

■ СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ

Какие домашние маски помогут увлажнить кожу лица и убрать морщины?

Питаем кожу

Полина:

Зимой моя кожа становится сухой. Вот что помогает мне справиться с этой проблемой.

► Смешайте 1 столовую ложку жирного творога, 1 столовую ложку яблочного сока и 1 чайную ложку растительного масла. Нанесите смесь на лицо на 15 минут.

► Четвертинку банана разомните в пюре, добавьте несколько капель лимонного сока и половину чайной ложки любого питательного крема для лица. Подержите смесь на коже 15–20 минут.

Убираем морщины

Галина:

Разгладить мелкие морщинки можно при помощи домашних масок.

► Пекарские дрожжи разведите молоком до консистенции сметаны и нанесите на лицо на 10–15 минут.

► 1 киви разомните в пюре, добавьте 2 столовые ложки сметаны и нанесите смесь на лицо на 15 минут. Эта маска не только избавит от морщин, но и вернет коже здоровый румянец.

Читатель - читателю

Как снять боль, если разыгралась подагра?

► 1 картофелину очистите от кожуры и, не отваривая, натрите на терке. Приложите кашку к больному месту и зафиксируйте бинтом. Держите компресс, пока не высохнет.

► Капустный лист отбейте молоточком для мяса и оберните им больной сустав. Зафиксируйте бинтом. Можно оставить компресс на ночь.

Следует всегда советоваться с врачом перед тем, как применить любое из домашних средств.

Николай Михайлович

Попробуем?!

Ленивые вареники из творога

Ингредиенты: творог - 500 г, яйцо - 1 шт., мука - 150–190 г, сахар - 1,5 ст. л., соль - щепотка.

Приготовление:

Творог посолить, добавить 1,5 ст. л. сахара, одно яйцо и перемешать. Затем добавить муку 150–190 г, или 50/50 мука и манка, кому как нравится. Замешиваем тесто. Тесто должно получиться мягким, но в то же время упругим, слегка липнущим к рукам. Муки может уйти немного больше или меньше, все зависит от влажности творога. Творог желательно брать сухой.

Тесто разделить на три части. Каждую часть теста отправить в кондитерский пакет, у которого отрезать край, нужного диаметра. Обычный пакет не подойдет, так как тесто его прорвет. В подсоленную кипящую воду отправить вареники, отрезая ножницами

нужное количество теста. Можно вареники делать привычной формы, в форме маленьких колбасок, можно покороче, подлиннее или потолще, отрезая край пакета побольше или поменьше, по вашему желанию.

Время приготовления зависит от размера вареников. Маленькие, как только всплыли, варить секунд 15. Вареники побольше - минутку и готово.

Тесто можно приготовить впрок, разложить по пакетам и отправить в морозильную камеру. В морозильной камере хранится несколько месяцев. В холодильнике - сутки, не более.

Такой способ приготовления ленивых вареников очень удобный, занимает минимум времени. Подаем вареники со сливочным маслом, сметаной или вареньем.

Приятного аппетита!

Татьяна

Как избавиться от вредителей и неприятных запахов

Так сложилось, что я не доверяю покупным средствам для чистки и всегда стараюсь искать действенные методики для уборки дома с использованием натуральных ингредиентов.

Практичное решение, которое устранит неприятный запах в духовке и поможет раз и навсегда прогнать из вашей кухни насекомых – сочетание лимона и корицы.

Разрежьте лимон на две половинки, посыпьте слегка корицей. Откройте дверку и положите в зажженную духовку лимон с корицей. Выключите газ через пять минут, а средство оставьте так до утра. Через 6–8 часов в вашем доме не будет ни одного насекомого, а дом наполнится свежим лимонным ароматом. Это средство - лучшее из тех, что я пробовала.

Анна

Каким образом семена льна помогут похудеть

О пользе семян льна знают немногие, а их любил употреблять в пищу еще наши предки! Расскажем, чем полезны семена льна и как они способствуют похудению.

ЛЕН ускоряет избавление организма от шлаков и токсинов, в результате чего человек теряет лишние килограммы. Семена льна нормализуют обменные механизмы в организме, а клетчатка провоцирует ощущение сытости. Лен избавляет кишечник от вредных элементов, а также помогает избежать запоров. Это растение нормализует уровень сахара в организме и работу

поджелудочной железы, из-за чего ослабевает тяга к сладостям.

Помимо этого, лен помогает наладить уровень холестерина, так как богат жирными кислотами. Он укрепляет иммунитет и очищает кожу от воспалений. Если вы хотите очистить желудок, пейте натощак по ложке льняного масла. Используйте лен для похудения нужно курсом.

В этом случае вам понадобятся семена, из которых нужно варить кисель или отвар. Помимо этого лен добавляют в каши и разные блюда или же мелют из него муку.

Самый простой метод употребления льняных семечек – пережевывание за полчаса до еды. Таким образом можно уменьшить аппетит и нормализовать обмен веществ. Вы также можете добавлять семечки в рагу или кашу в процессе готовки. Также льняные семечки отлично сочетаются с кисломолочными продуктами. Можете добавить их в йогурт, дождаться, пока они набухнут, а затем насладиться вкусным и полезным перекусом.



Плоды кизила обладают вяжущим, бактерицидным, обезболивающим, общеукрепляющим и тонизирующим действием. Растение рекомендуют при нарушениях обмена веществ, малокровии, подагре, ревматизме и кожных заболеваниях. Варенье, приготовленное из плодов, употребляют при простуде и болях в желудке. Настой веток с листьями используют в качестве желчегонного и мочегонного средства. Настой цветков и плодов в народной медицине применяют для лечения лихорадки. Кору кизила применяют как тонизирующее и возбуждающее средство.

Настои плодов, мятые плоды, растёртые с мёдом или яичным желтком, назначают при поносе.

Настой приготавливают из расчёта 2 столовые ложки свежих или высушенных плодов кизила на стакан воды, отваривают 8 часов, мякоть плодов разминают, настаивают; принимают, предварительно подсластив, по ½ стакана 2 раза в день как общеукрепляющее средство.



ГОРЯЧЕЕ ПОЛОТЕНЦЕ И УКСУС.

Какие народные средства быстро снижают давление?

Артериальная гипертензия — это стойкое повышение давления, когда цифры на тонометре поднимаются выше 140 на 90 мм рт. ст. и более. Когда такое происходит в первый раз, многие пугаются, ведь не знают, что с этим делать и как себе помочь. Гипертоники же со стажем имеют в своем арсенале целый набор средств и комплексов первой помощи, которые позволяют им быстро привести себя в чувство. О том, насколько народные варианты приведения себя в чувство и быстрого снижения давления действительно полезны, **АиФ.ru** рассказал к. м. н., врач-терапевт высшей категории КДЦ «Мединцентр» (филиал ГлавУпДК при МИД России) Алексей Егоров.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА В ПОМОЩЬ?

Нормализовывать давление с помощью народных средств почти всегда неэффективно, а зачастую просто опасно. Все зависит от показателей давления, длительности и степени тяжести болезни (артериальная гипертензия). Высокие показатели давления могут вызвать серьезные сбои циркуляции крови в сердце и мозге, что в свою очередь может привести к печальным последствиям: инсульту или инфаркту миокарда. В острых случаях лучше вызвать бригаду скорой медицинской и неотложной помощи, а не надеяться на народные средства.

РАСХОЖИЕ РЕЦЕПТЫ

Многие люди с гипертонией давно стараются справиться своими силами. Рецептов, которые помогают снижать высокие цифры на тонометре, много.

Горячее мокрое полотенце на ноги

Положить между икр, а также бедренной части ноги горячее мокрое полотенце/опустить ноги в таз с горячей водой.

Можно, но только в качестве дополнения к приему современных препаратов. Законы физики усиливают эффект лекарств, и это облегчает состояние. Но долго проводить манипуляции с горячей водой нельзя.

Спасительные напитки

Принять горячий (практически кипятком) крепкий чай с сахаром

Наоборот. Крепкий сладкий чай может повысить артериальное давление, так как чайные листья содержат кофеин, а сахар повышает пульс. Поэтому при гипертонии чрезмерное употребление чая не рекомендуется.

Лимон и мед

Использование лимонно-медового напитка: с помощью такого варианта можно снизить давление за 10-20 ми-

нут. Для приготовления нужны стакан минералки, ложка меда, сок половины лимона.

Не обладает гипотоническим эффектом. Этот напиток имеет противопоказания, так как мед — сильный аллерген.

Массирующий эффект

Массаж считается действенным и безопасным методом: двумя пальцами надо медленно массировать виски по часовой стрелке, плавно переходя на зону лба и от нее, затем следует растереть уши двумя пальцами. Массаж должен быть легким.

Действительно, с помощью правильно выполненных техник точечного массажа можно снизить артериальное давление. Вообще, желателно проводить такие процедуры регулярно для профилактики. Конечно же, обязательным условием является предварительное обучение таким видам массажа у хорошего специалиста.

Теплый душ

Теплый душ способствует снижению давления, но при этом струя должна быть мощной. Для начала ее направляют на голову и массируют при помощи воды голову. Затем тем же напором работают с шеей и грудной клеткой. Отдельное внимание следует уделить ногам. Тут надо помнить, что душ должен быть теплым, ни в коем случае не контрастным, так как резкая смена температуры приведет к инфарктам, инсультам и т. д.

Водные процедуры при высоком давлении не могут обеспечить восстановления нормальных показателей. Но это хороший способ профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

Использование уксуса

Уксус — примочки, ванночки для ног и даже прием внутрь.

В своем химическом составе уксус содержит много калия, необходимого



для работы сердца. А яблочный уксус обладает еще и мочегонным свойством (диуретик) при том, что, выводя лишнюю жидкость (тем самым снижая нагрузку на сердце), не выводит калий из организма, а является его источником.

Избавление от лишней жидкости

Прием мочегонных средств — считается, что снижение циркулирующей по сосудам жидкости приводит к ослаблению их и упрощению ситуации, уменьшению болей, нормализации давления.

Так как артериальное давление может повышаться под влиянием различных факторов, в том числе задержке чрезмерного количества натрия, а значит и жидкости в кровотоке, при лечении гипертонии часто используются мочегонные препараты. Но все мочегонные препараты должны назначаться исключительно квалифицированным специалистом, который назначит само средство и объяснит, как его принимать. Самолечение чревато серьезным ухудшением состояния, так как некоторые диуретики опасны побочными явлениями.

Дышим правильно

Для коррекции ситуации нередко советуют использовать дыхательную гимнастику — она насыщает организм кислородом и обеспечивает более правильную работу всех систем.

Разработано несколько комплексов дыхательных техник и упражнений, регулярное выполнение которых помогает снизить давление. Самыми популярными являются дыхательная гимнастика по методу Бутейко, дыхательные упражнения доктора Бубновского и дыхательная гимнастика Стрельниковой. Это прекрасные методы улучшения здоровья и качества жизни гипертоников, особенно если их выполнять регулярно и правильно.

■ ВОПРОС - ОТВЕТ

Как не допустить гипертонии?

Рассказывает заведующая лабораторией клинической фармакологии и фармакотерапии ОСИП РГНКЦ ФГБОУ ВО РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава РФ, профессор кафедры клинической фармакологии и пропедевтики внутренних болезней ФГАОУ ВО Первый МГМУ им. И. М. Сеченова Минздрава РФ Ольга Остроумова:

— Начинать борьбу с высоким артериальным давлением лучше как можно раньше. Недаром сегодня врачи всё чаще упоминают такой термин, как «предгипер-

пертония» (по аналогии с предиабетом). Что это такое и что делать, если это состояние выявлено?

О предгипертонии говорят, когда у человека систолическое, или «верхнее», артериальное давление достигает 130–139, а диастолическое, или «нижнее», поднимается до 85–89 мм рт. ст. Иногда могут быть повышены оба показателя. Возможно, это ещё не болезнь, но уже как минимум тревожное явление. Первым делом следует сходить к терапевту или кардиологу. Врач обязательно порекомендует

провести суточное мониторирование артериального давления, и это очень важно сделать. Пациенту устанавливается прибор с манжеткой, который в течение суток каждые полчаса (или чаще) будет проводить измерения. Ведь показатели уровня артериального давления — величины непостоянные и могут существенно меняться в течение суток. К тому же бывает и маскированная гипертония, о наличии которой сам человек может и не догадываться. Такой мониторинг поможет выявить то, что скрыто.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 17 февраля

ПЕРВЫЙ

05.00, 09.25 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 02.00, 03.05 Время
покажет 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.00 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.30, 01.00 На самом деле
16+
19.40 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с "Триггер" 16+
22.30 Док-ток 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
00.00 Познер 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести
09.55 О самом главном 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45
Местное время
11.45 Судьба человека 12+
12.50, 17.25 60 минут 12+
14.45 Т/с "Тайны следствия"
12+
18.30 Прямой эфир 16+
21.00 Т/с "Город невест" 12+
23.15 Вечер с Владимиром
Соловьевым 12+
02.00 Т/с "По горячим сле-
дам" 12+
02.50 Т/с "Сваты" 12+

НТВ

05.15, 03.45 Т/с "Псевдоним
"Албанец" 12+
06.00 Утро. Самое лучшее 6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.20 Т/с "Москва. Три вок-
зала" 16+
10.20, 01.20 Т/с "Морские
дьяволы" 12+
13.20 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.25 Следствие вели... 16+
17.10 ДНК 16+
18.10, 19.40 Т/с "Пёс" 16+
21.00 Т/с "Невский. Чужой
среди чужих" 16+
23.10 Основано на реальных
событиях 16+
00.10 Поздняков 16+
00.20 Мы и наука. Наука и
мы 12+

ВТОРНИК, 18 февраля

ПЕРВЫЙ

05.00, 09.25 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 02.00, 03.05 Время
покажет 16+
15.15 Давай поженимся!
16+
16.00 Мужское/Женское
16+
18.00 Вечерние новости
18.30, 01.00 На самом
деле 16+
19.40 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с "Триггер" 16+
22.30 Док-ток 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
23.55 Право на справедлив-
ность 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести
09.55 О самом главном

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30,
03.15 Известия
05.35 Т/с "Барсы" 16+
09.25, 13.25 Т/с "Условный
мент" 16+
19.00, 00.25 Т/с "След" 16+
23.10 Т/с "Великолепная пя-
терка -2" 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск
01.10 Т/с "Детективы" 16+
03.25 Т/с "Страсть 2" 16+

РЕН-ТВ

05.00 Территория заблужден-
ный 16+
06.00 Документальный про-
ект 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Д/ф "Засекреченные
списки" 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества
16+
14.00 Невероятно интересные
истории 16+
15.00 Документальный спец-
проект 16+
17.00 Тайны Чапман 16+
18.00 Самые шокирующие
гипотезы 16+
20.00 Х/ф "Коломбиана" 16+
22.00 Водить по-русски 16+
23.30 Неизвестная история
16+
00.30 Х/ф "Прогулка" 12+
02.40 Х/ф "Акты мести" 16+
04.00 Х/ф "Королева из Кат-
ве" 16+

ТНТ

07.00 ТНТ. Gold 16+
09.00, 12.30, 23.30 Дом-2 16+
11.30 Бородина против Буз-
овой 16+
13.30 Т/с "Реальные пацаны"
16+
15.00 Т/с "Универ. Новая об-
щара" 16+
17.00 Т/с "Интерны" 16+
19.00 Х/ф "Полицейский с
Рублевки" 16+
20.00, 20.30 Т/с "Война семей"
16+
21.00 Где логика? 16+
22.00 Т/с "Домашний арест"
16+

НТВ

05.15, 03.45 Т/с "Псевдоним
"Албанец" 12+
06.00 Утро. Самое лучшее 6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.20 Т/с "Москва. Три вок-
зала" 16+
10.20, 01.05 Т/с "Морские
дьяволы" 12+
13.20 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.25 Следствие вели... 16+

01.30 Х/ф "41-летний дев-
ственник, который..." 18+

ОТР

01.45, 06.45 От прав к возмож-
ностям 12+
02.00, 15.15, 02.00 Т/с "Луч-
ший город Земли" 12+
03.30, 03.30 Большая наука
12+
04.00, 07.00, 09.00, 11.00,
12.00, 13.00, 15.00, 17.00,
18.00, 20.00, 22.00, 01.00,
04.00 Новости
04.15, 01.15 За дело! 12+
05.05, 08.00, 17.05, 22.05
Правда? 12+
06.00, 09.15 Календарь 12+
07.15 Д/ф "История жизни.
Растения. Безмолвные
правители Земли" 12+
09.55 Среда обитания 12+
10.05, 11.05, 23.00 Т/с "Тол-
до" 16+
11.30, 00.20 Д/ф "Тайны раз-
ведки" 12+
12.05, 13.20, 19.00, 20.30 ОТ-
Ражение
16.50 Медосмотр 12+
18.05 Активная среда 12+
18.30 Вспомнить всё 12+
04.15 Культурный обмен 12+

МИР

06.00, 10.10 Т/с "Любимая
учительница" 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00,
23.45 Судьбы
13.15 Дела судебные 16+
16.15, 19.25 Т/с "Возвращение
Мухтара-2" 16+
19.50 Игра в кино 12+
21.25 Всемирные игры раз-
ума 0+
22.00, 00.00 Т/с "Вышибала"
18+
01.00 Семейные истории 16+
02.00 Охотники за привиде-
ниями 16+
02.30 Города Беларуси 16+
02.55 Celine Dion: Une Seule
Fois. Live 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 0+
08.10 Х/ф "Коллеги" 12+
10.05 Д/ф "Борис Андреев.
Богатырь союзного зна-
чения" 12+
10.55 Городское собрание
12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 Со-
бытия 16+

17.10 ДНК 16+
18.10, 19.40 Т/с "Пёс" 16+
21.00 Т/с "Невский. Чужой
среди чужих" 16+
23.10 Основано на реаль-
ных событиях 16+
00.10 Крутая история 12+
03.25 Их нравы 0+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30,
03.20 Известия
05.20, 09.25 Т/с "Слепой"
16+
13.25 Т/с "Легавый -2" 16+
19.00, 00.25 Т/с "След" 16+
23.10 Т/с "Великолепная
пятерка -2" 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск
01.10 Т/с "Детективы" 16+

РЕН-ТВ

05.00 Х/ф "Королева из
Катве" 16+
06.00, 15.00 Документаль-
ный проект 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+

11.50 Т/с "Она написала
убийство" 12+
13.40 Мой герой. Сергей
Дроботенко 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Т/с "Отец Браун" 16+
16.55 Естественный отбор
12+
18.25 Т/с "Следствие любви"
16+
22.35 Поганые правнуки
славных прадедов 16+
23.05 Знак качества 16+
00.00 События 16+
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Т/с "Генеральская внуч-
ка" 16+
02.25 Прощание. Ольга Аро-
сева 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00,
15.00, 19.30, 23.45 Но-
вости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни
12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции"
12+
08.30 Легенды мирового кино
12+
09.00, 02.30 Д/ф "Шри-Ланка.
Маунт Лавиния" 12+
09.30 Другие Романовы 12+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.20 XX век 12+
12.25 Дневник XIII зимнего
международного фести-
валя искусств Юрия
Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.45, 00.35 Власть
факта 12+
13.35, 16.30 Красивая пла-
нета 12+
13.50 Монолог в 4-х частях.
Александр Адабашьян
12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно:
арт 12+
15.30 Агора 12+
16.45 Т/с "Профессия - сле-
дователь" 12+
17.55 Мастера исполнитель-
ского искусства XXI века
12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, ма-
лыши! 0+
21.40 Сати. Нескучная клас-
сика... 12+
22.20 Т/с "Раскол" 16+
23.15 Рэтайм, или разорван-
ное время 12+
00.05 Открытая книга 12+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00,
15.00, 19.30, 23.45 Но-
вости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни
12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции"
12+
08.30 Легенды мирового кино
12+
09.00, 02.30 Д/ф "Шри-Ланка.
Маунт Лавиния" 12+
09.30 Другие Романовы 12+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.20 XX век 12+
12.25 Дневник XIII зимнего
международного фести-
валя искусств Юрия
Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.45, 00.35 Власть
факта 12+
13.35, 16.30 Красивая пла-
нета 12+
13.50 Монолог в 4-х частях.
Александр Адабашьян
12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно:
арт 12+
15.30 Агора 12+
16.45 Т/с "Профессия - сле-
дователь" 12+
17.55 Мастера исполнитель-
ского искусства XXI века
12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, ма-
лыши! 0+
21.40 Сати. Нескучная клас-
сика... 12+
22.20 Т/с "Раскол" 16+
23.15 Рэтайм, или разорван-
ное время 12+
00.05 Открытая книга 12+

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Но-
вести дня
08.20, 18.30 Специальный
репортаж 12+
08.40 Не факт! 6+
09.10, 10.05, 13.15, 13.40, 14.05
Т/с "Отдел С.С.С.Р." 16+
10.00, 14.00 Военные новости
18.50 Д/с "Миссия в Афгани-
стане" 12+
19.40 Скрытые угрозы 12+
20.25 Д/с "Загадки века" 12+
21.30 Д/с "Открытый эфир" 12+
23.05 Д/с "Между тем" 12+
23.40 Т/с "Гаишники. Продол-
жение" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 Д/с "Эффект Матроны"
16+
07.30 По делам несовершенно-
летних 16+
08.30 Давай разведёмся! 16+
09.35 Тест на отцовство 16+
11.40, 05.40 Д/ф "Реальная
мистика" 16+
12.40, 04.20 Д/ф "Понять. Про-
стить" 16+
14.35, 03.55 Д/ф "Порча" 16+
15.05 Х/ф "Гражданка Катери-
на" 12+
19.00 Х/ф "Чужая жизнь" 16+
23.15 Т/с "Условия контракта"
16+
01.25 Т/с "Брак по завещанию"
16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Д/ф "Вся правда про
..." 12+
06.30 Ген победы 12+
07.00, 08.55, 11.20, 13.55, 16.00,
18.45, 21.55 Новости
07.05, 11.25, 16.05, 22.00 Все
на матч!
09.00, 10.30 Биатлон. Чемпи-
онат мира. Гонка пресле-
дования. Трансляция из
Италии 0+
09.50 Биатлон с Дмитрием
Губерниевым 12+
11.55, 16.45, 22.40 Футбол.
Чемпионат Италии 0+
14.00 Футбол. Чемпионат Гер-
мании 0+
18.50 Континентальный вечер
12+
19.20 Хоккей. КХЛ. Прямая
трансляция
00.40 Тотальный футбол 12+
01.40 Х/ф "Воин" 12+

20.00, 20.30 Т/с "Война се-
мей" 16+
21.00 Имprovизация 16+
22.00 Т/с "Домашний арест"
16+
01.35 Х/ф "Проклятый путь"
16+
03.25 Х/ф "Белые люди не
умеют прыгать" 16+

ОТР

05.05, 08.00, 17.05, 22.05
Правда? 12+
06.00, 09.15 Календарь 12+
06.45, 01.45 Имею право!
12+
07.00, 09.00, 11.00, 12.00,
13.00, 15.00, 17.00,
18.00, 20.00, 22.00,
01.00, 04.00 Новости
07.15 Д/ф "История жизни.
История пера" 12+
09.55, 18.05 Среда обитания
12+
10.05, 11.05, 23.00 Т/с "Тол-
до" 16+
11.30, 00.20 Д/ф "Тайны раз-
ведки. Морской крот"
12+
12.05, 13.20, 19.00, 20.30
ОТражение

ВТОРНИК, 18 февраля

15.15, 02.00 Т/с "Лучший город Земли" 12+
16.50 Медосмотр 12+
18.15 За дело! 12+
01.15, 04.15 Моя история 12+

МИР

06.00 Х/ф "Весна" 0+
08.25, 10.10 Т/с "Запасной инстинкт" 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости
13.15 Дела судебные 16+
16.15, 19.25 Т/с "Возвращение Мухтара-2" 16+
19.50 Игра в кино 12+
21.25 Всемирные игры разума 0+
22.00, 00.00 Т/с "Вышибала" 18+
01.00 Семейные истории 16+
01.55 Охотники за привидениями 16+
02.25 Города Беларуси 16+
02.50 Andrea Bocelli Concerto: One Night in Central Park 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 0+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 Х/ф "Спортлото-82" 0+

10.35 Д/ф "Леонид Гайдай. Человек, который не смеялся" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50 Т/с "Она написала убийство" 12+
13.35 Мой герой. Анастасия Стоцкая 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Т/с "Отец Браун" 16+
16.55 Естественный отбор 12+
18.25 Т/с "Следствие любви" 16+
22.35, 03.50 Осторожно, мошенники! Все выключено! 16+
23.05, 03.05 Д/ф "Чума-2020" 16+
00.00 События 16+
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Т/с "Генеральская вничья" 16+
02.25 Прощание. Сергей Доренко 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни 12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции" 12+

08.30 Легенды мирового кино 12+

08.55 Сказки из глины и дерева 12+
09.05, 22.20 Т/с "Раскол" 16+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.35 Д/ф "Товарищ неприкасаемый" 12+
12.25 Дневник XIII зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.40, 00.50 Тем временем. Смыслы 12+
13.40, 16.35 Цвет времени 12+
13.50 Монолог в 4-х частях. Александр Адабашьян 12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно: книги 12+
15.25 Эрмитаж 12+
15.55 Белая студия 12+
16.45 Т/с "Профессия - следователь" 12+
17.55 Мастера исполнительского искусства XXI века 12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
21.40 Искусственный отбор 12+
23.15 Рэнтайм, или разорванное время 12+
00.05 Д/ф "Тоска по пониманию. Братья Стругацкие" 12+

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20, 10.05, 13.15, 14.05 Т/с "Русский перевод" 16+
10.00, 14.00 Военные новости
18.30 Специальный репортаж 12+
18.50 Д/с "Миссия в Афганистане" 12+
19.40 Легенды армии 12+
20.25 Улика из прошлого 16+
21.30 Д/с "Открытый эфир" 12+
23.05 Д/с "Между тем" 12+
23.40 Т/с "Гаишники. Продолжение" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 Д/с "Эффект Матроны" 16+
07.15 По делам несовершеннолетних 16+
08.15 Давай разведёмся! 16+
09.20 Тест на отцовство 16+
11.25 Д/ф "Реальная мистика" 16+
12.25 Д/ф "Понять. Простить" 16+
14.20 Д/ф "Порча" 16+
14.50 Х/ф "Чужая жизнь" 16+
19.00 Х/ф "Следы в прошлое" 16+
23.05 Т/с "Условия контракта" 16+
01.15 Т/с "Брак по завещанию" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Д/ф "Вся правда про..." 12+
06.30 Ген победы 12+
07.00, 08.55, 10.30, 14.55, 18.15, 21.25 Новости
07.05, 10.35, 15.00, 18.20, 21.30, 00.55 Все на матч!
09.00 Олимпийский гид 12+
09.30 Тотальный футбол 12+
11.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. "Матч звезд" 0+
14.35 "Матч звезд. Live". Специальный репортаж 12+
15.45 Биатлон. Чемпионат мира. Прямая трансляция из Италии
18.50 Хоккей. КХЛ. "Ак Барс" (Казань) - "Авангард" (Омск). Прямая трансляция
21.50 Кто выиграет Лигу чемпионов? 12+
22.00 Все на футбол! 12+
22.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. Прямая трансляция
01.25 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. "Динамо" (Москва, Россия) - "Канн" (Франция) 0+
03.25 Футбол. Кубок Лигертадорес. Прямая трансляция

СРЕДА, 19 февраля**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 01.15, 03.05 Время покажет 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.00 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.30, 00.00 На самом деле 16+
19.40 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с "Триггер" 16+
22.30 Док-ток 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
03.30 Наедине со всеми 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
09.55 О самом главном 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время
11.45 Судьба человека 12+
12.50, 17.25 60 минут 12+
14.45 Т/с "Тайны следствия" 12+
18.30 Прямой эфир 16+
21.00 Т/с "Город невест" 12+
23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
02.00 Т/с "По горячим следам" 12+
02.50 Т/с "Сваты" 12+

НТВ

05.15, 03.45 Т/с "Псевдоним "Албанец" 12+
06.00 Утро. Самое лучшее 6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.00 Сегодня
08.20 Т/с "Москва. Три вокзала" 16+
10.20, 01.05 Т/с "Морские дьяволы" 12+
13.20 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.25 Следствие вели... 16+
17.10 ДНК 16+
18.10, 19.40 Т/с "Пёс" 16+
21.00 Т/с "Невский. Чужой среди чужих" 16+
23.10 Основано на реальных событиях 16+
00.10 Последние 24 часа 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30, 03.20 Известия
05.35, 13.25 Т/с "Легавый-2" 16+
09.25 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
19.00, 00.25 Т/с "След" 16+
23.10 Т/с "Великолепная пятерка-2" 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск
01.10 Т/с "Детективы" 16+

РЕН-ТВ

05.00 Территория заблуждений 16+
06.00 Документальный проект 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00, 15.00 Д/ф "Засекреченные списки" 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00, 23.30 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
17.00, 03.00 Тайны Чапман 16+
18.00, 02.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
20.00 Х/ф "Белоснежка и охотник" 16+
22.30 Смотриеть всем! 16+
00.30 Х/ф "Идентичность" 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30 ТНТ. Gold 16+
09.00, 12.30, 23.30 Дом-2 16+
11.30 Бородина против Бузовой 16+
13.25 Большой завтрак 16+
14.00 Т/с "Реальные пацаны" 16+
15.00 Т/с "Универ. Новая общага" 16+
17.00 Т/с "Интерны" 16+
19.00 Х/ф "Полицейский с Рублёвки" 16+
20.00 Т/с "Война семей" 16+
21.00 Однажды в России 16+
22.00 Т/с "Домашний арест" 16+
01.30 Х/ф "Поворот не туда 5" 18+

ОТР

05.05, 08.00, 17.05, 22.05 Правда? 12+
06.00, 09.15 Календарь 12+
06.45 От прав к возможностям 12+
07.00, 09.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 17.00, 18.00, 20.00, 22.00, 01.00, 04.00 Новости
07.15 Д/ф "История жизни. Выход на землю" 12+
09.55, 18.05 Среда обитания 12+
10.05, 11.05, 23.00 Т/с "Толедо" 16+
11.30, 00.20 Д/ф "Тайны разведки. Человек без лица" 12+
12.05, 13.20, 19.00, 20.30 ОТ-Раженое
15.15, 02.00 Т/с "Лучший город Земли" 12+
16.50 Медосмотр 12+
18.15 Моя история 12+
18.45 Имею право! 12+
01.15 Культурный обмен 12+

МИР

06.00, 08.50, 10.10 Т/с "Закон и порядок" 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости
13.15 Дела судебные 16+
16.15, 19.25 Т/с "Возвращение Мухтара-2" 16+
19.50 Игра в кино 12+
21.15 Всемирные игры разума 0+
21.55 Т/с "Вышибала" 18+
00.00 Игра в правду 16+
01.00 Семейные истории 16+
01.55 Охотники за привидениями 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 0+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 Х/ф "SOS над тайгой" 12+
10.05 Д/ф "Юрий Антонов. Мечты сбываются и не сбываются" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События 16+
11.50 Т/с "Она написала убийство" 12+
13.40 Мой герой. Михаил Евланов 12+
14.50 Город новостей 16+

ЗВЕЗДА

15.05 Т/с "Отец Браун" 16+
16.55 Естественный отбор 12+
18.25 Т/с "Следствие любви" 16+
22.35 Линия защиты 16+
23.05 90-е. Мобила 16+
00.00 События 16+
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Т/с "Генеральская вничья" 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни 12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции" 12+
08.30 Легенды мирового кино 12+
09.05, 22.20 Т/с "Раскол" 16+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.35 Д/ф "Сегодня и ежедневно. Юрий Никулин и Михаил Шуйдин" 12+
12.25 Дневник XIII зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.40, 00.45 Что делать? 12+
13.40 Цвет времени 12+
13.50 Монолог в 4-х частях. Александр Адабашьян 12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно: кино 12+
15.25 Библейский сюжет 12+
15.55 Сати. Нескучная классика... 12+
16.40 Т/с "Профессия - следователь" 12+
17.55 Мастера исполнительского искусства XXI века 12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
21.40 Абсолютный слух 12+
23.15 Рэнтайм, или разорванное время 12+
00.05 Д/ф "Стрит-арт. Философия прямого действия" 12+
02.40 Красивая планета 12+

РОССИЯ 1

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни 12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции" 12+
08.30 Легенды мирового кино 12+
09.05, 22.20 Т/с "Раскол" 16+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.35 Д/ф "Сегодня и ежедневно. Юрий Никулин и Михаил Шуйдин" 12+
12.25 Дневник XIII зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.40, 00.45 Что делать? 12+
13.40 Цвет времени 12+
13.50 Монолог в 4-х частях. Александр Адабашьян 12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно: кино 12+
15.25 Библейский сюжет 12+
15.55 Сати. Нескучная классика... 12+
16.40 Т/с "Профессия - следователь" 12+
17.55 Мастера исполнительского искусства XXI века 12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
21.40 Абсолютный слух 12+
23.15 Рэнтайм, или разорванное время 12+
00.05 Д/ф "Стрит-арт. Философия прямого действия" 12+
02.40 Красивая планета 12+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни 12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции" 12+
08.30 Легенды мирового кино 12+
09.05, 22.20 Т/с "Раскол" 16+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.35 Д/ф "Сегодня и ежедневно. Юрий Никулин и Михаил Шуйдин" 12+
12.25 Дневник XIII зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.40, 00.45 Что делать? 12+
13.40 Цвет времени 12+
13.50 Монолог в 4-х частях. Александр Адабашьян 12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно: кино 12+
15.25 Библейский сюжет 12+
15.55 Сати. Нескучная классика... 12+
16.40 Т/с "Профессия - следователь" 12+
17.55 Мастера исполнительского искусства XXI века 12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
21.40 Абсолютный слух 12+
23.15 Рэнтайм, или разорванное время 12+
00.05 Д/ф "Стрит-арт. Философия прямого действия" 12+
02.40 Красивая планета 12+

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.20, 10.05, 13.15, 14.05 Т/с "Молодая гвардия" 16+
10.00, 14.00 Военные новости
18.30 Специальный репортаж 12+
18.50 Д/с "Миссия в Афганистане" 12+
19.40 Последний день 12+
20.25 Д/с "Секретные материалы" 12+
21.30 Д/с "Открытый эфир" 12+
23.05 Д/с "Между тем" 12+
23.40 Т/с "Гаишники. Продолжение" 12+
03.25 Х/ф "В добрый час!" 0+

ДОМАШНИЙ

06.30 Д/с "Эффект Матроны" 16+
07.30 По делам несовершеннолетних 16+
08.30 Давай разведёмся! 16+
09.30 Тест на отцовство 16+
11.35, 05.30 Д/ф "Реальная мистика" 16+
12.40, 04.10 Д/ф "Понять. Простить" 16+
14.30, 03.45 Д/ф "Порча" 16+
15.00 Х/ф "Следы в прошлое" 16+
19.00 Х/ф "День солнца" 16+
23.05 Т/с "Условия контракта" 16+
01.15 Т/с "Брак по завещанию" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Д/ф "Вся правда про..." 12+
06.30 Ген победы 12+
07.00, 08.55, 11.00, 13.05, 15.10, 18.15, 20.55, 22.00 Новости
07.05, 15.15, 18.20, 21.00, 22.05, 00.55 Все на матч!
09.00, 15.50 Биатлон. Чемпионат мира. Трансляция из Италии 0+
11.05 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины 0+
13.15, 22.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала 0+
18.55 Волейбол. Лига чемпионов. Прямая трансляция
21.30 Жизнь после спорта 12+
01.10 Футбол. Кубок Лигертадорес. Прямая трансляция

ЧЕТВЕРГ, 20 февраля**ОТР****ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15, 01.15, 03.05 Время
покажет 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.00 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.30, 00.00 На самом деле
16+
19.40 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.30 Т/с "Триггер" 16+
22.30 Док-ток 16+
23.30 Вечерний Ургант 16+
03.30 Наедине со всеми 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести
09.55 О самом главном 12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45
Местное время
11.45 Судьба человека 12+
12.50, 17.25 60 минут 12+
14.45 Т/с "Тайны следствия"
12+
18.30 Прямой эфир 16+
21.00 Т/с "Город невест" 12+
23.15 Вечер с Владимиром
Соловьёвым 12+
02.00 Т/с "По горячим сле-
дам" 12+
02.50 Т/с "Сваты" 12+

НТВ

05.15, 03.05 Т/с "Псевдоним
"Албанец" 12+
06.00 Утро. Самое лучшее
6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.00 Сегодня
08.20 Т/с "Москва. Три вок-
зала" 16+
10.20, 00.40 Т/с "Морские
дьяволы" 12+
13.20 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.25 Следствие вели... 16+
17.10 ДНК 16+
18.10, 19.40 Т/с "Пёс" 16+
21.00 Т/с "Невский. Чужой
среди чужих" 16+
23.10 Основано на реальных
событиях 16+
00.10 Захар Прилепин. Уроки
русского 12+

ПЯТНИЦА, 21 февраля**ПЕРВЫЙ**

05.00, 09.25 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00 Но-
вости
09.55 Модный приговор 6+
10.55 Жить здорово! 16+
12.15 Время покажет 16+
15.15 Давай поженимся!
16+
16.00 Мужское/Женское
16+
18.00 Вечерние новости
18.30 Человек и закон 16+
19.40 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.30 Голос. Дети 0+
23.20 Вечерний Ургант 16+
00.15 Д/ф "История The
Cavern Club" 16+
01.25 Х/ф "На обочине"
16+
03.20 На самом деле 16+

РОССИЯ 1

05.00, 09.25 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести
09.55 О самом главном
12+
11.25, 14.25, 17.00, 20.45
Местное время
11.45 Судьба человека
12+

02.20 Квартирный вопрос 0+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 18.30,
03.15 Известия
05.20, 13.25 Т/с "Легавый-2"
16+
08.35 День ангела
09.25 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
19.00, 00.25 Т/с "След" 16+
23.10 Т/с "Великолепная пя-
терка -2" 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск
01.10 Т/с "Детективы" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 04.40 Военная тайна
16+
06.00, 09.00 Документальный
проект 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00, 23.30 Загадки челове-
чества 16+
14.00 Невероятно интерес-
ные истории 16+
15.00 Неизвестная история
16+
17.00, 03.00 Тайны Чапман
16+
18.00, 02.15 Самые шокирую-
щие гипотезы 16+
20.00 Х/ф "Ной" 12+
22.45 Смотреть всем! 16+
00.30 Х/ф "Мистер Крутой"
12+

ТНТ

07.00 ТНТ. Gold 16+
09.00, 12.30, 23.30 Дом-2 16+
11.30 Бородина против Бузо-
вой 16+
13.30 Т/с "Реальные пацаны"
16+
15.00 Т/с "Универ. Новая
общага" 16+
17.00 Т/с "Интерны" 16+
19.00 Х/ф "Полицейский с
Рублёвки" 16+
20.00 Т/с "Воина семей" 16+
21.00 Шоу "Студия Союз" 16+
22.00 Т/с "Домашний арест"
16+
01.35 Х/ф "Три балбеса" 12+
02.55 Х/ф "Большой белый
обман" 0+

НТВ

12.50, 17.25 60 минут 12+
14.45 Т/с "Тайны следствия"
12+
18.30 Прямой эфир 16+
21.00 Юморина 16+
23.40 Х/ф "Жених для дуроч-
ки" 12+
03.10 Т/с "Сваты" 12+

НТВ

05.15 Т/с "Псевдоним "Алба-
нец" 12+
06.00 Утро. Самое лучшее 6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
08.20 Т/с "Москва. Три вокза-
ла" 16+
10.20, 02.50 Т/с "Морские
дьяволы" 12+
13.20 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.25 Следствие вели... 16+
17.15 Жди меня 12+
18.10, 19.40 Т/с "Пёс" 16+
21.00 Т/с "Невский. Чужой
среди чужих" 16+
23.15 ЧП. Расследование 16+
23.50 Квартирник НТВ у Мар-
гулиса 16+
01.00 Д/ф "Война и мир За-
хара Прилепина" 16+
02.00 Дачный ответ 0+

05.05, 08.00, 17.05, 22.05
Правила? 12+
06.00, 09.15 Календарь 12+
06.45 Имею право! 12+
07.00, 09.00, 11.00, 12.00, 13.00,
15.00, 17.00, 18.00, 20.00,
22.00, 01.00, 04.00 Но-
вости
07.15 Д/ф "История жизни.
Спаривание. В поисках
второй половинки" 12+
09.55, 18.05 Среда обитания
12+
10.05, 11.05, 23.00 Т/с "Толедо"
16+
11.30, 00.20 Д/ф "Тайны раз-
ведки. Крестоносец мира"
12+
12.05, 13.20, 19.00, 20.30 ОТ-
Ражение
15.15, 02.00 Т/с "Лучший город
Земли" 12+
16.45 Медосмотр 12+
18.15 Культурный обмен 12+
01.15 Вспомнить всё 12+
01.45 Живое русское слово 12+

МИР

06.00, 08.50, 10.10 Т/с 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45
Новости
13.15 Дела судебные 16+
16.15, 19.25 Т/с "Возвращение
Мухтара-2" 16+
19.50 Игра в кино 12+
21.15 Всемирные игры раз-
ума 0+
21.55 Т/с "Вышибала" 18+
00.00 Ночной экспресс 12+
01.25 Семейные истории 16+
01.55 Охотники за привидени-
ями 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 0+
08.10 Доктор И... 16+
08.45 Х/ф "Два капитана" 0+
10.40 Д/ф "Две жизни Майи
Булгаковой" 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 Со-
бытия 16+
11.50 Т/с "Она написала убий-
ство" 12+
13.40 Мой герой. Вилле Хаапа-
сало 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Т/с "Отец Браун" 16+
16.55 Естественный отбор 12+
18.25 Т/с "Следствие любви"
16+
22.35, 03.50 10 самых... не до-
шедшие до ЗАГСа "Звез-
ды" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00 Известия
05.35, 13.25 Т/с "Легавый
-2" 16+
09.25 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
19.00, 00.45 Т/с "След" 16+
23.45 Светская хроника 16+
01.30 Т/с "Детективы" 16+

РЕН-ТВ

05.00 Военная тайна 16+
06.00, 15.00 Документальный
проект 16+
07.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30
Новости 16+
09.00 СОВБЕЗ 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества
16+
14.00, 03.10 Невероятно ин-
тересные истории 16+
17.00 Тайны Чапман 16+
18.00 Самые шокирующие
гипотезы 16+
20.00 Д/ф "Деньги не пахнут.
Как стать миллионе-
ром?" 16+
21.00 Д/ф "Кручу-верчу! Могу
ли "звезды" обманыв-
ать?" 16+
23.00 Д/ф "Кровавый спорт.
Самые дикие сканда-
лы!" 16+

23.05 Д/ф "Проклятие крем-
левских жен" 12+
00.00 События 16+
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Т/с "Генеральская
внучка" 16+
02.25 Д/ф "Женщины Алек-
сандра Абдулова" 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00,
15.00, 19.30, 23.45 Но-
вости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05, 20.05 Правила жизни
12+
07.35, 20.45 Д/с "Революции"
12+
08.30 Легенды мирового
кино 12+
09.05, 22.20 Т/с "Раскол" 16+
10.15 Наблюдатель 12+
11.10, 01.25 XX век 12+
12.25 Дневник XIII зимнего
международного фе-
стивала искусств Юрия
Башмета в Сочи 12+
12.55, 18.45, 00.45 Игра в
бисер 12+
13.35, 02.40, 17.40 Красивая
планета 12+
13.50 Монолог в 4-х частях.
Александр Адабашьян
12+
14.20 Иностранное дело 12+
15.10 Новости: подробно:
театр 12+
15.25 Моя любовь - Россия!
12+
15.50 2 Верник 2 12+
16.40 Т/с "Профессия - сле-
дователь" 12+
17.55 Мастера исполнитель-
ского искусства XXI века
12+
19.45 Главная роль 12+
20.30 Спокойной ночи, ма-
лыши! 0+
21.40 Энигма 12+
23.15 Рэтайм, или разорван-
ное время 12+
00.05 Черные дыры, белые
пятна 12+

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15
Новости дня
08.20, 10.05 Т/с "Молодая
гвардия" 16+
10.00, 14.00 Военные но-
вости
13.15, 14.05 Т/с "Снег и пе-
лел" 16+
18.30 Специальный репор-
таж 12+

ЗВЕЗДА

06.00 Сегодня утром 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15
Новости дня
08.20, 10.05 Т/с "Молодая
гвардия" 16+
10.00, 14.00 Военные но-
вости
13.15, 14.05 Т/с "Снег и пе-
лел" 16+
18.30 Специальный репор-
таж 12+

23.40 Х/ф "Экстрасенс" 0+
01.40 Х/ф "Экстрасенс 2.
Лабиринты разума" 16+

ТНТ

07.00 ТНТ. Gold 16+
09.00, 12.30, 23.00 Дом-2 16+
11.30 Бородина против Бузо-
вой 16+
13.25 Большой завтрак 16+
14.00 Х/ф "Реальные паца-
ны" 0+
15.00 Т/с "Универ. Новая
общага" 16+
17.00 Т/с "Интерны" 16+
20.00 Нам надо серьезно по-
говорить 16+
21.00 Комеди Клуб 16+
22.00 Comedy Баттл (сезон
2020) 16+
01.05 Такое кино! 16+
01.30 Х/ф "Хот-дог" 18+
03.15 Х/ф "Один прекрасный
день" 0+

ОТР

05.05, 08.40, 17.45, 22.45
Имею право! 12+
05.30, 18.05 Служу Отчизне
12+
06.00, 09.15 Календарь 12+
06.45 М/ф "Крот и ковер" 0+
06.50 М/ф "Крот и бульдо-
зер" 0+

18.50 Д/с "Миссия в Афгани-
стане" 12+
19.40 Легенды кино 6+
20.25 Код доступа 12+
21.30 Д/с "Открытый эфир"
12+
23.05 Д/с "Между тем" 12+
23.40 Д/ф "Крымская леген-
да" 12+
00.40 Х/ф "Добровольцы" 0+

ДОМАШНИЙ

06.30 Д/с "Эффект Матроны"
16+
07.20 По делам несовершенно-
летних 16+
08.20 Давай разведёмся! 16+
09.25 Тест на отцовство 16+
11.30 Д/ф "Реальная мисти-
ка" 16+
12.30 Д/ф "Понять. Простить"
16+
14.25, 03.40 Д/ф "Порча" 16+
14.55 Х/ф "День солнца" 16+
19.00 Х/ф "Стеклопанельная
комната" 16+
23.00 Т/с "Условия контрак-
та" 16+
01.10 Т/с "Брак по завеща-
нию" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Футбол. Суперкубок
Южной Америки. Пря-
мая трансляция
06.25 Д/ф "Вся правда про
..."
06.55, 08.55, 11.00, 13.35,
16.10, 18.30, 19.55 Но-
вости
07.00, 11.05, 13.40, 16.15,
18.35, 00.55 Все на матч!
09.00 Биатлон. Чемпионат
мира. Трансляция из
Италии 0+
11.35 Футбол. Суперкубок
Южной Америки 0+
14.10 Футбол. Лига чемпио-
нов. 1/8 финала 0+
16.50 Биатлон. Чемпио-
нат мира. Одиночная
смешанная эстафета.
Прямая трансляция из
Италии
18.00 Биатлон с Дмитрием
Губерниевым 16+
19.25 "Золотой стандарт
Владимира Юрзинова".
Специальный репортаж
12+
20.00 Все на футбол! 12+
20.45, 22.50 Футбол. Лига
Европы. 1/16 финала.
Прямая трансляция
01.25 Баскетбол. Евролига 0+

07.00, 09.00, 11.00, 12.00,
13.00, 15.00, 17.00,
18.00, 20.00, 22.00 Но-
вости
07.15 Д/ф "История жизни.
Вымирание. Конец и
новое начало" 12+
08.00, 17.05, 22.05 За дело!
12+
09.55 Среда обитания 12+
10.05, 11.05, 23.00 Т/с "Толедо"
16+
11.30, 04.35 Д/ф "Апостол
Камчатки" 12+
12.05, 13.20, 19.00, 20.30
ОТРажение
15.15 Т/с "Лучший город
Земли" 12+
16.50 Медосмотр 12+
18.30 Гамбургский счёт 12+
00.20 Группа "Цветы" 12+
02.50 Х/ф "Суворов" 0+

МИР

06.00, 08.50, 10.20 Т/с "Закон
и порядок" 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00
Новости
10.10 В гостях у цифры 16+
13.15 Дела судебные 16+
16.15 Приговор!? 16+
17.20 Т/с "Возвращение Мух-
тара-2" 16+
18.20 Всемирные игры раз-
ума 0+

ПЯТНИЦА, 21 февраля

19.15 Слабое звено 12+
20.10 X/ф "Неуловимые мстители" 6+
21.45 X/ф "Новые приключения неуловимых" 6+
23.30 Игра в кино 12+
00.15 Ночной экспресс 12+
01.20 Держись, шоубиз! 16+
01.45 X/ф "Крепкий орешек" 6+

ТВЦ

06.00 Настроение 0+
08.10 Д/ф "Нина Сазонова. Основной инстинкт" 12+
08.55, 11.50 X/ф "Семейное дело" 12+
11.30, 14.30, 17.50 События 16+
13.20 X/ф "Тень дракона" 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Тень дракона 12+
18.10 X/ф "Высоко над страхом" 12+
20.00 X/ф "Полицейский роман" 16+
22.00, 02.10 В центре событий 16+
23.10 Д/ф "Михаил Евдокимов. Отважись, худая жизнь!" 12+
00.20 X/ф "Не валяй дура-

ка..." 12+
03.10 Петровка, 38 16+

РОССИЯ К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.00 Новости культуры 12+
06.35 Пешком... 12+
07.05 Правила жизни 12+
07.35, 21.10 Д/с "Революции" 12+
08.30 Легенды мирового кино 12+
08.55 Красивая планета 12+
09.10 Т/с "Раскол" 16+
10.20 X/ф "Актриса" 0+
11.45 Больше, чем любовь 12+
12.30 Открытая книга 12+
13.00 Незабываемые голоса 12+
13.30 Д/ф "Честь мундира" 12+
14.10 Д/ф "Тоска по пониманию. Братья Стругацкие" 12+
15.10 Письма из провинции 12+
15.40 Энигма 12+
16.25 Т/с "Профессия - следователь" 12+

17.20 Мастера исполнительского искусства XXI века 12+

18.45 Царская ложка 12+
19.45 X/ф "На подмостках сцены" 0+
22.05 Линия жизни 12+
23.20 2 Верник 2 12+
00.10 X/ф "Мертвец идет" 12+
02.20 М/ф для взрослых 18+

ЗВЕЗДА

06.05 Специальный репортаж 12+
06.20, 08.20 X/ф "Контрудар" 12+
08.00, 13.00, 18.00, 21.15 Новости дня
08.55, 10.05 X/ф "Ждите связного" 12+
10.00, 14.00 Военные новости
10.35 Д/ф "Последний бой Николая Кузнецова" 12+
11.40, 13.20 X/ф "Форт Росс" 6+
14.10 X/ф "Акция" 12+
16.25, 18.40, 21.30, 03.45 Т/с "Государственная граница" 12+
23.10 Десять фотографий 6+
00.05 X/ф "Приказ" 12+
01.50 X/ф "Приказ" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 Д/с "Эффект Матроны" 16+
07.25 По делам несовершеннолетних 16+
08.25 Давай разведёмся! 16+
09.30 Тест на отцовство 16+
11.35, 03.25 Д/ф "Реальная мистика" 16+
12.40, 02.00 Д/ф "Понять. Простить" 16+
14.35, 01.30 Д/ф "Порча" 16+
15.05 X/ф "Стеклопанельная" 16+
19.00 X/ф "Полюби меня такой" 16+
23.10 Про здоровье 16+
23.25 X/ф "Забудь меня, мама!" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Д/ф "Вся правда про..." 12+
06.30 Ген победы 12+
07.00, 08.00, 09.05, 11.10, 13.15, 15.20, 16.45, 18.20, 19.55 Новости
07.05, 15.25, 16.50, 20.00, 01.05 Все на матч!

08.05 Биатлон. Чемпионат мира. Трансляция из Италии 0+
09.10, 11.15, 13.20 Футбол. Лига Европы. 1/16 финала 0+
15.55 Футбол. Международный турнир "Кубок Легенд". Россия - Турция. Прямая трансляция из Москвы
17.30 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. Бобслей. Женщины. 2-я попытка. Прямая трансляция из Германии
18.25 Все на футбол! Афиша 12+
19.25 Жизнь после спорта 12+
20.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. "Црвена Звезда" (Сербия) - ЦСКА (Россия). Прямая трансляция
22.55 Профессиональный бокс. "Время легенд". Прямая трансляция из Москвы
00.45 Точная ставка 16+
01.35 Футбол. Чемпионат Франции 0+

СУББОТА, 22 февраля

ПЕРВЫЙ

06.00 Доброе утро
09.00 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+
10.00, 12.00 Новости
10.15 К 75-летию Юрия Антонова. "От печали до радости..." 12+
11.15, 12.15 Видели видео? 6+
13.35, 16.35 Чемпионат мира по биатлону 2020 г. Эстафета. Прямой эфир из Италии
14.50 К юбилею Юрия Антонова 16+
17.50 Сегодня вечером 16+
21.00 Время
21.20 КВН 16+
23.20 Большая игра 16+
00.30 X/ф "Квадрат" 18+
03.05 На самом деле 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
08.00, 08.20 Местное время 12+
08.35 По секрету всему свету 12+
09.30 Пятеро на одного 12+
10.20 Сто к одному 12+
11.10 Смеяться разрешается 12+
13.40 X/ф "Двойная ложь" 12+
18.00 Привет, Андрей! 12+
20.00 Вести в субботу
21.00 X/ф "Маршруты любви" 12+
01.05 Т/с "Родина" 16+

НТВ

05.10 ЧП. Расследование 16+
05.35 X/ф "Антиснайпер. Выстрел из прошлого" 16+
07.25 Смотри 0+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 Готовим с Алексеем Зиминим 0+
08.45 Доктор Свет 16+
09.25 Едим дома 0+
10.20 Главная дорога 16+
11.00 Живая еда 12+
12.00 Квартальный вопрос 0+
13.00 Наш потребнадзор 16+
14.05 Поедем, поедим! 0+
15.00 Своя игра 0+
16.20 Следствие вели... 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
21.00 Звезды сошлись 16+
22.35 Международная пирамида 16+
23.25 Своя правда 16+
01.15 X/ф "Стреляющие горы"

16+
04.20 Битва за Крым 12+

ПЯТЫЙ

05.00 Т/с "Детективы" 16+
10.05 Т/с "След" 16+
00.00 Известия. Главное
00.55 Т/с "Временно недоступен" 12+

РЕН-ТВ

05.00 Невероятно интересные истории 16+
07.00 М/ф "Волки и овцы. Ход свиньей" 6+
08.20 М/ф "Князь Владимир" 0+
09.50 М/ф "Алеша Попович и Тугарин Змей" 12+
11.30 М/ф "Илья Муромец и Соловей-Разбойник" 6+
13.00 М/ф "Добрыня Никитич и Змей Горыныч" 0+
14.15 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк" 0+
16.00 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк 2" 0+
17.30 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк 3" 6+
19.00 X/ф "Форсаж" 16+
21.00 X/ф "Двойной форсаж" 12+
23.00 X/ф "Тройной форсаж. Токийский дрифт" 16+
01.00 Собрание сочинений 16+

ТНТ

07.00 ТНТ Music 16+
07.30 ТНТ. Gold 16+
09.00 Т/с "СашаТаня" 16+
11.00 X/ф "Самый лучший фильм" 18+
12.55 X/ф "Самый лучший фильм 2" 16+
14.35 X/ф "Самый лучший фильм 3-дз" 18+
16.40, 17.00, 18.00, 19.00 Комеди Клаб 16+
20.00 X/ф "Без границ" 12+
22.00 Женский Стендап 16+
23.05 Дом-2 16+
01.30 X/ф "Отличница легкого поведения" 16+
03.00 X/ф "Тело Дженифер" 16+

ОТР

05.05, 12.00 Большая страна 12+
06.00 Имено право! 12+
06.30 Фигура речи 12+
07.00 Служу Отчизне 12+

07.30 Легенды Крыма 12+
08.00 Д/ф "Пешком в историю. Новик" 6+
08.30, 18.30 Домашние животные 12+
09.00 X/ф "Александр Невский" 12+
10.45 Новости Совета Федерации 12+
11.00, 13.00, 15.00, 19.00 Новости
11.05 Потомки. Великие полководцы. Алексей Брусилов. Трагедия генерала 12+
11.30 Дом "Э" 12+
13.05 X/ф "Товарищ генерал" 6+
14.30 Большая страна 12+
14.45, 15.05 X/ф "Бесплодное хозяйство" 0+
16.15 Моя история 12+
17.00 Концерт "Во Тамани пир горой" 12+
19.20 Вспомнить всё 12+
19.50 Культурный обмен 12+
20.30 X/ф "У твоего порога" 16+
21.45 X/ф "Государственный преступник" 0+
23.25 Юбилейный концерт Дениса Майданова в Кремле 12+
01.30 X/ф "Исчезнувшие" 12+

МИР

06.00 Миллион вопросов о природе 6+
06.10 Союзники 12+
06.40, 07.50, 05.10 М/ф 6+
06.50 Такие разные 16+
07.20 Секретные материалы 16+
08.35, 02.35 Наше кино. История большой любви 12+
09.10 Слабое звено 12+
10.00, 16.00, 19.00 Новости
10.15 Как в ресторане 12+
10.45 Мировые леди 12+
11.25 X/ф "Крепкий орешек" 6+
13.05 X/ф "Неуловимые мстители" 6+
14.40, 16.15 X/ф "Новые приключения неуловимых" 6+
16.50, 19.15 X/ф "Корона Российской империи, или Снова неуловимые" 6+
20.00 Т/с "Щит и меч" 0+

ТВЦ

05.55 X/ф "Ключи от неба" 0+
07.30 Православная энциклопедия 6+
07.55 X/ф "Всадник без головы" 0+

10.30, 11.45 X/ф "Белые росы" 12+
11.30, 14.30, 23.45 События 16+
12.35, 14.45 X/ф "Отель счастливых сердец" 12+
16.55 Детектив на миллион 12+
21.00, 02.45 Постскрипты 0+
22.20, 03.45 Право знать! 16+
00.00 Приговор. Американский срок Япончика 16+
00.50 Удар властью. Человек, похожий на... 16+
01.35 Советские мафии 16+
02.15 Поганые правнуки славных прадедов 16+

РОССИЯ К

06.30 Библейский сюжет 12+
07.05 М/ф 12+
08.20 X/ф "На подмостках сцены" 0+
09.45, 15.50 Телескоп 12+
10.10 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфиоровым 12+
10.40 X/ф "Это случилось в милиции" 0+
12.05, 01.25 Д/ф "Шпион в снегу" 12+
13.00 Виктор Захарченко и Государственный академический кубанский казачий хор 12+
14.20 X/ф "Трембита" 0+
16.20 Д/ф "Парадная хореография страны Советов" 12+
17.00 Песня не прощается... 1976-1977 12+
18.25 X/ф "Адмирал Ушаков" 6+
20.10 Необъятный Рязанов 12+
22.00 X/ф "Вокзал для двоих" 0+
00.15 Маркус Миллер: Концерт в Лионе 12+
02.20 М/ф для взрослых 18+

ЗВЕЗДА

06.00, 08.15 Т/с "Государственная граница" 12+
08.00, 13.00, 18.00 Новости дня
09.00 Легенды цирка 6+
09.30 Легенды кино 6+
10.15 Д/с "Загадки века" 12+
11.05 Улика из прошлого 16+
11.55 Не факт! 6+
12.30 Крузи-контроль 6+
13.15 Специальный репортаж 12+
13.35 СССР. Знак качества 12+

14.25 Морской бой 6+
15.25 Д/ф "Маршалы Сталина. Георгий Жуков" 6+
16.10, 18.25 X/ф "Фронт без флангов" 12+
18.10 Задело! 12+
20.10 X/ф "Фронт за линией фронта" 12+
23.55 X/ф "Фронт в тылу врага" 12+
02.40 X/ф "Контрудар" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 X/ф "Проводница" 16+
08.30 Пять ужинов 16+
08.45 X/ф "Страшная красавица" 12+
10.45, 01.40 Т/с "По праву любви" 16+
19.00 Т/с "Великолепный век" 16+
23.45 X/ф "Исчезновение" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Прямая трансляция из США
07.00 Боевая профессия 16+
07.20 Дзюдо. Турнир "Большого шлема". Трансляция из Германии 0+
07.50 Все на футбол! Афиша 12+
08.50, 19.55 Футбол. Чемпионат Италии 0+
10.50, 14.55, 17.45, 18.45, 19.50, 21.55 Новости
11.00 Футбол. Чемпионат Германии. "Бавария" - "Падерборн" 0+
13.00, 15.00, 22.00 Все на матч!
13.25 Смешанные единоборства. АСА 104. Трансляция из Краснодара 16+
15.30 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. Россия-Франция. Прямая трансляция
17.55, 18.50 Футбол. Международный турнир "Кубок Легенд". Трансляция из Москвы 0+
22.55 Футбол. Чемпионат Испании. "Леванте" - "Реал" (Мадрид). Прямая трансляция
00.55 Профессиональный бокс. Прямая трансляция из Великобритании
02.00 Смешанные единоборства. Bellator. Прямая трансляция из Ирландии

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 23 февраля**ПЕРВЫЙ**

06.00, 10.00, 12.00 Новости
 06.10 Россия от края до края 12+
 07.05 Х/ф "Дачная поездка сержанта Цыбули" 12+
 08.25 Х/ф "Небесный тихоход" 0+
 10.15, 12.15 Великие битвы России 12+
 13.15 Лыжные гонки. Кубок мира 2019-2020 г. Мужчины. 30 км. Прямой эфир из Норвегии
 14.25, 16.50 Чемпионат мира по Биатлону 2020 г. Прямой эфир из Италии
 15.00 Вечер памяти Николая Караченцова в "Ленкоме" 12+
 17.40 Концерт, посвященный фильму "Офицеры"
 19.10 Х/ф "Офицеры" 16+
 21.00 Время
 22.00 Dance Революция 6+
 23.40 Х/ф "Гонка века" 16+
 01.35 На самом деле 16+

РОССИЯ 1

05.10 Х/ф "Генеральская снوخа" 12+
 08.35 Когда все дома 12+
 09.30 Устами младенца 12+
 10.20 Сто к одному 12+
 11.10 Всероссийский потребительский проект "Тест" 12+
 12.05 Х/ф "Злоумышленница" 18+
 15.50 Х/ф "Иван Васильевич меняет профессию" 6+
 17.50 Ну-ка, все вместе! 12+
 20.00 Вести недели
 22.00 Москва. Кремль. Путин 12+
 22.20 Праздничный концерт ко Дню защитника Отечества. Прямая трансляция из Государственного Кремлевского дворца
 01.30 Т/с "Родина" 16+

НТВ

05.20 Д/ф "Две войны" 16+
 06.00 Центральное телевидение 16+

08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня
 08.20 У нас выигрывают! 12+
 10.20 Первая передача 16+
 11.00 Чудо техники 12+
 11.55 Дачный ответ 0+
 13.00 Наш потребнадзор 16+
 14.10 Однажды... 16+
 15.00 Своя игра 0+
 16.20 Следствие вели... 16+
 19.35 Х/ф "Последний бой" 18+
 00.00 Х/ф "Матч" 16+
 02.15 Х/ф "Раскаленный периметр" 16+

ПЯТЫЙ

05.00 Т/с "Временно недоступен" 12+
 08.00 Светская хроника 16+
 09.00 Д/ф "Моя правда. Анастасия Мельникова" 16+
 10.00 Х/ф "Морозко" 0+
 11.40 Т/с "Условный мент" 16+
 22.05 Х/ф "Ворошиловский стрелок" 12+
 00.05 Х/ф "Отдельное поручение" 16+
 01.50, 02.35 Д/ф "Моя родная Армия" 12+

РЕН-ТВ

05.00 Задорнов. Мемуары 16+
 05.15 Задорнов детям 16+
 06.50 Апельсины цвета беж 16+
 07.45 Прямой эфир. Бокс. Бой за звание чемпиона мира в тяжелом весе 16+
 09.00 М/ф 6+
 18.30 Х/ф "Форсаж 4" 16+
 20.30 Х/ф "Форсаж 5" 16+
 23.00 Прямой эфир. Спецпроект. Турнир WTKF. Бой в супертяжелом весе 16+
 01.00 Русский для коекакеров 16+

ТНТ

07.00 ТНТ. Gold 16+
 09.00 Т/с "СашаТаня" 16+
 11.00 Перезагрузка 16+
 12.00 Х/ф "Без границ" 12+
 14.00 Т/с "Полярный" 16+
 21.00 Концерт Руслана Белого 16+
 22.00 Stand up 16+
 23.00 Дом-2. Город любви 16+
 01.05 Такое кино! 16+
 01.35 ТНТ Music 16+
 01.55 Х/ф "100 вещей и ничего лишнего" 18+

ОТР

04.45 Х/ф "У твоего порога" 16+
 06.00 Потомки. Великие полководцы. Алексей Брусилев. Трагедия генерала 12+
 06.30 За строчкой архивной... 12+
 07.00 Служу Отчизне 12+
 07.30 Легенды Крыма 12+
 08.00 Д/ф "Несломленный нарком" 12+
 09.00 Х/ф "Суворов" 0+
 10.45 Большая страна 12+
 11.00, 13.00, 15.00 Новости
 11.05, 23.55 Концерт к 75-летию Московского суворовского военного училища 12+
 12.00, 13.05 Х/ф "Красная площадь" 12+
 14.20, 20.10 вспомнить всё 12+
 14.45, 15.05 Х/ф "Небесный тихоход" 0+
 16.15 Д/ф "Василий Меркуров. Невыносимая легкость бытия..." 12+
 17.00 Юбилейный концерт Дениса Майданова в Кремле 12+
 19.00 Отражение недели
 19.45 Моя история 12+
 20.30 Х/ф "Исчезнувшие" 12+
 00.50 Отражение недели 12+

МИР

06.00 Миллион вопросов о природе 6+
 06.15 Беларусь сегодня 12+
 06.50, 05.00 М/ф 6+
 07.50 Кульп/туризм 16+
 08.20 Еще дешевле 12+
 08.55 Всемирные игры разума 0+
 09.25 Фазенда Лайф 6+
 10.00 Новости
 10.15 Х/ф "Горячий снег" 6+
 12.25 Х/ф "Фронт без флангов" 12+
 16.00 Погода в мире
 16.15, 19.30 Х/ф "Фронт за линией фронта" 12+
 18.30, 00.00 Вместе
 21.00 Х/ф "Фронт в тылу врага" 12+
 01.00 Х/ф "Белорусский вокзал" 0+

ТВЦ

05.15 Х/ф "Два капитана" 0+
 07.00 Здравствуй, страна героев! 6+
 08.00 Х/ф "Проступить к ликованию" 0+
 10.35 Д/ф "Евгений Весник. Обмануть судьбу" 12+
 11.30, 21.00 События 16+
 11.45 Х/ф "Солдат Иван Бровкин" 0+
 13.45 Х/ф "Иван Бровкин на целине" 12+
 15.40 Мужской формат 12+
 17.00 Х/ф "Домохозяин" 12+
 21.15 Приют комедиантов 12+
 23.15 Д/ф "Борис Щербаков. Вечный жених" 12+
 00.00 Х/ф "Жених из Майами" 16+
 01.30 Х/ф "Высоко над страхом" 12+

РОССИЯ К

06.30 М/ф 12+
 08.00, 00.55 Х/ф "Старинный водевиль" 0+
 09.10 Обыкновенный концерт 12+
 09.40 Мы - грамотеи! 12+
 10.20 Х/ф "Адмирал Ушаков" 6+
 12.05, 00.15 Диалоги о животных 12+
 12.45 Другие Романовы 12+
 13.15 К 75-летию Великой Победы 12+
 14.50 Х/ф "Солнце светит всем" 0+
 16.30 Картина мира 12+
 17.10 Линия жизни 12+
 18.05 Романтика ромansa 12+
 19.05 Х/ф "Корабли штурмуют бастионы" 6+
 20.35 Х/ф "Последний парад "Беззаветного" 12+
 21.15 Х/ф "Это случилось в милиции" 0+
 22.45 Х/ф "Трембита" 0+
 02.00 Искатели 12+
 02.45 М/ф для взрослых 18+

ЗВЕЗДА

06.00 Х/ф "Горячий снег" 6+
 08.00, 02.30 Д/ф "Панфиловцы. Легенда и быль" 12+
 09.00 Новости недели
 09.25 Служу России 12+
 09.55 Военная приемка 6+
 10.45 Д/с "Оружие Победы" 6+

11.10 Д/с "Непобедимая и легендарная" 6+
 18.00 Главное
 19.25, 20.10, 21.05 Кремль-9 12+
 23.20 Фетисов 12+
 00.05 Х/ф "Шел четвертый год войны..." 12+
 01.45 Д/ф "Последний бой Николая Кузнецова" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 Х/ф "Дело было в Пенькове" 12+
 08.25 Х/ф "Забудь меня, мама!" 16+
 10.20 Х/ф "Полюби меня такой" 16+
 14.20, 19.00 Т/с "Великолепный век" 16+
 23.55 Про зоррове 16+
 00.10 Х/ф "Страшная красавица" 12+

МАТЧ-ТВ

06.00 Бобслей и скелетон. Чемпионат мира. Трансляция из Германии 0+
 06.45 Спортивная гимнастика. Кубок мира. Трансляция из Австралии 0+
 07.30, 00.55 Дзюдо. Турнир "Большого шлема". Трансляция из Германии 0+
 08.00 Регби. Чемпионат Европы. Мужчины. Россия - Португалия 0+
 10.00, 11.50, 17.15, 21.55 Новости
 10.10, 11.55 Биатлон. Чемпионат мира. Эстафета. Трансляция из Италии 0+
 13.35, 22.00 Все на матч!
 13.55, 22.55 Футбол. Чемпионат Испании. Прямая трансляция
 15.55 Футбол. Международный турнир "Кубок Легенд". Финал. Прямая трансляция из Москвы
 16.45 Жизнь после спорта 12+
 17.25 Баскетбол. Чемпионат Европы-2021 г. Мужчины. Отборочный турнир. Прямая трансляция
 19.55 Футбол. Чемпионат Италии. Прямая трансляция
 01.55 Футбол. Чемпионат Германии 0+

Особенности хранения семенного картофеля

Семенной картофель в течение осенне-зимнего периода необходимо сохранить не только без потерь, но и без ухудшения посевных и урожайных качеств. Очень важно обеспечить правильное хранение семенного картофеля.

Даже убранный в сухую погоду и хорошо просушенный картофель нельзя сразу закладывать на хранение: он нуждается в карантинном периоде, когда здоровые клубни дозревают, а больные становятся хорошо заметны, и их можно отбраковать. Лечебный период длится 40 - 45 дней. В течение этого времени температура в хранилище постепенно снижается с 15 - 17°C до 3°C. По окончании лечебного периода семенной материал вновь внимательно осматривают и выбраковывают испорченные клубни. Чтобы усилить иммунитет семян картофеля, их можно опрыскать химическим препаратом фунгицидного действия или слабым раствором медного купороса (2 г на 10 л воды). Обработанный фунгицидом картофель перед закладкой на хранение необходимо высушить.

Клубни семенного картофеля могут храниться долго. Такое качество обеспечивается способностью клубней после уборки вступать в состояние глубокого покоя. У разных сортов она разная. Хра-

нение семенного картофеля происходит в зимнее время. Семенной картофель хранят по сортам, не смешивая с продовольственным.

Во время хранения картофель дышит, выделяет тепло, углекислоту и влагу, которые накапливаются в избытке и могут вызвать порчу клубней. Картофель портится от недостатка кислорода в хранилище. Очень важно поддерживать оптимальную температуру и влажность в период хранения семенного картофеля.

Семенной картофель лучше всего сохраняется при 1-4°C тепла и влажности воздуха 65-70%. При температуре близкой к нулю, содержащийся в клубнях крахмал превращается в сахар, который в свою очередь накапливается, благодаря чему они приобретают сладкий вкус. Повышение или уменьшение температуры во время хранения приводит к увеличению потерь. Если хранить картофель при температуре от 0 до -1°C, то посадочный материал теряет семенные качества. При температуре выше 5°C развиваются различные болезни и клубни преждевременно прорастают. Гниению и прорастанию способствует также слишком сырой воздух. Вредна и чрезмерная сухость воздуха - клубни при этом становятся сморщенными, вялыми. Воздух в помещении, где хранится картофель, должен

быть свежим и чистым. Для устранения излишней сырости и сухости воздуха помещение следует чаще проветривать.

Если картофель будет храниться в подвале или погребе, помещение должно быть тщательно очищено, стены побелены известью, а пол засыпан чистым песком. Можно хранить картофель и в ящиках с решетчатым дном, но ни в коем случае не в мешках. Ящик ставят не прямо на пол, а на бруски, чтобы снизу был доступ воздуха.

Слой картофеля при хранении не должен превышать 1 м. Держать семена картофеля надо в наиболее прохладном, но непромерзающем месте и чем-нибудь прикрыть от действия света. Свет портит вкусовые качества клубней и способствует образованию в них соланина.

На длительное хранение следует закладывать только хорошо просушенные и тщательно отобранные, здоровые клубни семенного картофеля. Находящийся в хранилище картофель нужно просматривать и удалять больные клубни.

Соблюдение этих простых правил поможет сохранить картофель, семенные качества которого позволят дать стабильный урожай на будущий год.

Н. Волкова,
 отдел государственного
 фитосанитарного надзора,
 семенного контроля, контроля качества
 и безопасности зерна