

№28
(16435)
7 ИЮЛЯ 2026 г.

АО «Издательство «Кавказская здравница»

Кавказская Неделя

Еженедельник

16+

Программы 21 канала телевидения

Читайте в номере:

- ⇒ Изменения в законодательстве.... стр. 1-2
- ⇒ Полезные прогулки..... стр. 5
- ⇒ Советы огородникам..... стр. 6
- ⇒ «Веселый денек» для малышей..... стр. 7
- ⇒ Вернисаж в Пятигорске..... стр. 7, 11
- ⇒ История любви..... стр. 11

⇒ Телепрограмма с 13 по 19 июля ⇒ Астрологический прогноз ⇒ Погода ⇒ Сканворд ⇒

С 1 июля по 31 августа ОТКРЫТА ДОСРОЧНАЯ ПОДПИСКА на «Кавказскую неделю» на 1-е полугодие 2027 года

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:
1 месяц – 194 руб. 40 коп.
6 месяцев – 1166 руб. 40 коп.
До востребования – 1097 руб. 40 коп.

Участникам и ветеранам ВОВ,
а также инвалидам 1 и 2 групп:

СКИДКА!

ВЫГОДНО!

ПОДПИСКА В РЕДАКЦИИ

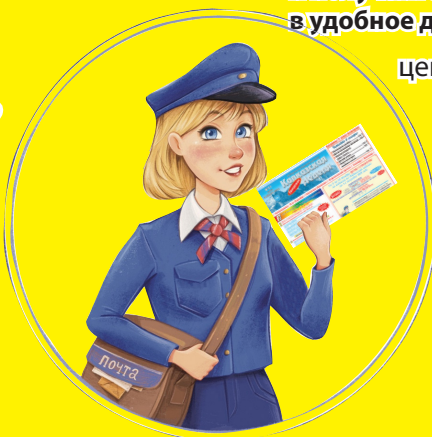
ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ в редакции по адресу:

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 6 месяцев (июль–декабрь) –
337 руб. 50 коп.

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

**Дело верное –
ПОДПИСКА!**



**ИНДЕКС
ПР540**

★ 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 2-е полугодие 2026 года, это можно
сделать до 23 июля в любом почтовом отделении края, у почтальонов или
на онлайн-сервисе www.podpiska.pochta.ru, и с августа «Почта России»
будет доставлять газету вам домой.

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ:

1 месяц – 198 руб. 90 коп.
5 месяцев (август – декабрь) – 994 руб. 50 коп.



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.

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

Стоимость арендной платы – договорная.

**НИЗКИЕ
ЦЕНЫ!**

РЕКЛАМА

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



АО «Издательство «Кавказская здравница»

ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ:

□ НАЧАЛЬНИКА ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ЦЕХА,
график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;

□ ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ПЕЧАТИ (газетное производство),
график работы – через день: первая неделя – 4 дня,
вторая – 2 дня, полный соцпакет;

□ ПЕЧАТНИКА ПЛОСКОЙ ОФСЕТНОЙ ПЕЧАТИ («Heidelberg Speedmaster 102»),
график работы – пятидневная рабочая неделя, полный соцпакет;

□ ТОВАРОВОДА,
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

ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

НОВОВВЕДЕНИЯ – ИЮЛЬ 2026

С середины лета вступает в силу несколько важных законодательных изменений, касающихся защиты людей от мошенничества, недопущению роста долговой нагрузки, новых механизмов продажи жилья, страхования жизни; родители смогут получать информацию по счетам детей. Об этом рассказала «Российская газета».

БАНК РОССИИ УСИЛИЛ ЗАЩИТУ КЛИЕНТОВ МИКРОФИНАНСОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

С 1 июля 2026 года начала действовать новая редакция базового стандарта для микрофинансовых организаций (МФО).

Теперь МФО не смогут предоставлять за клиента согласие на получение дополнительных услуг, например страхования, не только при заключении договора займа, но и на других этапах жизненного цикла займа. Дополнительные гарантии будут теперь распространяться не только на физлиц, но и на индивидуальных предпринимателей, юридических лиц и самозанятых.

Утвержденный Банком России стандарт обязывает МФО предоставлять полную информацию о дополнительной услуге и ее поставщике на всех этапах ее оказания, а также о праве отказаться от услуги. МФО не смогут с помощью различных визуальных приемов – цвета, размера или вида шрифта – акцентировать внимание на самых выгодных условиях договора, скрывая остальные.

Обновленный документ актуализирует требования к МФО с учетом действующего законодательства. В частности, он уточняет отдельные требования к деятельности в сфере взыскания просроченной задолженности, а также порядок и сроки рассмотрения микрофинансовыми организациями обращений клиентов, информирования о заключаемых договорах и их рисках.

Ранее МФО могли трактовать обращение как поступившее от постороннего и отказывать в предоставлении документов. Теперь этот пробел закрыт, и организация обязана отвечать в установленном порядке.

Базовый стандарт – не рекомендация, а жесткий нормативный акт, подчеркивают специалисты. За его нарушения участникам грозят штрафы и предписания, вплоть до исключения из реестра. А это автоматически ведет к аннулированию записи в госреестре ЦБ и фактическому закрытию бизнеса. За одно несоблюдение требований стандарта могут наложить взыскание в размере от 5 до 200 тысяч рублей, уточняют эксперты.

КРЕДИТНЫЕ ИСТОРИИ ПОПОЛНЯТСЯ СВЕДЕНИЯМИ ДЛЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ МОШЕННИЧЕСТВА

С 1 июля 2026 года в кредитных историях россиян появятся сведения для предупреждения возможного мошенничества. В этот блок будет вноситься информация о каждом обращении человека за кредитом.

В основную часть кредитной истории физического лица теперь будут включаться детальные сведения обо всех этапах взаимодействия с кредиторами: факты обращения за потребительскими ссудами с указанием запрашиваемой суммы, данные об одобрении или отказе с фиксацией причины, а также информация о заключении договора и фактической передаче денег. Состав сведений будет устанавливать Банк России.

Банки и микрофинансовые организации (МФО) обязаны направлять эти данные в БКИ не позднее 30 минут с момента фиксации события. В свою очередь, бюро обязано включить сведения в систему в течение 15 минут.

РОДИТЕЛИ СМОГУТ ПОЛУЧАТЬ СПРАВКИ ПО СЧЕТАМ И ДЕПОЗИТАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ

С 1 июля законные представители несовершеннолетних в возрасте 14-18 лет могут запрашивать справки по счетам и вкладам таких детей. Это не касается случаев, когда человек от 16 до 18 лет стал полностью дееспособным с момента эмансипации или вступления в брак.

Банк выдаст документ по счетам, если, например, предъявить свидетельство о рождении, свидетельство об усыновлении (удочерении) либо акт органа опеки и попечительства о назначении попечителя. Также используются информационные системы для подтверждения полномочий законных представителей.

Ранее начал действовать закон, который обязывает банки запрашивать письменное согласие законных представителей несовершеннолетних клиентов от 14 до 18 лет при открытии ими банковского счета.

Продолжение на стр. 2

КАЛЕНДАРЬ

8 ИЮЛЯ – ДЕНЬ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ

10 ИЮЛЯ – День победы русской армии над шведами в Полтавском сражении

11 ИЮЛЯ – Всемирный день народонаселения

11 ИЮЛЯ – День художника по свету

12 ИЮЛЯ – Всемирный день бортпроводника гражданской авиации

● День российской почты

● День рыбака

● День фотографа



4 607023 490113

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

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

НОВОВВЕДЕНИЯ – ИЮЛЬ 2026

Продолжение. Начало на стр. 1

ВВОДЯТСЯ НОВЫЕ ЛИМИТЫ НА ВЫДАЧУ КРЕДИТОВ

Банк России утвердил новые макропруденциальные лимиты (ограничения на долю рискованных кредитов в общем объеме выдач) по ипотеке и залоговым потребительским кредитам на третий квартал 2026 года.

Меры направлены на дальнейшее снижение рисков в розничном сегменте и ограничение роста за кредитованности и просрочек.

Макропруденциальные лимиты (МПЛ) ограничивают выдачу наиболее за кредитованным заемщикам, которые тратят на платежи по кредитам более половины своих доходов (ПДН 50+) или 80% своих доходов (ПДН 80+).

В сегменте ипотеки на приобретение жилья в новостройках значение МПЛ снизится с 7% до 5% для заемщиков, которые тратят на обслуживание долга более 80% ежемесячного дохода (ПДН 80+) или у которых первоначальный взнос не превышает 20%.

На вторичном рынке жилья лимит для клиентов, у которых ПДН превышает 80%, изменится с 20% до 15%. Изменения затронут также нецелевые потребительские кредиты под залог недвижимости и ипотеку на индивидуальное жилищное строительство (ИЖС). Для ПДН более 50% впервые установлен лимит в этом сегменте на уровне 28%. Для клиентов, которые тратят более 80% на выплаты по кредиту, МПЛ снизится с 10 до 3%.

В сегменте нецелевых потребительских кредитов под залог автомобилей лимит для заемщиков с ПДН выше 50% снизился с 20% во втором квартале до 18% в третьем, а для клиентов с ПДН выше 80% – с 5% до 3%. По целевым автокредитам лимиты сохранены на прежнем уровне: 25% для ПДН выше 50% и 5% для ПДН выше 80%.

СТАНОВИТСЯ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ОБЕСПЕЧИТЕЛЬНЫЙ ПЛАТЕЖ ЗА ИМПОРТ ИЗ СТРАН ЕАЭС



С 1 июля за импорт товаров из стран Евразийского экономического союза (ЕАЭС) нужно вносить обеспечительный платеж в счет будущих налогов, предупредили в Федеральной налоговой службе (ФНС). Он обязателен для тех, кто ввозит товары из Армении, Казахстана и Киргизии, уточнили в ведомстве. Для импорта из Беларуси действует отсрочка до 1 ноября.

В ФНС обратили внимание, что обеспечительный платеж необходимо внести до ввоза товаров на этапе планирования поставки. Перед этим требуется заполнить в электронном виде документ о предстоящей поставке. Затем система сформирует QR-код, который при пересечении границы Российской Федерации нужно предоставить сотрудникам таможенных органов. Их задача – сверить сведения, заявленные в товаросопроводительных документах, с документом о предстоящей поставке товаров.

В ФНС также напомнили, что с 30 июля 2026 года меняется форма, формат и порядок представления декларации по косвенным налогам (НДС и акцизам). То есть предполагается, что импортеры начнут по-новому отчитываться уже с июля 2026 года.

Декларация по косвенным налогам теперь содержит четыре раздела. В первом, например, добавлены строки для отражения обеспечительного платежа и суммы его превышения налога на добавленную стоимость, исчисленного к уплате. В третьем – добавлены строки для указания обеспечительного платежа по акцизу и суммы его превышения акциза к уплате.

В четвертом – указываются сведения о предстоящих поставках товаров, по которым внесены обеспечительные платежи, и информация о налогах в разрезе КБК.

Полностью исключен из декларации раздел с расчетом суммы акциза, исчисленной к уплате при импорте этилового спирта.

ОБНОВЛЕННЫЙ ПОРЯДОК ПЕРЕДАЧИ ДАННЫХ В СОЦИАЛЬНЫЙ ФОНД ДЛЯ НАЗНАЧЕНИЯ ПОСОБИЙ

Правительство изменило правила передачи сведений для назначения больничных, декретных выплат и детских пособий. Обновленные правила вступили в силу 1 июля 2026 года.

Суть нововведений – максимальная автоматизация взаимодействия между работодателями и Соцфондом. Главным источником информации для назначения социальных выплат станет индивидуальный лицевой счет (ИЛС) застрахованного лица. Это означает, что фонд будет самостоятельно формировать базу для начислений, опираясь на уже имеющиеся данные персонализированного учета.

Обновленный порядок затрагивает самые востребованные виды социальной поддержки работающих граждан. Изменения коснулись следующих видов начислений: пособия по временной нетрудоспособности (больничные листы); выплаты по беременности и родам (так называемые декретные пособия); единовременные выплаты при рождении ребенка; ежемесячные детские пособия по уходу за ребенком до полутора лет.

Беззаявительный порядок и автоматизированный сбор данных ускорят процесс перечисления денег получателям.

ПОЯВИЛИСЬ ДВА НОВЫХ ВИДА СТРАХОВАНИЯ ЖИЗНИ

С 1 июля в России появился новый инвестиционно-сберегательный продукт страхования жизни с выплатой инвестиционного дохода.

Он будет доступен в двух видах – с объявленной доходностью, где результат зависит от общей инвестиционной деятельности страховщика, и с расчетной доходностью, где выплаты привязаны к конкретным активам.

Новые виды пришли на смену инвестиционному страхованию жизни (ИСЖ), продажа таких полисов прекращена с 1 января 2026 года. «К договорам ИСЖ, заключенным еще до введения Банком России дополнительного регулирования с 2022 года, был ряд претензий со стороны клиентов. В результате совместной работы регулятора и страхового сообщества эти вопросы были сняты, проблема миссинга (некорректных продаж. – Прим. «РГ») была устранена. Однако решение об отмене ИСЖ было уже принято к этому моменту», – рассказал «РГ» вице-президент Всероссийского союза страховщиков (ВСС).

Страхование жизни с объявляемой доходностью доступно всем. По своей сути это уже хорошо всем известное накопительное страхование жизни, основной смысл которого – накопить сумму к определенному сроку (на совершеннолетие ребенка, на обучение, свадьбу, крупную покупку, отпуск и т.д.). «При этом страховая составляющая позволяет накопить эту сумму вне зависимости от наступления негативных ситуаций, связанных с жизнью или здоровьем человека. А ежегодно объявляемая страховщиком доходность обеспечивает то, что накапливаемая сумма будет увеличиваться», – пояснил эксперт.

Страхование жизни с расчетной доходностью доступно только квалифицированным инвесторам и нацелено в большей степени на получение максимальной доходности. Доходность не объявляется страховщиком, а привязана к определенному активу и зависит исключительно от него. Так же, как и в страховании жизни с объявляемой доходностью, в случае ухода из жизни страхователя выплата, включая доход, производится указанному в договоре лицу – выгодоприобретателю.

«Страхование с расчетной доходностью рассчитано на состоятельных и разбирающихся в финансах людей – квалифицированных инвесторов. Для указанных лиц договоры страхования с расчетной доходностью можно будет заключать только на сумму страховой премии не менее 6 млн рублей. Такие договоры позволят привлечь больше «длинных» денег в экономику страны и придать – хороший импульс рынку», – отметил вице-президент ВСС.

Продолжение следует
Использованы материалы www.rg.ru

В яблоневый сад ст. Константиновская, **требуется охранник с опытом работы.** Заработная плата по согласованию. Тел. 8-928-369-05-28, Владимир. РЕКЛАМА

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

НОВОСТИ КРАЯ

ОБЪЕМ ПОДДЕРЖКИ УЧАСТНИКОВ СВО НА СТАВРОПОЛЬЕ УВЕЛИЧИТСЯ

На внеочередном заседании Правительства Ставрополья утвержден законопроект об уточнении параметров краевого бюджета, сообщили в Управлении пресс-службы и инфополитики губернатора и правительства СК.

В частности, предлагается дополнительно направить на поддержку участников СВО и их семей 3,5 млрд рублей. Таким образом, в текущем году общий ее объем вырастет до 20 млрд рублей.

Кроме того, на 1,4 млрд рублей будет уменьшен государственный долг региона. Это позволит на 400 млн рублей сократить расходы по его обслуживанию.

– Поддержка наших защитников и их семей остается для нас безусловным приоритетом. Поэтому мы нашли возможность дополнительно направить на эти цели еще 3,5 млрд рублей. В результате общий объем поддержки в 2026 году

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

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

достигнет 20 млрд рублей. При этом мы продолжаем укреплять финансовую устойчивость края: сокращаем государственный долг и уменьшаем расходы на его обслуживание. Это позволяет эффективнее использовать бюджетные средства и сохранять возможности для выполнения всех социальных обязательств и реализации важных для земляков проектов, – прокомментировал губернатор края Владимир Владимиров.

Проект закона направлен в Думу края для прохождения процедуры парламентского рассмотрения.

СОЦЗАЩИТА

ДОПЛАТА К ПЕНСИИ ЗА РАБОТУ В СЕЛЬСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ

Свыше 19 500 ставропольских пенсионеров получают доплату за многолетний труд на селе.

Краевое Отделение СФР выплачивает гражданам со стажем в сельском хозяйстве не менее 30 лет доплату к пенсии. На эти цели с начала года направлено уже более 280 млн рублей.

Размер доплаты – 25% от фиксированной выплаты страховой пенсии, что составляет 2396,17 рубля. В сельский стаж засчитывается работа в колхозах, совхозах и других профильных организациях, занятых в растениеводстве, животноводстве или рыболовстве. Перечень подходящих профессий и должностей, дающих право на прибавку, включает более 500 позиций.

«Одно из ключевых условий для назначения доплаты – проживание на селе в момент установления пенсии. Если в дальнейшем пенсионер решит переехать в город, уже назначенная надбавка за сельский

стаж за ним полностью сохранится», – рассказала управляющий Отделением СФР по Ставропольскому краю Елена Долгова.

Отделение СФР по Ставропольскому краю устанавливает доплату автоматически вместе со страховой пенсией, поэтому подавать отдельное заявление не требуется. Исключение касается только тех, кто на момент выхода на пенсию продолжал трудиться. После увольнения таким гражданам нужно самостоятельно обратиться в клиентскую службу фонда с заявлением о перерасчете.

Если остались вопросы, их можно задать по телефону единого контакт-центра СФР: 8-800-1-00000-1 (круглосуточно, бесплатно).

Пресс-служба Отделения СФР по Ставропольскому краю

УГОЛОК ПОТРЕБИТЕЛЯ

КТО НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА РАЗБИТЫЙ В МАГАЗИНЕ ТОВАР

Если покупатель по неосторожности повредил в магазине товар – например разбил, то это не обязательно означает, что он должен оплатить его полную стоимость.

До момента оплаты товар – это собственность продавца, поэтому риски его повреждения лежат на нем как на собственнике, рассказал в беседе с RT член комиссии Общественной палаты по общественной экспертизе законопроектов и иных нормативных актов Евгений Машаров.

По его словам, на покупателя этот риск переходит в момент оплаты, что подтверждается соответствующими статьями ГК РФ. За случайно разбитый товар не предусмотрена ответственность и возмещение ущерба. К таким ситуациям, например, можно отнести случаи, когда покупатель толкнул или товар упал с движущейся ленты. Также подобные случаи распространяются на ситуации со скользким полом, узкими проходами или неграмотной выкладкой товаров. А вот если товар поврежден намеренно, за него придется заплатить, предупреждает эксперт.

«Если покупатель умышленно повреждает товар или другое имущество в магазине, это может быть расценено как умышленное уничтожение или повреждение чужого имущества, – пояснил Евгений Машаров. – В таких случаях покупатель обязан возместить ущерб в полном объеме».

По КоАП за такое нарушение предусмотрен штраф в размере от 300 до 500 рублей, а по УК РФ может грозить до двух лет лишения свободы. Причем, если товар поврежден ребенком в возрасте до 14 лет, то за это должны отвечать его родители.



В ситуациях, когда товар поврежден неумышленно, по неосторожности, то покупателю необходимо объяснить это сотрудникам магазина и попросить акт о порче товара. В этом документе должен быть описан инцидент. После его получения покупатель вправе отказаться от оплаты и заявить, что он произведет ее только после соответствующего решения суда, заключил эксперт.

Ранее доцент кафедры гражданско-правовых дисциплин РЭУ имени Г.В. Плеханова Андрей Моисеев рассказал, что покупатель формально не имеет права употреблять товар в магазине до его оплаты, поскольку до покупки он не считается его собственностью. Эксперт добавил, что ответственность может наступить в случаях, когда покупатель съел или использовал товар и покинул магазин, не рассчитавшись за него. В таком случае действия могут квалифицироваться как мелкое хищение по ст. 7.27 КоАП РФ.

Использованы материалы www.gazeta.ru

ДОМАШНИЙ

6.30, 5.20 По делам несовершеннолетних 16+
7.30, 4.30 Давай разведемся! 16+
8.30, 2.50 Тест на отцовство 16+
10.45 Д/с «Прости меня...» 16+
11.45 Д/с «Беду отведу» 16+
12.55, 1.25 Д/с «Знахарка» 16+
13.30, 1.55 Д/с «Верну любимого» 16+
14.05, 2.25 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.40 Х/ф «ГРУЗ ПРОШЛОГО» 16+
19.00Т/с«ДОКТОР, ЯБОЮСТЬ...» 16+
23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+
0.25 Д/с «Порча» 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.10 «Смех, дрожь и видео» 16+
8.35 Т/с «ОТЛИЧНИЦА» 16+
10.35, 4.35 Д/ф «Фитиль». Взрывоопасный юмор» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Х/ф «СТАРАЯ ГВАРДИЯ» 16+
13.45 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Т/с «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
16.55 Д/ф «Актерские драмы. Градус несчастья» 16+
18.05 Т/с «ЭФФЕКТ ДОМИНО» 16+
22.35 «10 самых...» 16+
23.05 «Знак качества» 16+
0.00 События. 25-й час
0.30 «Петровка, 38» 16+
0.45, 1.30, 2.10, 5.15 Документальные фильмы 16+
2.55 Т/с «АННА-ДЕТЕКТИВЬ-2» 16+

СТС

5.00 М/ф «Пернатый патруль» 12+
5.05, 8.05, 4.45 «100 мест, где поестъ» 16+
5.10 С легким утром! 16+
6.45 ПроСТО кухня. Лучшее 12+
9.40 Х/ф «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» 16+
11.25 Х/ф «СПАСИ ПАНДУ» 16+
13.50 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+
17.55 Т/с «ГРАНИЦА МИРОВ» 16+
21.00 Х/ф «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА» 16+
22.50 Х/ф «ДИВЕРГЕНТ» 16+
1.30 Х/ф «ИНСУРГЕНТ» 16+
3.15 Х/ф «ЛЮБОВНИКИ» 16+

ТНТ

7.00, 7.25, 7.55, 8.30, 13.05, 13.35, 14.00, 14.35, 15.00, 15.30, 15.55, 16.25, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 5.50, 6.20, 6.40 Т/с «САШАТАНЯ» 16+
8.55, 10.55 «Большой куш» 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.25, 21.00, 21.25, 21.55, 22.25 Т/с «ЖУКИ» 16+
23.00 Х/ф «ПОЕХАВШАЯ» 16+
1.10 Х/ф «ПЫШКА» 16+
3.00, 3.45, 4.30 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

☹☹☹

– Вот ты знаешь, что в связи с глобализацией скоро не будет ни итальянского, ни английского, ни американского.
– Да, слышал. Все будет китайское.

☹☹☹

Одна подруга напутствует другую перед свиданием:
– Ну, давай по 50 г для храбрости!
– А может, лучше по 150 для глупости?

ТВ

6.00, 5.30 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+
23.00 Х/ф «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ» 16+
1.15 Кадони шоу 16+
2.00 Экстра такси 16+
2.30, 3.15, 4.00, 4.45 Дневник экстрасенса 16+

☹☹☹

Часто, когда снимаю джинсы, из карманов выпадает мелочь. Бывает некогда подобрать, а когда возвращаюсь – мелочи нет. Не придавала этому значения, пока не застала свою кошку за перетаскиванием монет под кровать. Две тысячи под кроватью. Мелочью.

☹☹☹

В школе учительница спрашивает:
– Вовочка, какой твой любимый предмет?
– Айфон.

МАТЧ!

6.00 Смешанные единоборства. К. Усман - Л. Эдвардс. UFC 16+
7.00, 12.35, 17.10 Новости 0+
7.05, 17.15, 22.30 Все на Матч! Прямая трансляция
9.30, 12.40, 14.55, 18.00, 20.15 Футбол. Чемпионат мира-2026 6+
11.45 Улетный футбол
23.30 Футбол. Премия Winline Герои РПЛ 6+
1.05 Футбол. Чемпионат мира-2026. Обзор 6+
1.25 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Женщины. Матч за 3-е место 6+
2.25 Триатлон. Мировая серия. Мужчины 6+
4.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Блочный лук. Команды 6+

☹☹☹

Часто, когда снимаю джинсы, из карманов выпадает мелочь. Бывает некогда подобрать, а когда возвращаюсь – мелочи нет. Не придавала этому значения, пока не застала свою кошку за перетаскиванием монет под кровать. Две тысячи под кроватью. Мелочью.

☹☹☹

В школе учительница спрашивает:
– Вовочка, какой твой любимый предмет?
– Айфон.

★ ЗВЕЗДА

5.45, 9.15 Т/с «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ» 16+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
10.10, 13.25, 14.40, 15.05, 17.15, 3.05 Т/с «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ» 16+
15.00 Военные новости 16+
19.40 Скрытые угрозы 16+
22.05 Т/с «КАМЕНСКАЯ» 16+
0.30 Х/ф «ТАЕЖНАЯ ПОВЕСТЬ» 12+
2.15 Д/с «Атом: энергия мира» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30, 5.35 По делам несовершеннолетних 16+
7.00, 4.45 Давай разведемся! 16+
8.00, 2.50 Тест на отцовство 16+
10.15 Д/с «Прости меня...» 16+
11.20 Д/с «Беду отведу» 16+
12.30, 1.25 Д/с «Знахарка» 16+
13.05, 1.55 Д/с «Верну любимого» 16+
13.40, 2.25 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14.15 Х/ф «СУРРОГАТНАЯ МАТЬ» 16+
19.00Т/с«ДОКТОР, ЯБОЮСТЬ...» 16+
23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+
0.25 Д/с «Порча» 16+
4.30 Одна за всех 16+

ТВЦ

6.00 «Настроение»
8.15 «Доктор И...» 16+
8.35 Т/с «ОТЛИЧНИЦА» 16+
10.35 Д/ф «Союзмультифильм». Только для взрослых» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 Х/ф «СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА» 12+
13.45, 5.20 «Мой герой» 12+
14.50 Город новостей
15.05 Т/с «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
16.55 Д/ф «Актерские драмы. Наш ласковый и нежный зверь» 16+
18.05 Т/с «ЭФФЕКТ ДОМИНО» 16+
22.35 «10 самых...» 16+
23.05, 1.30 Хроники московского быта 16+
0.00 События. 25-й час
0.30 «Петровка, 38» 16+
0.45, 2.15, 4.40 Документальные фильмы 16+
3.00 Т/с «АННА-ДЕТЕКТИВЬ-2» 16+

СТС

5.00, 8.05, 4.40 «100 мест, где поестъ» 16+
5.10 С легким утром! 16+
6.45 ПроСТО кухня. Лучшее 12+
10.00 Х/ф «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ» 16+
11.55Х/ф«С-СЧАСТЬЕ» 12+
14.00 Т/с «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» 12+
17.55 Т/с «ГРАНИЦА МИРОВ» 16+
21.00 Х/ф «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ» 12+
23.35 Х/ф «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА» 16+
1.25 Х/ф «ДОГМЕН» 18+
3.05 Х/ф «ГОНКА ВЕКА» 16+

ТНТ

7.00, 7.30, 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, 5.50, 6.20, 6.40 Т/с «САШАТАНЯ» 16+
8.00 «Кто куда» 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/с «ЖУКИ» 16+
23.00 Х/ф «МУШКЕТЕРЫ ВЗД» 12+
1.05 Х/ф «КОЛОМБИАНА» 16+
2.50, 3.30, 4.15 «Однажды в России» 16+
5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+

☹☹☹

Мне нужен кто-то, кто будет обо мне заботиться. Желательно, чтобы это были не санитары психиатрической клиники.

☹☹☹

Сыну 5. Логoped дала задание: из четырех картинок выбрать лишнюю. Перечисли слова: арбуз, автобус, будильник, ананас.
– Какая картинка лишняя? – спрашиваю.
– Будильник, – отвечает сын.
– Почему?
– А он звенит и всех будит.

ТВ

6.00, 5.30 Мультфильмы 0+
8.30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
9.00, 9.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Д/с «Слепая» 16+
10.00, 10.30, 15.30 Д/с «Порча» 16+
11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/с «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» 16+
23.00 Х/ф «ОХОТА НА ВОЛКОВ» 18+
1.00, 1.45, 2.30, 3.15, 4.00, 4.45 Дневник экстрасенса 16+

МАТЧ!

6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Ш. Стрикланд. UFC 16+
7.00, 12.35, 17.10 Новости 0+
7.05, 17.15, 20.15 Все на Матч! Прямая трансляция
9.30, 12.40, 14.55, 18.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. 1/2 финала 6+
11.45 Улетный футбол
22.25 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал 6+
1.25 Пляжный волейбол. Финал Кубка России. Мужчины. Финал 6+
2.25 Легкая атлетика. Мировой континентальный тур 6+
4.00 Стрельба из лука. Кубок мира. Классический лук. Индивидуальное первенство 6+

№ 28

7 июля 2026 г.

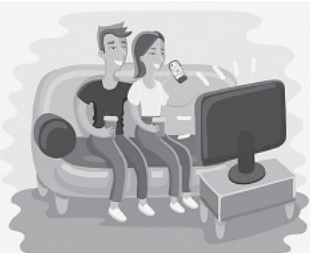
Кавказская неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК – 13 ИЮЛЯ

ВТОРНИК – 14 ИЮЛЯ

СРЕДА – 15 ИЮЛЯ

ЧЕТВЕРГ – 16 ИЮЛЯ

1	РОССИЯ 1	РОССИЯ K	ТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург	
Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.						
ПЯТНИЦА – 17 ИЮЛЯ	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, 18.40 «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+ 19.45 «Поле чудес» 16+ 21.00 «Время» 21.45 Д/ф «Через тернии к звездам». Ко дню рождения Алексея Рыбникова» 12+ 23.20 Х/ф «ВКУС СЧАСТЬЯ» 18+ 0.55 ПОДКАСТЛАБ 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.30 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 21.50 Торжественная церемония открытия XXXV Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске» 0.30 Х/ф «ЛАБОРАНТ-КА» 12+	6.30 Пешком.. 7.00 Легенды мирового кино 7.30 Х/ф «ФОТОГРАФИИ НА СТЕНЕ» 9.00 Кристальные истории 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Неизвестные маршруты России 11.00 Х/ф «КАПИТАН СОВРИГОЛОВА» 12.10, 12.45, 14.10, 16.30, 19.45 Документальные сериалы 13.15 Д/ф «Тайны родословной гигантских птиц» 14.50 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ» 17.15 Д/ф «Владимир Селивохин. Последний романтик русского пианизма» 17.50 Д/ф «Московский Монмартр» 18.35 Д/ф «Третий командующий. Иван Затевахин» 20.15 Х/ф «ВЕЧНЫЙ МУЖ» 22.50 «2 Верник 2» 0.35 Кинескоп 1.15 Х/ф «БОЛЬШИЕ ДЕРЕВЬЯ» 2.45 М/ф «Премудрый пескарь»	 4.50, 8.25, 10.35, 14.00 Т/с «ЛЕСНИК» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 16.45 «ДНК» 16+ 17.55 «Жди меня» 12+ 20.00 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+ 22.15 Т/с «ДЕЛЬФИН» 16+ 0.25 Х/ф «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» 16+ 2.00 «Квартирный вопрос» 0+ 2.50 Х/ф «ПЕТЛЯ» 16+	6.00, 8.30, 18.45 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00 Актуальное интервью 12+ 7.30 Дзержинского, 102 16+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 8.45 Профессия – Родину защищать 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТражение 12+ 11.00 «Человек и судьба» 16+ 11.25 «Почитаем!» 16+ 11.45 «Нескучное дело» 12+ 12.10, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «КОСЕННИЙ МАРАФОН» 16+ 18.15 Человек на Своем месте 12+ 20.15 Календарь 12+ 20.45 Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ»» 16+ 22.15 Х/ф «БОРСАЛИНО И КОМПАНИЯ» 16+ 0.00 Х/ф «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ» 16+ 1.10 Х/ф «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС» 16+ 3.30 Х/ф «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» 0+ 4.35 «Свет и тени». Улугбек 16+ 5.05 «Большая страна» 12+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25, 6.00, 6.40 Т/с «СВОИ-3» 16+ 7.25, 8.10, 11.15, 12.05 Т/с «СВОИ-7» 16+ 9.30, 10.20 Т/с «СВОИ-4» 16+ 13.30, 14.20, 15.15, 16.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 17.30, 18.20, 19.15, 20.05, 21.10, 22.05, 23.00 Т/с «СЛЕД» 16+ 23.45, 0.35, 1.25 Они потрясли мир 16+ 2.10, 2.50, 3.35, 4.15 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+
СУББОТА – 18 ИЮЛЯ	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 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» 16+ 17.50 «Привет, Андрей!» 12+ 21.00 Х/ф «НЯНЯКА ДЛЯ РОГОЖИНЫХ» 16+ 0.40 Х/ф «РАЗБИТЫЕ СЕРДЦА» 12+ 4.15 Х/ф «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ, ЛЮБОВЬ» 12+	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 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» 16+ 17.50 «Привет, Андрей!» 12+ 21.00 Х/ф «НЯНЯКА ДЛЯ РОГОЖИНЫХ» 16+ 0.40 Х/ф «РАЗБИТЫЕ СЕРДЦА» 12+ 4.15 Х/ф «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ, ЛЮБОВЬ» 12+	6.30 Д/ф «Путь подвижника» 7.05 Мультфильмы 8.20 Х/ф «ЦЕНА» 10.10 Д/с «Пряничный домик» 10.40 Д/с «Острова» 11.20 Х/ф «ЛЕВ ГУРЫЧ СИННИКИН» 12.35 Д/с «Передвижники» 13.05 Мультфильмы. «Союзмультфильм» 13.55, 0.25 Д/с «Пресноводная стихия и ее обитатели» 14.55 Д/с «Энциклопедия загадок» 15.25 Д/ф «Цирк». Я хотела быть счастливой в СССР!» 16.05 Х/ф «ЦИРК» 17.35 Большая опера-2025 19.30 Новости культуры 19.45 Х/ф «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ» 22.10 XXXV Международный фестиваль искусств «Славянский базар в Витебске». Гала-концерт «Юбилейный календарь Союзного государства» 1.25 Д/с «Искатели» 2.10 Д/с «Первые в мире» 2.25 Мультфильмы для взрослых	4.20 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО» 16+ 8.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 8.20 «Поедем, поедим!» 16+ 9.20 «Едим дома» 0+ 10.20 «Главная дорога» 16+ 11.00 Живая еда 12+ 12.00 «Квартирный вопрос» 0+ 13.00 «Сатья» 16+ 14.00 Основано на реальных событиях 16+ 15.00 «Своя игра» 0+ 16.20 «Следствие вели...» 16+ 19.40 «Ты не поверишь!» 16+ 20.50 10 лет «Секрету на миллион»! Самые громкие секреты 16+ 23.00 «Импровизаторы» 16+ 0.05 Х/ф «ОТПУСК» 16+ 1.50 «Дачный ответ» 0+ 2.40 «Прошу, прости!» 16+	6.00, 18.30 Я не местная 16+ 6.30 Актуальное интервью 12+ 7.00 Формула безопасности 16+ 7.15, 18.00 Человек на Своем месте 12+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 8.30 Итоги на Своем 16+ 9.00, 15.50 Календарь 12+ 9.30 Х/ф «КАМЕННЫЙ ЦВЕТOK» 0+ 10.50 Х/ф «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ» 0+ 12.05, 15.00, 19.00 Новости 16+ 12.10 Х/ф «ИСКРЕННЕ ВАШ...» 16+ 13.35 Д/ф «Герман Титов. космический спецназ» 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». Юрий Купер 12+ 19.55 «Вспомните все» 16+ 20.25 Х/ф «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО» 16+ 22.00 Х/ф «ГЕРЦОГИНЯ» 16+ 23.40 Х/ф «ЭМА. ТАНЕЦ СТРАСТИ» 18+ 1.20 Х/ф «ГОЛУБОЙ АНГЕЛ» 16+ 3.05 Х/ф «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ» 16+ 4.35 «Свет и тени» 16+	5.00, 5.40, 6.20, 7.05, 9.40, 10.35, 11.30, 12.25, 13.20 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+ 7.55, 8.45, 14.15 Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+ 15.10, 16.05, 17.05, 18.00, 18.55, 19.50, 20.45, 21.40, 22.35, 23.25, 0.25, 1.15 Т/с «ЭЛЬБРУС» 16+ 2.05, 2.45 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» 16+ 3.30, 4.15, 4.55 Т/с «ПИЛИГРИМ-2» 16+
ВОСКРЕСЕНЬЕ – 19 ИЮЛЯ	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 «Мечтатели». Национальная Лотерея 12+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 16+ 10.15 «Жизнь других» 12+ 11.10 «Повара на колесах» 12+ 12.15 Д/с «Победа» 16+ 13.15 Т/с «АРБАТСКИЕ ТАЙНЫ» 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 16+ 19.00 Т/с «СКРЫТЫЕ МОТИВЫ» 21.00 «Время» 23.00 Х/ф «ПАРА НА ПАРУ» 16+ 0.40 ПОДКАСТЛАБ 16+	6.05, 2.55 Х/ф «УСЛЫШЬ МОЕ СЕРДЦЕ» 16+ 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, 20.00 Вести 16+ 12.00, 1.10 Д/с «Рассказы из русской истории» 12+ 14.30 Вести. Местное время 16+ 15.00 «Парад юмора» 16+ 17.50 «Песни от всей души» 12+ 22.30 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+	6.30 Библиейский сюжет 7.05 Мультфильмы 8.05, 23.50 Х/ф «ТОЛЬКО В МЮЗИК-ХОЛЛЕ» 9.10 Д/ф «Исторические курорты России» 9.40 Х/ф «ПОЧТИ СМЕШНАЯ ИСТОРИЯ» 12.05, 0.55 Д/с «Страна птиц» 12.45 Д/ф «Бессмертнова» 13.40 Легендарные спектакли Большого 16.00 Х/ф «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ» 18.00 Д/с «Твердыни земли русской» 18.45 Посвящение Андрею Дементьеву. «Песня не прощается» 19.30 Новости культуры 19.45 «2 Верник 2» 20.55 Х/ф «ЖУРАВУШКА» 22.20 «Сказки народов мира в опере». Российский национальный оркестр. Фестиваль в музее-заповеднике «Царицыно» 1.50 Д/с «Искатели» 2.35 М/ф «Легенда о Сальери»	4.20 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО» 16+ 8.00, 10.00, 16.00, 19.00 «Сегодня» 8.20 «У нас выигрывают!» 12+ 10.20 «Первая передача» 16+ 11.00 «Чудо техники» 12+ 11.50 «Дачный ответ» 0+ 13.00 «НашПотребНадзор» 16+ 14.00 «Однажды...» 16+ 15.00 «Своя игра» 0+ 16.20 «Следствие вели...» 16+ 19.40 10 лет «Секрету на миллион»! Самые громкие секреты 16+ 22.40 «Aguteens Fest». Фестиваль Леонида Агутина 0+ 0.55 Х/ф «ОТЦЫ» 16+ 2.35 «Прошу, прости!» 16+ 4.15 Т/с «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+	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+ 9.25 Х/ф «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» 0+ 10.35 «На приеме у главного врача» 16+ 11.25, 12.05 Х/ф «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС» 16+ 12.00, 15.00, 19.00 Новости 16+ 13.50 «Конструкторы будущего» 12+ 14.05 «Большая страна» 12+ 15.05 «Моя история». Мирей Матье 16+ 15.40 Кино. Короткий метр 16+ 16.30 «Свет и тени». Фредерик Шопен 16+ 17.45 Дзержинского, 102 16+ 18.00 Итоги на Своем 16+ 19.15 Х/ф «ЖЕНСКАЯ СОБСТВЕННОСТЬ» 16+ 20.45 Х/ф «ИВАН ГРОЗНЫЙ» 12+ 23.45 Д/ф «Женщины, создающие кино» 18+ 0.50 Х/ф «МОЯ ЛЮБОВЬ» 12+ 2.05 Х/ф «ГЕРЦОГИНЯ» 16+ 3.50 Х/ф «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ» 0+ 5.05 «На приеме у главного врача» 16+	 5.00, 5.35, 6.15, 6.55, 7.40, 8.35 Т/с «ПИЛИГРИМ-2» 16+ 9.25, 10.20, 11.15, 12.05, 13.00, 13.55, 14.50, 15.45 Т/с «ПИЛИГРИМ-5» 16+ 16.40, 17.35, 18.35, 19.25, 20.25, 21.20 Т/с «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-3» 16+ 22.15, 23.20, 0.25, 1.30 Т/с «ЧУЖОЙ» 16+ 2.25, 3.10, 3.55 Т/с «СВИДЕТЕЛИ» 16+
1	РОССИЯ 1	РОССИЯ K	ТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург	

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



	2.10 Д/с «Старцы» 0+ 2.55 «Поле битвы» 16+ 3.25 Простые чудеса 12+	СРЕДА, 15 июля 5.00, 11.40, 0.50 День Патриарха 0+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 Мультфильмы 0+ 6.00, 8.00 Утро на «Спасе» 0+ 10.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 10.15 Д/ф «Обитель святых целителей Космы и Дамиана» 0+ 11.10, 17.30, 4.30 Прямая линия. Ответ священника 12+ 11.50, 12.20 Монастырская кухня 0+ 12.50 Т/с «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ» 12+ 13.45 Х/ф «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ» 0+ 15.10 Х/ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА» 16+ 17.00, 20.15, 21.35, 23.45, 2.40, 4.15 Вечер на «Спасе» 0+ 18.10, 1.00 Д/ф «Донбасс. Истерзанное сердце России» 12+ 19.15 Т/с «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ» 12+ 20.30 Бесогон 18+ 21.50, 2.55 «Поле битвы» 16+ 22.20 Х/ф «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ» 16+ 1.55 Д/ф «Гвардия. Мы были простыми смертными» 0+ 3.25 Простые чудеса 12+	6.00, 8.00 Утро на «Спасе» 0+ 10.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 10.15 «София» 12+ 11.50, 12.20 Монастырская кухня 0+ 12.45 Т/с «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ» 12+ 13.40 Х/ф «СТАЛЬНАЯ КОЛЫБЕЛЬ» 12+ 13.55 Х/ф «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ» 0+ 15.20 Х/ф «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ» 16+ 17.00, 20.15 Вечер на «Спасе» 0+ 17.30 Прямая линия. Ответ священника 12+ 18.10 Д/ф «День Ангела» 0+ 18.45 Д/с «Святые целители» 0+ 19.20 Д/ф «Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы» 0+ 20.30 Бесогон 18+ 21.35 Д/ф «Корона под молотом» 0+ 23.00 «Царские дни». Прямая трансляция 0+	СУББОТА, 18 июля 5.00 Х/ф «ЦАРЕУБИЙЦА» 12+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 «Завет» 6+ 6.25 Прямая линия жизни 16+ 7.15 Д/ф «День Ангела» 0+ 7.45 Мультфильмы 0+ 8.30, 3.10 Простые чудеса 12+ 9.30 Божественная литургия. Прямая трансляция 0+ 12.00, 12.30, 0.45, 1.15 Д/с «Святые целители» 0+ 13.00 В поисках Бога 12+	13.30 Х/ф «КОМАНДИР КОРАБЛЯ» 12+ 15.30 «Русский ковчег» 12+ 16.30 Х/ф «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ» 12+ 18.30, 19.55 Д/ф «Мама на продажу. Правда о суррогатном материнстве» 16+ 21.25 Бесогон 18+ 22.35, 4.00 «Русский мир» 12+ 23.35 День Патриарха 0+ 23.45 «София» 12+ 1.45 Д/ф «Святые воины» 6+ 2.15 Д/ф «Елизавета» 0+	ПОНЕДЕЛЬНИК, 19 июля 6.00 Итоги недели 6+ 6.30, 8.45, 9.15, 15.45 «насе» 16+ 9.30, 14.00, 10.15 Экспресс Формулы 16+ 10.45, 16.45, 11.30 Прямая трансляция 16+ 12.00, 18.15 «Собаки и става» 16+ 12.45, 19.00, 12.50 Новости водка 16+ 13.15, 22.15, 15.10, 0.10 Киловидео 16+ 17.30, 21.30, 16+ для слабых
ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля 5.00, 12.10, 0.00 День Патриарха 0+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 Мультфильмы 0+ 6.00, 8.00 Утро на «Спасе» 0+ 10.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 10.15 «Церковь и мир» 0+ 10.40 «Русский ковчег» 12+ 11.40, 17.30, 4.30 Прямая линия. Ответ священника 12+ 12.20, 12.50, 13.20 Монастырская кухня 0+ 13.50 Х/ф «Я ВАС ДОЖДУСЬ» 6+ 15.10 Х/ф «СЫН» 18+ 17.00, 20.15, 21.30, 22.55, 2.40, 4.15 Вечер на «Спасе» 0+ 18.00, 1.00 Д/ф «День Ангела» 0+ 18.50, 1.40 Д/с «Святые целители» 0+ 19.20 Т/с «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ» 12+ 20.30 Бесогон 18+ 21.45 Х/ф «НЕ БЫЛО БЫ СЧАСТЬЯ» 18+ 0.10 Прямая линия жизни 16+	ВТОРНИК, 14 июля 5.00, 11.40, 0.55 День Патриарха 0+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 Мультфильмы 0+ 6.00, 8.00 Утро на «Спасе» 0+ 10.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 10.15 Д/ф «День Ангела» 0+ 11.10, 17.30, 4.30 Прямая линия. Ответ священника 12+ 11.50, 12.20 Монастырская кухня 0+ 12.50, 19.20 Т/с «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ» 12+ 13.45 Х/ф «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ» 0+ 15.10 Х/ф «РОСА» 0+ 17.00, 20.15, 21.35, 23.50, 2.40, 4.15 Вечер на «Спасе» 0+ 18.00, 1.05 Д/ф «Обитель святых целителей Космы и Дамиана» 0+ 18.50 Д/с «Лики Богородицы» 0+ 20.30 Бесогон 18+ 21.50, 2.55 «Поле битвы» 16+ 22.20 Х/ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА» 16+ 1.50 Д/ф «Рельсовая война. Партизан Старинков» 0+	ЧЕТВЕРГ, 16 июля 5.00, 11.40 День Патриарха 0+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 Мультфильмы 0+	ПЯТНИЦА, 17 июля 5.00, 7.00 Прямая линия. Ответ священника 12+ 9.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 9.15 Лето Господне 6+ 11.30 Д/ф «Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы» 0+	СУББОТА, 18 июля 5.00 Х/ф «ЦАРЕУБИЙЦА» 12+ 5.10 Расскажи мне о Боге 6+ 5.40 «Завет» 6+ 6.25 Прямая линия жизни 16+ 7.15 Д/ф «День Ангела» 0+ 7.45 Мультфильмы 0+ 8.30, 3.10 Простые чудеса 12+ 9.30 Божественная литургия. Прямая трансляция 0+ 12.00, 12.30, 0.45, 1.15 Д/с «Святые целители» 0+ 13.00 В поисках Бога 12+	ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля 5.00, 23.35 День Патриарха 0+ 5.10 Завет 6+ 6.05 Д/ф «День Ангела» 0+ 6.35 Мультфильмы 0+ 7.45 «Метанойя» 12+ 9.00 Простые чудеса 12+ 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция 0+ 12.30 «София» 12+ 13.55, 1.00 «От воскресенья до воскресенья» 6+ 15.45 «Русский мир» 12+ 16.50 Х/ф «ДЕНЬ АНГЕЛА» 12+ 18.15 Х/ф «ЗИМОРОДОК» 18+ 19.55, 2.40 Парсуна 6+ 20.55 Бесогон 18+ 22.00, 3.30 Главное 16+ 23.25, 4.50 Щипков 12+ 23.45 Д/ф «Мама на продажу. Правда о суррогатном материнстве» 16+	ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 июля 6.00 Итоги недели 6+ 6.30, 8.45, 9.15, 15.45 «насе» 16+ 9.30, 14.00, 10.15 Экспресс Формулы 16+ 10.45, 16.45, 11.30 Прямая трансляция 16+ 12.00, 18.15 «Собаки и става» 16+ 12.45, 19.00, 12.50 Новости водка 16+ 13.15, 22.15, 15.10, 0.10 Киловидео 16+ 17.30, 21.30, 16+ для слабых

6.00 Итоги н.
6.30, 8.45, интервью
7.00 А что та
7.35, 20.30, :
ПРИКЛК
ЯПОНЧИ
8.30, 10.30, Новости 1
9.15, 15.45 «нас» 16+
9.30, 14.00, Экспресс
10.15 Форм 16+
10.45, 16.45, 11.30 Прямо
12.00, 18.15 ства» 16+
12.45, 19.0(водска 16
12.50 Новос
13.15, 22.15
15.10, 0.10 Кисловод
17.30, 21.30, для слабс
16+

ПОЧЕМУ ОПАСНО ХРАНИТЬ ДОМА СТАРЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

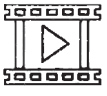
Многие хранят старые телефоны на всякий случай: как запасной вариант, если новый сломается. Однако, специалисты утверждают, что это не всегда безопасно – старый аккумулятор может воспламениться. Они считают, что избавиться от устройства надо, если происходит:

- Вздутие корпуса или деформация экрана (как будто он отходит от основания).
- Самопроизвольный нагрев без подключения к зарядке.

- Подозрительные звуки (шипение, щелчки) или признаки коррозии на разъемах.
- Если телефон просто лежит на всякий случай, его стоит подгото-

вить: зарядить примерно до 50-70%, выключить и убрать в сухое место. Идеально иногда включать и подзаряжать устройство, – добавляют эксперты.

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ С ТЕЛЕФОНОМ ПЕРЕД УТИЛИЗАЦИЕЙ

ОСНОВНЫЕ РИСКИ	КАК «ПОЧИСТИТЬ» АППАРАТ
 сохранение личных фото- и видео (просто удалить недостаточно, информация легко восстанавливается)  сохранение в памяти аппарата персональных данных (пароли, данные банковских карт, личная переписка, контакты или другие конфиденциальные сведения)  возможная юридическая ответственность , если данные будут использованы для совершения преступления	ДЛЯ ANDROID:  выйти из всех профилей и учетных записей (Google, мессенджеры)  сделать двойной сброс настроек (для предотвращения восстановления данных)  отформатировать карту памяти ➤ приложение «Настройки» – ➤ раздел «Хранилище» – ➤ карта памяти – ➤ «Форматировать» или «Форматировать как внутреннюю память»
	ДЛЯ IPHONE:  выйти из iCloud  обязательно отключить функцию «Найти iPhone»  стереть контент и настройки

Использованы материалы «АиФ»

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

ПЕТРОВ ПОСТ (с 8 июня по 11 июля 2026 г.)

7 июля — Рождество честного славного Пророка, Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.
8 июля — Благоверного князя Петра, в иночестве Давида, и княгини Февронии, в иночестве Евфросинии, Муромских чудотворцев.
9 июля — Тихвинской иконы Божией Матери. Преподобного Давида Солунского.
Лиддской (Римской) (I), Немецкой (1399), Седмиезерной (XVII) икон Божией Матери.
10 июля — Обретение мощей преподобного Амвросия Оптинского и прпп. старцев Оптинских Льва, Макария, Илариона, Анатолия Старшего, Варсонофия и Анатолия Младшего (1998).

10 июля — Праведной Иоанны мироносицы. Преподобного Сампсона странноприимца.
11 июля — Перенесение мощей мучеников бессребреников и чудотворцев Кира и Иоанна. Преподобных Сергия и Германа, Валаамских чудотворцев.
Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».
12 июля — Славных и всехвалных первоверховных апостолов Петра и Павла. Преподобного Паисия Святогорца.
Касперовской иконы Божией Матери.

13 июля — Собор славных и всехвалных 12-ти апостолов: Петра, Андрея, брата его, Иакова Зеведеева, Иоанна, брата его, Филиппа, Варфоломея, Фомы, Матфея, Иакова Алфеева, Иуды Иаковля, или Фаддея, Симона Зилота и Матфия.
Горбаневской и Балыкинской икон Божией Матери.
14 июля — Бессребреников Космы и Дамиана, в Риме пострадавших.



ЖИТИЕ СВЯТЫХ

Святые благоверные князь Петр и княгиня Феврония Муромские

Благоверный князь Петр был вторым сыном Муромского князя. Поверженный змий наслал болезнь на князя, от которой никто не мог его излечить. В сонном видении князю было открыто, что его может исцелить дочь «древолазца» бортника, добывавшего дикий мед, Феврония, крестьянка деревни Ласковой в Рязанской земле.

Дева Феврония была мудрой, умела лечить недуги, была красивая, благочестивая и добрая девушка. Князь пообещал жениться на ней после исцеления. Святая Феврония исцелила князя, однако он не сдержал своего слова. Болезнь возобновилась, Феврония вновь вылечила его и вышла за него замуж.

Когда Петр наследовал княжение после брата, бояре не захотели иметь княгиню простого звания, заявив ему: «Или отпусти жену, которая своим происхождением оскорбляет знатных барынь, или оставь Муром». Князь взял Февронию, сел с ней в лодку и отплыл по Оке. В Муроме же началась смута, многие пустились домогаться освободившегося престола, пошли убийства. Тогда опомнились бояре, собрали совет и решили звать князя Петра обратно. Князь и княгиня вернулись, и Феврония сумела заслужить любовь горожан.

В преклонных летах, приняв монашеский постриг в разных монастырях с именами Давид и Евфросиния, они молили Бога, чтобы им умереть в один день, и завещали тела их положить в одном гробу, заранее приготовив гробницу из одного камня, с тонкой



перегородкой. Скончались они в один день и час – 8 июля (25 июня по старому стилю) 1228 года.

Сочтя погребение в одном гробе несовместимым с монашеским званием, бояре положили их тела в разных обителях, но на следующий день они оказались вместе. Погребены были святые супруги в соборной церкви города Мурома в честь Рождества Пресвятой Богородицы.

Святим благоверным Петру и Февронии Муромским молятся о семейном благополучии, о счастье в браке, о даровании детей.

МОЛИТВА СВЯТЫМ БЛАГОВЕРНЫМ ПЕТРУ И ФЕВРОНИИ

О угодницы Божии, благовернии княже Петре и княгине Февроние, к вам прибегаем и к вам со упованием крепким молимся: вознесите о нас, грешных {имена}, святые молитвы ваши ко Господу Богу и испросите у благодати Его вся благопотребная душам и телесем нашим: веру праву, надежду благу, любовь нелицемерну, благочестие непоколебимо, в добрых делах преуспеяние. И ходатайствуйте нам у Царя Небесного житие благополучное и добрую христианскую кончину. Ей, чудотворицы святии! Не презрите молитв наших, но будите о нас приснии предстатели ко Господу, и сподобите нас помощью вашею спасение вечное получитьи и Царствие Небесное унаследовати, да славословим неизреченное человеколюбие Отца и Сына и Святого Духа, в Троице поклоняемого Бога во веки веков. Аминь.

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



ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗДОРОВЬЯ

ВЕЛОПРОГУЛКИ

Для сохранения здоровья взрослым людям врачи рекомендуют 150 минут умеренной аэробной нагрузки в неделю. И велопрогулки идеально вписываются в эту норму.

Поездки полезны для:

• сердца и сосудов.

Давление снижается на 5-10 мм рт. ст., уменьшается плохой холестерин ЛПНП, повышается хороший – ЛПВП. Риск инфаркта при регулярных занятиях падает на 30-50 %;

• здоровья мозга и улучшения состояния психики.

Уже через 20 минут езды в крови растёт уровень эндорфинов и серотонина. За счёт этого снижается тревожность;

• **суставов и спины.** В отличие от бега, на коленные и тазобедренные суставы приходится в 4-5 раз меньше ударной нагрузки. Поэтому велосипед часто рекомендуют пациентам с лишним весом и начальным артрозом;

• **нормализации метаболизма.** Час спокойной езды сжигает 400-500 ккал, помогает в профилактике сахарного диабета 2-го типа и метаболического синдрома (нарушение, способное вызвать патологии эндокринной, сердечно-сосудистой систем).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Есть состояния, при которых велосипед надо исключить. Это острый период инфаркта миокарда, нестабильная стенокардия, аневризма аорты, сердечная недостаточность, неконтролируемая аритмия и тяжёлая гипертензия (давление выше 180/110 мм рт. ст.). Нельзя кататься после травм опорно-двигательного аппарата, во втором – третьем периодах беременности. С осторожностью и только после консультации врача допустимо заниматься при сахарном диабете с риском гипогликемии; глаукоме и отслойке сетчатки; при тяжёлом остеопорозе, эпилепсии, грыже поясничного отдела в стадии обострения.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



Людям старше 40 лет без опыта тренировок важно до начала занятий сделать ЭКГ, измерить давление, сдать базовые анализы (глюкоза, холестерин, общий анализ крови).

ДЕЛО ТЕХНИКИ

Перед поездкой необходима проверка «АБС»: А – амортизаторы и тормоза, Б – болты (рулевая, седло, колеса), С – состояние шин. Важно отрегулировать высоту седла: при нижнем положении педали нога должна быть чуть согнута в колене (около 25-30°). Слишком низкая посадка – главная причина боли в коленях у любителей. Нельзя кататься в наушниках, так как необходимо слышать машины и предупреждающие сигналы.

НА ЗАМЕТКУ

В жару не стоит кататься с 12:00 до 16:00. При низкой температуре воздуха не следует одеваться очень тепло: езда согревает. Но при показателях термометра менее +10°C под шлем надо надевать шапку.

Прерывать прогулку и вызвать скорую надо, если в груди давит, не хватает воздуха, пульс стал нерегулярным.

Поездки полезны детям, так как способствуют формированию правильной осанки, развивают вестибулярный аппарат, тренируют систему дыхания.

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

ПИРОГ С КУРИЦЕЙ



- Мука – 250 г
- Сливочное масло – 50 г
- Сметана – 100 г
- Разрыхлитель – 1 ч. л.
- Яйца – 3 шт.
- Куриное филе – 400 г
- Репчатый лук – 140 г
- Сладкий перец – 300 г
- Сливки – 100 мл
- Тертый сыр – 50 г
- Растительное масло – 3 ст. л.
- Соль и черный молотый перец – по вкусу

Курицу нарезать, обжарить на растительном масле. В этом же масле пассеровать измельченные лук и сладкий перец, добавить курицу, посолить, поперчить, минуту подержать на огне. Соединить сметану, яйцо, сливочное масло и соль. Всыпать муку и разрыхлитель, замесить тесто. Для заливки смешать 2 яйца, сливки, сыр. Форму застелить пергаментом, выложить тесто, сделать бортики, рас-

пределить начинку и заливку. Выпекать в духовке при 180°C 45 минут.

ЛОБИО ИЗ ФАСОЛИ

- Красная фасоль – 750 г
- Репчатый лук – 70 г
- Болгарский перец – 100 г
- Томаты – 300 г
- Томатная паста – 3 ст. л.
- Чеснок – 3 зубчика
- Ядра грецких орехов – 100 г
- Растительное масло – 3 ст. л.
- Соль, хмели-сунели – по вкусу
- Кинза – 15 г

Фасоль замочить на ночь в холодной воде, промыть и отварить. Лук и болгарский перец нарезать кубиками. Томаты размять в пюре, орехи крупно порубить, чеснок пропустить через пресс, кинзу измельчить. Лук из томатов, готовый 7 минут. Выложить фасоль, орехи, чеснок, хмели-сунели, соль. Слегка размять, чтобы часть фасоли осталась целой, добавить кинзу, тушить 15 минут.





ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

ВЕСКИЕ ПРИЧИНЫ ПОЛЮБИТЬ РЕВЕНЬ

Это растение – целая питательная «фабрика», которая обеспечивает наш организм большим количеством полезных веществ. Есть несколько серьезных причин, чтобы употреблять его не только летом, но и вообще круглый год.

В пищу идут только стебли (черешки) ревеня, и только молодые. Снимать черешки лучше в июне-июле. Позже в стеблях накапливается щавелевая кислота, которая не слишком полезна.

Растение имеет терпкий и немного кисло-сладкий вкус, похожий на зеленые яблоки. Кстати, если вы хотите купить самый сладкий ревень, ищите стебли сочного красного цвета – они гораздо вкуснее, чем зеленого, бледно-розового или светло-красного.

Ревень богат витаминами С и К, группы В, а также калием, кальцием, марганцем и другими жизненно важными витаминами и минералами. Кроме того, растение содержит мощные антиоксиданты, такие, как ликопин и зеаксантин. Он низкокалориен, и в нем содержится совсем мало жира (да и тот ненасыщенный), что делает ревень вполне подходящим продуктом для диетического питания.

РЕВЕНЬ ПОЛЕЗЕН:

● Для костей и зубов

Из-за высокого содержания кальция способствует сохранению их крепкими и здоровыми. Если употреблять ревень достаточно регулярно, то это помогает предотвратить потерю зубов и размягчение костей.

● Для глаз

Красный ревень – превосходный источник витамина А, необходимого для здоровья глаз. Он содержит бета-каротин, лютеин и зеаксантин, которые способствуют сохранению зрения острым и снижению риска возрастных изменений. Полезно пить смузи или кисель из ревеня всякий раз, когда вы проводите много времени перед компьютером.

● Для иммунной системы

Растение является одним из лучших источников витамина С, который поддерживает иммунную систему. Кроме того, витамин С является основным питательным веществом при производстве коллагена. Таким образом, ревень способен предотвращать преждевременное старение.

● Для сердца

Он содержит очень мало жиров и калорий. Чашка нарезанного кусочками ревеня содержит около 26 ккал и 1 г жира. Растение богато мощными антиоксидантами, такими, как ликопин и антоцианы, которые способствуют снижению риска сердечных заболеваний. Правда, если вы слишком подвержены стрессу, сочный красный стебель ревеня вряд ли поможет значительно улучшить здоровье сердца. Желательно держать свои эмоции под контролем, питаться здоровой пищей и регулярно заниматься спортом, чтобы прожить долгую и здоровую жизнь.

● Снижает давление

Согласно зарубежным исследованиям, калий, содержащийся в ревене, помогает снизить кровяное давление. Гипертоникам стоит добавлять несколько стеблей растения в салат или в пирог.

● Благоотворно влияет на кишечник

Благодаря отличным слабительным свойствам ревень помогает справиться с запорами. Растение улучшает аппетит, позволяет сохранить пищеварительную систему здоровой. Однако, если вы регулярно страдаете от запоров, лучше обратиться к врачу. Ревень также помогает ускорить метаболизм, поэтому его рекомендуют употреблять тем, кто хочет сбросить вес.

● Универсален

Его можно использовать для приготовления практически любых блюд – салатов, супов, пирогов, печенья, кексов, пиццы, цукатов, соусов, компотов, смузи, киселей. Из ревеня можно сделать пюре (оно будет похоже на яблочное) и добавлять его к различным блюдам. Существует масса рецептов с использованием этого растения.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Не рекомендуется употреблять ревень в больших количествах во время беременности, а также при ревматизме, сахарном диабете, желудочно-кишечных кровотечениях, подагре, геморрое, мочекаменной болезни, холецистите и перитоните.

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

ЗМЕИНЫЙ УКУС

В лесу, на берегу водоема, а иногда и на дачном участке можно встретить гадюку. Ее укус опасен, но нападение происходит лишь в случае, если рептилия вынуждена защищаться, отмечают специалисты.

СОХРАНЯТЬ ДИСТАНЦИЮ

В России довольно распространены гадюка, уж и медянка. По-настоящему опасна для человека небольшая змея (не более 50-60 см) – гадюка обыкновенная. Ее окрас варьируется от серо-голубоватого до красно-медного и черного, на спине заметен зигзагообразный рисунок. Уж и медянка не ядовиты, однако подходить к ним близко все равно не стоит, укус способен вызвать аллергическую реакцию и инфицирование раны.

Змеи живут колониями на одном месте, охотятся на территории в несколько сотен метров. И вероятность встречи с ними небольшая. Гадюки не стремятся приближаться к людям, но при наличии источника питания и подходящих условий находят себе убежище в хозяйственных постройках, дровницах, компостных кучах, местах скопления строительного мусора. Змеи приползают ближе к людям исключительно в поисках пищи, причем чаще это делаютужи.

Гадюки неагрессивны, первыми не нападают, предпочитая уползти в сторону. Чтобы рептилия напала на человека, ее нужно разозлить.

Это может случиться, если на змею случайно наступить, коснуться рукой или палкой, пытаться прогнать, делать резкие движения. Подобные действия змея расценит как агрессию и начнет защищаться.

СНИЗИТЬ РИСК

При посещении мест, где могут быть змеи (болотистые участки, берега водоемов, лес), надо правильно подбирать обувь и одежду. Резиновые сапоги и плотные брюки, например джинсы, гадюка не прокусит.

При встрече со змеей следует медленно, без резких движений отступить и отойти на безопасное расстояние. Если оставить гадюку в покое, она уползет.

В 20-40 % случаев гадюки впрыскивают яд не полностью или не вводят его вообще. Данное явление называют сухим укусом.



ПРАВИЛА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

При укусе гадюки важно срочно обратиться к врачу. Только он способен оценить состояние пострадавшего и назначить лечение. В тяжелых случаях требуется введение сыворотки против яда.

До встречи со специалистом надо:

- исключить физическую активность, лечь, придать неподвижность пострадавшей руке или ноге. Это снизит распространение яда в ткани;
- принять антигистаминный препарат;
- обработать место укуса антисептиком (спиртовым раствором, хлоргексидином), можно наложить бактерицидный пластырь, а вот йод и зеленку лучше не использовать;
- пить воду, это снизит интоксикацию и ускорит выведение токсинов;
- сделать повязку, умеренно сдавливающую пораженную часть тела (между кожей и бинтом должен без усилий проникать указательный палец).

А вот отсасывание яда – прием спорный. В первые секунды после укуса этот способ эффективен, он

позволяет удалить до 50 % яда. Но использовать метод допустимо лишь в случае, если быстрая медицинская помощь исключена.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Яд гадюки опасен, но не смертелен. Он является мощным аллергеном, и осложнения чаще связаны с тяжелой реакцией организма, вплоть до анафилактического шока. На последствия влияют возраст и вес пострадавшего, место и количество ран. Для детей яд опаснее. Хуже, если укус прямой, глубокий, рана расположена близко к голове или поражен кровеносный сосуд. Имеет значение размер змеи: в крупных особях яда больше, а токсичнее он весной.

ГЛАВНЫЕ СИМПТОМЫ

В первые минуты после укуса отмечается местная реакция: ранка краснеет и становится горячей на ощупь, развивается выраженный отек, возникает резкая, усиливающаяся во времени боль. Нетрудно заметить две ранки от передних зубов гадюки.

Минут через 15-20 могут появиться головная боль, слабость, тошнота, одышка. У пострадавшего усиливается сердцебиение, снижается артериальное давление. Но в большинстве случаев в течение 2-3 часов состояние улучшается. Следует учитывать двухфазное действие яда гадюки на систему кровообращения: сначала происходит небольшое повышение свертываемости крови, а затем ее снижение. При этом кровоточивость способна сохраняться до двух недель после укуса.

При своевременном лечении практически все симптомы проходят через полторы-две недели, не вызывая осложнений. Иногда при выраженной интоксикации последствия сохраняются дольше. Но это случается, если пострадавший отказывается от медицинской помощи.

Нельзя разрезать ранку, вводить в нее какие-либо вещества, прижигать место укуса, накладывать жгут.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Голова ужа округлая или яйцевидная, с заметной шеей. У гадюки – треугольная и немного сплюснутая.

Рисунок на спине у гадюки чаще зигзагообразный. Окрас ужа представляет собой пятна или полосы без четкого зигзага, нередко с желтыми отметинами за головой.



ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ

ПОЛЕЗНЫЕ СТРЕЛКИ

К середине июня озимый чеснок дает стрелки. Их надо удалять, чтобы растение не тратило силы на формирование побегов.

Речь идет о цветоносах. Если оставить их на растениях, появятся бутоны, из них сформируются коробочки с семенами. Этот процесс заберет у головок питательные вещества. Рост замедлится, чеснок получится мелким.

БЕЗ СПЕШКИ

Не стоит удалять только появившиеся побеги, они все равно продолжат расти, поэтому потребуются повторная процедура. Лучше дождаться момента, когда стрелки начнут закручиваться. Чем выше температура воздуха, тем раньше это произойдет. Не следует выламывать лишнее, ровных пеньков не получится, появившаяся на стебле рана затянется не скоро, в нее будут проникать возбудители инфекционных заболеваний.

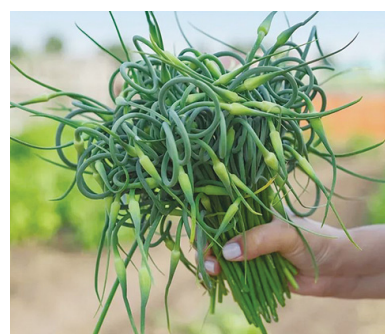
Правильный способ – обрезка секатором, ножницами или острым ножом. Надо выбрать закрученный побег, отвести его в

сторону и сделать срез, отступив от стебля 1 см. Пенек быстро затянется. Работу необходимо провести утром, в сухую погоду, а на следующий день полить грядку и внести подкормку.

ПУСТИТЬ В ДЕЛО

Удаленные побеги можно использовать в качестве основы средства для защиты растений от грибковых заболеваний. Например, для приготовления настоя от фитотрофы надо залить 1 кг стрелок 5 л горячей воды, оставить под крышкой на сутки. Затем процедить, разбавить 5 л воды, всыпать 2 ст. л. тертого хозяйственного мыла, процедить. Средством надо провести опрыскивание растений.

Можно использовать побеги для компостирования, перед закладкой в емкость стрелки надо измельчить и подсушить. Затем перемешать с уже перегнивающей органикой и полить.



Стрелки образуются не у всех растений сразу, поэтому грядку надо регулярно осматривать и удалять закрученные побеги.

КУЛИНАРНЫЕ ХИТРОСТИ

Стрелки можно мариновать, в том числе на зиму, жарить с овощами, использовать в качестве приправ. После тепловой обработки они приобретают аромат, напоминающий запах лесных грибов.

Стрелки обладают антибактериальными свойствами. За них так ценится чеснок.

КУЛИНАРНАЯ КНИГА

Легкие коктейли для лета

КЛУБНИЧНАЯ ВОДА

Если обычная вода кажется вам недостаточно вкусной, попробуйте этот ароматный напиток. Налейте в графин 6 стаканов воды без газа, добавьте дольки огурца (1/2 стакана) и тонкие ломтики клубники (1 стакан). Перемешайте, накройте крышкой и поставьте на ночь в холодильник.

ЗЕЛЕНый МОХИТО

Зеленый виноград без косточек промойте и заморозьте. Смешайте в блендере 1/2 лайма, 2-3 листика мяты, 1/2 стакана замороженного винограда, 40 мл рома, 1/2 стакана измельченного льда, 2 ст. л. воды. Добавьте сок 1/2 лайма, еще раз перемешайте.

ВОЛШЕБНАЯ МАРГАРИТА

Алкольные коктейли – самые калорийные напитки, поэтому диетологи советуют отказаться от них в пользу сухого вина. Но этот рецепт подойдет даже тем, кто строго следит за количеством калорий. Смешайте 180 мл диетического лимонного тоника, 40 мл текилы, 30 мл лимонного сока, подавайте со льдом.

КОКОСОВЫЙ СМУЗИ

Смешайте в блендере 2/3 стакана консервированного кокосового молока, 5 крупных ягод клубники, 1/2 ч. л. экстракта ванили, 2 ч. л. сахара (добавлять его нужно только в том случае, если кокосовое молоко несладкое), 1 стакана измельченного льда.



ВЕСЁЛЫЙ ДЕНЁК

УМНОТЕКА

КРОССВОРД

Посмотрите на картинку и разгадайте кроссворд. Если вы все сделаете правильно, в розовом столбце появится название самого теплого времени года!

СЛОВО: Лето
ОТВЕТЫ: пчела, каша, улитка, бабочка.

СТИХОТВОРЕНИЕ

ПО ГРИБЫ-ГРИБОЧКИ

Я с лукошком в лес пойду
По грибы-грибочки,
Не один гриб на виду
В летние денечки.
После дождика грибов
Сразу прибавляется,
Среди трав и бугорков
Сбор их начинается.

Рыжики, маслята,
Лисички и опята –
Имя всем грибам дают,
Все они в лесу растут.

Подберезовик в лесу
Гриб давно известный,
Быть в лукошке и ему
С остальными вместе.
К одному лишь мухомору
Подходить не стану,
Обойду его, не трону,
Только просто гляну.

Урожай грибов домой
Принесу что надо.
На столе будут горой
Рыжики, маслята.
И лисички, и опята,
Подберезовики к ним.
Лето на грибы богато,
За что лес благодарим.

Владимир Коньков,
г. Новопавловск

ФАЙНДВОРД

ОТПРАВИЛСЯ

Рано утром долговязый, ленивый
Коля стал собираться на косьбу.
Со сна не мог найти косу.

Несколько раз спрашивал:

– Мам, куда косу дела?

– Коля, характер же у тебя! – сердилась мать. – Всегда кто-нибудь виноват. И с косой тоже вечная канитель. – Ты куда-то задевала, – не унимался сын.

– Да отстань ты от меня. Прилипла...

Наконец косу нашли.

– Накопи на две копыны, – сказала мама. – И возьми с собой еду: батон с колбасой положила тебе в сумку.

– Ладно, – отозвался Коля.

Взял сумку, а косу забыл дома.

Попробуйте найти в этом тексте семь названий деревьев.

Примечание. Файндворд – это словесная игра, суть которой в том, чтобы найти в предложенном тексте слова определенной тематической группы.

ОТВЕТЫ: Вяз, сосна, липа, ель, береза, осина, дуб.

ТЕЛЕПРОГРАММЫ

СОЛНЦЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

5.00, 10.00, 18.25 М/с «Барбоскины» 0+
7.00 М/с «Три кота» 0+
12.05 Т/с «**ОЛИВКА, ИГОРЕК И РЕКС**» 6+
13.00 М/с «Царевны» 0+
14.30 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
15.25 М/с «Черный мотылек. Сила музыки» 6+
16.25 М/с «Простоквашино» 0+
21.00 Т/с «**РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ**» 12+
1.00 М/с «Маша и Медведь» 0+

ВТОРНИК, 14 июля

5.00, 10.00, 18.25 М/с «Барбоскины» 0+
7.00 М/с «Три кота» 0+
12.05 Т/с «**ОЛИВКА, ИГОРЕК И РЕКС**» 6+
13.05 М/с «Царевны» 0+
14.30 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
15.25 М/с «Черный мотылек. Сила музыки» 6+
16.25 М/с «Простоквашино» 0+
21.00 Т/с «**РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ**» 12+
1.00 М/с «Маша и Медведь» 0+
2.00 ПРОФИЛАКТИКА на канале с 02.00 до 05.00

СРЕДА, 15 июля

10.00, 18.25 М/с «Барбоскины» 0+
12.05 Т/с «**ОЛИВКА, ИГОРЕК И РЕКС**» 6+
13.10 М/с «Царевны» 0+
14.30 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
15.25 М/с «Черный мотылек. Сила музыки» 6+
16.25 М/с «Простоквашино» 0+
21.00 Т/с «**РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ**» 12+
1.05 М/с «Маша и Медведь» 0+

ЧЕТВЕРГ, 16 июля

5.00, 10.00, 18.25 М/с «Барбоскины» 0+
7.00 М/с «Три кота» 0+
12.00 Т/с «**ОЛИВКА, ИГОРЕК И РЕКС**» 6+
13.00 М/с «Царевны» 0+
14.30 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
15.25 М/с «Черный мотылек. Сила музыки» 6+
16.25 М/с «Простоквашино» 0+
21.00 Т/с «**РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ**» 12+
1.05 М/с «Маша и Медведь» 0+

ПЯТНИЦА, 17 июля

5.00, 17.25 М/с «Барбоскины» 0+
7.00 М/с «Три кота» 0+
12.25 М/с «Царевны» 0+
14.25 М/с «Простоквашино» 0+
21.05 Т/с «**РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ**» 12+
1.10 М/с «Маша и Медведь» 0+

СУББОТА, 18 июля

5.00, 18.00 М/с «Барбоскины» 0+
7.00, 10.30 М/с «Три кота» 0+
9.30 М/с «Приключения Тома Сойера» 6+
14.25 М/с «Простоквашино» 0+
17.00 М/с «Чик-Чирикино» 6+
21.00 Т/с «**РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ**» 12+
1.00 М/с «Маша и Медведь» 0+
ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля
5.00, 10.30 М/с «Барбоскины» 0+
7.00 М/с «Три кота» 0+
9.30 М/с «Приключения Тома Сойера» 6+
13.25 М/с «Простоквашино» 0+
16.00 М/с «Академия сверхъестественного» 12+
20.55 Т/с «**РОДИТЕЛИ РОДИТЕЛЕЙ**» 12+
0.55 М/с «Маша и Медведь» 0+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

4.50 «Путь к Победе» 16+
5.50 Х/ф «**СПАСТИ ЛЕНИНГРАД**» 16+
7.30 Т/с «**ПОКУШЕНИЕ**» 16+
13.50 Т/с «**СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ**» 16+
17.40 Х/ф «**СНЕГ И ПЕПЕЛ**» 16+
21.20 Т/с «**СТАРОЕ РУЖЬЕ**» 16+
1.05 Х/ф «**ОСЕНЬЮ 41-ГО**» 12+
2.50 Х/ф «**КУКУШКА**» 16+

ВТОРНИК, 14 июля

4.40 «Путь к Победе» 16+
5.40 Х/ф «**ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ**» 16+
7.30 Т/с «**СПЯЩИЕ**» 16+
15.40 Т/с «**ШУЛЕР**» 16+
1.35 Х/ф «**КОНТРИБУЦИЯ**» 16+

СРЕДА, 15 июля

4.30 «Путь к Победе» 16+
5.30 Х/ф «**БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ**» 16+
7.30 Т/с «**НЕОКОНЧЕННЫЙ БОЙ**» 16+
15.00 Т/с «**СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР**» 16+
22.55 Х/ф «**72 МЕТРА**» 16+
1.30 Х/ф «**БРАТ ВО ВСЕМ**» 16+
2.45 Т/с «**ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД**» 16+

ЧЕТВЕРГ, 16 июля

5.05 «Путь к Победе» 16+
6.05 Х/ф «**СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ**» 16+
7.30 Т/с «**ВОЛЧЬЕ СОЛНЦЕ**» 16+
19.30 Т/с «**БАТАЛЬОН**» 16+
23.30 Х/ф «**ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ**» 16+
1.30 Х/ф «**КАДЕТ**» 16+
3.00 Х/ф «**ПОМИЛОВАНИЕ**» 16+

ПЯТНИЦА, 17 июля

4.45 «Путь к Победе» 16+
5.45 Х/ф «**ЛЕТЧИК**» 16+
7.30 Т/с «**ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ**» 16+
19.00 Х/ф «**ПОЗЫВНОЙ «ЖУРАВЛИ»**» 16+
23.20 Х/ф «**ОТРЯД СВЕТЛЯЧКОВ**» 12+
1.10 Х/ф «**МЕРСЕДЕС УХОДИТ ОТ ПОГОНИ**» 16+
2.30 Х/ф «**НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД**» 12+
3.55 Х/ф «**ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ**» 16+

СУББОТА, 18 июля

5.35 Х/ф «**ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ**» 16+
7.55 Х/ф «**СЕВЕРНЫЙ ПОЛЮС**» 16+
10.00 Х/ф «**МАРШ-БРОСОК**» 16+
12.10 Х/ф «**ГЛАЗ ПУСТЫНИ**» 16+
17.00 Т/с «**СПЕЦНАЗ**» 16+
23.55 Х/ф «**КАЛАШНИКОВ**» 16+
1.40 Х/ф «**НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЯМИ**» 16+
3.15 Х/ф «**ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ**» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля

5.05 Х/ф «**КРИК ТИШИН**» 12+
6.40 Х/ф «**БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ**» 16+
9.00 Х/ф «**ПОЗЫВНОЙ «ЖУРАВЛИ»**» 16+
13.20 Х/ф «**СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ**» 16+
16.30 Т/с «**СНАЙПЕР-2. ТУНГУС**» 16+
19.50 Т/с «**СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ**» 16+
23.20 Х/ф «**СУДЬБА ДИВЕРСАНТА**» 16+
1.25 Х/ф «**ОДНА ВОЙНА**» 16+
2.55 Х/ф «**ПОРТНОЙ ИЗ БРУКЛИНА**» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

5.25 «Моя свадьба лучше!» 16+
7.05 «Супермама» 16+
9.30 «Формула здоровья» 16+
10.00, 0.05 Т/с «**СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ**» 16+
12.10 «Моя свекровь - монстр» 16+
16.30 «Беременна в 45» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
2.05 «Разводы» 16+
3.45 «Моя-твоя еда» 0+
4.15 «Моя свекровь - монстр» 16+

ВТОРНИК, 14 июля

5.10 «Моя свекровь - монстр» 16+
5.55 «Моя свадьба лучше!» 16+
7.40 «Супермама» 16+
10.00, 0.05 Т/с «**СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ**» 16+
12.10 «Моя свекровь - монстр» 16+
16.30 «Статус. Неравный брак» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
2.00 ПРОФИЛАКТИКА

СРЕДА, 15 июля

5.00 ПРОФИЛАКТИКА 10.00, 0.05 Т/с «**СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ**» 16+
12.05 «Моя свекровь - монстр» 16+
17.00 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
2.00 «Разводы» 16+
3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+

ЧЕТВЕРГ, 16 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
5.55 «Моя свадьба лучше!» 16+
7.40 «Супермама» 16+
10.00, 0.05 Т/с «**СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ**» 16+
12.05 «Моя свекровь - монстр» 16+
16.50 «Ждули» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
2.00 «Разводы» 16+
3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+

ПЯТНИЦА, 17 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.10 «Свадебный размер» 16+
8.10 «Битва за тело» 16+
9.50, 0.10 Т/с «**СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ**» 16+
12.00 «Бывшие 2.0» 16+
15.05 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
2.05 «Разводы» 16+
3.50 «Моя свекровь - монстр» 16+

СУББОТА, 18 июля

5.00 «Моя свекровь - монстр» 16+
6.15 «Свадебный размер» 16+
8.20 «Битва за тело» 16+
10.00 «Формула здоровья» 16+
10.30 «Статус. Неравный брак» 16+
13.15 «Беременна в 45» 16+
16.15 «Мама в 16» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.55 «Моя-твоя еда» 0+
2.25 «Моя свекровь - монстр» 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля

5.45 «Свадебный размер» 16+
7.35 «Будни роддома» 16+
9.00 «Мама в 16» 16+
12.15 «Беременна в 45» 16+
15.00 «Мама в 16» 16+
18.15 «Ждули» 16+
21.00 «Дом-2» 16+
0.05 «Измены» 18+
1.55 «Моя свекровь - монстр» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

5.00, 18.00, 1.40, 4.30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим 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+
15.00 «Дикий, дикий мир» 16+
17.00, 2.30 «Тайны Чапман» 16+
20.00 «Безумные факты» 16+
20.50 Х/ф «**ХОЛОД В ИЮЛЕ**» 16+
23.25 Х/ф «**БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ**» 18+

ВТОРНИК, 14 июля

5.00, 18.00, 1.15, 4.25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 Военная тайна 16+
9.55 «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 Д/с «Легенды и мифы» 16+
17.00, 2.10 «Тайны Чапман» 16+
20.00 «100 вопросов обо всем» 16+
20.45 Х/ф «**ДЖУНГЛИ**» 16+
23.25 Х/ф «**МАЛЫШКА С ХАРАКТЕРОМ**» 18+

СРЕДА, 15 июля

5.00, 18.00, 1.30, 4.25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим 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, 2.20 «Тайны Чапман» 16+
20.00 «Дикий, дикий мир» 16+
20.40 Х/ф «**ПАРКЕР**» 16+
23.25 Х/ф «**ХРАНИТЕЛЬ ТАИН**» 18+

ЧЕТВЕРГ, 16 июля

5.00, 18.00, 1.10, 4.20 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 «Засекреченные списки» 16+
10.55 «Как устроен мир» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Невероятно интересные истории» 16+
17.00, 2.05 «Тайны Чапман» 16+
20.00 «100 вопросов обо всем» 16+
21.00 Х/ф «**БУДИКА: КОРОЛЕВА ВОИНОВ**» 16+
23.25 Х/ф «**ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ**» 18+

ПЯТНИЦА, 17 июля

5.00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим 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, 17.00, 3.20 «Тайны Чапман» 16+
18.00, 2.40 «Главные тайны мира» 16+
20.00 «Безумные факты» 16+
20.30 Х/ф «**ТРОЙНАЯ УГРОЗА**» 16+
22.30 «Соль. Легенда» 16+
23.40 Д/ф «Здравствуй, это я!». «Руки Вверх» 16+
1.05 Х/ф «**ОКОВЫ СМЕРТИ**» 18+

СУББОТА, 18 июля

5.00, 3.20 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00 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+
18.20 «Засекреченные списки» 16+
20.00 «Дикий, дикий мир» 16+
20.30 Х/ф «**ОТЗВУКИ ПРОШЛОГО**» 16+
22.25 Х/ф «**СТРЕЛОК**» 16+
0.25 Х/ф «**РАЙСКИЙ ГОРОД**» 18+
2.00 Х/ф «**КРОВНЫЙ ОТЕЦ**» 18+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля

5.00, 0.30 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
6.00 «С бодрим утром!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 23.00 Новости 16+
9.00 «Самая народная программа» 16+
10.00 «Знаете ли вы, что?» 16+
11.00 «Наука и техника» 16+
12.00, 16.00 Инфопрограмма 112 16+
13.00 «Неизвестная история» 16+
14.00 Д/с «Легенды и мифы» 16+
16.55 «Что мы знаем о планете Земля?» 16+
17.55, 23.25 Документальный спецпроект 16+
18.55 Х/ф «**ОВЕРДРАЙВ**» 16+
20.40 Х/ф «**ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ**» 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

5.00, 3.40 Секреты на кухне 16+
5.40, 1.40, 4.30 Пятница News 16+
6.10 Гастротур 16+
7.00, 8.30 Четыре дачи 16+
10.10 Адский шеф 16+
13.30, 15.30, 20.40 Битва шефов 16+
17.20, 19.00 Домохозяйки против шефов 16+
22.50 Ставка на любовь 16+
2.00, 2.50 На ножах 16+

ВТОРНИК, 14 июля

5.00, 3.50 Секреты на кухне 16+
5.40, 1.00, 4.20 Пятница News 16+
6.10, 8.10 Битва шефов 16+
10.30 Молодые ножи. Новая кровь 16+
13.00, 14.30 Молодые ножи 16+
16.00, 17.00, 18.00, 20.10, 21.10, 22.10 Черный список. На кухне 16+
19.00 Новый Ревизорро 16+
23.10 Ставка на любовь 16+
1.20, 2.10 Т/с «**КОМИССАР РЕКС**» 16+
3.00 На ножах 16+

СРЕДА, 15 июля

5.00, 3.40 Секреты на кухне 16+
5.40, 0.50, 4.20 Пятница News 16+
6.00 Гастротур 16+
6.50, 8.30 Четыре дачи 16+
10.30 Молодые ножи. Новая кровь 16+
13.20, 14.30, 15.50, 2.50 На ножах 16+
17.00 Домохозяйки против шефов 16+
18.40 Домохозяйки против кондитеров 16+
20.00, 21.00, 22.00 Черный список. На кухне 16+
23.00 Ставка на любовь 16+
1.20, 2.00 Т/с «**КОМИССАР РЕКС**» 16+
6.00 Гастротур 16+
6.50, 8.30 Четыре дачи 16+
10.30 Молодые ножи. Новая кровь 16+
13.20, 14.30, 15.50, 2.50 На ножах 16+
17.00 Домохозяйки против шефов 16+
18.40 Домохозяйки против кондитеров 16+
20.00, 21.00, 22.00 Черный список. На кухне 16+
23.00 Ставка на любовь 16+
1.20, 2.00 Т/с «**КОМИССАР РЕКС**» 16+

ЧЕТВЕРГ, 16 июля

5.00, 4.10 Секреты на кухне 16+
5.50, 1.20, 4.30 Пятница News 16+
6.10 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.20 Молодые ножи. Новая кровь 16+
11.50, 14.20, 16.50 Новые Четыре свадьбы 16+
19.00, 20.50 Свадьба всплую 16+
22.20 Одни дома 16+
23.30 Ставка на любовь 16+
1.40, 2.30 Т/с «**КОМИССАР РЕКС**» 16+
3.20 На ножах 16+

ПЯТНИЦА, 17 июля

5.00, 4.00 Секреты на кухне 16+
5.40, 1.10, 4.30 Пятница News 16+
6.10 Гастротур 16+
7.10 Битва шефов 16+
9.20 Молодые ножи. Новая кровь 16+
11.50, 14.20, 16.50 Новые Четыре свадьбы 16+
19.00, 20.50 Свадьба всплую 16+
22.20 Одни дома 16+
23.30 Ставка на любовь 16+
1.40, 2.30 Т/с «**КОМИССАР РЕКС**» 16+
3.10 На ножах 16+

СУББОТА, 18 июля

5.00, 3.50 Секреты на кухне 16+
5.30, 2.40, 4.30 Пятница News 16+
5.50, 9.00 Гастротур 16+
6.40 Кондитер. Дети 12+
8.00 Умнее всех 12+
9.50, 11.50, 13.20 Четыре дачи 16+
15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 18.50, 19.50, 20.50, 21.40, 22.40 Черный список. На кухне 16+
23.20, 0.20 Т/с «**ХАДСОН И РЕКС**» 16+
1.10 Х/ф «**ПРОПАВШАЯ**» 18+
3.00 На ножах 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 июля

5.00, 4.00 Секреты на кухне 16+
5.50, 2.00, 4.30 Пятница News 16+
6.10 Гастротур 16+
6.50 Х/ф «**НЕ ОДНА ДОМА-2**» 12+
8.50 Как люди живут 16+
9.50, 11.00 Во что верят люди 16+
12.00, 14.00, 16.00, 17.00, 18.20, 20.00 Погнали! 16+
13.00 Белая амазонка 16+
22.00 Погнали. Дос 16+
22.50, 23.50 Т/с «**ХАДСОН И РЕКС**» 16+
0.30 Х/ф «**ГИПНОТИК**» 18+
2.20, 3.10 На ножах 16+



ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 июля

5.00 Х/ф «**ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА**» 16+
5.40, 6.15 Х/ф «**ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ**» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день 0+
7.35, 10.20 Х/ф «**ЖЕСТОКИЙ РОМАНС**» 16+
10.10 «Белорусский стандарт» 12+
11.05 Х/ф «**ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА**» 16+
13.15 «Мировое соглашение» 16+
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.30, 20.25 «Дела судебные» 16+
21.15 Х/ф «**ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ**» 16+
0.10 «Наше кино» 16+
1.00 Первый Евразийский канал 12+
1.50 «Наше кино» 16+
2.15 Х/ф «**АРШИН МАЛ АЛАН**» 16+
3.45 Х/ф «**ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНГРАДОВА**» 16+

ВТОРНИК, 14 июля

5.00 Х/ф «**ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНГРАДОВА**» 16+
5.10 «Понять. Простить» 16+
6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день 0+
6.15, 1.40 «Наше кино» 16+
6.40 Х/ф «**ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА</**

ДОМАШНИЙ 6.30, 5.20 По делам несовершеннолетних 16+ 7.30, 4.30 Давай разведемся! 16+ 8.30, 2.50 Тест на отцовство 16+ 10.45 Д/с «Прости меня...» 16+ 11.45 Д/с «Беду отведу» 16+ 12.55, 1.25 Д/с «Знахарка» 16+ 13.30, 1.55 Д/с «Верну любимого» 16+ 14.05, 2.25 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+ 14.40 Х/ф «КАК МЫ ЛЮБИЛИ ДРУГ ДРУГА» 16+ 19.00 Т/с «ДОКТОР, Я БОЮСЬ...» 16+ 23.15 Д/с «Понять. Простить» 16+ 0.25 Д/с «Порча» 16+ 6.10 Одна за всех 16+ ТВЦ 6.00 «Настроение» 8.10, 11.50 Х/ф «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ» 12+ 11.30, 14.30, 17.50 События 12.25, 15.05 Х/ф «ТИХИЕ ЛЮДИ» 16+ 14.50 Город новостей 16.55 Д/ф «Актёрские драмы. Мама против» 16+ 18.10 Х/ф «УДИВИ МЕНЯ» 16+ 20.05 Х/ф «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА» 16+ 22.00 В центре событий 23.05 Д/ф «Тайная комната. Призрак Третьего рейха» 16+ 0.00 Д/ф «Русские тайны. Экстрасенсы на службе КГБ» 16+ 0.40 Х/ф «МАЧЕХА» 0+ 2.10 «Петровка, 38» 16+ 2.30 Т/с «МАВР СДЕЛАЛ СВОЕ ДЕЛО» 16+ 6.00 Д/ф «Песня года». Битва за эфир» 16+ 6.40 «10 самых...» 16+ СТС 5.00, 8.05 «100 мест, где поесть» 16+ 5.10 С легким утром! 16+ 6.45 ПроСТО кухня. Лучшее 12+ 10.00 Уральские пельмени 16+ 11.05 Шоу «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 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/с «ПРАЗДНИКИ» 16+ 21.00, 22.00, 23.00, 0.00 «Комеди Клуб» 16+ 1.00, 1.50, 2.40 «Женский стендап» 18+ 3.20, 4.00, 4.40, 5.20, 6.00, 6.40 «Однажды в России» 16+ ТВЗ 6.00, 5.30 Мультфильмы 0+ 8.30 Новый день 16+ 9.00, 9.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Д/с «Слепая» 16+ 10.00, 10.30, 15.30 Д/с «Порча» 16+ 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Гадалка 16+ 19.00 Х/ф «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК» 16+ 20.45 Х/ф «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ» 16+ 22.45 Х/ф «ОБИТЕЛЬ СТРАХА» 16+ 0.15 Х/ф «ПИРАНЫ ЗД» 18+ 1.30, 2.15 Дневник экстрасенса 16+ 3.00, 3.45, 4.45 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. К. Усман - Х. Бакли. UFC 16+ 7.00, 9.05, 12.35, 15.40 Новости 0+ 7.05, 15.45, 22.10 Все на Матч! Прямая трансляция 9.10 «Небесная грация» 6+ 9.30, 12.40, 23.10 Футбол. Чемпионат мира-2026 6+ 11.45 Улетный футбол 14.55 Футбол. Лучшие голы. Чемпионата мира 2026 6+ 16.30, 4.00 Смешанные единоборства. One FC 16+ 19.30 Смешанные единоборства. ACA 16+ 1.25 Автоспорт. Дрифт. RDS GP 6+ 2.25 Стрельба стендовая. Профессиональная лига 6+ ★ ЗВЕЗДА 6.25, 9.20 Т/с «ОТДЕЛ С.С.С.Р» 16+ 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+ 10.50, 13.25 Х/ф «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ» 16+ 13.55, 15.05, 17.15 Т/с «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД» 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.40 Д/с «Загадки века» 12+ 20.25 Д/с «Война миров» 16+ 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+ 23.30 Музыка+ 12+ 1.10 Х/ф «ЧИСТОАНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» 12+ 3.55 Х/ф «САМАЯ ДЛИННАЯ СОЛОМИНКА» 12+ 5.20 Д/с «Перелом. Хроника Победы» 16+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.20 Одна за всех 16+ 6.45 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.20, 3.55 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 19.00 Х/ф «СЕРАЯ МЫШЬ» 16+ 23.25 Х/ф «Н+Н» 16+ ТВЦ 7.10 «Православная энциклопедия» 6+ 7.40 Х/ф «УДИВИ МЕНЯ» 16+ 9.35 Х/ф «МОЕ ПРЕКРАСНОЕ АЛИБИ» 16+ 11.30, 14.30 События 11.50 «Смешите меня семей» 16+ 12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+ 13.15, 14.45 Х/ф «ЗАЛОЖНИЦА» 12+ 17.15 Х/ф «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА» 16+ 21.00 Постскриптум 22.10 Д/ф «Русские тайны. Звездные войны» 16+ 22.55 Д/ф «90-е. Всегда живой» 16+ 23.40 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями» 16+ 0.25, 1.05, 1.50, 2.35, 3.15, 4.00 Документальные фильмы 16+ 4.40 «Москва резиновая» 16+ 5.05, 5.35 «10 самых...» 16+ СТС 5.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+ 8.50 ПроСТО кухня 12+ 10.00, 4.40 «100 мест, где поесть» 16+ 12.00 «Чем заняться в выходные?» 16+ 12.30 Х/ф «МОЙ ДИКИЙ ДРУГ» 6+ 14.35 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. СТРАЖ ИМПЕРАТОРА» 16+ 16.25 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. КОРОЛЕВА МОНСТРОВ» 16+ 18.20 Х/ф «КИН» 16+ 20.25 Х/ф «МИЗАНТРОП» 16+ 22.50 Х/ф «ЧОКНУТЫЕ» 16+ 0.50 Х/ф «НАСЛЕДНИК» 18+ 2.45 Х/ф «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОНКОНГ» 16+ ТНТ 7.00, 7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 3.30, 4.20, 5.05, 5.50, 6.30 «Однажды в России» 16+ 11.30 «Кто куда» 16+ 12.00, 14.15, 16.20 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Мастер игры» 16+ 21.00, 0.00 «Игра вслепую» 16+ 23.00, 1.50, 2.40 «Женский стендап» 18+ ТВЗ 6.00, 5.15 Мультфильмы 0+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Д/с «Слепая» 16+ 12.00 Х/ф «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ» 12+ 13.45 Х/ф «ОХОТА НА ВОЛКОВ» 16+ 15.30 Х/ф «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ» 16+ 17.15 Х/ф «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК» 16+ 19.00 Х/ф «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ» 16+ 20.45 Х/ф «ДИТЯ ОСИРИСА» 16+ 22.45 Х/ф «АПОКАЛИПСИС» 16+ 1.30, 2.15, 3.00, 3.45, 4.30 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - К. Усман. UFC 16+ 7.30, 12.35, 17.10 Новости 0+ 7.35, 17.15, 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция 9.30, 12.40, 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026 6+ 11.45 Улетный футбол 18.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). Olimpbet Суперкубок России 6+ 0.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - К. Усман. UFC 16+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.15 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 7.15 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.55 Т/с «НАСЛЕДИЕ» 16+ 19.00 Х/ф «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЕТ» 16+ 23.30 Х/ф «ПРИСЯЖНАЯ» 16+ ТВЦ 6.00 Х/ф «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА» 16+ 7.35 Х/ф «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ» 12+ 9.35 Х/ф «ЗАБЕРИ МЕНЯ К СЕБЕ» 16+ 11.30, 0.30 События 11.45 «Наша смешная жизнь» 16+ 12.35 Х/ф «МАЧЕХА» 0+ 14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Королевский гамбит» 16+ 15.50, 16.35, 4.05 Документальные фильмы 16+ 17.25 Х/ф «МИСС ПОЛИЦИЯ» 12+ 21.15 Т/с «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ» 12+ 0.45 «Петровка, 38» 16+ 0.55 Х/ф «ТИХИЕ ЛЮДИ» 16+ 4.45 «Мой герой» 12+ 5.25 Московская неделя 12+ СТС 5.00, 4.45 «100 мест, где поесть» 16+ 8.10 ПроСТО кухня 12+ 8.45 «Чем заняться в выходные?» 16+ 9.25 М/ф «Мой сосед Тоторо» 6+ 11.05 М/ф «Унесенные призраками» 16+ 13.40 М/ф «Эмма в мире лам» 6+ 15.20 Х/ф «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ» 12+ 17.55 Х/ф «КРУЧЕ НЕКУДА» 16+ 20.00 Х/ф «1+1» 16+ 22.15 Х/ф «СТАРПЕРЦЫ» 16+ 0.15 Х/ф «МАМА МАФИЯ» 18+ 2.00 Х/ф «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ» 18+ 3.25 Х/ф «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» 16+ ТНТ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 2.15, 3.00, 3.50, 4.20 «Однажды в России» 16+ 11.00, 13.30, 16.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Большой куш» 16+ 21.00 «Погоня» 16+ 23.00 «Шоу Воли» 16+ 0.10 «Мастер игры» 16+ 5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+ 5.50, 6.20, 6.40 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ ТВЗ 6.00, 5.30 Мультфильмы 0+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Д/с «Слепая» 16+ 12.00 Х/ф «ЛЕДИ-КОШКА» 12+ 13.45 Х/ф «ВСЕ МОГУ» 16+ 15.30 Х/ф «ДИТЯ ОСИРИСА» 16+ 17.30 Х/ф «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ» 16+ 19.00 Х/ф «ОККУПАЦИЯ» 16+ 21.30 Х/ф «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ» 16+ 0.15 Х/ф «ОБИТЕЛЬ СТРАХА» 18+ 1.45, 2.30, 3.15, 4.00, 4.45 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Х. Чимаев. UFC 16+ 7.00, 12.35, 17.55 Новости 0+ 7.05, 18.00, 0.45 Все на Матч! Прямая трансляция 9.30, 15.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. Матч за 3-е место 6+ 11.45 Улетный футбол 12.40 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал 6+ 21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. Финал 6+ 2.30 Д/ф «Месси» 12+ 3.45 Д/ф «Джеррард. Прирожденный лидер» 12+ 5.00 Автоспорт. Дрифт. RDS GP 6+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.20 Одна за всех 16+ 6.45 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.20, 3.55 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 19.00 Х/ф «СЕРАЯ МЫШЬ» 16+ 23.25 Х/ф «Н+Н» 16+ ТВЦ 7.10 «Православная энциклопедия» 6+ 7.40 Х/ф «УДИВИ МЕНЯ» 16+ 9.35 Х/ф «МОЕ ПРЕКРАСНОЕ АЛИБИ» 16+ 11.30, 14.30 События 11.50 «Смешите меня семей» 16+ 12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+ 13.15, 14.45 Х/ф «ЗАЛОЖНИЦА» 12+ 17.15 Х/ф «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА» 16+ 21.00 Постскриптум 22.10 Д/ф «Русские тайны. Звездные войны» 16+ 22.55 Д/ф «90-е. Всегда живой» 16+ 23.40 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями» 16+ 0.25, 1.05, 1.50, 2.35, 3.15, 4.00 Документальные фильмы 16+ 4.40 «Москва резиновая» 16+ 5.05, 5.35 «10 самых...» 16+ СТС 5.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+ 8.50 ПроСТО кухня 12+ 10.00, 4.40 «100 мест, где поесть» 16+ 12.00 «Чем заняться в выходные?» 16+ 12.30 Х/ф «МОЙ ДИКИЙ ДРУГ» 6+ 14.35 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. СТРАЖ ИМПЕРАТОРА» 16+ 16.25 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. КОРОЛЕВА МОНСТРОВ» 16+ 18.20 Х/ф «КИН» 16+ 20.25 Х/ф «МИЗАНТРОП» 16+ 22.50 Х/ф «ЧОКНУТЫЕ» 16+ 0.50 Х/ф «НАСЛЕДНИК» 18+ 2.45 Х/ф «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОНКОНГ» 16+ ТНТ 7.00, 7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 3.30, 4.20, 5.05, 5.50, 6.30 «Однажды в России» 16+ 11.30 «Кто куда» 16+ 12.00, 14.15, 16.20 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Мастер игры» 16+ 21.00, 0.00 «Игра вслепую» 16+ 23.00, 1.50, 2.40 «Женский стендап» 18+ ТВЗ 6.00, 5.15 Мультфильмы 0+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Д/с «Слепая» 16+ 12.00 Х/ф «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ» 12+ 13.45 Х/ф «ОХОТА НА ВОЛКОВ» 16+ 15.30 Х/ф «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ» 16+ 17.15 Х/ф «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК» 16+ 19.00 Х/ф «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ» 16+ 20.45 Х/ф «ДИТЯ ОСИРИСА» 16+ 22.45 Х/ф «АПОКАЛИПСИС» 16+ 1.30, 2.15, 3.00, 3.45, 4.30 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Х. Чимаев. UFC 16+ 7.30, 12.35, 17.10 Новости 0+ 7.35, 17.15, 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция 9.30, 12.40, 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026 6+ 11.45 Улетный футбол 18.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). Olimpbet Суперкубок России 6+ 0.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - К. Усман. UFC 16+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.15 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 7.15 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.55 Т/с «НАСЛЕДИЕ» 16+ 19.00 Х/ф «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЕТ» 16+ 23.30 Х/ф «ПРИСЯЖНАЯ» 16+ ТВЦ 6.00 Х/ф «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА» 16+ 7.35 Х/ф «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ» 12+ 9.35 Х/ф «ЗАБЕРИ МЕНЯ К СЕБЕ» 16+ 11.30, 0.30 События 11.45 «Наша смешная жизнь» 16+ 12.35 Х/ф «МАЧЕХА» 0+ 14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Королевский гамбит» 16+ 15.50, 16.35, 4.05 Документальные фильмы 16+ 17.25 Х/ф «МИСС ПОЛИЦИЯ» 12+ 21.15 Т/с «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ» 12+ 0.45 «Петровка, 38» 16+ 0.55 Х/ф «ТИХИЕ ЛЮДИ» 16+ 4.45 «Мой герой» 12+ 5.25 Московская неделя 12+ СТС 5.00, 4.45 «100 мест, где поесть» 16+ 8.10 ПроСТО кухня 12+ 8.45 «Чем заняться в выходные?» 16+ 9.25 М/ф «Мой сосед Тоторо» 6+ 11.05 М/ф «Унесенные призраками» 16+ 13.40 М/ф «Эмма в мире лам» 6+ 15.20 Х/ф «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ» 12+ 17.55 Х/ф «КРУЧЕ НЕКУДА» 16+ 20.00 Х/ф «1+1» 16+ 22.15 Х/ф «СТАРПЕРЦЫ» 16+ 0.15 Х/ф «МАМА МАФИЯ» 18+ 2.00 Х/ф «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ» 18+ 3.25 Х/ф «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» 16+ ТНТ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 2.15, 3.00, 3.50, 4.20 «Однажды в России» 16+ 11.00, 13.30, 16.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Большой куш» 16+ 21.00 «Погоня» 16+ 23.00 «Шоу Воли» 16+ 0.10 «Мастер игры» 16+ 5.00 «Утро ТНТ»-2026» 16+ 5.50, 6.20, 6.40 Т/с «САШАТАНЯ» 16+ ТВЗ 6.00, 5.30 Мультфильмы 0+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Д/с «Слепая» 16+ 12.00 Х/ф «ЛЕДИ-КОШКА» 12+ 13.45 Х/ф «ВСЕ МОГУ» 16+ 15.30 Х/ф «ДИТЯ ОСИРИСА» 16+ 17.30 Х/ф «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ» 16+ 19.00 Х/ф «ОККУПАЦИЯ» 16+ 21.30 Х/ф «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ» 16+ 0.15 Х/ф «ОБИТЕЛЬ СТРАХА» 18+ 1.45, 2.30, 3.15, 4.00, 4.45 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Х. Чимаев. UFC 16+ 7.00, 12.35, 17.55 Новости 0+ 7.05, 18.00, 0.45 Все на Матч! Прямая трансляция 9.30, 15.40 Футбол. Чемпионат мира-2026. Матч за 3-е место 6+ 11.45 Улетный футбол 12.40 Футбол. Аргентина - Франция. Чемпионат мира-2022. Финал 6+ 21.00 Футбол. Чемпионат мира-2026. Финал 6+ 2.30 Д/ф «Месси» 12+ 3.45 Д/ф «Джеррард. Прирожденный лидер» 12+ 5.00 Автоспорт. Дрифт. RDS GP 6+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.20 Одна за всех 16+ 6.45 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.20, 3.55 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 19.00 Х/ф «СЕРАЯ МЫШЬ» 16+ 23.25 Х/ф «Н+Н» 16+ ТВЦ 7.10 «Православная энциклопедия» 6+ 7.40 Х/ф «УДИВИ МЕНЯ» 16+ 9.35 Х/ф «МОЕ ПРЕКРАСНОЕ АЛИБИ» 16+ 11.30, 14.30 События 11.50 «Смешите меня семей» 16+ 12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+ 13.15, 14.45 Х/ф «ЗАЛОЖНИЦА» 12+ 17.15 Х/ф «ПРОКЛЯТИЕ БРАЧНОГО ДОГОВОРА» 16+ 21.00 Постскриптум 22.10 Д/ф «Русские тайны. Звездные войны» 16+ 22.55 Д/ф «90-е. Всегда живой» 16+ 23.40 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Роман с камнями» 16+ 0.25, 1.05, 1.50, 2.35, 3.15, 4.00 Документальные фильмы 16+ 4.40 «Москва резиновая» 16+ 5.05, 5.35 «10 самых...» 16+ СТС 5.00 Шоу «Уральские пельмени» 16+ 8.50 ПроСТО кухня 12+ 10.00, 4.40 «100 мест, где поесть» 16+ 12.00 «Чем заняться в выходные?» 16+ 12.30 Х/ф «МОЙ ДИКИЙ ДРУГ» 6+ 14.35 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. СТРАЖ ИМПЕРАТОРА» 16+ 16.25 Х/ф «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. КОРОЛЕВА МОНСТРОВ» 16+ 18.20 Х/ф «КИН» 16+ 20.25 Х/ф «МИЗАНТРОП» 16+ 22.50 Х/ф «ЧОКНУТЫЕ» 16+ 0.50 Х/ф «НАСЛЕДНИК» 18+ 2.45 Х/ф «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОНКОНГ» 16+ ТНТ 7.00, 7.30, 8.30, 9.30, 10.30, 3.30, 4.20, 5.05, 5.50, 6.30 «Однажды в России» 16+ 11.30 «Кто куда» 16+ 12.00, 14.15, 16.20 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Мастер игры» 16+ 21.00, 0.00 «Игра вслепую» 16+ 23.00, 1.50, 2.40 «Женский стендап» 18+ ТВЗ 6.00, 5.15 Мультфильмы 0+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30 Д/с «Слепая» 16+ 12.00 Х/ф «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ» 12+ 13.45 Х/ф «ОХОТА НА ВОЛКОВ» 16+ 15.30 Х/ф «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ» 16+ 17.15 Х/ф «АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК» 16+ 19.00 Х/ф «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ» 16+ 20.45 Х/ф «ДИТЯ ОСИРИСА» 16+ 22.45 Х/ф «АПОКАЛИПСИС» 16+ 1.30, 2.15, 3.00, 3.45, 4.30 Дневник экстрасенса 16+ МАТЧ! 6.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - Х. Чимаев. UFC 16+ 7.30, 12.35, 17.10 Новости 0+ 7.35, 17.15, 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция 9.30, 12.40, 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2026 6+ 11.45 Улетный футбол 18.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). Olimpbet Суперкубок России 6+ 0.00 Смешанные единоборства. Д. Дю Плесси - К. Усман. UFC 16+	ДОМАШНИЙ 6.30, 3.15 Т/с «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+ 7.15 Т/с «НОЧНАЯ СКАЗКА» 16+ 10.55 Т/с «НАСЛЕДИЕ» 16+ 19.00 Х/ф «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЕТ» 16+ 23.30 Х/ф «ПРИСЯЖНАЯ» 16+ ТВЦ 6.00 Х/ф «НАРОДНАЯ ДРУЖИНА» 16+ 7.35 Х/ф «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ» 12+ 9.35 Х/ф «ЗАБЕРИ МЕНЯ К СЕБЕ» 16+ 11.30, 0.30 События 11.45 «Наша смешная жизнь» 16+ 12.35 Х/ф «МАЧЕХА» 0+ 14.30 Московская неделя 15.00 Д/ф «Дорогие товарищи. Королевский гамбит» 16+ 15.50, 16.35, 4.05 Документальные фильмы 16+ 17.25 Х/ф «МИСС ПОЛИЦИЯ» 12+ 21.15 Т/с «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ» 12+ 0.45 «Петровка, 38» 16+ 0.55 Х/ф «ТИХИЕ ЛЮДИ» 16+ 4.45 «Мой герой» 12+ 5.25 Московская неделя 12+ СТС 5.00, 4.45 «100 мест, где поесть» 16+ 8.10 ПроСТО кухня 12+ 8.45 «Чем заняться в выходные?» 16+ 9.25 М/ф «Мой сосед Тоторо» 6+ 11.05 М/ф «Унесенные призраками» 16+ 13.40 М/ф «Эмма в мире лам» 6+ 15.20 Х/ф «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ» 12+ 17.55 Х/ф «КРУЧЕ НЕКУДА» 16+ 20.00 Х/ф «1+1» 16+ 22.15 Х/ф «СТАРПЕРЦЫ» 16+ 0.15 Х/ф «МАМА МАФИЯ» 18+ 2.00 Х/ф «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ» 18+ 3.25 Х/ф «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» 16+ ТНТ 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 2.15, 3.00, 3.50, 4.20 «Однажды в России» 16+ 11.00, 13.30, 16.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» 16+ 18.30 «Большой куш» 16+ 21.00 «Погоня» 16+ 23.00 «Шоу Воли» 16+ 0.10 «
--	--	--	---	--	---	---

ПОНЕДЕЛЬНИК – 13 ИЮЛЯ	1	РОССИЯ 1	РОССИЯ К	ТВ	ОТР	5 Санкт-Петербург
	Обращаем ваше внимание: телеканалы могут вносить изменения в сетку вещания. Редакция за изменения в программе ответственности не несет.					
	5.00 Доброе утро 9.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами) 16+ 9.25 «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» 22.00 Т/с «РАБОТА НАД ОШИБКАМИ» 16+ 0.05 «Время героев» 16+ 1.05, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 Т/с «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ» 16+ 23.40 Т/с «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ» 16+ 2.25, 3.30 Т/с «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО» 12+	6.30 Пешком... 7.00 Легенды мирового кино 7.30 Х/ф «ЭТО БЫЛО ПРОШЛЫМ ЛЕТОМ» 8.50, 13.35, 18.45, 0.45, 2.30 13.35, 18.45, 0.45 Документальные филь-мы 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Неизвестные маршруты России 11.00 Х/ф «РАННЕЕ, РАННЕЕ УТРО...» 12.10 Д/с «Забытое ремесло» 12.45 Д/с «Твердыни земли русской» 14.35 Х/ф «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВ-ШИЕСЯ» 17.15, 1.35 Симфонические сюиты 18.15 Д/с «Сияющий купол» 19.45 Библейский сюжет 20.15 Спокойной ночи, малыши! 20.30, 0.15 Документальные сериалы 21.10 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ» 23.10 Х/ф «МАКЛИНТОК!»	4.50, 8.25, 10.35, 14.00 Т/с «ЛЕСНИК» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+ 22.15 Т/с «ДЕЛЬФИН» 16+ 0.35 Т/с «КУПЧИНО» 16+	6.00 Итоги на Своем 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00 Актуальное интервью 12+ 7.30 Формула безопасности 16+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 8.30, 18.45 Новости 16+ 8.45 Дзержинского, 102 16+ 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 20.00 Новости 16+ 9.05, 9.35, 10.05 ОТражение 12+ 11.00, 23.45 Д/ф «Великие шедевры строительства» 12+ 12.10, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «СУЕТА СУЕТ» 12+ 16.45 Новости Совета Федерации 12+ 18.15 Я не местная 16+ 20.15 Календарь 12+ 20.45 Х/ф «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ» 16+ 22.10 Х/ф «ДОЛЯ АНГЕЛОВ» 16+ 0.45 «Игра в классики» 12+ 1.25 ОТражение. Итоги 12+ 2.30 Д/ф «Острова в океане». Земля Франц-Иосифа. На острие льда 12+ 3.00 «Преодоление». Игорь Курчатов 12+ 3.40 «Большая страна» 12+ 4.35 «Свет и тени» 16+ 5.05 «На приеме у главного врача» 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25 Т/с «СВОИ-2» 16+ 6.00, 6.45, 4.35 Т/с «СВОИ-3» 16+ 7.25, 8.15 Т/с «СВОИ-6» 16+ 9.30, 10.20 Т/с «СВОИ-4» 16+ 11.15, 12.05, 0.30, 1.20 Т/с «СВОИ-7» 16+ 13.30 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-8» 16+ 14.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4» 16+ 15.15, 16.05, 23.05 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-5» 16+ 17.30, 18.20, 19.05, 19.55, 20.40, 21.25, 2.05, 2.40, 3.20, 3.55 Т/с «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7» 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
	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» 22.00 Т/с «РАБОТА НАД ОШИБКАМИ» 16+ 0.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 16+	5.00 Утро России 9.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 3.00 Вести 16+ 9.30 Местное время 9.55 О самом главном 12+ 11.30, 21.10 Вести. Местное время 16+ 12.00, 18.00 «60 минут» 12+ 14.30 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+ 17.00 «Малахов» 16+ 21.30 Т/с «ИСТОРИЯ ЕГО СЛУЖАНКИ» 16+ 23.40 Т/с «БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ» 16+ 2.25, 3.30 Т/с «ЧУЖОЕ ГНЕЗДО» 12+	6.30 Пешком.. 7.00 Легенды мирового кино 7.30 Х/ф «ЭТО БЫЛО ПРОШЛЫМ ЛЕТОМ» 8.50, 22.45, 13.15, 0.45 Документаль-ные фильмы 9.15 Диалоги о животных 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры 10.15 Неизвестные маршруты Рос-сии 11.00 Х/ф «РАННЕЕ, РАННЕЕ УТРО...» 12.10 Д/с «Забытое ремесло» 12.45, 0.15 Д/с «Вначале было дело, или История русской промышлен-ности» 14.10, 20.30, 18.15, 18.45 Докумен-тальные сериалы 14.50, 21.10 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ» 17.15 Симфонические сюиты 17.55, 1.40 Кристальные истории 19.45 Библейский сюжет 20.15 Спокойной ночи, малыши! 23.10 Х/ф «МАКЛИНТОК!» 2.00 Профилактика на канале с 2.00 до 10.00	4.45, 8.25, 10.35, 14.00 Т/с «ЛЕСНИК» 16+ 6.30 «Утро. Самое лучшее» 16+ 8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.20 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 16.45 «ДНК» 16+ 20.00 Т/с «БАЛАБОЛ» 16+ 22.15 Т/с «ДЕЛЬФИН» 16+ 0.35 Т/с «КУПЧИНО» 16+	6.00, 8.30, 18.45 Новости 16+ 6.30, 17.45 Прямой эфир 16+ 7.00 Актуальное интервью 12+ 7.30 Око государево 16+ 7.45, 17.00 За здоровье 16+ 8.45 Формула безопасности 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, 23.45 Д/ф «Известные дуэты. Ив Кляйн – Арман. Пустота и Полнота» 16+ 12.10, 13.10 ОТражение 12+ 15.15 Х/ф «ГРАНАТОВЫЙ БРАСЛЕТ» 16+ 18.15 Я не местная 16+ 20.15 Календарь 12+ 20.45 Х/ф «РАБА ЛЮБВИ» 16+ 22.15 Х/ф «ОТЕЦ - ДНЕВНИК ОДНОЙ ВЕРЫ» 16+ 0.40 «Игра в классики» 12+ 1.25 ОТражение. Итоги 12+ 2.30 Д/ф «Острова в океане» Котлин. Мал-енький остров большой истории 12+ 3.00 «Преодоление» 16+ 3.40 «Большая страна» 12+ 4.35 «Свет и тени». Леонард Эйлер 16+ 5.05 «На приеме у главного врача» 16+	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 Известия 16+ 5.25, 5.35, 6.20 Т/с «СВОИ-3» 16+ 7.00, 7.45 Т/с «СВОИ-6»

Накануне дня рождения Вере позвонила сестра и сообщила, что приезжает. Вера обрадовалась. Она любила старшую сестру, а с тех пор, как не стало мамы, эта искренняя привязанность становилась все сильнее.

Когда Вера уже училась в библиотечном техникуме, сестра приезжала с детьми, и они ездили в Домбай, поднимались на канатной дороге, любовались красотой горных перевалов.

Сестра была для Веры непрекращаемым авторитетом. Она доверяла ей все секреты, все печали неудачно сложившейся личной жизни.

Вера в шестнадцать лет влюбилась в одноклассника Андрея. Они писали друг другу записки, гуляли после школы. Андрей был «двоечником». Вера старательно писала для него шпаргалки, давала списывать сочинения. Но на выпускном вечере Андрей танцевал не с ней, а с Ксюшей из 10-го «А».

Вера тяжело переживала крах своей первой любви. В институте культуры, где она училась после окончания техникума, в группе были одни девушки и всего два парня – Игорь и Валерий. Все девчонки липли к Валерию, а он предпочел другим – раскрашенным и сверхсовременным сокурсникам – тихую, застенчивую Веру. Девушке не нравился Валерий. Отталкивали его неряшливость и жадность. А когда она все же поддалась на уговоры и вышла за него замуж, Валерий еще и запил. Вскоре они расстались, и Вера смирилась с одиночеством.

Она с головой окунулась в книжное море. Ее любили читатели библиотеки, где Вера завела абонемент. Она устраивала вечера, презентации книг, встречи с поэтами и писателями. Жизнь была наполненной и интересной. Не хватало только главного – любви.

В свободное время ее отдушиной была дача.

Однажды, когда Вера шла на автобус, на пригорке остановилась «Нива». Водитель распахнул дверцу:

– Садитесь, милая барышня! Сейчас я только полью черную смородину и поеду в город! Довезу до подъезда!

– Но я спешу на автобус, – пролепетала Вера.

Водитель приветливо улыбнулся:

– Да не бойтесь вы! Я – Александр, ваш сосед по даче!

Преодолев оцепенение, Вера села в машину. Дача Александра поразила ее. Там, где у других огородников обычно растут лук и редиска, картофель и капуста, у Александра был вишневый сад. Причем деревья были посажены так близко друг к другу, что смыкались кронами. Между рядами вишен росли черная смородина и чеснок.

– Хотите витаминку? – спросил Александр.

Вера подумала, что он угостит ее черной смородиной. Но Александр протянул ей бульбочки чеснока.

– Ежегодно собираю их в литровую банку и съедаю по две штучки натощак, чтобы не болеть, – деловито сообщил он, поедая чесночинки.

Александр ловко закинул в колдец ведро на длинной веревке и стал поливать смородину. Вера залюбовалась его высокой стройной фигурой атлета. Сосед был моложав, хотя уже лысоват.

Когда они ехали домой, город был уже залит огнями. Александр сказал, ему – сорок восемь лет, по профессии он конструктор-изобретатель.

С женой давно развелся, а с недавней знакомой расстался потому, что она не отвечала на его длинные sms-ки.

Вера только улыбалась. Новый знакомый показался ей странным и чужаковатым. Но было в нем что-то доверчивое, милое, простодушное, что притягивало как магнит.

НА ЖИТЕЙСКИХ ПЕРЕКРЕСТКАХ



Лариса Прозорова

ВЕРА

На прощанье Александр предложил обменяться телефонами.

– Будете на даче, подвезу! Кого мне еще подвозить?

Теперь Вера приезжала на дачу после обеда. Стояла жара, в вечерней прохладе хорошо и поливать, и бороться с сорняками. Начинало темнеть, когда они с соседом возвращались домой.

Александр оказался интересным собеседником, всесторонне образованным и деликатным в обращении человеком.

Только раз он попытался поцеловать Веру, но она, вся сжалась и закрыла лицо руками, отчего тут же получила прозвище Ежик.

Как-то он позвонил Вере на работу. Она спросила, какие у него планы, имея в виду, поедет ли он на дачу.

– Накопить денег и купить яхту! – рассмеялся Александр.

– У меня как раз есть кусок материи для короткой юбки, – от-

ветила Вера, продолжая веселую игру. – Еще я хочу, чтобы развешивался двухметровый шарф, но только не знаю, какой выбрать голубой или розовый?

– Подожди ты с шарфом, – сказал Саша. – У меня еще паруса нет!

– Парус должен быть всегда! – возразила Вера, с грустью подумав о том, что и у нее в жизни нет паруса.

Вера чувствовала, что с каждым днем что-то неуловимое все больше и больше притягивает ее к Александру. Засыпая, она думала о том, что годы уходят, а ей так хочется иметь ребенка. Она много раз представляла себе, как кормит грудью теплого и родного малыша, целует его пухлую ручонку.

У каждого человека должно быть продолжение, похожий на него живой портрет. Это и есть истинный смысл жизни. Но она

никак не могла найти ключик к сердцу мужчины, робость вспыхивала румянцем на щеках, мешала сделать даже маленький шаг к сближению.

Рядом с дачей было заброшенное озеро. Однажды, закинув удочку, Александр обнаружил, что там водятся караси. Он привез резиновую лодку и решил почистить озеро. Когда работа была закончена, он подплыл к берегу и попросил Веру дать руку, чтобы вытащить лодку.

– Вы просите моей руки? – неожиданно для себя кокетливо спросила Вера, протягивая ладонь. – Только под венец!

– Я и сам давно об этом думаю! – сказал Александр. Он выбрался на берег и как был – мокрый, в водорослях – обнял Веру:

– Выходи за меня замуж!

У Веры закружилась голова. Она ничего не ответила, только сильнее прижалась к его груди.

Вера уже мысленно примеряла свадебное платье, но Саша неожиданно исчез.

– Уже две недели его нет. Ни одного звонка, и его телефон не отвечает, – призналась Вера сестре, которая внимательно выслушала ее исповедь.

– Недавно я прочитала одну интересную книгу «Тайна судьбы», – сказала сестра. – Ты знаешь, она просто перевернула мое сознание. Там написано, что каждый человек – это Вселенная, и мысли его материальны. То, что ты посылаешь в Космос, бумерангом возвращается к тебе. Поэтому никакого негатива, это только усиливает неприятности. Только позитив!

Сестра строго взглянула на Веру. – Что толку от твоих страданий и слез? Ты должна думать о том, что вы будете вместе и очень сильно верить в это. И все будет хорошо, вот увидишь!

В подтверждение своих слов сестра привела пример.

– На работе мы потеряли ключ. Все обыскали. Ключ как сквозь землю провалился. А потом решили внять советам автора книги. Перестали горевать о пропаже. Я сказала: «Ключ найдется!». И что ты думаешь, взяла со стола «Комсомолку»-толстушку, ключ из нее вывалился на пол.

Теперь Вера, засыпая, думала не о том, что Александр ее бросил, а что он любит ее и обязательно позвонит.

Наступил день рождения Веры. С утра сестры готовили праздничный стол. Сестра продолжала убеждать Веру, цитируя книгу.

– Позитивные мысли в сотни раз сильнее негативных. Цепная реакция неудач начинается с одной плохой мысли, – твердила сестра, сворачивая обжаренные баклажаны в рулетики. – Почувствуй, что обладаешь тем, чего хочешь. Воображение – великая сила. Поверь в это! Все, что попросишь в молитве с верой, получишь! Наполни себя любовью, и она станет магнитом!

Это было уже слишком. У Веры и так сердце разрывалось от любви. Она вышла на балкон, но поймала себя на мысли, что продолжает повторять: «Он обязательно позвонит, он любит меня, я чувствую это!»

На пороге появились первые гости. И тут раздался телефонный звонок.

– Привет, Ежик! – прозвучал в трубке голос Александра. – Ты извини, я срочно уехал, бабушка в деревне тяжело заболела, позвонить не смог.

– А у меня сегодня день рождения, – сказала Вера, чувствуя, как гулко бьется в груди сердце.

– Я помню, Ежик, – с веселой ноткой в голосе проговорил Александр. – Я уже цветы купил.

– А ты где? – обрадованно спросила Вера.

– Как где? У твоего подъезда! Вера положила трубку и обняла сестру.

– Что я тебе говорила? – глаза сестры светились радостью. – Все будет хорошо! Ключ ведь нашелся!

Продолжается ПОДПИСКА

на «Кавказскую неделю»

Все рады, что на Ставрополье есть Прекрасная и интересная газета.

Она читателям поможет всем –

и добрым словом, и советом!

Оставайтесь с нами, мы работаем для вас!

Лариса Прозорова На снимке: директор музея Юлия Золотарева и художница Валентина Улыбина – Бондаренко; работа «Шаман играет на хумесе»

Фото Елены Калмыковой



Подробности на стр. 1

ВЫСТАВКА

РУКОТВОРНАЯ КРАСОТА

Окончание. Начало на стр. 7

Неоднократно, с большим успехом проходили выставки одаренной мастерицы и ее учеников в Ессентукском краеведческом музее, где были представлены изделия в технике резьбы по дереву.

Активная творческая деятельность мастера прикладного искусства Валентины Улыбиной-Бондаренко отмечена медалями, дипломами, грамотами.

В умелых руках Валентины Викторовны классические техники – аппликация, гравировка, инкрустация обретают современное звучание. Притягивают взор цветочные композиции, сотворенные из солом, косточек плодов, пшена и зерен кукурузы.

Педагог дошкольного образования В. В. Улыбина-Бондаренко передает свой опыт и умение подрастающему поколению.

Более двадцати лет проработала она мастером производственного обучения в Ессентукском реабилитационном центре молодых инвалидов. Терпеливо, с материнской теплотой Валентина Викторовна учила ребят с нарушением здоровья резьбе по дереву, технике изготовления художественных изделий из природных материалов. Было семь выпусков благодарных учеников. Некоторые из них стали художниками и дизайнерами.

– Я учила своих воспитанников не только создавать красоту

своими руками, но и уметь ее видеть: в неприметной незабудке, колосках хлеба, в росе на листьях, в травинке, пробивающейся через асфальт. Меня этому учила мама в детстве, а я старалась это умение передать своим ученикам, – делится Валентина Викторовна.

Выставка «Деревянная, заповедная, святая Русь» будет работать в краеведческом музее до 26 июля. У желающих окунуться в мир рукотворной красоты есть счастливая возможность увидеть работы, согреты теплотой рук и нежностью неравнодушного сердца талантливой мастерицы прикладного искусства.

Лариса Прозорова На снимке: директор музея Юлия Золотарева и художница Валентина Улыбина – Бондаренко; работа «Шаман играет на хумесе»

Фото Елены Калмыковой

СЕВЕРО-КАВКАЗСКАЯ ГОСФИЛАРМОНИЯ
www.kursal.ru

КИСЛОВОДСК
Зал им. А. Скрябина

9 ИЮЛЯ 19.00 6+
Фестиваль «MozArt»
Вечер инструментальной музыки
«Диалоги»

11 ИЮЛЯ 16.00 6+
Фестиваль «MozArt»
Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова
Концерт

12 ИЮЛЯ 19.00 12+
Фестиваль «MozArt»
В.А. Моцарт. Опера
«Так поступают все женщины»

Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова

13 ИЮЛЯ 19.00 12+
Органный концерт
«Моцарт и Сальери»

ЕССЕНТУКИ
Зал им. Ф. Шалапина

8 ИЮЛЯ 19.00 12+
Вечер органной музыки
«Посвящение Планете»

10 июля 19.00 6+
Фестиваль «MozArt»
ПРЕМЬЕРА!
В.А. Моцарт. Опера
«Волшебная флейта»

Академический симфонический оркестр им. В.И. Сафонова

13 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Звучанье двух сердец»

ПЯТИГОРСК
Лермонтовская галерея

11 ИЮЛЯ 19.00 6+
Вечер вокальной музыки
«Палитра нежных чувств»

ЖЕЛЕЗНОВОДСК
ГДК им. С. Пускепалиса

14 ИЮЛЯ 16.00 6+
ПРЕМЬЕРА!
Вечер вокальной музыки
«Из глубины веков»

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КРАЕВОЙ ТЕАТР ОПЕРЕТТЫ г. Пятигорск

8 ИЮЛЯ 19.00 12+
И. Штраус
«ЦЫГАНСКИЙ БАРОН»
оперетта

10 ИЮЛЯ 19.00 12+
Ф. Лоу
«МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЛЕДИ»
мюзикл

11 ИЮЛЯ 19.00 12+
И. Кальман
«МИСТЕР ИКС»
оперетта

15 ИЮЛЯ 19.00 12+
Б. Александров
«СВАДЬБА В МАЛИНОВКЕ»
музыкальная комедия

ДЕЛЬФИНАРИЙ 0+
☎ 8 (87937) 5-61-61, 8-928-335-61-61

Выступают дельфины, белые полярные киты (белухи), морские ластоногие.
г. Кисловодск, ул. Промышленная, 5а.
Начало представлений:
вт. – 15.00;
ср. – 15.00, 17.00;
чт., пт., сб., вс. – 11.00, 15.00;
вых. – пн.

РЕКЛАМА

Улыбнитесь, друзья!

☺☺☺

– Прикройте один глаз. Смотрите сюда. Какая это буква?
– Эл.
– А эта?
– А.
– Читайте все слово целиком.
– Лаборатория.
– Правильно. Лаборатория. А кабинет окулиста дальше по коридору.

☺☺☺

Ребенку объясняют:
– Когда два малыша вместе рождаются ДВОЙНЯШКИ, когда три – ТРОЙНЯШКИ...
– А когда по одному, просто НЯШКИ?
– Ну да, примерно так...

☺☺☺

– Доктор, посоветуйте что-нибудь от бессонницы. Никак не могу заснуть вечером.
– А вы представьте, что уже утро, и надо спешить на работу.

☺☺☺

Муж – жене:
– Софочка, почему ты уходишь от меня именно сегодня? Ведь я невыносим уже много лет.

☺☺☺

На уроке литературы учительница дочитывает сказку:
– И я там был, мед-пиво пил, по усам текло, а в рот не попало. Как вы думаете, какая мораль у этой сказки? Вовочка:
– Нужно чаще бриться.

☺☺☺

– Почему вы убили зайца? Вы же не член общества охотников!
– А почему заяц ел капусту на моем огороде? Он же не член моей семьи.

☺☺☺

Парень – девушке:
– Зачем ты постоянно спрашиваешь, когда я на тебе женюсь?
– Мне нравится видеть страх в твоих глазах...

ПОГОДА

СТАВРОПОЛЬ ПЯТИГОРСК МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

ВТОРНИК, 7 ИЮЛЯ

т день: +26
ночь: +16
атм. давл. 714

СРЕДА, 8 ИЮЛЯ

т день: +27
ночь: +17
атм. давл. 712

ЧЕТВЕРГ, 9 ИЮЛЯ

т день: +29
ночь: +18
атм. давл. 712

ПЯТНИЦА, 10 ИЮЛЯ

т день: +27
ночь: +18
атм. давл. 713

СУББОТА, 11 ИЮЛЯ

т день: +24
ночь: +16
атм. давл. 718

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 12 ИЮЛЯ

т день: +25
ночь: +16
атм. давл. 715

ПОНЕДЕЛЬНИК, 13 ИЮЛЯ

т день: +25
ночь: +18
атм. давл. 713

ВТОРНИК, 14 ИЮЛЯ

т день: +26
ночь: +17
атм. давл. 713

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

с 13 по 19 июля

ОВЕН (21.03–19.04)

Любовь. Неделя подарит много радости от времени, проведенного с детьми и любимым, если будете избегать авторитаризма и давления. Позвольте близким быть самими собой, даже если это не совпадает с вашими ожиданиями.

Работа. Будет совсем мало свободного времени на отдых. Попробуйте чуть замедлиться.

Здоровье. Рекомендуются сбалансированное питание.

☺ 15, 19 июля ☹ 14 июля

ТЕЛЕЦ (20.04–20.05)

Любовь. В семье назревают приятные изменения. Возможно, они доставят хлопоты, но подарят и радостные моменты. Это тот случай, когда трудности оборачиваются счастьем. Также о себе могут напомнить дальние родственники.

Работа. Будьте внимательны с документами. Откажитесь от импульсивных покупок.

Здоровье. Больше двигайтесь, ведите активный образ жизни.

☺ 16, 18 июля ☹ 13 июля

БЛИЗНЕЦЫ (21.05–21.06)

Любовь. Вас ожидает много встреч, разговоров и знакомств. Вы будете блистать. Но избегайте хвастовства: скромная уверенность притягивает людей сильнее, чем громкие заявления, а естественное обаяние – лучше любых слов.

Работа. Будьте готовы, что решать проблемы придется именно вам. Не спешите заключать новые договоренности, дайте ситуации устояться.

Здоровье. Необходимо соблюдать режим сна.

☺ 15, 16 июля ☹ 14 июля

РАК (22.06–22.07)

Любовь. Сейчас вы особенно чувствительны. Не стоит надумывать больше, чем показывают факты: иногда тишина не означает холод, а пауза – не конец. Доверяйте реальности, а не своим страхам.

Работа. Не упустите шансы повысить доход.

Здоровье. Следите за состоянием сердечно-сосудистой системы.

☺ 15, 17 июля ☹ 13 июля

ЛЕВ (23.07–22.08)

Любовь. В этот период важно сосредоточиться на себе, а не форсировать события. Присмотритесь, как ваше внутреннее состояние проецируется в мир: возможно, вы требуете от других того, что сами не готовы принять.

Работа. Спокойствие и педантичность уберегут от лишних переживаний.

Здоровье. Соблюдайте водно-солевой баланс.

☺ 15, 19 июля ☹ 17 июля

ДЕВА (23.08–22.09)

Любовь. В романтической сфере может зажечься огонек, который имеет все шансы разгореться в яркое пламя. Внесите немного легкого авантюризма в отношения со второй половинкой, разнообразьте совместный досуг.

Работа. Нагрузка может увеличиться. Доверяйте коллегам и не бойтесь делегировать обязанности.

Здоровье. Не пренебрегайте утренней зарядкой.

☺ 16, 19 июля ☹ 14 июля

ВЕСЫ (23.09–22.10)

Любовь. Если возникнут споры с партнером, скорее всего, это эхо проблем, на которые вы когда-то предпочли закрыть глаза. Пройдите конструктивно их обсудить. Это даст новый вектор развития вашим отношениям.

Работа. Стоит задуматься об отпуске: возможно, организм уже просит о передышке.

Здоровье. Рекомендуются гимнастика.

☺ 13, 19 июля ☹ 16 июля

СКОРПИОН (23.10–21.11)

Любовь. Вероятны неожиданные встречи со старыми знакомыми. Семья будет требовать от вас многого, но на самом деле они нуждаются во внимании и заботе. Постарайтесь услышать не слова, а то, что стоит за ними.

Работа. Руководство заметит ваши усилия.

Здоровье. Повышена чувствительность организма к респираторным заболеваниям.

☺ 15, 16 июля ☹ 17 июля

СТРЕЛЕЦ (22.11–21.12)

Любовь. В окружении могут появиться новые яркие люди, которые принесут в вашу жизнь свежие краски. Если будете чувствовать напряжение или тревогу, доверьтесь своим близким, станет спокойнее.

Работа. Ваши обязанности могут неожиданно измениться, стоит все обговаривать.

Здоровье. Возможны нарушения работы ЖКТ.

☺ 15, 18 июля ☹ 13 июля

КОЗЕРОГ (22.12–19.01)

Любовь. В отношениях наступает новый, более зрелый, этап. Сейчас важно не пытаться понравиться, а создать пространство, где сможете показать свои чувства без страха быть непонятыми.

Работа. Ожидается много суесть. Сохраняйте спокойствие и просто делайте свое дело.

Здоровье. Могут быть полезны занятия энергетическими практиками.

☺ 18, 19 июля ☹ 15 июля

ВОДОЛЕЙ (20.01–18.02)

Любовь. Не бойтесь окунуться с головой в романтику. Яркие впечатления и эмоции, азарт будут делать каждый ваш день особенным. Пробуйте новое, узнавайте своего партнера с неожиданных сторон: такие маленькие открытия делают связь по-настоящему прочной.

Работа. Не спешите проявлять инициативу.

Здоровье. Повышена чувствительность организма к токсинам.

☺ 15, 16 июля ☹ 17 июля

РЫБЫ (19.02–20.03)

Любовь. Любимый человек и дети сейчас особенно нуждаются в вашем внимании. Уделите время семейным воспоминаниям, превратив их в ритуал. Пересмотрите старые фото или расскажите друг другу о самых светлых моментах.

Работа. Не упустите возможность показать, на что вы способны. Но не беритесь за дело рьяно.

Здоровье. Необходимо соблюдать режим дня.

☺ 14, 15 июля ☹ 19 июля

	Японский остров	Квартал в Лондоне	"Коллега" варвара	Будущее растение	Фальсификация, подделка
	Буддист для христианина				
	Они же пятнашки	Беспардонный человек		Одна из ролей Жана Рено	Окопеченная "роса"
	Цыганка-всезнайка	Верхушка побега	... Ностра	Бабушка Барта Симпсона	Искаженно гримасой
Языческий бог	Защитное покрытие жести	Небесное явление	Подается к начос		
			Советский фотоаппарат	Радиоактивный металл	
Ручной "ледокол"			Возьмите на полтона выше		Разновидность солончака
Завершает азбуку эллины			Кит, имеющий зубы		Римский солдат
Костер, пыль	Провинция с курортом Спа	Фото		Манкирование службой	Груз на шнурке
			Пчелкина "кусачка"	Поникший напарник ромашки	Под стать портянке
Деталь холодного оружия	Спутник Сатурна	Ухающая "мышеловка"		Нарисованная "маска"	... Лукреций Кар
			Ильм, берест	Сотрудничал с Фрейдом	Верхний слой бархата
Сталинский нарком				Друг Полины Виардо	
Молитва из стихов Корана	Славяне, жившие на Оке				Трава, хранящаяся в сарае
			Писатель Альбер ...		Выстроившиеся кресла

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В №27

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Привереда. Наручники. Ефим. Икра. Кров. Инфанта. Ответ. Сатира. Министр. Нерв. Кора. Хаш. Мокасин. Абз. Хан. Орбит. Сан. Гак. Реалистка. Идо. Нит. Ант. Утка. Ветеринар.
ПО ВЕРТИКАЛИ: Аркада. Агат. Шина. Воин. Киа. Треба. Инвар. Боров. Аск. Эре. Пиар. Ритм. Бант. Уран. Изобилие. Неуч. Фан. Титр. Нега. Икар. Шериф. Насос. Стан. Килт. Тридакна. Зажим. Айран. Натр.

www.scanword.info

Главный редактор

И.Н. Маковецкая

Учредитель и издатель газеты – АО «Издательство «Кавказская здравница».
Адрес: 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1, тел. 8 (87922) 6-21-34.
Адрес редакции: 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1, офисы: 710, 706. Телефоны: главный редактор – 8 (87922) 6-24-46 (доб. 1), отдел рекламы – 8 (87922) 6-25-76; e-mail: nedelya@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 7 июля 2026 г.
Печать офсет. Объем 12 полос А3.
Заказ 26128. Тираж 3819.
Отпечатано в АО «Издательство «Кавказская здравница», 357212, г. Минеральные Воды, ул. 50 лет Октября, 67/1
Подписной индекс ПР540. Цена свободная.