждениям могут относиться традиционные поцелуи утром и вечером, заботливо поставленная тарелка супа, купленная в магазине рубашка, ну и, конечно, слова, произнесенные по телефону или при встрече. Человек постоянно меняется, а любовь имеет тенденцию к угасанию, поэтому нам постоянно нужно подтверждение. Вчера ты меня любила (любил), а любишь ли сегодня?

Если необходимого количества обменов позитивными любовными посланиями не происходит, возникает необходимость в ссоре. В нашей культуре люди не привычны обмениваться любезностями, нам сложно их произносить, а вот побраниться нам ничего не стоит. Вот мы и ругаемся!

Окончание на стр. 11

ИМЕНИННИКИ

- 8 июля – Василий, Никон, Петр
- 9 июля – Георгий, Давид, Дионисий, Иван, Тихон
- 10 июля – Анатолий, Александр, Владимир, Георгий, Петр, Лев, Макар
- 11 июля – Василий, Герман, Григорий, Иван, Павел, Сергей, Севастьян
- 12 июля – Григорий, Павел, Петр
- 13 июля – Андрей, Арсений, Алексей, Василий, Иван, Матвей, Никон, Петр, Тимофей, Тихон, Филипп, Фома, Яков
- 14 июля – Алексей, Ангелина, Аркадий, Петр



ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

- 8 июля – Петров пост. Благоверного князя Петра, в иночестве Давида, и княгини Февронии, в иночестве Евфросинии, Муромских чудотворцев.
- 9 июля – Петров пост. Тихвинской иконы Божией Матери. Преподобного Давида Солунского. Лиддской (Римской), Нямецкой, Седмезерной икон Божией Матери.
- 10 июля – Петров пост. Обретение мощей преподобного Амвросия Оптинского и преподобных старцев Оптинских Льва, Макария, Илариона, Анатолия Старшего, Варсонофия и Анатолия Младшего. Праведной Иоанны мироносицы. Преподобного Сампсона странноприимца.
- 11 июля – Петров пост. Перенесение мощей мучеников бессребреников и чудотворцев Кира и Иоанна. Преподобных Сергия и Германа, Валаамских чудотворцев. Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».

СВЯТЫНИ

Икона Божией Матери «Троеручица»

Чудотворная икона Божией Матери, история которой связана с жизнью святого Иоанна Дамаскина. Во время возникновения в Византии ереси иконоборчества, поддерживаемой императором Львом III Исавром, Иоанн написал три трактата в защиту иконопочитания и направил их императору. Лев Исавр пришел в ярость, но ничего не мог сделать, так как Иоанн не был подданным его империи, а жил в Дамаске, являясь министром при дворе халифа. Чтобы помешать Иоанну писать труды в защиту икон, император пригрозил клеветой. От имени Иоанна было составлено подложное письмо, в котором Иоанн будто бы предлагал императору свою помощь в завоевании сирийской столицы. Это письмо и ответ на него императора были направлены халифу. Иоанн был отстранен от должности и наказан отсечением кисти правой руки, которая была повешена на городской площади. Спустя некоторое время Иоанн получил отсеченную руку обратно и, затворившись у себя, приложил кисть к руке и стал молиться перед иконой Богородицы. Через некоторое время он заснул, а проснувшись, обнаружил, что рука чудесным образом приросла. Желая оставить память о произошедшем чуде, святой приложил к нижней части иконы, через которую получил исцеление, сделанную из серебра



руку, отчего этот образ и получил название «Троеручицы». Святой Иоанн написал благодарственную песнь Матери Божией «О Тебе радуется, Благодатная, всякая тварь». Преподобным Иоанном икона была перенесена в обитель святого Саввы, где хранилась до XIII века, когда была отдана в дар Сербскому архиепископу Савве.

Перед иконой Божией Матери «Троеручица» молятся при болезнях рук, ног, душевном беспокойстве, при пожаре.

Молитва пред иконой Божией Матери, именуемой «Троеручица»

О Пресвятая Госпоже Владычице Богородице, велие чудо святому Иоанну Дамаскину явившая, яко веру истинную и надежду несумненную показавшему! Услыши нас, грешных, пред чудотворною Твоею иконою усердно молящихся и просящих Твоея помощи: не отрини моления сего многих ради прегрешений наших, но, яко Мати милосердия и щедрот, избави нас от болезней, скорбей и печалей, прости содеянные нами грехи, исполни радости и веселия всех, чтущих святую икону Твою, да радостно воспоем и любовью прославим имя Твое, яко Ты еси от всех родов избранная и благословенная во веки веков. Аминь.

«100 чудотворных икон», ЗАО «ОЛМА Медиа Групп», г. Москва, 2014 г.



ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗДОРОВЬЯ

ЗАГОРОДНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ

Разболелась голова, потянули спину, ужалила пчела – на даче никто не застрахован от таких проблем. Как действовать в подобных ситуациях, чтобы быстрее вернуть хорошее самочувствие?

ПОДСКОЧИЛО ДАВЛЕНИЕ

Опытный гипертоник на сей счет в советах не нуждается. Ну а если такое произошло с вами впервые? На даче причин для этого много – перетрудились, среагировали на жару, перенервничали. Что может сигнализировать о повышении артериального давления? Головная боль, иногда головокружение, ощущение тошноты, шум в ушах. В вашем доме тонометр не водится? Познакомьтесь с соседями. И если цифры подтверждают: давление поднялось, не торопитесь принять предложенную вам таблетку.

Первым делом надо избавиться от лишней жидкости: можно в качестве мочегонного выпить немного воды с соком петрушки или сок из свежего огурца, прекрасное средство – клюква. Хорошо помогает и теплый душ, но не ванна! А потом лягте в постель, расслабьтесь и постарайтесь час-другой поспать. Однако, если в течение недели артериальное давление повышалось 2-3 раза, срочно обратитесь к врачу.

ВСТУПИЛО В СПИНУ

Подняли тяжелое, не рассчитав силы, или решили поставить рекорд по перекопке земли? Итог тут как тут – боль в спине. Если скрючило и трудно разогнуться, без врача не обойтись. Но, если боль в спине ноющая и несильная, главное – тепло и покой. Оберните поясницу шерстяным платком (вообще-то для дачников необходимая вещь – пояс из собачьей шерсти). Можно постегать спину крапивою или подложить под шерстяной платок несколько листьев капусты. Примите анальгетик – и в постель. И конечно, на несколько дней – никакой работы.

ДОСТАЛИ КОМАРЫ?

Вооружимся средствами защиты. Самые долгоиграющие и безопасные – кремы, их наносят

на кожу, но не втирают. Продолжительность действия – от 1,5 до 2,5 часов. Перед сном остатки препарата обязательно нужно смыть, используя гель для душа. Спреи можно распылять только на одежду. Главное отличие детских репеллентов – низкое процентное содержание ДЭТА – до 15%.

УЖАЛИЛА ОСА

Нередко на даче приходится разрушать осиные гнезда на чердаках, в сараях. Будьте осторожнее! Если в ранке осталось жало – удалите его пинцетом, нельзя пытаться его выдавить: яд «растечется» – и возникнет отек. Место укуса нужно обработать перекисью водорода и приложить к нему лед. Чтобы предотвратить отек, смажьте ранку соком одуванчика, размятым листом подорожника или приложите на несколько минут разрезанную луковичку.

Если укусов несколько, чтобы снизить действие токсинов, нужно пить как можно больше воды, также желательно принять любое противоаллергическое средство.

Подобным образом также нужно действовать, если вас ужалила пчела.

ПОРЕЗ

Это самые распространенные дачные «ранения». Меры надо принимать сразу же, иначе может образоваться нагноение, и лечиться придется долго. Небольшой порез можно заклеить бактерицидным пластырем, предварительно обработав его антисептиком.

Но, если травма серьезная, сразу промойте рану проточной водой, используя хозяйственное мыло. Остановить кровь лучше всего перекисью водорода, затем кожу вокруг раны следует смазать йодом или зеленкой. И, наконец, нанесите на порез антибактериальную мазь – она защитит от инфекции, а заживление пойдет гораздо быстрее.

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

КАРТОШКА В БЕКОНЕ, ФАРШИРОВАННАЯ СЫРОМ



- Чеснок – 10 зубчиков
- Картофель – 12 шт.
- Паприка – 0,5 ч. л.
- Сыр фета – 150 г
- Растительное масло – 6 ст. л.
- Плавленный сыр – 300 г
- Творожный сыр – 150 г
- Майонез – 6 ст. л.
- Черный молотый перец и соль – по вкусу
- Сухие травы
- Бекон (слайсы) – 250 г
- Твердый сыр – 150 г

Измельченный чеснок соединить с травами, паприкой, маслом. Смазать картофель, завернуть в фольгу, запекать в духовке 30 минут при 200°C. Фету, плавленный и творожный сыр размять, смешать с майонезом и перцем. С клубней срезать верхнюю часть, достать мякоть, положить сырную начинку. Обернуть беконом, закрепив его зубочистками, запекать 15 минут при 160°C, посыпать тертым сыром и готовить еще 5 минут.

МЯСО-ГАРМОШКА

- Свиная лопатка (одним куском) – 1 кг
- Сыр – 100 г
- Томаты – 200 г

Для маринада:

- Соевый соус – 2 ст. л.
- Лимонный сок – 1 ст. л.
- Горчица – 1 ст. л.
- Чесночный порошок – 1 ч. л.
- Сухие специи – 1 ч. л.
- Перец черный молотый – по вкусу

Мясо вымыть, с интервалом в 1 см сделать на нем поперечные надрезы. Ингредиенты маринада смешать, смазать мясо и убрать его на 1 час в холодильник. Выложить в каждый надрез на свинине по дольке томата и ломтику сыра. Обернуть фольгой, отправить в разогретую до 190°C духовку, запекать 50 минут. Раскрыть фольгу и готовить еще 15 минут.





ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

ЛИПА (СЕРДЦЕВИДНАЯ)

Цветет липа в конце июня-начале июля, цветение продолжается 2-3 недели.

Липовые соцветия (липовый цвет), которые собирают вместе с прицветным листом, содержат в своем составе эфирное масло, каротин, флавоноиды, сапонины, аскорбиновую кислоту и другие вещества. Собирают соцветия во время полного их распускания. За 10-20 дней с одного дерева можно получить до 1,5 кг свежего сырья. Заготовку липового цвета ни в коем случае нельзя вести на городских улицах и в придорожных насаждениях из-за загрязненности воздуха выхлопами автотранспорта. Собранные в таких местах сырье непригодно ни для лечения, ни для чая. Липовый цвет без промедления сушат на воздухе в тени, чтобы не почернел, расстилая тонким слоем на чистой подстилке.

Правильно высушенный продукт имеет приятный медовый аромат.

В научной и народной медицине соцветия липы чаще всего назначают как потогонное средство и используют при простуде. Липовый настой обладает и бактерицидными свойствами, поэтому он эффективен в виде полосканий полости рта и зева при различных воспалительных заболеваниях и ангине (для полосканий горла в стакан теплого отвара добавляют 5 г пищевой соды).

На Руси липовый цвет издавна использовали как кровоочистительное, болеутоляющее, успокаивающее, мочегонное средство и применяли при ревматизме, почечной и печеночной колике, подагре, болях в животе, воспалениях женской половой сферы.

При простуде для усиления потоотделения рекомендуется настой: 10 г (3 ст. л.) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 1 стаканом горячей



кипяченой воды, закрывают крышкой, держат на кипящей водяной бане 15 минут, дают остыть при комнатной температуре в течение 45 минут, процеживают, оставшееся сырье отжимают, а объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 1 стакана. Настой хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают в горячем виде по 1–2 стакана 2–3 раза в день после еды как потогонное, мочегонное и противомикробное средство.

При простуде в качестве потогонного средства применяют липовый чай: 2 ст. л. соцветий заваривают 2 стаканами кипящей воды, кипятят 10 минут, процеживают и на ночь выпивают в горячем виде 2–3 стакана.

Этот отвар обладает также **противовозвненным, десенсибилизирующим действием, стимулирует регенерацию мягких тканей, повышает работоспособность.**

Липовый цвет способен лечить и нервные заболевания.

При неврозах, сильном нервном расстройстве, частых обмороках и судорогах помогает крепкий отвар липового цвета: 5 ст. л. измельченных соцветий заливают 0,5 л воды, кипятят 30 минут, процеживают и принимают по 0,5 стакана 3–4 раза в день.

Более выраженным противосудорожным действием обладает спиртовая настойка соцветий липы, которая готовится следующим образом: рыхло наполнить банку доверху свежесушенными соцветиями, не утрамбовывая, и залить водкой доверху, настаивать 2-3 недели, процедить. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день, а перед сном увеличивать дозу до 1 ст. л. Эффект дает только липовый цвет, собранный в текущем году.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

САМОЧУВСТВИЕ

ФАКТЫ, КОТОРЫЕ УБЕДЯТ ВАС ПИТЬ БОЛЬШЕ ВОДЫ

На страницах любого глянцевого журнала или сайта про здоровье можно найти массу советов, которые убеждают в том, что нужно пить больше воды. Но мало кому действительно удается заставить себя пить заветные полтора-два литра в день. Предлагаем интересные научные данные, которые способны убедить любого в том, что пить воду все-таки необходимо.

ПОМОГАЕТ ПОХУДЕТЬ

То, что вода помогает похудеть, было неоднократно доказано учеными всего мира в самых разных формах. И на то есть две причины. Во-первых, если вы много пьете, то меньше едите. Очень часто бывает так, что наш организм не может отличить чувство жажды от чувства голода, вместо того, чтобы выпить стакан воды, вы съедаете обед из трех блюд. Во-вторых, вода помогает улучшить метаболизм, соответственно, обменные процессы происходят быстрее – вы худеете.

УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ КОЖИ

Далеко не все проблемы кожи можно решить кремами и масками. Очень многие из них возникают из-за неправильного питания или проблем со здоровьем. Если у вас сухая кожа, то употребление достаточного количества воды поможет вам увлажнить ее изнутри и даже визуально сократить небольшие морщинки. Если кожа жирная или комбинированная, то вода поможет организму избавиться от шлаков, сократит количество прыщей и покраснений, вызванных неправильным питанием.

ПОМОГАЕТ ПОЧКАМ ЛУЧШЕ РАБОТАТЬ

О том, как работают почки, мы даже не задумываемся, пока с ними все в порядке. Но стоит хоть раз проснуться с отеками под глазами, как найти виновных не составит труда. Эти неприятности могут подстергать вас, в том числе и из-за плохой работы почек. Если накануне вы ели соленое, пили алкоголь или много кофе, то утром проснетесь с неэстетичной припухлостью под глазами. А все почему? Потому, что почки обезвожены и работают



на износ. Никто не говорит, что от кофе и алкоголя надо совсем отказываться, но компенсировать потерю влаги просто необходимо.

ДЕЛАЕТ НАС УМНЕЕ

Исследования доказали, что учащиеся, которые пили во время экзамена воду, в итоге показывали гораздо лучшие результаты, чем те, кто этого не делал. Пониженное содержание влаги в организме может существенно повлиять на вашу кратковременную и долговременную память, на способность производить в уме простейшие математические операции и даже на пунктуальность.

ПОМОГАЕТ СПРАВИТЬСЯ С ГОЛОВНОЙ БОЛЬЮ

Если вы страдаете регулярными мигренями, а ваши разговоры в спальне похожи на старый анекдот, то для вас есть хорошие новости: головная боль может быть симптомом обезвоживания! Исследования доказали, что в 65% случаев у испытуемых мигрень проходила в течение получаса при употреблении двух стаканов воды (500 мл) и у 32% – в течение трех часа при

употреблении трех стаканов воды (750 мл).

ИЗБАВИТ ОТ УСТАЛОСТИ

Если вы часто приходите домой совершенно без сил, то, возможно, это очередное следствие обезвоживания. Попробуйте выпивать стакан воды каждый раз, когда заметите первые признаки усталости – вы увидите, как это будет сказываться на вашем самочувствии.

БУТИЛИРОВАННАЯ ВОДА БОГАТА ВИТАМИНАМИ И МИНЕРАЛАМИ

Очень важно обращать внимание на качество воды, которую вы пьете. При прочих равных условиях лучше предпочитать бутилированную столовую (не лечебную и не лечебно-столовую) воду. Помимо того, что бутилированная вода всегда более высокого качества, чем фильтрованная вода из-под крана, в ней еще и содержится масса полезных витаминов и минералов. Лучше обратить внимание на воды из минеральных источников, в которых содержание минералов предусмотрено природой, а не производителями.

ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ

ВИТАМИНЫ С ГРЯДКИ

Диетологи постоянно напоминают о пользе салатных овощей. Их можно сажать весь сезон до самых заморозков.

В ГЛАВНЫХ РОЛЯХ

Лучше посеять несколько видов растений этой группы.

Иналу (рукола) – всходы появляются через 7-10 дней. Культура быстро разрастается на грядке буйным кустиком и легко размножается самосевом. Зелень имеет перечный привкус. Сеять руколу можно до конца августа каждые 9-10 дней.

Айсберг – кочаны с нежными хрустящими листьями, высевается с интервалом две недели с мая до конца августа.

Ромен – дает розетки с толстой центральной прожилкой, ценится за ореховый привкус. Сажать его можно до июля, в этом случае будет осенний урожай.

Листовой обычный и кудрявый салат стоит подсеивать раз в две недели до сентября.

Кресс-салат – скороспелка, готов уже через 10-15 дней после всходов, грядки можно обновлять каждые две недели. Кстати, растение хорошо себя чувствует на подоконнике квартиры.

Латук в виде кочанчика с приятной горчинкой высаживается с мая до середины августа с интервалом две-три недели.

Мангольд – салатная свекла с разноцветными черешками и листьями. Многие садоводы находят для овоща место на клумбах, настолько он эффек-



но смотрится. В пищу употребляют черешки и листья. Сеют мангольд в мае-июне, один раз за сезон.

САДОВАЯ АПТЕЧКА

Особого внимания заслуживают цикорийные растения, они способны заменить некоторые лекарства. Пикантная горечь этих салатов вызвана интибином. Вещество обладает мочегонным

действием при гепатите, цистите, нефрите, а также при отеках кардиологического характера. Инулин, содержащийся в растении, помогает в снижении веса, нормализует уровень глюкозы у пациентов с сахарным диабетом. Цикорийные салаты легко выращивать семенами. Вот несколько разновидностей.

Витлуф – растение с крупной широколиственной головкой. Посадки желательно проводить в июне, он любит теплую почву.

Радиччио – красный с белыми жилками, довольно плотный кочан. Его сеют до середины августа. Для образования необычного цвета кочаны в определенное время закрывают от солнца.

Эндивий – растение с кудрявой розеткой и резными листьями. Если провести посадки в середине июня, урожай будет готов к сбору осенью. Рекомендованный интервал посева – 10-12 дней, тогда созревание будет равномерным.

ГОСТЬ ИЗ АЗИИ

Прекрасно растет и на подоконнике, и на грядке японская **капуста мизуна**. Семена надо внести в почву и накрыть место посадок пленкой до появления всходов. Растение обладает пряным вкусом, содержит много витаминов. Мизуна полезна людям с патологиями сосудов.

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

ТОРТ «ПРАЗДНИЧНЫЙ»

Очень красивый, сочный и нежный торт с клубникой и шоколадным кремом.

Для теста:

- Мука – 250 г
- Сливочное масло – 150 г
- Яйцо – 1 шт.
- Сахар – 2 ст. л.
- Соль – 0,5 ч. л.

Для крема:

- Белый шоколад – 150 г + 30 г (для украшения)
- Сливки – 250 мл
- Ягоды клубники – 500 г

Муку, соль и сахар смешать, добавить яйцо и размягченное масло. Вымесить тесто, поставить на 30 минут в холодильник, затем раскатать в пласт и уложить в смазанную маслом форму, вылепив невысокий бортик. Выпекать в духовке на среднем огне до золотистого цвета – примерно 20 минут.

Тем временем приготовить крем. Шоколад поломать на кусочки, растопить на водяной бане, постепенно вливая сливки, хорошо перемешать. Охладить – поставить в холодильник на 40-60 минут.



Ягоды клубники очистить, вымыть, разрезать на половинки. Еще немного белого шоколада натереть в стружку: клубника и шоколадная стружка понадобятся для украшения торта.

На готовый корж выложить половину ягод, накрыть кремом, поверх разложить остальную клубнику, посыпать готовый торт шоколадной стружкой. Оставить на время, чтобы пропитался.

ПЛОХО СЛЫШИТЕ ИЛИ ШУМИТ В УШАХ?

ВАМ СРОЧНО НУЖЕН ЛЕЧЕБНЫЙ ПРИБОР, ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ СЛУХ!



КРИК О ПОМОЩИ

«Здравствуйте! Прошу, не откажите в помощи! Сил моих больше нет жить как в закупоренной бочке. У меня тяжелая тугоухость на оба уха. А это значит, что я рядом стоящего человека не слышу, если только он мне на ухо не закричит. Слуховой аппарат носить не могу, у меня от него давление поднимается, и голова сильно болит. Нет ничего страшнее, чем на закате жизни не слышать голосов детей и внуков, не иметь возможности поговорить по душам с соседом, да и просто хороший фильм посмотреть.»

У меня внука – малышка совсем, 3 годика. Такой возраст интересный – вопросы всякие задает, смешные слова говорит. Вот собираемся вместе – жена, сын, дочка, все смеются с ее рассказов, а я как дурак сижу. И так мне обидно, до слез. А сколько раз просил я дочь: оставь мне малышку на денек, я поиграю с ней. Хочется же, чтоб она деда своего запомнила. А дочка боится. Говорит, заплачет ребенок, а ты не услышишь.

Дорогие мои, не оставьте меня без помощи! Врачи меня списали, народные средства и лекарства я все перепробовал. Верю, что есть на свете метод, который мне поможет вернуть слух. Для меня это очень важно – ХОРОШО СЛЫШАТЬ!»

Такое трогательное письмо потрясает до глубины души. Сколько же вокруг таких отчаявшихся людей, мечтающих ясно услышать пение птиц, голос близких, любимую песню! Чтобы протянуть им руку помощи, давайте узнаем мнение врачей-отоларингологов по этому животрепещущему вопросу.

– Насколько тяжелым заболеванием считается тугоухость?

– Достаточно тяжелым. А если говорить о воз-

растной тугоухости, которая прогрессирует у людей старше 50–80 лет – для них потеря даже части слуха может привести к катастрофическим последствиям. Страдают сосуды головного мозга. Могут беспокоить головные боли или головокружения, шум в ушах, шаткость походки. Возникают трудности с распознаванием речи, проблемы с памятью, вниманием или сном. Когда человек не имеет возможности общаться с другими, он замыкается в себе, и становится несчастным.

– Слуховой аппарат может решить проблему?

– Разве только на время. Но в этом и большой минус слухового аппарата. Ведь он лишь временно усиливает остатки слуха. Человек пользуется этим «костылем», в то время как патологические изменения в ухе продолжают прогрессировать. И настанет время, когда усилить будет нечего – наступит тотальная глухота.

– Все ли так безнадежно?

– Конечно, нет. Любую проблему со здоровьем можно решить, если бороться не со следствием, а с причиной ее возникновения. Если мы говорим о возрастной тугоухости, то главным виновником являются загрязненные сосуды. Они «забиваются» бляшками, становятся хрупкими, теряют свою эластичность. Естественно, нарушается кровоснабжение всех тканей органов слуха и отдела коры головного мозга, ответственного за обработку звуковой информации. Клетки звукового нерва, барабанной перепонки, волосковые клетки ушной улитки «голодают» и начинают массово гибнуть.

Лет 20 назад мы бы сказали человеку с тугоухостью, что надежды нет. Но сейчас, к счастью, другое время. Сейчас этот процесс можно не просто остановить, а повернуть вспять. В этом может помочь медицинский прибор «ФизиоТон», который воздействует на причины тугоухости и способствует улучшению слуха.

– Что представляет собой «ФизиоТон»?

– «ФизиоТон» – многофункциональный медицинский прибор, который содействует устранению тугоухости. Почему? В этом современном устройстве сочетается электрическое, магнитное, фотохромное и микровибрационное воздействие на органы слуха. Каждый из этих режимов выполняет свои особые терапевтические функции.

Электроимпульсная терапия – помогает растворить холестериновые бляшки, рассосать спайки и рубцы, повысить тонус сосудов и нервов, улучшить кровоток в органах слуха.

Магнитное поле – способствует восстановлению волосковых клеток ушной улитки, отвечающих за хороший слух. Также магнитное поле подавляет воспаление, улучшает звуковую проводимость.

Красное монохромное излучение – улучшает питание и работу барабанной перепонки и слуховых косточек (молоточка, стремечка и наковальни), отвечающих за усиление слышимости.

Низкочастотная вибрация – стимулирует кровоток и выведение токсинов и старых клеток, улучшает тонус сосудов ушей и проводимость слухового нерва.

Все эти воздействия в комбинации дают мощный оздоровительный эффект. Сосуды очищаются, все ткани органов слуха укрепляются, кровообращение усиливается, активно начинают расти волосковые клетки, слаженно работают слуховые

«САМАЯ БОЛЬШАЯ РАДОСТЬ – ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ ХОРОШО СЛЫШАТЬ СМЕХ ВНУКОВ И ДЕТЕЙ!»



косточки. Восстановление происходит по принципу «снежной лавины». То есть этот многофункциональный медицинский прибор на несколько ступеней выше всего, что ранее было создано для помощи людям с тугоухостью. Он не временно заменяет человеку его собственный слух, не вторгается грубо внутрь, а оказывает лечебное воздействие на органы слуха и содействует возвращению естественного здорового отменного слуха на постоянной основе.

– Говорят, что «ФизиоТон» – настоящая гордость российской медицины?

Так и есть. Я еще не видел медицинского прибора, который бы имел такой успех на выставках медицинской техники. Более того, «ФизиоТон» номинирован на ряд премий. Он победитель конкурса «100 лучших товаров России», награжден двумя золотыми знаками качества «Всероссийская марка». Более того, Росздравнадзор рекомендует «ФизиоТон» в качестве лечебного прибора при заболеваниях слуха.

– Как меняется жизнь человека с хорошим слухом!

Поверьте, «домашний доктор» «ФизиоТон» подарит вам возможность прожить счастливую, уверенную, полную общения и прекрасных звуков жизнь. Представьте, как с возвращением остроты слуха все преобразится! Вы будете активно участвовать в жизни своих близких, полноценно вести беседы, понимать шутки и слышать важные объявления. Сможете общаться по телефону, слушать любимые песни и смотреть телепередачи.

Только помните, медлить нельзя. Начинать пользоваться «ФизиоТоном» в ближайшее время. Ведь каждый день промедления – это еще один шаг к жуткой тишине и упущенная возможность хорошо слышать.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8-800-300-77-70

ТЕЛ. ДЛЯ ЗАКАЗА И БЕСПЛАТНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

ВНИМАНИЕ! ДЕЙСТВУЕТ СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДО 5 АВГУСТА 2025 Г.!

200 АППАРАТОВ СО СКИДКОЙ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

ПРОМОКОД АКЦИИ 6832

НЕ УПУСТИТЕ ШАНС ПОБОРОТЬ ТУГОУХОСТЬ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 5 августа 2025 г. Информацию об организаторе такого мероприятия, правила его проведения можно узнать по телефону 8-800-300-77-70 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

ТЕЛЕПРОГРАММЫ



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00, 1.50 М/с «Маша и Медведь» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.05, 18.00 М/с «Простоквашино» 0+
15.00 М/с «Фиксики» 0+
16.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
17.00 М/с «Монстромания» 12+
20.00 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.00 Т/с «ФИТНЕС» 16+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00, 1.45 М/с «Маша и Медведь» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.05, 18.00 М/с «Простоквашино» 0+
15.00 М/с «Фиксики» 0+
16.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
17.00 М/с «Монстромания» 12+
20.00 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.00 Т/с «ФИТНЕС» 16+
2.00 Профилактика

СРЕДА, 16 июля

5.00 Профилактика 0
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00, 18.00 М/с «Простоквашино» 0+
15.00 М/с «Фиксики» 0+
16.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
17.00 М/с «Монстромания» 12+
20.00 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.00 Т/с «ФИТНЕС» 16+
1.50 М/с «Маша и Медведь» 0+

ЧЕТВЕРГ, 17 июля

5.00, 1.50 М/с «Маша и Медведь» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.05, 18.00 М/с «Простоквашино» 0+
15.00 М/с «Фиксики» 0+
16.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
17.00 М/с «Монстромания» 12+
20.00 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.00 Т/с «ФИТНЕС» 16+

ПЯТНИЦА, 18 июля

5.00, 2.00 М/с «Маша и Медведь» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
16.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
17.05 М/с «Приключения Тома Сойера» 6+
18.30 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
20.20 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.20 Т/с «ФИТНЕС» 16+

СУББОТА, 19 июля

5.00, 1.50 М/с «Маша и Медведь» 0+
8.00 «Шоу Миланы Филимоновой» 6+
9.00 М/с «Три кота» 0+
15.30 М/с «Фиксики» 0+
17.30 М/с «Простоквашино» 0+
20.00 Т/с «МАНЮНЯ» 6+
21.30 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.40 Т/с «ФИТНЕС» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 июля

5.00, 2.00 М/с «Маша и Медведь» 0+
8.00 «Шоу Миланы Филимоновой» 6+
9.00 М/с «Три кота» 0+
15.30 М/с «Фиксики» 0+
17.30 М/с «Простоквашино» 0+
20.00 Т/с «МАНЮНЯ» 6+
21.45 Т/с «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ» 12+
23.45 Т/с «ФИТНЕС» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.35 Х/ф «РЖЕВ» 16+
7.30 Х/ф «ТАНКИ» 16+
9.10 Т/с «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
11.00 Т/с «УБИТЬ СТАЛИНА» 16+
18.40 Х/ф «В ИЮНЕ 41-ГО» 16+
22.20 Х/ф «ЛЕТЧИК» 16+
0.10 Х/ф «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» 16+
2.00 Х/ф «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН» 16+
3.25 Х/ф «СЕСТРЕНКА» 12+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00 «Путь к Победе» 16+
6.00 Х/ф «ПРИКАЗ: «УНИЧТОЖИТЬ» 16+
7.40 Х/ф «НЕСОКРУШИМЫЙ» 16+
9.10 Т/с «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
11.00 Т/с «ПО ЛЕЗВИЮ БРИТВЫ» 16+
18.30 Т/с «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ» 16+
23.15 Х/ф «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» 12+
0.45 Х/ф «ОТЯДОСОВОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 16+
2.00 Х/ф «ЗЕЛЕНый ФУРГОН» 16+

СРЕДА, 16 июля

4.30 «Путь к Победе» 16+
5.30 Х/ф «КОРОЛЕВ» 16+
7.30 Х/ф «КАЛАШНИКОВ» 16+
9.10 Т/с «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
11.00 Т/с «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ» 16+
22.25 Х/ф «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК» 16+
0.05 Х/ф «БЛОКПОСТ» 16+
1.40 Х/ф «КАДЕТ» 16+
3.10 Х/ф «СОЛДАТИК» 12+

ЧЕТВЕРГ, 17 июля

4.35 «Путь к Победе» 16+
5.35 Х/ф «КРИК ТИШИНЫ» 12+
7.10 Х/ф «ЛЕТО 1941 ГОДА» 16+
9.10 Т/с «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
11.00 Т/с «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ» 16+
22.25 Х/ф «КОМАНДИР» 16+
0.35 Х/ф «ЛЕДОКОЛ» 16+
2.35 Х/ф «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ» 16+

ПЯТНИЦА, 18 июля

4.35 «Путь к Победе» 16+
5.30 Х/ф «ЕДИНИЧКА» 16+
7.15 Х/ф «ВЫСОТА 89» 16+
9.10 Т/с «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА» 16+
11.00 Т/с «СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ» 16+
0.30 Х/ф «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД» 12+
1.50 Х/ф «ОСЕНЬЮ 41-ГО» 12+
3.35 Х/ф «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ» 16+

СУББОТА, 19 июля

5.25 Х/ф «БЕЛЫЙ СНЕГ» 12+
7.30 Х/ф «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ» 16+
9.55 Х/ф «ЭКИПАЖ» 16+
12.00 Т/с «МАЖОР-2» 16+
22.30 Х/ф «ТРЕНЕР» 16+
1.00 Х/ф «НЕБЕСНАЯ КОМАНДА» 16+
2.25 Т/с «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 июля

4.40 Х/ф «ЦЕЛЬ ВИЖУ» 16+
6.10 Х/ф «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН» 16+
7.40 Х/ф «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК» 16+
9.30 Т/с «ЭКСПРОПРИАТОР» 16+
0.00 Х/ф «Я - УЧИТЕЛЬ» 16+
1.30 Х/ф «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС» 16+
3.10 Х/ф «Я ПОДАРО ТУБЕ ПОБЕДУ» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.10 «Чадю из ада» 12+
9.00 «Неотложка» 16+
11.00 Т/с «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
12.40, 3.30 «Моя свекровь - монстр» 16+
16.50 «Зови меня мамой» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 Т/с «СЕМЬЯ» 16+
1.50 «Измены» 16+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.00 «Чадю из ада» 12+
9.00 «Неотложка» 16+
11.00 Т/с «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
12.40, 1.50 «Моя свекровь - монстр» 16+
16.55 «Битва за тело» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 Т/с «СЕМЬЯ» 16+
3.30 «За кадром» 16+
4.00 «Чадю из ада» 12+

СРЕДА, 16 июля

5.25 «Чадю из ада» 12+
7.00 «Неотложка» 16+
9.00 ПРОФИЛАКТИКА 13.00 Т/с «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
14.40, 3.25 «Моя свекровь - монстр» 16+
15.45 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 Т/с «СЕМЬЯ» 16+
1.45 «Измены» 16+

ЧЕТВЕРГ, 17 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.00 «Чадю из ада» 12+
9.00 «Неотложка» 16+
11.00 Т/с «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
12.40, 3.35 «Моя свекровь - монстр» 16+
17.20 «Беременна по обману» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 Т/с «СЕМЬЯ» 16+
1.50 «Измены» 16+

ПЯТНИЦА, 18 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.05 «Реальный хит-парад» 16+
7.00 «За кадром» 16+
8.30 «Зови меня мамой» 16+
11.05 Т/с «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ» 16+
12.45, 3.30 «Моя свекровь - монстр» 16+
17.00 «Модель XL». Реалити-шоу 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 Т/с «СЕМЬЯ» 16+
1.50 «Измены» 16+

СУББОТА, 19 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.55 «За кадром» 16+
7.20 «Обмен домами» 16+
10.40 «Селянка-городжанка» 16+
14.00 «Беременна в 45» 16+
17.50 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Неотложка» 16+
1.05 «Измены» 16+
3.40 «Моя свекровь - монстр» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
7.00 «Обмен домами» 16+
10.05 «Беременна по обману» 16+
14.30 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Неотложка» 16+
1.05 «Измены» 16+
3.40 «Моя свекровь - монстр» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00, 18.00, 1.50, 4.30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 Военная тайна 16+
11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Загадки человечества» 16+
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+
15.00 «Засекреченные списки» 16+
17.00, 2.30 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф «РИДДИК» 16+
22.20 «Знаете ли вы, что?» 16+
23.30 Х/ф «АФЕРА ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 18+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00, 18.00, 1.50, 4.35 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 Военная тайна 16+
10.00 «Совбез» 16+
11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Загадки человечества» 16+
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+
15.00 «Документальный спецпроект» 16+
17.00, 2.35 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф «СНЕГОУБОРЩИК» 16+
22.15 «Смотреть всем!» 16+
23.30 Х/ф «РОБЕРТ - КОРОЛЬ ШОТЛАНДИИ» 18+

СРЕДА, 16 июля

5.00, 18.00, 1.20, 4.25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Документальный спецпроект» 16+
11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Загадки человечества» 16+
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+
15.00 «Легенды и мифы» 16+
17.00, 2.10 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф «ПЕКАРЬ» 16+
22.00 «Безумные факты» 16+
23.30 Х/ф «БЕЗБИЛЕТНЫЙ ПАССАЖИР» 18+

ЧЕТВЕРГ, 17 июля

5.00, 18.00, 1.30, 4.30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Документальный спецпроект» 16+
10.00 «Засекреченные списки» 16+
11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Купи-продай» 16+
14.00 «Невероятно интересные истории» 16+
15.00 «Неизвестная история» 16+
17.00, 2.15 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф «ЧАС ТИШИНЫ» 16+
22.00 «Момент в истории» 16+
23.30 Х/ф «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР» 18+

ПЯТНИЦА, 18 июля

5.00, 18.00, 3.05 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
9.00 «Документальный спецпроект» 16+
10.00 «Засекреченные списки» 16+
11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00, 17.00 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф «МЕДАЛЬОН» 16+
21.50 Х/ф «НОКАУТ» 16+
23.40 Х/ф «БЕЛЫЙ СЛОН» 18+
1.20 Х/ф «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ» 18+

СУББОТА, 19 июля

5.00, 2.50 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
9.00 «Минтранс» 16+
10.00 Самая полезная программа 16+
11.00, 13.00 Военная тайна 16+
15.00 «Совбез» 16+
16.00 Инфопрограмма 112 16+
17.00 «Документальный спецпроект» 16+
18.15 «Засекреченные списки» 16+
20.00 Х/ф «МЕХАНИК» 16+
21.40 Х/ф «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ» 16+
23.35 Х/ф «ШАЛЬНАЯ КАРТА» 18+
1.25 Х/ф «ПУТЬ ВОЙНЫ» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 июля

5.00, 23.30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Самая народная программа» 16+
9.30 «Знаете ли вы, что?» 16+
10.30 «Наука и техника» 16+
11.30 «Легенды и мифы» 16+
13.00 «Неизвестная история» 16+
14.00 «Купи-продай» 16+
15.00 «Безумные факты» 16+
16.00 Инфопрограмма 112 16+
17.00 Х/ф «ПЕРЕКРЕСТОК» 16+
19.05 Х/ф «ХИЩНИК» 16+
21.00 Х/ф «21 МОСТ» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00, 3.40 Секреты на кухне 16+
5.50, 1.20, 4.40 Пятница News 16+
6.20, 7.00 Зовите шефа 16+
8.00, 9.30 Четыре дачи 16+
11.10 Адский шеф 16+
14.30, 16.40 Битва шефов 16+
19.00 Домохозяйки против шефов: Битва за вкус 16+
20.40 Битва шефов. Звездный выпуск 16+
23.00 Мистер X 16+
1.50 Черный список 16+
3.00 Пробный переезд 16+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00, 3.20 Секреты на кухне 16+
5.50, 0.50, 4.40 Пятница News 16+
6.20, 7.00 Зовите шефа 16+
8.00, 9.30 Четыре дачи 16+
11.10 Адский шеф 16+
15.10, 16.10, 21.10, 22.10, 1.20 Черный список 16+
17.10, 18.10 Черный список. На кухне 16+
19.00, 20.00 Новый Ревизорро 16+
23.00 Мистер X 16+
2.40 Пробный переезд 16+

СРЕДА, 16 июля

5.00, 3.20 Секреты на кухне 16+
5.50, 1.00, 4.40 Пятница News 16+
6.20, 7.00 Зовите шефа 16+
8.00, 9.40 Четыре дачи 16+
11.30 Адский шеф 16+
15.00, 17.00 Битва шефов 16+
19.00 Молодые ножи 16+
20.20, 21.10, 22.00 Черный список. На кухне 16+
23.00 Мистер X 16+
1.30 Черный список 16+
2.30 Пробный переезд 16+

ЧЕТВЕРГ, 17 июля

5.00, 4.00 Секреты на кухне 16+
5.50, 1.40, 4.40 Пятница News 16+
6.10, 7.00 Зовите шефа 16+
8.10, 9.40 Четыре дачи 16+
11.10 Адский шеф 16+
14.30 Новые Четыре свадьбы 16+
17.00 Четыре жены 16+
19.40, 20.50 Женись на мне немедленно 16+
22.00 Школа 16+
0.00, 1.00, 2.10 Черный список 16+
3.20 Пробный переезд 16+

ПЯТНИЦА, 18 июля

5.00, 4.00 Секреты на кухне 16+
5.50, 1.40, 4.40 Пятница News 16+
6.20, 7.00 Зовите шефа 16+
7.50 Кондитер. Дети 12+
9.00 Умнее всех 12+
10.20, 12.10, 13.50 Домохозяйки против шефов: Битва за вкус 16+
15.30, 17.30, 19.30, 21.30 Битва шефов 16+
0.00 Х/ф «БАНДЫ ПАРИЖА» 18+
2.00 Черный список 16+
3.10 Пробный переезд 16+

СУББОТА, 19 июля

5.00, 3.50 Секреты на кухне 16+
5.50, 2.40, 4.30 Пятница News 16+
6.15, 6.20, 6.25, 6.35, 6.40, 6.45, 6.50, 7.00, 7.05, 7.10 М/с «Простоквашино» 0+
7.20 Гость у порога 16+
9.10, 10.40, 12.10, 13.50, 15.10 Четыре дачи 16+
17.00, 17.50, 18.50, 19.40, 20.20, 21.10, 22.00 Черный список. На кухне 16+
23.00 Школа 16+
1.00 Х/ф «4 ПРИКЛЮЧЕНИЯ РЕНЕТ И МИРАБЕЛЬ» 18+
3.10 Пробный переезд 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 20 июля

5.00, 3.40 Секреты на кухне 16+
5.40, 2.30, 4.30 Пятница News 16+
6.10, 6.15, 6.20, 6.25, 6.35, 6.40 М/с «Простоквашино» 0+
6.50 Руссо-эспрессо 16+
7.50 Гастротур 16+
8.50, 11.00, 12.10, 14.00, 15.10, 16.30, 17.40, 19.20 Погнали! 16+
10.00 Белая амазонка 16+
20.40 Погнали. Дос 16+
22.00 Теперь я босс 16+
0.10 Х/ф «БАНДЫ ПАРИЖА» 18+
3.00 Пробный переезд 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 июля

5.00, 6.15, 3.30 «Наше кино» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 16+
6.40 Х/ф «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ» 16+
9.30, 10.10 Х/ф «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ» 16+
12.30 «Понять. Простить» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные» 16+
18.50 «Миллион за 5 минут» 16+
20.15 «Игра в кино» 16+
21.45 «Игра в кино. Мультфильмы» 16+
22.30 Торжественное закрытие XXXIV Международного фестиваля искусств «Славянский базар в Витебске» 12+
2.35 Первый Евразийский канал 12+
4.10 Т/с «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+

ВТОРНИК, 15 июля

5.00, 6.15, 10.10 Т/с «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 16+
12.30 «Понять. Простить» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные» 16+
18.50 «Миллион за 5 минут» 16+
20.15 «Игра в кино» 16+
21.45 «Игра в кино. Мультфильмы» 16+
22.30 Х/ф «НЕОБЫКНОВЕННЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАРИКА И ВАЛИ» 16+
1.15 Первый Евразийский канал 12+
2.15 Х/ф «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ» 16+
3.45 «Наше кино» 16+
4.10 Т/с «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+

СРЕДА, 16 июля

5.00, 6.15, 10.10 Т/с «ЖИТЬ СНАЧАЛА» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 16+
12.30 «Понять. Простить» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 «Дела судебные» 16+
18.50 «Миллион за 5 минут» 16+
20.15 «Игра в кино» 16+
21.45 «Игра в кино. Мультфильмы» 16+
22.30 Х/ф «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН» 16+
1.20 Первый Евразийский канал 12+
2.10 Х/ф «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА» 16+
3.50 Х/ф «НЕОБЫКНОВЕННЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАРИКА И ВАЛИ» 16+

ЧЕТВЕРГ,

ДОМАШНИЙ 6.30, 5.50 По делам несовершеннолетних 16+ 7.20 Давай разведемся! 16+ 8.25, 4.05 Тест на отцовство 16+ 10.40, 1.05 Д/с «Понять. Простить» 16+ 11.45, 1.55 Д/с «Порча» 16+ 12.55, 2.45 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 3.10 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 3.40 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «23 АВГУСТА» 16+ 19.00 Т/с «ВТОРОЙ ШАНС НА СЧАСТЛИВУЮ ЖИЗНЬ» 16+ 23.10 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+ 5.45 «6 кадров» 16+ 6.15 Х/ф «ЕВДОКИЯ» 16+ 6.30, 2.15 Х/ф «ЕВДОКИЯ» 16+ 8.10, 5.05 Х/ф «РОДНЯ» 16+ 10.10 Х/ф «ВЕЧНАЯ ЛЮБОВЬ» 16+ 14.40 Х/ф «ПОВОРОТ СУДЬБЫ» 16+ 19.00 Т/с «РАССКАЖИ МНЕ, КАК ЛЮБИТЬ» 16+ 22.35 Х/ф «ОДНО ЦЕЛОЕ» 16+ 4.00 «6 кадров» 16+ 4.20 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+ ДОМАШНИЙ 6.30 Х/ф «РОДНЯ» 16+ 6.35, 2.10 Х/ф «КВАРТИРАНТКА» 16+ 8.25, 5.00 Х/ф «СУДЬБА НАПРОКАТ» 16+ 10.25 Т/с «ПОЗДНИЙ СРОК» 16+ 19.00 Т/с «РАССКАЖИ МНЕ, КАК ЛЮБИТЬ» 16+ 22.30 Х/ф «СОЛОВЕЙКА» 16+ 3.40 Х/ф «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ» 16+	ТВЦ 6.00 «Настроение» 8.10, 11.50 Х/ф «ЖЕНА НАПРОКАТ» 12+ 11.30, 14.30, 17.50 События 12.30, 15.05 Х/ф «СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ» 12+ 14.50 Город новостей 17.00 Д/ф «Русские тайны. Некрасивые истории первых красавиц» 16+ 18.15 Х/ф «ГЛАВНОЕ ЖЕЛАНИЕ» 16+ 20.05 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН» 16+ 22.00 В центре событий 23.05 «Хорошие песни» 12+ 0.30 Х/ф «СЕРЖАНТ МИЛИЦИИ» 12+ 3.40 «Петровка, 38» 16+ 3.55 Х/ф «РАССВЕТ НА САНТОРИНИ» 16+ 5.30 «Смех, дрожь и видео» 16+ 5.50 Д/с «Большое кино» 16+ 6.20 «Православная энциклопедия» 6+ 6.45 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН» 16+ 8.20 Х/ф «МАЧЕХА» 0+ 10.05, 5.55 Д/ф «Василий Ливанов. Элементарно!» 16+ 10.55 «Просто & вкусно» 6+ 11.30, 14.30 События 11.45 «Смешите меня семей» 16+ 12.50 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+ 13.30, 14.45 Х/ф «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+ 17.20 Х/ф «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ» 12+ 21.00 Постскриптум 22.15 Д/ф «Русские тайны. Англичанка гадит» 16+ 23.00 Д/ф «90-е. Генералы» 16+ 23.40, 0.25, 1.05, 2.10, 2.50, 3.30, 4.10, 4.50 Документальные фильмы 16+ 1.45 Спецрепортаж 16+ 5.30 «10 самых...» 16+ 6.35 Х/ф «ГЛАВНОЕ ЖЕЛАНИЕ» 16+ 8.15 Х/ф «РАССВЕТ НА САНТОРИНИ» 16+ 10.15, 11.50 Х/ф «СЕРЖАНТ МИЛИЦИИ» 12+ 11.30, 0.15 События 14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Алмазная пыль» 16+ 15.50 Д/ф «Настоящий детектив. Вкус крови» 16+ 16.40 Д/ф «90-е. Массовый психоз» 16+ 17.35 Х/ф «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ» 16+ 21.25, 0.30 Х/ф «ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ» 12+ 1.15 «Петровка, 38» 16+ 1.25 Х/ф «СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ» 12+ 4.35 «Смешите меня семеро» 16+ 5.30 Московская неделя 12+ ТВЦ 20.30, 3.30 Т/с «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ» 16+ 1.00 Х/ф «ЗАВТРА УТРОМ» 16+ ВТОРНИК, 15 июля 6.00, 17.30, 21.30, 0.30, 3.00 «Новости» для слабослышащих людей 16+ 6.30, 8.45, 5.25 Актуальное интервью 12+ 7.00, 11.30 Прямой эфир 16+ 7.30, 17.45 Профессия – Родину защищать 16+ 7.45, 10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+ 8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.45 Новости 16+ 9.15, 15.45 Т/с «ПРИСТАВЫ» 16+ 9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+ 10.15 Знания для жизни 12+ 12.00 «Зверские заблуждения» 16+ 13.15, 22.15, 1.00 Т/с «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ» 16+ 15.05, 0.05 Выводы следствия 16+ 18.00 Прямая линия Губернатора Ставропольского края В. Владимиров 16+ 19.30, 22.00 ОбоЗрение 16+ 20.15, 5.10 Сценарий цен 12+	СТС 6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 7.00 М/с «Детектив Финник» 0+ 8.00 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+ 10.00 Х/ф «БЕГЛЕЦЫ» 16+ 12.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+ 4.50 М/с «Три кота» 0+ СТС 6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 6.30 М/ф «Невероятные приключения кота» 16+ 8.00 ПроСТО кухня 12+ 9.00 Премьера. ПроСТО кухня 12+ 10.05 М/ф «Вака - заколдованный воин» 6+ 12.10 М/ф «Чарли и фантастическая четверка» 12+ 13.55 М/ф «Страшилка и тайна города света» 6+ 15.45 М/ф «Супермозг» 12+ 17.25 Х/ф «ДЕТИ ШПИОНОВ-4. АРМАГЕДДОН» 12+ 19.15 Х/ф «ВОССТАНИЕ» 16+ 21.00 Х/ф «МАЙОР ГРОМ: ИГРА» 16+ 0.20 Х/ф «ГРОМ. ТРУДНОЕ ДЕТСТВО» 16+ 1.55 Х/ф «НА ЛИНИИ ОГНЯ» 18+ 3.20 Т/с «МЕТОД ЛАВРОВОЙ» 16+ 4.55 М/с «Три кота» 0+ 6.00 М/с «Маша и Медведь» 0+ 6.20 М/ф «Трон эльфов» 6+ 8.00 М/ф «Распрекрасный принц» 6+ 9.35 М/ф «Звериный рейс» 6+ 11.25 М/ф «Большое путешествие. Специальная доставка» 6+ 13.20 М/ф «Большое путешествие. Вокруг света» 6+ 15.05 Д/ф «Приключения панды» 6+ 17.00 Суперниндзя. Дети. Секреты сезона 12+ 18.05 Х/ф «БАХУБАЛИ. НАЧАЛО» 16+ 21.20 Х/ф «БАХУБАЛИ. РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ» 16+ 0.50 Х/ф «МИССИЯ АССА-СИНА» 18+ 2.20 Х/ф «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ» 16+ 4.00 Т/с «КОРОЧЕ, ПЛАН ТАКОЙ» 16+ 4.45 М/с «Три кота» 0+ СТС 20.30, 3.30 Т/с «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ» 16+ 2.45 Муниципалитет 12+ СРЕДА, 16 июля 6.00, 17.30, 21.30, 0.30, 3.00 «Новости» для слабослышащих людей 16+ 6.30, 8.45, 5.25 Актуальное интервью 12+ 7.00, 11.30 Прямой эфир 16+ 7.30 Сценарий цен 12+ 7.45, 10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+ 8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+ 9.15, 15.45 Т/с «ПРИСТАВЫ» 16+ 9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+ 10.15, 17.45 Дзержинского, 102 16+ 12.00, 18.15 «Зверские заблуждения» 16+ 13.15, 22.15, 1.00 Т/с «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ» 16+ 15.05, 0.05 Я не местная 16+ 18.00 Знания для жизни 12+ 19.15, 22.00 ОбоЗрение 16+ 20.00 Человек на Своем месте 12+ 20.30, 3.30 Т/с «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ» 16+	ТНТ 7.00 «Утро ТНТ» 16+ 8.00, 9.00, 10.00, 2.50, 3.40, 4.25, 6.15 «Однажды в России» 16+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 20.00, 22.40 «Комеди Клуб» 16+ 21.00 «Караоке Клуб» 16+ 23.40, 0.40, 1.20, 2.05 «Женский стендап» 16+ 5.00 М/ф «Вокруг света за 80 дней» 6+ ТНТ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 3.10, 4.00, 4.45, 5.35, 6.00 «Однажды в России» 16+ 11.00, 12.40, 14.15, 15.50, 17.25 «Битва экстрасенсов» 16+ 19.00 «Мастер игры» 16+ 21.00 «Большой хит» 16+ 23.00 «Stand up» 16+ 0.00 «Сетка» 16+ 0.40, 1.35, 2.20 Stand up 16+ ТНТ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 4.00, 4.40, 5.30 «Однажды в России» 16+ 10.45, 12.20, 13.45, 15.15, 16.55 «Битва экстрасенсов» 16+ 18.30 «Большой кущ. Бангкок» 16+ 21.00 «Погоня» 16+ 22.30 «Шоу Воли» 16+ 23.30 «Мастер игры» 16+ 1.30, 2.20, 3.05 «Женский стендап» 16+ 6.00 «Утро ТНТ» 16+ ТНТ 2.45 Муниципалитет 12+ 5.10 Профессия – Родину защищать 16+ ЧЕТВЕРГ, 17 июля 6.00, 17.30, 21.30, 0.30, 3.00 «Новости» для слабослышащих людей 16+ 6.30, 8.45, 5.25 Актуальное интервью 12+ 7.00, 11.30 Прямой эфир 16+ 7.30 Сценарий цен 12+ 7.45, 10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+ 8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+ 9.15, 15.45 Т/с «ПРИСТАВЫ» 16+ 9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+ 10.15, 17.45 Око государево 16+ 12.00, 18.15 «Зверские заблуждения» 16+ 13.15, 22.15, 1.00 Т/с «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ» 16+ 15.05, 0.05 Человек на Своем месте 12+ 18.00 Сценарий цен 12+ 19.15, 22.00 ОбоЗрение 16+ 20.00 Знания для жизни 12+	ТВ 3 6.00, 5.45 Мультфильмы 0+ 8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 9.00 Новый день 16+ 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.45 Д/с «Порча» 16+ 15.15, 15.45, 16.15, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Д/с «Слепая» 16+ 19.00 Х/ф «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ» 16+ 21.00 Х/ф «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС» 16+ 23.00 Х/ф «МАК И РИТА» 16+ 1.00, 1.45, 2.30, 3.30, 4.15, 5.00 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+ 6.00, 5.45 Мультфильмы 0+ 8.00 Вкусно с Анфисой Чеховой 16+ 8.30, 9.00, 9.30, 10.00 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 10.30 Х/ф «ВОЛШЕБНАЯ СКАЗКА НА РОЖДЕСТВО» 12+ 12.30 Х/ф «ВЕК АДАЛИН» 16+ 15.00 Х/ф «ПОМЕШАНЫЙ НА ВРЕМЕНИ» 16+ 17.00 Х/ф «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ» 16+ 19.00 Х/ф «1+1» 16+ 21.30 Х/ф «ОТЕЦ ГОДА» 12+ 23.45 Х/ф «ЗНАКОМСТВО РОДИТЕЛЕЙ» 16+ 1.30, 2.15, 3.15, 4.00, 4.45 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+ 6.00, 8.00, 5.45 Мультфильмы 0+ 7.30 Вкусно с Анфисой Чеховой 16+ 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30 Д/с «Слепая» 16+ 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СУПЕР-ИВАНОВЫ» 16+ 23.00 Х/ф «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС» 18+ 1.00, 2.45 Т/с «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО» 16+ 4.00, 4.45 Т/с «АДМИРАЛЫ РАЙОНА» 16+ ТВ 3 20.15 Профессия – Родину защищать 16+ 20.30, 3.30 Т/с «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ» 16+ 2.45 Муниципалитет 12+ ПЯТНИЦА, 18 июля 6.00, 17.30, 21.30, 0.30, 3.00 «Новости» для слабослышащих людей 16+ 6.30, 8.45, 5.25 Актуальное интервью 12+ 7.00, 11.30 Прямой эфир 16+ 7.30, 5.10 Дзержинского, 102 16+ 7.45, 10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+ 8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+ 9.15, 15.45 Т/с «ПРИСТАВЫ» 16+ 9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+ 10.15, 17.45 Око государево 16+ 12.00, 18.15 «Зверские заблуждения» 16+ 13.15, 22.15, 1.00 Т/с «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ» 16+ 15.05, 0.05 Человек на Своем месте 12+ 18.00 Сценарий цен 12+ 19.15, 22.00 ОбоЗрение 16+ 20.00 Знания для жизни 12+	МАТЧ! 6.00, 8.40, 11.25 Синхронное плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Женщины 6.30 Д/с «Век нашего спорта» 12+ 7.00, 15.25 Новости 0+ 7.05, 13.45, 19.30, 22.45 Все на Матч! 8.20 «Небесная грация» 6+ 11.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 14.25 «Формула-1. Гаснут огни» 12+ 14.55 «Лучшие из лучших» 12+ 15.30, 4.15 Смешанные единоборства 16+ 20.00 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Балтика» (Калининградская область). МИР Российская Премьер-Лига. 0.00 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины 6+ 0.55 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины 6+ 1.55 Д/ф «Виктор Царев. Капитан великой команды» 12+ 2.50 Новости 0+ 2.55 Плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Открытая вода 6.00 30 лет UFC. Лучшие нокауты 16+ 6.30 Матч! Парад 16+ 7.00, 8.35, 13.05 Новости 0+ 7.05, 12.00, 15.15, 18.00, 22.45 Все на Матч! 8.40, 13.10 Синхронное плавание. Чемпионат мира по водным видам спорта. Мужчины. Женщины 10.30 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 10.50 Д/ф «Олимпиада 80. Вопреки невозможному» 12+ 15.55 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. 1/2 финала 20.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Махачкала). МИР Российская Премьер-Лига. 0.00 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. 1/2 финала 6+ 1.55 Д/ф «Игорь Численко. Удар форварда» 12+ 2.50 Новости 0+ 2.55 Плавание 4.15 Смешанные единоборства 16+ 6.00, 21.15 Смешанные единоборства 16+ 8.00, 9.30, 12.50, 1.55 Новости 0+ 8.05, 12.00, 17.00, 22.45 Все на Матч! 9.35 Автоспорт. Ралли-рейд «Шелковый путь» 6+ 9.55 Д/ф «Шмейхель» 12+ 12.55 Футбол. Лига Pari. «Оренбург» - «Челябинск». 14.55 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Матч за 3-е место 15.55 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Финал 17.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Ростов» (Ростов-на-Дону). МИР Российская Премьер-Лига. 20.00 После футбола 0.00 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Матч за 3-е место 6+ 0.55 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Финал 6+ МАТЧ! 19.15, 22.00 ОбоЗрение. Итоги недели 16+ 20.00 А что там есть ? 16+ 20.30, 3.30 Т/с «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ» 16+ 2.45 Муниципалитет 12+ СУББОТА, 19 июля 6.00 За здоровье 16+ 6.45 Сценарий цен 12+ 7.00 Ставропольский Благовест 12+ 7.15 Прямой эфир 16+ 7.45, 4.25 Человек на Своем месте 12+ 8.15, 4.05 Профессия – Родину защищать 16+ 8.30, 13.30 Итоги на Своем месте 16+ 9.00 ОбоЗрение. Итоги недели 16+ 9.20 «Зверские заблуждения» 16+ 10.20, 0.10 Т/с «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА» 16+ 14.00 Х/ф «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО» 16+ 15.25 Х/ф «ДЕЛАЙ РАЗ» 16+ 16.50, 3.20 Д/ф «Код доступа» 16+ 17.35 Х/ф «ПОВОДЫРЬ» 16+	★ ЗВЕЗДА 6.00 «Не факт!» 12+ 6.30 «СССР. Знак качества» 12+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.25 Х/ф «В КВАДРАТЕ 45» 12+ 10.50, 13.20 Х/ф «ВО БОРУ БРУСНИКА» 12+ 14.35, 15.05, 17.15 Т/с «ВИКИНГ» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.30 Д/с «Загадки века» 12+ 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+ 23.30 Музыка+ 12+ 0.50 Х/ф «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА» 12+ 2.55 Х/ф «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ» 12+ 4.15 Т/с «ЖАЖДА» 12+ 5.40 Х/ф «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ» 6+ 7.15 Х/ф «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ» 12+ 9.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+ 9.15 «Второе мнение» 12+ 9.45 СССР. Знак качества 12+ 10.35 «Не факт!» 12+ 11.05 «Легенды музыки» 12+ 11.35 «Легенды кино» 12+ 12.30 Д/с «Любовь на линии огня» 16+ 13.20 Д/с «Народный ВПК» 12+ 13.45 Д/с «Крещение Руси» 16+ 17.55, 19.20 Х/ф «СУМКА ИНКАССАТОРА» 12+ 20.15 Х/ф «НЕВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ» 16+ 23.00 Х/ф «ТИХАЯ ЗАСТАВА» 16+ 0.55 Х/ф «ЗВЕЗДА» 12+ 2.30 Х/ф «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА» 12+ 4.35 Х/ф «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА» 12+ 6.05, 3.55 Х/ф «ДЕРЗОСТЬ» 12+ 8.10 Х/ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА» 12+ 9.55 «Военная приемка» 12+ 10.40 Легенды армии 12+ 11.30 Д/с «Война миров» 16+ 12.20 «Код доступа» 12+ 13.10 Д/с «Улика из прошлого» 16+ 14.00 Скрытые угрозы 16+ 14.50 Д/с «Секретные материалы» 16+ 15.40 Д/с «Загадки века» 12+ 16.30 Д/с «Легенды советского сыска. Годы войны» 16+ 22.10 Т/с «ВИКИНГ» 16+ 1.45 Х/ф «НЕВЫПОЛНЕННОЕ ЗАДАНИЕ» 16+ 5.30 Д/с «ВМФ СССР. Хроника Победы» 16+ ★ ЗВЕЗДА 19.15 Х/ф «ВАРВАРИНЫ СВАДЬБЫ» 16+ 21.00 Т/с «ПУАНТЫ ДЛЯ ПЛЮШКИ» 16+ 4.55 Актуальное интервью 12+ ВОСКРЕСЕНИЕ, 20 июля 6.00, 4.10 За здоровье 16+ 6.45 Знания для жизни 12+ 7.00 Преображение 12+ 7.15 Прямой эфир 16+ 7.45, 16.55, 3.20 А что там есть ? 16+ 8.15, 3.50 Профессия – Родину защищать 16+ 8.30 Человек на Своем месте 12+ 9.00, 0.10 Т/с «ПУАНТЫ ДЛЯ ПЛЮШКИ» 16+ 12.10, 17.25 Х/ф «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ И ОДНО УТРО» 16+ 13.35 Х/ф «ДЕЛАЙ РАЗ» 16+ 15.00 Х/ф «ВАРВАРИНЫ СВАДЬБЫ» 16+ 16.45 Муниципалитет 12+ 18.50 Х/ф «ПОВОДЫРЬ» 16+ 20.30 Итоги на Своем месте 16+ 21.00 Т/с «ДУДОЧКА КРЫСОЛОВА» 16+ 4.55 Актуальное интервью 12+
ПРОГРАММЫ ТЕЛЕКАНАЛОВ «Ю», «Рен-TV», «Пятница» и «Мир» см. на стр. 8					№ 28 8 ИЮЛЯ 2025 г. КАВКАЗСКАЯ НЕДЕЛЯ 9	

ПОНЕДЕЛЬНИК – 14 ИЮЛЯ

ВТОРНИК – 15 ИЮЛЯ

СРЕДА – 16 ИЮЛЯ

ЧЕТВЕРГ – 17 ИЮЛЯ

1	РОССИЯ 1	РОССИЯ К	НТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург
Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.					
5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Т/с «ИЩЕЙКА» 16+ 19.40 Большая игра 16+ 21.00 «Время» 16+ 22.00 Т/с «АНГЕЛ МСТИ» 16+ 23.00 Т/с «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+ 0.00 «Большая игра» 16+ 1.15 «Время героев» 16+ 2.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30, 2.10, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 Т/с «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ» 12+ 23.25 Т/с «МЕДИУМ» 12+ 0.30 XXXIV Международный фестиваль «Славянский базар в Витебске»	6.30 Д/с «Энциклопедия загадок» 7.05 Легенды мирового кино 7.35, 23.25 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Д/с «Приют путешественника» 10.45 Х/ф «СКАЗКИ СТАРОГО ВОЛШЕБНИКА» 12.00 Д/с «Запечатленное время» 12.45 Д/с «Забывшее ремесло» 13.00, 22.55 «Мост над бездной» 13.30 Спектакль «МИЛЫЙ ЛЖЕЦ» 15.40 Д/ф «Книга» 16.30 Д/ф «Царская дорога» 17.15, 0.55 Симфонии эпохи романтизма 18.15 Д/с «Жизнь замечательных идей» 18.40 Academia 19.45 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 20.15 Известные маршруты России 20.55 Спокойной ночи, малыши! 21.15 «Монолог в 4-х частях» 21.40 Х/ф «НАШЕ ПРИЗВАНИЕ» 1.55 Д/ф «Загадки древних строк»	4.55, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 Т/с «ЗИМОРОДОК» 16+ 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.55 «Маска» 12+ 2.55 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+	6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00, 18.30 Актуальное интервью 12+ 7.30, 18.15 Знания для жизни 12+ 7.45 За здоровье 16+ 8.45 Око государево 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТражение 12+ 11.00, 0.45 Т/с «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА» 16+ 12.00 Новости 16+ 12.05, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ» 12+ 16.45 «Новости Совета Федерации» 12+ 17.00 «Преодоление». Владимир Образцов. Генерал-директор движения 12+ 17.40 Спецпроект ОТР «Конструкторы будущего». «Прирученный вирус» 12+ 18.20 ОТражение 12+ 20.15 Календарь 6+ 20.45, 4.05 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ» 16+ 22.25 Х/ф «ТАНЦПЛОЩАДКА» 16+ 23.45 Д/ф «Неизвестная война». «Оборона Сталинграда» 16+ 1.35 ОТражение. Итоги 12+ 3.35 «Свет и тени». Джеймс Фэллон 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.40, 6.20, 7.05, 7.55, 8.55, 9.30, 10.15, 11.10, 12.05 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+ 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.40, 21.25, 3.20, 3.55 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 Т/с «СВОИ-5» 16+ 1.15, 2.40 Т/с «СВОИ-4» 16+ 2.05 Т/с «СВОИ-7» 16+
5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Т/с «ИЩЕЙКА» 16+ 19.40 Большая игра 16+ 21.00 «Время» 16+ 22.00 Т/с «АНГЕЛ МСТИ» 16+ 23.00 Т/с «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+ 0.00 «Большая игра» 16+ 1.15, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30, 1.40, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 Т/с «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ» 12+ 23.25 Т/с «МЕДИУМ» 12+ 0.30 Торжественная церемония закрытия XXXIV Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске»	6.30 Д/с «Энциклопедия загадок» 7.05 Легенды мирового кино 7.35, 23.25 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Д/с «Приют путешественника» 10.45 Х/ф «СКАЗКИ СТАРОГО ВОЛШЕБНИКА» 12.00 Д/с «Запечатленное время» 12.45 Д/с «Забывшее ремесло» 13.00, 22.55 «Мост над бездной» 13.30 Спектакль «ЭЛЕГИЯ» 15.15 Д/ф «Загадки древних строк» 16.00, 21.15 «Монолог в 4-х частях» 16.30 Д/ф «Царская дорога» 17.15, 0.55 Симфонии эпохи романтизма 18.15 Д/с «Жизнь замечательных идей» 18.40 Academia 19.45 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 20.15 Известные маршруты России 20.55 Спокойной ночи, малыши! 21.40 Х/ф «НАШЕ ПРИЗВАНИЕ»	5.00, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 Т/с «ЗИМОРОДОК» 16+ 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.55 «Маска» 12+ 2.50 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+	6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00, 18.30 Актуальное интервью 12+ 7.30, 18.15 Профессия – Родину защищать 16+ 7.45 За здоровье 16+ 8.45 Знания для жизни 12+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТражение 12+ 11.00, 0.45 Т/с «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА» 16+ 12.05, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «ТАНЦПЛОЩАДКА» 16+ 16.40 «На приеме у главного врача» 12+ 17.00 «Очевидно. Вероятно» 12+ 17.40 Спецрепортаж 12+ 18.20 ОТражение 12+ 20.15 Календарь 6+ 20.45, 4.05 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ» 16+ 22.25 Х/ф «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ» 12+ 23.50 «Кино. Короткий метр» 12+ 0.20 Д/ф «Город с историей» 12+ 1.35 ОТражение. Итоги 12+ 3.35 «Свет и тени». Григорий Распутин 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25, 6.05, 6.45, 7.35, 8.25, 9.30, 10.15, 11.05, 12.05, 4.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+ 8.40 Знание – сила 12+ 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.55, 17.30, 18.15, 19.05, 19.50, 20.40, 21.25, 3.20, 3.55 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 Т/с «СВОИ-5» 16+ 1.15, 2.40 Т/с «СВОИ-4» 16+ 2.05 Т/с «СВОИ-7» 16+
5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Т/с «ИЩЕЙКА» 16+ 19.40 Большая игра 16+ 21.00 «Время» 16+ 22.00 Т/с «АНГЕЛ МСТИ» 16+ 23.00 Т/с «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+ 0.00 «Большая игра» 16+ 1.15 «Шоу Вована и Лексуса» 16+ 2.05, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30, 2.10, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 Т/с «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ» 12+ 23.25 Т/с «МЕДИУМ» 12+ 0.30 Х/ф «КРЫЛЬЯ ПЕГАСА» 12+	6.30 Д/с «Энциклопедия загадок» 7.00 Легенды мирового кино 7.30, 23.40 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 8.50 Д/ф «Роман в камне» 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Д/с «Приют путешественника» 10.45 Х/ф «ТУФЛИ С ЗОЛОТЫМИ ПРЯЖКАМИ» 12.00 Д/с «Запечатленное время» 12.45 Д/с «Забывшее ремесло» 13.00, 22.55 «Мост над бездной» 13.30 Спектакль «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ» 15.15, 2.00 Д/с «Деревянное зодчество России. Прошлое. Настоящее. Будущее» 16.00, 21.15 «Монолог в 4-х частях» 16.30 Д/ф «Царская дорога» 17.15, 1.00 Симфонии эпохи романтизма 18.15 Д/с «Жизнь замечательных идей» 18.40 Academia 19.45 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного» 20.15 Известные маршруты России 20.55 Спокойной ночи, малыши! 21.40 Х/ф «НАШЕ ПРИЗВАНИЕ» 23.25 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»	5.00, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 Т/с «ЗИМОРОДОК» 16+ 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.55 «Маска» 12+ 3.50 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+	6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00 Актуальное интервью 12+ 7.30, 8.45, 18.15 Профессия – Родину защищать 16+ 7.45 За здоровье 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05 ОТражение 12+ 9.35 ОТражение 12+ 10.05 ОТражение 12+ 11.00, 0.45 Т/с «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА» 16+ 12.05 ОТражение 12+ 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ» 12+ 16.40 «На приеме у главного врача» 12+ 18.30 Человек на Своем месте 12+ 20.15 Календарь 6+ 20.45, 4.05 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ» 16+ 22.25 Х/ф «СЛЕЗЫ КАПАЛИ» 12+ 23.50 «Кино. Короткий метр» 18+ 0.20 Д/ф «Город с историей» 12+ 1.35 ОТражение. Итоги 12+ 3.35 «Свет и тени». Людвиг ван Бетховен 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+ 5.40, 6.20, 7.00, 7.50, 8.45, 9.30, 10.10, 11.05, 12.00, 4.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+ 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.30, 18.10, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 3.15, 3.55 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 Т/с «СВОИ-5» 16+ 1.15, 2.40 Т/с «СВОИ-4» 16+ 2.00 Т/с «СВОИ-7» 16+
5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.20 «Модный приговор» 0+ 10.10 «Жить здорово!» 16+ 11.00, 12.15, 17.00 Информационный канал 16+ 15.15 «Давай поженимся!» 16+ 16.05 «Мужское / Женское» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 18.40 Т/с «ИЩЕЙКА» 16+ 19.40 Большая игра 16+ 21.00 «Время» 16+ 22.00 Т/с «АНГЕЛ МСТИ» 16+ 23.00 Т/с «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+ 0.00 «Большая игра» 16+ 1.15 Д/ф «Союз-Аполлон». Сила притяжения». К 50-летию первой международной космической экспедиции» 12+ 2.05, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 16+ 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30, 2.10, 3.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 Прямой эфир 16+ 21.30 Т/с «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ» 12+ 23.25 Т/с «МЕДИУМ» 12+ 0.30 Х/ф «КРЫЛЬЯ ПЕГАСА» 12+	6.30 Д/с «Энциклопедия загадок» 7.00 Легенды мирового кино 7.30, 23.40 Т/с «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» 8.50 Д/ф «Роман в камне» 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Д/с «Приют путешественника» 10.45 Х/ф «ТУФЛИ С ЗОЛОТЫМИ ПРЯЖКАМИ» 12.00 Д/с «Запечатленное время» 12.45, 15.15, 18.15, 19.45, 2.00 Документальные сериалы 13.00, 23.15 «Мост над бездной» 13.30 Спектакль «КАРМАННЫЙ ТЕАТР» 16.00, 21.15 «Монолог в 4-х частях» 16.30 Д/ф «Царская дорога» 17.15, 1.20 Симфонии эпохи романтизма 18.40 Academia 20.15 Известные маршруты России 20.55 Спокойной ночи, малыши! 21.40 Х/ф «Я – ВОЖАТЫЙ ФОРПОСТА»	5.05, 8.25, 10.35 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 Т/с «ЗИМОРОДОК» 16+ 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+ 23.55 «Маска» 12+ 2.40 Т/с «КУРОРТНАЯ ПОЛИЦИЯ» 16+	6.00, 8.30, 17.30 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00, 17.00 Актуальное интервью 12+ 7.30, 18.15 Дзержинского, 102 16+ 7.45 За здоровье 16+ 8.45 Профессия – Родину защищать 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТражение 12+ 11.00, 0.45 Т/с «КАМЕЯ ИЗ ВАТИКАНА» 16+ 12.05, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «СЛЕЗЫ КАПАЛИ» 12+ 16.45 «Нескучное дело» 12+ 18.30 Выводы следствия 16+ 20.15 Календарь 6+ 20.45, 4.05 Т/с «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ» 16+ 22.25 Х/ф «ПИРЫ ВАЛТАСАРА, ИЛИ НОЧЬ СО СТАЛИНЫМ» 12+ 23.50 «Кино. Короткий метр» 18+ 0.20 Д/ф «Город с историей» 12+ 1.35 ОТражение. Итоги 12+ 3.35 «Свет и тени». Александр Фадеев 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+ 5.40, 6.20, 7.00, 7.50, 8.45, 9.30, 10.10, 11.05, 12.00, 4.30 Т/с «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+ 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.30, 18.10, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 3.15, 3.55 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 Т/с «СВОИ-5» 16+ 1.15, 2.40 Т/с «СВОИ-4» 16+ 2.00 Т/с «СВОИ-7» 16+
Программы телеканалов предоставлены АО «Сервис ТВ»					
1	РОССИЯ 1	РОССИЯ К	НТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург

ПОДПИСКА
на «Кавказскую неделю»
не заканчивается
НИКОГДА!
Подробности на стр. 1



ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ
на «Кавказскую неделю»
можно с любого месяца
и на любой срок.
Дело верное – ПОДПИСКА!
Подробности на стр. 1



ДЕЛАЙТЕ БИЗНЕС С НАМИ!
Отдел рекламы
«Кавказской недели»,
тел.: 8 (87922) 6-25-76,
6-24-46 (доб. 1);
e-mail: nedelya@kmv.ru

ССОРЫ ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Окончание. Начало на стр. 5

Следовательно, если мы хотим сократить количество ссор, надо добавить больше любезностей, чаще обмениваться позитивными эмоциями. При этом следует помнить, что пропорция примерно один к пяти. То есть пять позитивных эмоций весят примерно столько же, сколько одна ссора. Маленькая, заметьте, ссора, не скандал. Скандал «стоит» очень дорого, но и разрушений организму причиняет тоже достаточно. Скандалы, на взгляд специалистов, тоже необходимы, но ими злоупотреблять нельзя: не чаще одного раза в квартал, иначе может расшататься психика.

ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ ПСИХИКИ

Обмен эмоциями нам важен так же, как питание. Но если без еды мы можем прожить какое-то количество дней (хоть и будет тяжело), то без эмоций нельзя ни дня. Человек просто начнет потихоньку сходить с ума. И ему важно получать всю гамму эмоций – как важно получать разнообразный рацион питания: и белки, и жиры, и углеводы.

Вот почему люди так любят страшные аттракционы в парках. Например, крутые американские горки, на которых сердце выпрыгивает от страха. Вот почему люди любят азартные игры. Они знают, что могут проиграть, но все равно идут в казино и проигрывают – и получают от этого удовольствие. Вот почему мы ходим на фильмы ужасов, и большой



личестве. И они непременно должны перемешиваться с позитивом в жизни. Ведь испуг на крутых горках всегда сменяется удовольствием.

ПОБОЛЬШЕ ЗРЕЛИЩ!

Количество ссор необходимо оптимизировать. Один из способов оптимизации мы уже привели выше: добавляйте больше позитивных эмоций, позитивных

знаков внимания. Второй способ – это правильная организация досуга.

Чтобы избежать бытовых ссор, надо насытить совместную жизнь событиями, дающими сильные, яркие эмоции. Если мы будем анализировать жизнь людей, которые часто ссорятся, наверняка обнаружим, что они нигде не бывают, ведут скучный, монотонный образ жизни, все вечера после работы проводят у телевизора, а единственное их развлечение в выходные – поехать в торговый центр или на рынок за продуктами.

Посещение концертов, театров, других зрелищ – очень хороший способ снижения количества ссор. Именно живых зрелищ, а не кино. Кино, конечно, оказывает сильное воздействие на психику, но оно происходит опосредованно, через экран. А мерцание экрана усыпляет мозг, в кино человек получает состояние транса. Это тоже вполне полезно, но одного этого недостаточно. Необходимо прямое общение с актерами когда обмен энергиями происходит

живую. Поэтому очень важно не

менее одного раза в месяц куда-то ходить, именно вместе с тем человеком, с которым живете и ссоритесь, а не с коллегами или подружками. Совместные походы освежают рецепторы и дают возможность пережить всю гамму эмоций, что впоследствии позволит сократить количество ссор.

По мнению психологов, нормальное количество ссор – не чаще одного раза в неделю. Как выходные для работающего человека. А более частые ссоры – это очень опасный симптом. Значит, отношения в беде и надо что-то срочно предпринимать.

Впрочем, полное отсутствие ссор тоже опасный симптом. И не стоит ждать, когда грянет буря. Лучше обратиться к психологу.

СЕМЬ ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛ ССОРЫ

❶ Используйте «я-высказывание» вместо «ты-высказывания». Например, вместо: «Ты опять раскидал свои носки по всей квартире!» лучше сказать: «Мне не нравится, что ты разбрасываешь свои носки».

❷ Избегайте бранных слов и оскорблений во время ссоры.

❸ Ссорьтесь только на актуальную тему. Не следует во время ссоры вспоминать все, что было прежде.

❹ Не упоминайте в ссоре третьих лиц: близких родственников, друзей. Например, не стоит говорить: «Вечно ты и твоя мама...» Это запрещенный болевой прием.

❺ Даже если вы нарушили в ссоре все правила, все равно постарайтесь помириться как можно скорее.

❻ Сделать это лучше до наступления ночи. Так вы быстрее уберете обиду из сердца. Не ложитесь спать, не помирившись.

❼ Не пытайтесь искать, кто прав, а кто виноват. В ссорах всегда виноваты оба.

Использованы материалы газеты «Труд»

ЛЮДИ И СУДЬБЫ

КОРОТКИЕ, НО ТРОГАТЕЛЬНЫЕ ИСТОРИИ О ЛЮБВИ, РАССКАЗАННЫЕ ЖЕНЩИНАМИ

Каждая история любви уникальна и прекрасна. Публикуем несколько теплых, искренних и иногда забавных рассказов о самых важных отношениях в жизни, опубликованные на сайте www.brightside.me.

♥ Мой парень недавно сделал мне предложение. Покупая кольцо, он не знал мой размер. Когда я спросила, как же он выбрал, он ответил, что мысленно представлял, как держит меня за руку, и вспоминал свои ощущения. Кольцо подошло идеально.

♥ Врач запретил мне спать на животе, а это мое любимое положение для сна. Поэтому я попросила мужа переворачивать меня на бок или на спину, если вдруг я буду спать на животе. Прошлой ночью он просыпался из-за этого несколько раз, а один раз даже утонул, сплю ли я.

♥ Мы женаты уже 8 лет, и, конечно, иногда мы ссоримся. Но несколько дней назад я просматривала документы из банка, и увидела, что проверочное слово, выбранное им для безопасности, – это ласкательное прозвище, которое он дал мне несколько лет назад.

♥ Мой муж часто говорит во сне. Прошлой ночью он вдруг открыл глаза, посмотрел на меня и сказал: «Ты самая красивая женщина в мире, запомни это».

♥ Я поняла, что сделала правильный выбор, когда мы оба заболели. Несмотря на собственную высокую температуру и холод на улице, он пошел в аптеку за лекарствами, сварил горячий бульон и укутал меня в одеяло. Никакой подарок не сказал бы мне больше, что он любит меня.

♥ Мой муж уходит на работу раньше и всегда старается не раз-

будить меня. Но сразу вслед за тем, как прозвенит мой будильник, я получаю от него сообщение: «Доброе утро, солнышко!». Это поднимает мое настроение лучше, чем любой кофе.

♥ Мы женаты уже несколько лет, и вот однажды я решила сделать мужу сюрприз и приготовить романтический ужин. Ничего ему не сказав, я пошла в магазин, купила шампанское, фрукты и свечи. А когда вернулась домой, обнаружила, что муж сделал то же самое: накрыл стол, зажег свечи и даже вымыл посуду.

Я так его люблю!

♥ Каждый вечер мой муж читает нашей дочери сказку на ночь. Затем она зовет меня, и мы крепко друг друга обнимаем. Все плохие мысли, которые, возможно, появились днем, после этого просто испаряются.

♥ Когда я была маленькой, я влюбилась в мальчика на 4 года старше, который даже не замечал меня. Потом мы переехали в другой город, и я забыла о нем. Однажды я пришла на прием к стоматологу, и он сказал мне, что я кого-то ему напоминаю. Оказалось, что он и был тем самым мальчиком из моего детства. Мы подружались, затем начали встречаться, а вчера он сделал мне предложение. Судьба – интересная штука.



♥ У меня был друг – самый лучший, какого только можно представить. В какой-то момент я поняла, что влюблена в него, но не могла набраться смелости, чтобы признаться. Мы виделись все реже и реже, а когда это происходило, мои чувства были очевидны, и мы оба испытывали неловкость. Нашей дружбе, казалось, пришел конец. Но в один прекрасный момент он просто спросил: «Ты выйдешь за меня?».

♥ Мой друг недавно рассказал мне о разговоре с приятелем, у которого были проблемы с его девушкой. Совет, который дал ему муж, звучал так: нужно перестать думать о разрыве, и тогда причина ссоры больше не покажется серьезной. Когда два человека хотят быть вместе, многие вещи становятся такими ничтожными, чтобы ругаться из-за них.

Я думаю, это и есть секрет семейного счастья.

♥ Когда я только встречалась со своим будущим мужем, у меня были серьезные проблемы со здоровьем, и я проходила гормональную терапию. Я сильно поправилась, но он не порвал со мной, а сделал мне предложение. После того, как я согласилась, он каждый день говорил мне, как я красива. Когда я наконец выздоровела, и мы смотрели наши свадебные фотографии, муж вдруг сказал: «Дорогая, ты была такой пухлой! Я даже не заметил этого. Хотя я помню эти красивые щечки».

♥ Когда я узнала, что не могу иметь детей, я заперлась в ванной и рыдала. Мой парень был на работе, и я просто оставила результаты анализов на комод и забыла об этом. Вспомнила, только когда услышала, как он вошел и осторожно постучал в дверь ванной: «Милая, мы пройдем через это вместе, я люблю тебя». Через некоторое время мы поженились и усыновили ребенка. А еще через год я забеременела. Это то, на что способна настоящая любовь!

♥ Когда муж забрал меня и сына из роддома, и я увидела, как он смотрит на ребенка, я заново влюбилась.

СЕВЕРО-КАВКАЗСКАЯ ГОСФИЛАРМОНИЯ
www.kursal.ru

КИСЛОВОДСК
Зал им. А. Скрябина
10 ИЮЛЯ 19.00 12+
В рамках фестиваля им. В.И. Сафонова «130-летие филармонии»
Вечер инструментальной музыки
«En français sur l'amour»
(«По-французски о любви»)
12 ИЮЛЯ 16.00 6+
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова
«Звезды Старинного Курзала»
15 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«День рождения Курзала»
ЕССЕНТУКИ
Зал им. Ф. Шалаяпина
8 ИЮЛЯ 19.00 12+
Вечер инструментальной музыки
«En français sur l'amour»
(«По-французски о любви»)
9 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Певец русской красоты»
11 ИЮЛЯ 19.00 6+
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова
М.И. Глинка. Волшебная опера
«Руслан и Людмила»
13 ИЮЛЯ 19.00 12+
«Ханума»
Музыкальный спектакль по мотивам пьесы Авксентия Цагарели
14 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Приношение Модесту Мусоргскому»
Романсы и арии из опер

ПЯТИГОРСК
Лермонтовская галерея
10 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Певец русской красоты»
ЖЕЛЕЗНОВОДСК
ГДК
9 ИЮЛЯ 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«О, как воспеть мне эту землю...»
16 ИЮЛЯ 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Палитра нежных чувств»

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КРАЕВОЙ ТЕАТР ОПЕРЕТТЫ г. Пятигорск
8 ИЮЛЯ 19.00 6+
«ПОБЕДА – ОДНА НА ВСЕХ!»
(спектакль-концерт)
9 ИЮЛЯ 19.00 12+
И. Штраус
«ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ»
(оперетта)
10 ИЮЛЯ 11.00 6+
А. Спадавеккиа
«ЗОЛУШКА»
(музыкальная сказка)
11 ИЮЛЯ 19.00 12+
Лопе де Вега, Г. Гладков
«СОБАКА НА СЕНЕ»
(музыкальная комедия)
12 ИЮЛЯ 15.00 12+
Е. Птичкин
«СВАДЬБА С ГЕНЕРАЛОМ»
(музыкальная комедия)

ДЕЛЬФИНАРИЙ 0+
☎ 8 (87937) 5-61-61, 8-928-335-61-61
Выступают дельфины, белые полярные киты (белухи), морские ластоногие.
г. Кисловодск, ул. Промышленная, 5а.
Начало представлений:
вт., ср., чт. – в 15.00;
пт., вс. – в 11.00, 15.00;
сб. – в 11.00, 15.00, 17.00;
вых. – пн.

РЕКЛАМА

Улыбнитесь, друзья!



– Официант, я же заказывал морепродукты!
– Я и принес макароны по-флотски.

Фраза «Оптимальное соотношение цены и качества», как правило, означает, что вещь плохая, зато дешевая.

– Мой бумажник похож на луковицу, открывая его, я тут же начинаю плакать.

– Я прошу посидеть минутку молча, – обращается муж к жене в автомобиле. – Никак не могу понять, завелся двигатель или нет.

Люди делятся на два типа: одни поднимают настроение, другие – давление.

– Откуда у вас столько врагов?
– Я общительный.

Женщина покупает канализационную трубу. Продавец снимает ее со стенда.
– С витрины брать не буду.
– Почему?
– Тут все ходили, руками ее трогали...

Только подкаблучник будет спрашивать у жены, можно ли посидеть с друзьями. Настоящий мужчина и так знает, что нельзя!

Родители в детстве запрещали мне читать лежа. Своим детям разрешаю читать даже стоя на голове, но они все равно не читают.

– Холмс, как вы определили, что этот джентльмен женат?

– Элементарно, Ватсон: когда ему позвонила женщина, он полчаса слушал ее молча.

ПОГОДА

	СТАВРОПОЛЬ	ПЯТИГОРСК	МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ
ВТОРНИК, 8 ИЮЛЯ			
т	день: +32	день: +32	день: +33
ночь: +22	ночь: +22	ночь: +18	ночь: +17
атм. давл.	714	716	731
СРЕДА, 9 ИЮЛЯ			
т	день: +32	день: +32	день: +33
ночь: +21	ночь: +21	ночь: +17	ночь: +17
атм. давл.	712	715	730
ЧЕТВЕРГ, 10 ИЮЛЯ			
т	день: +34	день: +33	день: +35
ночь: +21	ночь: +21	ночь: +18	ночь: +18
атм. давл.	711	714	729
ПЯТНИЦА, 11 ИЮЛЯ			
т	день: +34	день: +34	день: +35
ночь: +22	ночь: +22	ночь: +21	ночь: +22
атм. давл.	713	715	730
СУББОТА, 12 ИЮЛЯ			
т	день: +35	день: +35	день: +37
ночь: +23	ночь: +23	ночь: +22	ночь: +23
атм. давл.	715	716	731
ВОСКРЕСЕНЬЕ, 13 ИЮЛЯ			
т	день: +34	день: +34	день: +35
ночь: +22	ночь: +22	ночь: +23	ночь: +23
атм. давл.	715	715	732
ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 ИЮЛЯ			
т	день: +33	день: +32	день: +34
ночь: +22	ночь: +22	ночь: +21	ночь: +21
атм. давл.	714	716	731
ВТОРНИК, 15 ИЮЛЯ			
т	день: +31	день: +31	день: +33
ночь: +21	ночь: +21	ночь: +19	ночь: +19
атм. давл.	712	714	728

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

с 14 по 20 июля

ОВЕН (21.03–19.04)

Любовь. Неделя, которую хорошо бы провести с семьей. Сейчас нужно больше общаться и искать точки соприкосновения, особенно с теми, с кем были сложности. Разговоры по душам откроют много интересного.

Работа. Важные дела лучше завершить в первой половине недели, во второй возможны трудности.

Здоровье. Старайтесь больше бывать на свежем воздухе.

☹ 16, 19 июля ☹ 14 июля

ТЕЛЕЦ (20.04–20.05)

Любовь. Предстоит много общаться, скорее всего, вы сами будете инициатором встреч. Купируйте приступы ревности, иначе спровоцируете конфликт с партнером. Друг может поделиться сокровенным, и эта информация произведет на вас впечатление.

Работа. Появится возможность подзаработать.

Здоровье. Хорошее время избавляться от вредных привычек.

☹ 15, 17 июля ☹ 20 июля

БЛИЗНЕЦЫ (21.05–21.06)

Любовь. Вы будете очень чувствительны к любым внешним раздражителям. Если давно хотели встретить вторую половинку, не игнорируйте знаки внимания в свой адрес. Отличное время для того, чтобы заняться собой, это даст заряд бодрости и хорошего настроения.

Работа. По возможности больше общайтесь с землей, это привлечет энергию денег.

Здоровье. Баня, бассейн пойдут на пользу.

☹ 14, 15 июля ☹ 19 июля

РАК (22.06–22.07)

Любовь. Будет соблазн действовать импульсивно и под влиянием эмоций, но такие поступки приведут к обратному эффекту. В личных отношениях старайтесь договариваться и находить компромисс в спорных вопросах.

Работа. Вы будете сконцентрированы на себе, и это может вызвать недовольство коллег.

Здоровье. Старайтесь не перегружать печень.

☹ 16, 18 июля ☹ 14 июля

ЛЕВ (23.07–22.08)

Любовь. Неделя запомнится приятными моментами. Будут флирт, общение, встречи. Если вы свободны, можете через друзей познакомиться с интересным человеком. С родственниками вероятны разногласия из-за бытовых вопросов.

Работа. Если есть возможность отдохнуть, то воспользуйтесь ею.

Здоровье. Может скакать давление.

☹ 15, 18 июля ☹ 16 июля

ДЕВА (23.08–22.09)

Любовь. Скучать в одиночестве вам точно не придется, вы будете нарасхват. Через старые связи можете приобрести новых знакомых. Это хорошее время, чтобы донести нужную информацию до любимого человека.

Работа. Ограничьте пустое общение.

Здоровье. Информационный перегруз может привести к бессоннице.

☹ 17, 18 июля ☹ 15 июля

ВЕСЫ (23.09–22.10)

Любовь. Неделя будет насыщена эмоциями. Проявите осторожность в общении, избегайте сплетен. Ваш партнер проявит искреннее внимание к вашим потребностям. Это прекрасное время, чтобы устроить романтическое свидание.

Работа. Начальство вас отметит и, может быть, даже поощрит.

Здоровье. Следите за питанием, не пере едайте.

☹ 16, 20 июля ☹ 14 июля

СКОРПИОН (23.10–21.11)

Любовь. Вы будете тонко чувствовать людей, но при этом воспринимать информацию очень субъективно. Избегайте конфликтов. Перенесите серьезные разговоры на другое время. В личной жизни вероятны перемены.

Работа. Некоторые могут позвать на старое место работы. Хорошо сейчас возвращать долги.

Здоровье. Берегите горло.

☹ 16, 19 июля ☹ 17 июля

СТРЕЛЕЦ (22.11–21.12)

Любовь. К вам могут обратиться за помощью. Но желание поучать других и нетерпимость к чужому мнению подпортят отношения. Зная это, снизьте немного градус – и почувствуете удовлетворение от собственной нужности.

Работа. Придерживайтесь составленного плана.

Здоровье. Разгрузочные дни дадут хороший результат.

☹ 17, 19 июля ☹ 15 июля

КОЗЕРОГ (22.12–19.01)

Любовь. Вами будут интересоваться, желая пообщаться и провести время. Если поступит предложение сходить в гости, не стоит отказываться или переносить на другой раз. Но не идите с пустыми руками, обязательно купите подарок – это привлечет энергию благополучия.

Работа. Получится выдохнуть и почувствовать себя свободнее от обязанностей и рутинных дел.

Здоровье. Самочувствие зависит от настроения.

☹ 14, 19 июля ☹ 15 июля

ВОДОЛЕЙ (20.01–18.02)

Любовь. У свободных представителей знака может случиться перспективное знакомство. Если вы находитесь в отношениях, то новое совместное увлечение вас сблизит. Если у вас запланирован отдых, подготовьтесь заранее.

Работа. Обращайте внимание на приходящие идеи, это может быть полезным.

Здоровье. Отличное время для лечения кожных заболеваний.

☹ 16, 17 июля ☹ 19 июля

РЫБЫ (19.02–20.03)

Любовь. Многие будут зависеть от вашего настроения, а значит, вы сами можете влиять на происходящие вокруг вас события. Не требуйте от близких людей слишком много, проявите такт и терпение. Вероятны радостные известия, касающиеся ваших детей или внуков.

Работа. Не упустите шанс взять на себя полномочия лидера.

Здоровье. Укрепляйте иммунитет.

☹ 15, 20 июля ☹ 19 июля

	Очень короткий стих	Мастер из Иваново		"Лишние" звуки		То же осуждение		Французский коп	
	Бедствие переносно	Порабощение		Разговоры с родни слухам		Специальность ученого	Крупнее гармонии		
	Поклонник тяжелой музыки	Прислуживала леди Винтер		Актриса ... Зеленая		Лошадиное недо-вольство			Фото
	Одна порция кислорода	Абориген Ижевска	"Рыжая" краска	"Маневр" короля и ладьи					
				Леопард в горах Памира	Тайный посол				
	Яд из Южной Америки	Очень известный алкалоид				Диснеевский пес		Мускатный ...	
				Подставка для ног	Синтетическая ткань				
	Вирши, буриме, рубаи	Амазонская ...	Пиломатериал			Деталь некоторых замков	100 тетри		
				Плечевой ремень					
	Почитаемая в Египте птица	Завязка на подарке	Английский задавака			Прогоняет ночную тьму	"Солнце" из муки	Трава из шлягера	Азбука у японцев
				Комфортнее табурета	Анализ полетов			Янки на службе в полиции	
	Стих из Корана			Шлягер, обогнавший всех	Нужен для швартовки			Ее часто путают с жабой	
	Радикал винного спирта	"От мертвого осла ..."			Инертный газ				
				Император Рима				"Бабушка" в Узбекистане	

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД,
ОПУБЛИКОВАННЫЙ
№27

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Риал. Гуси. Лаз. Феска. Кмет. Олово. Йовович. Филе. Мята. Подвиг. Медреде. Сито. Наст. Биде. Факт. Королева. Восторг. Народ. Ситар. Камео. Лото. Айтматов. Вояка. Тото. Лясы. Кардинал.
ПО ВЕРТИКАЛИ: Ямщик. Афоня. Форте. Дояр. Адлер. Оковы. Укор. Орда. Эрг. Пенал. Маяк. Иудей. Оса. Еврейка. Пас. Тожество. Отар. Лиф. Асс. Офис. Тимати. Галс. Виги. Азот. Тон. Акрил. Тук. Работа. Поза. Чело. Тигр. Вол.

www.scanword.info

Главный редактор

И.Н. Маковецкая

Учредитель и издатель газеты – АО «Издательство «Кавказская здравница».
Адрес: 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1, тел. 8 (87922) 6-21-34.
Адрес редакции: 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1, офисы: 710, 706. Телефоны: главный редактор – 8 (87922) 6-24-46 (доб. 1), отдел рекламы – 8 (87922) 6-25-76; e-mail: nedelya@kvm.ru.
Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Кавказскому федеральному округу.
Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 26-00631 от 16.12.2016.

Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность сведений в материалах и рекламных объявлениях несут авторы и рекламодатели. Их точка зрения может не совпадать с позицией редакции.
Перепечатка материалов, опубликованных в «Кавказской неделе», – только с письменного разрешения редакции.

Дата выхода 8 июля 2025 г.
Печать офсет. Объем 12 полос А3.
Заказ 25128. Тираж 4665.
Отпечатано в АО «Издательство «Кавказская здравница», 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1
Подписной индекс ПР540. Цена свободная.