Издается с 6 января 1983 года

№11
(16418)
10 МАРТА 2026 г.

АО «Издательство «Кавказская здравница»

Кавказская Неделя

Еженедельник

16+

Программы 21 канала телевидения

Читайте в номере:

➲ Не упустите шанс сэкономить..... стр. 1
➲ Мартовские изменения в законодательстве..... стр. 2
➲ Измена – это не просто так..... стр. 5, 6
➲ «Весёлый денёк» для малышей.... стр. 7
➲ Радости жизни..... стр. 11

➪ Телепрограмма с 16 по 22 марта ➪ Астрологический прогноз ➪ Погода ➪ Сканворд ➪ Кроссворд ➪

С 1 февраля до 31 марта – ДОСРОЧНАЯ ПОДПИСКА

на «Кавказскую неделю» на 2-е полугодие 2026 года

ВЫГОДНО!

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:
1 месяц – **191 руб. 47 коп.**
6 месяцев – **1148 руб. 82 коп.**
До востребования – 1077 руб. 00 коп.

а также инвалидам 1 и 2 групп:
1 месяц – **168 руб. 08 коп.**
6 месяцев – **1008 руб. 48 коп.**
До востребования – 951 руб. 06 коп.

СКИДКИ! Участникам и ветеранам ВОВ,

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

Присоединиться к нам никогда не поздно!

Если вы не оформили подписку на газету **на 1-е полугодие 2026 года**, это можно сделать **до 23 марта** в любом почтовом отделении края, у почтальонов или **на онлайн-сервисе www.podpiska.pochta.ru**, и **с апреля** «Почта России» будет доставлять газету вам домой.

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:
1 месяц – **186 руб. 97 коп.**
3 месяца (апрель – июнь) – **560 руб. 91 коп.**

ИНДЕКС ПР540

ПОДПИСКА В РЕДАКЦИИ

ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ в редакции по адресу:

✦ **г. Минеральные Воды,** ул. 50 лет Октября, 67/1, оф. 710, 706, АО «Издательство «Кавказская здравница», **и получайте газету на проходной в издательстве в удобное для вас время;**

цена **на 4 месяца** (март – июнь) – **216 руб. 00 коп.**

Справки по телефонам:
8 (87922) 6-25-76,
6-24-46 (доб. 1)

Дело верное – ПОДПИСКА!

Уважаемые подписчики «Кавказской недели»! Доводим до вашего сведения, что по вопросам доставки газеты следует обращаться в почтамт вашего населенного пункта или в Управление Федеральной почтовой связи по Ставропольскому краю.

ВНИМАНИЕ: ГАЗОПРОВОД

По землям Георгиевского городского округа, Минераловодского городского округа, Кировского городского округа, Советского городского округа, Предгорного муниципального округа, Железноводского городского округа, гг. Пятигорск, Ессентуки Ставропольского края проложены магистральные газопроводы, газопроводы-отводы с параллельными кабельными линиями связи и газораспределительными станциями, обслуживаемые Георгиевским ЛПУМГ – филиалом ООО «Газпром трансгаз Ставрополь». Ось газопроводов на всем протяжении обозначена знаками закрепления трассы газопровода на местности, контрольно-измерительными пунктами, а пересечения газопроводов с автомобильными дорогами и водными преградами – километровыми знаками и знаками «**Осторожно – газопровод**». Сведения о границах охранных зон опасных производственных объектов внесены в Единый государственный реестр недвижимости в виде «зон с особыми условиями использования территорий», нанесенных на публичную кадастровую карту.

Для обеспечения безопасной эксплуатации и транспортировки газа предусмотрены зоны минимальных расстояний, согласно СНиП 2.05.06-85 – до 300 метров, в зависимости от диаметра трубы, и охранные зоны шириной 25 метров в каждую сторону от оси газопровода, согласно правилам охраны магистральных трубопроводов. Вдоль подводной части газопровода охранная зона устанавливается в виде участка водного пространства от водной поверхности до дна, заключенного между параллельными плоскостями, отстоящими от оси газопровода на 100 метров с каждой стороны.

В охранной зоне магистральных газопроводов категорически запрещается производить всякого рода действия, могущие нарушить нормальную эксплуатацию трубопроводов, либо привести к их повреждению, в частности:

- перемещать, засыпать и ломать опознавательные знаки, проводить земляные работы;
- открывать люки и двери ограждений узлов линейной арматуры, станций катодной и дренажной защиты, линейных и смотровых колодцев и других линейных устройств;
- разрушать берегоукрепительные сооружения, земляные и иные сооружения, предохраняющие газопровод от разрушения; устраивать всякого рода свалки, выливать растворы кислот, солей и щелочей; производить дноуглубительные и земляные работы;
- разводить огонь и размещать какие-либо открытые или закрытые источники огня.

В зоне минимальных расстояний категорически ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- возводить какие-либо постройки, размещать стоянки, гаражи, коллективные сады с садовыми домиками, дачные поселки, жилые здания, отдельные промышленные сельскохозяйственные предприятия, тепличные комбинаты и хозяйства, птицефабрики, молокозаводы, карьеры, разработки полезных ископаемых;
- сооружать проезды и переезды через трассу газопроводов и газопроводов-отводов, устраивать стоянки автотранспорта, тракторов и механизмов, размещать сады и огороды;
- заниматься производством мелиоративных земляных работ, сооружением оросительных и осушительных систем;
- заниматься строительно-монтажными и взрывными работами, планировкой грунта;
- производить геологосъемные, поисковые и другие работы, связанные с устройством скважин, шурфов;
- заниматься содержанием скота.

Перед проведением работ в охранной зоне и зоне минимальных расстояний газопроводов и газопроводов-отводов необходимо получить согласование и письменное разрешение на их производство в Георгиевском ЛПУМГ – филиале ООО «Газпром трансгаз Ставрополь». Несоблюдение вышеуказанных требований может создать угрозу причинения вреда жизни и здоровью людей, а также имуществу физических и юридических лиц.

Лица, виновные в механическом повреждении магистральных газопроводов, кабелей связи, средств катодной защиты, привлекаются к административной и уголовной ответственности в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Статья 167 УК РФ. Умышленное уничтожение или повреждение имущества.

1. Умышленное уничтожение, повреждение или уничтожение чужого имущества, если эти деяния повлекли причинение значительного ущерба, наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы и иного дохода осужденного за период от трех месяцев, либо обязательными работами на срок до трехсот шестидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо принудительными работами на срок до двух лет, либо арестом на срок до трех месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

2. Те же деяния, совершенные из хулиганских побуждений путем поджога, взрыва или иным общеопасным способом, либо повлекшие по неосторожности смерть человека или иные тяжкие последствия, наказываются принудительными работами на срок до пяти лет, либо лишением свободы на тот же срок.

Статья 168 УК РФ. Уничтожение или повреждение имущества по неосторожности.

Уничтожение или повреждение чужого имущества в крупном размере, совершенные путем неосторожного обращения с огнем или иными источниками повышенной опасности, наказываются штрафом в размере до ста двадцати тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до одного года, либо обязательными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до одного года, либо принудительными работами на срок до одного года, либо лишением свободы на тот же срок.

Федеральный закон «О газоснабжении в Российской Федерации».

Часть 3 статьи 32. Органы исполнительной власти и должностные лица, граждане, виновные в нарушении правил охраны магистральных трубопроводов, газораспределительных сетей и других объектов систем газоснабжения, строительстве зданий, строений и сооружений без соблюдения безопасных расстояний до объектов систем газоснабжения или в их умышленном блокировании либо повреждении, иных нарушающих бесперебойную и безопасную работу объектов систем газоснабжения незаконных действиях, несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Часть 4 статьи 32. Здания, строения и сооружения, построенные ближе установленных строительными нормами и правилами минимальных расстояний до объектов систем газоснабжения, подлежат сносу за счет средств юридических и физических лиц, допустивших нарушения.

АДРЕС И ТЕЛЕФОНЫ:
Георгиевское ЛПУМГ, 357820, Ставропольский край, г. Георгиевск, А/Я 13,
тел.: 8 (87951) 6-41-14 – диспетчер, 46-3-22 – приемная,
46-4-16 – факс, 46-2-24 – линейно-эксплуатационная служба

РЕКЛАМА

26011
4 607023 490113

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

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

ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

НОВОВВЕДЕНИЯ – МАРТ 2026

Продолжение. Начало в №10

ВСТУПИЛ В СИЛУ ЗАКОН О ЛОКАЛИЗАЦИИ ТАКСИ

С 1 марта в реестр такси могут попасть только те автомобили, производство которых имеет достаточный уровень локализации на территории РФ.

Он измеряется в баллах, и его порог будет постепенно повышаться. Также в реестр включат машины, произведенные в рамках специальных инвестиционных контрактов (СПИК). По ним производители обязуются увеличивать количество российских комплектующих и компонентов. И даже если на момент начала действия закона автомобиль не будет добирать нужного количества баллов (3200 по текущим правилам), то его все равно можно будет добавить в реестр – можно сказать, авансом. Однако с 2033 года балльный порог станет единственным условием попадания в перечень.

В предварительном списке допущенных машин, который опубликован Минпромторгом, сейчас чуть более двух десятков моделей различных марок (Lada, УАЗ, Sollers, Evolute, Voyah и «Москвич»). Расширенный список появится в ближайшее время, но уже сейчас можно предположить, что в него наверняка добавят производимые на том же «Москвиче» электрокары Umo, которые в основном и разрабатываются для работы в такси. Но и этот документ не будет носить окончательный характер, так как его будут расширять по мере увеличения локализации разными заводами.

Чтобы успеть адаптироваться к новой системе, для участников рынка предусмотрен ряд послаблений и исключений. Так, водителям-частникам, которые предоставляют услуги извоза на собственных машинах в качестве самозанятых, дадут возможность попасть в список в рамках региональной квоты, даже если у их транспортного средства совсем нет российских корней. Но есть условие – машина должна быть в собственности более полугода и не использоваться третьими лицами. Квота составляет 25% от общего числа зарегистрированных машин такси в субъекте РФ. Норма будет действовать до 1 января 2033 года.

Для некоторых регионов предусмотрена отсрочка по вступлению в силу новых правил. До 1 марта 2028 года она распространяется на Калининградскую область и субъекты, входящие в состав Сибирского федерального округа. До 1 марта 2030 года действие закона не распространяется на субъекты Дальневосточного федерального округа, а также Донецкую и Луганскую Народные Республики, Херсонскую и Запорожскую области.

Начало действия закона о локализации не предполагает исключение из реестра такси автомобилей, которые не соответствуют новым требованиям. Все машины, которые были включены в перечень до 1 марта, смогут продолжать работу. Но, само собой, стоит учитывать, что срок их службы при жесткой эксплуатации в условиях постоянных разъездов гораздо короче, и обновлять их нужно чаще.

РАСШИРЯЕТСЯ УЧЕТ ПАЦИЕНТОВ С СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

В России будут сформированы федеральные регистры пациентов с социально значимыми заболеваниями.

Это поможет вести точный учет числа пациентов, рассчитывать потребности в лекарствах и медицинской помощи, сравнивать ситуацию в разных регионах и в целом по стране. И в конечном итоге – повысить качество лечения.

С 1 марта Минздрав России приступил к практической реализации Постановления Правительства РФ от 31.05.2025 № 822, утверждающего правила ведения обновленного федерального регистра лиц с отдельными заболеваниями. Новая цифровая платформа, создаваемая в рамках Единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения (ЕГИСЗ), нужна для того, чтобы консолидировать данные о пациентах с наиболее распространенными и социально значимыми патологиями.

В регистр войдет 14 укрупненных категорий, детализирующих состояние пациентов. Помимо уже имеющейся базы данных по онкологическим заболеваниям и сахарному диабету, в регистр включены:

- Сердечно-сосудистая патология: стенокардия, острый коронарный синдром и инфаркты, нарушения ритма, кардиомиопатия, сердечная недостаточность, а также пациенты с сосудистыми имплантами.
- Неврология и психиатрия: острые нарушения мозгового кровообращения (инсульты), психические расстройства и расстройства поведения.
- Иные социально значимые заболевания: хроническая обструктивная болезнь легких, болезни печени (включая алкогольную этиологию).
- Особые категории: беременные женщины, получающие помощь по профилю «акушерство и гинекология».

Важный момент для пациентов – регистр поможет обеспечить преемственность лечения (например, обеспечить долечивание по месту жительства после курса терапии в федеральной клинике). Для системы здравоохранения в целом это инструмент точного планирования потребности в лекарствах и финансирования медицинской помощи по наиболее затратным нозологиям.

РЕКЛАМУ ЭНЕРГЕТИКОВ ОГРАНИЧИЛИ

С 1 марта ужесточились требования к рекламе энергетических напитков. Она должна сопровождаться предупреждением о вреде чрезмерного потребления.

При этом продолжительность такого предупреждения должна составлять не менее 3 секунд для рекламы на радио, не менее 5 секунд – в рекламе на телевидении, в кино- и видеообслуживании. Размер такого предупреждения не может быть менее 7% от площади кадра/рекламной площади. Также в рекламе не должно быть обращений к несовершеннолетним и информации о содержании биологически активных добавок и витаминов.

Напомним, с 1 марта 2025 года вступил в силу запрет на продажу энергетиков несовершеннолетним.

СТАНЕТ БОЛЬШЕ ЧАСОВ ВОЖДЕНИЯ В АВТОШКОЛАХ

С 1 марта заработали новые правила обучения водителей в автошколах. Вступил в силу новый приказ минпросвещения. Теорию можно будет изучать на удаленке (хотя и не всю), а количество часов вождения увеличится.

У кандидатов в водители, которых готовят на категорию «В» (легковушки), количество часов вождения выросло с 38 до 42. Что же касается теории, то дистанционное обучение отменяет только обязательную явку в класс, но не неявку на урок, который проходит дистанционно. Программами предусмотрено применение новых образовательных технологий, включая дистанционные, с четкими требованиями к их реализации. Но это не значит, что Правила дорожного движения кандидаты будут изучать самостоятельно по лекциям на электронных носителях.

Любой ученик может задать вопрос и получить на него ответ. Время присутствия в классе фиксируется. Региональные органы Рособрнадзора могут проверить проведение урока. Та практика, которая до сих пор использовалась некоторыми автошколами, должна сойти на нет. Например, ситуация, когда кандидат в водители заключил договор с автошколой, заплатил за обучение, получил диски с лекциями и заданиями, а потом, все это изучив, сдал какой-то экзамен в автошколе, уже не сможет произойти.

Кроме того, появится возможность обучаться не только в автошколах, но и в таксопарках, а также на автокомбинатах. Это для тех, кто хочет получить профессию водителя.

ПЛАТИТЬ ЗА КВАРТИРУ МОЖНО БУДЕТ ПОЗЖЕ

Квитанции по квартплате с марта должны выставляться до 5-го числа (ранее – до 1 числа) месяца следующего за оплачиваемым, а оплатить их нужно будет до 15 числа (ранее – до 10 числа).

Кроме того, сроки выставления и оплаты квитанций становятся едиными для всех. До сих пор допускалось, что договором управления многоквартирным домом, решением общего собрания ТСЖ или членов жилкооператива могли быть определены другие сроки, не такие, которые указаны в Жилищном кодексе.

Продолжение следует

Использованы материалы www.rg.ru

РЕМОНТ мягкой мебели, замена ткани, пружин, поролона. Выезд по КМВ. **Тел. 8-905-449-59-98.** РЕКЛАМА

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;
- **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

КАЛЕНДАРЬ

10 МАРТА – День работников архива в России
- День диетолога

11 МАРТА – День работника органов наркоконтроля
- День сотрудников частных охранных агентств в России

12 МАРТА – День работников уголовно-исполнительной системы Минюста Российской Федерации

14 МАРТА – Международный день рек

15 МАРТА – Всемирный день защиты прав потребителей
- День работников ЖКХ
- *День добрых дел*

16 МАРТА – День работников экономической безопасности в МВД (ОБЭП)

17 МАРТА – Всемирный день социальной работы
- День подводной лодки

СОЦЗАЩИТА

ПРИОБРЕТЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

С начала года Отделение СФР по Ставропольскому краю оформило более 4 тысяч электронных сертификатов на приобретение технических средств реабилитации гражданам с инвалидностью, об этом сообщила пресс-служба Отделения СФР по СК.

В 2026 году Отделение СФР по Ставропольскому краю оформило уже более 4 тысяч электронных сертификатов на технические средства реабилитации для граждан с инвалидностью. С их помощью жители региона получают возможность приобрести трости, костыли, кресла-коляски, протезы, ортопедическую обувь, слуховые аппараты, абсорбирующее белье и другие необходимые изделия.

Электронный сертификат – это удобный цифровой инструмент, который позволяет самостоятельно выбрать и купить нужное средство реабилитации. Сертификат привязывается к карте МИР любого банка. Можно подать заявления на несколько видов технических средств – на каждый будет выдан отдельный сертификат. Деньги не поступают на счет напрямую, а перечисляются продавцу при покупке. Оформить сертификат можно на портале «Госуслуги» или в клиентской службе Отделения СФР по Ставропольскому краю за 10 рабочих дней. Срок действия сертификата – 1 год.

Для оформления электронного сертификата требуется:

– подтвержденная инвалидность;

– рекомендация в обеспечении необходимым техническим средством реабилитации в индивидуальной программе реабилитации или абилитации (ИПРА).

Если стоимость изделия превышает номинал сертификата, разницу можно доплатить самостоятельно.

Еще один способ получения технических средств реабилитации – в натуральной форме. Срок предоставления государственной услуги зависит от наличия государственного контракта: 15 дней для стандартных случаев и 7 дней – для паллиативных больных.

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

ВАША ЗАЩИТА

КАКИЕ СМС НЕЛЬЗЯ ХРАНИТЬ В ТЕЛЕФОНЕ

Телефон в руках мошенника – это как открытый кошелек на лавке в людном парке. Все видно, все на ладони, и только вопрос времени, когда этим воспользуются.

Публикуем **3 типа сообщений,** которые, по мнению специалистов, никогда не стоит хранить в телефоне, если не хотите подарить злоумышленникам свои деньги, личные данные и спокойствие.

1. Пароли и коды от банков

«Ну подумаешь, это же одноразовый код! Его уже давно нельзя использовать!» – думает наивный пользователь. А мошенник: «Спасибо, бро».

Проблема в том, что даже пара цифр может дать злоумышленникам зацепку. Особенно, если у них уже есть часть информации о вас: ФИО, номер телефона, логин от банка. Восстановление доступа – это как квест, где каждая мелочь имеет значение.

Поэтому – увидели СМС с кодом подтверждения, ввели, удалили. Безжалостно. И желательно – очистили корзину. Потому что в Android и iOS удаленные СМС могут висеть в памяти устройства еще неделями, если не месяцами.

2. Фотографии документов

Сюда входят: **паспорт, водительское удостоверение, СНИЛС, ИНН, карта с реквизитами** – все, что может помочь выдать мошенникам себя за вас.

Что делают мошенники с такими фото? Оформляют микрозаймы, покупают симкарты, регистрируют фейковые аккаунты, иногда даже продают их в даркнете.

Причем один хороший кадр с читаемыми данными – это уже билет в мир головной боли. Поэтому никаких «ну я же сфоткал и отправил другу, потом удалю». Не потом – сейчас.

Если нужно сохранить – загрузите в защищенное облако с двухфакторной авторизацией или используйте надежные хранилища типа **1Password, NordLocker, Google Files с шифрованием.**

3. Переписка с личной и конфиденциальной информацией

PIN-коды, номера карт, CVC, домашние адреса, номера близких, ответы на секретные вопросы вроде «Девичья фамилия вашей матери?» – это все может стать оружием против вас.

Мошенники, получив доступ к телефону, нередко лезут именно в СМС и мессенджеры. И если находят сокровищницу в виде переписки с мамой, где вы ей писали «пароль от Wi-Fi тот же, что и от карты», – все, ждите неприятностей.

Даже если вы храните такую инфу в чате с собой – тоже не вариант. Упавший в руки телефон со снятой блокировкой = минус безопасность.

Не забудьте про корзину сообщений и бэкапы!

Удаленное – не значит исчезнувшее. СМС и файлы могут оставаться в памяти и автоматически сохраняться в резервных копиях. Периодически проверяйте настройки, отключите автосохранение подозрительных данных и чистите вручную, если сомневаетесь.

Вывод:

Все, что может обернуться проблемами – не хранится в телефоне. Особенно в виде обычных СМС. Это не архив, не сейф и не капсула времени. Это устройство, которое может потеряться, быть украденным или банально взломанным.

Так что совет простой: будьте параноиками – и будет вам спокойствие.

Использованы материалы Интернета

ПОНЕДЕЛЬНИК – 16 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30, 4.10 Одна за всех 16+
6.45, 5.35 По делам несовершеннолетних 16+
7.45, 4.45 Давай разведемся! 16+
8.45, 2.30 Тест на отцовство 16+
11.00, 23.10 Д/с «Понять. Простить» 16+
12.10, 0.15 Д/с «Порча» 16+
13.15, 1.10 Д/с «Знахарка» 16+
13.50, 1.35 Д/с «Верну любимого» 16+
14.25, 2.05 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
15.00 Х/ф **«ДЕСЯТЬ СТРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ»** 16+
19.00 Х/ф **«СЕРДЦЕ ВЕРЫ»** 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.10 «Смех, дрожь и видео» 16+
8.45, 2.50 Х/ф **«ТЕМНАЯ СТОРОНА СВЕТА»** 12+
10.45, 0.35 «Петровка, 38» 16+
10.55 «Городское собрание» 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Т/с **«АНАТОМИЯ УБИЙСТВА»** 12+
13.45, 5.00 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Х/ф **«ОРЛИНСКАЯ. МОЛНИЯ ЗЕВСА»** 16+
16.55 Прощание 16+
18.10 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА»** 12+
22.35 «10 самых...» 16+
23.05 «Знак качества» 16+
0.00 События. 25-й час
0.50, 1.30, 4.20 Документальные фильмы 16+
2.10, 5.30 Документальные сериалы 16+

СТС

6.05 «100 мест, где поесть» 16+
7.55 Тайный миллионер 16+
10.00 Х/ф **«ЛЮБОВЬ СО ВТОРОГО ВЗГЛЯДА»** 12+
12.00 Т/с **«МАМА БУДЕТ ПРОТИВ»** 16+
19.00, 19.40, 20.30 Т/с **«ЦЕЗАРЬ»** 16+
21.25 Х/ф **«ДЖОН УИК-2»** 16+
0.00 Х/ф **«ДЖОН УИК-3»** 18+
2.15 Х/ф **«ЧАРЛИ-ПУЛЯ»** 18+
3.35 Х/ф **«КЛИНЕР»** 16+
5.00 М/ф «Моя фея-проказница» 0+

☺☺☺

По аэропорту женщина тащит пьяного мужика.
– Дима, я желаю, чтобы ты издох со своей водкой! У меня таки закипают мозги от мысли, как тебя дотащить до дома...
– Леночка, а где мы находимся?
– В аэропорту!
– А что мы делаем в аэропорту?
– Что-что, мы ж с курорта возвращаемся!
– Да ты что... Ну и как там?

☺☺☺

Наблюдение: вещи, которые долго лежат в шкафу, уменьшаются в размерах.

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 5.40, 6.20, 6.40 Т/с **«САШАТАНЯ»** 16+
9.00 «Выжить в Стамбуле» 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 Т/с **«ТЕЛОХРАНИТЕЛИ»** 16+
20.00, 20.30, 21.00 Т/с **«ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ»** 16+
21.30, 22.00, 22.30, 23.00 Т/с **«ГОСЗАЩИТА»** 16+
23.30 Х/ф **«БЕС ПОПУТАЛ»** 18+
1.10 Х/ф **«СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР»** 18+
2.40, 3.25, 4.15 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

ТВ3

6.00 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00 Т/с **«ЛИСА»** 16+
20.00, 21.00, 22.00 Т/с **«ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
23.00 Х/ф **«ГИПНОТИК»** 18+
1.00 Кадони шоу 16+
1.45 Экстра такси 16+
2.15, 3.00, 3.45, 4.30, 5.15 Дневник экстрасенса 16+

☺☺☺

Жена разделась и говорит:
– Надо взвеситься.
Муж (внимательно смотрит на нее):
– Часы тоже сними.
Жена:
– Зачем часы снимать?
Муж:
– Время нынче тяжелое.

МАТЧ!

6.00, 14.25 «Династия. Коростелевы-Мориловы» 12+
6.30 «Дело №» 16+
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости 0+
7.05, 11.30, 22.00, 1.00 Все на Матч!
9.10 Лица страны 12+
9.30 «Вопреки всему» 12+
10.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура 6+
12.35 Спецрепортаж 12+
13.00 Есть тема!
14.55 Магия большого спорта 12+
15.30 Громко
16.50 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Автомобилист» (Екатеринбург). Фонбет Чемпионат КХЛ
19.15 Хоккей. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ
22.50 Футбол. «Райо Вальекано» - «Леванте». Чемпионат Испании
2.00 Фехтование. Международный турнир «Московская сабля» 6+
4.00 Новости 0+
4.05 Баскетбол. УНИКС (Казань) - ЦСКА. Единая лига ВТБ 6+

★ ЗВЕЗДА

5.20 Т/с **«ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО»** 16+
7.00 Сегодня утром 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+
11.00 Д/с «Щит и меч: легенды госбезопасности» 16+
11.55, 13.25, 0.05 Х/ф **«ЕКАТЕРИНА ВОРОНИНА»** 12+
14.20, 15.05, 17.15, 4.00 Т/с **«ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕНИЯ»** 16+
15.00 Военные новости 16+
18.50 Спецрепортаж 16+
19.55 «По горячим следам» 16+
20.10 Скрытые угрозы 16+
22.45 Между тем 12+
23.15, 3.20 Документальные сериалы 16+
1.40 Х/ф **«ЗАСТАВА В ГОРАХ»** 12+

ВТОРНИК – 17 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30, 5.35 По делам несовершеннолетних 16+
7.25, 4.45 Давай разведемся! 16+
8.25, 2.40 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.20 Д/с «Понять. Простить» 16+
11.45, 0.30 Д/с «Порча» 16+
12.55, 1.20 Д/с «Знахарка» 16+
13.30, 1.50 Д/с «Верну любимого» 16+
14.05, 2.15 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.40 Х/ф **«НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ»** 16+
19.00 Х/ф **«СЕРДЦЕ ВЕРЫ»** 16+
4.20 Одна за всех 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.10 «Доктор И...» 16+
8.40, 2.55 Х/ф **«ТЕМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-2»** 12+
10.35 Д/ф «Актерские драмы. Общага» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Т/с **«АНАТОМИЯ УБИЙСТВА»** 12+
13.45, 5.00 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Х/ф **«ОРЛИНСКАЯ. МОЛНИЯ ЗЕВСА»** 16+
16.55, 1.30 Прощание 16+
18.10 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. ТАЙНЫ ЭЛЬФА»** 16+
20.00 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. СПЯЩИЕ КРАСАВИЦЫ»** 16+
22.35 «Закон и порядок» 16+
23.05, 0.50, 4.20 Документальные фильмы 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 «Петровка, 38» 16+
2.15 Мифы о еде 16+
5.35 «Москва резиновая» 16+

СТС

6.00 «Настроение»
8.15 «Доктор И...» 16+
8.40, 2.50 Х/ф **«ТЕМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-3»** 12+
10.35 Д/ф «Актерские драмы. Бьет - значит любит?» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Х/ф **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН»** 16+
13.45, 5.00 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Х/ф **«ОРЛИНСКАЯ. НИТИ МОЙРЫ»** 16+
16.55 Прощание 16+
18.10 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. ТОТ, КТО ПОМНИТ»** 16+
20.00 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. БЕЗМОЛВНАЯ ПАЦИЕНТКА»** 16+
22.35 «Хватит слухов!» 16+
23.05, 0.50, 1.30, 2.10, 4.20 Документальные фильмы 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 «Петровка, 38» 16+
5.30 Д/с «Большое кино» 16+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 5.50, 6.20, 6.40 Т/с **«САШАТАНЯ»** 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с **«ТЕЛОХРАНИТЕЛИ»** 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с **«ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ»** 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с **«ГОСЗАЩИТА»** 16+
23.00 Х/ф **«БЫТЬ»** 12+
1.10 Х/ф **«ЛУНА»** 16+
3.20, 4.05, 4.45 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

ТВ3

6.00, 5.45 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00 Т/с **«ЛИСА»** 16+
20.00, 21.00, 22.00 Т/с **«ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
23.00 Х/ф **«НОЧНЫЕ КОШМАРЫ»** 18+
1.15, 2.00, 2.45, 3.30, 4.15, 5.00 Дневник экстрасенса 16+

☺☺☺

– Сегодня у нас романтический вечер. Будет вкусный ужин: баранина с рисом под соусом, салатик – и все это со свечами.
– А можно я свечи не буду?

☺☺☺

Жена – мужу:
– Знаешь, зря мы ругали дочь за пирсинг. Теперь, когда у нее кольцо в носу, поднимать ее в школу стало намного легче.

МАТЧ!

6.00, 14.25 «Династия. Тетюхины» 12+
6.30 Магия большого спорта 12+
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости 0+
7.05, 11.00, 15.30, 21.50 Все на Матч!
9.10 Спецрепортаж 12+
9.30, 11.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Суперспринт. Женщины
13.00 Есть тема!
14.55 Человек из футбола 12+
16.15 Боулинг. Кубок КЛБ. Протур 6+
18.00 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура 6+
19.00 Футбол. «Краснодар» - ЦСКА. Fonbet Кубок России. Путь РПЛ. 1/2 финала
23.25 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура 6+
0.30 Смешанные единоборства. М. Евлоев - Д. Лопес. UFC 16+
2.00 Баскетбол 3х3. Международный турнир 6+
4.00 Новости 0+
4.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/4 финала 6+

★ ЗВЕЗДА

5.30, 14.20, 15.05, 17.15, 4.05 Т/с **«ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕНИЯ»** 16+
7.00 Сегодня утром 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+
11.00 Д/с «Щит и меч: легенды госбезопасности» 16+
11.55, 13.25 Х/ф **«ЧУЖАЯ РОДНЯ»** 12+
15.00 Военные новости 16+
18.50 Спецрепортаж 16+
19.55 «По горячим следам» 16+
20.10 Д/с «Улика из прошлого» 16+
22.45 Между тем 12+
23.15, 3.40 Документальные сериалы 16+
0.05 Х/ф **«ВЫКУП»** 12+
1.35 Х/ф **«БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО»** 12+
3.00 Д/ф «Ополченцы. Мелодия памяти» 12+

СРЕДА – 18 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30, 5.35 По делам несовершеннолетних 16+
7.25, 4.45 Давай разведемся! 16+
8.25, 2.35 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.05 Д/с «Понять. Простить» 16+
11.45, 0.20 Д/с «Порча» 16+
12.50, 1.15 Д/с «Знахарка» 16+
13.25, 1.40 Д/с «Верну любимого» 16+
14.00, 2.10 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.35 Х/ф **«КРАСОТА НЕБЕСНАЯ»** 16+
19.00 Х/ф **«ЕЕ ТАЙНА»** 16+
4.15 Одна за всех 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.15 «Доктор И...» 16+
8.40, 2.50 Х/ф **«ТЕМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-3»** 12+
10.35 Д/ф «Актерские драмы. Бьет - значит любит?» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Х/ф **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН»** 16+
13.45, 5.00 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Х/ф **«ОРЛИНСКАЯ. НИТИ МОЙРЫ»** 16+
16.55 Прощание 16+
18.10 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. ТОТ, КТО ПОМНИТ»** 16+
20.00 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. БЕЗМОЛВНАЯ ПАЦИЕНТКА»** 16+
22.35 «Хватит слухов!» 16+
23.05, 0.50, 1.30, 2.10, 4.20 Документальные фильмы 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 «Петровка, 38» 16+
5.30 Д/с «Большое кино» 16+

СТС

6.00 «100 мест, где поесть» 16+
10.00 Т/с **«ТАМАРА ИГОРЕВНА И ДРУГИЕ»** 16+
14.15, 19.00, 20.00 Т/с **«ЦЕЗАРЬ»** 16+
21.00 Х/ф **«ПАДЕНИЕ ЛУНЫ»** 12+
23.35 Х/ф **«КОСМИЧЕСКАЯ КОЛОНИЯ»** 18+
1.25 Х/ф **«КОДЕР»** 16+
2.50 Кино в деталях с Федором Бондарчуком 18+
3.40 Х/ф **«РУСАЛКА В ПАРИЖЕ»** 16+
5.15 М/ф «Рок Дог-3. Битва за бит» 6+

☺☺☺

– Паша, теперь я поняла, за что тебя полюбила.
– И за что, дорогая?
– За твои красивые сказки...

☺☺☺

– Дорогой! Молчание у меня не знак согласия. Это предвестник беды!

☺☺☺

– Вы когда-нибудь видели детектор лжи?
– Я не просто видел, я на нем женат...

☺☺☺

Нельзя вот так взять и спокойно уснуть, зная, что там, в холодильнике, одному пончику страшно.

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 5.50, 6.20, 6.40 Т/с **«САШАТАНЯ»** 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с **«ТЕЛОХРАНИТЕЛИ»** 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с **«ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ»** 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с **«ГОСЗАЩИТА»** 16+
23.00 Х/ф **«ДОГМЕН»** 18+
1.10 Х/ф **«АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК»** 18+
2.30, 3.20, 4.05, 4.50 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

ТВ3

6.00, 5.45 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00 Т/с **«ЛИСА»** 16+
20.00, 21.00, 22.00 Т/с **«ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
23.00 Х/ф **«СЛЕД КИЛЛЕРА»** 18+
1.00, 1.45, 2.30, 3.30, 4.15, 5.00 Дневник экстрасенса 16+

МАТЧ!

6.00, 14.25 «Династия. Карасевы» 12+
6.30 Человек из футбола 12+
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости 0+
7.05, 11.00, 15.30, 22.45 Все на Матч!
9.10 Спецрепортаж 12+
9.30, 11.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Суперспринт. Мужчины
13.00 Есть тема!
14.55 «Вид сверху» 12+
16.15 Д/ф «Дэвид Бекхэм. Одиозный» 12+
17.45 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Махачкала). Fonbet Кубок России. Путь регионов. 1/2 финала
20.30 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). Fonbet Кубок России. Путь РПЛ. 1/2 финала
0.30 Смешанные единоборства. М. Евлоев - А. Аллен. UFC 16+
2.00 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура 6+
3.00 «Вы это видели» 12+
4.00 Новости 0+
4.05 Баскетбол 6+

★ ЗВЕЗДА

5.30 Т/с **«ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕНИЯ»** 16+
7.00 Сегодня утром 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+
11.00 Д/ф «Подводная война на Балтике. Щ-308» 16+
11.55, 13.25, 0.05 Х/ф **«КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ»** 12+
14.25, 15.05, 17.15, 4.05 Т/с **«НА ВСЕХ ШИРОТАХ...»** 16+
15.00 Военные новости 16+
18.50 Спецрепортаж 16+
19.55 «По горячим следам» 16+
20.10 Д/с «Секретные материалы» 16+
22.45 Между тем 12+
23.15, 3.05, 3.45 Документальные сериалы 16+
1.45 Х/ф **«ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ»** 12+

ЧЕТВЕРГ – 19 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30, 5.40 По делам несовершеннолетних 16+
7.20, 4.50 Давай разведемся! 16+
8.20, 2.30 Тест на отцовство 16+
10.30, 23.05 Д/с «Понять. Простить» 16+
11.40, 0.15 Д/с «Порча» 16+
12.45, 1.10 Д/с «Знахарка» 16+
13.20, 1.35 Д/с «Верну любимого» 16+
13.55, 2.05 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.30 Х/ф **«И РАСЦВЕЛ ПОДСОЛНУХ...»** 16+
19.00 Х/ф **«ЕЕ ТАЙНА»** 16+
4.10 Одна за всех 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.15 «Доктор И...» 16+
8.40, 2.50 Х/ф **«ТЕМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-3»** 12+
10.35 Д/ф «Актерские драмы. Нож в спину» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Х/ф **«АГАТА И СЫСК. ВЫГОДНЫЙ РИСК»** 16+
13.45, 5.00 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Х/ф **«ОРЛИНСКАЯ. НИТИ МОЙРЫ»** 16+
16.55 Прощание 16+
18.10 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ»** 16+
20.00 Х/ф **«УЛОВКИ РАЗУМА. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО»** 16+
22.35 «10 самых...» 16+
23.05, 0.50, 1.30, 2.10, 4.20 Документальные фильмы 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 «Петровка, 38» 16+
5.30 Д/с «Большое кино» 16+

СТС

6.00 М/ф «Рок Дог-3. Битва за бит» 6+
6.30 Т/с **«ДОМОЧАТЦЫ»** 16+
6.40 «100 мест, где поесть» 16+
11.25 Х/ф **«МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ»** 16+
13.20, 19.00, 20.00 Т/с **«ЦЕЗАРЬ»** 16+
21.00 Х/ф **«ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА»** 16+
23.10 Х/ф **«ДЖОН УИК-2»** 18+
1.35 Х/ф **«ДЖОН УИК-3»** 18+
3.30 Х/ф **«НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ»** 16+
5.20 Уральские пельмени 16+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 5.50, 6.20, 6.40 Т/с **«САШАТАНЯ»** 16+
16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с **«ТЕЛОХРАНИТЕЛИ»** 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с **«ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ»** 16+
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с **«ГОСЗАЩИТА»** 16+
23.00 Х/ф **«ДОГМЕН»** 18+
1.10 Х/ф **«АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК»** 18+
2.30, 3.20, 4.05, 4.50 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

ТВ3

6.00, 5.45 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00 Т/с **«ЛИСА»** 16+
20.00, 21.00, 22.00 Т/с **«ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
23.00 Х/ф **«СЛЕД КИЛЛЕРА»** 18+
1.00, 1.45, 2.30, 3.30, 4.15, 5.00 Дневник экстрасенса 16+

МАТЧ!

6.00, 14.25 «Династия. Пригода» 12+
6.30 «Вид сверху» 12+
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости 0+
7.05, 15.30, 20.30, 0.30 Все на Матч!
9.10 Спецрепортаж 12+
9.30 «Вопреки всему» 12+
10.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Смешанная эстафета
13.00 Есть тема!
14.55 «Формула-1. Гаснут огни» 12+
16.15 Д/ф «Шмейхель» 12+
18.15 Футбол. «Крылья Советов» (Самара) - «Локомотив» (Москва). Fonbet Кубок России. Путь регионов. 1/2 финала
22.00 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор 6+
23.00 Смешанные единоборства. М. Евлоев - А. Стерлинг. UFC 16+
1.30 Человек из футбола 12+
2.00 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура 6+
3.00 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур 6+
4.00 Новости 0+
4.05 Баскетбол. МБА-МАИ (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ 6+

★ ЗВЕЗДА

5.30, 14.25, 15.05, 17.15, 3.45 Т/с **«НА ВСЕХ ШИРОТАХ...»** 16+
7.00 Сегодня утром 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
9.15, 21.00 «Открытый эфир» 16+
11.00, 18.50 Спецрепортаж 16+
11.15, 13.25 Х/ф **«СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ»** 12+
15.00 Военные новости 16+
19.55 «По горячим следам» 16+
20.10 «Код доступа» 12+
22.45 Между тем 12+
23.15 Д/с «Подводный флот Великой Отечественной войны» 16+
0.05 Х/ф **«ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ»** 16+
1.15 Х/ф **«ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ»** 12+
2.40, 3.20 Документальные сериалы 16+

Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.

ПЯТНИЦА – 20 МАРТА

Первый канал

5.00 Доброе утро
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+
9.25 «Ураза-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
10.15 «Жить здорово!» 16+
11.00, 12.15 «Время покажет» 16+
14.00, 17.00 «Большая игра» 16+
15.15 «Давай поженимся!» 16+
16.05 «Мужское / Женское» 16+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
18.40 Человек и закон 16+
19.45 «Поле чудес» 16+
21.00 «Время» 16+
21.45 «Голос» 12+
23.55 Х/ф **«СЕНТИМЕНТАЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ»**. «Оскар-2026» 16+
2.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

Россия 1

5.00 Утро России
9.00 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети
9.55 О самом главном 12+
11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести 16+
11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+
12.00, 18.00 «60 минут» 12+
14.30 Т/с **«МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ»** 12+
17.00 Прямой эфир 16+
21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! 12+
23.55 Торжественная церемония вручения Российской национальной музыкальной премии «Виктория»
2.10 Х/ф **«МАМА ПОНЕВОЛЕ»** 12+

Россия К

6.30 Диалоги о животных
7.20 Легенды мирового кино
7.45, 11.20, 11.50, 13.00 Документальные фильмы
8.40, 22.20 Х/ф **«ВИЗИТ К МИНОТАВРУ»**
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры
10.15 **«ЭТОТ ФАНТАСТИЧЕСКИЙ МИР. С РОБОТАМИ НЕ ШУТЯТ»**. Телеспектакль
12.45 Д/с «Первые в мире»
13.55 Т/с **«В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА»**
15.05 Д/с «Приют путешественника»
15.30 Энигма
16.10 Семидесятые
16.30 Письма из провинции
17.15, 1.30 Мастера фортепианного искусства
17.50 «Царская ложа»
18.30 Кристальные истории
18.45 Семинар
19.45 Х/ф **«МОНОЛОГ»**
21.25 Линия жизни
23.55 Х/ф **«ДАВИД И ГОЛИАФ»**
2.00 Д/с «Искатели»
2.50 М/ф «Кот, который умел петь»

НТВ

4.50, 9.25, 10.35 Т/с **«ПЕС»** 16+
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
8.25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «ДНК» 16+
17.55 «Жди меня» 12+
20.00 Т/с **«МЕРТВАЯ ТОЧКА»** 16+
22.15 Т/с **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ»** 16+
0.20 Своя правда 16+
2.10 «Квартирный вопрос» 0+
3.00 Х/ф **«ПОЦЕЛУЙ В ГОЛОВУ»** 16+

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 Дзержинского, 102 16+
7.45 За здоровье 16+
8.45 Профессия – Родину защищать 16+
9.00, 9.30, 10.00, 10.50 Новости 16+
9.05, 9.35 ОТРажение 12+
10.05 ОТРажение 12+
11.00 «Человек и судьба» 16+
11.25 «Почитаем!» 16+
11.45 «Нескучное дело» 12+
12.00 Новости 16+
12.05 ОТРажение 12+
13.00 Новости 16+
13.10 ОТРажение 12+
15.00 Новости 16+
15.15 Х/ф **«ЛЮБОВНИК»** 16+
18.30 А что там есть 16+
20.00 Новости 16+
20.15 Календарь 12+
20.45 «Ректорат» 12+
21.25 Х/ф **«ДОМ»** 16+
23.30 Х/ф **«БОЖЕ МОЙ!»** 18+
1.25 Х/ф **«ШОССЕ В НИКУДА»** 18+
3.35 Х/ф **«МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА»** 16+
5.05 «Большая страна» 12+

5 Санкт-Петербург

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
5.45, 6.20 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»** 16+
7.00, 7.45, 9.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2»** 16+
8.30 Ваше здоровье! 12+
9.40, 10.35, 11.25, 12.15, 13.30, 13.35, 14.25, 15.15, 16.00, 16.55, 17.30, 18.15, 19.00, 19.55 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4»** 16+
20.40, 21.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7»** 16+
22.20 Т/с **«СЛЕД»** 16+
23.10 Светская хроника 16+
0.10, 1.00 Они потрясли мир 16+
1.50, 2.30, 3.15, 3.55, 4.35 Т/с **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6»** 16+

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

СУББОТА – 21 МАРТА

Первый канал

6.00 Доброе утро. Суббота
9.00 «Умницы и умники» 12+
9.45 «Слово пастыря» 0+
10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 16+
10.15 Д/ф «Бременские музыканты. «Ничего на свете лучше нету...» 0+
11.10 Д/ф «Бременские музыканты» 0+
12.15 Д/с «Окаянные дни». Первая серия» 16+
13.30, 14.40, 23.55 Документальные фильмы 16+
15.35 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию 2026 0+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
18.20 «Сегодня вечером» 16+
21.00 «Время» 16+
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига 16+
1.55 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

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 «Доктор Мясников» 12+
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 **«НЕВЕСТА ПОД КЛЮЧ»** 16+
0.40 Х/ф **«ОТДАЙ СВОЮ ЖИЗНЬ»** 12+

Россия К

6.30 Библейский сюжет
7.05 Мультфильмы
8.20 Х/ф **«СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ»**
9.35 Мы - грамотеи!
10.15 Д/ф «Об Анне Ярославне через тысячу лет»
11.05 Х/ф **«МОНОЛОГ»**
12.45 Черные дыры. Белые пятна
13.25 Д/с «Коллекция»
13.55, 0.30 Д/ф «Меня приводит в движение свет»
15.10 Рассказы из русской истории
16.25 Д/ф «Дело №306. Рождение детектива»
17.05 Х/ф **«ДЕЛО №306»**
18.20, 19.45 Х/ф «Гамлет»
19.30 Новости культуры
21.30 Клавдия Шульженко. Жизнь, любовь, песня
22.00 Агора
23.00 Х/ф **«ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ»**
1.40 Д/с «Искатели»
2.30 Мультфильмы для взрослых

НТВ

4.45 Х/ф **«ОТСТАВНИК. ПОЗЫВНОЙ «БРОДЯГА»** 16+
6.20 «Жди меня» 12+
7.20 «Смотр» 0+
8.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»
8.20 «Неограниченные возможности» 16+
9.20 «Едим дома» 0+
10.20 «Главная дорога» 16+
11.00 Живая еда 12+
12.00 «Квартирный вопрос» 0+
13.00 «Сатья» 16+
14.00 «Поедем, поедим!» 16+
15.00 «Своя игра» 0+
16.20 ЧП. Расследование 16+
17.00 «Следствие вели...» 16+
19.00 Центральное телевидение
20.20 «Ты не поверишь!» 16+
21.20 «Суперстар!» 16+
1.05 Квартирник НТВ 16+
2.30 «Дачный ответ» 0+
3.20 Х/ф **«ВРЕМЯ ГРЕХОВ»** 16+

ОТР

6.00, 18.30 Я не местная 16+
6.30, 8.30 Актуальное интервью 12+
7.00 Формула безопасности 16+
7.15, 18.00 Человек на Своем месте 12+
7.45, 17.00 За здоровье 16+
9.00, 15.50 Календарь 12+
9.30 Все по-взрослому 6+
10.30, 12.05 Х/ф **«ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!** 2» 16+
12.00, 15.00, 19.00 Новости 16+
12.20 Х/ф **«ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ»** 16+
13.45 Кино. Короткий метр 16+
14.05, 5.05 «Большая страна» 12+
15.05 Спецрепортаж 12+
15.20 «Песня остается с человеком» 12+
15.35 «Отчий дом» 12+
16.15 «Очевидно. Вероятно» 12+
17.45 Око государево 16+
19.15 «Очень личное» 12+
19.55 «Игра в классики» 12+
20.35 Х/ф **«ЧУЖАЯ»** 16+
22.10 Х/ф **«МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА»** 16+
23.45 Х/ф **«ШОССЕ В НИКУДА»** 18+
1.50 Х/ф **«ЛИЦО СО ШРАМОМ»** 16+
3.25 «На приеме у главного врача» 12+
3.45 Х/ф **«СТРЕЛЯЙТЕ В ПИАНИСТА»** 16+

5 Санкт-Петербург

5.00, 5.15, 6.00, 6.40, 7.25, 8.20, 10.05, 10.15, 11.15, 12.05, 13.00, 13.55, 14.50, 15.45, 16.40, 17.35, 18.30, 19.25, 20.20, 21.15, 22.10, 23.05 Т/с **«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6»** 16+
9.00 Страна советов 16+
9.30 «Стройнадзор» 16+
0.00 Известия. Главное 16+
1.05 Светская хроника 16+
2.10, 2.50, 3.30, 4.15 Т/с **«СВИДЕТЕЛИ»** 16+

ВЫГОДНО!
ПОДПИСКА
на «Кавказскую неделю»
В РЕДАКЦИИ!
Подробности на стр. 1

ВОСКРЕСЕНЬЕ – 22 МАРТА

Первый канал

6.00 Новости 16+
6.10 Играй, гармонь любимая! 12+
6.55 «Часовой» 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+
11.10 «Повара на колесах» 12+
12.15 Д/с «Окаянные дни». Вторая серия» 16+
13.25 «Будем жить!» 16+
14.20 «Видели видео?» 0+
15.15 «Горячий лед» 0+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
19.00 «ДОстояние РЕспублики» 12+
21.00 «Время» 16+
23.00 «Большая игра» 16+
0.10 Д/ф «Фултон: слова, ставшие гранью» 16+
1.15 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

Россия 1

5.25, 1.35 Х/ф **«ОСТОРОЖНО! ВХОД РАЗРЕШЕН»** 12+
7.20 «В кругу друзей»
8.00 Местное время. Воскресенье
8.35 «Когда все дома»
9.25 Утренняя почта
10.10 Сто к одному
11.00, 14.00, 17.00 Вести 16+
11.30 «Наши. Военкоры» 12+
12.00 «Доктор Мясников» 12+
13.00 Судьба человека 12+
14.30 Вести. Местное время 16+
15.00 «Веселые ребята» 16+
17.50 «Песни от всей души» 12+
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+

Россия К

6.30 М/ф «Храбрый портняжка»
7.10 Х/ф **«ДЕЛО №306»**
8.30 Тайны старого чердака
9.00, 0.55 Диалоги о животных
9.40 Д/ф «Борис Савельевич Ласкин - шоумен со стажем...»
10.20 Х/ф **«ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ»**
11.50 Неизвестные маршруты России
12.30 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного»
13.00 Игра в бисер
13.40 Х/ф **«ВИЗИТ ДАМЫ»**
16.00 Д/с «Без срока давности»
16.30 Картина мира
17.15 Пешком..
17.45, 18.35 Документальные фильмы»
19.30, 19.45 Новости культуры
20.25 Х/ф **«12 СТУЛЬЕВ»**
23.00 Кинескоп
23.45 Х/ф **«ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...»**
1.40 Д/с «Искатели»
2.25 Мультфильмы для взрослых

НТВ

4.50 Х/ф **«МОЙ ДОМ - МОЯ КРЕПОСТЬ»** 16+
6.40 «Центральное телевидение» 16+
8.00, 10.00, 16.00 «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 Человек в праве 16+
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования» 16+
18.00 «Новые русские сенсации» 16+
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Маска» 12+
0.00 «Звезды сошлись» 16+
1.35 «Основано на реальных событиях» 16+

ОТР

6.00, 18.30 Я не местная 16+
6.30, 8.30 Актуальное интервью 12+
7.00 Профессия – Родину защищать 16+
7.15 А что там есть 16+
7.45, 17.00 За здоровье 16+
9.00, 16.00 Календарь 12+
9.30 Все по-взрослому 6+
10.30 «На приеме у главного врача» 16+
11.25, 12.05, 3.40 Х/ф **«ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»** 12+
12.00, 15.00, 19.00 Новости 16+
13.50 «Конструкторы будущего» 12+
14.05 «Большая страна» 12+
15.05 «Моя история». Ольга Кабо 16+
16.30 «Свет и тени». Владимир Даль 16+
17.45 Дзержинского, 102 16+
18.00 Итоги на Своем 16+
19.15 «Клуб главных редакторов» 16+
20.15 Х/ф **«ОХОТА НА ЛИС»** 16+
21.50 Х/ф **«СТРЕЛЯЙТЕ В ПИАНИСТА»** 16+
23.10 Д/ф «Сергей Эйзенштейн. Автобиография» 18+
0.40 Х/ф **«ОДНА»** 16+
2.00 Х/ф **«ЦВЕТЫ ОТ ПОБЕДИТЕЛЕЙ»** 16+

5 Санкт-Петербург

5.00 М/с «Маша и Медведь» 0+
5.10 Т/с **«НАШ СПЕЦНАЗ»** 16+
5.55, 6.35, 7.20, 8.05 Т/с **«НАШ СПЕЦНАЗ-4»** 16+
9.00 Фирменный рецепт 12+
9.30, 11.00 Х/ф **«ГЕНИЙ»** 16+
12.40 Х/ф **«КЛАССИК»** 16+
14.45 Х/ф **«ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК»** 16+
16.45, 17.40, 18.35, 19.25, 20.20, 21.20, 22.10, 23.05 Т/с **«НАСТОЯЩИЙ-3»** 16+
0.00, 0.55, 1.45, 2.30 Т/с **«ЖЕНЩИНА БЕЗ ЧУВСТВА ЮМОРА»** 12+
3.10, 3.55 Т/с **«СВИДЕТЕЛИ»** 16+

СПАС телеканал

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00 Встреча 12+
6.00, 8.30 Утро на «Спасе» 0+
11.00 Д/ф «Батюшка Илий, моли Бога о нас!» 0+
12.55, 0.20 День Патриарха 0+
13.05, 13.35, 14.05 Монастырская кухня 0+
14.30 Х/ф **«СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»** 12+
15.55 Х/ф **«ВЗЯТЬ ЖИВЫМ»** 16+
17.25 Т/с **«ОЙ, МА-МОЧ-КИ!»** 12+
18.30, 0.30 Вечер на «Спасе» 0+
19.30 Д/с «День Ангела» 0+
20.00 Д/ф «Святые воины» 6+
20.35, 4.10 Прямая линия. Ответ священника 12+
21.35, 3.00 «Поле битвы» 16+
22.25 Бесогон 18+
23.25 Прямая линия жизни 16+
1.20 Паломница 12+
2.35 Пилигрим 6+
3.40 Профессор Осипов 0+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 7.30 Утро на «Спасе» 0+
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция 0+
12.30, 1.35 Д/с «День Ангела» 0+
13.05, 13.35, 14.00 Монастырская кухня 0+
14.30 Х/ф **«СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»** 12+
15.55 Х/ф **«ВЗЯТЬ ЖИВЫМ»** 16+
17.25 Т/с **«ОЙ, МА-МОЧ-КИ!»** 12+
18.30, 23.30 Вечер на «Спасе» 0+
19.30 Д/ф «Врач от Бога. Святитель Лука Крымский» 12+
20.30, 4.10 Прямая линия. Ответ священника 12+
21.30, 2.35 «Поле битвы» 16+
22.20 Бесогон 18+
0.25 День Патриарха 0+
0.35 Д/ф «Крым Благословенный» 0+
2.05 Д/ф «Культура наций. Казачество» 0+
3.15 «Русский мир» 12+

СРЕДА, 18 марта

5.00 Встреча 12+
6.00, 8.30 Утро на «Спасе» 0+
11.00, 19.30 Д/ф «Врач от Бога. Святитель Лука Крымский» 12+
12.00, 0.55 День Патриарха 0+
12.10, 12.40, 13.05, 13.35, 14.05 Монастырская кухня 0+
14.30 Х/ф **«МОРСКОЙ ОХОТНИК»** 12+
15.55 Х/ф **«ВЗЯТЬ ЖИВЫМ»** 16+
17.25 Т/с **«ОЙ, МА-МОЧ-КИ!»** 12+
18.30, 23.30 Вечер на «Спасе» 0+
20.30, 4.10 Прямая линия. Ответ священника 12+
21.30, 2.35 «Поле битвы» 16+
22.20 Бесогон 18+
1.05, 1.35 Д/с «Святые целители» 0+
2.05 Д/ф «Культура наций. Казачество» 0+
3.20 Простые чудеса 12+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00 Встреча 12+
6.00, 8.30 Утро на «Спасе» 0+
11.00, 19.30 Д/ф «Врач от Бога. Святитель Лука Крымский» 12+
12.00, 0.25 День Патриарха 0+
12.10, 18.30, 23.30 Вечер на «Спасе» 0+
13.40, 14.10 Монастырская кухня 0+
14.35 Х/ф **«ОПАСНЫЕ ТРОПЫ»** 12+
15.45, 17.05 Х/ф **«СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»** 12+
20.30, 4.10 Прямая линия. Ответ священника 12+
21.30, 2.35 «Поле битвы» 16+
22.20 Бесогон 18+
0.35 Д/ф «Дедушка» 0+
1.25 Д/ф «Окрыленные» 0+
2.05 Д/ф «Культура наций. Казачество» 0+
3.20 Парсуна с Владимиром Легойдой 6+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00 Встреча 12+
6.00, 8.30 Утро на «Спасе» 0+
11.00, 1.35 Д/ф «Врач от Бога. Святитель Лука Крымский» 12+
12.00 День Патриарха 0+
12.10 Паломница 12+
13.45, 14.15, 14.50 Монастырская кухня 0+
15.15, 16.50 Х/ф **«ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА»** 12+
18.30 Вечер на «Спасе» 0+
19.30, 3.20 Д/ф «Икона России: святыни земли Курской» 0+
20.35 «Следы империи» 12+
22.25, 4.15 «Русский ковчег с Яном Таксюром» 12+
23.25, 0.10, 0.55 «Поле битвы» 16+

СУББОТА, 21 марта

5.00 «Церковь и мир» 0+
5.20 «Завет» 6+
6.05 Д/с «Лики Богородицы» 0+
6.35 «Моя большая семья» 6+
7.35 Мультфильмы 0+
9.05, 21.00 Простые чудеса 12+
10.05 Пилигрим 6+
10.55 Святыни России 6+
12.00 Д/ф «Глобус православия» 12+
13.00 Д/ф «Свидетели Христа. Мученики первых веков» 6+
14.10 В поисках Бога 12+
14.45 Профессор Осипов 0+
15.20 Х/ф **«ГЕРОИ ШИПКИ»** 12+
17.45, 19.20 Х/ф **«ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА»** 12+
22.00 «Русский мир» 12+
23.05 Бесогон 18+
0.20 «Спас-стрим» 0+
2.30, 3.00, 3.30, 4.00, 4.30 Лествица 6+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 5.30, 5.55, 6.25, 6.55, 7.30, 8.00, 8.30, 12.45, 13.15 Лествица 6+
9.00 Простые чудеса 12+
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция 0+
14.10 «Русский мир» 12+
15.15 Х/ф **«ОПАСНЫЕ ТРОПЫ»** 12+
16.30, 0.20 Главное с Анной Шафран 16+
18.00, 1.45 Щипков 12+
18.10 Х/ф **«БОГАТЫРЬ» ИДЕТ В МАРТО»** 12+
19.45 Бесогон 18+
20.50, 4.10 Парсуна с Владимиром Легойдой 6+
21.50, 2.20 «Церковь и мир» 0+
22.15 Х/ф **«ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ»** 0+
0.10 День Патриарха 0+
1.55 Д/ф «Крокус. На память» 16+
2.40 Д/ф «Глобус православия» 12+
3.30 Д/ф «Святой Павел Таганрогский» 0+

ПОНЕДЕЛ...

6.00 Итоги н...
6.30, 8.45, ... интервью...
7.00 ОбоZре... 16+
7.15 Проф... защищать...
7.30, 20.30, 3... 16+
8.30, 10.30, ... Новости 1...
9.15, 15.45 «...
9.30, 14.00, ... Экспресс...
10.15, 15.15 ...
10.45, 16.45, ...
11.30 Прямо...
12.00, 18.15... зоны дост...
12.50, 19.0... водска 16...
12.55 Новост...
13.15, 22.1... **ДОКТОРА...**
17.30, 21... «Новости... щих люде...

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

ПОЧЕМУ МУЖЧИНЫ ИЗМЕНЯЮТ

Социологические исследования утверждают, что практически никто не изменяет своим супругам просто так.

Внебрачные отношения гораздо меньше связаны с сексом, чем может показаться на первый взгляд. Потому что его в большинстве случаев без проблем можно получить и дома. При ближайшем рассмотрении измена – это желание почувствовать себя значимым и особенным. Восполнить что-то, прежде чем вернуться домой, к жене.

По факту, любовница является третьей ногой, которая позволяет браку удерживаться на плаву. Важно понимать, что семья – это система. Если бы у мужа и жены были отношения, удовлетворяющие обоих, то любовница не появилась бы. Раз появилась, значит, в отношениях двоих что-то разладилось, считают специалисты.

ДЛЯ ЧЕГО ВОЗНИКАЕТ ИЗМЕНА

Бегство от конфликтов

Если пара не может позволить себе глубокий, искренний, доверительный разговор в силу страха обидеть или задеть партнера, то связь теряется. Тогда один из супругов ищет такого общения на стороне. Очень часто тот, кто изменяет, делает это достаточно неаккуратно, например, «забывает» стереть переписку или называет жену именем любовницы, таким образом побуждая ее обратить внимание на происходящее.

Влечение к ссоре

Пара довольно часто ссорится, выясняет отношения, но компромисса не находит. Здесь, скорее всего, посыл: «Я прав, а ты – нет», финансовые претензии, недовольство внешним видом, озабоченность властью. Такие выяснения вызывают ощущение опустошенности, неудовлетворенности, усталости и одиночества. И тогда супруг ищет понимания и поддержки на стороне.

Предрасположенность к влюбленности

Или иначе – неспособность строить долгосрочные и серьезные отношения. Обычно пара женится под влиянием нахлынувших чувств, а когда они проходят, начинается поиск новых встреч, впечатлений и вдохновения.

Отсутствие любви между супругами

Партнер на самом деле любит свою любовницу, а отношение к супруге может называть привязанностью, ответственностью, чувством долга. В этом случае измена долго остается нераскрытой.

Сексуальная зависимость

Скорее всего, и до женитьбы муж любил погулять. Такой партнер с легкостью вступает в связи на стороне и не видит в этом особой проблемы. Продолжать ли такие отношения – решать жене.

Развод

Муж решается на измену, чтобы развестись с женой. Адюльтер – это просто повод. Перспектива сохранения брака практически безнадежна.

Окончание на стр. 6

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

ВЕЛИКИЙ ПОСТ
(с 23 февраля по 11 апреля)

10 марта — Святителя Тарасия, архиепископа Константинопольского.

11 марта —Святого Порфирия Газского.

12 марта — Преподобного Прокопия Декаполита, исповедника.

13 марта — Преподобного Василия Декаполита, исповедника. Преподобного Иоанна Кассиана Римлянина.
Девпетерувской иконы Божией Матери.

14 марта — **Поминовение усопших.** Преподобномученицы Евдокии Илиопольской.

15 марта — ***Иконы Божией Матери, именуемой «Державная».*** Священномученика Феодота, епископа Киринейского. **Святого Арсения, епископа Тверского.**

16 марта — Мучеников Евтропия, Клеоника и Василиска.
Волоколамской иконы Божией Матери.

17 марта — Преподобного Герасима, иже на Иордане. **Благоверного князя Даниила Московского.** Преподобного Герасима Вологодского.

МОЛИТВА
иконе Божией Матери «Державная»

О Державная Владычице, Пресвятая Богородице, на объятиих Своих держащая Содержащаго дланию всю вселенную, Царя Небеснаго! Благодарим Тя за неизреченное милосердие Твое, яко благоволила еси явити нам, грешным, сию святую чудотворную икону Твою во дни сии. Благодарим Тя, яко призрела еси с высоты святыя Своея на чад православных, и, яко солнце светлое, увеселяеши ныне изнемогший от печали очеса наша пресладостным зрением державнаго образа Твоего! О Преблагословенная Матерь Божия, Державная Помощнице, Крепкая Заступнице, благодарите Тя, со страхом и трепетом, яко раби непотребнии, мы припадаем, со умилением, с сокрушением сердечным, со слезами молим Тя: вкорени в сердцах всех нас правду, мир и радость о Духе Святе, водвори в стране нашей тишину, благоденствие, безмятежие, любовь друг ко другу нелицемерную! Державою Твоею всесильною поддержи нас, слабых, малодушных, немощных, унылых, подкрепи, возстави! Яко да под державою Твоею всегда храними, поем, величаем и славим Тя, Державную Заступницу рода христианскаго во веки веков. Аминь.

www.days.pravoslavie.ru

УРОКИ ВЕРЫ

Может ли Бог простить такие грехи, как воровство, обман, блуд и так далее?

Грехи эти велики, и очень велики. Но нет греха, побеждающего милосердие Божие. Прощение грехов дается не по нашим заслугам, а по милости человеколюбивого Бога, всегда готового прощать, как только кто обратится к Нему с раскаянием. И делает недостойным прощения не великость и множество грехов, а одна нераскаянность. Как только вы сокрушились и раскаялись, прощение уже присуждается вам на Небе, а в момент исповедания сие Небесное решение объявляется вам.

Рукописание всех грехов всех людей Господь Спаситель вознес на Теле Своем на Крест и там разодрал его. Приложение к каждому сего действия милосердия совершается в таинстве покаяния и бывает действительно. Получивший разрешение от духовного отца обезвиненным стоит пред лицом правды Божией.

Слабость веры в сие и скудость упования помилования производятся врагом нашим. Грехи наши без его внушения не бывают. Из них он устрояет между нами и Богом преграду. Раскаяние и исповедь разоряют эту преграду. Зная силу сего таинства, что оно уничтожает все его труды и хлопоты о погибели грешащих, он всячески старается пресекать плодотворность его – или совсем от него отклоняет, или наводит неверие в силу его и безнадежие получить прощение чрез него. Ваше маловерие и безнадежие – его козни. Вооружитесь против сего и прогоните врага и его внушения.

Использованы материалы книги «Начинающему христианину» И.А. Горбовой, выпущенной по благословению Патриарха Московского и всея Руси Алексия II, 1998 г.

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗДОРОВЬЯ

КРАСОТА И НЕ ТОЛЬКО...

Травмы носа, неудачные операции или врожденные аномалии затрудняют дыхание. Исправить ситуацию помогает ринопластика. Но процедура сложная, перед тем как на нее решиться, надо взвесить все за и против, предупреждают специалисты.

Многие пациенты ошибочно считают операцию исключительно эстетической процедурой. Однако пластические хирурги отмечают, что проводят ринопластику не только в погоне за красотой. Анатомические отклонения, например искривление перегородки или гипертрофия раковин носа, препятствуют поступлению воздуха в организм. От этого возможны головные боли, быстрая утомляемость. Данные дефекты способны продлевать восстановление после инфекционных и простудных заболеваний, так как в пазухах носа нарушается отток слизи. Искривление перегородки может являться причиной храпа во время сна. Иногда к хирургам обращаются, чтобы устранить последствия травм – ожогов, обморожений или ради исправления результатов уже проведенных операций, например после удаления новообразований.

ОСТАТЬСЯ С НОСОМ

Как любая сложная медицинская манипуляция, ринопластика имеет противопоказания. Среди них сахарный диабет, патологии сердечно-сосудистой системы, нарушения свертываемости крови, аутоиммунные заболевания, онкология. Возраст играет большую роль: для проведения реконструктивной ринопластики обычно рекомендуется дождаться завершения роста носа, что у девушек происходит к 15-16 годам, а у юношей – в 17-18 лет. Однако в некоторых случаях, например при серьезных травмах, операция может быть выполнена и в более раннем возрасте. А вот пациентам старше 50 лет процедуру проводить нежелательно, так как с годами регенерация тканей замедляется.

Перед операцией требуется медицинское обследование, обязательны анализы крови, консультации с анестезиологом и другими специалистами, это позволяет исключить риски.

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Реабилитация после ринопластики происходит поэтапно. На это уходит от нескольких недель до месяцев. В это время важно следовать рекомендациям врача. У пациентов появляются отеки и синяки, они постепенно исчезают, чаще всего на это уходит 3-4 недели, но срок зависит от сложности процедуры и состояния здоровья человека. В период восстановления важно защищать область носа от травм.

После операции пациенту противопоказаны:

- тепловые процедуры – горячая ванна, баня, сауна;
- сон на боку или на животе;
- мытье головы с ее наклоном, в первые недели и вовсе желательно пользоваться сухим шампунем;
- физическая нагрузка, но к занятиям можно вернуться спустя месяц, если, конечно, процесс восстановления идет по плану;
- прием препаратов, разжижающих кровь (антикоагулянтов). Если их прием требуется пациенту для терапии хронического заболевания, надо обсудить дозировку с врачом.

ВАЖНО

Если хочется изменить форму носа, которая кажется неудачной, необходимо не только обсудить со специалистом допустимость проведения эстетической операции, но и «примерить» возможный вариант. 3D-технологии позволяют это сделать. Однако стоит помнить, что результат не всегда оправдывает ожидания.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

Если хлеб начал черстветь...

МЯСНЫЕ РУЛЕТЫ

- Белый хлеб (кирпичик) – 1 буханка
- Сливочное масло – 75 г
- Репчатый лук – 140 г
- Растительное масло – 1 ст. л.
- Сахар – 1,5 ст. л.
- Отварное куриное мясо – 400 г
- Груши – 2 шт.
- Листовой салат – 1 кочан
- Соль, перец – по вкусу

Лук нарезать полукольцами, пассеровать на масле, добавить сахар, перемешивая, подержать на огне 4 минуты. Мясо нарезать соломкой, смешать с тертыми грушами, посолить, поперчить. С хлеба срезать корки, мякоть поделить на продольные пластины, смазать их сливочным маслом, выложить мясо, лук и скрученные листья салата. Свернуть хлебные пласты рулетами, упаковать в фольгу и убрать на 30 минут в холодильник.

СЛАДКИЙ ПУДИНГ

- Сливочное масло – 45 г
- Белый хлеб – 200 г
- Изюм – 45 г
- Лимонная цедра – 1,5 ч. л.
- Молоко – 250 мл
- Сливки – 70 мл
- Яйца – 2 шт.
- Сахар – 45 г
- Ванилин – 4 г

Форму для запекания натереть сливочным маслом, оставшимся кусочком смазать каждый хлебный ломтик. Разрезать кусочки на несколько частей и выложить в форму, посыпать цедрой, украсить промытым изюмом. Молоко соединить со сливками, прогреть почти до кипения, но не держать дольше на огне. Яйца взбить с сахаром, не прекращая взбивания, добавить молочную смесь и ванилин. Выложить на хлеб, выпекать в духовке 30 минут при 180°С, подавать с какао или теплым молоком.

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

ЧЕРЕМША, ИЛИ МЕДВЕЖИЙ ЛУК

Весной на лугах, вблизи водоемов и в тенистом лесу во многих регионах России можно встретить растение с белыми цветами. Оно напоминает собой ландыш, который не распустился до конца. Это черемша, или дикий чеснок, или медвежий лук, или колба́. Она имеет пряный аромат и яркий вкус, которые наряду с полезными свойствами делают продукт замечательным дополнением к различным блюдам.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

- В ее листьях – огромное количество витамина С. На 100 г растения приходится 100 мг аскорбиновой кислоты. Недаром черемшой издавна лечили цингу – тяжелую нехватку витамина С.
- Своим острым, пряным запахом растение обязано содержащимся в нем эфирным маслам. А они, вместе с фитонцидами, оказывают бактерицидное действие. Жевание черемши за считанные минуты убивает микробы во рту. В древности это растение применяли для профилактики смертельных инфекционных заболеваний – чумы, холеры, тифа.
- Ценнейший растительный белок укрепляет иммунитет, мышцы, участвует в регенерации тканей.
- Витамины А, В, РР оздоравливают кожу и волосы, лечат весеннюю депрессию, укрепляют иммунитет.
- Фитонциды улучшают работу сердечной мышцы, нормализуют обмен веществ и улучшают аппетит за счет выработки желудочного сока.
- Горчичные масла, содержащиеся в черемше, помогают при дисбактериозе, особенно после курса антибиотиков.
- Лечебные свойства растения распространяются на щитовидную железу, желудочно-кишечный тракт, кровеносную систему.
- Это прекрасное мочегонное средство.
- Курсовой прием черемши помогает организму бороться с излишней свертываемостью крови и образованием холестериновых бляшек.
- Веками ценилась польза, приносимая медвежьим луком при поражениях кожи. Применяя сок растения, боролись с бородавками, лишаями, угревой сыпью. Загноившиеся и воспаленные раны затягиваются от компрессов с черемшой.
- В виде растирки на спирту используется для лечения различного рода заболеваний дыхательных путей – от последствий банальной простуды до бронхита.

КАК УПОТРЕБЛЯТЬ

Используют обычно стебли, луковицы и молодые листья дикого чеснока. Нужно помнить, что термическая обработка сведет на нет всю его пользу, так как витамины, а особенно аскорбиновая кислота, не выносят высоких температур. Листья растения можно применять для салата: их нужно промыть, порезать и немножко размять, чтобы дали сок. Важно учитывать яркий и достаточно острый вкус черемши при приготовлении: если ее будет много, она «перебьет» все остальные ингредиенты.

С медвежьим луком готовят замечательный суп. Варят его по принципу щавелевого: чтобы сохранить витамины листья растения нужно добавлять в самом конце приготовления. Можно даже сделать это сразу после того, как суп снят с плиты: добавить черемшу, закрыть крышкой и дать настояться 15-20 минут.

Стебли так же маринуют или солят на зиму. Такая черемша не потеряет своих свойств и витаминов, и прекрасно дополнит рацион в холодный период.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- Гепатит, панкреатит, холецистит, язва, гастрит и другие воспалительные заболевания кишечника и желудка – повод отказаться от продукта (маринованная черемша – достаточно острое блюдо).
- Не рекомендуется употреблять при беременности: может вызвать изжогу, а на ранних сроках – спровоцировать выкидыш.
- Нельзя применять больным эпилепсией.
- При чрезмерном употреблении может способствовать нарушению сна.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

Домашние заготовки

МАРИНОВАННАЯ ЧЕРЕМША

Продукт отличается замечательным ароматом.

- 1 кг стеблей необходимо очистить от листьев и хорошенько промыть. Утрамбовать их в простерилизованные банки, залить кипятком на 5 минут. Воду после этого вылить в кастрюлю, добавить по 3 ч. л. каменной соли и сахарного песка, несколько горошинок перца и 2-3 лавровых листа. Проварить 2-3 минуты, снять с огня и влить 100 г уксуса. Плотно уложить черемшу в банки, залить рассолом и закатать. Банки с маринованной закуской можно перевернуть и остудить в течение 10-12 часов.
- На 1 л воды: 60 стеблей черемши; 1,5 ст. л. соли; 1 ст. л. сахара; 150 мл 9%-го уксуса.

Стебли черемши обрезать с обоих концов, вымыть, дать стечь воде и замочить на 2 часа в свежей холодной воде для удаления горечи. Довести до кипения 1 л воды с солью, сахаром и уксусом и охладить до комнатной температуры. Связать стебли в пучки по 10 или 20 шт., поставить вертикально в высокую банку и залить теплым маринадом. Стебли должны быть полностью покрыты раствором. Черемшу мариновать 5-7 дней в холодильнике. Через 5 дней можно пробовать, либо закатать в банки.

СОЛЕНАЯ ЧЕРЕМША

Растение сохраняет свои полезные свойства. Ее очень легко приготовить.

Нужно сварить рассол (на 1 л воды – 50 г соли) и залить им промытые стебли растения (1 кг). Поставить под гнет. По прошествии двух недель соленый дикий чеснок можно убирать в банки и ставить в холодное темное место. Польза таких заготовок дополняет их вкус и сохраняется весь сезон.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

ПОЧЕМУ МУЖЧИНЫ ИЗМЕНЯЮТ

Окончание. Начало на стр. 5

КАК ПЕРЕЖИТЬ ИЗМЕНУ

Измена – это не то, что совершает один из партнеров по отношению к другому, это то, что происходит с парой. Причины неверности, как и возможности выхода из кризиса, стоит искать вдвоем. Жене стоит спросить себя, какова ее доля ответственности за произошедшее?

Очень часто на приеме у психотерапевта можно наблюдать, как жена ищет защиту и поддержку у специалиста в обвинении и уличении мужа. Важно как раз выйти из роли жертвы и вести с мужем открытый диалог, взять инициативу на себя, перестать быть подозрительной и жить в страхе нового предательства, подчеркивают специалисты.

Очень часто после измены посещают такие мысли: «Что, это конец?», «Я так и буду жить всю оставшуюся жизнь?». Измена – одна из самых распространенных причин разводов. Если отношения уже давно изжили себя, то в некоторых случаях она позволяет выйти на новый уровень близости, связь между супругами может стать еще сильнее. Противоположностью любви является безразличие. Если в паре есть хоть немного любви, психотерапевт может помочь оживить влечение друг к другу, поспособствует разговору, который не имел места десятилетие.

Для того чтобы пережить измену, требуется осознание парой возможности пройти через кризис вместе. Мужу следует прекратить роман на стороне и позаботиться о границах пары, восстановить доверие, взяв на себя ответственность за избавление жены от сомнений. Жене важно вернуть себе ощущение своей ценности, заняться чем-то интересным, что давно откладывалось, дарить себе больше радостных моментов, общаться с близкими людьми.

Как должна действовать обманутая жена

Супруге придется столкнуться со своим желанием контролировать мужа, ей стоит переключить свое внимание на вопросы: «Для чего произошла эта измена?», «Как она может помочь нашим отношениям вернуть утраченную близость?», «Как я могу помочь своему мужу почувствовать или высказать то, что послужило причиной измены?».

Конечно, измена – это очень тяжелое испытание. Обманутый чувствует злость, обиду, страх, недоверие, пустоту, печаль. Но кризис может позволить поговорить о том, о чем давно умалчивалось, понять, каковы истинные желания обоих, взять ответственность за разрушенные отношения. Для жены важно принять страдание мужа, который остается в семье и отказывается от своей влюбленности, быть готовой услышать, что мужу не хватало в отношениях. Мужу – признать страдание жены, искренне попросить прощения и дать супруге столько времени, сколько ей потребуется для восстановления.

Любовный треугольник символически напоминает детские отношения, когда было двое родителей и ребенок. Для того чтобы понять, стоит ли продолжать отношения после измены, важно обратить внимание на такой фактор, как длительность отношений и вовлеченность в них мужа. Создание долгосрочной и наполненной чувствами связи с другой женщиной может быть скрытой попыткой вернуться в детское состояние, решить ранние незавершенные проблемы.

Использованы материалы www.passion.ru

ПОЛЕЗНОЕ ПИТАНИЕ

ОГОРОД НА ПОДОКОННИКЕ

Чтобы добавить в рацион витамины, можно посадить дома микрозелень. Полезных веществ в ней больше, чем во взрослых культурах.

Речь идет о ростках овощей и трав, срезанных на стадии семядольных или первых настоящих листьев. Чем они моложе, тем нежнее. Для посадки подойдут все салаты, укроп, петрушка, морковь, сельдерей, кориандр, редис, лук, чеснок, шпинат, горох, капуста, подсолнечник, базилик. Не подходит фасоль, так как на начальном этапе развития ростки содержат токсины.

РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Потребуются семена, емкости, субстрат и место на подоконнике. В большинстве случаев подсветка не нужна, но, если растения окажутся в тени, выручит обычная лампа мощностью 50-70 Вт. Ее придется включать на 14-16 часов в сутки.

Посадочный материал не должен быть протравленным, инкрустированным и дражированным. В магазинах можно найти специальные семена микрозелени.

В качестве емкостей годятся контейнеры, их надо помыть, можно даже протереть спиртовым раствором.

В роли субстрата лучше использовать джутовые или кокосовые коврики. Еще варианты – хлопчатобумажная ткань, сложенная в несколько слоев марля или ватные диски. Почву брать не стоит, в ней могут быть сорняки и патогенная микрофлора.

ТОНКОСТИ АГРОТЕХНИКИ

Крупные семена (например, горох, подсолнечник) можно заранее замочить, чтобы ускорить процесс прорастания. Исключить загнивание помогает обработка перекисью водорода. Мелкому посадочному материалу подготовка не требуется. Субстрат необходимо увлажнить и положить на дно контейнера. Затем надо распределить семена по поверхности, сбрызнуть из пульверизатора (он позволяет дозировать воду), накрыть пленкой или крышкой. Первые три дня особенно важно следить за влажностью. В зависимости от микроклимата в квартире два-три раза в сутки предстоит опрыскивать субстрат. Семена не должны пересохнуть, но излишки влаги им не нужны. После появления первых ростков контейнер следует открыть и опрыскивать или поливать всходы дважды в день. Важно не залить растения, чтобы исключить загнивание корней.

Температура воды для опрыскивания или полива должна быть 15-22°С.

Весь процесс выращивания занимает от одной до двух недель, срок зависит от выбранной культуры. Срезанную микрозелень можно хранить в холодильнике до семи дней.

ДАРИТЕ ТЕПЛО И РАДОСТЬ ЛЮДЯМ!

Уважаемые читатели,

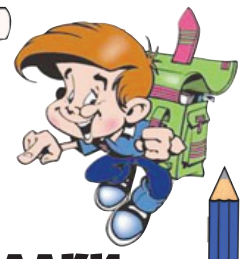
у вас есть уникальная возможность **ПОЗДРАВИТЬ** родных и близких с юбилеем, важным событием или днем рождения на цветных страницах «Кавказской недели» (можно с фотографией).

Услуга платная – от 790 рублей.

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

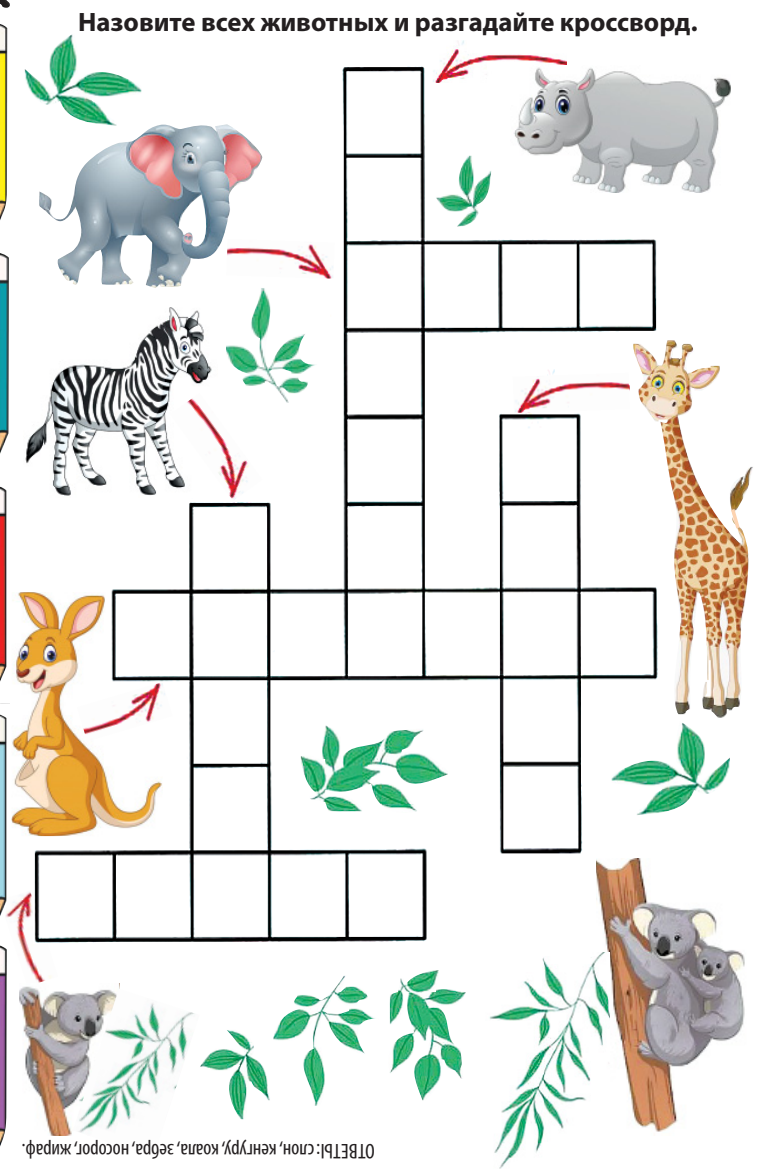
6+

ВЕСЁЛЫЙ ДЕНЁК



КРОССВОРД

Назовите всех животных и разгадайте кроссворд.



ОТВЕТЫ: слон, кенгуру, коала, зебра, носорог, жираф.

ЛОГИЧЕСКАЯ ГОЛОВОЛОМКА

Отгадайте кого как зовут?

ОТВЕТ: 1. Стас, 2. Коля, 3. Олег, 4. Миша, 5. Толя, 6. Петя.

СЧИТАЛКИ

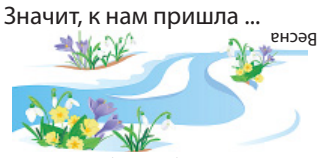
Громче – тише, громче – тише
Барабанил дождь по крыше,
По домам и по оградам
Он забарабанил градом.
Солнце выглянет опять,
Мы начнем в игру играть!

Пробежал колючий ежик
Сто тропинок, сто дорожек.
Еж бежал, и хоть устал,
По пути цветы считал:
– Раз, два, три, четыре, пять!
Я люблю цветы считать.
Солнце ясное, свети,
Из-за тучки выходи!

ЗАГАДКИ ВЕСЕННИЕ

Рыхлый снег на солнце тает,
Ветерок в ветвях играет,
Звонче птичьи голоса –
Значит, к нам пришла ...

Весна



Ручейки бегут быстрее,
Светит солнышко теплее.
Воробей погоде рад -
Заглянул к нам месяц ...

Март

Словно золотые стрелы
К нам летят легко и смело -
Животворны, горячи
Солнца яркие ...

Лучи

Скачет он –
нам тоже скачется,
Спрячешь зеркальце –
он спрячется.
Он не девочка, не мальчик –
Солнечный веселый ...

Заяц

С ним теплее и светлее,
Радует оно и греет.
Любят дети, травки,
зернышки
Доброе большое ...

Солнышко

Здесь на ветке чей-то дом,
Ни дверей в нем, ни окон,
Но птенцам там жить тепло.
Дом такой зовут ...

Гнездо

Использованы материалы www.kladraz.ru, www.solnet.ee

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

ОТВАЖНЫЕ ГЕРОИ

Самые распространенные страхи у малышей – оказаться в одиночестве в темноте и попасть на укол к врачу. Они означают, что ребенок развивается нормально, работает инстинкт самосохранения. Но психологи считают, что с неприятными ощущениями нужно бороться, и на помощь приходят игры.

ПРЯТКИ

Игра постепенно избавляет от страха темноты. Он появляется в возрасте от 2 до 7 лет и иногда возвращается в начальной школе во время кризиса адаптации. Эта эмоция первобытная, на уровне подсознания. Часто родители провоцируют ее сами, оставляя наказанного ребенка в темной комнате или уделяя ему мало внимания. Например, уставшая мама укладывает малыша в кровать и сразу уходит, а он остается один на один с невысказанными переживаниями. Воображение тут же рисует монстров под кроватью.

Что делать: спрячьте игрушку в затемненной комнате и отправьте малыша на ее поиски. Вначале кладите куклу ближе к порогу и с каждым разом убирайте все дальше. Объясните, что вы рядом и всегда придете на помощь. Следите за прогрессом – как далеко ребенок научился заходить, когда ему стало страшно, как он справился. И обязательно хвалите за силу воли.

СКАЗКИ

Для маленьких детей даже короткая разлука с родителями – стресс: ждут ли они маму, которая ушла за покупками, или проводят день в детском саду. Боязнь остаться одному может быть связана и с сильным переживанием: ребенок терялся в магазине, сильно испугался во время просмотра фильма.

Что делать: вместе придумайте сказку о том, что игрушки оживают, стоит только взрослым уйти. Представьте, какие у каждой из них характер, голос. Любимый мишка или робот станет воображаемым защитником ребенка – пока мамы нет рядом, он может рассказывать ему о своих тревогах.

Один из способов побороть страх – высмеять его: нарисовать карикатуру.

ПЯТНАШКИ

Боязнь любого физического воздействия, от уколов до ударов, часто бывает результатом травмы: неудачного визита к врачу, строгого воспитания или конфликтов со сверстниками в детском саду. Также игра смягчает тревожность от внезапных громких звуков.

Что делать: расставьте по комнате стулья и табуретки. Между ними участники будут убегать от водящего, чья задача их «запятнать» – хлопнуть по плечу. Подвижные игры воспринимаются как забава, но позволяют понарошку пережить стресс и учат справляться с ним в реальной жизни.

ЕСЛИ МАЛЫШ ЖАЛУЕТСЯ НА СТРАХ, НЕЛЬЗЯ:

- считать это капризом. Ребенку слишком тяжело рассказать маме о сокровенном и быть непонятым или даже высмеянным;
- побеждать эмоцию полным погружением. Например, запирать в темной комнате, угрожать бабайкой, звать медсестру со шприцем тем, кто боится уколов;
- позволять, чтобы ребенок извлекал из страха выгоду. Например, не нужно разрешать ему спать с родителями, потому что один он не может уснуть.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ АНАНАСА

Всемирный день ананаса отмечается 12 марта

Дата такого необычного праздника выбрана не случайно. В этот день в 1970 году на Гавайях (крупнейший в мире производитель этих фруктов) вывели самый вкусный сорт ананаса – DEN MONTE GOLD. К тому же, март – самый удачный месяц для сбора урожая, поскольку сорванные в это время плоды самые сочные и спелые.

Родина ананасов – Бразилия. Оттуда фрукт получил широкое распространение и всемирную популярность.

Популярность фрукта связана с его отменными вкусовыми качествами и пользой для организма. Он содержит огромное количество полезных витаминов и минералов. У людей, которые регулярно употребляют ананасы в пищу, практически никогда не возникает проблем с желудочно-кишечным трактом. Этот фрукт берут за основу те, кто желает похудеть. Ведь ананас – диетический продукт. В его составе присутствует большое количество клетчатки.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Растет на земле: Вопреки мифам, ананасы не растут на пальмах. Это травянистое растение высотой до 1,5 метров, плод которого созревает на одиночном стебле в центре розетки из острых листьев.

Долгое ожидание: Одному растению требуется от 2 до 3 лет, чтобы принести первый плод. После сбора урожая основная розетка обычно отмирает, оставляя боковые побеги для новых циклов.

Полезная сердцевина: Большинство людей выбрасывают жесткую сердцевину, но именно в ней концентрация бромелаина и витаминов самая высокая.

Символ богатства: В XVIII веке в Европе ананас был настолько дорогим и редким, что его считали символом высшего статуса. В России их даже выращивали в оранжереях Петербурга и Москвы, а иногда солили в кадках, как огурцы.

В Китае существует обычай: семья не может сесть за праздничный новогодний стол до тех пор, пока на нем не будет ананаса. Согласно поверьям, его наличие гарантирует всем собравшимся успех и процветание в наступающем новом году.

Ткань из листьев: Из волокон листьев ананаса производят прочный текстиль – пинатекс (piñatex). Это экологичная альтернатива коже, используемая в производстве одежды и обуви.

Самый крупный ананас. В Книгу рекордов Гиннеса в 1994 году внесли самый крупный ананас. Его вес составил более 8 кг.

Использованы материалы www.my-calend.ru

СОЛНЦЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00, 17.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00 М/с «Чебурашка» 0+
14.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
19.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
20.35 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
21.35 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 17.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00 М/с «Чебурашка» 0+
14.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
19.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
20.35 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
21.35 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

СРЕДА, 18 марта

5.00, 17.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00 М/с «Чебурашка» 0+
14.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
19.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
20.35 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
21.35 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00, 17.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00 М/с «Чебурашка» 0+
14.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
19.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
20.35 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
21.35 «КиноСолнце» 12+
22.05 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00, 17.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
13.00 М/с «Чебурашка» 0+
14.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
15.00 М/с «Простоквашино» 0+
19.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
20.35 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
21.35 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

СУББОТА, 21 марта

5.00, 14.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
12.00 «КиноСолнце» 12+
12.35 М/с «Чебурашка» 0+
16.00 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
17.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
19.00 Т/с **«МАНЮНЯ»** 6+
21.05 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.05 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 13.00 М/с «Барбоскины» 0+
9.00 М/с «Три кота» 0+
16.00 Т/с **«ОДНИ ДОМА»** 12+
17.30 Т/с **«ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ»** 12+
19.00 Т/с **«МАНЮНЯ»** 6+
21.00 Т/с **«РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ»** 12+
0.00 Т/с **«ФИТНЕС»** 16+
0.45 М/с «Маша и Медведь» 0+

Победа

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

3.25 «Путь к Победе» 16+
4.25 Т/с **«СМЕРШ»** 16+
6.45 Х/ф **«ВЫСОТА 89»** 16+
8.40 Х/ф **«КАЛАШНИКОВ»** 16+
10.20 Т/с **«МИНУТА ТИШИНЫ»** 16+
19.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-2»** 16+
23.00 Х/ф **«НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД»** 12+
0.30 Х/ф **«ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ»** 12+
1.35 Х/ф **«ПОРТНОЙ ИЗ БРУКЛИНА»** 16+
2.55 Х/ф **«БУДУ ПОМНИТЬ»** 16+

ВТОРНИК, 17 марта

4.35 «Путь к Победе» 16+
5.35 Х/ф **«А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...»** 16+
7.30 Т/с **«СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ»** 16+
15.00, 19.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-2»** 16+
23.00 Х/ф **«ГАРДЕМАРИНЫ-III»** 16+
0.50 Х/ф **«ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ»** 16+
2.30 Х/ф **«НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ»** 16+

СРЕДА, 18 марта

4.35 «Путь к Победе» 16+
5.30 Х/ф **«ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ»** 16+
7.30 Т/с **«КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ»** 16+
15.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-2»** 16+
19.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-3»** 16+
23.00 Х/ф **«КОРОЛЕВ»** 16+
1.05 Х/ф **«ЖИВИ И ПОМНИ»** 16+
2.50 Х/ф **«ПЕРВЫЙ ОСКАР»** 16+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

4.55 «Путь к Победе» 16+
5.55 Х/ф **«28 ПАНФИЛОВЦЕВ»** 16+
7.40 Т/с **«ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ»** 16+
15.00, 19.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-3»** 16+
23.00 Х/ф **«72 МЕТРА»** 16+
1.30 Х/ф **«ЛЕДОКОЛ»** 16+
3.30 Х/ф **«ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ»** 16+

ПЯТНИЦА, 20 марта

4.50 «Путь к Победе» 16+
5.50 Х/ф **«ВЕСУРИ»** 16+
7.20 Х/ф **«ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ»** 16+
9.00 Х/ф **«ТУМАН»** 16+
12.20 Х/ф **«ТУМАН-2»** 16+
15.00 Т/с **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-3»** 16+
19.00 Т/с **«БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ»** 16+
23.00 Х/ф **«БРАТ ВО ВСЕМ»** 16+
0.25 Х/ф **«ЛЕТЧИК»** 16+
2.10 Х/ф **«НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЯМИ»** 16+
3.40 Х/ф **«ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ»** 16+

СУББОТА, 21 марта

5.00 Х/ф **«ДВА ФЕДОРА»** 12+
6.25 Х/ф **«ЧАКЛУН И РУМБА»** 16+
7.50 Х/ф **«ТАНКИ»** 16+
9.30 Х/ф **«ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ. ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН»** 16+
13.00 Т/с **«СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ»** 16+
17.00 Т/с **«СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА»** 16+
20.40 Т/с **«СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА»** 16+
0.30 Х/ф **«СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА» 1**6+
2.15 Х/ф **«ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ»** 16+
3.55 Х/ф **«ВЕРТИКАЛЬ»** 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.15 Х/ф **«МИСТЕР НОКАУТ»** 16+
7.10 Х/ф **«ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ»** 16+
9.00 Т/с **«ОТЧИМ»** 16+
0.40 Х/ф **«ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ»** 16+
2.40 Х/ф **«БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ»** 16+

ТО

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00, 10.35, 14.35, 3.45 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.15 «Званый ужин» 16+
8.00 «Муж напрокат» 16+
9.00 «Доктор-Ревизор» 16+
9.25 «Мне изменили» 16+
12.30 «Супермама» 16+
16.40, 18.00 «Беременна в 45» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.00 «Измены» 18+
1.45 «Неотложка» 16+
3.25 «За кадром. Дорогая, я забил» 12+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 10.10, 14.15, 3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.20 «Званый ужин» 16+
8.10 «Муж напрокат» 16+
12.10 «Супермама» 16+
16.30, 18.00 «Чадо из ада. Предки» 16+
19.45 «Чадо из ада» 12+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.45 «Неотложка» 16+
3.30 «За кадром. Дорогая, я забил» 12+

СРЕДА, 18 марта

5.00, 10.15, 14.15, 3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.20 «Званый ужин» 16+
8.10 «Муж напрокат» 16+
12.15 «Супермама» 16+
16.20, 18.00 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.50 «Неотложка» 16+
3.30 «За кадром. Дорогая, я забил» 12+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00, 10.15, 14.15, 3.55 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.15 «Званый ужин» 16+
8.10 «Муж напрокат» 16+
12.15 «Супермама» 16+
16.30, 18.00 «Ждули» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.00 «Измены» 18+
1.45 «Неотложка» 16+
3.30 «За кадром. Дорогая, я забил» 12+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00, 9.30, 3.35 «Моя свекровь - монстр» 16+
7.30 «Муж напрокат» 16+
14.40 «Мама в 16» 16+
17.45 «Селянка-горожанка» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.55 «Неотложка» 16+

СУББОТА, 21 марта

5.00, 2.15 «Моя свекровь - монстр» 16+
9.00 «Доктор-Ревизор» 16+
9.25 «Мне изменили» 16+
10.35 «Селянка-горожанка» 16+
12.05 «Чадо из ада. Предки» 16+
15.15 «Беременна в 45» 16+
17.50 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.55 «За кадром. Дорогая, я забил» 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 1.50 «Моя свекровь - монстр» 16+
7.35 «Супермама» 16+
9.35 «Мама в 16» 16+
12.30 «Беременна в 45» 16+
15.00 «Мама в 16» 16+
18.00 «Ждули» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+

РЕН

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00, 18.00, 1.05, 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 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, 20.00 «Безумные факты» 16+
17.00, 2.00 «Тайны Чапман» 16+
20.25 Х/ф **«ХОЛОД В ИЮЛЕ»** 16+
22.40, 23.25 Х/ф **«КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: РАЗБОРКИ В ПУСАНЕ»** 16+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 18.00, 0.15, 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 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 «100 вопросов обо всем» 16+
17.00, 1.10 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф **«СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО»** 16+
22.00, 23.25 Х/ф **«ЗАЛОЖНИЦА-2»** 16+

СРЕДА, 18 марта

5.00, 18.00, 0.10, 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+
10.00 «Засекреченные списки» 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 «Момент в истории» 16+
17.00, 1.10 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф **«ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ»** 16+
21.55, 23.25 Х/ф **«ДИТЯ ОСИРИСА»** 16+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00, 18.00, 1.10, 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, 11.00 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00, 14.00 «Невероятно интересные истории» 16+
17.00, 2.05 «Тайны Чапман» 16+
20.00 Х/ф **«ХАГЕН. В ДОЛИНЕ НИБЕЛУНГОВ»** 16+
22.45, 23.25 Х/ф **«ДРУГИЕ»** 16+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00 «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, 3.35 «Тайны Чапман» 16+
18.00, 2.50 «Главные тайны мира» 16+
20.00 Х/ф **«ВО ВЛАСТИ СТИХИИ»** 16+
21.55 Х/ф **«НА ГЛУБИНЕ СТРАХА»** 16+
23.40 Х/ф **«АКУЛЬЕ ОЗЕРО»** 18+
1.25 Х/ф **«ПОДВОДНЫЙ КАПКАН»** 16+

СУББОТА, 21 марта

5.00, 1.30 «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+
16.55 Документальный спецпроект 16+
18.00 «Засекреченные списки» 16+
19.00 «Добровэфире» 16+
19.55 Х/ф **«АВТОБАН»** 16+
21.40 Х/ф **«ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ»** 16+
23.35 Х/ф **«НЕУДЕРЖИМЫЕ»** 18+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 1.05 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30 Новости 16+
8.55 «Самая народная программа» 16+
9.55 «Знаете ли вы, что?» 16+
11.00 «Наука и техника» 16+
12.00, 16.00 Инфопрограмма 112 16+
12.55 «Неизвестная история» 16+
13.55 Д/с «Легенды и мифы» 16+
16.55 Х/ф **«НЕУДЕРЖИМЫЕ-2»** 16+
18.45 Х/ф **«НЕУДЕРЖИМЫЕ-3»** 16+
21.05 Х/ф **«НЕУДЕРЖИМЫЕ-4»** 16+
23.00 Итоговая программа 16+
23.55 Д/ф «В мире сновидений» 16+

ПЯТНИЦА!

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 1.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 Гастротур 16+
7.10, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+
9.00 Молодые ножи 16+
10.00 Адский шеф 16+
23.00 Выживалити. Миссия Альфа 16+
1.30, 2.30 На ножах 16+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 1.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.00 Молодые ножи 16+
10.00 Адский шеф 16+
13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00 Черный список. На кухне 16+
19.00, 23.00 Что я наделала?! 16+
0.00 Вундеркинды 16+
1.30, 2.30 На ножах 16+

СРЕДА, 18 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 1.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.00, 12.30, 13.40, 15.00, 16.10, 17.30 Молодые ножи 16+
10.00 Адский шеф 16+
19.00 Молодые ножи. Новая кровь 16+
21.00 Последний шеф 16+
23.00 Секретный артист 16+
0.00 Вундеркинды 16+
1.30, 2.30 На ножах 16+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 1.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.00 Молодые ножи 16+
10.00 Адский шеф 16+
13.00, 15.00, 17.00 Новые Четыре свадьбы 16+
19.00 Новые пацанки 16+
22.00 Умнее всех 12+
23.00 Секретный артист 16+
0.00 Вундеркинды 16+
1.30, 2.30 На ножах 16+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 2.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.00 Умнее всех 12+
10.00 Молодые ножи. Новая кровь 16+
12.00, 13.00, 14.00, 15.00 Черный список. На кухне 16+
16.00 Новые пацанки 16+
19.00, 21.30 Выживалити. Миссия Альфа 16+
0.00 Х/ф **«ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ»** 18+
2.30 На ножах 16+

СУББОТА, 21 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 3.00, 4.30 Пятница News 16+
7.00 Умнее всех 12+
8.30 Мамы Пятницы 16+
9.00 Прекрасное далеко 16+
10.00, 11.00, 12.00, 13.00 Как люди живут 16+
14.00 Экспедиция с Алексеем Столяровым 16+
15.30, 16.30, 18.00, 20.00, 21.00 Погнали! 16+
23.00 Последний шеф 16+
1.10, 2.00 Погнали. Doc 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 3.30 Секреты на кухне 16+
6.00, 3.00, 4.30 Пятница News 16+
6.30 М/ф «Чиполлино» 0+
7.30 М/ф «Тайна третьей планеты» 0+
8.30 Мамы Пятницы 16+
9.00 Гастротур 16+
10.00, 11.00, 12.00, 14.00 Как люди живут 16+
13.00 Экспедиция с Алексеем Столяровым 16+
15.30, 16.30, 18.00, 20.00, 21.30 Погнали! 16+
23.00 Выживалити. Змееловы 16+
1.10, 2.00 Погнали. Doc 16+

МИР

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 марта

5.00 Х/ф **«ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ»** 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
6.15, 10.20 Т/с **«ОПЕРАЦИЯ «МУХАББАТ»** 16+
10.10 «Белорусский стандарт» 12+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 «Дела судебные» 16+
20.25 «Миллион за 5 минут. Дети» 6+
21.10 «Миллион за 5 минут» 16+
21.50, 22.35, 23.20 «Игра в кино» 16+
0.10 «Наше кино» 16+
1.00 Первый Евразийский канал 12+
1.45 Х/ф **«ГОРОД ПРИНЯЛ»** 16+
3.00 «Понять. Простить» 16+

ВТОРНИК, 17 марта

5.00, 3.00 «Понять. Простить» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
6.15 Спецрепортаж 12+
6.30, 10.10 Т/с **«ОПЕРАЦИЯ «МУХАББАТ»** 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 «Дела судебные» 16+
20.25 «Миллион за 5 минут. Дети» 6+
21.10 «Миллион за 5 минут» 16+
21.50, 22.35, 23.20 «Игра в кино» 16+
0.10 «Наше кино» 16+
1.00 Первый Евразийский канал 12+
1.30 Х/ф **«СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА»** 16+

СРЕДА, 18 марта

5.00, 3.00 «Понять. Простить» 16+
5.35, 6.15, 10.10 Т/с **«БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА»** 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
11.20 Х/ф **«СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ»** 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30 «Дела судебные» 16+
20.25 «Миллион за 5 минут. Дети» 6+
21.10 «Миллион за 5 минут» 16+
21.50, 22.35, 23.20 «Игра в кино» 16+
0.10 «Наше кино» 16+
1.00 Первый Евразийский канал 12+
1.40 Х/ф **«ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА»** 16+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

5.00, 3.00 «Понять. Простить» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
6.15 Х/ф **«СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА»** 16+
8.05 Х/ф **«КУРЬЕР»** 16+
10.10, 11.05, 12.00, 14.10, 15.05, 16.35, 18.20, 18.30 «Дела судебные» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
16.15 «Обману. Нет» 16+
20.25 «Миллион за 5 минут. Дети» 6+
21.10 «Миллион за 5 минут» 16+
21.50, 22.35, 23.20 «Игра в кино» 16+
0.10 «Наше кино» 16+
1.00 Первый Евразийский канал 12+
1.40 Х/ф **«ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ»** 16+

ПЯТНИЦА, 20 марта

5.00 «Понять. Простить» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
6.10 «Наше кино» 16+
6.35 Х/ф **«ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!»** 16+
8.20 Х/ф **«ИНСПЕКТОР ГАИ»** 16+
10.10, 11.05, 12.00, 14.10, 15.05, 16.35, 18.20, 18.30 «Дела судебные» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
16.15 «Обману. Нет» 16+
19.30 Х/ф **«БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ»** 16+
21.30 Х/ф **«ЖИВИТЕ В РАДОСТИ»** 16+
23.05 Х/ф **«СЕМЬ НЯНЕК»** 16+
0.30 Х/ф **«ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА»** 16+
2.00 Х/ф **«АЛЫЕ ПАРУСА»** 16+
3.25 Х/ф **«ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА»** 16+
4.55 Т/с **«ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА»** 12+

СУББОТА, 21 марта

5.00, 4.05 Т/с **«ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА»** 12+
5.45 «Все, как у людей» 6+
6.10, 7.40 Мультфильмы 12+
7.15 «Исторический детектив» 16+
8.15 «Игра в кино. Мультфильмы» 16+
9.00, 10.20 Х/ф **«ЖИВИТЕ В РАДОСТИ»** 16+
10.00, 13.00 Вместе каждый день
10.10 «Предварительный диагноз» 12+
11.00, 13.15, 18.50 Т/с **«ОДНОЛЮБЫ»** 16+
18.00 Вместе. Еженедельный тележурнал 16+
1.20 Х/ф **«КУРЬЕР»** 16+
2.45 Х/ф **«МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ»** 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 марта

5.00, 3.45 Т/с **«ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА»** 12+
6.15 Х/ф **«ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!»** 16+
7.55 «Диктор делает» 16+
8.30 «ФазендаЛайф» 6+
9.00, 10.10 Х/ф **«СЕМЬ НЯНЕК»** 16+
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
10.45, 13.15 «Дела судебные» 16+
14.20 Х/ф **«ИНСПЕКТОР ГАИ»** 16+
16.00 Х/ф **«БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ»** 16+
18.15 Х/ф **«ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ»** 16+
20.15 Х/ф **«ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ»** 16+
22.10 Х/ф **«СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА»** 16+
0.00 Вместе. Еженедельный тележурнал 16+
0.50 Х/ф **«ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА»** 16+
2.20 Х/ф **«АЛЫЕ ПАРУСА»** 16+

Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.

ПЯТНИЦА – 20 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30 По делам несовершеннолетних 16+
7.30, 5.05 Давай разведемся! 16+
8.30, 3.05 Тест на отцовство 16+
10.45, 23.50 Д/с «Понять. Простить» 16+
11.50, 0.50 Д/с «Порча» 16+
13.00, 1.45 Д/с «Знахарка» 16+
13.35, 2.10 Д/с «Верну любимого» 16+
14.10, 2.40 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.45 Х/ф **«ХОЧУ ТЕБЕ ВЕРИТЬ»** 16+
19.00 Х/ф **«ЖИЗНЬ БЕЗ ОШИБОК»** 16+
23.15 Уютное утро 16+
4.45 Одна за всех 16+
5.55 Х/ф **«СОКРОВИЩЕ КОРОЛЕВОЙ АННЫ»** 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.10, 2.00 «Петровка, 38» 16+
8.30, 11.50 Х/ф **«ВТОРАЯ ЖИЗНЬ»** 16+
11.30, 14.30, 17.50 События
12.35, 15.00 Х/ф **«ОКОНЧАТЕЛЬНЫЙ ПРИГОВОР»** 12+
14.50 Город новостей
16.55 Д/ф «Актерские драмы. Королевы эпизода» 16+
18.10 Х/ф **«ЗАПАДНЯ»** 16+
20.05 Х/ф **«НА СЕМИ ВЕТРАХ»** 16+
22.00 В центре событий
23.05 Д/ф «Русские тайны. Так говорил Жириновский» 16+
0.00 Д/ф «90-е. Путаны и тараканы» 18+
0.40 Х/ф **«НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!»** 16+
2.15 Х/ф **«ЗА ДЕНЬ ДО... ИРИС И КАШТАНЫ»** 16+
3.45 Х/ф **«ЗА ДЕНЬ ДО... ЗМЕЯ В ЛАБИРИНТЕ»** 16+
5.10, 5.50 Документальные фильмы 16+

СТС

6.00, 4.55 Уральские пельмени 16+
10.05, 21.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+
19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени» 16+

Здесь могла бы быть ваша реклама!
Тел.: 8 (87922) 6-25-76, 6-24-46 (доб. 1);
e-mail: nedelya@kmv.ru

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 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, 21.00 «Комеди Клаб» 16+
22.00 «Комеди Клаб. Летние дайджесты 2024» 16+
23.00 «Stand up» 18+
0.00, 1.00, 1.50, 2.40 «Женский стендап» 16+
3.30, 4.15, 5.00, 5.50, 6.40 «Однажды в России» 16+

☺☺☺

На рынке:
– А что, у вас камбала свежая, еще живая?
– Нет, она недавно умерла.
– То-то я удивляюсь цене: вы ей на похороны собираете?

☺☺☺

– Прожив 10 лет с мужем, поняла, что только один человек из его семьи меня по-настоящему любит и желает мне счастья. Это свекровь.
– Откуда вывод?
– Так ведь лишь она была против нашей свадьбы!

ТВ3

6.00 Мультфильмы 0+
8.30, 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, 19.00 Д/с «Слепая» 16+
19.30 Х/ф **«ИНКАРНАЦИЯ»** 16+
21.15 Х/ф **«ЕРЕТИК»** 16+
23.30 Х/ф **«ПРОКЛЯТИЕ: ОБИТЕЛЬ СМЕРТИ»** 18+
1.15, 2.00, 3.00, 3.45, 4.30, 5.15 Дневник экстрасенса 16+

☺☺☺

Из разговора приятелей:
– Ты свою зарплату добровольно отдаешь жене?
– Да, стоит ли ссориться из-за какой-то мелочи.

МАТЧ!

6.00, 14.25 «Династия. Шубенковы» 12+
6.30 «Формула-1. Гаснут огни» 12+
7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости 0+
7.05, 11.30, 21.30, 2.00 Все на Матч!
9.10 Небесная грация 6+
9.30 «Вопреки всему» 12+
10.30 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор 6+
12.35 «По домам. Юрий Газинский» 12+
13.00 Есть тема!
14.55 «Неизвестные страницы Кубка мира» 12+
15.30 Смешанные единоборства. One FC 16+
19.25 Футбол. «Ротор» (Волгоград) - «Факел» (Воронеж). Лига Пари
22.50 Футбол. «Вильярреал» - «Реал Сосьедад». Чемпионат Испании
1.00 Евротур 12+
3.00 Бокс. К. Стюарт - Н. Гаффи. Bare Knuckle FC 16+

★ ЗВЕЗДА

5.10 Т/с **«НА ВСЕХ ШИРОТАХ...»** 16+
6.40 Х/ф **«ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ»** 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
9.20 «Ищу своих» 12+
10.05, 21.20 Спецрепортаж 16+
10.25, 13.25, 15.05 Т/с **«СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР»** 12+
15.00 Военные новости 16+
17.15 Х/ф **«ПИРАТЫ XX ВЕКА»** 16+
19.40, 20.30 Документальные сериалы 16+
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+
23.30 «Музыка+» 12+
2.20 Х/ф **«ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ»** 16+
3.25 Х/ф **«ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...»** 12+
4.50 Х/ф **«МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ!»** 12+

СУББОТА – 21 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30 Х/ф **«СОКРОВИЩЕ КОРОЛЕВОЙ АННЫ»** 16+
9.45 Уютное утро 16+
10.20 Х/ф **«ГОРЬКИЙ ШОКОЛАД»** 16+
19.00 Х/ф **«ПЕРВЫЙ ДЕНЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ»** 16+
23.10 Х/ф **«СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ»** 16+
2.30 Х/ф **«КРАСОТА НЕБЕСНАЯ»** 16+
5.20 Х/ф **«МОЙ ЛЮБИМЫЙ РАДЖА»** 16+

☺☺☺

Моя жена считает, что я очень романтичный, потому что помню, когда годовщина нашего знакомства, а она – нет. Я не говорю ей, что наша годовщина – за день до того, как заканчивается страховка на машину.

ТВЦ

6.35 «Православная энциклопедия» 6+
7.00 Х/ф **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН»** 16+
9.00 «Здоровый смысл» 16+
9.30 «Смех, дрожь и видео» 16+
10.05 Мифы о еде 16+
10.55 «Просто & вкусно» 6+
11.30, 14.30, 23.35 События
11.45 «Смешите меня семеро» 16+
12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+
13.05, 14.45 Х/ф **«АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ»** 12+
17.10 Х/ф **«СОБИРАТЕЛЬ КАМНЕЙ»** 16+
21.00 Постскриптум
22.10 «Право знать!» 16+
23.45, 0.30, 4.55 Документальные фильмы 16+
1.10 «10 самых...» 16+
1.35 «Хватит слухов!» 16+
2.05, 2.45, 3.25, 4.05 Прощание 16+
4.45 «Петровка, 38» 16+

СТС

6.00 Уральские пельмени 16+
7.00 Х/ф **«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ. ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ»** 16+
8.50, 9.30 ПроСТО кухня 12+
10.00 «100 мест, где поесть» 16+
12.05 Х/ф **«ЭЛВИН И БУРУНДУКИ»** 12+
14.00 Х/ф **«ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2»** 0+
15.40 Х/ф **«ГЕМИНИ»** 16+
18.00 Х/ф **«КРУЧЕ НЕКУДА»** 16+
20.05 Х/ф **«55-Й ЭЛЕМЕНТ»** 16+
22.55 Х/ф **«КАТАСТРОФА»** 16+
1.00 Х/ф **«ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ»** 18+
2.30 Х/ф **«ДАЛЬНИЙ КОСМОС»** 16+
4.10 Х/ф **«ПРИШЕЛЕЦ ИЗ БУДУЩЕГО»** 16+
5.45 Т/с **«ДОМОЧАТЦЫ»** 16+

ТНТ

7.00, 8.00, 3.55, 4.40, 5.40, 6.30 «Однажды в России» 16+
9.00 «Время завтрака» 16+
9.30, 11.15, 12.50, 14.20 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+
15.55, 18.30 «Новая битва экстрасенсов» 16+
21.00, 0.00 «Конфетка» 16+
23.00 «Женский стендап» 18+
2.20, 3.05 «Женский стендап» 16+

ТВ3

6.00, 5.45 Мультфильмы 0+
8.00 Особенности национальной кухни 16+
8.30, 9.00 Новый день 16+
9.30 Х/ф **«ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА»** 6+
11.15 Х/ф **«ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2»** 6+
13.00 Х/ф **«СВОРА»** 16+
15.00 Х/ф **«ТАЙНА СЕМИ СЕСТЕР»** 16+
17.30 Х/ф **«ИНКАРНАЦИЯ»** 16+
19.00 Х/ф **«КОШМАРНЫЕ КАНИКУЛЫ»** 16+
21.00 Х/ф **«НЕЧИСТЬ»** 16+
23.00 Х/ф **«СТРАШНЫЕ ИСТОРИИ ДЛЯ РАССКАЗА В ТЕМНОТЕ»** 18+
1.15, 1.45, 2.45, 3.30, 4.15, 5.00 Дневник экстрасенса 16+

МАТЧ!

6.00 Бокс. К. Стюарт - Н. Гаффи. Bare Knuckle FC 16+
7.00, 9.05 Новости 0+
7.05, 11.10, 14.05, 16.55, 20.15, 2.00 Все на Матч!
9.10 М/с «Чемпионы» 6+
9.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Масс-старт. Мужчины. Прямая трансляция из Тюмени
12.00 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Женщины
14.55 Баскетбол. МБА-МАИ (Москва) - «Уралмаш» (Екатеринбург). Единая лига ВТБ
18.00 Футбол. «Краснодар» - «Пари НН» (Нижний Новгород). МИР Российская Премьер-Лига
21.00 Смешанные единоборства. М. Евлоев - Л. Мерфи. UFC
3.30 «Неизвестные страницы Кубка мира» 12+
4.00 Новости 0+
4.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/2 финала 6+

★ ЗВЕЗДА

6.20 Х/ф **«СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ»** 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 «Жить после» 16+
13.15, 19.25 Т/с **«БАТЯ»** 16+
21.25 Х/ф **«ПИРАТЫ XX ВЕКА»** 16+
23.20 Х/ф **«АДМИРАЛ УШАКОВ»** 12+
1.15 Х/ф **«КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ»** 12+
2.50 Д/с «Подпольщики» 16+
3.25 Д/с «Хроника Победы» 16+
4.05 Т/с **«СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР»** 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ – 22 МАРТА

ДОМАШНИЙ

6.30 Х/ф **«МОЙ ЛЮБИМЫЙ РАДЖА»** 16+
9.00, 9.30 Метод Рогова 16+
10.00 Пять ужинов 16+
10.15 Х/ф **«ЦВЕТОК ГРАНАТА»** 16+
19.00 Х/ф **«УХОДЯ, ЗАКРЫВАЙТЕ ДВЕРИ»** 16+
23.30 Х/ф **«ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ»** 16+
2.55 Одна за всех 16+
3.20 Х/ф **«ОНА, ОН И ОНА»** 16+

ТВЦ

5.35 Х/ф **«ЗАПАДНЯ»** 16+
7.05 Х/ф **«АГАТА И СЫСК. ВЫГОДНЫЙ РИСК»** 16+
9.00 Х/ф **«НА СЕМИ ВЕТРАХ»** 16+
10.55 Полезная программа 6+
11.30, 0.00 События
11.50 «Наша смешная жизнь» 16+
12.40 Х/ф **«НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!»** 16+
14.30 Московская неделя
15.00, 15.55, 16.45, 4.05, 4.50 Документальные фильмы 12+
17.35 Х/ф **«САДОВНИК»** 16+
21.20, 0.15 Х/ф **«ТАЛИСМАН ЧЕМПИОНКИ»** 16+
1.05 «Петровка, 38» 16+
1.15 Х/ф **«ОКОНЧАТЕЛЬНЫЙ ПРИГОВОР»** 12+
5.30 Московская неделя 12+

СТС

6.00, 4.50 Т/с **«ДОМОЧАТЦЫ»** 16+
6.25 М/ф «Рок Дог-2» 6+
8.00 М/ф «Рок Дог-3. Битва за бит» 6+
9.45 М/ф «Творцы снов» 12+
11.20 Х/ф **«ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-3»** 12+
13.05 Т/с **«ЭЛВИН И БУРУНДУКИ: ГРАНДИОЗНОЕ БУРУНДУКЛЮЧЕНИЕ»** 12+
15.00 Тайный миллионер 16+
17.05 Х/ф **«КРУШЕНИЕ»** 16+
19.20 Х/ф **«ПАДЕНИЕ ОЛИМПА»** 16+
21.40 Х/ф **«ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА»** 16+
23.40 Х/ф **«ИСЧЕЗНОВЕНИЕ»** 18+
1.40 Х/ф **«ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА»** 18+
3.25 Х/ф **«КОСМИЧЕСКАЯ КОЛОНИЯ»** 16+

ТНТ

7.00, 8.00, 9.00, 3.00, 3.55, 4.45 «Однажды в России» 16+
9.35, 11.05, 12.50, 14.20 «Битва экстрасенсов» 16+
15.50 «Новая битва экстрасенсов» 16+
18.30 «Выжить в Стамбуле» 16+
21.00, 0.20 «Титаны» 16+
23.00 «Шоу Воли» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+
5.50, 6.20, 6.40 Т/с **«САШАТАНЯ»** 16+

☺☺☺

– Новое средство помогло мне отмыть посуду от жира! Теперь у меня только одна проблема: как мне отмыть посуду от самого средства.

ТВ3

6.00, 5.45 Мультфильмы 0+
8.30, 9.00, 9.30, 10.00 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
10.30 Х/ф **«МЯУ»** 16+
12.45 Х/ф **«МИЛЫЙ ДРУГ»** 16+
14.45 Х/ф **«СТРАШНЫЕ ИСТОРИИ ДЛЯ РАССКАЗА В ТЕМНОТЕ»** 16+
17.00 Х/ф **«КОШМАРНЫЕ КАНИКУЛЫ»** 16+
19.00 Х/ф **«ЯГА. КОШМАР ТЕМНОГО ЛЕСА»** 16+
21.00 Х/ф **«РУСАЛКА. ОЗЕРО МЕРТВЫХ»** 16+
22.45 Х/ф **«ЕРЕТИК»** 16+
1.00, 1.45, 2.45, 3.30, 4.15, 5.00 Дневник экстрасенса 16+

МАТЧ!

6.00 Смешанные единоборства. One FC 16+
7.00, 4.00 Новости 0+
7.05, 14.55, 1.00 Все на Матч!
8.30 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Мужчины
10.20 Биатлон
11.35 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Масс-старт. Женщины
12.55 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ
15.30 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). МИР Российская Премьер-Лига
18.30 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Акрон» (Тольятти). МИР Российская Премьер-Лига
21.00 После футбола
22.30 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Атлетико». Чемпионат Испании
2.30 Гандбол. «Звезда» (Звенигород) - «Лада» (Тольятти). Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/4 финала 6+
4.05 Волейбол 6+

★ ЗВЕЗДА

6.15 Т/с **«СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР»** 12+
9.00 Новости недели 16+
9.25 «Служу России» 12+
9.55 «Военная приемка» 12+
10.40 Легенды армии 12+
11.30 Д/с «Легенды госбезопасности» 16+
12.20, 14.00, 15.40, 16.30, 19.40 Документальные сериалы 16+
13.10 «Код доступа» 12+
14.50 Скрытые угрозы 16+
17.20 Спецрепортаж 16+
18.00 «Главное» 16+
23.00 «Фетисов» 12+
23.55 Х/ф **«В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ»** 12+
1.15 Х/ф **«ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ»** 12+
2.35 Х/ф **«СЛУЧАЙ В ТАЙГЕ»** 12+
4.05 Х/ф **«ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА»** 12+

ДОМАШНИЙ

ВТОРНИК, 16 марта

...а Своем 16+
...5.25 Актуальное ...12+
...ение. Итоги недели ...
...фессия – Родину ...6+
...30 Т/с **«ОСКОЛКИ»** ...
...13.00, 15.30, 19.30 ...6+
...Непровинция» 16+
...16.30, 21.00, 22.45 ...новости 16+
...Сценарий цен 12+
...4.25 За здоровье 16+
...й эфир 16+
..., 2.00 «Россия вне ...упа» 16+
...0 Новости Кисло-...+
...ти Пятигорска 16+
...5 Т/с **«ДНЕВНИК А ЗАЙЦЕВОЙ»** 16+
...30, 0.30, 3.00 ...» для слабослыша-...й 16+
17.45 А что там есть? 16+
19.15, 22.00, 0.15, 2.45 ОбоZрение 16+
20.00 Выводы следствия 16+
1.00 «Дикие и стильные» 16+
5.10 Знания для жизни 12+

ВТОРНИК, 17 марта

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, 19.15, 22.00, 0.15, 2.45 ОбоZрение 16+
7.15, 10.15, 15.15 Профессия – Родину защищать 16+
7.30, 20.30, 3.30 Т/с **«ОСКОЛКИ»** 16+
8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+
9.15, 15.45 «Непровинция» 16+
9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+
10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+
11.30 Прямой эфир 16+
12.00, 18.15 «Россия вне зоны доступа» 16+
12.50 Новости Кисловодска 16+
13.15, 22.15, 1.00 Т/с **«ДНЕВНИК ДОКТОРА ЗАЙЦЕВОЙ»** 16+
17.45 Выводы следствия 16+
19.00 Новости Пятигорска 16+
20.00, 5.10 Сценарий цен 12+
20.15 Знания для жизни 12+

СРЕДА, 18 марта

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, 19.15, 22.00, 0.15, 2.45 ОбоZрение 16+
7.15 Профессия – Родину защищать 16+
7.30, 20.30, 3.30 Т/с **«ОСКОЛКИ»** 16+
8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+
9.15, 15.45 «Непровинция» 16+
9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+
10.15, 17.45, 5.10 Дзержинского, 102 16+
10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+
11.30 Прямой эфир 16+
12.00, 18.15 «Россия вне зоны доступа» 16+
12.50 Новости Пятигорска 16+
13.15, 22.15 Т/с **«СВИДЕТЕЛИ»** 16+
15.15 Сценарий цен 12+
18.00 Формула безопасности 16+
19.00 Новости Кисловодска 16+
20.00 Человек на Своем месте 12+
1.00 Т/с **«ДНЕВНИК ДОКТОРА ЗАЙЦЕВОЙ»** 16+

ЧЕТВЕРГ, 19 марта

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, 19.15, 22.00, 0.15, 2.45 ОбоZрение 16+
7.15, 20.15 Профессия – Родину защищать 16+
7.30, 20.30, 3.30 Т/с **«ОСКОЛКИ»** 16+
8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+
9.15, 15.45 «Непровинция» 16+
9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+
10.15, 17.45, 5.10 Око государево 16+
10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+
11.30 Прямой эфир 16+
12.00, 18.15 «Параллели с Олегом Исаевым» 16+
12.50 Новости Кисловодска 16+
13.15, 22.15, 1.00 Т/с **«СВИДЕТЕЛИ»** 16+
15.15, 18.00 Сценарий цен 12+
19.00 Новости Пятигорска 16+
20.00 Знания для жизни 12+

ПЯТНИЦА, 20 марта

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 ОбоZрение 16+
7.15, 10.15, 15.15, 5.10 Профессия – Родину защищать 16+
7.30, 20.30, 3.30 Т/с **«ОСКОЛКИ»** 16+
8.30, 10.30, 13.00, 15.30, 19.30 Новости 16+
9.15, 15.45 «Непровинция» 16+
9.30, 14.00, 16.30, 21.00, 22.45 Экспресс новости 16+
10.45, 16.45, 4.25 За здоровье 16+
11.30 Прямой эфир 16+
12.00, 18.15 «Параллели с Олегом Исаевым» 16+
12.50, 19.00 Новости Пятигорска 16+
13.15, 22.15, 1.00 Т/с **«СВИДЕТЕЛИ»** 16+
14.05, 22.50 Т/с **«ДЕТЕКТИВЫ»** 16+
17.45 Человек на Своем месте 12+
19.05 Новости Кисловодска 16+
19.15, 22.00, 0.15, 2.45 ОбоZрение. Итоги недели 16+
20.00 А что там есть? 16+

СУББОТА, 21 марта

6.00, 9.00 За здоровье 16+
6.45 Ставропольский Благовест 12+
7.00 Я не местная 16+
7.30, 14.00, 3.35 «Дикие и стильные» 16+
8.30, 13.30, 2.50 Итоги на Своем 16+
9.45, 21.00 Т/с **«СВОДНЫЕ СУДЬБЫ»** 16+
15.00, 0.30 Х/ф **«ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО»** 16+
16.45 Х/ф **«С ОСЕНЬЮ В СЕРДЦЕ»** 16+
18.15, 19.15 Х/ф **«ЗВЕЗДА»** 16+
19.00 Шпаковские вести 16+
2.15 Человек на Своем месте 12+
3.20 ОбоZрение. Итоги недели 16+
4.35 Сценарий цен 12+
4.55 Актуальное интервью 12+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 марта

6.00, 9.00 За здоровье 16+
6.45 Преображение 12+
7.00 Я не местная 16+
7.30, 14.10, 3.35 «Дикие и стильные» 16+
8.30 Человек на Своем месте 12+
9.45 М/ф «Медвежий переполох» 12+
10.55 Х/ф **«ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО»** 16+
12.40, 2.05 Х/ф **«С ОСЕНЬЮ В СЕРДЦЕ»** 16+
15.10 «Параллели с Олегом Исаевым» 16+
15.50, 0.55 Концерт А. Розенбаума «Накрышник» 16+
17.00 Т/с **«СВОДНЫЕ СУДЬБЫ»** 16+
20.30 Итоги на Своем 16+
21.00 Х/ф **«В ДВУХ ШАГАХ ОТ РАЯ»** 16+
22.35 Х/ф **«ЗВЕЗДА»** 16+
4.35 Профессия – Родину защищать 16+
4.55 Актуальное интервью 12+

Программы передач телеканалов «Солнце», «Победа», «Ю», «Рен-TV», «Пятница» и «Мир» см. на стр. 8

Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.

ПОНЕДЕЛЬНИК – 16 МАРТА

1

5.00 Доброе утро
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+
9.25 «Модный приговор» 0+
10.15 «Жить здорово!» 16+
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+
15.15 «Давай поженимся!» 16+
16.05 «Мужское / Женское» 16+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
19.50 «Пусть говорят» 16+
21.00 «Время» 16+
22.00 Т/с **«КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
0.10 «Время героев» 16+
1.10, 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00 Новости 16+

РОССИЯ 1

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, 2.00, 3.30 Т/с **«МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ»** 12+
17.00 «Малахов» 16+
21.30 Т/с **«КНЯЗЬ АНДРЕЙ»** 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

РОССИЯ К

6.30 Диалоги о животных
7.20 Д/с «Первые в мире»
7.35 Черные дыры. Белые пятна
8.15 Д/с «Невский ковчег. Теория невозможного»
8.40, 22.25 Х/ф **«ВИЗИТ К МИНОТАВРУ»**
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10, 0.05 «XX век»
11.45, 21.30, 0.40, 2.15 Документальные фильмы
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 Линия жизни
13.55 Х/ф **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА»**
15.25 Агора
16.30 Д/с «Передвижники»
17.15, 1.20 Мастера фортепианного искусства
18.15 Рассказы из русской истории
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Сати. Нескучная классика..

НТВ

4.40, 8.25, 10.35 Т/с **«ПЕС»** 16+
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» 16+
17.50 «ДНК» 16+
20.00 Т/с **«НОВАЯ ЗЕМЛЯ»** 16+
22.15 Т/с **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА»** 16+
0.35 Ч.Т.Д. с Маргаритой Симоньян 16+
1.10 Т/с **«МЕЛЬНИК»** 16+
4.25 Т/с **«АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР»** 16+

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

ОТР

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 Формула безопасности 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, 18.00, 20.00 Новости 16+
9.05, 9.35, 10.05 ОТРажение 12+
11.00, 0.10 Д/ф «Семь главных пирамид Древ-него Египта» 16+
12.05, 13.10 ОТРажение 12+
15.15 Х/ф **«Ч/Б»** 16+
16.45 Новости Совета Федерации 12+
17.00 «Моя история» 16+
17.40 «Конструкторы будущего» 12+
18.20 ОТРажение 12+
20.15 Календарь 12+
20.45 Х/ф **«МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА»** 16+
22.25, 4.15 Х/ф **«СОСЕДКА»** 16+
1.05 «Свет и тени». Михаил Врубель 16+
1.35 «Отчий дом» 12+
1.45 «Песня остается с человеком» 12+
2.05 ОТРажение. Итоги 12+
2.35 «Большая страна» 12+
3.30 «Свет и тени». Емельян Пугачев 16+
3.55 Кино. Короткий метр 12+

5 Санкт-Петербург

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
5.25, 4.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»** 16+
6.00, 6.45 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2»** 16+
7.35, 9.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7»** 16+
8.05 Фирменный рецепт 12+
8.40 Знание - сила 12+
9.40, 10.35, 11.25, 12.15, 13.30, 13.35, 14.25, 15.15, 16.05 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4»** 16+
17.30, 18.20, 19.05, 19.45, 20.40, 21.25, 2.05, 2.40, 3.15, 3.55 Т/с **«СЛЕД»** 16+
22.20, 1.20 Т/с **«СВОИ-7»** 16+
23.05, 0.30 Т/с **«СВОИ-5»** 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+

ВТОРНИК – 17 МАРТА

1

5.00 Доброе утро
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+
9.25 «Модный приговор» 0+
10.15 «Жить здорово!» 16+
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+
15.15 «Давай поженимся!» 16+
16.05 «Мужское / Женское» 16+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
19.50 «Пусть говорят» 16+
21.00 «Время» 16+
22.00 Т/с **«КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
0.10, 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00 Новости 16+

РОССИЯ 1

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, 2.00, 3.30 Т/с **«МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ»** 12+
17.00 «Малахов» 16+
21.30 Т/с **«КНЯЗЬ АНДРЕЙ»** 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

Здесь могла бы быть ваша реклама!
Тел.: 8 (87922) 6-25-76, 6-24-46 (доб. 1); e-mail: nedelya@kmv.ru

РОССИЯ К

6.30 Диалоги о животных
7.20 Легенды мирового кино
7.45, 13.00, 21.30 Д/ф «Сокровища Московского Кремля»
8.40, 22.25 Х/ф **«ВИЗИТ К МИНОТАВРУ»**
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 0.05 «XX век»
12.45 Новости. Подробно. Книги
13.55 Х/ф **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА»**
15.05 Д/с «Приют путешественника»
15.30 Сати. Нескучная классика..
16.10 Семидесятые
16.30 Д/с «Коллекция»
17.15, 1.10 Мастера фортепианного искусства
18.05, 2.15 Документальные фильмы
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Белая студия
2.00 Кристальные истории

НТВ

4.55, 8.25, 10.35 Т/с **«ПЕС»** 16+
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» 16+
17.50 «ДНК» 16+
20.00 Т/с **«НОВАЯ ЗЕМЛЯ»** 16+
22.15 Т/с **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА»** 16+
0.35 «Захар Прилепин. Уроки русского» 12+
1.10 Т/с **«МЕЛЬНИК»** 16+
4.25 Т/с **«АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР»** 16+

ОТР

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 Око государево 16+
7.45 За здоровье 16+
8.45 Формула безопасности 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 Д/ф «1001 лицо Пальмиры. Утраченные сокровища пустыни» 16+
12.05, 13.10 ОТРажение 12+
15.15 Х/ф **«МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА»** 16+
17.00 «Очевидно. Вероятно» 12+
17.40 Спецрепортаж 12+
18.20 ОТРажение 12+
20.15 Календарь 12+
20.45 Х/ф **«РУССКАЯ ИГРА»** 16+
22.20 Х/ф **«БАРЫШНИ ИЗ ВИЛЬКО»** 16+
0.15 Д/ф «1001 лицо Пальмиры. Утраченные сокровища пустыни» 16+
1.05 «Преодоление». Алексей Леонов 12+
1.45 «Наши в Голливуде» 16+
2.05 ОТРажение. Итоги 12+
2.35 «Большая страна» 12+
3.30 «Свет и тени». Нерон 16+
4.05 Х/ф **«БАРЫШНИ ИЗ ВИЛЬКО»** 16+

5 Санкт-Петербург

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
5.25, 5.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»** 16+
6.10, 6.50, 7.35 Они потрясли мир 16+
8.25 Страна советов 16+
9.30, 10.20, 11.15, 12.05, 13.30, 14.20, 15.15, 16.05 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4»** 16+
17.30, 18.20, 19.10, 19.45, 20.40, 21.25, 2.05, 2.40, 3.20, 3.55, 4.25 Т/с **«СЛЕД»** 16+
22.20, 1.15 Т/с **«СВОИ-7»** 16+
23.05, 0.30 Т/с **«СВОИ-5»** 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+

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

СРЕДА – 18 МАРТА

1

5.00 Доброе утро
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+
9.25 «Модный приговор» 0+
10.15 «Жить здорово!» 16+
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+
15.15 «Давай поженимся!» 16+
16.05 «Мужское / Женское» 16+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
19.50 «Пусть говорят» 16+
21.00 «Время» 16+
22.00 Т/с **«КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
0.10, 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00 Новости 16+

РОССИЯ 1

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, 2.00, 3.30 Т/с **«МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ»** 12+
17.00 «Малахов» 16+
21.30 Т/с **«КНЯЗЬ АНДРЕЙ»** 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

РОССИЯ К

6.30 Диалоги о животных
7.20 Легенды мирового кино
7.45, 13.00, 21.30 Д/ф «Сокровища Московского Кремля»
8.40, 22.25 Х/ф **«ВИЗИТ К МИНОТАВРУ»**
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 0.05 «XX век»
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.55 Х/ф **«ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА»**
15.05 Д/с «Приют путешественника»
15.30 Белая студия
16.30 Библейский сюжет
17.15, 1.10 Мастера фортепианного искусства
17.50 Кристальные истории
18.05 Д/ф «Да, скифы - мы!»
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Абсолютный слух
1.45, 2.15 Документальные фильмы

НТВ

4.55, 8.25, 10.35 Т/с **«ПЕС»** 16+
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» 16+
17.50 «ДНК» 16+
20.00 Т/с **«МЕРТВАЯ ТОЧКА»** 16+
22.15 Т/с **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА»** 16+
0.35 «Мы и наука. Наука и мы» 12+
1.40 Т/с **«МЕЛЬНИК»** 16+

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 Профессия – Родину защищать 16+
7.45 За здоровье 16+
8.45 Око государево 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 Д/ф «Возрожденный Версаль. Исчезнувший дворец Короля-Солнца» 16+
12.05, 13.10 ОТРажение 12+
15.15 Х/ф **«РУССКАЯ ИГРА»** 16+
18.30 Выводы следствия 16+
20.15 Календарь 12+
20.45 Х/ф **«ДВА БИЛЕТА ДОМОЙ»** 16+
22.25 Х/ф **«МЕЛОДРАМА»** 16+
0.10 Д/ф «Возрожденный Версаль. Исчезнувший дворец Короля-Солнца» 16+
1.05 «Очень личное». Сергей Кравец 12+
1.45 «Почитаем!» 16+
2.05 ОТРажение. Итоги 12+
2.35 «Большая страна» 12+
3.30 «Свет и тени». Алексей Аракчеев 16+
4.10 Х/ф **«МЕЛОДРАМА»** 16+

5 Санкт-Петербург

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
5.45, 6.20, 4.40 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»** 16+
7.05, 7.55, 9.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2»** 16+
8.25 «Стройнадзор» 16+
9.45, 10.40, 11.25, 12.20, 13.30, 13.40, 14.25, 15.20, 16.10 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4»** 16+
17.30, 18.20, 19.05, 19.55, 20.40, 21.25, 2.00, 2.45, 3.20, 4.00 Т/с **«СЛЕД»** 16+
22.20, 1.15 Т/с **«СВОИ-7»** 16+
23.05, 0.30 Т/с **«СВОИ-5»** 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+

ЧЕТВЕРГ – 19 МАРТА

1

5.00 Доброе утро
9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+
9.25 «Модный приговор» 0+
10.15 «Жить здорово!» 16+
11.00, 12.15, 18.30 «Время покажет» 16+
14.00, 17.00, 23.00 «Большая игра» 16+
15.15 «Давай поженимся!» 16+
16.05 «Мужское / Женское» 16+
18.00 Вечерние Новости (с субтитрами) 16+
19.50 «Пусть говорят» 16+
21.00 «Время» 16+
22.00 Т/с **«КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ»** 16+
0.10, 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00 Новости 16+

РОССИЯ 1

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, 2.00, 3.30 Т/с **«МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ»** 12+
17.00 «Малахов» 16+
21.30 Т/с **«КНЯЗЬ АНДРЕЙ»** 16+
23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

РОССИЯ К

6.30 Диалоги о животных
7.20 Легенды мирового кино
7.45, 13.00, 21.30 Д/ф «Сокровища Московского Кремля»
8.40, 22.25 Х/ф **«ВИЗИТ К МИНОТАВРУ»**
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 0.10 «XX век»
12.10 Д/с «Забытое ремесло»
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.55 Т/с **«В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА»**
15.05 Д/с «Приют путешественника»
15.30 «2 Верник 2»
16.30 Д/с «Пряничный домик»
17.15, 1.20 Мастера фортепианного искусства
18.15 Д/ф «Роман в камне»
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05, 2.15 Документальные фильмы
20.45 Энигма
1.05 Кристальные истории

НТВ

4.50, 8.25, 10.35 Т/с **«ПЕС»** 16+
6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью» 16+
17.50 «ДНК» 16+
20.00 Т/с **«МЕРТВАЯ ТОЧКА»** 16+
22.15 Т/с **«КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА»** 16+
0.35 «Поздняков» 16+
0.50 Т/с **«МЕЛЬНИК»** 16+
4.20 Т/с **«АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР»** 16+

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, 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, 9.35, 10.05 ОТРажение 12+
11.00 Д/ф «Гимн Великому городу» 12+
12.05, 13.10 ОТРажение 12+
15.15 Х/ф **«РАБА ЛЮБВИ»** 16+
16.45 «Нескучное дело» 12+
18.30 Человек на Своем месте 12+
20.15 Календарь 12+
20.45 Х/ф **«ЛЮБОВНИК»** 16+
22.25 Х/ф **«СПЕНСЕР»** 16+
0.20 Д/ф «Гимн Великому городу» 12+
1.05 «Очевидно. Вероятно» 12+
2.05 ОТРажение. Итоги 12+
2.35 «Большая страна» 12+
3.30 «Свет и тени». Иван Ефремов 16+
4.05 Х/ф **«СПЕНСЕР»** 16+

5 Санкт-Петербург

5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
5.25, 5.40, 6.20 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»** 16+
7.00, 7.45, 9.30 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2»** 16+
8.25 Ваше здоровье! 12+
9.45, 10.35, 11.25, 12.15, 13.30, 13.35, 14.25, 15.20, 16.05 Т/с **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4»** 16+
17.30, 18.20, 19.05, 19.55, 20.40, 21.25, 2.30, 3.10, 3.45, 4.20 Т/с **«СЛЕД»** 16+
22.20, 1.45 Т/с **«СВОИ-7»** 16+
23.05, 0.55 Т/с **«СВОИ-5»** 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
0.30 День ангела 6+

Программы телеканалов предоставлены АО «Сервис ТВ»

РАССКАЗ

МИМОЗА

«Сначала ушла молодость, потом сын уехал учиться в другой город, а теперь и муж ушел», – шептала себе под нос Ольга, идя после развода по набережной.

Середина марта, ледоход на реке почти закончился, и только редкие льдины с воронами на борту плыли по течению. Солнечно. Веточка мимозы одиноко лежит на скамейке.

«Отвратительные желтые цветы, тревожный знак, – вспомнилось Ольге, и она подошла к парапету. – А ведь мимоза – это символ 8 Марта, – с усмешкой подумала женщина. – В этот раз оно было самым худшим в моей жизни. А будущие? Если они, конечно, будут. Впереди только одиночество, старость, болезни и...»

– Оля! Оля, вернись! Остановись, кому сказала!

Ольга интуитивно обернулась и увидела, как маленькая девочка на всех парах убегает от мамы в сторону парапета. Прошмыгнув в щель в ограде, девчушка вмиг оказалась на самом краю набережной. Повернувшись к подбегающей матери лицом, она улыбнулась, но тут ее маленькие ручонки соскользнули с холодных перил, и она спиной полетела в реку. Секунда... И Ольга прыгнула вслед за ней. От высоты падения женщина сразу погрузилась под воду и увидела девочку, уходящую на глубину. В этот момент она не испытывала ни холода, ни страха. Только с одним безумно пылким желанием спасти ребенка Ольга руками подхватила девочку и судорожно, рывками ног, изо всех сил стала подниматься на поверхность.

Вынырнув с ребенком на руках, она увидела, что у малышки плотно сжаты губы и широко открыты глаза. «Значит она не нахлебалась». Женщина поплыла к лестнице набережной, где уже куча народу ждала их. Какие-то люди посадили Ольгу в машину и кричали:

– Пейте и раздевайтесь! Быстро!

Только теперь женщина остро ощутила чудовищный сковывающий всю ее холод. Люди поснимали с себя одежду и кинули ей в машину. Также на сиденье оказалась бутылка водки. Ольга рывками, даже не думая о стеснении, с трудом стянула с себя липкие ледяные вещи, надела все, что ей дали, и, сделав большой глоток из бутылки, попросила отвезти ее домой.

Дома, попарившись в ванне и выпив чаю с медом, она окончательно успокоилась и уже считала, что ничего такого особенного и не произошло. Но вечером в дверь раздался звонок.

– Я – Оленькин папа, откройте, пожалуйста, хочу выразить вам свою благодарность за спасение моей дочери!

Статный мужчина благородной внешности вошел в прихожую. В его руках был огромный букет двухцветных роз.

– Здравствуйте, меня зовут Алексей, а это вам!

– Как Оленька? – спросила Ольга, принимая и окунаясь в аромат букета.

– Дочка даже испугаться не успела, говорит, что помнит, как видела небо сквозь воду.

Потом они пили чай, и Ольга рассказывала, как с детства занималась плаванием и другими видами спорта, но непрофессионально, а в бассейн ходит регулярно до сих пор.

С этого дня у нее началась другая, новая жизнь. Сначала Ольга не могла понять, почему Алексей стал так часто к ней приходить.

«Неужели? Это невозможно, ведь его жена такая молодая симпатичная женщина...»

Но постепенно все эти сомнения уже перестали ее волновать, и она только ждала, невероятно сильно, страстно, со жгучим желанием ждала каждой новой встречи с Алексеем.

Она стала его любовницей, и мир вокруг нее изменился, вернее, изменилось ее восприятие окружающего мира: улыбка не сходила с помолодевшего лица, все люди вокруг казались добрыми и замечательными, бодрость и легкость, как в молодости, ощущались в каждой клеточке ее тела.

Ольга чувствовала, что влюбилась, и, как ей казалось, взаимно.

«Я люблю и любима! Какое счастье!»

Шли месяцы, и женщина стала замечать, что порой ее жизнерадостное состояние сменяется тревожным и депрессивным от мыслей, что вся эта ее отрада может скоро закончиться, или что это грех – посягать на чужое. Но успокаивала себя, что Алексей никогда даже не заикался о том, чтобы жить вместе. Иногда чувство ревности, обиды и злости на Алексея за недостаточное внимание просыпались в ней. И, не выдерживая более этой душевной муки, она выплескивала на мужчину все накопившиеся обвинения и упреки. Алексей молча уходил, потом они сутками не общались, а Ольга, нестерпимо намучившись за эти дни, начинала винить себя в эгоизме и всегда первая шла на примирение.

Так прошел почти год, Ольга привыкла к своей новой жизни и стала спокойно и благодушно, по-философски относиться ко всему, что связано с Алексеем. Она научилась когда нужно уступать, порой просто смолчать, и не допускала близко к сердцу ничего, что бы могло омрачить ощущение абсолютного счастья в их отношениях.

Как-то перед 8 марта Алексей пришел к Ольге с букетом мимозы. Веселым и даже ликующим голосом сообщил, что в цветочном магазине ему сказали: мимоза – это символ новой жизни и бессмертия.

И продолжил:

– Моя жена наконец-то забеременела столь долгожданным мной вторым ребенком. Она так долго отказывалась, но тот случай с дочкой, наверное, ее подтолкнул, и вот она решилась меня осчастливить!

Ольга кинулась обнимать и поздравлять Алексея, поцелуями пытаясь скрыть свое волнение в голосе. Их вечер прошел превосходно, только вот женщина заметила, что Алексей в этот раз светился счастьем не только от нее, а еще и от мысли, что он скоро опять станет отцом. И только сейчас Ольга осознала, что где-то в глубине души она все же мечтала и надеялась, что Алексей будет с ней навсегда, а теперь эта иллюзорная ниточка оборвалась, и впереди опять замаячила ее одинокая старость.

Грусть, уныние, смятение и тревога то и дело стали просачиваться во все уголки души и сердца женщины. Она пыталась прогнать их мыслями, что Алексей любит ее, что она тоже его очень любит. А дети – это всегда прекрасно и замечательно. Но почему же так жалобно сжимается сердце? Почему уже не хочется смеяться по пустякам? И глаза в эти минуты наполнялись слезами, но в душе все-таки тлела теплая малюсенькая искорка надежды, что ее неизбежное, нескончаемое, совершенное счастье еще впереди. Порой она начинала считать себя не такой уж старой и неинтересной женщиной, и что она может еще встретить достойного мужчину, пусть не молодого, красивого и успешного, как Алексей, но зато свободного, с которым плечом к плечу она заживет вместе, рядом, и в праздники, и в будни, и в болезни, и в здравии, а не так, как сейчас, на вторых ролях, одной по выходным. Но вспоминая об Алексее, Ольга сразу отбрасывала эту мысль и даже не могла представить себя более счастливой рядом с кем-то другим. Она внушала себе, что ничего для нее не изменилось, что Алексей очень дорожит ею по-настоящему, и успокаивала себя тем, что и в старости он будет помогать ей, как родному человеку, хотя кто знает, кому из них первому придется подносить стакан воды.

«Поэтому нужно набраться терпения и помнить только о любви, о том, что я имею такое счастье – любить! А дети – ведь это благодать Божья», – так медитировала Ольга, и животворящая сила жизни возвращалась к ней.

Как-то раз, идя с работы мимо детского дома, она услышала:

– Тетя! Тетя! А ты хочешь быть моей мамой?!

Ольга повернулась и увидела, что ее зовет маленькая девочка и тянет свои ручонки сквозь ограду.

– Тетя! А хочешь, я покажу тебе, как я живу?! – не унималась девчушка.

– Хочу! – отозвалась Ольга и нажала на звонок в воротах детского дома.

...Солнечным летним днем по набережной прогуливалась Ольга за руку с ребенком.

– Мама! Мама! Смотри, какой большой пароход плывет по реке! – закричала девочка и дернулась к парапету.

Женщина подхватила ребенка на руки и подумала, что на этом самом месте почти полтора года назад она прыгнула в ледяную воду вот за такой же маленькой девочкой – с одним только молниеносным стремлением спасти и продлить эту только-только начинающуюся жизнь.

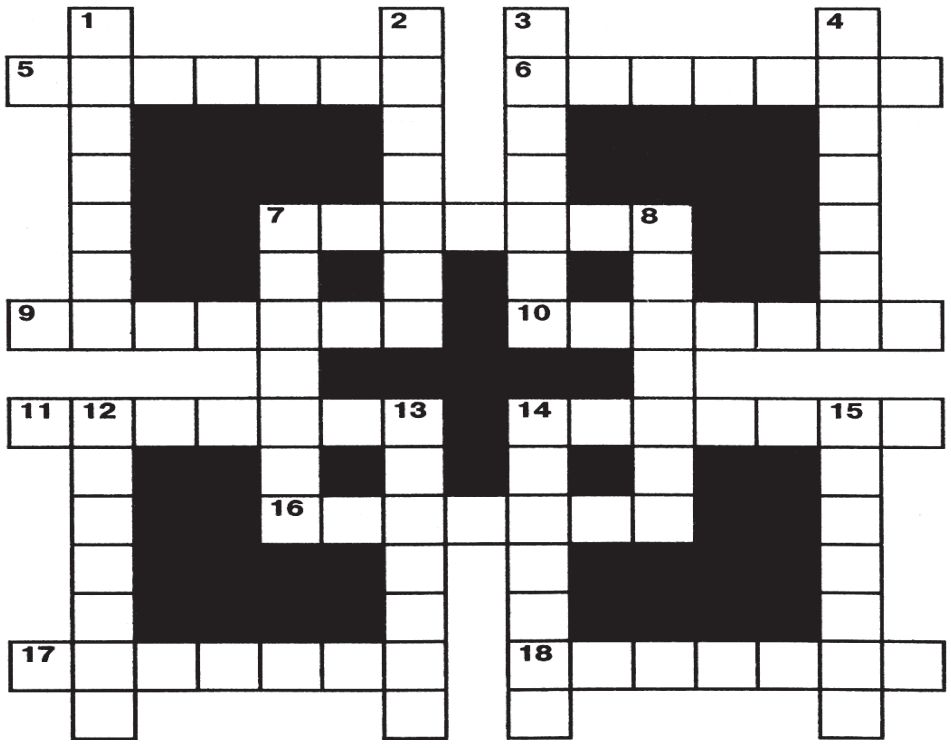
И теперь, держа на руках свою удочеренную девочку, Ольга радовалась тому, что, как ей казалось, ее уже уходящую и никому не нужную жизнь возродила эта маленькая озорная малышка, с лихим задором машущая ручкой вслед уплывающему теплоходу.

Она крепче обняла дочурку и поцеловала ее в мягкие золотистые волосы:

«Как все-таки жизнь прекрасна и удивительна! Сколько еще радости впереди! Я самый счастливый человек на свете!»

Светлана Студенкова,
www.kleo.ru

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. То же, что сомнамбула. 6. Внутренняя притягательная сила, которая может компенсировать отсутствие внешней привлекательности. 7. Множитель документов. 9. Гарин, создавший гиперболоид. 10. Картина, сошедшая с ткацкого станка. 11. «Час пик» в театральном буфете. 14. Криминальное «амплуа» Юрия Деточкина. 16. Автостоянка путешественников. 17. Древнегреческий ученый и инженер. 18. Бездушный божок.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Торги. 2. Регалия в лапах двуглавого орла на гербе Российской Федерации. 3. Признательное удивление. 4. Синоним к слову «аура». 7. Встреча с братьями по разуму со слов сумасшедшего землянина. 8. Выходной для правоверных иудеев. 12. Музыка, «рожденная» звуками ночи. 13. Форма узбекской дыни. 14. Ринго Стар в группе «Битлз». 15. Иконописец.

Составила Ольга Высочина

АФИША

СЕВЕРО-КАВКАЗСКАЯ ГОСФИЛАРМОНИЯ
www.kursal.ru

КИСЛОВОДСК
Зал им. А. Скрябина

10 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Звучанье двух сердец»

13 МАРТА 19.00 12+
Органный концерт
«Зеркало эпох»

14 МАРТА 16.00 6+
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова
Концерт

15 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«О, музыка, благодарю тебя!»

ЕССЕНТУКИ
Зал им. Ф. Шаляпина

10 МАРТА 19.00 6+
Мультимедийное шоу
«Вивальди: любовь и смерть в Венеции»

11 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Шедевры эпохи бельканто»

12 МАРТА 19.00 12+
Органный концерт
«Зеркало эпох»

13 МАРТА 19.00 16+
«12 стульев»
Мюзикл по мотивам одноименного романа И. Ильфа и Е. Петрова

15 МАРТА 19.00 12+
Enigma. Andru Donalds

16 МАРТА 19.00 12+
Alex LIM

17 МАРТА 19.00 16+
Елена ВАЕНГА

18 МАРТА 19.00 12+
Открытие Бах-фестиваля
Вечер органной музыки

ПЯТИГОРСК
«Камертон» Малый зал

14 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Звени, звени, златая Русь!»

ЖЕЛЕЗНОВОДСК
ГДК

11 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Певец земли родной»

18 МАРТА 16.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Русский соловей»

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КРАЕВОЙ ТЕАТР ОПЕРЕТТЫ г. Пятигорск

11 МАРТА 19.00 12+
Дж. Бок
«СКРИПАЧ НА КРЫШЕ»
мюзикл

14 МАРТА 11.00 0+
П. Чайковский
«ЩЕЛКУНЧИК»
музыкальная сказка

18 МАРТА 19.00 12+
Е. Птичкин
«СВАДЬБА С ГЕНЕРАЛОМ»
музыкальная комедия

20 МАРТА 15.00 12+
Музыкальная гостиная
«ГЕНИЙ РУССКОЙ ПОЭЗИИ»
музыкально-поэтическая программа

27, 28 МАРТА 19.00 12+
Премьера!
Ю. Милютин
«ДЕВИЧИЙ ПЕРЕПОЛОХ»
оперетта

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:
ср., чт., пт. – 15.00;
сб., вс. – 11.00, 15.00;
вых. – пн., вт.

РЕКЛАМА

ГАДАЮ

- На картах ТАРО и по ФОТО
- Обряды на любовь и семейные отношения
- Снятие порчи и сглаза
- Магия на удачу
- Энергическая чистка помещений, авто от негатива
- Талисманы, обереги и многое другое

Тел. 961-460-30-08,
telegram, whatsapp, imo

РЕКЛАМА

АО «Издательство «Кавказская здравница»

СДАЕТ В АРЕНДУ:

- **240 и 258 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.

НИЗКИЕ ЦЕНЫ!

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

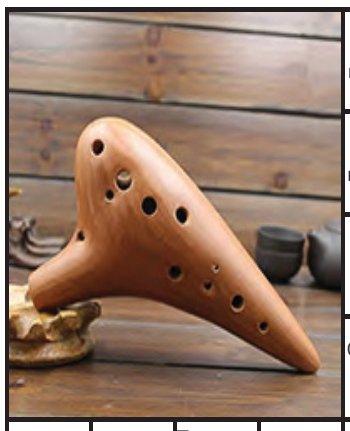
Стоимость арендной платы – договорная.

РЕКЛАМА

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

ПОГОДА

	СТАВРОПОЛЬ	ПЯТИГОРСК	МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ
ВТОРНИК, 10 МАРТА			
t день:	+5	+6	+7
t ночь:	–2	–2	–1
атм. давл.	725	729	747
СРЕДА, 11 МАРТА			
t день:	+7	+7	+8
t ночь:	–2	–1	–1
атм. давл.	724	726	743
ЧЕТВЕРГ, 12 МАРТА			
t день:	+9	+8	+8
t ночь:	–1	–1	–1
атм. давл.	722	723	740
ПЯТНИЦА, 13 МАРТА			
t день:	+8	+6	+6
t ночь:	0	0	0
атм. давл.	721	722	739
СУББОТА, 14 МАРТА			
t день:	+7	+4	+5
t ночь:	0	0	0
атм. давл.	719	721	738
ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 МАРТА			
t день:	+7	+7	+8
t ночь:	0	0	+0
атм. давл.	718	721	737
ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 МАРТА			
t день:	+7	+5	+5
t ночь:	+1	+1	+1
атм. давл.	714	715	732
ВТОРНИК, 17 МАРТА			
t день:	+7	+3	+4
t ночь:	+1	0	0
атм. давл.	713	714	730



Зеленая газировка
Сыграла цыганку Раду
Фото
"... за брюхом не ходит"
Покатая поверхность
Крепость во Пскове
Частица разбитого стекла
Составной ...
Река в Венесуэле
Уменьшают ретивость скакуна
Северный порт России
Самолет-гигант
Главный в синагоге
Агентурная квартира
Вулканический камень
Певица Аманда ...
Цой, Пак, ...
Плавающий единорог
Белый генерал
Водка в гаштете
Новое слово
Хищная птица
Горянка из романа Лермонтова
Центр Филиппин
Актриса по имени Анук
Многоногий деликатес
Компот с кислинкой
Кинопират ... Тернер
Интернет, псевдоним
Профиль несущей балки
Хлебобулочное изделие
Один из пророков в исламе
Причина паузы в матче
Голубая артерия Польши
Великое изобретение
Подергивание
Шутовская шапка
На одной оси с зенитом
Координаты жилья
Рогатый собрат мерина
Совсем никак не товарищ
"Калина" среди автомобилей
Царит при штиле
Яхонт красного цвета
Восхваление от поэта
Бильярд у янки
Кустарник около реки
Угодник, подхалим
Сообщество мусульман
Холодное оружие
Невзрачный ...
... Либкнехт
"Бездетная" овечка

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В №10

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Сельдерей. Югославка. Полк. Внук. Мшара. Керамзит. Зара. Триада. Джихад. Сноп. Баня. Мана. Гряда. Камзол. Мег. Гром. Зад. Агава. Эпикриз. Хит. Икар. Вия. Абака.
ПО ВЕРТИКАЛИ: Поездка. Рак. Раж. Нео. Старина. Мэр. Мах. Воз. Абразив. Ген. Иуда. Маки. Клио. Уют. Ноздря. Сук. Туя. Удел. Мор. Глаза. Апаш. Истр. Браво. Азан. Ямаха. Клир. Дождевик. Аймак. Арап. Агата.

www.scanword.info

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ
с 16 по 22 марта

ОВЕН (21.03–19.04)

Любовь. Возможны моменты, когда партнер проявит заботу неожиданным образом: не словами, а конкретным поступком, который вы не просили. Цените такие проявления – они говорят больше, чем признания.

Работа. Коллеги могут обратиться с просьбой помочь в вопросе, далеком от вашей специализации. Сотрудничество принесет пользу обеим сторонам, даже если изначально задача покажется непривычной.

Здоровье. Обратите внимание на осанку: длительное сидение в неудобной позе может вызвать напряжение в плечах и шее.

ТЕЛЕЦ (20.04–20.05)

Любовь. Возможно партнер будет молчаливо наблюдать за вашими действиями, не вмешиваясь, но запоминая детали. Это не недоверие, а способ лучше понять ваш образ жизни.

Работа. Могут возникнуть вопросы по давно завершенным проектам. Подготовьтесь к тому, что прошлое временно вернется в настоящее.

Здоровье. Чаще проветривайте комнату и делайте перерывы на свежем воздухе: духота или сухость могут вызвать головную тяжесть и снижение концентрации.

БЛИЗНЕЦЫ (21.05–21.06)

Любовь. Партнер может заговорить о бытовых мелочах с неожиданной эмоциональной окраской. За разговором о покупках или ремонте скрывается желание поделиться переживаниями.

Работа. Документы и переписка потребуют двойной проверки: опечатки или неточности в формулировках могут вызвать путаницу у получателей.

Здоровье. Старайтесь говорить размеренно, делая паузы между фразами: возможны легкое головокружение или ощущение нехватки воздуха.

РАК (22.06–22.07)

Любовь. Партнер проявит заботу через внимание к деталям вашего окружения: заметит, что закончился чай, или предложит заменить перегоревшую лампочку. Такие поступки говорят о глубоком внимании.

Работа. Могут возникнуть вопросы, связанные с документами, имеющими отношение к жилью, семье или личным данным.

Здоровье. Придерживайтесь проверенного рациона: новые продукты или непривычное сочетание блюд вызовут дискомфорт.

ЛЕВ (23.07–22.08)

Любовь. Возможно партнер будет искать подтверждения вашей привязанности не через комплименты, а через участие в его повседневных делах.

Работа. Вероятны ситуации, когда ваш вклад останется незамеченным руководством, но будет оценен коллегами. Не ждите немедленного признания – оно придет позже, когда результат станет очевиден для всех.

Здоровье. Чаще выходите на улицу днем, даже ненадолго: недостаток естественного света или слишком яркое искусственное освещение вызовут усталость глаз и раздражительность.

ДЕВА (23.08–22.09)

Любовь. Партнер может изменить привычный порядок вещей в доме: переставит предметы или введет новый ритуал. Не воспринимайте это как вмешательство – это способ выразить заботу через организацию пространства.

Работа. Могут возникнуть вопросы по техническим нюансам, которые раньше считались второстепенными.

Здоровье. Обратите внимание на кожу рук и ногтей: сухость, шелушение или ломкость станут сигналом о нехватке влаги или витаминов. Уделите время уходу за кожей – это поможет восстановить баланс.

ВЕСЫ (23.09–22.10)

Любовь. Возможно партнер будет молча наблюдать за вашей реакцией на ситуацию, не высказывая своего мнения. Это не безразличие, а способ понять вашу позицию, прежде чем делиться своей.

Работа. Могут произойти изменения в составе команды. Распределение задач изменится, и вам придется адаптироваться к новой динамике взаимодействия.

Здоровье. Важно соблюдать баланс между активностью и отдыхом: перекос в любую сторону вызовет ощущение разбитости.

СКОРПИОН (23.10–21.11)

Любовь. Партнер будет сдержан в проявлении чувств, но его действия покажут обратное: он будет помнить мелочи, важные для вас, или предугадывать ваши потребности. Такие проявления искреннее слов.

Работа. Могут возникнуть ситуации, требующие конфиденциальности. Будьте осторожны в переписке и разговорах при посторонних.

Здоровье. Уделите внимание почкам и мочевыводящей системе: недостаток жидкости или переохлаждение вызовут дискомфорт. Следите за питьевым режимом и избегайте сквозняков.

СТРЕЛЕЦ (22.11–21.12)

Любовь. Партнер может молча присутствовать рядом, не требуя разговоров или объяснений. Такое молчаливое сопровождение станет важной поддержкой в дни, когда слова кажутся лишними.

Работа. Возможно коллега поделится личной проблемой или попросит выслушать. Ваша способность понять без осуждения окажется ценным ресурсом для команды.

Здоровье. Обратите внимание на лимфатическую систему и отеки: избыток соли или недостаток движения вызовут тяжесть в ногах и лице. Больше пейте чистой воды и избегайте соленой пищи.

КОЗЕРОГ (22.12–19.01)

Любовь. Партнер возможно будет искать баланс между близостью и личным пространством. Его отстраненность временами не означает охлаждения – это способ восстановить внутренние силы для дальнейшего сближения.

Работа. Могут произойти неожиданные технические сбои или изменения в цифровых системах. Будьте готовы к тому, что привычные инструменты временно станут недоступны.

Здоровье. Постоянный поток информации вызовет рассеянность и трудности с концентрацией. Выделите время для «цифрового детокса» – хотя бы час без гаджетов.

ВОДОЛЕЙ (20.01–18.02)

Любовь. Возможно партнер проявит заботу через решение бытовых задач: починит сломавшуюся вещь, организует пространство или уладит формальности. Такие поступки говорят о глубокой привязанности.

Работа. Могут возникнуть вопросы по финансам или ресурсам. Подготовьтесь к тому, что потребуется терпение в переговорах.

Здоровье. Уделите внимание суставам и опорно-двигательному аппарату. Делайте короткие перерывы для разминки каждые час-полтора.

РЫБЫ (19.02–20.03)

Любовь. Партнер может проявить интерес к вашим планам на будущее не как к фантазиям, а как к реальным целям. Если предложит конкретную помощь в их реализации – примите ее без сомнений.

Работа. Возможны изменения в графике или обязанностях, связанные с внешними обстоятельствами. Не сопротивляйтесь – гибкость позволит избежать конфликтов и сохранить ресурсы.

Здоровье. Обратите внимание на качество сна: даже при достаточной продолжительности сон может быть поверхностным из-за тревожных сновидений. Создайте ритуал перед сном – теплый душ, чтение книги.

www.astro-ru.ru

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@kmv.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 10 марта 2026 г.
Печать офсет. Объем 12 полос А3.
Заказ 26111. Тираж 4269.
Отпечатано в АО «Издательство «Кавказская здравница», 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1
Подписной индекс ПР540. Цена свободная.