

ТОЧНАЯ ПРОГРАММА спутникового, кабельного (67 каналов + 10 спортивных каналов) и республиканского (11 каналов) телевидения с 6 по 12 апреля, адаптированная к местному времени

МИРОВОЕ ТВ

ГАЗЕТА ПРО
СПУТНИКОВОЕ
ТЕЛЕВИДЕНИЕ:

- транспондерные новости
- помощь в настройке
оборудования
- новые технологии

N13 (934)

1 апреля 2026 года

Выходит по средам



В НОМЕРЕ:

TV ОБЗОР

2

ГОЛОС КАК У ОТЦА,
ОБАЯНИЕ ОТ ДЕДУШКИ:
ВНУК ИЛЬИ
ОЛЕЙНИКОВА И СЫН
ДЕНИСА КЛЯВЕРА
ПОКОРЯЕТ КИНО

TV НОВОСТИ

3

ЯНКОВСКИЙ И ЭРНСТ
ПРИСОЕДИНИЛИСЬ
К СЕРИАЛУ «МОСГАЗ.
ДЕЛО №12»: ЧТО НА
ЭТОТ РАЗ РАССЛЕДУЕТ
МАЙОР ЧЕРКАСОВ?

ЗА КАДРОМ

5

ДУЭЙН ДЖОНСОН
СПАСАЕТ МИР
В ТИЗЕР-ТРЕЙЛЕРЕ
ФИЛЬМА «МОАНА»

КУЛИНАР

22

ГОТОВИМ ВКУСНО
И РАЗНООБРАЗНО

МИР СОВЕТОВ

23

10 ЛАЙФХАКОВ
ДЛЯ ТЕХ, КТО ВЕЧНО
НЕ УСПЕВАЕТ: НАЙТИ
ВРЕМЯ НА ВСЕ

НА ДОСУГЕ

СКАНВОРД



16+



МИХАИЛ ГАЛУСТЯН:
«ЛЮБОВЬ СПОСОБНА
ИСПРАВИТЬ ЧЕЛОВЕКА»

4

ГОЛОС КАК У ОТЦА, ОБАЯНИЕ ОТ ДЕДУШКИ: ВНУК ИЛЬИ ОЛЕЙНИКОВА И СЫН ДЕНИСА КЛЯВЕРА ПОКОРЯЕТ КИНО

Внук Ильи Олейникова и сын Дениса Клявера готов покорять мир кино! Тимофей опубликовал актерскую визитку, которая сразу привлекла внимание множества пользователей Сети.

Сын исполнителя, не скрывая уверенности, рассказал о своих достоинствах, включая значительные успехи в спорте. «Привет, я Тимофей Клявер, мне 24. Дело не в том, что я восемь лет назад выиграл чемпионат мира по тхэквондо, стал мастером спорта и отслужил в армии.

Дело даже не в том, что я внук Ильи Олейникова и сын Дениса Клявера, хотя дедушку и отца очень люблю и считаю их большими артистами. А в том дело, что я окончил школу-студию Льва Додина, поступил в труппу Губернского театра Сергея Безрукова, мечтаю о кино и верю, что кино тоже мечтает обо мне. Мы просто еще не встретились. А пора бы», - заявил Тимофей.

Увидев ролик, девушки буквально полпыли! В комментариях они сразу пообещали Кляверу, что о фан-клубе можно не переживать - он уже пополнился сотнями, а то и тысячами поклонниц. Многие начали гадать, в каких проектах хотели бы увидеть харизматичного сына певца.

«Девочки 30+ обещают посмотреть все фильмы и сериалы с тобой! Удачи и огромного успеха в киноиндустрии»; «Удачи, дорогой потомственный артист! Гены еще ни-



кто не отменил! У вас все получится - мечты должны сбываться!; «Какой красивый внук у Ильи Олейникова! А голос!»;

«Я прям вижу вас в «Онегине». Очень яркий и харизматичный тип личности у вас... Выбирайте сложные и непростые роли - все обязательно получится»; «Достойный внук своего деда»; «Голос отцовский, а харизма прямо от дедушки!»; «Обаяние и талант искрят в ваших глазах»; «Удачи, Тимофей! Ждем в кино», - восхищаются они.

Сейчас Тимофей носит короткую стрижку, хотя в прошлом году у него были чуть более длинные волосы. Пользователи Сети отмечали, что он поразительно похож на Лукаса из сериала «Клон». Так что роль

героя-любownika ему, похоже, обеспечена - остается только узнать, какие образы он еще примерит в будущем.

Денис Клявер признавался, что радуется за сына - он видит, как горят его глаза, а это значит, что Тимофей на своем месте и актерство действительно его призвание. Певец уверен, что и его покойный отец был бы горд таким внуком. «Дед не просто бы гордился внуком - он горд и сейчас! Я вижу, как папа помогает нам, став нашим ангелом-хранителем. Совсем недавно было 12 лет с тех пор, как папы с нами нет, как он, выражаясь словами батюшки, «шагнул в вечность», - говорил он в интервью Metro.

СЛАВА КОПЕЙКИН ИЗЛИЛ ДУШУ: «СТОЯЛ В ВАННОЙ И РЫДАЛ ОТ ТОГО, ЧТО ПОНЯЛ, НАСКОЛЬКО СИЛЬНО БОЮСЬ БУДУЩЕГО»

На первый взгляд кажется, что сейчас жизнь Славы Копейкина идеальна: популярность, яркие проекты, внимание фанатов. Но за улыбкой скрывается совсем иная реальность - полная страхов, сомнений и внутренних переживаний.



В недавнем интервью 27-летний Слава признался, что не все так радужно, как видится со стороны. «Я разрыдался. Просто стоял в ванной, смотрел на себя в зеркало, рыдал от того, что понял, насколько сильно боюсь будущего и смерти. Если раньше можно было предположить, то сегодня я вообще не могу представить, что будет через год. Это так пугает. Я расплакался от ужаса экзистенциального», - поделился актер на шоу «Дримкаст» в VK Видео.

Кроме того, Копейкин переживает из-за ролей, которые сейчас получает. Парень доволен, что у него есть работа, но он понимает - еще есть куда расти как ему, так и режиссерам.

«Я словил себя в депрессивном эпизоде. Из-за того, что смотрел сериал «Очень странные дела» - мне безумно нравилось, а потом приехал на смену, смотрю и такой: что мы тут делаем? Когда я вижу, как может быть, как можно снимать, у меня начинается в голове: это из-за нехватки денег, или из-за неумения, или из-за чего? Я хочу так же, а так же не могу. Сажу и ничего не могу сделать. Мы упираемся в то, что по-старому нельзя, а по-новому не научились», - рассуждает звезда сериала «Слово пацана. Кровь на асфальте».

Слава отлично осознает, что повторить успех криминальной драмы Жоры Крыжовникова вряд ли получится в ближайшие годы.

«Я понимаю, что успех, который мы совершили, не повторить, я понимаю, что и не нужно повторять. Но ты все время думаешь о том, что нужно догнать самого себя. Из-за этого есть неуверенность, выбирать проекты сложно, не всегда берут, ты сталкиваешься с тем, что интерес падает - немножко в бреду постоянно...» - сказал Копейкин.

При этом в театре молодой человек себя не видит. Дело в том, что первый выход на профессиональную сцену, который должен был стать важным шагом в карьере, обернулся настоящим испытанием. «С театром история сложная: у меня не было спектаклей, которые бы я играл в удовольствие. Это были редкие случаи, и то только студенческие. А мой первый спектакль в жизни был сразу же на театральной сцене, это было психологическое насилие со стороны режиссера. Это такой опыт, который не остается в памяти как светлое воспоминание», - заключил артист.

БАТАЛОВ - ПОТОМОК ПОЛЬСКОГО КОРОЛЯ, А ОТ СТРАДАЮЩЕЙ ДЦП ДОЧКИ МАРИИ СБЕГАЮТ СИДЕЛКИ: СЛУХИ О ЗВЕЗДНОЙ СЕМЬЕ

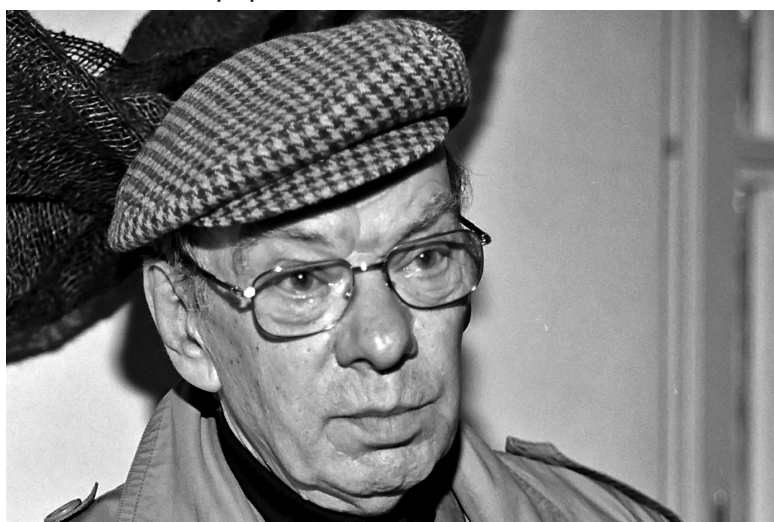
В студии «Пусть говорят» продолжается обсуждение судьбы Марии Баталовой, дочери легендарного Алексея Баталова и Гитаны Леонтенко, которая скончалась несколько недель назад. Недавно всплыли новые подробности о семье.

На Первом канале снова собрались представители семьи Баталова. После откровений старшей дочери актера Надежды, которая отказалась от многомиллионного наследства в пользу сестры Марии, многие задаются вопросом: сможет ли та жить самостоятельно и справляться с повседневными бытовыми заботами?

Мария родилась с неуверительным диагнозом «ДЦП». Ранее ее поддерживали именитые родители, но после их смерти Баталова осталась совсем одна. Многочисленных поклонников Алексей Владимировича очень печалит этот факт - за Машу переживает вся страна. Но Надежда подчеркивает, что, во-первых, Марию никто не оставит одну, а во-вторых, звездная наследница вполне дееспособна - она работает с текстами в специальной редакторской программе, научилась справляться с нехитрым бытом, даже подписывает многие документы.

Слова Надежды подтвердила и бывшая сиделка Баталовой. В Сети ходят слухи, что с дочкой легендарного советского актера тяжело ужиться из-за ее непростого характера, но это все домыслы.

«Маша настолько здравомыслящий и эмоциональный человек, вы не представляете. Она очень многое умеет и знает - мы с ней столько общались! Столько книг, сколько она, не прочел никто! И ее очень обижают слова о том, что она чего-то не может», - сказала сиделка Марии в



эфире «Пусть говорят».

Однажды у нее со звездной наследницей состоялся доверительный разговор. Оказывается, Марии предлагали разные варианты дальнейшего проживания, чтобы та была не одна, но она отвергла все. «Только я буду решать, как мне жить дальше», - сказала дочь Баталова.

Она ни в коем случае не чувствует себя брошенной - работает и обеспечивает себя сама, плюс от родных ей досталось солидное наследство почти в 500 миллионов рублей, которое работает на нее. Так, сдача двух квартир в аренду приносит женьшине хороший доход.

В эфире Первого канала раскрыли неожиданную тайну, о которой не знали даже близкие родственники. Выяснилось, что Алексей Баталов - прямой потомок польского короля Станислава Августа Понятовского. Услышав это, его дочь Надежда в шутку спросила: «Так я принцесса?» А затем она рассказала зрителям занятную историю.

«Моя бабушка Нина Ольшевская

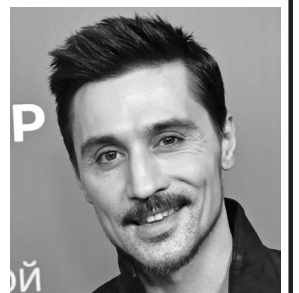
вместе с родителями приехала из Польши, они имели дворянские корни. Дед, небогатый шляхтич, женился на родовой польке. А бабушкин двоюродный дед вообще имел исконно аристократические корни. Их род аж от Державина идет.

У бабушки был брат Анатолий Антонович, на которого папа был очень похож внешне, а также пластикой, манерами. Так вот он, будучи огромным фантазером, и придумал эту историю о зазером побеге из Польши, преследованиях и выгодной женитьбе деда на аристократке», - рассказала семейную историю Надежда Баталова.

Бабушка часто посмеивалась, рассказывая об этом. Баталов, как артистичная натура, подхватил семейную легенду. Однажды, беседуя с дочкой, он сказал: «Во мне восьмая часть польской крови». На самом же деле Алексей Владимирович никогда не хвастался своими корнями и всегда оставался скромным человеком.

САУНА, ЧЕТЫРЕ ТУАЛЕТА И ЦЕННЫЕ ПОРОДЫ ДЕРЕВА: БИЛАН ПРОДАЕТ СВОЙ КОТТЕДЖ В ЭЛИТНОМ ПОСЕЛКЕ ЗА 250 МИЛЛИОНОВ

Дима Билан сообщил, что недавно купил новый особняк, который назвал домом своей мечты. Правда, для этого ему пришлось взять ипотеку. Теперь певец избавляется от старых объектов недвижимости с целью быстрее погасить долги.



Дима Билан признался, что не очень хорошо разбирается в юридических нюансах, поэтому ипотеку он называет ссудой. Он взял заем у банка на новый дом в Подмоскowie, но не ожидал, что регулярные платежи будут такими огромными.

Чтобы оставалось и на безбедную жизнь, артист уже продал один дом, а теперь взялся за коттедж, в котором жил последние годы. Он находится в элитном поселке «Монтевилль» на берегу Истры. Объявление уже появилось на сайте риелторской компании, причем дом Билана не самый дорогой - есть предложения и за 500, и даже за 750 миллионов.

Кстати, потенциальному покупателю Билан уже сделал скидку - изначально цена коттеджа составляла 270 миллионов, но сейчас его можно приобрести за 250 миллионов. Учитывая площадь в 440 метров, получается, что за «квадрат» нужно заплатить более 550 тысяч рублей.

Что же получит будущий покупатель за такие деньги? Участок в 16 соток с ландшафтным дизайном, где предусмотрено несколько обширных зон, в том числе и для барбекю. Сам дом состоит из двух этажей - на первом гараж с двумя машиноместами, также имеется своя котельная, прихожая, холл, основная кухня, рабочая кухня, спальня с сауной, а рядом с ними постирочная. На втором этаже расположены три спальни, каждая из которых имеет свой санузел, гардеробные и лоджии.

Вот что пишут о доме риелторы. «Двухэтажный коттедж 440 метров расположен на приватном лесном участке 16,5 сотки. Панорамные окна и стеклянные ограждения балкона создают ощущение легкости и открытости, заполняя интерьеры естественным светом. Внутри дизайнерский ремонт, который продолжает общую концепцию дома, установлен стильный подвесной дровяной камин. Уникальное пространство со вторым светом, где отсутствие части перекрытий между первым и вторым этажами создает эффект простора и величия, наполняет помещения естественным светом», - говорится в объявлении.

Судя по просмотрам на сайте, объект Билана пользуется интересом. Однако многие считают, что сейчас на рынке недвижимости непростые времена. Премиальный сегмент требует особого внимания. Люди будут тщательнее выбирать дома или строить их самостоятельно, чтобы сэкономить.

ПУГАЧЕВА НЕ СМОГЛА ПРОДАТЬ ЗАМОК В ДЕРЕВНЕ ГРЯЗЬ БЕЗ ГАЛКИНА, ПОЭТОМУ ОФОРМИЛА ЕГО НА 12-ЛЕТНИХ ДЕТЕЙ

Алла Пугачева пыталась избавиться от элитной недвижимости в деревне Грязь. Говорят, что за замок просили 1 млрд рублей, но никто не захотел связываться в эту авантюру.



Теперь, чтобы сохранить замок, Алла Борисовна и ее супруг придумали хитрую схему - переоформили часть недвижимости на 12-летних Гарри и Лизу. У наследников знаменитой фамилии теперь по 1/6 доли особняка в деревне Грязь.

Эксперты считают, что на такой шаг супружеская пара пошла из страха потерять дом. Пока у них нет возможности переоформить все на Аллу Борисовну, ведь в таком случае потребуется личное присутствие ее мужа-иноагента, а для него это чревато негативными последствиями. Теперь же, когда замок принадлежит еще и детям, какие-либо сторонние сделки с данной недвижимостью станут проблематичны. Кстати, владельцы исправно оплачивают коммуналку и налоги, а за состоянием дома следит специальный персонал.

Двойняшки вместе с родителями живут на Кипре. Звездная семья переехала туда после начала вооруженного конфликта в Израиле, там у них, по слухам, есть элитная недвижимость. Лето знаменитости обычно проводят в прохладной Юрмале.

Инсайдеры рассказывали, что Алла Борисовна тайно приезжала в Россию, чтобы продать элитную недвижимость за миллиард рублей. Однако никто не решился на сделку. Также писали, что Примадонна хотела лично встретиться с высокими чинами, чтобы снять с мужа статус иноагента, но так и уехала ни с чем.

Активисты часто призывают признать и Пугачеву иностранным агентом. Однако Минюст уже несколько раз сообщал об отсутствии оснований для этого шага. В отличие от мужа, певица не делала громких негативных заявлений о России.

ВДОВА РОМАНА ПОПОВА ПОЛГОДА ПРОДАЕТ ДОМ ЗА 47 МИЛЛИОНОВ, КОТОРЫЙ УМЕРШИЙ ОТ РАКА АКТЕР СТРОИЛ ДЛЯ СЕМЬИ

28 октября 2025 года ушел из жизни Роман Попов, известный широкой публике по роли Мухича в сериале «Полицейский с Рублевки». Он долго боролся с раком мозга. Сейчас его жена пытается продать дом, который актер строил для семьи.



Когда Роман Попов узнал, что болезнь вернулась, в семье сразу встал вопрос о финансах. Лечение предполагалось затратное - и супруги пришли к решению продать загородный дом, который актер строил для их большой семьи. Коттедж в Подмосковье тогда стоил 50 миллионов рублей.

Когда звезда «Полицейского с Рублевки» умер, его друзья надеялись, что вдова оставит семейное гнездышко. Но она призналась, что не сможет содержать большой коттедж на свою зарплату, ей ведь еще надо поднимать троих детей. Поэтому Юлия не отказалась от продажи недвижимости.

Дом пока не продан, сообщила риелтор Юлия Юсова. Она отметила, что на рынке много выгодных предложений, но спрос на дорогостоящую недвижимость пока не так высок, как хотелось бы семье Попова.

Цена уже снижена до 47 миллионов рублей, но даже это не гарантирует быстрой продажи. Один из главных минусов таунхауса в отсутствие большого участка. За эту же сумму в ближайшем Подмосковье можно найти дом с 10 сотками. Нельзя исключать фактор семьи - ведь все знают, что владельцем недвижимости был Роман Попов.

«История вокруг продажи дома Романа Попова, безусловно, эмоционально тяжелая. На практике такие факторы действительно иногда влияют на восприятие объекта, но они почти никогда не становятся решающими. В дорогой недвижимости покупатели в первую очередь смотрят на цену, формат дома и конкуренцию на рынке. Снижение цены на несколько миллионов рублей не всегда ускоряет продажу.

Если объект изначально выходит на рынок выше ожиданий покупателей, то даже дисконт может не изменить ситуацию кардинально. История семьи может создавать дополнительный эмоциональный барьер для части покупателей, особенно когда речь идет о доме для жизни», - поделилась риелтор.

Дом расположен в шести километрах от МКАД, что делает его удобным для посещения музея-усадьбы «Архангельское». На первом этаже гостиная, санузел, гараж и терраса. Второй и третий этажи включают пять спален, три из которых имеют собственные санузлы. Предусмотрен отдельный балкон с выходом на крышу.

Юлия Попова сейчас проходит сложный этап. У нее трое детей: 15-летний Федор, 12-летняя Елизавета и 7-летняя Марта. Работая учительницей, она не может содержать большой дом и обеспечивать семью. Поэтому было решено продать коттедж и купить квартиру.

ТРАНСПОНДЕРНЫЕ НОВОСТИ

Спутник	Канал	Кодировка	Частота, SR, FEC
EUTELSAT 36C,D, 36° в.д.	'Мой Мир' появился в пакете «НТВ Плюс» на 12437 R	DVB-S2 / 8PSK, MPEG-4, Viaccess	sr 27500, fec 3/4
AzerSpace 1, 46° в.д.	'Equalympic TV' ушел с 11094 H		
ABS 2 / 2A, 75° в.д.	'Хоккей ТВ HD', 'Мяч HD', 'O! (0ч)', 'Победа', 'Shopping Live', 'Torre Ricca', 'ТВ Спорт HD', 'Ювелирочка', 'Ювелиртрейд' ушли с 12040 V		

Получить информацию по частотам спутниковых телеканалов вы можете по телефону + 7 701 516 63 60

ЯНКОВСКИЙ И ЭРНСТ ПРИСОЕДИНИЛИСЬ К СЕРИАЛУ «МОСГАЗ. ДЕЛО №12»: ЧТО НА ЭТОТ РАЗ РАССЛЕДУЕТ МАЙОР ЧЕРКАСОВ?



Поклонники не сомневались в том, что за успешным 11-м сезоном последует продолжение. И вот, наконец, стало известно, что съемочная группа приступила к работе над эпизодом «Мосгаз. Дело №12». К уже полюбившимся героям присоединятся персонажи Филиппа Янковского и Софьи Эрнст.

В Москве начались съемки 12-го сезона популярного ретро-детектива «Мосгаз». Команде профессионалом во главе с майором Черкасовым предстоит расследовать череду убийств, связанных с автомобильной мафией. Задача перед полюбившимися героями стоит непростая: узнать, кто стоит за гибелью невинных людей, почему преступники не боятся полиции и кто их защищает.

Кресло режиссера вновь занял Евгений Звездаков, который снимал три предыдущих сезона (речь идет о сериях «Мосгаза» с подзаголовками «Последнее дело Черкасова», «Метроном» и «Розыгрыш»). Над сценарием работал Павел Тетерский, который писал для проекта «Троцкий», «Хороший человек» и «Резервация». Про-

дюсерами выступили Константин Эрнст и Денис Евстигнеев.

Известно, что в новом сезоне появятся новые звезды. Создатели вводят персонажей, которых сыграют Филипп Янковский, Софья Эрнст, Павел Скворцов, Полина Гухман, Елена Подкаминская.

Андрей Смоляков воодушевлен началом работы над новым сезоном. Он уже много лет исследует личность майора Черкасова, пытается найти в своем герое новые краски. При этом актер подчеркивает, что своим героем у него мало общего. «Да нет, это не мое второе «я». Такова моя профессия изображать каких-то героев. Мне это нравится», - отмечает Смоляков.

Интересно, что несколько раз этот персонаж попадал в топ персонажей, обожаемых женщинами, что удивляет исполнителя главной роли. «А мне кажется, все пишут, что я старый и похож на обезьяну. И очень странно, что Черкасова любят женщины и находятся с ним рядом», - говорил он Первому каналу перед стартом съемок.

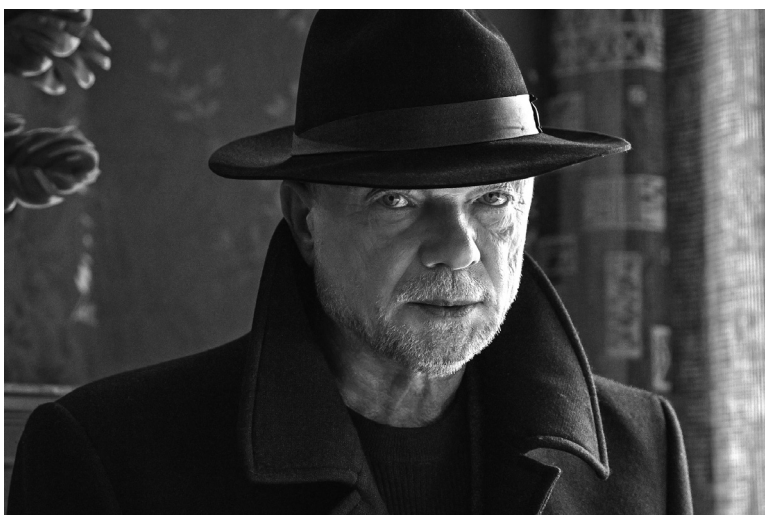
Напомним, не так давно соцсети бурлили, когда начались съемки нового сезона «Мосгаза», на-

званного «Последнее дело майора Черкасова». Ходили слухи, что любимого героя либо убьют, либо он уйдет на покой. Когда Андрея Смолякова спрашивали об этом, он загадочно отвечал: «Ну что я могу сказать, в названии фильма все сказано». Однако в итоге все разрешилось благополучно, и главный герой вернулся.

Поклонники приятно удивлены тем, как гармонично в сериал вписались герои Андрея Мерзликина и Марины Александровой. Актриса регулярно получает сообщения от фанатов с вопросом, когда же ее Соня Тимофеева появится на телеэкранах в новых сериях долгоиграющей криминальной истории.

«Этот проект для меня уже как родной человек, которого любишь просто так. Он прочно вошел в мою жизнь, и я его искренне люблю. Такова, видимо, моя актерская судьба: все проекты, в которых я участвую, находят продолжение. Значит, зрителям я безразлична. Наверное, это главная награда, которую мне довелось получить», - делится Александрова.

Новый сезон в 2026 году эксклюзивно покажет онлайн-кинотеатр Okko, а затем сериал выйдет на Первом канале. По предварительным данным, премьеру можно ожидать в конце осени - начале зимы.



САМЫЙ ТЁПЛЫЙ УГОЛЬ
 • ДОСТАВКА УГЛЯ
 • ШУБАРКОЛЬ
 • КУЗНЕЦКИЙ
 • КУМЬСКУДУН
 • САТ/КОМИР ШЛАМ ЗИЛ до 6тн тонн
 КАЧЕСТВО, ЭЛЕКТРОННЫЕ ВЕСЫ
 Тел: 8-703-901-6156, 8-777-343-64-06

МИХАИЛ ГАЛУСТЯН: «ЛЮБОВЬ СПОСОБНА ИСПРАВИТЬ ЧЕЛОВЕКА»



1 апреля в кино выходит комедийный фильм «Королек моей любви». Главные роли исполнили Демис Карибидис и Михаил Галустян. «СтарХит» поговорил с Михаилом и узнал, что он думает о своем герое и верит ли в силу любви для искупления.

В фильме «Королек моей любви» Михаил Галустян предстанет в неожиданном амплуа - в роли харизматичного злодея Шамара. Актер рассказал «СтарХиту», как создавал образ, на что, по его мнению, способна любовь, почему верит в искупление даже для самых опасных героев и чем его собственная «темная сторона» помогла в работе над ролью.

Михаил, расскажите о своем герое. Какое было первое впечатление, когда услышали его историю и какое оно сейчас?

Мое отношение к персонажу не менялось. Я, едва ознакомившись со сценарием, понял, что я фанат Шамара. А далее, по ходу работы над образом, старался, чтобы он был максимально не похож на Михаила Галустяна. Грим подбирали тщательно, вплоть до цвета линз. Поэтому я очень много вложил в этот образ, большую работу проделал. Считаю, что зритель полюбит Шамара, несмотря на то, что он все же злодей в лучших традициях Болливуда.

Как вы думаете, человек становится преступником из-за выбора или обстоятельств? И где в этом Шамар?

Я думаю, что преступником человека делает выбор, который тот совершает исходя из тех или иных обстоятельств. То есть у каждого злодея своя история, как и у Шамара. Его историю вы увидите в фильме.

Верите ли вы в то, что даже у самого опасного человека есть шанс на искупление?

Верю. Особенно если речь об Индии, там всегда есть место карме. В жизни не бывает исключительно положительных или исключительно отрицательных героев. А вот в сказках встречается. А «Королек моей любви» - это своего рода сказка.

И все-таки вся страна ассоциирует вас с добрыми и веселыми персонажами. Есть ли у вас внутренняя «темная сторона», которую вы обычно прячете, но которая помогла в работе над этим образом?

А у кого же ее нет? И у вас есть темная сторона! Но, думаю, что в работе над ролью мне все же помогла тщательная подготовка и проработка образа до мелочей. Как я уже говорил выше, моей задачей было максимально уйти от энергетики Михаила Галустяна. Занимался с репетитором, с режиссером Марюсом Вайсбергом много работал до съемок. Он снимал

меня на телефон, мы искали нужную эмоцию. Он говорил: «Здесь дай больше эмоций. Тут поплачь. Добавь сумасшествия, как у Джокера. Так все и сошлось. А что получилось, смотрите с 1 апреля.

Вы с Демисом по сюжету оказываетесь братьями, которых разлучили жизненные обстоятельства. Очень часто, когда человек становится знаменитым, у него неожиданно появляются новые «родственники». В вашей жизни были такие случаи? Как реагировали?

Мне кажется, у большинства известных людей такие случаи бывали. Я на такое реагирую в зависимости от обстоятельств. Можно все перевести в шутку и посмеяться, а можно все же расставить личные границы.

Вашему герою не чужда и любовь. Как считаете, плохие люди тоже заслуживают любви?

Я считаю, что любви заслуживают абсолютно все. Это самое большое чувство на Земле, оно всеобъемлющее. Например, мы с такой огромной любовью снимали этот фильм!

Любовь способна изменить человека? Например, поставить его на правильный путь. Или ее недостаточно?

Любовь способна на многое, в том числе и исправить человека,

вернуть его на путь истинный. Хотя иногда бывает и наоборот. Из-за любви кто-то может потерять голову и наломать дров.

Какие качества и убеждения Шамара не чужды и вам?

Шамар стремится во всем разобраться. Я во многом такой же. Когда впервые прочел сценарий «Королек», который написал Демис, задал ему огромное количество вопросов. Мне важно было досконально понять: почему именно такое действие, почему такая реплика. Демис ответил на каждый мой вопрос, кстати.

Мы, конечно, сам фильм еще не видели, но предполагаем, что по всем традициям болливудского экшена там будет много драмы, танцев и песен. Как считаете, в реальности жизнь тоже должна быть полна событий и эмоций или вам ближе спокойный образ жизни?

Важно соблюдать баланс, потому что даже эмоции и события могут утомить. На съемках в Индии поначалу было непривычно, что на площадке постоянно шумно. Шум не стихал даже после команды «Мотор!». Но мы быстро привыкли к этому, как и к тому, что наши индийские коллеги часто устраивали песни и танцы после рабочего дня. Со временем и наша группа присоединилась к этим развлечениям.

Съемки проходили в Индии. Об этой стране часто отзываются как об опасной. У вас все прошло гладко? Или были какие-то проблемы?

Мы жили в отеле, где была привычная нам еда. Ведь индийская кухня очень острая. И если ты хочешь блюдо, которое можно нормально съесть, нужно просить not spicy. С учетом того, что повара в Индии даже в таком случае добавляют горстку специй, абсолютно пресным ваше блюдо точно не будет.

Вернулись бы туда в качестве туриста или предпочитаете более комфортные страны?

Я в Индии был впервые, и впечатления у меня остались хорошие. Я увидел разные города Удайпур, Джодхпур, Мумбаи. В Мумбаи, как и в Москве, индустриально и современно, а в городах на границе с Пакистаном все попроще. Порадовало, что люди везде открытые, приветливые.

В «Королке моей любви» использовали много приемов, характерных для болливудских фильмов. Смотрели что-то из индийской классики? «Танцор Диско», «Бродяга», «Зита и Гита»? Как относитесь к индийскому кинематографу?

Я вырос на болливудских фильмах, всю классику смотрел, конечно же, и «Танцор Диско», и «Господин 420». Мне по душе Болливуд, наверное, поэтому у нас и родилась идея снять фильм с болливудским размахом. Хотя мы посмеиваемся над их трюками, танцами и сюжетом, мы с детства это любим.

А сами в болливудском фильме согласились бы сниматься?

Так я уже снялся, потому что «Королек моей любви» - это настоящий Болливуд. Мы снимали в самой Индии, на фоне ее уникальной архитектуры и памятников, с индийскими коллегами в кадре, наслаждаясь индийской эстетикой и менталитетом. Например, при съемках музыкальных номеров мы обычно ставим компьютер, нажимаем кнопку, запускаем музыку... А у них сидят крутильщики бобин, которые эти бобины отматывают каждый раз на момент стоп-кадра и запускают заново... И даже дым-машины, которые у нас механизированы, у них выглядят как подносы с тлеющим углем - люди просто ходят с ними и разносят белый дым. Насколько аутентично и по-болливудски у нас получилось, смотрите в кинотеатрах уже скоро.

НАЗВАНЫ ПОБЕДИТЕЛИ КИНОПРЕМИИ «НИКА 2026»



В Москве прошла церемония вручения Национальной кинематографической премии «Ника 2026». Торжественное мероприятие, собравшее звезд отечественного кино, состоялось на сцене Театра имени Моссовета. Награды были вручены авторам и создателям картин, вышедших в прокат в 2025 году.

Главный приз в категории «Лучший игровой фильм» достался картине «Ветер» (Сергей Члиянц). Лента также взяла награды за лучшую операторскую работу и лучший звук, подтвердив статус одного из самых технически совершенных проектов года.

Режиссером года признан Бакур Бакурадзе, представивший зрителям фильм «Лермонтов». Эта работа была отмечена жюри за глубокое погружение в материал и смелое режиссерское решение.

Актерский триумф вечера разделили Константин Хабенский и Светлана Крючкова. Хабенский получил награду за лучшую мужскую роль в драме «Здесь был Юра», а Крючкова - за лучшую женскую роль в картине «Двое в одной жизни, не считая собаки». В номинациях второго плана победу одержали Елена Лядова и Владимир Машков.

Специального внимания удостоилась сценарная работа: награда за лучший сценарий была вручена посмертно Петру Луцику и Алексею Саморядову за их вклад в создание фильма «Ветер».

Среди неигрового кино лучшей признана лента «К другому берегу. Станиславский в Новом свете», а в категории анимации победу одержал «Булгаков».

В сегменте сериального производства лидером стал проект «Хроники русской революции». Выдающийся вклад в индустрию был отмечен специальными призами: премию «Честь и достоинство» вручили режиссеру Алле Суриковой, а награду за вклад в кинематографические науки получил (посмертно) Игорь Золотовицкий.

Открытием года назван режиссер Феликс Умаров, чья картина «Пророк. История Александра Пушкина» также забрала статуэтки за лучший монтаж, музыку и дизайн костюмов.

ПЕРЕЗАПУСК БОЕВИКА «СКАЛОЛАЗ» ЗАМОРОЖЕН



Финансовый кризис независимого дистрибьютора Row K Entertainment поставил под вопрос судьбу одного из самых громких проектов компании - перезапуска культового боевика «Скалолаз» (Cliffhanger) с Лили Джеймс и Пирсом Броснаном в главных ролях.

Согласно отчету Variety, компания с момента основания испытывает серьезные проблемы с денежными потоками. Несколько источников утверждают, что Row K не расплатилась с вендорами, консультантами и партнерами, что привело к приостановке работы и угрозе судебных исков. На этом фоне судьба ключевых проектов дистрибьютора оказалась под вопросом.

«Скалолаз 2», который должен был выйти в американский прокат в августе 2026 года на трех тысячах экранах, оказался в подвешенном состоянии. Как выяснилось, Row K так и не завершила официальную сделку по приобретению прав на фильм через агентство Creative Artists Agency (CAA). Это означает, что приключенческий триллер может быть перекуплен другим дистрибьютором, а запланированный широкий релиз сорван.

Режиссером перезапуска выступает Жауме Кольет-Серра, в фильмографии которого такие громкие боевики как «Неизвестный» и «Воздушный маршал». Сценарий, основанный на идее Аны Лили Амирпур («Девушка возвращается одна ночью домой»), описывается как вариация на тему «Крепкого орешка».

Оригинальный «Скалолаз» (1993) Ренни Харлина с Сильвестром Сталлоне собрал 255 миллионов долларов в мировом прокате, став со временем культовым экшеном 1990-х. Сталлоне изначально был причастен к перезапуску, но покинул проект в 2024 году из-за творческих разногласий.

Каждая вещь имеет красоту, но не каждый ее видит.
Конфуций

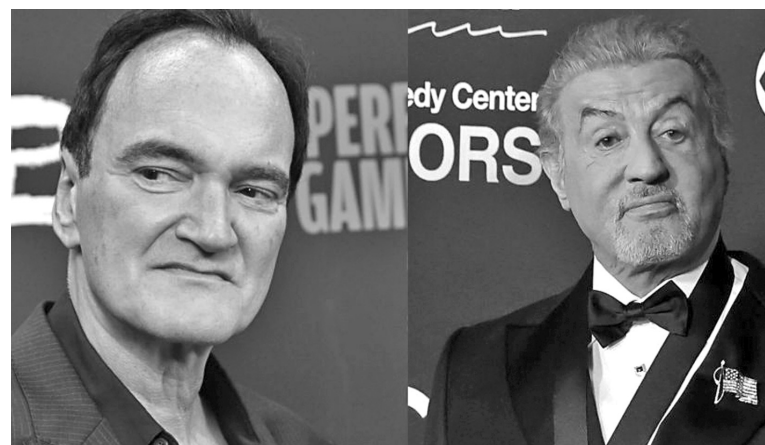
КВЕНТИН ТАРАНТИНО И СИЛЬВЕСТР СТАЛЛОНЕ СНИМУТ СЕРИАЛ

Квентин Тарантино и Сильвестр Сталлоне объединятся для гангстерского сериала. По сведениям издания TMZ, Тарантино собирается написать сценарий и выступить сорежиссером (вместе с Сильвестром Сталлоне) шестисерийного гангстерского шоу, действие которого развернется в 1930-х годах.

Более того, проект будет сниматься в черно-белом формате на камеры 1930-х годов. Детали сюжета пока не раскрываются, однако известно, что сериал будет включать в себя элементы гангстерских разборок, шоу-герлз, бокса и музыки.

Информация о касте пока отсутствует, но, по слухам, сам Сталлоне не появится на экране, ограничившись режиссурой.

Еще в 2023 году, обсуждая будущие проекты, Квентин Тарантино сделал неожиданное заявление:



он намерен снять восьмисерийный сериал. С тех пор поклонники гадали, что это может быть. Возможно, именно этот проект он тогда и имел в виду.

На протяжении многих лет Тарантино публично восхищался Сталлоне, называя его «великим актером» и подчеркивая его влияние

на жанровое кино. Режиссер не раз признавался, что «Рокки» (1976) был одной из его любимых картин в детстве и вдохновил его на занятие кинематографом.

Что касается 79-летнего Сталлоне, то он ранее дважды отклонял предложения Тарантино сняться в его фильмах.

АНОНСИРОВАН НОВЫЙ ФИЛЬМ ИЗ СЕРИИ «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ»

Стивен Кольбер выступит соавтором сценария второй из двух предстоящих картин в знаменитой кинофраншизе «Властелин колец». Он будет работать над проектом вместе с Филиппой Бойенс и Питером МакГи.

О своем назначении Кольбер объявил во вторник вечером в социальных сетях совместно с Питером Джексоном.

«Я снова и снова перечитывал шесть глав из начала «Братства Кольца», которые вы когда-то не стали переносить в первый фильм, - рассказал Кольбер в видео. - И я подумал: может быть, это могло бы стать отдельной историей, которая вписалась бы в более крупное повествование. Можем ли мы сделать что-то, что будет полностью соответствовать книгам, но при этом останется верным тем фильмам, которые вы уже создали?»

Он продолжил: «Я начал обсуждать эту идею с моим сыном Питером, который тоже сценарист, и мы проработали то, что, как нам казалось, сработало бы, особенно в качестве обрамляющей структуры для этой истории. Мне потребовалось несколько лет, чтобы набраться смелости и позвонить вам, но примерно два года назад я это сделал. Вам понравилась идея настолько, что вы захотели обсудить ее со мной, и с тех пор мы с Филиппой Бойенс работаем над тем, как развить эту историю».

Рабочее название этого фильма «Властелин колец: Тень былого» (The Lord of the Rings: Shadow of the Past). Ожидается, что релиз картины последует за выходом ленты «Властелин колец: Охота на Голлума», которую в настоящее время снимает режиссер Энди Серкис.



ДУЭЙН ДЖОНСОН СПАСАЕТ МИР В ТИЗЕР-ТРЕЙЛЕРЕ ФИЛЬМА «МОАНА»

Компания Disney представила тизер-трейлер фильма «Моана», в котором Дуэйн Джонсон предстанет в образе полубога Мауи.

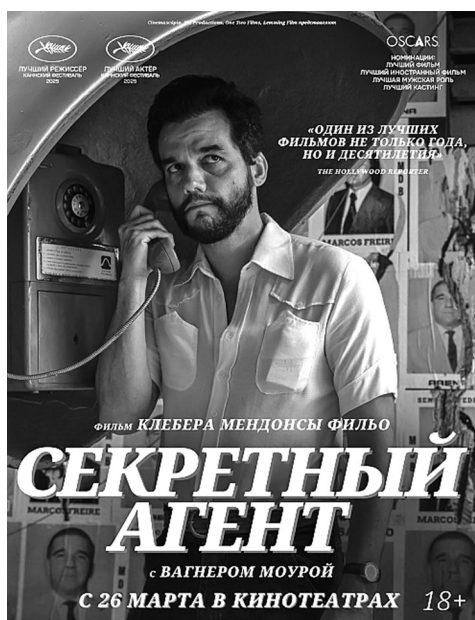
Напомним, что актер озвучивал этого же персонажа в оригинальном анимационном фильме 2016 года, который рассказывает об мечтательной девушке по имени Моана, отправляющейся в путешествие, чтобы спасти свою деревню на острове Мотунуи.

В предстоящем игровом фильме титульную роль исполняет начинающая актриса Кэтрин Лага'аи. Аули Кравальо, озвучивавшая Моану как в оригинале 2016 года, так и в сиквеле 2024-го, выступила исполнительным продюсером. В адаптации использована музыка Марка Манчины, Миранды и Опеаи Фои; Манчина также вернулся к работе над саундтреком.

Напомним, что анимационный фильм 2016 года пользовался огромным успехом у критиков и зрителей, собрав 643 миллиона долларов в мировом прокате. Лента была номинирована на «Оскар» за лучший анимационный полнометражный фильм, а Миранда получила номинацию за оригинальную песню «How Far I'll Go».

Фильм «Моана» выйдет в мировой прокат 10 июля 2026 года.





СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ

Режиссер: Клебер Мендонса Филью
В ролях: Вагнер Моура, Карлос Франциско, Таня Мария, Роберио Диохенес, Мария Фернанда Кандиду, Габриел Леони, Рони Вийела, Кайони Венансио, Элис Карвальо, Удо Кир

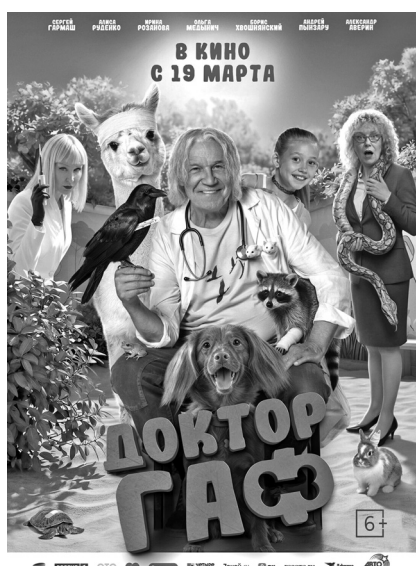
1977 год. Вдовец и бывший научный сотрудник приезжает в Ресифи, где проходит карнавал. Он селится в гостевом доме у радушной пожилой хозяйки и навещает маленького сына, который живет с бабушкой и дедушкой. Также мужчина устраивается на работу в городское бюро по выдаче удостоверений личности, где надеется отыскать документы своей матери, и, похоже, он от кого-то скрывается.



Я ИДУ ИСКАТЬ 2

Режиссер: Мэттью Беттинелли, Тайлер Джиллетт
В ролях: Самара Уивинг, Кэтрин Ньютон, Элайджа Вуд, Сара Мишель Геллар, Дэвид Кроненберг, Шон Хэтоси, Нестор Карбонелл, Кевин Дюран, Оливия Ченг, Майя Джей Бастидас

Едва пережив кровавую атаку семьи Ле Домас, Грейс понимает: кошмарная игра не окончена - она лишь выходит на новый, еще более опасный уровень. На этот раз рядом с ней оказывается ее сестра Фэйт. У Грейс есть всего один шанс выжить, сохранить сестре жизнь и завладеть Высшим креслом Совета, который управляет всем миром. За трон охотятся четыре враждующих семьи, и победитель получит абсолютную власть.



ДОКТОР ГАФ

Режиссер: Михаил Расходников
В ролях: Сергей Гармаш, Алиса Руденко, Ирина Розанова, Борис Хвошнянский, Ольга Медынич, Павел Рассомахин, Ирина Безряднова, Андрей Пынзару, Александр Аверин, Дмитрий Блохин

12-летняя Марина теряет единственного друга - собаку Тайю, похищенную вместе с другими животными. За похищением стоит корпорация, использующая бездомных псов для жестоких экспериментов. Чтобы спасти Тайю, Марина объединяется с Доктором Гафом - нелюдимым ветеринаром, который умеет понимать язык животных. Впереди их ждет опасное приключение и борьба, где каждый шаг решает судьбу любимых друзей.



ТВ АНОНС

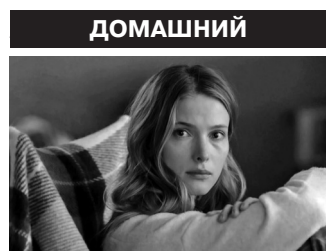
ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА



ДОМАШНИЙ

ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ

Режиссер: Михаил Вайнберг
В ролях: Светлана Иванова, Кирилл Гребенщиков, Данила Дунаев, Лянка Грыу, Анна Каменкова, Александр Яцко

В экспериментальный научно-медицинский центр приходит новая заведующая акушерским отделением молодая и талантливая Наталья Бахметьева. В первый же день работы она вызывает бурю эмоций у своих новых коллег, восхищая их своим беспорным профессионализмом и возмущая жестким характером.



REN-TV

НАЦИЯ ВОРОВ

Режиссер: Уильям Кауфман
В ролях: Клейн Кроуфорд, Макс Мартини, Никойе Бэнкс, Жюльен Джойнер, Лаки Джонсон, Джарен Митчелл

После неудачного ограбления банка отчаянный преступник, его неуправляемый брат и команда бывших морских пехотинцев пытаются выбраться из Нового Орлеана и уйти от преследования ФБР.

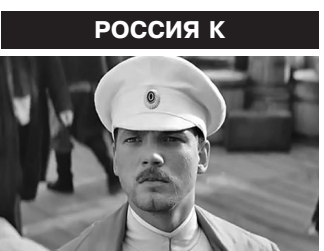


ЧЕ

СОЛДАТЫ-8

Режиссер: Сергей Арланов
В ролях: Алексей Маклаков, Борис Щербаков, Роман Мадянов, Алексей Ошурков, Вячеслав Гришечкин, Игнатий Акрачков

Главными героями поистине драматических событий остаются представители двух семей - Колобковы и Медведевы. Коварство и бескомпромиссность Колобковых переходят в решающую фазу. Виктор и Виктория решают поставить «крест» на бизнесе Медведева, ну или как минимум стать его владельцами. В этом деле ключевую роль играет злой гений подполковника Колобкова.



РОССИЯ К

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Режиссер: Никита Михалков
В ролях: Мартиньш Калита, Виктория Соловьева, Анастасия Имамова, Авангард Леонтьев, Сергей Карпов (IV), Александр Адабашьян

История любви поручика и прекрасной незнакомки, обрушившейся на них как солнечный удар. Познакомившись на пароходе, герои сходят на берег в маленьком уездном городке Павлино, где проводят в гостинице одну-единственную ночь вместе.



ТВ-ЦЕНТР

ТАЖИКСКАЯ ИСТОРИЯ

Режиссер: Владимир Янковский
В ролях: Евгения Вайс, Никита Бухвалов, Игорь Сидорчик, Андрей Олиференко, Александр Одинец, Татьяна Федорова (II),

Мария Светлова - профессиональная спортсменка. Она упорно тренируется, чтобы попасть в сборную и победить в международном турнире. Однако выясняется, что Машу давно уже заменили - и в сборной, и в собственной семье. Пока она бегала и стреляла по мишеням, хитрая соперница прибрала к рукам ее тренера и мужа.

СУББОТА

РОССИЯ 1

РОЗЫ НА СТЕКЛЕ

Режиссер: Иван Мережко
В ролях: Светлана Смирнова-Марцинкевич, Владимир Колганов, Виктория Романенко, Евгения Глотова

Жизнь Вероники налажена - у нее свое дело, есть любимый человек, скоро будет свадьба. Неожиданно Вероника начинает получать странные знаки внимания: то на стекло машины кто-то кладет чайную розу, то приходит комплект дорогого белья с недвусмысленным посланием. Жених ревнует, отношения портятся. На работе героини тоже начинаются проблемы - начиная с малой, они нарастают как снежный ком, приводя к закрытию бизнеса.



ВОСКРЕСЕНЬЕ

ДОМ КИНО

ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА

Режиссер: Ренат Давлетьяров
В ролях: Александр Метелкин (II), Варвара Комарова, Иван Злобин, Александр Жигалкин, Петр Федоров (младший)

В 1960 году состоялся засекреченный запуск ракеты, предшествовавший первому полету человека в космос. Корабль космонавта Кима Кириллова получает повреждение прежде, чем успевает выйти на орбиту. Придя в себя, Ким понимает, что попал в 2023 год, и судя по всему - это его будущее и наше с вами настоящее.



Main content table with columns for time slots (00:00-01:00, 01:00-02:00, etc.) and program titles. Includes logos for various channels like ORB1, REN TV, and TV1000.

орб1 орб2 орб3 орб4 Qmsk
23:00 01:00 03:00 05:00 07:00 "Доброе утро"
03:00 05:00 07:00 09:00 11:00 "Новости"
03:25 05:25 07:25 09:25 11:25 "Модный приговор"

07:30 10:30 12:30 14:30 "Новости"
08:00 11:00 13:00 15:00 "Загадки человечества"
09:00 12:00 14:00 16:00 "Невероятно интересные истории"

08:05 11:05 13:05 15:05 "Верну любимого"
08:35 11:35 13:35 15:35 "Голоса ушедших душ"
09:10 12:10 14:10 16:10 "Красивая и счастливая 45+"

04:00 07:00 09:00 11:00 "Новости дня"
04:15 07:15 09:15 11:15 "Открытый эфир"
06:00 09:00 11:00 13:00 Т/с "Вечный зов"

РОССИЯ 1
дуб1 дуб2 дуб3 дуб4 Qmsk
23:00 01:00 03:00 05:00 07:00 "Утро России"

NTV7 NTV4 NTV2 NTV0
23:35 02:35 04:35 06:35 Т/с "Пес"
01:30 04:30 06:30 08:30 "Утро. Самое лучшее"

MTK
Kult7 Kult4 Kult2 Kult0
01:30 04:30 06:30 08:30 Диалоги о животных
02:20 05:20 07:20 09:20 "Библейский сюжет"

Onix MTK TBO
Д.Вост Сибирь Урал Центр
01:00 04:00 06:00 08:00 "Настроение"
03:10 06:10 08:10 10:10 "Доктор и..."

05:00 07:00 09:00 11:00 13:00 Вести
05:30 07:30 09:30 11:30 13:30 Вести. Местное время

Onix
TNT7 TNT4 TNT2 TNT0
02:00 05:00 07:00 09:00 Т/с "СашаТаня"

Zvez7 Zvez4 Zvez2 Zvez0
00:15 03:15 05:15 07:15 Т/с "След пираньи"

00:00 03:00 05:00 07:00 "Самые шокирующие гипотезы"

Onix
Home7 Home4 Home2 Home0
01:30 04:30 06:30 08:30 "По делам несовершеннолетних"

КИНО
08:00 Х/ф "Акула: Начало"
10:00 Х/ф "Пришельцы: Назад в будущее"

ДОМ КИНО
07:10 М/ф "Белка и Стрелка. Звездные собаки"

СНГ (Alma TV)
05:00 Телеканал "Доброе утро" (6+)

02:25 Х/ф "Женщины против мужчин"
03:45 Х/ф "Остров везения"

РОДНОЕ КИНО
02:25 11:35 Т/с "Бандитский Петербург 4: Арестант"

КИНОСЕРИЯ
02:30 12:35 23:45 Т/с "Чисто английские убийства"

PLANETA RTR
08:00 "Утро России"
11:00 13:00 16:00 18:30 22:00, 05:00 Вести

03:35 Х/ф "Старперцы"
05:10 Х/ф "Любовный переплет"

НАШЕ НОВОЕ КИНО
02:55 Х/ф "Снегирь"
05:45 Х/ф "Спутник"

КИНОКОМЕДИЯ
03:10 Х/ф "Жених"
05:10 Х/ф "Бюро магических услуг"

РОССИЯ РТР
04:00 "Утро России"
08:00 10:00 13:00 15:30 19:00, 02:00 Вести

09:50 Х/ф "Терапия любовью"
11:35 Х/ф "Жена по совместительству"

КИНОПРЕМЬЕРА
02:55 15:40 Х/ф "Верный друг"

КИНОКОМЕДИЯ
03:10 Х/ф "Жених"
05:10 Х/ф "Бюро магических услуг"

07:00 05:25 Д/с "Понять. Простить"

09:00 Х/ф "Хороший мальчик"

КИНОХИТ
02:00 Х/ф "Законопослушный гражданин"

07:00 "На ночь глядя"
07:40 "Наедине со всеми"

В программе возможны изменения
В случае обнаружения ошибок или несовпадения
в программе звоните 8 701 516 63 60

ПРОГРАММА ТВ

ЧЕТВЕРГ, 9 АПРЕЛЯ

11

1
_orb1_orb2_orb3_orb4_0msk
23:00 01:00 03:00 05:00 07:00
03:00 05:00 07:00 09:00 11:00
03:25 05:25 07:25 09:25 11:25
04:15 06:15 08:15 10:15 12:15
05:00 07:00 09:00 11:00 13:00
06:00 08:00 10:00 12:00 14:00
06:15 08:15 10:15 12:15 14:15
08:00 10:00 12:00 14:00 16:00
09:00 11:00 13:00 15:00 17:00
09:15 11:15 13:15 15:15 17:15
10:05 12:05 14:05 16:05 18:05
11:00 13:00 15:00 17:00 19:00
12:00 14:00 16:00 18:00 20:00
12:30 14:30 16:30 18:30 20:30
13:50 15:50 17:50 19:50 21:50
15:00 17:00 19:00 21:00 23:00
16:00 18:00 20:00 22:00 00:00
Первый и последний!
17:00 19:00 21:00 23:00 01:00
18:10 20:10 22:10 00:10 02:10
космодрома
19:05 21:05 23:05 01:05 03:05
21:00 23:00 01:00 03:00 05:00
21:05 23:05 01:05 03:05 05:05

РОССИЯ 1
дуб1_дуб2_дуб3_дуб4_0msk
23:00 01:00 03:00 05:00 07:00
03:00 05:00 07:00 09:00 11:00
03:30 05:30 07:30 09:30 11:30
03:55 05:55 07:55 09:55 11:55
05:00 07:00 09:00 11:00 13:00
05:30 07:30 09:30 11:30 13:30
06:00 08:00 10:00 12:00 14:00
08:00 10:00 12:00 14:00 16:00
08:30 10:30 12:30 14:30 16:30
10:30 12:30 14:30 16:30 18:30
11:00 13:00 15:00 17:00 19:00
12:00 14:00 16:00 18:00 20:00
14:00 16:00 18:00 20:00 22:00
15:10 17:10 19:10 21:10 23:10
15:30 17:30 19:30 21:30 23:30
20:10 22:10 00:10 02:10 04:10
21:00 23:00 01:00 03:00 05:00
21:30 23:30 01:30 03:30 05:30

Onix
Home7_Home4_Home2_Home0
01:30 04:30 06:30 08:30
02:10 05:10 07:10 09:10
03:10 06:10 08:10 10:10
05:25 08:25 10:25 12:25
06:30 09:30 11:30 13:30
07:40 10:40 12:40 14:40
08:15 11:15 13:15 15:15
08:50 11:50 13:50 15:50

СНГ (Alma TV)
05:00 Телеканал «Доброе утро» (6+)
09:00 03:00 Новости
09:05 «Модный приговор» (6+)
09:45 «Жить здорово!»
10:25, 11:25, 13:00, 14:15, 22:35 «Время покажет»
11:00, 14:00, 17:00 Новости (с субтитрами)
12:00, 16:00, 19:00 «Большая игра»
17:30 «Давай поженемся!»
18:15 «Мужское / Женское»
20:00 «Время»
21:00 «Время»
21:45, 04:05 Т/с «Павел. Первый и последний»
23:45 Т/с «Рокот космодрома»
00:30, 02:35, 03:05 ПОДКАСТ. ЛАБ
01:45 Т/с «Ученица Мессинга»

PLANETA RTR
08:00 «Утро России»
11:00, 13:00, 16:00, 18:30, 22:00, 05:00 Вести
11:30 Местное время
11:55 «О самом главном»
13:30, 23:10 Вести. Местное время
14:00, 20:00 «60 минут»
16:30, 05:30 Т/с «Кулагины»
19:00 «Малахов»
23:30 Т/с «Алла-такси. Продолжение»
01:35 «Вечер с В. Соловьевым»
04:10 «Валентина Терешкова. Чайка и ястреб»
07:15 Вести-Санкт-Петербург

РОССИЯ РТР
04:00 «Утро России»
08:00, 10:00, 13:00, 15:30, 19:00, 02:00 Вести
08:30 Местное время
08:55 «О самом главном»
10:30, 20:10 Вести. Местное время
11:00, 17:00 «60 минут»
13:30 Т/с «Кулагины»
16:00, 02:50 «Малахов»
20:30 Т/с «Алла-такси. Продолжение»
22:35 «Вечер с В. Соловьевым»
01:10 «Валентина Терешкова. Чайка и ястреб»
02:30 Вести-Санкт-Петербург

07:30 10:30 12:30 14:30 «Новости»
08:00 11:00 13:00 15:00 «Невероятно интересные истории»
11:00 14:00 16:00 18:00 «112»
11:30 14:30 16:30 18:30 «Новости»
12:00 15:00 17:00 19:00 «Тайны Чапман»
13:00 16:00 18:00 20:00 «Самые шокирующие гипотезы»
14:00 17:00 19:00 21:00 «112»
14:30 17:30 19:30 21:30 «Новости»
15:00 18:00 20:00 22:00 «100 вопросов обо всем»
15:50 18:50 20:50 22:50 Х/ф «Вышка»
18:00 21:00 23:00 01:00 «Новости»
18:25 21:25 23:25 01:25 Х/ф «Час тишины»
20:10 23:10 01:10 03:10 «Самые шокирующие гипотезы»
21:05 00:05 02:05 04:05 «Тайны Чапман»
23:25 02:25 04:25 06:25 «Самые шокирующие гипотезы»

NTV7 NTV4 NTV2 NTV0
23:35 02:35 04:35 06:35 Т/с «Пес»
01:30 04:30 06:30 08:30 «Утро. Самое лучшее»
03:00 06:00 08:00 10:00 «Сегодня»
03:25 06:25 08:25 10:25 Т/с «Пес»
05:00 08:00 10:00 12:00 «Сегодня»
05:35 08:35 10:35 12:35 Т/с «Пес»
08:00 11:00 13:00 15:00 «Сегодня»
08:25 11:25 13:25 15:25 «Чрезвычайное происшествие»
09:00 12:00 14:00 16:00 «Место встречи»
11:00 14:00 16:00 18:00 «Сегодня»
11:45 14:45 16:45 18:45 «За гранью»
12:50 15:50 17:50 19:50 «ДНК»
14:00 17:00 19:00 21:00 «Сегодня»
15:00 18:00 20:00 22:00 Т/с «Черное Солнце»
17:10 20:10 22:10 00:10 Т/с «Страх над Невой»
20:05 23:05 01:05 03:05 «Сегодня»
20:25 23:25 01:25 03:25 Х/ф «По следу зверя»

Onix
TNT7 TNT4 TNT2 TNT0
02:00 05:00 07:00 09:00 Т/с «СашаТаня»
11:00 14:00 16:00 18:00 Т/с «Праздники»
14:00 17:00 19:00 21:00 Т/с «Большой человек»
16:00 19:00 21:00 23:00 Т/с «Полицейский с Рублевки»
18:00 21:00 23:00 01:00 Х/ф «Анна»
20:10 23:10 01:10 03:10 Х/ф «Охотники за разумом»
22:25 01:25 03:25 05:25 «Однажды в России»
00:00 03:00 05:00 07:00 «Утро TNT 2026»
00:50 03:50 05:50 07:50 Т/с «СашаТаня»

Onix
Home7_Home4_Home2_Home0
01:30 04:30 06:30 08:30 «По делам несовершеннолетних»
02:10 05:10 07:10 09:10 «Давай разведемся!»
03:10 06:10 08:10 10:10 «Тест на отцовство»
05:25 08:25 10:25 12:25 «Прости меня...»
06:30 09:30 11:30 13:30 «Беду отведу»
07:40 10:40 12:40 14:40 «Знахарка»
08:15 11:15 13:15 15:15 «Верну любимого»
08:50 11:50 13:50 15:50 «Голоса ушедших душ»

Иллюзион
07:20 М/ф «Сестрица Алешушка и братец Иванушка»
08:50, 06:55 Х/ф «О чем молчат французы»
10:45 Х/ф «22 минуты»
12:20 Х/ф «Ночь длиною в жизнь»
14:05 Х/ф «Мы с дедушкой»
15:50 Х/ф «Три дня до весны»
17:45 Х/ф «Маруся»
19:20 Х/ф «Не обмани»
21:00 Х/ф «Точка невозврата»
23:00 Х/ф «Свадьба по обмену»
00:45 Х/ф «Вратарь галактики»
02:45 Х/ф «Храм»
04:20 Х/ф «Миллиард»
06:00 Х/ф «Джокер»

РОССИЯ
02:05 Х/ф «Рыцарь кубков»
03:55 Х/ф «Орудия смерти: Город костей»
05:55, 01:50 Х/ф «Полночь в Париже»
07:20 Х/ф «Мой парень - принц»
09:15 Х/ф «Сапожник»
10:40 Х/ф «Свадебный переполох»
12:20 Х/ф «Мидуэй»
14:20 Х/ф «Ларри Краун»
15:55 Х/ф «Жизнина»
17:55 Х/ф «Болезницы со стажем»
19:20 Х/ф «Равные»
21:00 Х/ф «Приглашение к убийству»
22:30 Х/ф «Дело храбрых»
00:35 Х/ф «Шеф под прикрытием»

РОССИЯ
09:45 Х/ф «Двенадцать чудес»
11:30 Х/ф «Китайский Новый год»
13:10 Х/ф «Кривое зеркало души»
16:30, 06:55 Х/ф «Счастье можно дарить»
19:50 Х/ф «Чужое лицо»
21:30 Х/ф «Белый налив»
00:50 Х/ф «Любовь на четырех колесах»
02:35 Х/ф «Княжна из хрущевики»
05:25 Х/ф «В ожидании весны»

09:25 12:25 14:25 16:25 Т/с «Тест на беременность»
14:00 17:00 19:00 21:00 Х/ф «После долгой зимы»
18:05 21:05 23:05 01:05 «Прости меня...»
19:15 22:15 00:15 02:15 «Беду отведу»
20:15 23:15 01:15 03:15 «Знахарка»
20:40 23:40 01:40 03:40 «Верну любимого»
21:10 00:10 02:10 04:10 «Голоса ушедших душ»
21:35 00:35 02:35 04:35 «Тест на отцовство»
22:25 01:25 03:25 05:25 Т/с «Тест на беременность»
00:10 03:10 05:10 07:10 «6 кадров»
00:40 03:40 05:40 07:40 «По делам несовершеннолетних»

MTK
AmnTV Onix
Kult7 Kult4 Kult2 Kult0
01:30 04:30 06:30 08:30 Диалоги о животных
02:20 05:20 07:20 09:20 «Библейский сюжет»
02:55 05:55 07:55 09:55 Х/ф «Цыган» 3 с.
04:15 07:15 09:15 11:15 Дочери первых космонавтов, Людмила Береговая
05:00 08:00 10:00 12:00 Новости культуры
05:15 08:15 10:15 12:15 «Наблюдатель»
06:15 09:15 11:15 13:15 ХХ век
06:45 09:45 11:45 13:45 Х/ф «Пассажир»
07:30 10:30 12:30 14:30 Новости культуры
07:45 10:45 12:45 14:45 Новости. Подробно. Театр
08:00 11:00 13:00 15:00 Д/с «Вначале было дело, или История русской промышленности»
08:30 11:30 13:30 15:30 Х/ф «Цыган» 3 с.
09:55 12:55 14:55 16:55 Д/с «Город знаний»
10:35 13:35 15:35 17:35 «2 Верник 2»
11:30 14:30 16:30 18:30 «Моя любовь - Россия!»
12:00 15:00 17:00 19:00 Новости культуры
12:15 15:15 17:15 19:15 90 лет со дня рождения Эрнста Романова
13:10 16:10 18:10 20:10 Концерт русской хоровой музыки
14:00 17:00 19:00 21:00 «Библейский сюжет»
14:30 17:30 19:30 21:30 Новости культуры
14:45 17:45 19:45 21:45 Дочери первых космонавтов, Ольга Губарева
15:30 18:30 20:30 22:30 «Спокойной ночи, малыши!»
15:45 18:45 20:45 22:45 Кино о кино
16:25 19:25 21:25 23:25 «Энигма. Светлана Аксенова»
17:10 20:10 22:10 00:10 Т/с «Солнечный удар»
18:10 21:10 23:10 01:10 Д/с «Вначале было дело, или История русской промышленности»
18:40 21:40 23:40 01:40 Новости культуры
18:55 21:55 23:55 01:55 ХХ век
19:25 22:25 00:25 02:25 Х/ф «Пассажир»
20:05 23:05 01:05 03:05 Концерт русской хоровой музыки
21:00 00:00 02:00 04:00 Д/ф «Скажи мне, новгород...»

КИНО
03:20 Х/ф «Время возмездия»
05:10 Х/ф «Бруклинские полицейские»
07:10 Х/ф «Сбой сознания»
08:00 Х/ф «Помнить»
10:00 Х/ф «Папу маме заворачивай»
12:00 Х/ф «Последнее испытание»
14:15 Х/ф «База «Клейтон»
15:45 Х/ф «Объект преследования»
17:20 Х/ф «Безумно влюбленный»
19:10 Х/ф «Незаконное вторжение»
21:05 Х/ф «Олдбой»
23:10 Х/ф «Четыре хороших дня»
00:50 Х/ф «Полночь в Париже»
02:25 Х/ф «Весна, лето, осень, зима... и снова весна»
04:15 Х/ф «Мать и дитя»
06:10 Х/ф «Король говорит!»

НАШЕ НОВОЕ КИНО
03:40 Х/ф «Культурная комедия»
05:35 Х/ф «Командир»
08:00 Х/ф «Брат 2»
10:25 Х/ф «Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел»
12:15 Х/ф «Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел 2»
13:50 Х/ф «Праздники»
15:25 Х/ф «Ждун»
17:10 Х/ф «Мажор в Дубае»
19:20 Т/с «Проект «Анна Николаевна»
21:30 Х/ф «Легенда о Коловрате»
23:40 Т/с «Зема»
01:40 Х/ф «Вниз»

КИНОПРЕМЬЕРА
03:25, 14:30 Х/ф «Сорвать банк 2: Высокие ставки»
05:45, 18:00 Х/ф «Пришить всех»
07:25 Х/ф «Последний Атлант»
08:55 Х/ф «Профессионал»
10:45 Х/ф «Под огнем»
12:25 Х/ф «Плагатор»
16:10 Х/ф «Еретики»
19:40 Х/ф «Коля, домой!»
21:05 Х/ф «Попутчики»
22:30 Х/ф «Джун и Джон»
00:00 Х/ф «Племя чужих»

КИНОХИТ
02:25 Х/ф «Конец света»
04:25 Х/ф «Лучшее впереди»
06:15 Х/ф «Законопослушный гражданин»
07:55 Х/ф «Полный облом»
09:20 Х/ф «Царство»
11:25 Х/ф «Неудержимые 2»
13:00 Х/ф «Пятнадцать минут войны»
14:40 Х/ф «Ловкие руки»
16:05 Х/ф «Вкус жизни»

08:00 11:00 13:00 15:00 Новости дня
08:25 11:25 13:25 15:25 Т/с «Вечный зов»
09:25 12:25 14:25 16:25 Т/с «Покушение»
10:00 13:00 15:00 17:00 Военные новости
10:05 13:05 15:05 17:05 Т/с «Покушение»
12:00 15:00 17:00 19:00 Новости дня
12:15 15:15 17:15 19:15 Т/с «Покушение»
13:50 16:50 18:50 20:50 «Специальный репортаж»
14:00 17:00 19:00 21:00 Новости дня
14:55 17:55 19:55 21:55 «По горячим следам»
15:10 18:10 20:10 22:10 «Код доступа»
16:00 19:00 21:00 23:00 «Открытый эфир»
17:45 20:45 22:45 00:45 «Между тем»
18:15 21:15 23:15 01:15 Т/с «Вечный зов»
23:15 02:15 04:15 06:15 Д/с «Стрелковое вооружение русской армии»

Onix MTK
Д.Вост. Сибирь Урал Центр
01:00 04:00 06:00 08:00 «Настроение»
03:10 06:10 08:10 10:10 «Доктор и...»
03:40 06:40 08:40 10:40 Т/с «Дела житейские-6»
05:35 08:35 10:35 12:35 «Актерские драмы. Отправить сердце в нокаут»
06:30 09:30 11:30 13:30 События
06:50 09:50 11:50 13:50 Х/ф «Звоните в полицию! Судьба-злодейка»
08:45 11:45 13:45 15:45 «Мой герой»
09:30 12:30 14:30 16:30 События
09:50 12:50 14:50 16:50 Город новостей
10:05 13:05 15:05 17:05 Х/ф «Настенька. Бедный Юрик»
11:55 14:55 16:55 18:55 «Легенды эстрады. ВИА 70-х»
12:50 15:50 17:50 19:50 События
13:10 16:10 18:10 20:10 Х/ф «Бессонница. Фиалка - цветок одиночества»
15:00 18:00 20:00 22:00 Х/ф «Бессонница. Берегиня»
17:00 20:00 22:00 00:00 События
17:35 20:35 22:35 00:35 «10 самых...»
18:05 21:05 23:05 01:05 «Актерские драмы. Запрещенное кино»
19:00 22:00 00:00 02:00 События. 25-й час
19:35 22:35 00:35 02:35 «Петровка, 38»
19:50 22:50 00:50 02:50 «Охота на маньяка. Дело незнакомца в лифте»
20:35 23:35 01:35 03:35 «Настоящий детектив»
21:15 00:15 02:15 04:15 «Прощание»
22:05 01:05 03:05 05:05 Х/ф «Звоните в полицию! Судьба-злодейка»
23:40 02:40 04:40 06:40 «Петровка, 38»
23:55 02:55 04:55 06:55 «Мой герой»
00:30 03:30 05:30 07:30 «Хватит слухов!»

КИНОСЕРИЯ
02:45, 12:30, 23:50 Т/с «Чисто английские убийства»
04:20, 09:50 Т/с «Ликвидация»
06:05, 08:00, 16:20 Т/с «Комиссар Рекс»
20:10 Т/с «Штрафбат»
02:40 Х/ф «3 дня с Рони Шнайдер»
04:25 Х/ф «Игра на выживание»
06:20 Д/ф «Режиссеры Европы» 3 с.
06:25 Х/ф «Фокстрот»
08:15 «Эмили»
10:20 Х/ф «Ундина»
11:45 Х/ф «Король смеха»
13:55 Х/ф «Холодная война»
15:15 Х/ф «Все ненавидят Йохана»
16:45 Х/ф «Мой кузен»
18:20 Х/ф «Однажды в Германии»
20:00 Х/ф «Прекрасные дни в Аранхуэсе»
21:30 Исторический «Последняя любовь Казановы» (Франция-Бельгия-США, 2019 г.)
23:00 Х/ф «Рыжие против всех»
00:20 Х/ф «О бесконечности»
01:30 Х/ф «Как стать викингом»

КИНОКОМЕДИЯ
03:35 Х/ф «Кража в музее»
05:05 Х/ф «Городской охотник»
06:50 Х/ф «Крокодил Данди»
08:40 Х/ф «Обратная связь»
10:30 Х/ф «Жених напрокат»
12:00 Х/ф «Гитлер Капут»
13:50 Х/ф «На деревню дедушке»
15:40 Х/ф «Славные парни»
17:50 Х/ф «Как выйти замуж за миллиардера»
19:35 Х/ф «Особенности национальной охоты»
21:30 Х/ф «Мистер Блейк к вашим услугам»
23:25 Х/ф «Большой Стэн»
01:25 Х/ф «Агент три нуля»

ВРЕМЯ
07:00 «На ночь глядя»
07:40 «Наедине со всеми»
08:30 «Жизнь как в кино»
09:10 Т/с «Бандитский Петербург»
03:00 «Михаил Задорнов. Легко жить трудно»
03:50, 04:40 «По волне моей памяти»
05:30 «Роли исполняют...»
07:00 «На ночь глядя»
07:40 «Наедине со всеми»
08:30 «Жизнь как в кино»
09:10 Т/с «Бандитский Петербург»
03:00 «Михаил Задорнов. Легко жить трудно»
03:50, 04:40 «По волне моей памяти»
05:30 «Роли исполняют...»
08:00, 06:40 Как построить дом

1
_орб1_орб2_орб3_орб4_0msk
00:00 02:00 04:00 06:00 08:00
Суббота
03:00 05:00 07:00 09:00 11:00
«Умницы и умники»
03:45 05:45 07:45 09:45 11:45
«Слово пастыря»
04:00 06:00 08:00 10:00 12:00
«Хочется праздника. А Великий день идет»
05:10 07:10 09:10 11:10 13:10
«Вспомнить все»
06:00 08:00 10:00 12:00 14:00
«Рокот космодрома»
06:15 08:15 10:15 12:15 14:15
«Рокот космодрома»
07:10 09:10 11:10 13:10 15:10
«Крещение Руси»
10:00 12:00 14:00 16:00 18:00
«Князь Владимир». Этно-рок-опера
12:00 14:00 16:00 18:00 20:00
«Новости»
12:20 14:20 16:20 18:20 20:20
«Сегодня вечером»
15:30 17:00 19:00 21:00 23:00
«Время»
15:35 17:35 19:35 21:35 23:35
«Сегодня вечером»
17:30 19:30 21:30 23:30 01:30
Пасха Христова. Богослужение из Храма Христа Спасителя
20:15 22:15 00:15 02:15 04:15
Подкаст. Лаб

03:30 06:30 08:30 10:30 «Новости»
04:00 07:00 09:00 11:00 «Минтранс»
05:00 08:00 10:00 12:00 «Самая полезная программа»
06:00 09:00 11:00 13:00 «Военная тайна»
07:30 10:30 12:30 14:30 «Новости»
08:00 11:00 13:00 15:00 «Военная тайна»
10:00 13:00 15:00 17:00 «Совбез»
11:00 14:00 16:00 18:00 «112»
11:30 14:30 16:30 18:30 «Новости»
12:00 15:00 17:00 19:00 «Документальный спецпроект»
13:00 16:00 18:00 20:00 «Засекреченные списки»
14:00 17:00 19:00 21:00 «Добровзфире»
14:30 17:30 19:30 21:30 «Новости»
15:00 18:00 20:00 22:00 «Х/ф «Дочь болотного царя»»
17:00 20:00 22:00 00:00 «Х/ф «Вердикт за деньги»»
19:35 22:35 00:35 02:35 «Х/ф «Рестлер»»
21:30 00:30 02:30 04:30 «Самые шокирующие гипотезы»

18:00 21:00 23:00 01:00 «Женский Стендап»
19:00 22:00 00:00 02:00 «Музыкальная интуиция»
21:20 00:20 02:20 04:20 «Женский Стендап»
22:45 01:45 03:45 05:45 «Однажды в России»

Onix
Home7 Home4 Home2 Home0
01:30 04:30 06:30 08:30 «Х/ф «Невеста поневоле»»
04:55 07:55 09:55 11:55 «Уютное утро»
05:30 08:30 10:30 12:30 «Х/ф «Помоги себе сама»»
14:00 17:00 19:00 21:00 «Х/ф «Призрачная связь»»
18:15 21:15 23:15 01:15 «Х/ф «Родные руки»»
20:05 23:05 01:05 03:05 «Т/с «Тест на беременность»»
00:25 03:25 05:25 07:25 «Х/ф «Второй шанс на счастливую жизнь»»

MTK
AmalTV Onix
Kult7 Kult4 Kult2 Kult0
01:30 04:30 06:30 08:30 «Библийский сюжет»
02:05 05:05 07:05 09:05 М/ф
02:45 05:45 07:45 09:45 «Х/ф «Наша дача»»
04:10 07:10 09:10 11:10 «Проповедники». Митрополит Вениамин (Федченков)
04:50 07:50 09:50 11:50 «Мы - грамотеи!»
05:35 08:35 10:35 12:35 «Х/ф «Старец Паисий и я, стоящий вверх ногами»»
06:55 09:55 11:55 13:55 «Проповедники». Семен Франк
07:35 10:35 12:35 14:35 «Земля людей»
08:05 11:05 13:05 15:05 «Больше, чем любовь»
08:45 11:45 13:45 15:45 «Эрмитаж»
09:15 12:15 14:15 16:15 Д/с «Заповедное»
10:00 13:00 15:00 17:00 «Проповедники». Алексей Лосев
10:40 13:40 15:40 17:40 «Рассказы из русской истории»
11:40 14:40 16:40 18:40 К 100-летию со дня рождения Всеволода Сафонова. Острова
12:20 15:20 17:20 19:20 «Х/ф «Цель его жизни»»
13:45 16:45 18:45 20:45 «Проповедники». Николай Бердяев
14:30 17:30 19:30 21:30 «Новости культуры»
14:45 17:45 19:45 21:45 «Дочери первых космонавтов. Татьяна и Галина Титовы»
15:25 18:25 20:25 22:25 «Х/ф «Поздняя любовь»»
17:55 20:55 22:55 00:55 И. Гайдан. Оратория «Семь последних слов Христа»
19:15 22:15 00:15 02:15 «Лето Господне. Воскресение Христова. Пасха»
19:45 22:45 00:45 02:45 «Х/ф «Испытание верности»»
21:40 00:40 02:40 04:40 М/ф

07:00 10:00 12:00 14:00 Д/с «Народный ВПК»
07:30 10:30 12:30 14:30 «Х/ф «Вижу цель»»
08:00 11:00 13:00 15:00 «Новости дня»
08:20 11:20 13:20 15:20 «Х/ф «Вижу цель»»
10:45 13:45 15:45 17:45 «Х/ф «Испытательный срок»»
13:00 16:00 18:00 20:00 Т/с «На рубеже. Ответный удар»
14:00 17:00 19:00 21:00 «Новости дня»
14:25 17:25 19:25 21:25 Т/с «На рубеже. Ответный удар»
17:15 20:15 22:15 00:15 «Х/ф «Два Федора»»
19:10 22:10 00:10 02:10 «Военная приемка. След в истории»
20:00 23:00 01:00 03:00 «Х/ф «Когда деревья были большими»»
23:05 02:05 04:05 06:05 Д/с «Шедевры военных музеев»

Onix MTK TBCU
Д.Вост. Сибирь Урал Центр
01:35 04:35 06:35 08:35 «Православная энциклопедия» (6+)
02:00 05:00 07:00 09:00 «Х/ф «Котов обижать не рекомендуется»»
04:00 07:00 09:00 11:00 «Здоровый смысл»
04:30 07:30 09:30 11:30 «Смех, дрожь и видео»
05:05 08:05 10:05 12:05 «Мифы о еде»
05:55 08:55 10:55 12:55 «Просто & вкусно» (6+)
06:30 09:30 11:30 13:30 «События»
06:45 09:45 11:45 13:45 «Смешите меня семеро»
07:35 10:35 12:35 14:35 «Анекдот-клуб»
08:10 11:10 13:10 15:10 «Х/ф «Дела житейские-7»»
09:30 12:30 14:30 16:30 «События»
09:45 12:45 14:45 16:45 «Х/ф «Дела житейские-7»»
12:10 15:10 17:10 19:10 «Х/ф «Дела житейские-8»»
16:00 19:00 21:00 23:00 «Постскриптум»
17:10 20:10 22:10 00:10 «Право знать!»
18:35 21:35 23:35 01:35 «События»
18:45 21:45 23:45 01:45 «Русские тайны»
19:35 22:35 00:35 02:35 «Легенды эстрады. Поющие дети»
20:15 23:15 01:15 03:15 «Легенды эстрады. Гудбай, Америка!»
21:00 00:00 02:00 04:00 «Легенды эстрады. ВИА 70-х»
21:45 00:45 02:45 04:45 «Легенды эстрады. За решеткой»
22:30 01:30 03:30 05:30 «Актёрские драмы. Восток - дело тонкое»
23:15 02:15 04:15 06:15 «Актёрские драмы. Старость не радость»
00:05 03:05 05:05 07:05 «Актёрские драмы. Отправить сердце в нокаут»
00:50 03:50 05:50 07:50 «Петровка, 38»
01:00 04:00 06:00 08:00 «Перерыв в вещании»
23:15 «Х/ф «Жених напрокат»»
00:50 «Х/ф «Агент три нуля»»

РОССИЯ 1
дуб1 дуб2 дуб3 дуб4 0msk
23:00 01:00 03:00 05:00 07:00
«Утро России. Суббота»
02:00 04:00 06:00 08:00 10:00
«Местное время. Суббота»
02:35 04:35 06:35 08:35 10:35
«По секрету всему свету»
03:00 05:00 07:00 09:00 11:00
«Формула еды»
03:25 05:25 07:25 09:25 11:25
«Пятеро на одного»
04:10 06:10 08:10 10:10 12:10
«Сто к одному». Телеигра
05:00 07:00 09:00 11:00 13:00
«Вести»
05:30 07:30 09:30 11:30 13:30
«Наши. Военкоры»
06:00 08:00 10:00 12:00 14:00
«Доктор Мясников»
07:00 09:00 11:00 13:00 15:00
«Большие перемены»
08:00 10:00 12:00 14:00 16:00
«Вести. Местное время»
08:50 10:50 12:50 14:50 16:50
«Вести. Местное время»
09:10 11:10 13:10 15:10 17:10
«Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь»
11:00 13:00 15:00 17:00 19:00
«Вести»
11:50 13:50 15:50 17:50 19:50
«Привет, Андрей!»
14:00 16:00 18:00 20:00 22:00
«Вести. Местное время»
15:15 17:15 19:15 21:15 23:15
«Вести. Местное время»
15:30 17:30 19:30 21:30 23:30
«Х/ф «Розы на стекле»»
17:30 19:30 21:30 23:30 01:30
«Пасха Христова». Пасхальное богослужение в храме Христа Спасителя
20:15 22:15 00:15 02:15 04:15
«Х/ф «Отогрей мое сердце»»
21:50 23:50 01:50 03:50 05:50
«Х/ф «Время собирать»»

NTV7 NTV4 NTV2 NTV0
23:50 02:50 04:50 06:50 «Х/ф «Муж по вызову»»
01:20 04:20 06:20 08:20 «Жди меня»
02:20 05:20 07:20 09:20 «Смотр»
03:00 06:00 08:00 10:00 «Сегодня»
03:20 06:20 08:20 10:20 «Неограниченные возможности»
04:20 07:20 09:20 11:20 «Едим дома»
05:00 08:00 10:00 12:00 «Сегодня»
05:20 08:20 10:20 12:20 «Главная дорога»
06:00 09:00 11:00 13:00 «Живая еда»
07:00 10:00 12:00 14:00 «Квартирный вопрос»
08:00 11:00 13:00 15:00 «Сатья»
09:00 12:00 14:00 16:00 «Поедем, поедим!»
10:00 13:00 15:00 17:00 «Своя игра»
11:00 14:00 16:00 18:00 «Сегодня»
11:20 14:20 16:20 18:20 «ЧП. Расследование»
12:00 15:00 17:00 19:00 «Следствие вели...»
14:00 17:00 19:00 21:00 «Центральное телевидение»
15:20 18:20 20:20 22:20 «Ты не поверишь!»
16:20 19:20 21:20 23:20 «Секрет на миллион»
18:45 21:45 23:45 01:45 «Х/ф «Семь дней Петра Семеновича»»
20:35 23:35 01:35 03:35 «Квартирник НТВ у Маргулиса»
21:35 00:35 02:35 04:35 «Дачный ответ»
22:30 01:30 03:30 05:30 «Х/ф «Дальнобойщик»»

Onix
TNT7 TNT4 TNT2 TNT0
02:00 05:00 07:00 09:00 «Однажды в России»
04:00 07:00 09:00 11:00 «Время завтрака»
04:30 07:30 09:30 11:30 «Битва экстрасенсов»
10:55 13:55 15:55 17:55 «Новая битва экстрасенсов»
16:00 19:00 21:00 23:00 «Музыкальная интуиция»

Zvez7 Zvez4 Zvez2 Zvez0
00:40 03:40 05:40 07:40 «Х/ф «Большое космическое путешествие»»
02:00 05:00 07:00 09:00 «Х/ф «Сицилианская защита»»
04:00 07:00 09:00 11:00 «Новости дня»
04:15 07:15 09:15 11:15 «Второе мнение»
04:45 07:45 09:45 11:45 «СССР. Знак качества»
05:35 08:35 10:35 12:35 «Не факт!»
06:05 09:05 11:05 13:05 «Мушкетеры»
06:35 09:35 11:35 13:35 «Легенды искусства»

1СНГ (Alma TV)
06:00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» (6+)
09:05 «Умницы и умники»
09:45 «Слово пастыря» (6+)
10:00 «Новости»
10:15 Т/с «Хочется праздника. А Великий день идет»
10:55 «Вспомнить все»
12:00 «Новости (с субтитрами)»
12:15 «Рокот космодрома». 3 с.
13:00 Фильм «Приходите завтра...»
14:35 «Крещение Руси»
16:15 Т/с «Князь Владимир»
18:00 «Вечерние новости (с субтитрами)»
18:20 «Сегодня вечером»
21:00 «Время»
21:35 «Голос». Новый сезон
23:25, 04:15 ПОДКАСТ.ЛАБ
00:35 «Новодевичий монастырь. Сокровища православной святости»
01:30 Пасха Христова. П/т богослужения из Храма Христа Спасителя

TV1000 русское
07:30 М/с «Царевны»
08:35 М/ф «Три кота»
09:25 М/с «Простоквашино»
10:35 М/с «Смешарики»
12:00 «Х/ф «Уловки разума» 1-4 с.»
15:20 «Х/ф «Призрак»»
17:20 «Х/ф «Проклятый чиновник»»
18:55 «Х/ф «Теща»»
20:45 «Х/ф «Непослушник»»
22:50 «Х/ф «Непослушник 2»»
00:45 «Х/ф «Непослушник»»
02:45 Кинопритча «Монах и Бес» (Россия, 2016 г.)
04:35 «Х/ф «Главный»»
06:20 «Х/ф «Приключения Буратино»»
Русский иллюзион
08:30, 06:15 «Х/ф «Три дня до весны»»
10:10 «Х/ф «Маруся»»
11:45 «Х/ф «Не обмани»»
13:25 «Х/ф «Точка невозврата»»
15:30 «Х/ф «Свадьба по обмену»»
17:10 «Х/ф «Вратарь галактики»»
19:20 «Х/ф «Клятва»»
21:40 «Х/ф «Борцу не больно»»
23:00 «Х/ф «Тэли и Толи»»
00:25 «Х/ф «Экипаж»»
02:50 «Х/ф «Аритмия»»
04:40 «Х/ф «Мы с дедушкой»»
07:55 «Х/ф «Два дня»»
Иллюзион+
03:35 «Х/ф «Добейте успеха»»
05:10 «Х/ф «Дедушка нелегкого поведения»»
06:35 «Х/ф «Равные»»
08:15 «Х/ф «Жених напрокат»»
09:30 «Х/ф «Мидузэй»»
11:30 «Х/ф «Ларри Краун»»
13:05 «Х/ф «Потшумим!»»
14:15 «Х/ф «Кто убил BlackBerry»»
16:05 «Х/ф «Сапожник»»
17:35 «Х/ф «Свадебный переполох»»
19:10 «Х/ф «Дело храбрых»»
21:15 «Х/ф «Шеф под прикрытием»»
22:30 «Х/ф «На гребне волны»»
00:15 «Х/ф «Простая просьба»»
РОССИЯ
10:00 «Х/ф «Человеческий фактор»»
13:20 «Х/ф «Любовь по найму»»
16:35 «Х/ф «Его любовь»»
19:45 «Х/ф «И я буду ждать тебя всегда»»
23:00 «Х/ф «Жених из хорошей семьи»»
02:15 «Х/ф «Хочу мороженое!»»
02:35 «Х/ф «Оазис любви»»
04:15 «Х/ф «Яблоневый сад»»
07:20 «Х/ф «Осенняя мелодия любви»»

XXI
09:00 «Х/ф «Пурга»»
10:50 «Х/ф «В метре друг от друга»»
12:50 «Х/ф «Свадебный переполох»»
14:40 «Х/ф «Бандитки»»
16:20 «Х/ф «С любовью, Роззи»»
18:10 «Х/ф «Красотка на всю голову»»
20:10 «Х/ф «Крокодил Данди»»
21:35 «Х/ф «Крокодил Данди 2»»
23:25 «Х/ф «Афера в Майами»»
01:45 «Х/ф «Основной инстинкт»»
03:45 «Х/ф «Жмурки»»
05:30 «Х/ф «Спутник»»
07:15 «Х/ф «Сказ про Федота Стрельца»»
КИНО
08:00 «Х/ф «Крестная мама»»
10:00 «Х/ф «Уцелевший»»
12:00 «Х/ф «Полицейская история»»
13:35 «Х/ф «Полицейская история 2»»
15:30 «Х/ф «Полицейская история 3: Суперполицейский»»
17:05 «Х/ф «Не уходи»»
19:10 «Х/ф «Комната чудес»»
21:05 «Х/ф «Черный ящик»»
23:10 «Х/ф «Кон-Тики»»
00:50 Короткометражный «Любовное настроение» (Таиланд-Франция-Китай, 2000 г.)
02:25 «Х/ф «Любовь на островах»»
04:15 «Х/ф «Что-то не так с Кевином»»
06:10 «Х/ф «Игра в имитацию»»
НАШЕ НОВОЕ КИНО
03:15 «Х/ф «Каждый мечтает о собаке»»
05:05 «Х/ф «Страсти по Матвею»»
07:15 «Х/ф «Командир»»
09:45 «Х/ф «Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел»»
11:30 «Х/ф «Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел 2»»
13:10 «Х/ф «Клевый ULove»»
14:50 Т/с «Проект «Анна Николаевна»»
19:50 «Х/ф «Вниз»»
21:30 «Х/ф «Ждун»»
23:15 «Х/ф «Мажор в Дубае»»
01:25 «Х/ф «Ненормальный»»
КИНОПРЕМЬЕРА
03:35 «Х/ф «Точка опоры»»
05:15, 22:30 «Х/ф «Пришить всех»»
06:50, 21:00 «Х/ф «Джун и Джон»»
08:25 «Х/ф «Мир в огне»»
10:10 «Х/ф «Тайна Хеопса»»
11:45 «Х/ф «Профессионал»»
13:35 «Х/ф «Каруза»»
15:10 «Х/ф «Плагатор»»

ДОМ КИНО
07:25 М/ф «Князь Владимир»
08:40 М/ф «Три кота и море приключений»
10:00 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига 2»
11:10 М/ф «Бременские музыканты»
13:20 «Х/ф «Бременские музыканты»»
15:30 «Х/ф «Летучий корабль»»
17:30 «Х/ф «Холоп»»
19:30 Т/с «Ландыши. Такая нежная любовь»»
01:00 «Х/ф «От печали до радости»»
02:50 «Х/ф «Жили-были»»
04:10 «Х/ф «Родные»»
05:50 «Х/ф «Два дня»»
КИНОСЕРИЯ
02:40, 01:35 Т/с «Комиссар Рекс»
09:45 Т/с «Ликвидация»
16:00, 17:50 Т/с «Чисто английские убийства»
02:05 Д/ф «Режиссеры Европы» 4 с.
02:10 «Х/ф «Астерикс на Олимпийских играх»»
04:00 «Эмили»
06:05 Д/ф «Режиссеры Европы» 3 с.
06:10 «Х/ф «Ундина»»
07:35 Д/ф «Режиссеры Европы» 2 с.
07:45 «Х/ф «Король смеха»»
09:55 «Х/ф «Холодная война»»
11:15 «Х/ф «Все ненавидят Йохана»»
12:45 «Х/ф «Мой кузен»»
14:20 «Х/ф «Однажды в Германии»»
16:00 «Х/ф «Прекрасные дни в Аранхуэсе»»
17:30 Исторический «Последняя любовь Казановы» (Франция-Бельгия-США, 2019 г.)
19:00 «Х/ф «Рыжие против всех»»
20:20 «Х/ф «О бесконечности»»
21:30 «Х/ф «Дьяволик»»
23:40 «Х/ф «Здесь была Бритт-Мари»»
01:10 «Х/ф «Маскарад»»
КИНОКОМЕДИЯ
02:40 «Х/ф «Новогодний ол инклюзив»»
04:45 «Х/ф «Гитлер Капут»»
06:30 «Х/ф «Один хороший день»»
08:05 «Х/ф «Совсем ошалели»»
09:55 «Х/ф «Ненасытные люди»»
11:55 «Х/ф «Большой Стэн»»
13:55 «Х/ф «Крокодил Данди»»
15:40 «Х/ф «Крокодил Данди 2»»
17:45 «Х/ф «Начни сначала»»
19:40 «Х/ф «Как выйти замуж за миллиардера»»
21:30 «Х/ф «На деревню дедушке»»

PLANETA RTR
08:00 «Утро России. Суббота»
11:00 Суббота
11:30 «Пятеро на одного»
12:15 «Сто к одному». Телеигра
13:00, 16:00, 19:00, 22:00 «Вести»
13:30 «Наши. Военкоры»
14:00 «Доктор Мясников»
15:00 «Большие перемены»
16:50 «Местное время»
17:10 «Три дня Юрия Гагарина. И вся жизнь»
19:55 «Привет, Андрей!»
23:15 «Вести. Местное время»
23:30 «Х/ф «Розы на стекле»»
01:30 «Пасха Христова». Пасхальное богослужение в храме Христа Спасителя
04:15 «Х/ф «Отогрей мое сердце»»
06:00 «Х/ф «Время собирать»»

TV1000 action
08:00 «Х/ф «Великий»»
10:00 «Х/ф «Город на границе»»
11:50 «Х/ф «Телохранитель на фрилансе»»
13:40 «Х/ф «Телохранитель киллера»»
15:45 «Х/ф «Агент на уикенд»»
17:30 «Х/ф «Не буди во мне киллера»»
19:10 «Х/ф «Законопослушный гражданин»»
21:00 «Х/ф «Падение Олимпа»»
23:00 «Х/ф «Падение Лондона»»
00:40 «Х/ф «Падение ангела»»
02:40 «Х/ф «Красивый, плохой, злой»»
04:20 «Х/ф «Экстрасенсы»»
05:50 «Х/ф «Красные огни»»
TV1000
07:45 «Х/ф «Моя ужасная няня»»
09:25 «Х/ф «Моя ужасная няня 2»»
11:25 «Х/ф «Операция «Панда»»»
13:15, 15:10 Т/с «Чисто английские убийства»»
17:00 «Х/ф «Отпетые напарники»»
19:00 «Х/ф «Время»»
21:00 «Х/ф «Рыцарь дня»»
23:00 «Х/ф «Моя пиратская свадьба»»
00:50 «Х/ф «Шпионская свадьба»»
02:40 «Х/ф «Большая свадьба»»
04:05 «Х/ф «Репродукция»»
05:35 «Х/ф «Мой создатель»»
07:20 М/ф «Планета 51»


NT
08:05 «Х/ф «Астрал»»
09:45 «Х/ф «Амулет»»
11:25 «Х/ф «Дом призраков»»
13:10 «Х/ф «Астрал. Медиум»»
14:45 «Х/ф «Спуск»»
16:30 «Х/ф «Спуск 2»»
18:00 «Х/ф «Красные комнаты»»
20:00 «Х/ф «В пасти океана»»
21:30 «Х/ф «Пока ее не было»»
22:55 «Х/ф «Несломленная»»
00:25 «Х/ф «Охота на волка»»
01:55 «Х/ф «Хранилище»»
03:30 «Х/ф «Тревожный вызов»»
04:55 «Х/ф «Поворот не туда: Наследие»»
06:35 «Х/ф «В эфире»»
КИНО
10:00, 18:00, 02:00 Т/с «Агентство НЛС»
14:00, 22:00, 06:00 Т/с «Темные лабиринты прошлого»
15:00, 23:00, 07:00 Т/с «За все заплачено»
16:00, 00:00, 08:00 Т/с «Алиби»
17:00, 01:00, 09:00 Т/с «Палач»

23:15 «Х/ф «Жених напрокат»»
00:50 «Х/ф «Агент три нуля»»
07:00 «На ночь глядя»
07:40 «Наедине со всеми»
08:30 «Жизнь как в кино»
09:10 Т/с «Улицы разбитых фонарей»
02:40 «Сергей Соловьев. В поисках натуры»
03:40 «По волне моей памяти»
05:20 «Роли исполняют...»
Усадьба
08:00, 04:35 Секреты травоведения
08:25, 01:15 Сад-шедевр
08:55, 01:40 Сезон распада
09:35, 02:00 Огород откупор
10:00, 19:30 Консультант садовода
10:30, 02:25 Садовый доктор
11:00, 02:50 Сокровища усадьбы
11:30, 03:40 Сад в радость
12:00, 15:00, 19:00 Кулици
12:30, 00:25, 04:10 Субботник
13:00, 14:35, 17:35, 18:35, 21:35, 03:15, 05:55 Дачные радости
13:20, 01:00 Правила огородника
13:35, 05:00 Идеальный сад
14:05, 22:40, 05:25 На объекте с Владимиром Гудковым
15:35, 06:20 Фитоаптека
16:05, 07:10 Как построить дом
16:35, 07:35 Крымские дачи
17:05 Праздник в дом
18:05 Обнови свой сад
19:50, 06:45 Мастер-садовод
20:05 Прогулка по саду
20:35 Цветники
21:05 Больше тени - ярче листья
22:05 Переделки на участке
23:15 Садовые загадки
23:45 Правила садовода
00:00 Правила стройки




Table with multiple columns containing TV program details for various channels including ORB1, ORB2, ORB3, ORB4, Omsk, and others. It lists times and program titles like 'Новости', 'Играй, гармонь любимая!', 'Часовой', etc.

Main TV program grid with columns for channels like СНГ (Alma TV), PLANETA RTR, РОССИЯ RTR, and others. It lists times and program titles such as 'Местное время', 'День космонавтики', 'Кинохит', 'Киносерия', 'Наше новое кино', 'Кинопремьера', 'Дом кино', 'Кинокомедия'.

СРЕДА, 8 АПРЕЛЯ

<p>МАТЧ!</p> <p>08:00, 16:25 «ЧМ-2026. Обратный отсчет»</p> <p>09:00, 11:00, 14:55, 17:25, 05:55 Новости</p> <p>09:05, 13:35, 18:45, 01:00 Все на Матч!</p> <p>11:05, 14:35 Специальный репортаж</p> <p>11:25, 03:00 «Эволюция спорта»</p> <p>12:00, 02:30 «Вид сверху»</p> <p>12:30 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура 6+</p> <p>15:00 «Есть тема!»</p> <p>17:30 Смешанные единоборства. UFC. Макс Холлоуэй против Арнольда Аллена</p> <p>19:45 Футбол. FONBET Кубок России. Путь РПЛ. Финал «Динамо» (Москва) - «Краснодар» 6+</p> <p>22:15 Футбол. FONBET Кубок России. Путь регионов. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва) 6+</p> <p>04:00 Волейбол на снегу. Финал чемпионата России 6+</p>	<p>06:00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар) 6+</p>  <p>08:00 «Наставники. Костя Цзю»</p> <p>08:25, 16:15 «Моменты недели»</p> <p>08:40 Профессиональный Бокс. Никита Зонь против Олега Мисюры.</p> <p>Евгений Долголевец против Ивана Козловского</p> <p>11:05 «КТО vs КОГО. Ударная неделя»</p> <p>11:35 Смешанные единоборства. UFC Fight Night. Гильерме Пат против Томаса Петерсена. Азамат Бекоев против Трейшона Гора</p> <p>14:00 «Холодный расчет»</p> <p>14:20 Смешанные единоборства. ACA 181. Григор Матевосян против Эльмара Гасанова. Кирилл Корнилов против Карлоса Фелипе</p>	<p>16:30 Д/ф «Дагестан. Земля чемпионов»</p> <p>17:25 Профессиональный Бокс. Ночь Чемпионов IBA. Шарабутдин Атаев против Лорена Альфонса Домингеса. Шавкат Рахимов против Эдуардо Нуньеса</p> <p>19:50 «Наставники. Федор Емельяненко»</p> <p>20:20 Смешанные единоборства. ONE FC</p> <p>22:45 «Bare Knuckle по-русски: начало»</p> <p>23:00 «Джошуа Ван. Перед боем»</p> <p>00:35 Д/ф «Борис Скрипка. Голос Бокса»</p> <p>01:30 Смешанные единоборства. UFC Fight Night. Ренато Мойкано против Криса Данкана. Вирна Яндириба против Табаты Риччи</p> <p>03:55 Смешанные единоборства. ONE FC. Регьян Эрсель против Джорджа Джарвиса. Шамиль Гасанов против Гэрри Тонона 2</p>
<p>05:45 Бокс. Bare Knuckle FC. Антонио Сото против Тайлера Гуджона. Дуг Колтрейн против Энтона Блейк Лаказ</p>  <p>08:00, 23:10, 04:05 Рецепты старого Тифлиса</p> <p>08:20, 04:20 Охота на хищника</p> <p>09:15, 14:35, 21:25, 05:10 Экспедиции Андрея Старкова</p> <p>09:40, 12:50, 17:55, 22:00, 01:50, 05:40 Двое против рыбы</p> <p>10:40, 07:35 Безграничная рыбалка</p> <p>11:10 Рыбалка в Абхазии</p> <p>11:40 Рыбалка в Беларуси</p> <p>12:10, 20:00 С Нормундом по водоемам Беларуси</p> <p>13:50, 23:00 К сезону готов</p> <p>14:00, 21:00, 07:05 Ловись, рыба</p> <p>15:10 БАгатый улов</p> <p>15:35, 00:55 Рыболовные тонкости</p> <p>15:50 Прибалтийский лосось</p> <p>16:20, 03:10 Рыболовный дневник</p>	<p>17:25 Андрей Старков и его команда</p> <p>19:00 Рыбалка на Черемшане 6+</p> <p>19:30 Камский спиннинг</p> <p>20:30 Игра по-крупному!</p> <p>23:25 Кулинарное путешествие</p> <p>23:55 Утиньи истории</p> <p>00:25 Поехали на рыбалку!</p> <p>02:45 Рыбалка 360 6+</p> <p>03:35 Рыбалка сегодня XL</p> <p>06:35 Рыбалка 360</p>  <p>07:00, 02:00 Әнуран.</p> <p>07:05 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Реал Мадрид» (Испания) - «Бавария».</p> <p>09:00 ФУТБОЛ. «Тур по туру».</p> <p>09:35, 12:55, 20:50 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасының шолуы.</p> <p>10:30 ГРЕК-РИМ КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Жұбаныш белдесулер (60, 67, 72, 82, 97 кг.). Тікелей эфир.</p> <p>11:30 ӘЙЕЛДЕР КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Іріктеу (50, 55, 59, 68, 76 кг.) Тікелей эфир.</p>	<p>13.25 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). «Алматы» - «Қарағанды». Тікелей эфир.</p> <p>15.25 ҚАЗАҚСТАН ПРЕМЬЕР-ЛИГАСЫ. 4 тур ойындарына шолу.</p> <p>15.45 ӘЙЕЛДЕР КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Жартылай финал (50, 55, 59, 68, 76 кг.). Тікелей эфир.</p> <p>16.45, 20.35 «SPORT REVIEW» ақпараттық-сараптамалық бағдарламасы.</p> <p>17.00 ГРЕК-РИМ КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Финал (60, 67, 72, 82, 97 кг.). Тікелей эфир.</p> <p>19.30 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). «Қуаныш» - «Берел». Тікелей эфир.</p> <p>21.35 ФУТБОЛ. УЕФА Еуропа Лигасы. 1/4 финал «Брага» (Португалия) - «Бетис» (Испания) Тікелей эфир.</p> <p>23.50 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Барселона» (Испания) - «Атлетико» (Испания). Тікелей эфир.</p>

ЧЕТВЕРГ, 9 АПРЕЛЯ

<p>МАТЧ!</p> <p>08:00 «ЧМ-2026. Обратный отсчет»</p> <p>09:00, 11:00, 14:55, 18:30, 05:55 Новости</p> <p>09:05, 13:35, 20:15, 00:00 Все на Матч!</p> <p>11:05, 14:35 Специальный репортаж</p> <p>11:25, 03:00 «Эволюция спорта»</p> <p>12:00, 02:30 «Формула-1. Гаснут огни»</p> <p>12:30 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор 6+</p> <p>15:00 «Есть тема!»</p> <p>16:25, 06:00 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур 6+</p> <p>18:35 Смешанные единоборства. UFC. Гловер Тейшейра против Иржи Прохазки</p> <p>21:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала</p> <p>01:20 Смешанные единоборства. ACA. Имран Букуев против Арена Акопяна</p>	<p>04:00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. Финал «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Заречье-Одинцово» (Московская область) 6+</p>  <p>08:00, 19:50 Д/ф «Застывшее мгновение»</p> <p>08:25 «Шоу на все времена». Руслан Проводников против Хосе Луиса Кастильо</p> <p>10:40 Д/ф «Архитекторы успеха»</p> <p>11:35 Смешанные единоборства. Olimpbet Наше дело. Виктор Немков против Хадиса Ибрагимова. Александр Грозин против Магомеда Сулумова</p> <p>14:00, 00:45 «Не о боях. Владислав Туйнов»</p> <p>14:20 Смешанные единоборства. ACA 178. Евгений Гончаров против Адама Богатырева. Анатолий Бойко против Узаира Абдуракова</p>	<p>16:40, 00:15 «КТО vs КОГО. Ударная неделя»</p> <p>17:10 Профессиональный Бокс. Winline Ночь Чемпионов IBA. Муслим Гаджимагомедов против Табисо Мчуну. Артем Сусленков против Джэка Муловайи</p> <p>19:35 «Моменты недели»</p> <p>20:15 Смешанные единоборства. UFC 318. Макс Холлоуэй против Дастина Порье. Пауло Коста против Романа Копылова</p> <p>22:45 «Карлос Олберг. Перед боем»</p> <p>01:05 «Наставники. Костя Цзю»</p> <p>01:30 Смешанные единоборства. UFC Fight Night. Гильерме Пат против Томаса Петерсена. Азамат Бекоев против Трейшона Гора</p> <p>03:55 Смешанные единоборства. ZFP 10. Руслан Кулиев против Валерия Захарова</p>
<p>05:40 «Не о боях. Мария Махмутова»</p> <p>06:00 Бокс. Bare Knuckle FC. Джейк Линдси против Элвина Брито. Зеб Винсент против Дуга Колтрейна</p>  <p>08:00, 04:10 Рыбалка в Абхазии</p> <p>08:30, 04:35 Рыбалка в Беларуси</p> <p>08:55, 15:50, 05:10 С Нормундом по водоемам Беларуси</p> <p>09:20, 17:20, 01:15, 05:35 Экспедиции Андрея Старкова</p> <p>09:50, 12:55, 17:55, 21:50, 01:50, 06:05 Двое против рыбы</p> <p>10:50, 06:00 К сезону готов</p> <p>10:55, 07:25 БАгатый улов</p> <p>11:20 Прибалтийский лосось</p> <p>11:50, 23:00 Рыболовный дневник</p> <p>14:00, 21:00, 07:50 Рыболовные тонкости</p> <p>14:15 Андрей Старков и его команда</p> <p>14:50 Рыбалка на Черемшане 6+</p> <p>15:20 Камский спиннинг</p>	<p>16:20 Игра по-крупному!</p> <p>16:55, 03:10 Ловись, рыба</p> <p>19:00, 22:55, 05:05 О главном</p> <p>19:05, 00:05 Рецепты старого Тифлиса</p> <p>19:25 Кулинарное путешествие</p> <p>19:55 Утиньи истории</p> <p>20:25 Поехали на рыбалку!</p> <p>23:30 Рыбалка сегодня XL</p> <p>00:15 Охота на хищника</p> <p>02:45 Рыбалка 360</p> <p>03:40 Безграничная рыбалка</p> <p>07:00 Рыбалка 360 6+</p>  <p>07:00, 02:10 Әнуран.</p> <p>07:05 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Барселона» (Испания) - «Атлетико».</p> <p>09.05, 16.45 «SPORT REVIEW» ақпараттық-сараптамалық бағдарламасы.</p> <p>09.30, 01.40 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасының шолуы.</p> <p>10.00 БОКС. Азия чемпионаты. Финал (Әйелдер). Тікелей эфир.</p>	<p>13.55 ФУТБОЛ. Қазақстан Республикасының кубогы. 1/16 финал «Хромтау» - «Жеңіс». Тікелей эфир.</p> <p>16.00 ӘЙЕЛДЕР КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Жартылай финал (53, 57, 62, 72 кг.). Тікелей эфир.</p> <p>17.00 ӘЙЕЛДЕР КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Финал (50, 55, 59, 68, 76 кг.). Тікелей эфир.</p> <p>19.30 «QAZSPORT алаңы» ТОҚ-ШОУЫ. «.</p> <p>20.15 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). «Ақтөбе» - «Алматы».</p> <p>21.35 ФУТБОЛ. УЕФА Конференция Лигасы. 1/4 финал «Райо Вальекано» (Испания) - АЕК (Грекия). Тікелей эфир.</p> <p>23.50 ФУТБОЛ. УЕФА Еуропа Лигасы. 1/4 финал «Порту» (Португалия) - «Ноттингем Форест» (Англия). Тікелей эфир.</p>




ПЯТНИЦА, 10 АПРЕЛЯ

08:00 «ЧМ-2026. Обратный отсчет» 09:00, 11:00, 14:55, 05:55 Новости 09:05, 13:35, 21:00, 23:35, 03:00 Все на Матч! 11:05 «Небесная грация» 6+ 11:25 «Эволюция спорта» 12:00 «Дело N» 12:30 Смешанные единоборства. UFC. Иржи Прохазка против Александра Ракича 14:35 «Лица страны. Марина и Артемий Каташинские» 15:00 «Есть тема!» 16:15 Хоккей. Благотворительный матч с участием легенд хоккея 18:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала 21:40 Баскетбол. Win1line Basket Сир. Финал четырех. 1/2 финала. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург) 6+ 23:50 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал» (Мадрид) - «Жирона» 6+	02:00 Евротур 04:00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. «Динамо» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург) 6+ 06:00 Смешанные единоборства. ONE FC  08:00 «Наставники. Мурад Бичуев» 08:30 Профессиональный Бокс. «Путь в RCC». Максим Черничук против Рамазона Алиматова. Савелий Садома против Артема Пчелякова 10:35 «Лица страны. Валерия Коблова» 10:50, 18:15, 01:15 «Моменты недели» 11:05 «Наставники. Федор Емельяненко»	11:35 Смешанные единоборства. Наше Дело. Эдуард Вартамян против Александра Грозина. Даурен Ермаков против Дмитрия Арышева 13:00 «Блог Бойца. Сибирский Конол» 13:30, 22:10, 05:30 «КТО vs КОГО. Ударная неделя» 14:00 «Звезды RCC». Никита Зонь 14:20 Смешанные единоборства. АСА 197. Александр Грозин против Филиппе Фроеса. Саламу Абдурахманов против Леонардо Силвы 16:45 «Не о боях. Владислав Туйнов» 17:05 Д/ф «Сильнейшее карате» 18:30 Смешанные единоборства. ONE FC 21:30 «Наизнанку. Братья Галочкины» 22:45 «Азамат Мурзаканов. Перед боем»	00:10 «Легенды ринга». Феликс Тринидад против Бернарда Холкина 01:30 Муайтай. Чмп. России из Ноябрьска 03:50 Наши в UFC 06:00 Смешанные единоборства. ONE FC. Регьян Эрсель против Рунгави. Чейз Манн против Джабира Джабраилова  08:00, 19:00, 04:20 Рыболовный дневник 08:30, 17:30, 05:15 Андрей Старков и его команда 08:55, 12:45, 16:50, 20:00, 01:10, 05:45 О главном 09:00, 12:55, 18:05, 22:05, 02:20, 05:50 Двое против рыбы 09:55, 07:10 Рыбалка на Черемшане 6+ 10:25, 07:35 Камский спиннинг 10:55, 01:15 С Нормундом по водомам Беларуси 11:25 Игра по-крупному! 12:00, 23:05 Ловись, рыба	12:30, 20:10 Рецепты старого Тифлиса 13:55, 20:30 Охота на хищника 14:25, 21:30, 01:50 Экспедиции Андрея Старкова 15:00 Кулинарное путешествие 15:30 Утиные истории 16:00 Поехали на рыбалку! 16:30, 03:40 Рыболовные тонкости 19:35 Рыбалка сегодня XL 23:40 Безграничная рыбалка 00:10 Рыбалка в Абхазии 00:40 Рыбалка в Беларуси 02:15 К сезону готов 03:15 Багатый улов 03:50 Прибалтийский лосось 06:40 Рыбалка 360 6+  07.00, 01.00 Энуран. 07.05 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Спортинг» (Португалия) - «Арсенал» (Англия). 09.05 «QAZSPORT алаңы» ТОК-ШОУЫ. «. 10.00 БОКС. Азия чемпионаты. Финал (Ерлер). Тикелей эфир.	14.55, 00.10 ФУТБОЛ. УЕФА Европа мен Конференция Лигасының шолуы. 15.45 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Жартылай финал (57, 65, 70, 79, 97 кг.). Тикелей эфир. 16.45 «SPORT REVIEW» ақпараттық-сараптамалық бағдарламасы. 17.00 ӘЙЕЛДЕР КҮРЕСІ. Азия чемпионаты. Финал (53, 57, 62, 72 кг.). Тикелей эфир. 19.30 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). Финал Тикелей эфир. 20.30 МӘНЕРЛЕП СЫРФАНАУ. Тикелей эфир.
--	---	--	--	---	---

СУББОТА, 11 АПРЕЛЯ

08:00 Смешанные единоборства. ONE FC 09:30, 11:00, 14:55 Новости 09:35, 15:00, 18:00, 21:00, 23:30, 02:00 Все на Матч! 11:05 «ЧМ-2026. Обратный отсчет» 13:50 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор 6+ 15:45 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Крылья Советов» (Самара) - «Ахмат» (Грозный) 6+ 18:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала 21:20 Футбол. Чемпионат Испании. «Барселона» - «Эспаньол» 6+	23:50 Футбол. Чемпионат Испании. «Севилья» - «Атлетико» 6+ 03:25 Матч! Парад 04:00 Смешанные единоборства. UFC. Иржи Прохазка против Карлоса Олберга [img]bo.tiff/[img] 08:00 Смешанные единоборства. ONE FC. Регьян Эрсель против Рунгави. Чейз Манн против Джабира Джабраилова 09:30 «КТО vs КОГО. Ударная неделя» 10:00 Д/ф «Дагестан. Земля чемпионов»	10:55 «Наизнанку. Братья Галочкины» 11:35 Смешанные единоборства. ONE FC 14:00 «Не о боях. Мария Махмутова» 14:20 «АСА. Гран-при легковесов» 16:55 Вольная борьба. Международные турниры. Кубок Ивана Ярыгина 18:55 Самбо. КМ 20:30 Д/ф «АСА 200. Новая эра» 21:05 Д/ф «Архитекторы успеха» 22:00 «Иржи Прохазка. Перед боем» 23:40 «Холодный расчет»	00:00 Смешанные единоборства. HEXAGONE MMA 43. Матье Дюкло против Ильяна Буафия. Бафод Гассам против Лайоша Паппа 02:00 Смешанные единоборства. UFC 327. Патрисио Питбуль против Аарона Пико. Матеуш Гамрот против Эстебана Рибовича 06:00 Смешанные единоборства. UFC 327. Иржи Прохазка против Карлоса Олберга. Джошуа Ван против Татсуно Таиры  08:00, 10:05, 12:05, 00:05, 02:05, 03:25 Рыбалка	09:30, 11:05, 01:05, 03:00 Рыбалка в России 10:00, 14:10, 18:00, 21:55, 02:00, 04:55 О главном 13:10, 16:25, 18:35, 22:00 Двое против рыбы 14:20, 17:25, 18:05, 20:15, 23:00 Леша, подсекай! 15:20, 20:50 На охотничьей тропе 20:45 К сезону готов 03:55, 05:00, 06:55 Пути-дороги 06:10 От первого лица  07.00, 01.00 Энуран. 07.05 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал ПСЖ - «Ливерпуль» (Англия). 09.00, 13.10, 16.45 «SPORT REVIEW» ақпараттық-сараптамалық бағдарламасы. 09.15, 00.30 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасының журналы. 09.45 «QAZSPORT алаңы» ТОК-ШОУЫ. «. 10.30 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Жұбаныш белдесулер (57, 65, 70, 79, 97 кг.). Іріктеу (61, 74, 86, 92, 125 кг.). Тикелей эфир.	13.25 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). Плей-офф. «Қарағанды» - «Ақтөбе». Тикелей эфир. 15.15 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасының шолуы. 15.45 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Жартылай финал (61, 74, 86, 92, 125 кг.). Тикелей эфир. 17.00 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Финал (57, 65, 70, 79, 97 кг.). Тикелей эфир. 19.30 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). Финал Тикелей эфир. 20.30 МӘНЕРЛЕП СЫРФАНАУ. Тикелей эфир. 22.05 ФУТБОЛ. УЕФА Европа мен Конференция Лигасының шолуы. 22.35 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Реал Мадрид» (Испания) - «Бавария».
--	---	--	--	--	--

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 12 АПРЕЛЯ

08:00 Смешанные единоборства. UFC. Иржи Прохазка против Карлоса Олберга 09:00 Бокс. Ваге Кнук1е FC 12:45 «ЧМ-2026. Обратный отсчет» 14:55, 03:10, 06:00 Новости 15:00, 17:55, 03:15 Все на Матч! 15:55 Баскетбол. Win1line Basket Сир. Финал четырех. Финал 6+ 18:15 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Спартак» (Москва) 6+ 20:30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Краснодар» 6+	23:40 Футбол. Чемпионат Италии. «Комо» - «Интер» 6+ 01:45 «После футбола с Георгием Черданцевым» 04:25 Гандбол. Кубок Победы. Женщины. Россия - Белоруссия 6+ 06:05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Автодор» (Саратов) - «Енисей» (Красноярск) 6+  08:00, 15:55 Смешанные единоборства. UFC 327. Иржи Прохазка против Карлоса Олберга. Джошуа Ван против Татсуно Таиры	09:00 Бокс. Ваге Кнук1е FC. Маки Питоло против Дуга Колтрейна. Кили Канеко против Джозефа Крира 12:45 Матч! Парад. Матч! Парад. Лучшие нокауты. Март 2026 13:15 «Лица страны. Валерия Коблова» 13:30 Смешанные единоборства. UFC 327. Патрисио Питбуль против Аарона Пико. Матеуш Гамрот против Эстебана Рибовича 18:20 Смешанные единоборства. АСА 202. Павел Гордеев против Брента Примуса. Томаш Дэк против Айка Казаряна	22:50 Смешанные единоборства. АСА 202. Тони Джонсон против Кирилла Корнилова. Эдуард Вартамян против Узаира Абдуракова 01:40 Самбо. КМ 03:25 Смешанные единоборства. ONE FC. Регьян Эрсель против Рунгави. Чейз Манн против Джабира Джабраилова 05:45 Профессиональный Бокс. Ночь Чемпионов ИВА. Шарабутдин Атаев против Лорена Альфонса Домингеса. Шавкат Рахимов против Эдуардо Нуньеса  08:00, 11:55, 16:00, 20:10, 00:00 О главном 08:05, 10:55, 00:10, 03:05, 04:55 Двое против рыбы	09:00, 12:00, 01:10, 01:50, 04:00, 05:50, 07:35 Леша, подсекай! 09:55, 02:15, 06:40 На охотничьей тропе 13:05, 15:25, 16:05, 17:40 Рыбалка 14:50, 16:35 Рыбалка в России 15:20, 01:40 К сезону готов 18:45, 20:55, 22:55 Рыболовная карта России 19:45, 20:20, 21:55 Рыболовное путешествие с чемпионом  07.00, 01.00 Энуран. 07.05 ФУТБОЛ. УЕФА Европа Лигасы. 1/4 финал «Брага» (Португалия) - «Бетис» (Испания). 08.55, 13.45, 20.30 «SPORT REVIEW» ақпараттық-сараптамалық бағдарламасы.	09.10 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасы. 1/4 финал «Барселона» (Испания) - «Атлетико». 11.00 «Астана». 12.55, 00.10 ФУТБОЛ. УЕФА Европа мен Конференция Лигасының журналы. 14.00 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Жұбаныш белдесулар (61, 74, 86, 92, 125 кг.). Тикелей эфир. 15.30 ФУТБОЛ. УЕФА Чемпиондар Лигасының шолуы. 16.00 ЕРКІН КҮРЕС. Азия чемпионаты. Финал (61, 74, 86, 92, 125 кг.). Тикелей эфир. 18.30 ВОЛЕЙБОЛ. Ұлттық Лига (Әйелдер). Финал Тикелей эфир. 20.45 БОКС. Азия чемпионаты. Финал (Ерлер).
--	---	--	--	---	---

К слову о прорывных бизнес-идеях: тот производитель, кто первым создаст и внедрит в свои телевизоры функцию, переключающую на другой канал в момент начала рекламы - 100% озолотится.

Вегетарианцев побаиваюсь - опасные люди. Если человек может внезапно нагнуться, сорвать горсть одуванчиков и тут же меланхолично сжевать беззащитные растения - чего от него еще можно ожидать?

- Доча, у тебя появился парень?
- Да.
- Отлично! Передай ему, что теперь покупать тебе очередной айфон - это его обязанность.

Молодая девушка:
- Раньше я посмеивалась над своей бабушкой. Она любила смотреть телевизор. «Добрый вечер, дорогие телезрители!» - говорил диктор. «Добрый вечер!» - отзывалась бабушка. Сегодня я поскандалила с навигатором...

Любая бредятина обретает глубину и смысл, если ей предшествуют слова «Как говорил Жириновский...»

Я выиграл в лотерею! Первый раз в жизни! Теперь могу не работать... 15 минут.

- Говорят, что труд сделал из обезьяны человека...
- Ага, а современное образование вернет человека к истокам.

Встречаются две одноклассницы - одна выглядит шикарно, вторая - сильно потрепанная и уставшая.
- Машуль, ты чего такая замученная?
- Так работа, Даша... с утра до ночи по заказам, клининг не легкая профессия, сама знаешь! А ты, я смотрю, шикарно выглядишь! Явно полы больше не драишь - замуж, что ли, удачно вскочила?
- Да нет, я все еще в сфере клининга, просто немного переквалифицировалась.
- Это как?
- Я теперь Госпожа-горничная - мне мужики платят за то, что я их в виде наказания заставляю убирать их же квартиру!

Работница кондитерской фабрики случайно поскользнулась и упала в чан, и все у нее стало в шоколаде.

В автобусе едет бабуля, о чем-то напряженно думает и вдруг начинает рассказывать «Мороз - Красный нос» вслух. Рядом сидящая женщина странно так на нее посматривает, не поймет, чего это она. Бабуля почти все дорассказала, поворачивается к соседке и говорит: «Вот, это помню, а вот за чем на базар ехала, не помню».

- Включи ВПН! Выключи ВПН! Включи ВПН! Выключи ВПН!..
- Дорогой, а во что это вы играете с малышом?
- Да вот решил его научить полезным навыкам, наверняка пригодится в жизни.

Ошибаются те, кто считает, что кошкам в принципе незнакома концепция личного пространства. Уточню - им незнакома концепция вашего личного пространства!

ПОНЕДЕЛЬНИК, 6 АПРЕЛЯ

06.00, 04.35 "П@УТИНА".	18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".	20.30 Х/ф "ВЫСТРЕЛ ВСЛЕПУЮ".	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".	17.10 "Соседи по планете".	13.00 "ОйнаIQ".	03.40 Жұлдызды шаңырақта.
07.00 "ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!"	20.35, 03.50 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР.	22.10 Х/ф "АННИГИЛЯЦИЯ".	12.00 Х/ф "Бизнес по-казахски в Турции".	17.35 "Бірде Қарағандыда".	14.00 М/с.	04.20 Япырай.
08.30 "ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!"	21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.	02.00 "Қызық Live".	14.00 Т/с "Сәке".	18.00 Шарайна.	15.00 Х/ф "Белые цыпочки".	05.53 Үзіліс.
10.00 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!"	21.40 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".	02.40 "Ұ-NIGHT SHOW".	17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумонг".	18.10 Т/с "Таңдау".	17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".	QAZAQSTAN
10.50 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР".	23.30 Т/с "ГОРЯЧИЙ".	04.00 "Екі езу".	19.00 "Astana times".	19.00 Т/с "Жүрек сыры".	19.00 Новости.	05.35 "Көңіл толқыны".
11.45 "ПУСТЬ ГОВОРЯТ".	04.10 Х/ф "БРАТ ИЛИ БРАК".	06.00, 04.00 "Өзіп студия".	22.00 Т/с "Сәнбеген жалын".	20.30 P.S.	19.30 Х/ф "Отпетые мошенницы".	06.00 Т/с "Құдаша қыз".
13.20 "АНАЛИТИКА".	НТК	06.30, 05.20 "Ризамын".	00.50 Т/с "Алпарслан 2".	21.10 "10 самых..."	21.30 Жаңалықтар.	07.00 "TANSHOLPAN".
14.10 "ЖАҢАЛЫҚТАР".	07.00 "Разминка".	07.00 "Күліп All".	5 канал	22.25 "Дорогие товарищи".	22.00 "КешREC".	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
14.20 "НОВОСТИ".	07.15, 03.20 Т/с "Достық 99".	07.30 "Тәтті шоу".	07.00 Апта репортажы. Ауа райы болжамы.	НОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ	7	10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.00 АҚПАРАТ.
14.30 "QOSLIKE".	07.40, 01.10 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".	08.00, 01.40 "31 әзіл".	07.10, 08.35, 14.30, 23.05, 00.00, 00.50 Д/ф.	06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".	06.02 Т/с "Өсекшілер".	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
18.30, 03.25 "БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР".	09.00 М/с "ЩЕНЯЧИЙ ПАТРУЛЬ".	09.00, 09.30, 10.20, 10.50 М/с.	07.20 "Мифы о еде".	07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.	07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
19.00, 03.50 "KOREMIZ-SHOY".	09.20 М/ф "РЕАЛЬНАЯ БЕЛКА 2".	11.40 Х/ф "Хотя бы кинода 3".	08.00 Репортаж недели Прогноз погоды.	07.50, 00.00 "Подкасты".	08.40 Т/с "ӘМІРШІ ӘЙЕЛ".	13.10 Т/с "Жат бауыр".
20.00, 01.00 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".	11.00, 19.00 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХ-БУК".	13.40 Х/ф "Коммандос".	08.15 "Утро доброе!"	09.00, 00.20 "Три Товарища".	10.00 "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ".	14.15 "Апта".
20.30 Т/с "ПОДКИДЫШ".	12.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".	15.30 Х/ф "Иллюзия обмана 2".	13.00, 20.00, 22.00 Новости. Прогноз погоды.	11.50, 15.50 Новости.	11.00 Т/с "Ветреный".	14.55 "Ақорда".
01.35 Т/с "УЧЕНИЦА МЕС-СИНГА".	16.00, 00.20 Т/с "ДВА ЛИЦА СТАМБУЛА".	18.10 Х/ф "Шопо-коп".	13.40 "Аңызды жоққа шығару".	12.00, 01.50 "Зеленая волна".	13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	15.10, 03.45 "Сағындырған өндер-ай".
ККК	17.00 Т/с "Қашан туасың".	20.00 Информбюро.	14.00, 19.30, 21.30 Шарайна. Ауа райы болжамы.	14.00, 20.00 Т/с.	13.30 Х/ф "Мой брат".	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
07.05, 05.30 "ӨНИМ СЕН ЕДІҢ".	17.20, 03.40 "INSTA TV".	21.00 Х/ф "Крепкий орешек".	14.10 "Жақсылардан ғибрат".	15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".	15.40 Т/с "Императрица Ки".	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
08.10, 02.50 Т/с "ДЖЕЛАЛАДДИН".	17.40 "РЕВЮ".	23.50 Т/с "Бозторғай".	15.00, 21.00 Новости.	19.00, 23.00 Т/с "Орлау-2".	17.00, 18.30 Т/с.	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
09.20 Х/ф "БРАТ ИЛИ БРАК".	18.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЗЕМЛЯНЕ".	02.40 "Time Vine".	16.00 Апта репортажы.	5 канал	18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	20.30 Т/с "ГҮЛДЕР СЫРЫ".
12.50 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".	19.30 "ОДНАЖДЫ В РОССИИ".	03.00 "TikTok show".	16.10 "Мой герой".	05.00, 01.00 Т/с "Фатмагүл".	19.30 НОВОСТИ.	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
16.40, 01.20 Т/с "ДЖАМАЙКА".	12.10, 21.40 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".	03.20, 05.00 "What's up?".	16.45 Обзор мировых событий.	07.00 "Ояні"	20.00 Т/с "ВЕТРЕНЬИЙ".	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
	14.10 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".	04.20 "1001 Әзіл".	17.00 Репортаж недели.	09.00 "Өлеумет".	23.20 Өзілің жарасса.	23.10 "1001 ТҮН".
	16.40, 01.20 Т/с "ДЖАМАЙКА".	04.30 "BALA BATTLE".		09.30 "Көзқарас".	01.20, 04.50 Жаңалықтар.	00.10 Т/с "Қыз тағдыры".
	18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".	ASTANATV		10.00, 23.00 Т/с "Эшрефтің арманы".	02.20 Т/с "Бастық боламын".	01.30 "Қазір айтайық".
	04.10 "КТК ҚОРЖЫНЫ".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".		12.00 Т/с "Келінжан 6".	03.00 Гүл-гүл шоу.	02.20 "Ашық алаң".
	НТК	06.50, 15.30 Т/с "Ана".				03.05 "Қызық өкен..."
	07.00 "Разминка".	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".				

ВТОРНИК, 7 АПРЕЛЯ

06.00, 04.35 "П@УТИНА".	12.10, 21.40 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".	22.00 Т/с "Сәнбеген жалын".	17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".	04.20 Япырай.
07.00 "ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!"	14.10 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".	00.50 Т/с "Алпарслан 2".	19.00 Новости.	05.53 Үзіліс.
08.30 "ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!"	16.40, 01.20 Т/с "ДЖАМАЙКА".	06.00, 04.00 "Өзіп студия".	19.30 Х/ф "Борьба с моей семьей".	QAZAQSTAN
10.00 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!"	18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".	06.30, 05.20 "Ризамын".	21.30 Жаңалықтар.	05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 02.00 АҚПАРАТ.
10.50 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР".	04.10 "КТК ҚОРЖЫНЫ".	07.00, 20.00 Информбюро.	22.00 "КешREC".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
11.50 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!"	НТК	08.00, 01.00 "31 әзіл".	7	07.00 "TANSHOLPAN".
12.45 Т/с "КРЕСТНЫЙ".	07.00 "Разминка".	08.00, 09.50, 10.50, 11.40 М/с.	06.02 Т/с "Өсекшілер".	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
14.00, 14.10 "ЖАҢАЛЫҚТАР".	07.15, 03.20 Т/с "Достық 99".	12.30 Х/ф "Бегущий в лабиринте".	07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
14.15, 14.20 "НОВОСТИ".	07.40, 01.10 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".	15.00 Х/ф "Крепкий орешек".	08.40 Т/с "ӘМІРШІ ӘЙЕЛ".	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
14.30 "QOSLIKE".	08.30 "INSTA LIKE".	18.00 Х/ф "Толстяк против всех".	10.00 "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ".	13.10 Т/с "Жат бауыр".
18.30, 03.25 "БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР".	09.00 М/с "ЩЕНЯЧИЙ ПАТРУЛЬ".	21.00 Х/ф "Крепкий орешек 2".	11.00 Т/с "Ветреный".	14.15 "АҚСАУЫТ".
19.00, 03.50 "KOREMIZ-SHOY".	09.30, 19.00 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХ-БУК".	23.30 Т/с "Бозторғай".	13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	14.35 Д/ф "Күл-талқан".
20.00, 01.00 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".	10.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЧУДЕСА СВЕТА 5".	02.40 "Time Vine".	13.15 НОВОСТИ.	15.05 "Сағындырған өндер-ай".
20.30 Т/с "ПОДКИДЫШ".	11.00, 18.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЗЕМЛЯНЕ".	03.00 "TikTok show".	13.30 Т/с "ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІ".	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
01.35 Т/с "УЧЕНИЦА МЕС-СИНГА".	12.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".	03.20, 05.00 "What's up?".	14.40 Т/с "ПОКА СТАНИЦА СПИТ".	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
ККК	16.00, 00.20 Т/с "ДВА ЛИЦА СТАМБУЛА".	04.20 "1001 Әзіл".	15.40 Т/с "Императрица Ки".	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
07.05, 20.35, 03.50 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР.	17.00 Т/с "Өмір".	04.30 "BALA BATTLE".	17.00, 18.30 Т/с.	20.30 Т/с "ГҮЛДЕР СЫРЫ".
07.25, 05.10 "ӨНИМ СЕН ЕДІҢ".	17.20, 03.40 "INSTA TV".	ASTANATV	18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
08.10, 02.50 Т/с "ДЖЕЛАЛАДДИН".	17.40 "РЕВЮ".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".	19.30 НОВОСТИ.	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
09.30, 21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.	19.30 "ОДНАЖДЫ В РОССИИ".	06.50, 15.30 Т/с "Ана".	20.00 Т/с "ВЕТРЕНЬИЙ".	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
10.10, 23.40 Т/с "ГОРЯЧИЙ".	20.30 Х/ф "КАПКАН".	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".	22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".	23.10 "Жарқын жүздесу".
	22.10 Х/ф "КАК ЖЕНА".	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".	23.20 Өзілің жарасса.	23.50 ФУТБОЛ. "СПОРТИНГ" (Португалия) "АРСЕНАЛ" (Англия).
	02.00 "Қызық Live".	12.00 Х/ф "Бизнес по-казахски в Индии".	01.20, 04.50 Жаңалықтар.	02.30 Т/с "Қыз тағдыры".
	02.40 "Ұ-NIGHT SHOW".	13.45 Т/с "Сәке".	02.20 Т/с "Бастық боламын".	03.20 "Қазір айтайық".
	04.00 "Екі езу".	17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумонг".	03.00 Гүл-гүл шоу.	04.00 "Ашық алаң".
	19.00 "Astana times".	19.00 "Astana times".	03.40 Жұлдызды шаңырақта.	

СРЕДА, 8 АПРЕЛЯ

06.00, 04.35 "П@УТИНА".	12.10, 21.40 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".	02.10 "Қызық Live".
07.00 "ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!"	14.10 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".	02.50 "Ұ-NIGHT SHOW".
08.30 "ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!"	16.40, 01.40 Т/с "ДЖА-МАЙКА".	04.10 "Екі езу".
10.00 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!"	18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".	06.00, 04.00 "Өзіл студия".
10.50 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР".	23.40 Т/с "ТВЕРСКАЯ".	06.30, 05.20 "Ризамын".
11.50 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!"	04.30 "КТК ҚОРЖЫНЫ".	07.00, 20.00 Информбюро.
12.45 Т/с "КРЕСТНЫЙ".	07.00 "Разминка".	08.00, 01.20 "31 әзіл".
14.00, 14.10 "ЖАҢАЛЫҚТАР".	07.15, 03.30 Т/с "Достық 99".	09.00, 09.50, 11.00, 11.50 М/с.
14.15, 14.20 "НОВОСТИ".	07.40, 01.20 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".	12.40 Х/ф "Шопо-коп".
14.30 "QOSLIKE".	08.30 "INSTA LIKE".	14.40 Х/ф "Крепкий орешек 2".
18.30, 03.25 "БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР".	09.00 М/с "ЩЕНЯЧИЙ ПАТРУЛЬ".	17.30 Х/ф "Ударная волна: Битва за Гонконг".
19.00, 03.50 "КОРЕМИЗ-ШОУ".	09.30, 19.00 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХ-БУК".	21.00 Х/ф "Крепкий орешек 3: Возмездие".
20.00, 01.00 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".	10.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЧУДЕСА СВЕТА 5".	23.40 Т/с "Бозторғай".
20.30 Т/с "ПОДКИДЫШ".	11.00, 18.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЗЕМЛЯНЕ".	02.40 "Time Vine".
01.35 Т/с "УЧЕНИЦА МЕС-СИНГА".	12.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".	03.00 "TikTok show".
07.05, 20.35, 04.10 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР.	16.00, 00.30 Т/с "ДВА ЛИЦА СТАМБУЛА".	03.20, 05.00 "What's up?".
07.25, 05.30 "ӘНІМ СЕН ЕДІҢ".	17.00 Т/с "Өмір".	04.20 "1001 Әзіл".
08.10, 03.10 Т/с "ДЖЕЛА-ЛАДДИН".	17.20, 03.50 "INSTA TV".	04.30 "BALA BATTLE".
09.30, 21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.	17.40 "РЕВЮ".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".
10.10 Т/с "ГОРЯЧИЙ".	19.30 "ОДНАЖДЫ В РОССИИ".	06.50, 15.30 Т/с "Ана".
	20.30 Х/ф "ЗАСАДА".	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".
	22.20 Х/ф "КЛУБ УБИЙЦ".	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".
		12.00 Х/ф "Кінәратсыз күн".
		14.00 Т/с "Сәке".

17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумонг".	06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".	21.30 Жаңалықтар.
19.00 "Astana times".	07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.	22.00 "КешREC".
22.00 Т/с "Сәнбеген жалын".	07.50, 00.00 "Подкасты".	05.40, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 02.50 АҚПАРАТ.
00.50 Т/с "Алпарслан 2".	08.00 "MyasSAGAn".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
	09.00, 00.20 "Три Товарища".	07.00 "TANSHOLPAN".
	11.50, 15.50 Новости.	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
	12.00, 01.50 "Зеленая волна".	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
	14.00, 20.00 Т/с.	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
	15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".	13.10 Т/с "Жат бауыр".
	19.00, 23.00 Т/с "Орлау-2".	14.15 "ЗАҢ АЛДЫНДА".
	05.00, 01.00 Т/с "Фатмагүл".	14.35 Д/ф "Түнгі ритм".
	07.00 "Ояні"	14.55 "Сағындырған өндер-ай".
	09.00 "Біздің назарда".	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
	09.30 Мировые новости.	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
	09.45 Әлем жаңалықтары.	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
	10.00, 23.00 Т/с "Эшрефтің арманы".	20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".
	12.00 Т/с "Келінжан".	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
	13.00 "ОйнаIQ".	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
	14.00 М/с.	23.10 "Жарқын жүздесу".
	15.00 Х/ф "Борьба с моей семьей".	23.50 ФУТБОЛ. ПСЖ "ЛИВЕРПУЛЬ" (Англия).
	17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".	02.00 Т/с "Қыз тағдыры".
	19.00 Новости.	03.20 "Қазір айтайық".
	19.30 Х/ф "Мужчины, женщины и дети".	04.00 "Ашық алаң".

06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".	06.00, 04.00 "Өзіл студия".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".
07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.	06.30, 05.20 "Ризамын".	06.50, 15.30 Т/с "Ана".
07.50, 00.00 "Подкасты".	07.00, 20.00 Информбюро.	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".
08.00 "MyasSAGAn".	08.00, 01.20 "31 әзіл".	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".
09.00, 00.20 "Три Товарища".	09.00, 09.50, 10.50, 11.40 М/с.	12.00 Х/ф "Кінәратсыз күн".
11.50, 15.50 Новости.	12.30 Х/ф "Толстяк против всех".	14.00 Т/с "Сәке".
12.00, 01.50 "Зеленая волна".	14.30 Х/ф "Крепкий орешек 3: Возмездие".	
14.00, 20.00 Т/с.	17.20 Х/ф "Звездный десант".	
15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".	21.00 Х/ф "Крепкий орешек 4".	
19.00, 23.00 Т/с "Орлау-2".	23.40 Т/с "Бозторғай".	
05.00, 01.00 Т/с "Фатмагүл".	02.40 "Time Vine".	
07.00 "Ояні"	03.00 "TikTok show".	
09.00 "Біздің назарда".	03.20, 05.00 "What's up?".	
09.30 Мировые новости.	04.20 "1001 Әзіл".	
09.45 Әлем жаңалықтары.	04.30 "BALA BATTLE".	
10.00, 23.00 Т/с "Эшрефтің арманы".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".	
12.00 Т/с "Келінжан".	06.50, 15.30 Т/с "Ана".	
13.00 "ОйнаIQ".	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".	
14.00 М/с.	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".	
15.00 Х/ф "Борьба с моей семьей".	12.00 Х/ф "Бақсы".	
17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".	14.00 Т/с "Сәке".	
19.00 Новости.	17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумонг".	
19.30 Х/ф "Мужчины, женщины и дети".	19.00 "Astana times".	

21.30 Жаңалықтар.	22.00 "КешREC".	05.40, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 02.50 АҚПАРАТ.
06.02 Т/с "Өсекшілер".	07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
07.00 Т/с "ЭМІРШІ ӘЙЕЛ".	08.40 Т/с "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ".	07.00 "TANSHOLPAN".
10.00 "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ".	11.00 Т/с "Ветреный".	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
11.00 Т/с "Ветреный".	13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	13.15 НОВОСТИ.	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
13.30 Т/с "ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІ".	14.40 Т/с "ПОКА СТАНИЦА СПИТ".	13.10 Т/с "Жат бауыр".
14.40 Т/с "ПОКА СТАНИЦА СПИТ".	15.40 Т/с "Императрица Ки".	14.15 "ЗАҢ АЛДЫНДА".
15.40 Т/с "Императрица Ки".	17.00, 18.30 Т/с.	14.35 Д/ф "Түнгі ритм".
17.00, 18.30 Т/с.	18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	14.55 "Сағындырған өндер-ай".
18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	19.30 НОВОСТИ.	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
19.30 НОВОСТИ.	20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".	22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".	23.20 Өзілің жарасса.	20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".
21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".	01.20, 04.50 Жаңалықтар.	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".	01.50, 05.20 Новости.	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
23.10 "Жарқын жүздесу".	02.20 Т/с "Бастық боламын".	23.10 "Жарқын жүздесу".
23.50 ФУТБОЛ. ПСЖ "ЛИВЕРПУЛЬ" (Англия).	03.00 Гүл-гүл шоу.	23.50 ФУТБОЛ. ПСЖ "ЛИВЕРПУЛЬ" (Англия).
02.00 Т/с "Қыз тағдыры".	03.40 Жұлдызды шаңырақта.	02.00 Т/с "Қыз тағдыры".
03.20 "Қазір айтайық".	04.20 Япырай.	03.20 "Қазір айтайық".
04.00 "Ашық алаң".	05.53 Үзіліс.	04.00 "Ашық алаң".

17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".	19.00 Новости.	03.40 Жұлдызды шаңырақта.
19.30 Х/ф "Страшно красив".	21.30 Жаңалықтар.	04.20 Япырай.
21.30 Жаңалықтар.	22.00 "КешREC".	05.53 Үзіліс.
05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.00 АҚПАРАТ.	06.02 Т/с "Өсекшілер".	05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.00 АҚПАРАТ.
06.10 Т/с "Құдаша қыз".	07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
07.00 "TANSHOLPAN".	08.40 Т/с "ЭМІРШІ ӘЙЕЛ".	07.00 "TANSHOLPAN".
09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".	10.00 "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ".	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
10.10 Т/с "Сезім мен серт".	11.00 Т/с "Ветреный".	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."	13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
13.10 Т/с "Жат бауыр".	13.15 НОВОСТИ.	13.10 Т/с "Жат бауыр".
14.15, 02.55 Д/ф "Соңғы үкім емес".	13.30 Т/с "ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІ".	14.15, 02.55 Д/ф "Соңғы үкім емес".
14.55, 03.30 "Сағындырған өндер-ай".	14.40 Т/с "ПОКА СТАНИЦА СПИТ".	14.55, 03.30 "Сағындырған өндер-ай".
16.00 Т/с "Қыздың жолы".	15.40 Т/с "Императрица Ки".	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".	17.00, 18.30 Т/с "ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ХЮРРЕМ".	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".	18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".	19.30 НОВОСТИ.	20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".
21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".	20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".	22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
23.10 "1001 ТҮН".	23.20 Өзілің жарасса.	23.10 "1001 ТҮН".
00.10 Т/с "Қыз тағдыры".	01.20, 04.50 Жаңалықтар.	00.10 Т/с "Қыз тағдыры".
01.30 "Қазір айтайық".	01.50, 05.20 Новости.	01.30 "Қазір айтайық".
02.10 "Ашық алаң".	02.20 Т/с "Бастық боламын".	02.10 "Ашық алаң".
	03.00 Гүл-гүл шоу.	

ЧЕТВЕРГ, 9 АПРЕЛЯ

06.00, 04.25 "П@УТИНА".	12.10, 21.40 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".	02.10 "Қызық Live".
07.00 "ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!"	14.10 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".	02.50 "Ұ-NIGHT SHOW".
08.30 "ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!"	16.40, 01.40 Т/с "ДЖА-МАЙКА".	04.10 "Екі езу".
10.00 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!"	18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".	06.00, 04.00 "Өзіл студия".
10.50 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР".	04.30 "КТК ҚОРЖЫНЫ".	06.30, 05.20 "Ризамын".
11.50 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!"	07.00 "Разминка".	07.00, 20.00 Информбюро.
12.45 Т/с "КРЕСТНЫЙ".	07.15, 03.40 Т/с "Достық 99".	08.00, 01.20 "31 әзіл".
14.00, 14.10 "ЖАҢАЛЫҚТАР".	07.40, 01.30 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".	09.00, 09.50, 10.50, 11.40 М/с.
14.15, 14.20 "НОВОСТИ".	08.30 "INSTA LIKE".	12.30 Х/ф "Толстяк против всех".
14.30 "QOSLIKE".	09.00 М/с "ЩЕНЯЧИЙ ПАТРУЛЬ".	14.30 Х/ф "Крепкий орешек 3: Возмездие".
18.30, 03.15 "БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР".	09.30, 19.00 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХ-БУК".	17.20 Х/ф "Звездный десант".
19.00, 03.40 "КОРЕМИЗ-ШОУ".	10.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЧУДЕСА СВЕТА 5".	21.00 Х/ф "Крепкий орешек 4".
20.00, 00.40 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".	11.00, 18.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЗЕМЛЯНЕ".	23.40 Т/с "Бозторғай".
20.30 Т/с "МОЙ БЛИЗКИЙ ВРАГ".	12.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".	02.40 "Time Vine".
01.15 Т/с "УЧЕНИЦА МЕС-СИНГА".	16.00, 00.40 Т/с "ДВА ЛИЦА СТАМБУЛА".	03.00 "TikTok show".
07.05, 20.35, 04.10 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР.	17.00 Т/с "Өмір".	03.20, 05.00 "What's up?".
07.25, 05.30 "ӘНІМ СЕН ЕДІҢ".	17.20, 04.00 "INSTA TV".	04.20 "1001 Әзіл".
08.10, 03.10 Т/с "ДЖЕЛА-ЛАДДИН".	17.40 "РЕВЮ".	04.30 "BALA BATTLE".
09.30, 21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.	19.30 "ОДНАЖДЫ В РОССИИ".	06.00 Т/с "Қош келдіңіз".
10.10, 23.40 Т/с "ТВЕРСКАЯ".	20.30 Х/ф "ВОЙНА ПО ПРИНУЖДЕНИЮ".	06.50, 15.30 Т/с "Ана".
	22.40 Х/ф "МУЛ".	09.00, 20.00 Т/с "Үкім".
	02.20 "Қызық Live".	10.30, 21.00 Т/с "Қорғансыздар 2".
	03.00 "Ұ-NIGHT SHOW".	12.00 Х/ф "Бақсы".
	04.20 "Екі езу".	14.00 Т/с "Сәке".
		17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумонг".
		19.00 "Astana times".

22.00 Т/с "Сәнбеген жалын".	06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".	21.30 Жаңалықтар.
00.50 Т/с "Алпарслан 2".	07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.	22.00 "КешREC".
	07.50, 00.00, 02.25 "Подкасты".	05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.00 АҚПАРАТ.
	08.00 "MyasSAGAn".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
	09.00, 00.20 "Три Товарища".	07.00 "TANSHOLPAN".
	11.50, 15.50 Новости.	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
	12.00, 01.50 "Твое Кино".	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
	14.00, 20.00 Т/с.	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
	15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".	13.10 Т/с "Жат бауыр".
	19.00, 23.00 Т/с "Орлау-2".	14.15, 02.55 Д/ф "Соңғы үкім емес".
	02.45 Ночной музыкальный канал.	14.55, 03.30 "Сағындырған өндер-ай".
	05.00, 01.00 Т/с "Фатмагүл".	16.00 Т/с "Қыздың жолы".
	07.00 "Ояні"	17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
	09.00 "Неосеть".	18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
	09.30 Мировые новости.	20.30 Т/с "ГУЛДЕР СЫРЫ".
	09.45 Әлем жаңалықтары.	21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
	10.00, 23.00 Т/с "Эшрефтің арманы".	22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
	12.00 Т/с "Келінжан".	23.10 "1001 ТҮН".
	13.00 "ОйнаIQ".	00.10 Т/с "Қыз тағдыры".
	14.00 М/с.	01.30 "Қазір айтайық".
	15.00 Х/ф "Мужчины, женщины и дети".	02.10 "Ашық алаң".

23.05 "Мой герой".	23.05 "Мой герой".	03.40 Жұлдызды шаңырақта.
23.35 "Тәуелсіздік тарландары".	00.50 "Сау болайық".	04.20 Япырай.
	06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".	05.53 Үзіліс.
	07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.	05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.00 АҚПАРАТ.
	07.50, 00.00, 02.25 "Подкасты".	06.10 Т/с "Құдаша қыз".
	08.00 "MyasSAGAn".	07.00 "TANSHOLPAN".
	09.00, 00.20 "Три Товарища".	09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
	11.50, 15.50 Новости.	10.10 Т/с "Сезім мен серт".
	12.00, 01.50 "Твое Кино".	12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
	14.00, 20.00 Т/с.	13.10 Т/с "Жат бауыр".
	15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".	14.1

ПЯТНИЦА, 10 АПРЕЛЯ

06.00, 04.15 "П@УТИНА".
07.00 "ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!"
08.30 "ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!"
10.00 "ЖИТЬ ЗДОРОВО!"
10.50 "МОДНЫЙ ПРИГОВОР".
11.50 "ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!"
12.45 Т/с "КРЕСТНЫЙ".
14.00, 14.10 "ЖАҢАЛЫҚТАР".
14.15, 14.20 "НОВОСТИ".
14.30 "QOSLIKE".
18.30, 03.00 "БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР".
19.00, 03.30 "KOREMIZ-SHOW".
20.00 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".
20.30 "ПАРЛАМЕНТ ONLINE".
20.55 "ПОЛЕ ЧУДЕС".
22.10 Т/с "РЫСЬ".
02.10 Т/с "ПАДЕНИЕ ОРДЕНА".
07.05, 20.35, 03.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР.
07.25, 04.50 "ӘНІМ СЕН ЕДІҢ".
08.10, 02.30 Т/с "ДЖЕЛА-ЛДДИН".
09.30, 21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.

10.10 Т/с "ТВЕРСКАЯ".
12.10 Т/с "КЛАН ЮВЕЛИРОВ".
14.10 Т/с "КОЛЬЦО С РУБИНОМ".
16.40, 01.00 Т/с "ДЖА-МАЙКА".
18.30 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".
21.40 Т/с "ЧА ЧА ЧА".
03.50 "КТК ҚОРЖЫНЫ".
07.00 "Разминка".
07.15, 03.50 Т/с "Достық 99".
07.40, 01.40 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".
08.30 "INSTA LIKE".
09.00 М/с "ЩЕНЯЧИЙ ПАТРУЛЬ".
09.30 "УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ. СМЕХБУК".
10.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЧУДЕСА СВЕТА 5".
11.00 "ОРЁЛ И РЕШКА. ЗЕМЛЯНЕ".
12.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".
16.00, 00.50 Т/с "ДВА ЛИЦА СТАМБУЛА".
17.00 Т/с "Өмір".
17.20, 04.10 "INSTA TV".
17.35 "OZMZ ғой".
18.00 Х/ф "ВОЙНА ПО ПРИНУЖДЕНИЮ".
20.20 Х/ф "ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ".
22.50 Х/ф "ВТОРАЯ ПОЛОВИНКА".
02.30 "Қызық Live".

03.10 "Ұ-NIGHT SHOW".
04.30 "Екі езу".
06.00, 04.00 "Өзіл студия".
06.30, 05.20 "Ризамын".
07.00, 20.00 Информбюро.
08.00, 01.00 "31 өзіл".
09.00, 09.50, 10.40, 11.30 М/с.
12.20 Х/ф "Ударная волна: Битва за Гонконг".
15.10 Х/ф "Крепкий орешек 4".
18.00 Х/ф "Власть огня".
21.00 Х/ф "Крепкий орешек: Хороший день, чтобы умереть".
23.00 Х/ф "Город золотого паука".
02.40 "Time Vine".
03.00 "TikTok show".
03.20, 05.00 "What's up?".
04.20 "1001 Өзіл".
04.30 "BALA BATTLE".
06.00 Т/с "Қош келдіңіз".
06.50, 15.30 Т/с "Ана".
09.00 Т/с "Үкім".
10.30, 21.00 Т/с "Қорғанысдар 2".
12.00 Т/с "Зу-Зу Күлпаш 3".
13.10 "Қолтаңба".
13.30 "Қарызсыз қоғам".

14.00 Т/с "Сәке".
17.30, 23.30 Т/с "Ханзада Жумон".
19.00 "Astana times".
20.00 Т/с "Үкім 2".
22.00 Т/с "Сенбеген жалын".
00.50 Х/ф "Айка".
07.00, 14.00, 19.30, 21.35 Шарайна. Ауа райы болжамы.
07.20, 13.30, 14.10, 17.40, 21.25, 23.05, 00.00, 01.10 Д/ф.
08.00, 13.00, 20.00, 22.00 Новости. Прогноз погоды.
08.20 "Утро доброе!".
08.30, 19.00 Т/с "Жүрек сыры".
09.00, 16.00, 18.00 Шарайна.
09.10, 18.10 Т/с "Таңдау".
13.10 P.S.
15.00, 17.00, 21.00 Новости.
15.10 "Хроники московского быта".
15.50 "Азия айнасы".
16.20 "Прощание".
17.20 "Айтарым бар".
18.50 "Ислам: сауалдар мен жауаптар".
20.30 "Специальный репортаж".
20.45 "Всё о государственных доходах".
21.10 "Арнайы репортаж".
22.25 "Наша смешная жизнь".

00.50 "Менің Қарағандым".
06.00, 16.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".
07.45, 13.50, 17.50 Жаңалықтар.
07.50 "Подкасты".
08.00, 14.00 "MyasSAGAn".
09.00, 00.20 "Три Товарища".
11.50, 15.50 Новости.
12.00, 01.50 "Зеленая волна".
14.25, 20.00 Д/ф "Қазақ даласының құпиялары".
15.00, 18.00, 05.15 "Сәтті күн".
19.00, 23.00 Т/с "Орлау-2".
20.40, 00.00 "ОБЗОР МИРОВЫХ НОВОСТЕЙ".
21.00 Т/с.
05.00, 01.00 Т/с "Фатмагүл".
07.00 "Ояні".
09.00 "Арнайы репортаж".
09.30 Мировые новости.
09.45 Әлем жаңалықтары.
10.00, 23.00 Т/с "Эшрефтің арман".
12.00 Т/с "Келінжан".
13.00 "ОйнаIQ".

14.00, 15.30 М/ф.
17.00 Т/с "Мечта Эшрефа".
19.00 Новости.
19.30 Х/ф "Экспат".
21.30 Жаңалықтар.
22.00 "Қоғам пікірі".
06.02 Т/с "Өсекшілер".
07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".
08.40 Т/с "ӘМІРШІ ӨЙЕЛ".
10.00 "ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬФИЛЬМ".
11.10 Т/с "Ветреный".
13.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.
13.15 НОВОСТИ.
13.30 Т/с "ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІ".
14.50 Т/с "ПОКА СТАНИЦА СПИТ".
15.50 Т/с "Императрица Ки".
17.00, 18.30 Т/с.
18.00 ЖАҢАЛЫҚТАР.
19.30 НОВОСТИ.
20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".
22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".
23.20 Өзілің жарасса.
01.20, 04.50 Жаңалықтар.
01.50, 05.20 Новости.
02.20 Т/с "Бастық боламын".
03.00 Гүл-гүл шоу.
03.40 Жұлдызды шаңырақта.
04.20 Япырай.
05.53 Үзіліс.

QAZAQSTAN
05.35, 10.00, 13.00, 17.00, 20.00, 01.40 АҚПАРАТ.
06.10 Т/с "Күйеу бала".
07.00 "TANSHOLPAN".
09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
10.10 Т/с "Сезім мен серт".
12.10 "ҚЫЗЫҚ ЕКЕН..."
13.10 Т/с "Жат бауыр".
14.15, 03.40 "Тазалық технологиясы".
14.45 "Сағындырған өндер-ай".
15.35 "КӨКЖИЕКТЕН АСҚАН ҮН".
16.00 Т/с "Қыздық жолы".
17.20 "ҚАЗІР АЙТАЙЫҚ".
18.00 Т/с "СЕЗІМ МЕН СЕРТ".
20.30 Т/с "ГҮЛДЕР СЫРЫ".
21.25 Т/с "ҚЫЗДЫҢ ЖОЛЫ".
22.20 "АШЫҚ АЛАҢ".
23.10 "1001 ТҮН".
00.10 "ПАРАСАТ МАЙДАНЫ".
00.50 Т/с "Қыз тағдыры".
02.10 "Қазір айтайық".
02.55 "Ашық алаң".
05.00 Япырай.
05.53 Үзіліс.

СУББОТА, 11 АПРЕЛЯ

06.00 Т/с "КОНЕЦ ИГРЫ".
08.00 "ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ".
08.35 "ПАРЛАМЕНТ ONLINE".
09.00 Х/ф "ДОРОГОЙ ПАПА".
10.45 Т/с "РЫСЬ".
15.00 "QOSLIKE".
17.45 Х/ф "КҮШІК ҚҰДА".
20.00 "АСАУ ЖАҢАЛЫҚТАР".
20.35 "ЗАҢ МЕН ЕЛ".
21.00 Т/с "Я ВСЕ ПРЕОДОЛЕЮ".
01.05 Х/ф "СЧАСТЬЕ МОЁ".
02.50 Т/с "ПАДЕНИЕ ОРДЕНА".
03.40 "П@УТИНА".
07.05 "ӘНІМ СЕН ЕДІҢ".
08.10, 03.40 Х/ф "СӘЛЕМ, МАХАББАТ".
09.40 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ.
10.20, 00.30 Т/с "ЧА ЧА ЧА".
14.00 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".
18.30, 05.00 "МАХАББАТ ӘЛЕМІ".
21.00 Т/с "КОЧЕВНИЦА 3".

07.00 "Ең күлкілі әртістер".
07.40, 01.10 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".
08.30 "INSTA LIKE".
09.00 М/с "ВСЫШ И ЧУДО-МАШИНКИ".
10.20 Х/ф "СЕКРЕТНАЯ ШТАБ-КВАРТИРА".
12.20 М/ф "НОРМ И НЕСОКРУШИМЫЕ: КЛЮЧИ ОТ КОРОЛЕВСТВА".
14.00 "СЕЗИМ БАҒЫ".
17.00 Х/ф "ПОДЗЕМЕЛНЯ И ДРАКОНЫ: ЧЕСТЬ СРЕДИ ВОРОВ".
19.30 Х/ф "НЕ БРАТЬ ЖИВЫМ".
21.30 Х/ф "ЧАС ТИШИНЫ".
23.20 Х/ф "МЕСТЬ".
02.00 "Қызық Live".
02.40 "Ұ-NIGHT SHOW".
03.20 "INSTA TV".
04.00 "Екі езу".
06.00, 04.40 "Өзіл студия".
07.00 "Күліп Алі".
07.30 "Тәтті шоу".
08.00, 09.10 М/с.
10.00 "Готовим с Адель".
10.40, 11.20 "Алдараспан".
11.00 Саумал.

12.20 Х/ф "Брат или Брак".
14.20 Х/ф "Отель для собак".
16.30 Х/ф "История игрушки: Большой побег".
18.30 Х/ф "Большой и добрый великан".
21.00 Х/ф "Железный человек 3".
23.50 Х/ф "Звездный десант".
02.00 "Bizdin show".
03.30 "Тамаша Live".
05.00 "1001 Өзіл".
05.10 "BALA BATTLE".
05.30 "What's up?".
06.00 Х/ф "Томирис".
09.00 Т/с "Үкім 2".
10.30, 21.00 Т/с "Қорғанысдар 2".
12.00 Х/ф "Бизнес по-казахски в Турции".
14.10 Х/ф "Бизнес по-казахски в Индии".
16.00 "Azilkeshi".
17.00 "Sagar times".
18.00 Х/ф "Ищу Тоғал для мужа".
20.00 Т/с "Үкім 2".

22.00 Т/с "Сенбеген жалын".
23.00 Х/ф "Рам и Лакхан".
10.00 Новости. Прогноз погоды.
10.50 "Доктор И...".
11.10, 12.20, 23.30, 00.00, 01.05 Д/ф.
11.40 "Нольден бастан".
12.00 "Ислам: сауалдар мен жауаптар".
12.50 Т/с "Таңдау".
13.30 Т/с "Жүрек сыры".
14.00 "Специальный репортаж".
14.15 "Мой герой".
14.50 "Арнайы репортаж".
15.00 "Беймәлім Алаш".
15.30 "Тәуелсіздік тәуекелдері".
16.10 "90-е".
16.50 "Прощание".
17.30, 22.00 Прогноз погоды. Ауа райы болжамы.
17.35 Обзор мировых событий.
17.50 Репортаж недели.
18.00 "Азия айнасы".
19.00 "Құрақ көрпе".
19.45 Апта репортажы.
20.00 Ауа райы болжамы. Прогноз погоды.

20.05 Х/ф "Секрет упавшей звезды".
21.30 "Точка зрения".
22.05 "Смех, дрожь и видео".
22.30 "Жақсылардан ғибрат".
23.00 "Қазақ даласының құпиялары".
00.20 "Неформат".
00.50 "Сау болайық".
06.00, 15.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".
08.30, 23.00 "Сәтті күн".
09.00 М/ф.
10.00, 19.50, 22.50 "MyasSAGAn".
11.00, 13.00, 20.00 Т/с.
22.00 "Подкасты".
00.00 "Твое Кино".
00.30 "Три Товарища".
02.00 "Зеленая волна".
05.00, 00.00 Т/с "Фатмагүл".
07.00 "Алғашқы".
08.00 Концерт "Табиғатым - махаббатым".
09.35 "Балам үшін...".
10.00 М/ф.
11.30 М/с.

12.00 Х/ф "Экспат".
14.00 "XXI ғасыр көшбасшысы".
15.30 "Қызық times".
16.45 Т/с "Келінжан".
19.00 "7 күн".
19.40 Жұмыр жер.
20.00 "Covershow".
22.00 Х/ф "Саботаж".
06.02 "Өзілің жарасса".
07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".
08.40 М/с.
09.00 Т/с "КАРАДАЙЫ. БЕСЦЕННАЯ ПРАВДА".
13.00 "Алдараспан".
15.10 "ЖАРҚЫРАҒАН ЖҮЛДЫЗ".
16.10 Х/ф "ХОРОШИЙ ДЕНЬ".
18.00 Т/с.
20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".
22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".
23.20 Х/ф "ВЛЮБЛЕННОЕ СЕРДЦЕ".
02.20 Гүл-гүл шоу.
03.10 Әйгерім Сейфолланың сырласу.
04.00 Жұлдызды шаңырақта.
04.30 Қызықты weekend.

QAZAQSTAN
05.35, 20.00, 02.10 АҚПАРАТ.
06.05, 04.25 "Ауылдастар".
06.40, 03.00 Т/с "Күйеу бала".
08.05 "Көңіл толқыны".
08.35 "Көкжиектен асқан үн".
09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
10.00 Т/с "Сезім мен серт".
12.00 "Қайырлы кеш!".
13.50 Жігер Ауыпбаевтың концерті.
16.05 Х/ф "Күлбике".
17.40 "ҚОС ПАЛАТА".
18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
20.10 "ӘЛЕМ ЖӘНЕ БІЗ".
20.30 Т/с "ГҮЛДЕР СЫРЫ".
21.20 "КӨКЖИЕКТЕН АСҚАН ҮН".
23.10 Х/ф "Лашықтан шыққан миллионер".
01.20 Т/с "Қыз тағдыры".
02.20 "Қос палата".
02.40 "Әлем және біз".

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 12 АПРЕЛЯ

06.00 Т/с "КОНЕЦ ИГРЫ".
06.50 "АСАУ ЖАҢАЛЫҚТАР".
07.25 "ЗАҢ МЕН ЕЛ".
07.50 Т/с "Я ВСЕ ПРЕОДОЛЕЮ".
11.35 Х/ф "ЛЕТНИЙ СНЕГ".
14.00 "ГОВОРИМ О ГЛАВНОМ".
15.00 "ЛЕТНИЙ СНЕГ". ПРОДОЛЖЕНИЕ.
17.25 Х/ф "ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ".
20.00 "АНАЛИТИКА".
20.50 "АНЫҚТАЙМЫЗ. РҮСПАН ӨТЕПБАЙМЕН".
21.40 Т/с "ВСЕ, ЧТО ЗАХОЧЕШЬ".
01.45 Т/с "ПАДЕНИЕ ОРДЕНА".
02.35 "П@УТИНА".
07.05 "МАХАББАТ ӘЛЕМІ".
09.00 Х/ф "МЕЙІРІМ".
10.30, 01.00 Т/с "КОЧЕВНИЦА 3".
14.00 Т/с "ОДНАЖДЫ В ЧУКУРОВА".
18.30, 05.00 "ЕРЖАН БЕЛГОЗИЕВ".
21.00 "ПОРТРЕТ НЕДЕЛИ".

22.00 "БЫЛО ДЕЛО".
23.10 Х/ф "БРАТ ИЛИ БРАК 3".
03.50 Х/ф "МЕЙІРІМ".
07.00 "Ең күлкілі әртістер".
07.40, 01.00 Т/с "Қатыгез Ыстамбұл".
08.30 "INSTA LIKE".
09.00 М/с "ВСЫШ И ЧУДО-МАШИНКИ".
10.20 М/ф "НОРМ И НЕСОКРУШИМЫЕ: КЛЮЧИ ОТ КОРОЛЕВСТВА".
11.50 М/ф "ОТВАЖНЫЙ БИМ И ПЕРНАТЫЕ КОЛОКОЛЬЧИКИ".
13.10 Х/ф "НЕНАСТОЯЩИЙ ВАМПИР".
14.30 Х/ф "ПОДЗЕМЕЛНЯ И ДРАКОНЫ: ЧЕСТЬ СРЕДИ ВОРОВ".
17.10 Х/ф "НЕ БРАТЬ ЖИВЫМ".
19.10 Х/ф "ЧАС ТИШИНЫ".
20.50 Х/ф "НАЦИЯ ВОРОВ".
22.50 Х/ф "ГРЯЗНЫЙ ЮГ".
01.50 "Қызық Live".
02.30 "Ұ-NIGHT SHOW".
03.50 "INSTA TV".
04.10 "Екі езу".

06.00, 05.00 "Өзіл студия".
07.00 "Күліп Алі".
07.30 "Тәтті шоу".
08.00, 08.50 М/с.
09.20 "Готовим с Адель".
10.00 "TeleBingo".
10.30, 01.40 "New me".
11.00 Саумал.
11.20, 03.00 "TikTok show".
11.30 Х/ф "Отель для собак".
13.40 Х/ф "История игрушки: Большой побег".
15.50 Х/ф "Большой и добрый великан".
18.20 Х/ф "Железный человек 3".
21.10 Х/ф "Бегущий в лабиринте: Испытание огнём".
23.50 Х/ф "Город золотого паука".
02.10 "31 өзіл".
03.30 "Time Vine".
03.50 "1001 Өзіл".
04.00 "BALA BATTLE".
04.30 "What's up?".
05.30 "Ризамын".
06.00 Т/с "Қош келдіңіз".
07.10 Д/ф "Ғылым жолы".
07.30 Т/с "Зу-Зу Күлпаш 3".

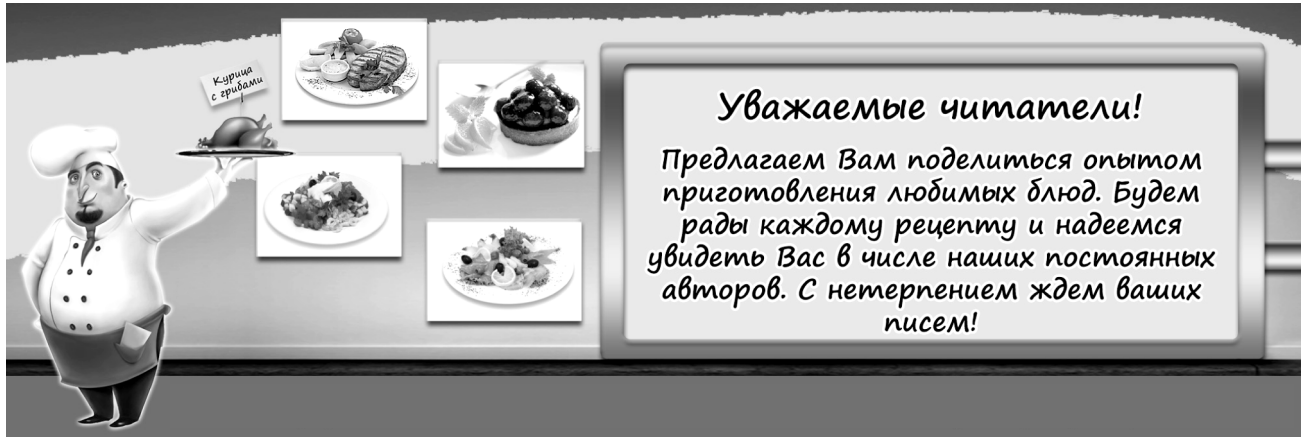
09.00, 20.00 Т/с "Үкім 2".
10.30, 21.00 Т/с "Қорғанысдар 2".
12.00 "Ән мен өнші".
13.00 "Шаншар".
15.30 Т/с "Пракурор".
22.00 Т/с "Сенбеген жалын".
23.30 Х/ф "Телохранитель".
10.00, 20.00 Ауа райы болжамы. Прогноз погоды.
10.05 "Мифы о оде".
10.45, 16.00, 23.30, 00.00, 01.30 Д/ф.
11.20 "Құрақ көрпе".
12.00 "Настоящий детектив".
12.40 "Хватит слухов".
13.00 "Соседи по планете".
13.30 "Баршаға қатысты бар".
13.45 "Ел тағдыры - ерлерге аманат!".
14.00 "Тәуелсіздік тәуекелдері".
14.35 "Беймәлім Алаш".
15.00 "Аңызды жоққа шығару".
15.15 "Қарағанды спортының 100 есімі".
16.30 "Точка зрения".

17.00 "Мир православной духовности".
17.30, 22.00 Прогноз погоды. Ауа райы болжамы.
17.35 "Азия айнасы".
19.00 "Құрақ көрпе".
19.40 "Ерлер елі ішінде".
20.05 Х/ф "Секрет упавшей звезды".
21.35 "Актёрские судьбы".
22.05 "10 самых...".
22.30 "Жақсылардан ғибрат".
23.00 "Қазақ даласының құпиялары".
00.20 "Неформат".
00.50 "Менің Қарағандым".
01.10 "Сайгез".
06.00, 15.00, 03.00 "Жүректен жүрекке".
08.30, 23.00 "Сәтті күн".
09.00 М/ф.
10.00, 11.30, 19.50, 22.30 "MyasSAGAn".
11.00, 13.00, 20.00 Т/с.
22.00 "ОБЗОР МИРОВЫХ НОВОСТЕЙ".
00.00 "Три Товарища".
01.30 "Подкасты".
01.45 "Зеленая волна".

05.00, 23.15 Т/с "Фатмагүл".
07.00 "Алғашқы".
08.00 "Құсқанат ғұмыр" концерті.
10.00 М/ф.
11.30 М/с.
12.00 Х/ф "Саботаж".
14.00 "Өмір өрнегі".
15.15 Т/с "Келінжан".
19.00 "7 күн".
19.40 Глобальные события.
20.00 "Қызық times".
21.15 Х/ф "Мне бы в небо".
06.02 "Жарқыраған жұлдыз".
07.00 Т/с "Үзілген жапырақтар".
08.40 М/с.
09.00 Т/с "КАРАДАЙЫ. БЕСЦЕННАЯ ПРАВДА".
13.00 Х/ф "Хороший день".
15.10 "Үздік өзілдер".
18.00 Т/с.
20.00 Т/с "ВЕТРЕННЫЙ".

QAZAQSTAN
22.00 Т/с "ҮЗІЛГЕН ЖАПЫРАҚТАР".
23.20 Х/ф "МОЙ БРАТ 2".
01.30 Гүл-гүл шоу.
02.10 Әйгерім Сейфолланың сырласу.
03.00 Жұлдызды шаңырақта.
04.20 Япырай.
05.13 Үзіліс.
05.35 АҚПАРАТ.
05.45, 03.35 "Ауылдастар".
06.15 "Көңіл толқыны".
07.10, 01.20 Т/с "Күйеу бала".
08.35 АРНАЙЫ ЖОБА.
09.00 Т/с "ҚЫЗ ТАҒДЫРЫ".
10.00 Т/с "Сезім мен серт".
12.00 "Көкжиектен асқан үн".
13.40 Х/ф "Күлбике".
15.15 Х/ф "Лашықтан шыққан миллионер".
17.40 "АҚОРДА".
18.00 Т/с "СЕЗИМ МЕН СЕРТ".
20.00 "АПТА".
20.40 Т/с "ГҮЛДЕР СЫРЫ".
21.30 "ҚАЙЫРЛЫ КЕШ!".
23.10 Т/с "Қыз тағдыры".
00.00 "Апта".
00.40 "Ақорда".
00.55 Арнайы жоба.
02.45 "Инжу-маржан".

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
08:00, 14:00, 20:00, 02:00 М/с «Живой гараж»	08:00, 14:00, 20:00, 02:00 М/с «Живой гараж»	08:00, 14:00, 20:00, 02:00 М/с «Живой гараж»	08:00, 14:00, 20:00, 02:00 М/с «Живой гараж»	08:00, 14:00, 20:00, 02:00 М/с «Живой гараж»	08:00, 16:00, 00:00 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица»	08:00, 16:00, 00:00 М/ф «Три богатыря и Наследница престола»
08:25, 14:25, 20:25, 02:25 М/с «Цветняшки»	08:25, 14:25, 20:25, 02:25 М/с «Цветняшки»	08:25, 14:25, 20:25, 02:25 М/с «Цветняшки»	08:25, 14:25, 20:25, 02:25 М/с «Цветняшки»	08:25, 14:25, 20:25, 02:25 М/с «Цветняшки»	09:15, 17:15, 01:15 М/ф «Три богатыря на дальних берегах»	09:25, 17:25, 01:25 М/ф «Снежная королева»
08:40, 14:40, 20:40, 02:40 М/с «Робозуна»	08:40, 14:40, 20:40, 02:40 М/с «Робозуна»	08:40, 14:40, 20:40, 02:40 М/с «Робозуна»	08:40, 14:40, 20:40, 02:40 М/с «Робозуна»	08:40, 14:40, 20:40, 02:40 М/с «Робозуна»	10:30, 18:30, 02:30 М/ф «Три богатыря: Ход конем»	10:45, 18:45, 02:45 М/ф «Снежная королева 2: Перезаморозка»
09:50, 21:50 М/с «Ювик с планеты Ю»	09:50, 21:50 М/с «Ювик с планеты Ю»	09:50, 21:50 М/с «Ювик с планеты Ю»	09:50, 21:50 М/с «Ювик с планеты Ю»	09:50, 21:50 М/с «Ювик с планеты Ю»	11:50, 19:50, 03:50 М/ф «Три богатыря и Морской царь»	12:05, 20:05, 04:05 М/ф «Снежная королева 3: Огонь и лед»
09:55, 15:55, 21:55, 03:55 М/с «Корги по имени Моко. Защитники планеты»	09:55, 15:55, 21:55, 03:55 М/с «Корги по имени Моко. Защитники планеты»	09:55, 15:55, 21:55, 03:55 М/с «Корги по имени Моко. Защитники планеты»	09:55, 15:55, 21:55, 03:55 М/с «Корги по имени Моко. Защитники планеты»	09:55, 15:55, 21:55, 03:55 М/с «Корги по имени Моко. Защитники планеты»	13:05, 21:05, 05:05 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта»	13:35, 21:35, 05:35 М/ф «Волки и Овцы: Ход свиньей»
10:25, 16:25, 22:25, 04:25 М/с «Край Бебис Мэдрик Тирс»	10:25, 16:25, 22:25, 04:25 М/с «Край Бебис Мэдрик Тирс»	10:25, 16:25, 22:25, 04:25 М/с «Край Бебис Мэдрик Тирс»	10:25, 16:25, 22:25, 04:25 М/с «Край Бебис Мэдрик Тирс»	10:25, 16:25, 22:25, 04:25 М/с «Край Бебис Мэдрик Тирс»	14:15, 22:15, 06:15 М/ф «Как поймают перо Жар-Птицы»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:50, 18:35, 23:50, 06:35 М/с «Пчелография»	11:55, 18:40, 06:40 М/с «Колобанга»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	11:45, 18:30, 23:45, 06:30 М/с «Пчелография»	10:45, 17:25, 22:45, 05:25 М/с «Тоботы. Детективы Галактики»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:55, 18:40, 06:40 М/с «Колобанга»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	11:55, 18:40, 06:40 М/с «Колобанга»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	11:55, 18:40, 06:40 М/с «Колобанга»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	12:20, 19:05, 00:20, 07:05 М/с «Команда Флоры»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
12:20, 19:05, 00:20, 07:05 М/с «Команда Флоры»	12:45, 19:30, 00:45, 07:30 М/с «Карбот»	12:10, 18:55, 06:55 М/с «Шушумагия»	12:20, 19:05, 00:20, 07:05 М/с «Команда Флоры»	12:20, 19:05, 00:20, 07:05 М/с «Команда Флоры»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
12:45, 19:30, 00:45, 07:30 М/с «Карбот»	13:15, 16:45, 01:15, 04:45 М/с «Династер»	12:20, 19:05, 00:20, 07:05 М/с «Команда Флоры»	12:45, 19:30, 00:45, 07:30 М/с «Карбот»	12:45, 19:30, 00:45, 07:30 М/с «Карбот»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
13:15, 16:45, 01:15, 04:45 М/с «Династер»	15:50, 03:50 М/с «Забезу. Уши с хвостиком»	12:45, 19:30, 00:45, 07:30 М/с «Карбот»	13:15, 16:45, 01:15, 04:45 М/с «Династер»	13:15, 16:45, 01:15, 04:45 М/с «Династер»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
15:50, 03:50 М/с «Забезу. Уши с хвостиком»	23:55 М/с «Бабушкины Сказки»	13:15, 16:45, 01:15, 04:45 М/с «Династер»	23:55 М/с «Бабушкины Сказки»	23:55 М/с «Бабушкины Сказки»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
23:55 М/с «Бабушкины Сказки»	07:00 «Ранние пташки» 0+	15:50, 03:50 М/с «Забезу. Уши с хвостиком»	07:00 «Ранние пташки» 0+	07:00 «Ранние пташки» 0+	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
07:00 «Ранние пташки» 0+	09:00 «С добрым утром, малыши!» 0+	07:00 «Ранние пташки» 0+	09:00 «С добрым утром, малыши!» 0+	09:00 «С добрым утром, малыши!» 0+	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
09:00 «С добрым утром, малыши!» 0+	09:30 М/с «Простоквашино»	09:00 «С добрым утром, малыши!» 0+	09:30 М/с «Фиксики. Самое время!»	09:30 М/с «Фиксики. Самое время!»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
09:30 М/с «Простоквашино»	11:05 М/с «Супер Крылья. Электрические герои»	09:30, 11:05 М/с «Барбоскины»	11:05 М/с «Супер Крылья. Электрические герои»	11:05 М/с «Супер Крылья. Электрические герои»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:05 М/с «Супер Крылья. Электрические герои»	11:20 М/с «Робокар Поли и его друзья»	09:30, 11:05 М/с «Барбоскины»	11:20 М/с «Робокар Поли и его друзья»	11:20 М/с «Робокар Поли и его друзья»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:20 М/с «Робокар Поли и его друзья»	11:30 М/с «Беби Борн»	11:00, 21:10 М/с «Пластинки»	11:35 М/с «Край Бебис. Волшебные слезки»	11:35 М/с «Край Бебис. Волшебные слезки»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:35 М/с «Беби Борн»	11:40 М/с «Три кота»	12:45 «Все, что вы хотели знать!» 6+	11:40 М/с «Три кота»	11:40 М/с «Три кота»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:40 М/с «Три кота»	12:45 «Парк Турум-Бурум» 0+	13:05 М/с «Геройчики»	12:45 Мастерская «Умелые ручки» 0+	12:45 Мастерская «Умелые ручки» 0+	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
13:05 М/с «Династер»	13:05 М/с «Династер»	13:05 М/с «Геройчики»	13:05 М/с «Династер»	13:05 М/с «Династер»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
13:20 М/с «Джи-Джи Бонд: Супергонщик»	13:20 М/с «Джи-Джи Бонд: Супергонщик»	15:15 М/с «Горошек и компания»	13:20 М/с «Джи-Джи Бонд: Супергонщик»	13:20 М/с «Джи-Джи Бонд: Супергонщик»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
13:35 М/с «Ум и Хрум»	13:35 М/с «Ум и Хрум»	16:30 «Навигатор. Новости» 0+	13:35 М/с «Ум и Хрум»	13:35 М/с «Ум и Хрум»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
15:45 М/с «Инфинити Надо»	15:45 М/с «Инфинити Надо»	16:40 М/с «Ум и Хрум»	13:35 М/с «Ум и Хрум»	13:35 М/с «Ум и Хрум»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
16:15 М/с «Минифорс. Сила динозавров»	16:15 М/с «Минифорс. Сила динозавров»	19:00 М/с «Кошечки-собачки»	15:45 М/с «Инфинити Надо»	15:45 М/с «Инфинити Надо»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
16:30 «Навигатор. Новости» 0+	16:30 «Навигатор. Новости» 0+	21:15 М/с «Мастер Витя и Мотор»	16:15 М/с «Минифорс. Сила динозавров»	16:15 М/с «Минифорс. Сила динозавров»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
16:40 М/с «Барбоскины»	16:40 М/с «Барбоскины»	23:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+	16:30 «Навигатор. Новости» 0+	16:30 «Навигатор. Новости» 0+	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
18:50 М/с «ЛОЛ Сюрприз. Семейные истории»	18:50 М/с «ЛОЛ Сюрприз. Семейные истории»	00:15 М/с «Тобот. Герои Дейдо»	18:50 М/с «ЛОЛ Сюрприз. Семейные истории»	18:50 М/с «ЛОЛ Сюрприз. Семейные истории»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
19:00 М/с «Ми-Ми-Мишки»	19:00 М/с «Ми-Ми-Мишки»	00:45 М/с «Метал Кард Бот»	19:00 М/с «Ми-Ми-Мишки»	19:00 М/с «Ми-Ми-Мишки»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
21:15 М/с «Оранжевая корова»	21:15 М/с «Оранжевая корова»	01:10 М/с «Фьюжн Макс. Новая эра»	21:15 М/с «Оранжевая корова»	21:15 М/с «Оранжевая корова»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
23:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+	23:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+	01:30 М/с «Приключения Пети и Волка»	23:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+	23:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
23:15 М/с «Лео и Тиг»	23:15 М/с «Лео и Тиг»	03:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты»	23:15 М/с «Лео и Тиг»	23:15 М/с «Лео и Тиг»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
00:15 М/с «Тобот. Герои Дейдо»	00:15 М/с «Тобот. Герои Дейдо»	04:20 М/с «Смешарики»	23:15 М/с «Лео и Тиг»	23:15 М/с «Лео и Тиг»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
00:45 М/с «Метал Кард Бот»	00:45 М/с «Метал Кард Бот»	07:00, 18:25 М/с «Барбоскины»	00:45 М/с «Метал Кард Бот»	00:45 М/с «Метал Кард Бот»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
01:10 М/с «Фьюжн Макс. Новая эра»	01:10 М/с «Фьюжн Макс. Новая эра»	11:00, 14:25 М/с «Три кота»	01:10 М/с «Фьюжн Макс. Новая эра»	01:10 М/с «Фьюжн Макс. Новая эра»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
01:30 М/с «Приключения Пети и Волка»	01:30 М/с «Приключения Пети и Волка»	13:25 М/с «Чебурашка»	01:30 М/с «Приключения Пети и Волка»	01:30 М/с «Приключения Пети и Волка»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
03:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты»	03:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты»	16:00 М/с «Чик-Чирикино»	03:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты»	03:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
04:20 М/с «Смешарики»	04:20 М/с «Смешарики»	17:00 М/с «Простоквашино»	04:20 М/с «Смешарики»	04:20 М/с «Смешарики»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
07:00, 18:25 М/с «Барбоскины»	07:00, 18:25 М/с «Барбоскины»	20:30 Т/с «Манюня»	07:00, 18:25 М/с «Барбоскины»	07:00, 18:25 М/с «Барбоскины»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
11:00, 14:25 М/с «Три кота»	11:00, 14:25 М/с «Три кота»	22:00 Т/с «Одни дома»	11:00, 14:25 М/с «Три кота»	11:00, 14:25 М/с «Три кота»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
13:25 М/с «Чебурашка»	13:25 М/с «Чебурашка»	23:40 Т/с «Родители. Так и живем»	13:25 М/с «Чебурашка»	13:25 М/с «Чебурашка»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
16:00 М/с «Чик-Чирикино»	16:00 М/с «Чик-Чирикино»	02:05 Т/с «Фитнес»	16:00 М/с «Чик-Чирикино»	16:00 М/с «Чик-Чирикино»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
17:00 М/с «Простоквашино»	17:00 М/с «Простоквашино»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	17:00 М/с «Простоквашино»	17:00 М/с «Простоквашино»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
20:20 Т/с «Манюня»	20:25 Т/с «Манюня»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	20:25 Т/с «Манюня»	20:25 Т/с «Манюня»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
22:00 Т/с «Одни дома»	22:00 Т/с «Одни дома»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	22:00 Т/с «Одни дома»	22:00 Т/с «Одни дома»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
23:35 Т/с «Родители. Так и живем»	23:35 Т/с «Родители. Так и живем»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	23:40 Т/с «Родители. Так и живем»	23:40 Т/с «Родители. Так и живем»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
02:05 Т/с «Фитнес»	02:05 Т/с «Фитнес»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	02:05 Т/с «Фитнес»	02:05 Т/с «Фитнес»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»
03:05 М/с «Маша и Медведь»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	03:05 М/с «Маша и Медведь»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»	15:25, 23:25, 07:25 М/с «Герои Гуджитсу»



Уважаемые читатели!

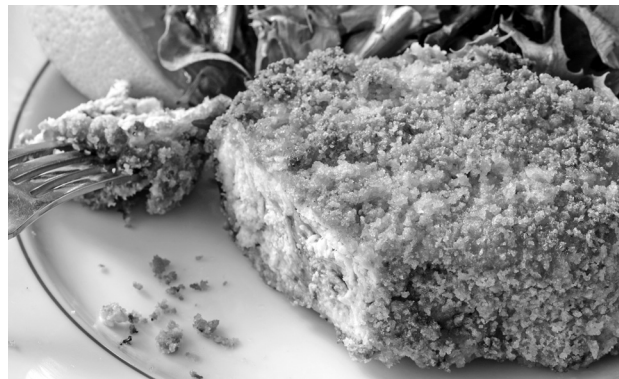
Предлагаем Вам поделиться опытом приготовления любимых блюд. Будем рады каждому рецепту и надеемся увидеть Вас в числе наших постоянных авторов. С нетерпением ждем ваших писем!



Отбивные

готовим вкусно и разнообразно

СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ ПОД ХРУСТЯЩЕЙ КОРОЧКОЙ



Ингредиенты:

- 8 свиных отбивных по 150 г,
- соль, свежемолотый черный перец,
- лимон для подачи.

Для корочки:

- 80 г панировочных сухарей,
- 70 г тертого пармезана,
- 100 мл оливкового масла,
- 5-6 филе анчоуса,
- 2 ст. л. каперсов,
- 5-7 веточек петрушки,
- 2 зубчика чеснока,
- 0,5 ч. л. орегано,
- свежемолотый черный перец.

Способ приготовления:

Обсушите мясо бумажными полотенцами и слегка отбейте между двумя слоями пленки. Посолите совсем немного и поперчите.

Для корочки очень мелко порубите петрушку. Раздавите и очистите чеснок, положите на петрушку вместе с анчоусами и каперсами и снова хорошенько порубите.

Смешайте сухари с орегано, черным перцем и пармезаном. Добавьте рубленую смесь, тщательно перемешайте. Влейте оливковое масло, еще раз перемешайте.

Разогрейте духовку до 200 °С. Застелите противень пергаментом, присыпьте смесью для корочки (немного) и на нее выложите отбивные.

Закройте каждую отбивную праной смесью, вжимая ее в мясо. Запекайте в центре духовки до золотисто-коричневой корочки, примерно 15 мин. Подавайте немедленно!

ШВЕЙЦАРСКИЕ БАРАНЬИ ОТБИВНЫЕ С СЫРНОЙ КОРОЧКОЙ



Ингредиенты:

- 12-18 бараньих отбивных на косточке,
- оливковое масло,
- 1 средний пучок петрушки,
- 5-7 веточек мяты,
- 60-70 фундука,
- 80 г тертого грюйера или другого твердого сыра,
- соль, свежемолотый черный перец.

Способ приготовления:

У баранины удалите лишний жир, зачистите косточки. Посолите мясо, поперчите, щедро смажьте оливковым маслом со всех сторон и заверните в пергамент. Держите в холодильнике 1-24 ч. Перед приготовлением выньте и дайте мясу согреться до комнатной температуры.

Разогрейте духовку до 160 °С и включите гриль, если он есть. Удалите у петрушки и мяты стебли, листочки мелко порубите.

Смешайте орехи с зеленью и пармезаном. Разделите получившуюся смесь на 12-18 частей.

Разогрейте на сильном огне сковороду-гриль без масла. Обжарьте отбивные партиями, начиная жарить с боковой стороны, где слой жира. На каждой стороне баранина должна жариться очень недолго, буквально 30 сек. Готовые отбивные складывайте на противень, застеленный пергаментом.

Очень быстро разложите смесь из сыра с зеленью на отбивные и поставьте противень в верхнюю треть духовки. Как только сыр расплавится, мясо готово. Подавайте его очень горячим.

ОТБИВНЫЕ В ЯЙЦЕ



Ингредиенты:

- 600-800 г телячьей или свиной вырезки,
- 2-3 яйца,
- 1,5 стакана муки,
- черный перец,
- топленое или растительное масло для жарения,
- соль.

Способ приготовления:

Нарежьте мясо поперек волокон на куски толщиной 2 см. Положите между двумя слоями пленки и отбейте скалкой или плоской стороной молотка для мяса, стараясь не повредить целостность куска. Посолите мясо со всех сторон и поперчите.

Муку насыпьте на доску горкой. Яйца взболтайте до однородности в глубокой широкой тарелке с щепоткой соли. Поставьте на средний огонь большую сковороду, нагрейте масло.

Обваливайте каждую отбивную в муке, стряхивайте лишнюю. Обмакивайте в яйцо со всех сторон, дайте стечь лишнему, снова обваливайте в муке и сразу кладите в горячее масло.

Жарьте по 1,5 мин. с каждой стороны, перевернув 2 раза. Подавайте отбивные очень-очень горячими!

ОТБИВНЫЕ В ОРЕХОВО-КОКОСОВОМ СОУСЕ



Ингредиенты:

- 800 г карбонада,
- 2 ст. л. топленого масла,
- соль, свежемолотый белый перец,
- рубленый жареный арахис и кинза для подачи.

Для соуса:

- 300 мл кокосового молока,
- 100 г очищенного нежареного арахиса,
- 4 зубчика чеснока,
- 3 см свежего корня имбиря,
- 1 ст. л. топленого масла,
- соль.

Способ приготовления:

Разрежьте мясо поперек волокон на 4 равных куска, отбейте до толщины 1 см, натрите отбивные солью и перцем со всех сторон.

Арахис измельчите в блендере или комбайне в порошок. Очистите и мелко нарежьте чеснок и имбирь. Разогрейте в кастрюльке масло, положите имбирь и чеснок, обжарьте, 1 мин. Влейте кокосовое молоко.

Доведите кокосовое молоко до кипения, посолите, добавьте молотый арахис или арахисовую пасту, размешайте до однородности, варите на минимальном огне 2 мин., снимите с огня.

В большой сковороде обжарьте отбивные на сильном огне 3 мин. Переверните, жарьте еще 2 мин. Затем полейте соусом и дождитесь, пока он закипит. Снимите с огня и сразу же подавайте, посыпав арахисом и кинзой.

ТЕЛЯЧЬИ ОТБИВНЫЕ С АЙВОЙ И БРУСНИКОЙ

Ингредиенты:

- 4 большие телячьи отбивные,
- 2 средние айвы,
- 400 г брусники,
- 100 мл сухого белого вина,
- 4 ст. л. гречишного меда,
- оливковое масло,
- соль, свежемолотый черный перец.

Способ приготовления:

Мясо слегка отбейте, натрите солью и перцем. Дайте полежать, пока готовится все остальное. Разогрейте духовку до 180 °С.

Айву вымойте щеткой, разрежьте на четвертинки, удалите сердцевину. Каждую четвертинку разрежьте вдоль пополам. Уложите айву в смазанную маслом глубокую жаропрочную форму, полейте вином, закройте фольгой. Поставьте в духовку на 15 мин.

Обжарьте отбивные в оливковом масле на сильном огне по 1 мин. с каждой стороны, переложите в форму с айвой. Запекайте 15 мин.

Для соуса в ту же сковороду, где жарились отбивные, влейте немного воды и отскребите прижарки. Добавьте мед и бруснику, слегка раздавите часть ягод. Перемешайте и доведите до кипения, приправьте солью и перцем.

Выньте форму из духовки, полейте мясо с айвой брусничным соусом и поставьте обратно, но уже без фольги. Запекайте еще 5 мин. Подавайте горячими!

10 ЛАЙФХАКОВ ДЛЯ ТЕХ, КТО ВЕЧНО НЕ УСПЕВАЕТ: НАЙТИ ВРЕМЯ НА ВСЕ



Есть люди, которые ничего не успевают и всегда куда-то опаздывают. Эти люди постоянно нервничают и раздражаются по пустякам. Вы из их числа? Поговорим о грамотной оптимизации времени, чтобы все успевать и не срываться на тех, кто не виноват в вашей неорганизованности.

1. Определяем приоритеты

Прежде всего, давайте разберемся, на что вообще должно уходить время и силы. Психологи утверждают, таких направлений - восемь. Это семья, отношения, здоровье, деньги, карьера, развитие, духовность и отдых. Из этого складывается жизнь. На это и нужно распределять свое время.

2. Составляем список задач

Работать нужно над каждой приоритетной областью. Для ясного понимания, что нужно делать для развития этих сфер, составьте список задач. Это можно сделать в любом органайзере, цифровом или бумажном, но нельзя - в голове. Освободите голову от лишней нагрузки.

3. Обновляем список задач

Как только задача из списка выполнена - удалите ее. Появилась новая - вносите. Так будет проще ориентироваться в том, что сделано, а чем предстоит заняться. Кроме того, вычеркивая задачи, каждый раз будете получать удовлетворение от того, как много вы, оказывается, успеваете.

4. Занимаемся планированием

К сожалению, в сутках всего 24 часа, то есть время фиксировано и ограничено, а значит стоит рационально относиться к его расходованию. Планирование дня, недели, месяца и даже года - отличный способ не терять время зря. Мозг понимает, что есть задачи, и под них выделено время. Это развивает чувство контроля и позволяет с головой погрузиться в момент здесь и сейчас.

5. Оставляем запас времени

Чем отличается хороший план дел от провального? В хороший план всегда включено время на доделывание, переделывание, форс-мажор и отдых. В противном случае ваш план еще больше усугубит текущее положение дел («ничего не успеваю»).

6. Играем в следователя

Несколько дней поиграйте в следователя - запишите, на что тратите время. Записывайте все, чем занимаетесь в течение дня. И обнаружите много часов, которые были потрачены на бесполезный серфинг в Интернете и разговоры по телефону ни о чем. И больше не будете задаваться вопросом, куда уходит время.

7. Избавляемся от иллюзий

Про Интернет поговорим отдельно - это главный пожиратель времени у большинства. И в этом легко убедиться, если проследить за активностью в социальных сетях. Посчитать это время помогут приложения - например, BreakFree для Android или Rescue Time для ПК. Вот и увидите, сколько на самом деле делятся ваши «пару минут».

8. Читаем книги по тайм-менеджменту

Книги по тайм-менеджменту удивительным образом превращают сложное в простое. А сколько любопытных приемов организации дел в них можно найти. Например, «лягушку» - когда с неприятного и трудного дела день начинается, а приятными и легкими продолжается. Или «якорь» - настройка на рутину рабочего дня с приятного ритуала (чашки кофе, приятной музыки). Есть много интересных приемов оптимизации жизни, которые лишь раз подтверждают: вы управляете временем, а не время - вами.

9. Наводим порядок в вещах

При чем здесь порядок? А сколько времени вы тратите на поиск бумаг, файлов, ключей, очков, носков, колготок? Хорошо, если все лежит на своих местах. Обычно же вещи лежат, где попало. Вот и наведите порядок. Пусть все лежит там, где должно - и не будете тратить кучу бесценного времени зря.

10. Прокачиваем физическую форму

Хорошая физическая форма - фундамент, на котором жидется высокая продуктивность, активность и успеваемость. Чтобы быть в хорошей физической форме, достаточно нормализовать режим труда и отдыха (высыпаться), заниматься 3-4 раза в неделю спортом (например, йогой), делать по утрам 5-минутную зарядку и, разумеется, правильно питаться. В здоровом теле - здоровый дух.

КАК УСКОРИТЬ МЕТАБОЛИЗМ: ЕЩЕ БЫСТРЕЕ



Известно, быстрый метаболизм - залог стройности. К сожалению, похвастаться активным обменом веществ могут немногие. А те, кто постоянно сидит на диетах, справедливо жалуются на организм, который превращает в жир все съеденное, включая воду. Сегодня мы поговорим о том, как встряхнуть метаболизм и переключить тело с накопления калорий на их сжигание.

1. Зеленый чай

Регулярное употребление зеленого чая (без булочек) ускоряет и весьма существенно обмен веществ. Обусловлен эффект наличием в зеленом чае катехинов. Катехины, к слову, еще и антиоксиданты, то есть вещества, которые защищают клетки от старения и болезней.

2. Черный кофе

Кофеин разгоняет обмен веществ сильнее катехинов, то есть чашка кофе стимулирует метаболизм активней. Правда, нервной и сердечно-сосудистой системам тоже достается «в плечи» - заводятся с пол-оборота. Нет проблем со здоровьем - пейте кофе. Пошаливает «моторчик» - переключайтесь на чай. Например, имбирный.

3. Имбирный чай

На Востоке говорят, имбирный чай «разогревает кровь». В переводе на общепонятный это означает - разгоняет обмен веществ. Именно поэтому имбирный чай - герой всех форумов для худеющих. А еще напиток укрепляет иммунитет, улучшает микрофлору и стимулирует либидо. Надо пить.

4. Просто вода

И все же самое прямое отношение к обмену веществ имеет вода. Обычная питьевая вода. Именно в ее среде происходят все те реакции, которые мы называем метаболизмом. При дефиците воды обмен веществ ухудшается. Делаем правильный вывод - надо пить больше воды, чтобы организм быстрее все растворял, транспортировал и выводил.

5. Контрастный душ

От питья воды переходим к водным процедурам, и далеко не гигиеническим. Оказывается, с помощью душа можно «включить» обмен веществ на целый день. Правда, душ называется контрастный - чередование горячей и холодной воды. Контрастное воздействие разных температур усиливает кровоток и активизирует работу эндокринной, нервной, мышечной и других систем. Бодрость получите сразу, стройность - потом. Начинать - сегодня.

6. Горячая вода

В горячей ванне взбодриться не получится, а ускорить обмен веществ - легко. Горячая ванна повышает потоотделение, прогревает организм и усиливает кровоток. Для большего эффекта добавьте морскую соль и эфирные масла, например, грейпфрутовое или хвойное. Принимать вечером.

7. Дробное питание

Лучше меньше да чаще - этот трюк не только держит метаболизм в тонусе, но и стабилизирует сахар в крови. Мы говорим о дробном питании, которое является золотым стандартом похудения. 6-7 приемов пищи через приблизительно равные промежутки времени не дадут обмену веществ уснуть.

8. Острая еда

Если чувствуете, что едите на малой скорости, вводите в рацион красный перец. Жгучее вещество капсаицин в его составе обладает фантастической способностью «разогреть кровь» - ускоряет обмен веществ на 25%. В отсутствии болезни желудка не отказывайте себе в удовольствии угоститься остреньким.

9. Кардионагрузки

Вообще любое движение учащает пульс, ускоряет кровообращение и, как следствие, метаболизм, но именно кардио (быстрая ходьба, танцы, велосипед, скакалка, бег) разгоняет обмен веществ до сверхвысоких скоростей и хорошо «сушит» тело.

10. Нарастить мышцы

Знаете ли вы, что мышечная ткань отличается высоким уровнем метаболизма? Объясним проще, мышцы в состоянии покоя требуют больше энергии, чем жир - в 2,5 раза! Вывод - наращивайте мышечную массу, и скорость обмена веществ даже в состоянии покоя будет стабильно высокой.

НА ЗАМЕТКУ

КАК СПРАВИТЬСЯ С ВЫГОРАНИЕМ: СИНДРОМ НАШЕГО ВРЕМЕНИ



Выгорание - глубокая эмоциональная усталость, при которой ничто не приносит радости, ничего не хочется делать, все раздражает и разочаровывает. Полная безнадега, против которой отдых почти бессилён. Как разжечь потухший огонь?

1. Активный отдых

Это только кажется, что лучший отдых в состоянии выгорания - плюхнуться на кровать. Эмоциональное выгорание от этого не пройдет. Лучше - куда-то съездить, что-то посетить. В общем, подвигаться и получить свежие впечатления.

2. Трезвый взгляд

Наряду с пассивным отдыхом, запрещен алкоголь, хотя в этом состоянии так и тянет к «рюмочке», чтобы расслабиться, снять напряжение, получить порцию удовольствия. Если «рюмочка» - разовая акция, то конечно, можно. Но если она становится частью системы - состояние выгорания только усугубится.

3. Здоровый сон

Высыпайтесь. О пользе здорового сна диссертации пишут. Сон - это отдых и восстановление. Сон - это лекарство от стресса, усталости и выгорания. Поэтому сделайте все возможное, чтобы вечером благополучно уснуть - снижайте активность, проветривайте комнату, пейте травяные чаи.

4. Медитация

Пожалуй, единственный вид пассивного отдыха, который можно рекомендовать при выгорании - медитация. Доказано, медитация улучшает работу мозга, снижает уровень беспокойства, укрепляет эмоциональный иммунитет. Стоит уделить внимание.

5. Отсутствие спешки

Не равняйтесь на тот уровень продуктивности, который был раньше. Пока он для вас - недостижимая планка. Просто примите как факт - сейчас вы не в состоянии жить на полную катушку. В список дел внесите лишь самые важные. Не берите на себя лишнюю нагрузку. Делегируйте ответственность. Не принимайте серьезных решений. Не торопитесь.

6. Поиск причины

Возможно, выгорание - следствие неправильного пути. Или жизненного тупика. Причиной эмоционального опустошения может быть тяжелая или нелюбимая работа, неподходящие отношения. Имейте смелость признаться в этом и что-то с этим сделать - поменять работу, расстаться с партнером.

7. Общение с животными

Домашние питомцы - антидепрессанты. Лечат от уныния, стрессов и выгорания лучше таблеток. Отлично с этой функцией, кроме собак и кошек, справляются аквариумные рыбки, хомяки и так называемые «муравьиные фермы».

8. Контроль эмоций

Следует понимать, в этом состоянии многие поступки совершаются под влиянием деструктивных эмоций. Поэтому, прежде чем накричать на близкого или поддаться соблазну уйти в загул или запой, трезво проанализируйте ситуацию. Что важнее - сохранить отношения с человеком или спустить пар? Иметь хорошее здоровье или ненадолго впасть в забытие? Научитесь контролировать сиюминутные желания и правильно расставлять приоритеты.

9. Смена обстановки

Любая обстановка, отличная от привычной, подарит новые впечатления, которые сейчас являются хорошей пищей для ума и души. Обратите внимание на конные прогулки, картинг, завтрак или ужин в незнакомом кафе, поездку за город или в другой город.

10. Соблюдая баланс

Наконец, проанализируйте, в достаточной ли мере вы заботитесь о таких трех сферах, как душа, тело и ум. Возможно, в вашей жизни достаточно спорта и интеллектуальной нагрузки, а душины нет. Или, наоборот, тело обделено вниманием. Или ум. Между тем развивать и наполнять нужно все три сферы без исключения.

КАРАГАНДА

Дата	Характеристика погоды	Температура день	воздуха ночь
6.04 пн.		+16	+9
7.04 вт.		+14	+7
8.04 ср.		+18	+7
9.04 чт.		+18	+7
10.04 пт.		+19	+10
11.04 сб.		+19	+10
12.04 вс.		+18	+9

АСТАНА

Дата	Характеристика погоды	Температура день	воздуха ночь
6.04 пн.		+12	+7
7.04 вт.		+15	+7
8.04 ср.		+19	+8
9.04 чт.		+18	+8
10.04 пт.		+19	+10
11.04 сб.		+19	+10
12.04 вс.		+16	+9

ПАВЛОДАР

Дата	Характеристика погоды	Температура день	воздуха ночь
6.04 пн.		+12	+7
7.04 вт.		+14	+6
8.04 ср.		+17	+5
9.04 чт.		+18	+7
10.04 пт.		+20	+10
11.04 сб.		+21	+10
12.04 вс.		+20	+11

ЖЕЗКАЗГАН

Дата	Характеристика погоды	Температура день	воздуха ночь
6.04 пн.		+22	+8
7.04 вт.		+19	+7
8.04 ср.		+20	+7
9.04 чт.		+19	+8
10.04 пт.		+20	+9
11.04 сб.		+19	+7
12.04 вс.		+20	+7



с 6 по 12 апреля



ОВЕН
Вас ждет неделя, когда вначале придется закрыть старые вопросы, а ближе к выходным появится сильный импульс к новым действиям, инициативам и личным победам. В работе это хорошее время для старта проектов и проявления лидерства, в любви - для честных разговоров без давления, а в деньгах важно действовать смело, но без лишней спешки и необдуманных решений. Под этим знаком родился Джесси Племонс.



ТЕЛЕЦ
Для вас эта неделя будет спокойной, но очень важной, потому что она поможет укрепить внутреннюю уверенность и навести порядок в финансах. В отношениях захочется тепла, надежности и ясности, в работе лучше сосредоточиться на практических шагах и долгосрочной выгоде, а в денежных вопросах полезно избегать лишних трат и выбирать только действительно нужное. Под этим знаком родилась Элинон Томлинсон.



БЛИЗНЕЦЫ
Неделя принесет много общения, новых идей и скрытых подсказок, которые помогут лучше понять и вовремя заметить важные детали. В профессиональной сфере стоит внимательно читать документы и слушать интуицию, в личной жизни лучше говорить прямо, но мягко, а в финансовых вопросах не следует доверять слишком красивым обещаниям и рискованным предложениям. Под этим знаком родился Арнольд Вослу.



РАК
Вам неделя поможет разобраться в себе, укрепить личные границы и понять, где их действительно ценят, а где просто привыкли пользоваться их добротой. В работе у вас появится шанс усилить авторитет за счет спокойствия и компетентности, в отношениях на первый план выйдет тема поддержки и доверия, а в деньгах важно мыслить практично и заранее продумывать будущие расходы. Под этим знаком родилась Сандра О.



ЛЕВ
Вас ждет неделя движения вперед, новых целей и роста внутренней уверенности. В карьере удачными будут публичные выступления, переговоры и творческие проекты, в любви важно проявлять не только яркость, но и внимание к партнеру, а в финансах лучше вкладываться в развитие и реальные перспективы, а не в эффектные, но пустые траты. Под этим знаком родилась Оливия Уильямс.



ДЕВА
Для вас неделя станет периодом полезной ревизии, когда нужно будет убрать лишние задачи, отказаться от неработающих схем и навести порядок там, где давно копился хаос. В работе особенно хорошо пойдут анализ, корректировки и планирование, в личной жизни назреет потребность в ясности и честности, а в денежных и бытовых вопросах лучше придерживаться дисциплины, умеренности и разумного контроля. Под этим знаком родилась Марина Федункив.



ВЕСЫ
Вам неделя принесет важные выводы в теме отношений, личного баланса и взаимности. В работе оживятся партнерские контакты и переговоры, но соглашаться на неудобные условия ради мира не стоит, в любви возможен значимый разговор, который многое расставит по местам, а в финансах особенно важно внимательно относиться к условиям, цифрам и договоренностям. Под этим знаком родилась Молли К.Куинн.



СКОРПИОН
Неделя даст шанс привести в порядок повседневную жизнь, рабочие процессы и даже внутреннее состояние. В профессиональной сфере возрастет нагрузка, но и возможность показать свою ценность, в личной жизни лучше отказаться от лишней подозрительности и не искать драму там, где ее нет, а в деньгах полезно закрыть практические вопросы, накопившиеся мелкие расходы и организационные дела. Под этим знаком родился Роберт Казински.



СТРЕЛЕЦ
Для вас неделя будет живой, вдохновляющей и более яркой, чем предыдущие. В любви возможны романтические импульсы и приятные знакомства, в работе хорошо пойдут проекты, связанные с саморепрезентацией, рекламой, обучением и креативом, а в финансовых вопросах важно не поддаваться азарту и делать ставку на перспективу, а не на быстрый эффект. Под этим знаком родилась Эмма Томас.



КОЗЕРОГ
Вам неделя подскажет, что пора уделить больше внимания дому, близким, личной опоре и тем решениям, которые формируют устойчивость на будущее. В работе не стоит торопиться с жесткими шагами в самом начале недели, в отношениях важно не уходить в холодность и молчание, а в деньгах полезно вкладываться в практичные вещи, комфорт и то, что реально укрепляет вашу базу. Под этим знаком родилась Юлия Галкина.



ВОДОЛЕЙ
Вас ждет насыщенная неделя, полная общения, новостей, идей, поездок и новых контактов. В работе это удачный период для продвижения, переговоров, рекламы и обучения, в личной жизни перспективное общение может неожиданно перейти в более близкий формат, а в финансовых вопросах стоит разумно тратить на технику, знания и инструменты, которые принесут пользу в будущем. Под этим знаком родился Люк Граймс.



РЫБЫ
Для вас неделя станет переходом от мечтательного состояния к более практичному взгляду на жизнь. В работе удачными будут творческие, интуитивные и тонкие задачи, в отношениях важно не растворяться в чужих эмоциях и яснее говорить о своих желаниях, а в финансах пришло время считать, планировать и повышать ценность собственного труда. Под этим знаком родилась Изабель Фурман.

ЕМЕХ

АВТО ЗАПЧАСТИ

в наличии и на заказ

г. Караганда, ул. Сатыбалдина, 29А

+7 701 876 45 39

ЕМЕХ

ПРОДАЖА АВТОЗАПЧАСТЕЙ

В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

г. Караганда, +7 701 876 45 39, ул. Сатыбалдина, 29А

www.nv.kz

[@nv.kz](https://t.me/nv_kz)

Свежие новости нашего города

Автозапчасти

ТОУОТА

в наличии и на заказ, **15 000** наименований

ЕМЕХ +7 701 876 45 39