

**ПОНЕДЕЛЬНИК / 10 ИЮЛЯ**

<b>1</b> 05.00 «Доброе утро» (с субтитрами)	<b>РОССИЯ 1</b> 05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)	09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
09.20 «АнтиФейк» (16+)	09.55 «О самом главном». (12+).
09.55 «Жить здорово!» (16+)	11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.30 Информационный канал (16+)	11.30, 17.30 «60 минут». (12+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+)	14.55 «СОФИЯ». (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	16.30 «Малахов». (16+).
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)	21.20 Русская серия. «СЫН». (16+).
21.00 «Время»	23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
22.00 «МАГОМАЕВ» (16+)	02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+).
23.00 «Большая игра» (16+)	
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обязательно к прочтению» (16+)	

<b>МАТЧ!</b> 06.00, 14.25 «Спортивный интерес» (12+).
06.30 «Магия большого спорта» (12+).
07.00, 09.40, 12.55, 14.55, 17.00, 18.55, 20.55 Новости.
07.05, 20.20, 23.00 Все на Матч!
09.45 Автоспорт. (0+).
10.05 «Кубок PARI Премьер». (12+).
10.25 Футбол. «Нефтчи» (Азербайджан) - «Црвена Звезда» (Сербия). (0+).
12.35, 23.40 Специальный репортаж (12+).
13.00 «Есть тема!»
15.00, 03.00 «Кто кого?» (12+).
15.30, 17.05 Х/ф «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ». (16+).
17.30 «Громко».
19.00 Смешанные единоборства. (16+).
21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов».
00.00 Д/с «Лошадиная сила». (12+).

<b>ТВУ</b> 06.00 «Настроение».
08.10 «Фактор БЕЗ опасности». (16+).
08.40 Х/ф «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЛЕС». (12+).
10.40, 04.40 Д/ф «Георгий Жженов. Судьба резидента». (16+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Х/ф «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ПРОКЛЯТИЕ МАСТЕРА». (12+).
13.40, 05.20 «Мой герой. Михаил Кожухов». (12+).
14.50 Город новостей.
15.00, 03.10 Х/ф «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. КАМЕННЫЙ ГОСТЬ». (12+).
17.00 Д/ф «Борис Хмельницкий. Одинокий донжуан». (16+).
18.05 Т/с «ОТЧИМ». (16+).
22.35 «Большая семья». (16+).
23.05 «Знак качества». (16+).
00.00 События. 25-й час.

<b>РОССИЯ</b> 06.30 «Пешком...».
07.00 «Театральная летопись».
07.55 Д/ф «Мальта».
08.20 «Жизнь и судьба».
08.45 Х/ф «КОРТИК».
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.15 Д/с «Забывшее ремесло».
11.35 Линия жизни.
12.45 Д/с «Отцы и дети».
13.15, 18.40, 01.10 Д/с «Ключ к разгадке древних сокровищ».
14.00 «Уроки рисования с Сергеем Андриякой».
14.30 Острова.
15.05 Х/ф «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН».
16.20 Д/ф «Когда исчезнут деньги...».
17.15, 01.55 Шедевры Прокофьева.
18.25 Д/с «Забывшее ремесло».
19.45 Невский ковчег.
20.15 Абсолютный слух.
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
21.15 «Я в дверях вечности стою».
21.45 Т/с «БАЯЗЕТ».
23.15 Д/ф «Конец эпохи негатива».
00.00 Т/с «СПРУТ».

<b>НТВ</b> 05.15 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).
06.10 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).
07.00 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).
10.00 «Сегодня».
10.35 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).
13.00 «Сегодня».
13.25 «Чрезвычайное происшествие».
14.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.20 «Сегодня в Москве».
16.45 Сериал «ЗИМОРОДОК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).
23.35 «Сегодня в Москве».
00.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).

**ВИДНОЕ ТВ**

05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ. ИТОГИ
06.00 МУЛЬТИчас 6 +
07.00 МУЛЬТИчас 6 +
08.00 МУЛЬТИчас 6 +
08.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +
08.30 НОВОСТИ. ИТОГИ
09.00 МУЛЬТИчас 6 +
09.55 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +
10.25 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +
11.05 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 + 6-я серия. «Индоктринируемость или манипулирование сознанием». Индоктринирование или наша склонность

принимать общие ценности некогда было важным эволюционным преимуществом вида homo sapiens. С ее помощью создавались цивилизации и осваивались новые континенты. Тем не менее Конрад Лоренц называл «индоктринирование» шестым грехом цивилизованного человечества. В 20 веке с помощью пропаганды тоталитарные режимы перепрограммировали целые нации, а транснациональные корпорации, используя рекламу, превратили безудержное потребление в новую религию западного общества. И в наши дни технологии искусственного интеллекта грозят тотальным подчи-

нением сознания. Останемся ли мы свободными людьми, самостоятельно принимающими решения, или превратимся в виртуальных шопоголиков, неспособных разумно и ответственно мыслить, став безвольным придатком компьютерных алгоритмов?

11.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +

12.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +

12.30 НОВОСТИ. ИТОГИ

13.00 Кино: ОФЕЛИЯ 12 +

14.50 Сериал: НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ 12+ Юлия Павлова (Анна Попова) – известная поп-певица. Еще недавно ее песни крутили на всех радиостанци-

ях и по ТВ, но теперь это в прошлом. Чтобы вернуть популярность своей подопечной, продюсеры решают организовать свадьбу Юли с новым дарованием – молодым музы-



кантом Ромой (Влад Соколовский). А кроме того, настаивают, чтобы уже не юная певица омолодилась в клинике пластической хирургии Данилова (Дмитрий Исаев). Павлова «ложится под нож» и едва не погибает. Данилов не может закончить операцию в срок – Юле нужно время, чтобы восстановиться. Но продюсеры не могут ждать, они потеряют целое состояние.

16.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +

16.30 НОВОСТИ. ИТОГИ

17.00 Сериал: ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ 12 +

18.40 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +

19.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +
19.30 НОВОСТИ
19.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +
21.25 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +
21.55 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 +
22.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +
22.30 НОВОСТИ
22.50 Сериал: НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ 12 +
00.25 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +
01.20 12 СОЗВЕЗДИЙ 12 +
01.30 НОВОСТИ
01.50 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+

**ВТОРНИК / 11 ИЮЛЯ**

<b>1</b> 05.00 «Доброе утро» (с субтитрами)	<b>РОССИЯ 1</b> 05.00, 09.30 «Утро России».
09.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)	09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.
09.20 «АнтиФейк» (16+)	09.55 «О самом главном». (12+).
09.55 «Жить здорово!» (16+)	11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.30 Информационный канал (16+)	11.30, 17.30 «60 минут». (12+).
16.00 «Мужское / Женское» (16+)	14.55 «СОФИЯ». (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	16.30 «Малахов». (16+).
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)	21.20 Русская серия. «СЫН». (16+).
21.00 «Время»	23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)	02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+).
23.00 «Большая игра» (16+)	
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги» (16+)	
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Все хотят летать» (16+)	

<b>МАТЧ!</b> 06.00, 14.25 «Спортивный интерес» (12+).
06.30 «Магия большого спорта» (12+).
07.00, 09.40, 12.55, 14.55, 17.00, 18.55, 20.55 Новости.
07.05, 15.30, 20.20, 23.00 Все на Матч!
09.45 Автоспорт. (0+).
10.05, 12.35, 23.40 Специальный репортаж (12+).
10.25 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Фенербахче» (Турция). (0+).
13.00 «Есть тема!»
15.00, 03.00 «Кто кого?» (12+).
16.30 «География спорта. Нижний Новгород» (12+).
17.05 Д/ф «Чемпионы». (12+).
19.00 Смешанные единоборства. (16+).
21.00 Бильярд.
00.00 Д/с «Лошадиная сила». (12+).

<b>ТВУ</b> 06.00 «Настроение».
08.20, 00.30 «Петровка, 38». (16+).
08.40 Х/ф «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЛЕС». (12+).
10.40, 04.40 Д/ф «Маргарита Терехова. Осколки зеркала». (16+).
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.
11.50 Х/ф «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ЛИБЕРЕЯ». (12+).
13.40, 05.20 «Мой герой. Ирина Старшенбаум». (12+).
14.45 Город новостей.
15.00, 03.10 Х/ф «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ПАУК». (12+).
16.55 Д/ф «Татьяна Пельцер. Бабушка-скандал». (16+).
18.05 Т/с «ОТЧИМ». (16+).
22.35 «10 самых... Верные вдовы». (16+).
23.05 «90-е. Звездное достоинство». (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.45 Д/ф «Расписные звезды». (16+).

<b>РОССИЯ</b> 06.30 «Пешком...».
07.00 «Театральная летопись».
07.30 Д/ф «Конец эпохи негатива».
08.20 «Жизнь и судьба».
08.40 Цвет времени.
08.45 Х/ф «КОРТИК».
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.15 Т/с «СПРУТ».
12.45 Пряничный домик.
13.15, 18.40, 01.10 Д/с «Ключ к разгадке древних сокровищ».
14.00 «Уроки рисования с Сергеем Андриякой».
14.30 Т/с «БАЯЗЕТ».
16.05 Д/с «Забывшее ремесло».
16.20 Д/ф «Битва за воду».
17.15, 01.55 Русский симфонизм. Шедевры Прокофьева.
18.10 Д/с «Книги, заглянувшие в будущее».
19.45 Невский ковчег.
20.15 Абсолютный слух.
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»
21.15 «Я в дверях вечности стою».
21.45 Т/с «БАЯЗЕТ».
23.15 Д/ф «Великие фотографии великой страны. Сергей Левцкий».
00.00 Т/с «СПРУТ».

<b>НТВ</b> 05.15 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).
06.10 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).
07.00 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).
10.00 «Сегодня».
10.35 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).
13.00 «Сегодня».
13.25 «Чрезвычайное происшествие».
14.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.20 «Сегодня в Москве».
16.45 Сериал «ЗИМОРОДОК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).
23.35 «Сегодня в Москве».
00.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).

**ВИДНОЕ ТВ**

05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ
05.50 МУЛЬТИчас 6 +
06.50 МУЛЬТИчас 6 +
07.50 МУЛЬТИчас 6 +
08.30 НОВОСТИ
08.50 МУЛЬТИчас 6 +
09.35 Документальный цикл: ИСКРЫ КАМИНА 12 +
10.05 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 + Цикл рассказывает о таких зонах на нашей планете, полных не отгаданных еще загадок, носящих следы древних цивилизаций и невиданных человеком существ. В нем выдвигаются

гипотезы, объясняющие тайны удивительных мест, и версии ученых и исследователей.

10.35 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +

11.15 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 + 7-я серия. «Разрыв с традицией». С середины 20 века «неофилия», или наше бездумное желание принимать новомодные идеи, привычки и вещи, стала определять культурную жизнь миллиардов людей. Эту, на первый взгляд, довольно невинную установку Конрад Лоренц считал седьмым грехом цивилизованного

человечества, ведь из-за нее происходит разрушение традиций, которые тысячи лет обеспечивали выживание роду homo sapiens. К каким последствиям может привести забвение опыта, ценностей и норм, которые веками обеспечивали преемственность человеческого общества?

11.45 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +

12.30 НОВОСТИ

12.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +

14.25 Сериал: НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ 12 +

16.00 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +

16.30 НОВОСТИ

16.55 Сериал: ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ 12 +

18.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +

19.30 НОВОСТИ

19.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 + Весна 1942 года. В результате тяжелых поражений Советская армия продолжает отступать, оставляя хлеботорные районы страны. Тяжелый труд по снабжению армии и тыла хлебом ложится на плечи женщин, стариков и подростков в отдаленных от фронта районах. Во главе северного колхоза «Новый

путь» становится Анфиса Минина, простая крестьянка и бывший бригадир. В помощь ей назначается переведенный из блокадного Ленинграда раненый фронтовик



Иван Лукашин. Непосильный труд и долг перед страной наполняют жизнь охваченных взаимным чувством героев.
21.20 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +
22.00 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 +
22.30 НОВОСТИ
22.50 Сериал: НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ 12 +
00.25 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +
01.30 НОВОСТИ
01.50 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+

**СРЕДА / 12 ИЮЛЯ**

**1** 05.00 «Доброе утро»  
09.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк» (16+)  
09.55 «Жить здорово!» (16+)  
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.30 Информационный канал (16+)  
16.00 «Мужское / Женское» (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика» (16+)  
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма» (16+)

**РОССИЯ** 05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.  
09.55 «О самом главном». (12+).  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 «60 минут». (12+).  
14.55 «СОФИЯ». (16+).  
16.30 «Малахов». (16+).  
21.20 Русская серия. «СЫН». (16+).  
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).  
02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+).

**МАТЧ!** 06.00, 14.25 «Спортивный интерес» (12+).  
06.30 «География спорта. Нижний Новгород» (12+).  
07.00, 09.40, 12.55, 14.55, 18.55 Новости.  
07.05, 18.30, 21.40 Все на Матч!  
09.45 Автоспорт. (0+).  
10.05, 12.35 Специальный репортаж (12+).  
10.25 Д/ф «Чемпионы». (12+).  
12.15 Матч! Парад (16+).  
13.00 «Есть тема!»  
15.00, 03.00 «Кто кого?» (12+).  
15.30 Все на Кубок PARI Премьер!  
16.15 Футбол.  
19.00 Футбол. «Фенербахче» (Турция) - «Црвена Звезда» (Сербия).  
22.30 Автоспорт. Дрэг-рейсинг. (0+).  
23.00 «Вы это видели» (12+).  
00.00 Д/с «Лошадиная сила». (12+).  
01.10 Боулинг. Кубок России. (0+).

**ТВУ** 06.00 «Настроение». 08.25, 00.30 «Петровка, 38». (16+).  
08.40 Х/ф «ИГРА С СЕНЬЮ». (12+).  
10.40, 04.45 Д/ф «Аристарх Ливанов. Счастье любит тишину». (16+).  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.  
11.50 Х/ф «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. БЕДНАЯ ЛИЗА». (12+).  
13.40, 05.20 «Мой герой. Анатолий Руденко». (12+).  
14.45 Город новостей.  
15.00, 03.15 Х/ф «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ПРОКЛЯТИЕ ПАМЯТИ». (12+).  
16.55 Д/ф «Александр Домогаров. Неудобный артист». (16+).  
18.05 Т/с «ОТЧИМ». (16+).  
22.40 «10 самых... Горький Запад». (16+).  
23.10 «Хроники московского быта». (12+).  
00.00 События. 25-й час.  
00.45 «Прощание. Сталин и Прокофьев». (12+).

**РОССИЯ** 06.30 «Пешком...». 07.00 «Театральная летопись».  
07.30 Д/ф «Великие фотографы великой страны. Сергей Левцкий».  
08.10 Цвет времени.  
08.20 «Жизнь и судьба».  
08.45 Х/ф «КОРТИК».  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры.  
10.15 «Наблюдатель».  
11.15 Т/с «СПРУТ».  
12.45 Пряничный домик.  
13.15, 18.40, 01.10 Д/с «Ключ к разгадке древних соковищ».  
14.00 «Уроки рисования»  
14.30 Т/с «БАЯЗЕТ»  
16.05 Д/с «Забывтое ремесло».  
16.20 Д/ф «Путешествие к центру Земли».  
17.15, 01.55 Шедевры Прокофьева.  
18.10 Д/с «Книги, заглянувшие в будущее».  
19.45 Невский ковчег.  
20.15 Абсолютный слух.  
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»  
21.15 «Я в дверях вечности стою».  
21.45 Т/с «БАЯЗЕТ».  
23.15 Д/ф «Великие фотографы великой страны. Евгений Халдей».  
00.00 Т/с «СПРУТ-2».

**НТВ** 05.20 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).  
06.10 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).  
07.00 «Утро. Самое лучшее» (16+).  
08.00 «Сегодня».  
08.25 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
10.00 «Сегодня».  
10.35 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
13.00 «Сегодня».  
13.25 «Чрезвычайное происшествие».  
14.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» (16+).  
16.00 «Сегодня».  
16.20 «Сегодня в Москве».  
16.45 Сериал «ЗИМОРОДОК» (16+).  
19.00 «Сегодня».  
20.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).  
23.35 «Сегодня в Москве».  
00.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).

**ВИДНОЕ ТВ**  
05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ  
05.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
06.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
07.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
08.30 НОВОСТИ  
08.55 МУЛЬТИЧас 6 +  
10.05 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 + Цикл рассказывает о таких зонах на нашей планете, полных не отгаданных еще загадок, носящих следы древних цивилизаций и невиданных человеком существ. В нем выдвигаются гипотезы, объясняющие тайны

удивительных мест, и версии ученых и исследователей.  
10.35 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +  
11.15 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 + 8-я серия. «Последний грех». Восьмым грехом человечества Конрад Лоренц считал атомное оружие, и он же полагал, что этот грех легко преодолеть. По этому поводу и по многим другим землянам сегодня как никогда необходима способность договариваться ради решения общих, глобальных проблем.  
Звериный эгоизм отдельных групп

или целых наций ведет к коллапсу, при котором не выживет никто. Как должно измениться человечество, чтобы использовать свой последний шанс на спасение? Грех в переводе с греческого означает «ошибка». Как человечеству лучше использовать еще оставшееся ему время для срочной работы над ошибками.  
11.45 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +  
12.30 НОВОСТИ  
12.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
14.25 Сериал: ПОГРУЖЕНИЕ 12 + Чем может закончиться невинная и

немного незаконная поездка к засекреченному карьеру? Игорь, черный копатель, дайвер и просто любитель приключений, приезжает сюда с братом и компанией друзей  
**БЕЗ РЕКЛАМЫ**  
**ПОГРУЖЕНИЕ**  
аномальная зона риска  
**ВИДНОЕ ТВ**

на поиски древнего поселения.  
Погружение в карьер оборачивается сюрпризом... Дайверы оказываются пленниками аномальной зоны. Зона была засекречена из-за экспериментов, и... люди остались жить в своих коконах. Смогут ли они выбраться из параллельного мира, существующего по своим собственным законам?  
16.00 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +  
16.30 НОВОСТИ  
16.50 Сериал: ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ 12 +

18.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +  
19.30 НОВОСТИ  
19.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
21.25 Документальный фильм: КУРСКАЯ БИТВА. ВРЕМЯ ПОБЕЖДАТЬ 12 +  
22.05 Документальный цикл: ВОСЕМЬ СМЕРТНЫХ ГРЕХОВ 12 +  
22.40 НОВОСТИ  
23.00 Сериал: ПОГРУЖЕНИЕ 12 +  
00.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +  
01.30 НОВОСТИ  
01.50 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+

**ЧЕТВЕРГ / 13 ИЮЛЯ**

**1** 05.00 «Доброе утро»  
09.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк» (16+)  
09.55 «Жить здорово!» (16+)  
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.30 Информационный канал (16+)  
16.00 «Мужское / Женское» (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «МАГОМАЕВ». (16+)  
23.00 «Большая игра» (16+)  
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями» (16+)  
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории» (16+)

**РОССИЯ** 05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время.  
09.55 «О самом главном». (12+).  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 «60 минут». (12+).  
14.55 «СОФИЯ». (16+).  
16.30 «Прямой эфир». (16+).  
21.20 Русская серия. «СЫН». (16+).  
23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).  
02.05 «РАЯ ЗНАЕТ ВСЁ!» (12+).

**МАТЧ!** 06.00, 14.25 «Спортивный интерес» (12+).  
06.30 Автоспорт. Дрэг-рейсинг. (0+).  
07.00, 09.40, 12.55, 14.55, 17.00, 18.55, 20.55 Новости.  
07.05, 15.30, 20.20, 23.00 Все на Матч!  
09.45 Автоспорт. (0+).  
10.05 «Кубок PARI Премьер». (12+).  
10.25 Футбол. «Фенербахче» (Турция) - «Црвена Звезда» (Сербия). (0+).  
12.35, 23.40 Специальный репортаж (12+).  
13.00 «Есть тема!»  
15.00, 03.00 «Кто кого?» (12+).  
16.30 Автоспорт. (0+).  
17.05 Д/ф «Марадона. Смерть бога». (16+).  
19.00 Профессиональный бокс. (16+).  
21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов».  
00.00 Д/с «Лошадиная сила». (12+).

**ТВУ** 06.00 «Настроение». 08.20, 00.30 «Петровка, 38». (16+).  
08.40 Х/ф «ИГРА С СЕНЬЮ». (12+).  
10.40, 04.45 Д/ф «Сергей Шакуров. Плохой хороший человек». (16+).  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События.  
11.45 Х/ф «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ТРИНАДЦАТОЕ КОЛЕНО». (12+).  
13.40, 05.20 «Мой герой. Олег Штефанко». (12+).  
14.45 Город новостей.  
15.00, 03.15 Х/ф «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ПРОКЛЯТИЕ ПАМЯТИ». (12+).  
16.55 Д/ф «Марина Ладнынина. В плену измен». (16+).  
18.05 Т/с «ОТЧИМ». (16+).  
22.40 «10 самых... Странные увлечения звездных деток». (16+).  
23.10 Д/ф «Актёрские драмы. Неравный брак». (16+).  
00.00 События. 25-й час.  
00.45 Д/ф «Обыкновенный нацизм». (16+).

**РОССИЯ** 06.30 «Пешком...». 07.00 «Театральная летопись».  
07.30 Д/ф «Великие фотографы великой страны. Евгений Халдей».  
08.10 Цвет времени.  
08.20 «Жизнь и судьба».  
08.40 Д/с «Забывтое ремесло».  
08.50 Х/ф «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА».  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры.  
10.15 «Наблюдатель».  
11.15 Т/с «СПРУТ-2».  
12.15 Д/с «Первые в мире».  
12.45 Пряничный домик.  
13.15, 18.40, 01.15 Д/с «Ключ к разгадке древних соковищ».  
14.00 «Уроки рисования с Сергеем Андриякой».  
14.30 Т/с «БАЯЗЕТ».  
16.05 Д/с «Забывтое ремесло».  
16.20 Д/ф «Без леза?».  
17.15, 02.00 Шедевры Прокофьева.  
18.10 Д/с «Книги, заглянувшие в будущее».  
19.45 Невский ковчег.  
20.15 Абсолютный слух.  
20.55 «Спокойной ночи, малыши!»  
21.15 «Я в дверях вечности стою».  
21.45 Т/с «БАЯЗЕТ».  
23.15 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете».  
00.00 Т/с «СПРУТ-2».

**НТВ** 05.20 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).  
06.10 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).  
08.00 «Сегодня».  
08.25 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
10.00 «Сегодня».  
10.35 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
13.00 «Сегодня».  
13.25 «Чрезвычайное происшествие».  
14.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» (16+).  
16.00 «Сегодня».  
16.20 «Сегодня в Москве».  
16.45 Сериал «ЗИМОРОДОК» (16+).  
19.00 «Сегодня».  
20.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).  
23.35 «Сегодня в Москве».  
00.25 «Основано на реальных событиях» (16+).

**ВИДНОЕ ТВ**  
05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ  
05.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
06.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
07.50 МУЛЬТИЧас 6 +  
08.30 НОВОСТИ  
08.55 МУЛЬТИЧас 6 +  
10.05 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +  
10.35 Документальный фильм: ПОДЗЕМНЫЕ ДВОРЦЫ ДЛЯ ВОЖДЯ И СИНИЦЫ 12 +  
11.15 Документальный цикл: ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 12 + «Этнография – венец всех гуманитарных наук, ибо она изучает все народы, все человечество в его

прошлом и настоящем». Этой заповеди, сформулированной русским этнографом Львом Штернбергом, и старается следовать группа проекта «Земля людей» во всех своих экспедициях в далекие российские регионы. На территории России проживает более ста девяноста народностей, что открывает большие возможности для масштабного исследования средствами визуальной антропологии и этнографии.  
11.44 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 + Земля – это огромнейший тайник древних сокровищ, которые могут

рассказать о том, что было за много тысячелетий до нас. И есть люди, которые разыскивают древнейшие артефакты, чтобы передать знания о прошлом потомкам. Их версии не всегда совпадают с тем, что утверждает официальная историческая наука. Но эти люди верят, что история нашей страны началась не в 9-м веке, с создания Киевской Руси, а намного раньше. И что гигантские территории – от Кольского полуострова до Дальнего Востока – были вотчиной не только диких племен, но и вполне развитых цивилизаций. Следы этих цивилизаций они нахо-

дят повсюду. И делают все для того, чтобы освободить из плена времени уникальные находки.  
12.30 НОВОСТИ  
12.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
14.25 Сериал: ПОГРУЖЕНИЕ 12 +  
16.00 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +  
16.30 НОВОСТИ  
16.55 Сериал: ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ 12+ После неудачной первой любви Наталья Орлова решила больше никогда не бросаться в омут с головой и, руководствуясь разумом, смогла добиться больших высот в жизни. Теперь главная героиня русского сериала «От ненависти

**БЕЗ РЕКЛАМЫ**  
**ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ**  
**ВИДНОЕ ТВ**  
до любви» – успешная бизнес-леди и владелица собственного отеля в Подмосковье. Но может ли женщина чувствовать себя полностью счастливой благодаря отличной карьере?

18.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +  
19.30 НОВОСТИ  
19.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
21.25 Документальный фильм: ПОДЗЕМНЫЕ ДВОРЦЫ ДЛЯ ВОЖДЯ И СИНИЦЫ 12 +  
22.05 Документальный цикл: ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 12 +  
22.40 НОВОСТИ  
23.00 Сериал: ПОГРУЖЕНИЕ 12 +  
00.35 Документальный цикл: ЗАГАДКИ ЦИВИЛИЗАЦИИ. РУССКАЯ ВЕРСИЯ 12 +  
01.30 НОВОСТИ  
01.50 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+

**ПЯТНИЦА / 14 ИЮЛЯ**

**1** 05.00 «Доброе утро»  
09.00, 12.00, 15.00 Новости  
(с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк» (16+)  
09.55 «Жить здорово!» (16+)  
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.35 Информационный канал (16+)  
16.00 «Мужское / Женское» (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.50 «Поле чудес» (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Через тернии к звездам» (12+)  
23.30 «Джим Моррисон - Последние дни в Париже» (18+)  
00.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Не лыком шиты» (16+)  
01.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «20 лет спустя» (16+)

**РОССИЯ** 05.00, 09.30 «Утро России».  
09.00, 14.40, 21.35 Вести. Местное время.  
09.55 «О самом главном». (12+).  
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.  
11.30, 17.30 «60 минут». (12+).  
15.05 «Веймарская республика». (16+).  
16.30 «Прямой эфир». (16+).  
21.50 Торжественная церемония открытия XXXII Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске».  
23.55 «ТАНЕЦ ДЛЯ ДВОИХ». (12+).

**МАТЧ!** 06.00 «Третий тайм» (12+).  
06.30 Автоспорт. (0+).  
07.00, 09.40, 21.25 Новости.  
07.05, 17.30, 19.10, 20.40, 00.00 Все на Матч!  
09.45 Автоспорт. (0+).  
10.05 «Небесная грация» (0+).  
10.25 Лёгкая атлетика. Кубок России.  
15.25 Футбол. Женщины. Россия - Иран.  
17.55 Пляжный футбол. ЦСКА - «Краснодар-ЮМР».  
19.25 Пляжный футбол. «Локомотив» (Москва) - «Спартак» (Москва).  
21.30 Смешанные единоборства.  
00.55 Автоспорт. Российская Дрифт-серия «Европа». (0+).

**TBU** 06.00 «Настроение».  
08.20 Х/ф «ЖЕНА НАПРОКАТ». (12+).  
11.30, 14.30, 17.50 События.  
11.50 Х/ф «ЖЕНА НАПРОКАТ». (12+).  
12.30 Х/ф «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (12+).  
14.50 Город новостей.  
15.00 Х/ф «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (12+).  
17.00 Д/ф «Актёрские драмы. Не своим голосом». (16+).  
18.10, 04.30 «Петровка, 38». (16+).  
18.20 Х/ф «УДИВИ МЕНЯ». (16+).  
20.05 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН». (12+).  
22.00 В центре событий с Анной Прохоровой.  
23.00 «Хорошие песни». (12+).  
00.05 Х/ф «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+).

**РОССИЯ** 06.30 «Пешком...».  
07.00 «Театральная летопись».  
07.30 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете».  
08.20 «Жизнь и судьба».  
08.40 Цвет времени.  
08.50 Х/ф «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА».  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры.  
10.15 «Наблюдатель».  
11.15 Т/с «СПРУТ-2».  
12.45 Пряничный домик.  
13.15, 18.40, 01.00 Д/с «Ключ к разгадке древних сокровищ».  
14.00 «Уроки рисования с Сергеем Андриякой».  
14.30 Т/с «БАЯЗЕТ».  
16.05 Д/с «Забывшее ремесло».  
16.20 Д/ф «Говорящие коты и другие химеры».  
17.15, 01.45 Шедевры Прокофьева.  
18.00 «Билет в Большой».  
19.45 «Смехоностальгия».  
20.15 Искатели.  
21.00 Линия жизни.  
21.55 Х/ф «МЕЛОДИЯ НА ДВА ГОЛОСА».  
00.20 Д/ф «Лесные стражники. Дятлы».

**НТВ** 05.20 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).  
06.10 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).  
08.00 «Сегодня».  
08.25 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
10.00 «Сегодня».  
10.35 Сериал «ЛЕСНИК» (16+).  
13.00 «Сегодня».  
13.25 «Чрезвычайное происшествие».  
14.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» (16+).  
16.00 «Сегодня».  
16.20 «Сегодня в Москве».  
16.45 Сериал «ЗИМОРОДОК» (16+).  
19.00 «Сегодня».  
20.00 Х/ф «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+).  
00.00 «Авторитеты» (16+).

**ВИДНОЕ ТВ**

05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ  
05.50 МУЛЬТИчас 6 +  
06.50 МУЛЬТИчас 6 +  
07.50 МУЛЬТИчас 6 +  
08.30 НОВОСТИ  
08.50 МУЛЬТИчас 6 +  
10.05 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +  
10.30 Документальный цикл: РЕПОРТАЖИ ИЗ БУДУЩЕГО 12 +  
11.15 Документальный цикл: ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 12 +  
11.45 Документальный фильм: ЧЕТВЕРТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ 12 + Машина времени - давняя мечта человечества. До сих пор она считалась несбыточной. Но с недав-

него времени экспериментами в этой области занялись серьезные ученые в разных странах. И на смену вопросу «возможно или невозможно» пришли другие. Например, как утверждают физики, в путешествие во времени можно отправиться человеком, а вернуться мешком картошки или грудой булжников. Все из-за перестройки на уровне атомов. Как же сохраниться, перемещаясь сквозь века и эпохи?  
12.30 НОВОСТИ  
12.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
14.25 Документальный цикл: РЕПОРТАЖИ ИЗ БУДУЩЕГО 12 +  
15.05 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +

15.35 ТВ-ШОУ: ПРИГЛАСИТЕ НА СВАДЬБУ 12 + Первое в мире талант-шоу свадебных ведущих и артистов! Впервые жених, невеста, их родные и друзья вместе решают, какой будет их свадьба. Но на этот раз они выбирают не только платье, торт или зал для торжества. Они выбирают того, кто сделает из их свадьбы самый лучший день и настоящее шоу!  
16.30 НОВОСТИ  
16.50 Сериал: ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ 12 +  
18.30 Документальный фильм: ЧЕТВЕРТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ 12 +  
19.20 ДУМАЙ-ЗНАЙ-ПОЗНАВАЙ 12 +  
19.30 НОВОСТИ

19.50 Сериал: ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА 16 +  
21.20 Документальный цикл: РЕПОРТАЖИ ИЗ БУДУЩЕГО 12 +  
22.00 Документальный цикл: ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЗАГАДОК 12 +  
22.30 НОВОСТИ  
22.50 Кино: В РОССИЮ ЗА ЛЮБОВЬЮ! 16 + В Россию для постановки скандальной пьесы «Три служанки одного господина» возвращается прославленный режиссер Станислав Краскович. Но цель его — не родина и даже не работа, а Мария — актриса, в которую он влюблен много лет, но не решается ей в этом, признаться. Однако есть маленькая загвоздка: мечта всей его жизни нектаси оказывается замужем

за самовлюбленным и прагматичным ловеласом. И всё-таки они решаются на встречу в его квартире, чтобы обсудить её роль в пьесе. Но проблема в том, что в борьбу с ней за роль и режиссера вступают молодая актриса  
Катя, переодевшаяся служанкой, и экспрессивная соседка Кристина, муж которой, «оружейный барон», спонсировал театральную постановку Станислава. И всё бы ничего, если бы в дело не вмешались пистолеты и снотворно-слабительные препараты, весёлые врачи и бешеный консьерж... И только любовь может победить самые коварные обстоятельства!  
00.20 ТВ-ШОУ: ПРИГЛАСИТЕ НА СВАДЬБУ 12 +  
01.15 Документальный цикл: ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 12 +  
01.40 НОВОСТИ  
02.00 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+



**СУББОТА / 15 ИЮЛЯ**

**1** 06.00 «Доброе утро. Суббота»  
09.45 «Слово пастыря» (0+)  
10.00, 12.00 Новости  
(с субтитрами)  
10.15 «Поехали!» (12+)  
11.05 «ПроУют» (0+)  
12.15 «Прерванный полет Гарри Пауэрса» (16+)  
14.15 «ВАРИАНТ «ОМЕГА» (16+)  
17.00 «Султанат Оман. Аравийское чудо». (0+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.20 «Поём на кухне всей страной» (12+)  
19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)  
21.00 «Время»  
21.35 «Сегодня вечером» (16+)  
23.05 «Леониду Агутину - 55». (12+)  
00.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Анекдоты» (16+)

**РОССИЯ** 05.00 «Утро России. Суббота».  
08.00 Вести. Местное время.  
08.20 Местное время. Суббота.  
08.35 «По секрету всему свету».  
09.00 «Формула еды». (12+).  
09.25 «Пятеро на одного».  
10.10 «Сто к одному».  
11.00, 17.30, 20.00 Вести.  
11.30 «Доктор Мясников». (12+).  
12.30 «ВОДОВОРОТ». (12+).  
17.50 «Привет, Андрей!» (12+).  
21.00 «ИЗ ЧУВСТВА ДОЛГА». (12+).  
01.10 «ПАМЯТЬ СЕРДЦА». (12+).

**МАТЧ!** 06.00 Смешанные единоборства.  
06.30 «Наши иностранцы. Дайджест» (12+).  
07.00, 09.30, 22.00 Новости.  
07.05, 22.05 Все на Матч!  
09.35 Автоспорт. (0+).  
09.55 Лёгкая атлетика.  
13.30 Футбол. «Нефтичи» (Азербайджан) - «Фенербахче» (Турция).  
16.00 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - ЦСКА.  
19.55 Бокс. Кубок Победы. Финал.  
22.50 Д/ф «Ярцев. Вечное сияние». (12+).  
23.55 Автоспорт. (0+).  
00.25 Футбол. «Америка Минейро» - «Васко да Гама».

**TBU** 06.05 Х/ф «НЕ ОБМАНИ». (12+).  
07.35 «Православная энциклопедия». (6+).  
08.00 «Координаты смеха». (12+).  
09.35 Х/ф «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН». (12+).  
11.30, 14.30 События.  
11.45 Х/ф «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+).  
13.55 Х/ф «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ БАБУШКИ». (16+).  
14.45 Х/ф «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ БАБУШКИ». (16+).  
17.35 Х/ф «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (12+).  
21.00 Постскрипум с Алексеем Пушковым.  
22.05 Д/ф «Степан Бандера. Теория зла». (16+).  
22.45 Д/ф «Владислав Листьев. Убийственный «Взгляд». (16+).  
23.30 Д/ф «Обжалованию не подлежит. Душегубы». (16+).  
00.10 «Дикие деньги. Валентин Ковалёв». (16+).

**РОССИЯ** 06.30 Библиейский сюжет.  
07.05 М/ф «Разные колеса» и др.  
08.15 Х/ф «НЕ ЖДАЛИ, НЕ ГАДАЛИ».  
09.30 «Классная тема!».  
10.00, 19.30 Новости культуры.  
10.15 Тайны старого чердака. «Пейзаж».  
10.40 Х/ф «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА».  
12.55 Неизвестные маршруты России.  
13.35, 00.45 Д/ф «Торжество дикой природы. Национальный парк Биг Бенд».  
14.30 Большой балет.  
17.00 Д/ф Служебный роман с кинокамерой.  
17.40 Х/ф «ЖАЛЬ, ЧТО ТЫ КАНАЛЬЯ».  
19.45 Х/ф «Эстрада, которую нельзя забыть».  
20.30 Х/ф «ФАВОРИТ».  
22.40 Д/ф «История в шифрах».  
23.20 Х/ф «СОН В НАЧАЛЕ ТУМАНА».  
01.40 Искатели.

**НТВ** 05.20 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» (16+).  
08.00 «Сегодня».  
08.25 «Поедем, поедим!» (12+).  
09.25 «Едим дома» (0+).  
10.00 «Сегодня в Москве».  
10.25 «Главная дорога» (16+).  
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым (12+).  
12.00 «Квартирный вопрос» (0+).  
13.00 «Модный vs Народный» (12+).  
14.20 «Своя игра» (0+).  
15.20 «Игры разума» (0+).  
16.00 «Сегодня».  
16.20 «Следствие вели...» (16+).  
19.00 «Сегодня».  
19.25 «Секрет на миллион». (16+).  
21.25 «Просто праздник!» (12+).  
23.00 «Форум Агутину-2023». (0+).  
01.00 «Дачный ответ» (0+).

**ВИДНОЕ ТВ**

05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ  
05.50 МУЛЬТИчас 6 +  
06.50 МУЛЬТИчас 6 +  
07.50 МУЛЬТИчас 6 +  
08.30 НОВОСТИ  
08.50 МУЛЬТИчас 6 +  
10.25 Документальный фильм: МОСКВА НА ВЫСОТЕ 12 +  
11.10 Документальный цикл: ГОЛЛИВУД СТРАНЫ СОВЕТОВ 12 +  
11.30 Документальный фильм: ФАКТОР ЭВОЛЮЦИИ. ЕДА 12 +  
12.20 ДУМАЙ-ЗНАЙ-ПОЗНАВАЙ 12 +

12.30 НОВОСТИ  
12.50 Многосериальный фильм: ЧУЖОЙ РЕБЁНОК 12 + Волю судеб успешная актриса Надежда становится матерью чужому ребенку. Ради этого она оставляет карьеру и устраивается вести кружок творчества в захолустный ДК. Постепенно Надежда начинает понимать, что не справляется с воспитанием сына — у него взрывной характер и упрямства хоть отбавляй. К счастью, на помощь Наде приходит Михаил — директор школы, где учится ее сын. Михаил, проявляя заботу о ребенке,

12.30 НОВОСТИ  
12.50 Многосериальный фильм: ЧУЖОЙ РЕБЕНОК  
16.15 Документальный цикл: ГОЛЛИВУД СТРАНЫ СОВЕТОВ 12 +  
16.30 НОВОСТИ  
16.50 Сериал: ТАКАЯ РАБОТА - 2 16 +  
18.15 Документальный цикл: БЛИН.КОМ 16 +  
18.40 Документальный фильм: МОСКВА НА ВЫСОТЕ 12 +  
19.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
20.00 Кино: СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО 16+ София, внучка олигарха



мама — не родная? И сможет ли Надя снова вернуться на экран, возродив свою карьеру?  
16.15 Документальный цикл: ГОЛЛИВУД СТРАНЫ СОВЕТОВ 12 +  
16.30 НОВОСТИ  
16.50 Сериал: ТАКАЯ РАБОТА - 2 16 +  
18.15 Документальный цикл: БЛИН.КОМ 16 +  
18.40 Документальный фильм: МОСКВА НА ВЫСОТЕ 12 +  
19.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
20.00 Кино: СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО 16+ София, внучка олигарха

Аристида Леонидиса, приглашает частного детектива Чарльза Хейуорда расследовать убийство её бабушки. Она уверена — кто-то  
из домохозяев отравил его. Взявшись за расследование, Чарльз выясняет, что мотив есть у всех. Даже у Софии.  
21.45 Документальный цикл: БЛИН.КОМ 16 +  
22.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
23.00 Многосериальный фильм: ЧУЖОЙ РЕБЁНОК 12 +  
01.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
02.00 Многосериальный фильм: ЧУЖОЙ РЕБЁНОК 12 +  
02.45 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+



**ВОСКРЕСЕНЬЕ / 16 ИЮЛЯ**

**1** 06.00 Новости  
06.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа» (16+)  
06.55 «Играй, гармонь любимая!» (12+)  
07.40 «Часовой» (12+)  
08.10 «Здоровье» (16+)  
09.20 «Мечтатели» (12+)  
09.40 «Непутевые заметки» (12+)  
10.00, 12.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих» (12+)  
11.10 «Повара на колесах» (12+)  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
14.10. «Михаил Пугачев. Жизнь мое» (0+)  
15.10 «СВАДЬБА В МАЛИНОВКЕ» (0+)  
17.00 Специальный репортаж. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Три аккорда» (12+)  
21.00 «Время»  
22.35 «СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЛК» (16+)  
23.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Гори огнем» (16+)  
00.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных» (16+)

**РОССИЯ-1** 06.10, 01.30 «ОТПУСК ЛЕТОМ». (12+).  
08.00 Местное время. Воскресенье.  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».  
09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым».  
10.10 «Сто к одному».  
11.00, 17.30 Вести.  
11.30 «Доктор Мясников». (12+).  
12.30 «ВОДОВОРОТ». (12+).  
17.50 «Песни от всей души». (12+).  
20.00 Вести недели.  
22.00 Москва. Кремль. Путин.  
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).

**МАТЧ!** 06.00 Смешанные единоборства.  
08.00, 09.30, 21.05 Новости.  
08.05, 15.10, 16.40, 18.10, 21.10, 00.05 Все на Матч!  
09.35 «Команда МАТЧ!». (0+).  
09.50 Автоспорт. (0+).  
10.10 «Кубок PARI Премьер». (12+).  
10.30 Футбол. ОЛИМПБЕТ Суперкубок России. (0+).  
11.00 «Уличные игры МАТЧ!».  
13.55 Пляжный футбол. «Локомотив» (Москва) - «Кристалл» (Санкт-Петербург).  
15.25 Пляжный футбол. ЦСКА - «Спартак» (Москва).  
16.55 Пляжный футбол. «Строгино» (Москва) - «Крылья Советов» (Самара).  
18.45 Футбол. Суперфинал.  
21.55 Футбол. «Флуминенсе» - «Фламенго».  
00.50 Пляжный футбол. «Лекс» (Санкт-Петербург) - «Краснодар-ЮМП» (0+).

**ТВУ** 06.45 X/ф «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+).  
08.35 X/ф «УДИВИ МЕНЯ». (16+).  
10.15 «Удачные песни». (6+).  
11.30, 00.45 События.  
11.45 «Петровка, 38». (16+).  
11.55 X/ф «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+).  
13.40 «Москва резиновая». (16+).  
14.30 Московская неделя.  
15.00 «Смех среди бела дня». (12+).  
16.15 X/ф «НЕ ОБМАНИ». (12+).  
17.55 X/ф «ОТЦОВСКИЙ ИНСТИНКТ». (16+).  
21.30 X/ф «ВЗГЛЯД ИЗ ПРОШЛОГО». (12+).  
01.00 X/ф «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (12+).

**РОССИЯ-1** 06.30 М/ф «Лиса, медведь и мотоцикл с коляской».  
07.30 X/ф «ФАВОРИТ».  
09.35, 00.55 Диалоги о животных.  
10.15 Тайны старого чердака.  
10.45 X/ф «ШЕСТНАДЦАТАЯ ВЕСНА».  
12.10 Человеческий фактор.  
12.40 Неизвестные маршруты России.  
13.20 Д/ф «Лесные стражники. Дятлы».  
14.00 Игра в бисер с Игорем Волгиным.  
14.40 М/ф «Кошкин дом» и др.  
15.50 Шедевры классического танца.  
17.25 «Пешком...».  
17.55 Линия жизни.  
18.45 «Андрей Дементьев. Всё начинается с любви».  
19.30 Новости культуры.  
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским.  
20.25 Острова.  
21.05 X/ф «ПОД КУПОЛОМ ЦИРКА».  
23.20 Летний концерт Берлинского филармонического оркестра в Вальдбюне.

**НТВ** 05.15 Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+).  
08.00 «Сегодня».  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+).  
10.00 «Сегодня».  
10.20 «Первая передача» (16+).  
11.00 «Чудо техники» (12+).  
11.50 «Дачный ответ» (0+).  
13.00 «НашПотребНадзор» (16+).  
14.05 «Однажды...» (16+).  
15.00 «Своя игра» (0+).  
16.00 «Сегодня».  
16.20 «Следствие вели...» (16+).  
19.00 «Сегодня».  
19.40 X/ф «ПРАКТИКАНТ-3». (16+).  
23.35 «Маска» (12+).

**ВИДНОЕ ТВ**

05.30, 06.30, 07.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
06.00 МУЛЬТИЧас 6 +  
07.00 МУЛЬТИЧас 6 +  
08.00 МУЛЬТИЧас 6 +  
08.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
09.00 МУЛЬТИЧас 6 +  
10.25 Документальный фильм: ФЁДОР КОНОХОВ. НАЕДИНЕ С МЕЧТОЙ 12 +  
11.20 Документальный цикл: ГОЛЛИВУД СТРАНЫ СОВЕТОВ 12 +  
11.35 Документальный фильм: АЛЕКСЕЙ КОСЫГИН. ОШИБКА РЕФОРМАТОРА 12 +  
12.20 ДУМАЙ-ЗНАЙ-ПОЗНАВАЙ 12 +  
12.30 НОВОСТИ. ИТОГИ

13.00 Многосерийный фильм: СЛЕД ПИРАНЬИ 16 + Фильм снят по мотивам одноименного романа Александра Бушкова. История начинается с личной трагедии майора



Кирилла Мазура – его жену Ольгу убивают. Он выясняет, что убийца жены – хозяин охотничьей заимки, где устраивают охоту... на людей. Мазур намерен отомстить, но до убийцы добраться практически невозможно. Майор обращается за помощью к давнему другу – генералу Глаголеву. Тот готов помочь, если майор выполнит его задание. На охотничьей заимке находятся видеоматериалы, которые компрометируют сенатора США, баллотирующегося в президенты. Мазур должен достать эти материалы для американского прокурора, который

намерен разоблачить сенатора. Кириллу Мазуру с большим трудом удастся завладеть секретными материалами, выбраться живым из тайги, несмотря на все подстерегающие опасности, и в конце концов отомстить за свою жену.  
16.00 Документальный цикл: БЛИН.КОМ 16 +  
16.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
17.00 Сериал: ТАКАЯ РАБОТА – 2 16 +  
18.25 Документальный фильм: АЛЕКСЕЙ КОСЫГИН. ОШИБКА РЕФОРМАТОРА 12 +  
19.10 Документальный цикл: БЛИН.КОМ 16 +

19.40 НОВОСТИ. ИТОГИ  
20.10 Кино: ХОРОШИЙ ДОКТОР 12 + У дежурного врача прихватило поясницу. Чтобы не оставлять пациентов без внимания накануне



праздников и уберечь себя от увольнения, он уговорил простого курьера ходить на вызовы.  
21.40 Документальный фильм: ФЁДОР КОНОХОВ. НАЕДИНЕ С МЕЧТОЙ 12 +  
22.30 НОВОСТИ. ИТОГИ  
23.00 Сериал: ТАКАЯ РАБОТА – 2 16 +  
00.25 Документальный фильм: АЛЕКСЕЙ КОСЫГИН. ОШИБКА РЕФОРМАТОРА 12 +  
01.15 Документальный цикл: ГОЛЛИВУД СТРАНЫ СОВЕТОВ 12 +  
01.35 НОВОСТИ. ИТОГИ  
02.00 Фильмы линейки ТВ-конкурса «ФЕДЕРАЦИЯ» 16+

**НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ**

# МУДРОСТЬ ВОСТОКА ПОМОЖЕТ РОССИЯНАМ УКРЕПИТЬ ЗДОРОВЬЕ

**Многие считают, что при возникновении проблем со здоровьем может помочь только современная медицина и лечение с помощью лекарств. На самом деле есть множество простых и доступных методов оздоровления, причём совершенно бесплатных.**

На фоне санкций россиянам можно обратиться к опыту восточных стран. В Китае и Индии традиционная медицина очень эффективна и тысячелетиями помогает людям.

Древняя китайская медицина имеет четкое представление об энергетической системе человеческого тела: пока люди живы, их тела обладают биологической энергией, которую называют «ци».

Ци движется по невидимым каналам. На движение ци очень влияет состояние человека. Если он спокоен, то ци и кровь текут хорошо, тогда тело будет здоровым.

**Вот почему практикующие традиционную китайскую медицину говорят, что душевный покой — это секрет долголетия.**

Когда каналы заблокированы, люди заболевают, они идут к целителям, прибегают к иглоукаливанию или фитотерапии. Однако вместо приема трав и уколов можно самому заняться улучшением своего самочувствия с помощью цигун.

Цигун – это целостная система оздоровления человека, известная с древних времён. Существует множество видов цигун. Методом, эффективность которого подтверждена научными исследованиями, является практика Фалунь Дафа.

**Фалунь Дафа (Фалуньгун)** – древняя система совершенствования души и тела, которая на протяжении тысячелетий передавалась тайно, от учителя к

ученику. Мастер Ли Хунчжи адаптировал её для современного человека и публично представил в Китае 13 мая 1992 года. Эта духовная практика с её высоконравственными принципами и удивительным оздоровительным эффектом вызвала настоящий фурор в обществе. Через семь лет ею стали заниматься около 100 миллионов китайцев, а позднее и миллионы людей во всем мире.

Духовное совершенствование заключается в следовании в повседневной жизни принципам «Истина-Доброта-Терпение», что способствует достижению мудрости, гармонии с собой и внешним миром.

Для оздоровления тела выполняются пять плавных упражнений, которые доступны людям любого возраста. Первые четыре упражнения раскрывают энергетические каналы и наполняют тело энергией. Пятое упражнение – медитация – выполняется сидя в позе «лотоса», для

начинающих – в позе «по-турецки». Оно способствует очищению сознания путём погружения в полный покой.

После некоторого времени занятий человек вдруг замечает, что естественным образом у него улучшился сон и повысился иммунитет, он стал более спокойным и уравновешенным, стал добрее относиться как к своим близким, так и к окружающим людям.

Множество китайцев, занимающихся Фалуньгун, избавились от болезней и изменили свою жизнь к лучшему, благодаря чему практика и получила широкое распространение в Китае. Но, к сожалению, именно эта популярность вызвала неприятие со стороны правящей в КНР компартии, что привело к массовому подавлению. Тем не менее во многих других странах люди, на собственном опыте получившие пользу от занятий Фалуньгун, ценят и поддерживают эту практику цигун.

По мере того как ученые выявляют полезные свойства медитации, занятия Фалунь Дафа становятся все более популярными среди школьников и преподавателей в разных странах мира. Например, практику Фалуньгун преподают в некоторых школах Индии как дополнение к занятиям физкультурой.

Практика Фалунь Дафа также помогает нести службу полицейским в разных странах, таких как Мексика, Индия, Перу. Чтобы владеть собой при любых обстоятельствах и поддерживать хорошее физическое состояние, полицейские выполняют упражнения Фалуньгун.



Выполнение упражнений Фалуньгун на сцене Центрального парка г.Видное, 2023г.

**ПОЗНАКОМИТЬСЯ И ОБУЧИТЬСЯ УПРАЖНЕНИЯМ ФАЛУНЬГУН МОЖНО НА БЕСПЛАТНЫХ ВЕБИНАРАХ ПО ССЫЛКЕ FALUNGONG.RU.**