*Непромаркированные программы предназначены для лиц, не достигших возраста 6 лет.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 МАРТА

5.00, 9.25 «Доброе утро» (16+).
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.55 Модный приговор (6+).
10.55 Жить здорово! (16+).
12.15, 2.10, 3.05 Время покажет (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.30, 1.10 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «МАГОМАЕВ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.30 Вечерний Ургант (16+).
0.10 Познер (16+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России (6+).
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Коми. Утро (6+).
9.00 Местное время. Вести-Коми (на коми языке) (12+).
9.25 «Ас му вылын» (6+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 20.00 Вести (12+).
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Коми (12+).
11.45 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.50, 17.25 60 минут (12+).
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с (16+).
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». Т/с (12+).
23.10 «Вечер» с Владимиром Соловьевым (12+).
2.00 «ШАМАНКА». Т/с (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Ереван творческий» (12+).
7.05, 20.05 Правила жизни (16+).
7.35 «Таёжный сталкер». Д/ф (0+).
8.20 «МОРСКИЕ РАССКАЗЫ». Х/ф (6+).
9.30 «Другие Романовы». Д/с (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.10, 1.10 XX век. «Личность начинается с детства». «Вечером после работы». 1979» (12+).
12.25 «Царь Борис и самозванец». Д/ф (0+).
13.10 «Amarcord. Я помню...» (0+).
14.00, 2.20 «Роман в камне. Архитектурные шедевры мира». Д/с (12+).
14.30 «От 0 до 80. Симон Шноль». Д/с (12+).
15.10 Новости. Подробно. «Арт» (0+).
15.30 Агора (0+).
16.30 «Сергей Юрский. Игра в жизнь». Д/ф (12+).
17.10 Торжественное открытие XIII Зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета в Сочи (0+).
18.45, 0.30 Власть факта. «Несвятая инквизиция» (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
20.45 «Загадки Версаля. Возрождение дворца Людовика XIV». Д/ф (0+).
21.40 Сати. Нескучная классика... (12+).
22.25 «РОЖДЁННАЯ ЗВЕЗДОЙ». Т/с (12+).
23.10 «Дворянские деньги» (0+).
0.00 Открытая книга. «Арина Обух «Муха имени Штиглица» (12+).
2.45 «Цвет времени». Николай Ге (0+).

НТВ

3.40 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.10 Сегодня (16+).
8.20 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». Т/с (16+).
9.20, 10.20, 1.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).
17.15 ДНК (16+).
18.15, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.00 «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». Т/с (16+).
23.15 «В КЛЕТКЕ». Т/с (18+).
0.20 Поздняков (16+).
0.30 Мы и наука. Наука и мы (12+).
3.05 Их нравы (6+).

ЮРГАН

6.00, 11.05, 19.00, 0.45, 2.00 «Миян йöз» (12+).
6.15 «Чолӧм, дзолюк!» (6+).
6.30 «Русский крест» (12+).
7.00, 8.00, 12.00, 17.45 «Студия 11» (12+).
7.30, 15.00 «Экскаватор Мася». М/с (0+).
8.30, 13.30, 1.00, 4.40 «Коми incognito» (12+).
9.00 «ГУСИ-ЛЕБЕДИ ЛЕТЯТ». Х/ф (6+).
10.20, 5.10 «Секретная папка» (16+).
11.20, 0.00 «Знаменитые соблазнители». Д/ф (16+).
12.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
14.00 «Большая семья» (12+).
14.30, 18.30 «Талун» (0+).
14.45 «Вильыш поз. Челядьлӧн кадколаст» (6+).
15.15, 0.15 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». Т/с (16+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «КРиК. Криминал и комментарии» (16+).
16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
17.00 «Детали» (12+).
17.30 «Коми incognito» (12+).
20.00, 2.30 «Детали» (12+).
20.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
22.15 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». Х/ф (16+).
3.00 «МОЯ БОЛЬШАЯ ИСПАНСКАЯ СЕМЬЯ». Х/ф (16+).

СТС

5.50 «Ералаш» (0+).
6.15 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.35 «Охотники на троллей». М/с (6+).
7.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с (16+).
8.00 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+).
8.25 «Реальная белка». М/ф (6+).
10.05 «СЕРДЦЕЕДКИ». Х/ф (16+).
12.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». Х/ф (16+).
15.00 «ХЭНКОК». Х/ф (16+).
16.50, 19.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
20.00 «ЛЮДИ ИКС». Х/ф (16+).
22.00 «ЧЕЛОВЕК ИЗ СТАЛИ». Х/ф (12+).
0.50 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком (18+).
1.50 «ЧЁРНАЯ МЕССА». Х/ф (18+).
3.45 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». Х/ф (12+).
5.05 «Тайна Третьей планеты». М/ф (0+).

МАТЧ!

6.00 «Вся правда про...» Д/с (12+).
6.30 «Неизведанная хоккейная Россия». Д/ф (12+).
7.00, 8.55, 10.00, 13.35, 16.20, 21.45 Новости (12+).
7.05, 13.40, 16.30, 21.50 Все на матч! (12+).
9.00 Биатлон. Кубок мира. Одиночная смешанная эстафета (0+).
10.05 Биатлон. Кубок мира. Смешанная эстафета (0+).
11.35 Футбол. Парма - Интер (0+).
14.20 Футбол. Севилья - Бетис (0+).
17.25 Мини-футбол. Париматч - Чемпионат России. КПРФ (Москва) - «Синара» (Екатеринбург) (0+).
19.25 Баскетбол. ЦСКА - Химки (12+).
22.25 Футбол. Вердер - Байер (0+).
0.25 Кёрлинг. Чемпионат мира. Женщины. Россия - Канада (0+).
2.30 «ЮФЛ. 2019/2020. Путь к финалу» (12+).
3.00 Профессиональный бокс. Алексей Егоров - Ангела Каницарро (16+).
4.30 «Жизнь после спорта». Д/ф (12+).
5.00 Команда мечты (12+).
5.30 «Первые леди». Д/с (16+).

ВТОРНИК, 17 МАРТА

5.00, 9.25 «Доброе утро» (16+).
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.55 Модный приговор (6+).
10.55 Жить здорово! (16+).
12.15, 2.00, 3.05 Время покажет (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.30, 1.00 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «МАГОМАЕВ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.30 Вечерний Ургант (16+).
0.10 «Сергей Юрский. Против правил». Д/ф (12+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России (6+).
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Коми. Утро (6+).
9.00 Местное время. Вести-Коми (на коми языке) (12+).
9.25 «Ас му вылын» (6+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 20.00 Вести (12+).
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Коми (12+).
11.45 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.50, 17.25 60 минут (12+).
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с (16+).
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». Т/с (12+).
23.10 «Вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).
2.00 «ШАМАНКА». Т/с (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Смоленск пограничный» (12+).
7.05, 20.05 Правила жизни (16+).
7.35, 13.40 «Загадки Версаля. Возрождение дворца Людовика XIV». Д/ф (0+).
8.25 Легенды мирового кино. Ефим Копелян (12+).
8.55 Красивая планета (12+).
9.10, 22.25 «РОЖДЁННАЯ ЗВЕЗДОЙ». Т/с (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.10, 1.30 XX век. «Последний из пылко влюбленных. Владимир Зельдин». 1992» (12+).
12.10 «Первые в мире». Д/с (0+).
12.25, 18.40, 0.40 Тем временем. Смыслы (0+).
13.10, 23.10 «Дворянские деньги». Д/с (0+).
14.30 «От 0 до 80. Симон Шноль». «Мелодия странного времени». Д/с (12+).
15.10 Новости. Подробно. «Книги» (0+).
15.25 Эрмитаж (12+).
15.55 Белая студия (12+).
16.40 «Запечатлённое время». Д/с (12+).
17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета (0+).
18.10 «В моей душе запечатлён...» Д/ф (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.35 Ступени цивилизации (12+).
21.30 «Обаяние таланта». Д/ф (0+).
0.00 Документальная камера (12+).
2.30 «Роман в камне. Архитектурные шедевры мира». Д/с (12+).

НТВ

3.40 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.10 Сегодня (16+).
8.20 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». Т/с (16+).
9.20, 10.20, 1.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).
17.15 ДНК (16+).
18.15, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.00 «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». Т/с (16+).
23.15 «В КЛЕТКЕ». Т/с (18+).
0.20 Крутая история (16+).

ЮРГАН

6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15, 5.20 «Миян йöз» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00, 17.45 «Студия 11» (12+).
8.30, 17.00, 2.30 «Детали» (12+).
9.00 «ГОД ТЕЛЕНКА». Х/ф (12+).
10.30 «Бомбардировщики и штурмовики Второй мировой войны» (16+).
11.15 «Дело особой важности» (16+).
12.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
13.30 «Моя история. Дмитрий Астрахан» (12+).
14.00 «Владимир Бессолов. История одного тоннеля» (12+).
14.45 «Вильыш поз. Челядьлӧн кадколаст» (6+).
15.00, 5.35 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
15.15, 0.15 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». Т/с (16+).
16.15, 22.00, 2.15 «Телезащитник» (12+).
17.30 «Коми incognito» (12+).
19.00, 2.00 «Вочакыв» (12+).
19.15 «Телезащитник» (12+).
20.00 «Детали» (12+).
20.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
22.15 «ЛАРГО ВИНЧ - 2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». Х/ф (16+).
1.10 «Секретная папка» (16+).
3.00 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». Х/ф (16+).
4.50 «Коми incognito» (12+).

СТС

5.45 «Ералаш» (0+).
6.15 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.35 «Охотники на троллей». М/с (6+).
7.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с (16+).
8.00, 19.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
9.00 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+).
9.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». Х/ф (16+).
12.00 «КУХНЯ». Т/с (16+).
20.00 «ЛЮДИ ИКС-2». Х/ф (12+).
22.35 «ТИХОЕ МЕСТО». Х/ф (16+).
0.25 «ЧЁРНАЯ МЕССА». Х/ф (18+).
2.35 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». Х/ф (18+).
4.00 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». Х/ф (12+).

МАТЧ!

6.00 «Вся правда про...» Д/с (12+).
6.30 «Неизведанная хоккейная Россия». Д/ф (12+).
7.00, 8.55, 11.20, 14.50, 21.55 Новости (12+).
7.05, 11.55, 14.55, 0.55 Все на матч! (12+).
9.00 Олимпийский гид (12+).
9.30 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига (6+).
11.25 «Евро 2020. Страны и лица» (12+).
12.50 Футбол. Реал - Манчестер Сити (0+).
15.40 Специальный обзор. «Раунд первый. Восток» (12+).
16.00 Специальный обзор. «Раунд первый. Запад» (12+).
16.20 Континентальный вечер (6+).
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток» (0+).
19.25 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад» (0+).
22.00 Все на футбол! (12+).
22.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Манчестер Сити» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания) (0+).
1.25 Баскетбол. Партизан - УНИКС (0+).
3.25 Футбол. Кубок Либертадорес. «Сан-Паулу» (Бразилия) - «Ривер Плейт» (Аргентина) (0+).
5.25 Команда мечты (12+).

СРЕДА, 18 МАРТА

5.00, 9.25 «Доброе утро» (16+).
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.55 Модный приговор (6+).
10.55 Жить здорово! (16+).
12.15 Время покажет (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.30 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «МАГОМАЕВ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.30 Вечерний Ургант (16+).
0.10 «Лора Гуэрра. Среди великих итальянцев». Д/ф (12+).
1.20, 3.05 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Пары. Короткая программа. Женщины. Короткая программа (0+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России (6+).
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Коми. Утро (6+).
9.00 Местное время. Вести-Коми (на коми языке) (12+).
9.25 «Ас му вылын» (6+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 20.00 Вести (12+).
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Коми (12+).
11.45 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.50, 17.25 60 минут (12+).
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с (16+).
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». Т/с (12+).
23.10 «Вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).
2.00 «ШАМАНКА». Т/с (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... (12+).
7.05, 20.05 Правила жизни (16+).
7.35, 13.35 Секреты замка Шамбор (12+).
8.25 Легенды мирового кино. Татьяна Окуневская (12+).
8.55 Красивая планета (12+).
9.10, 22.25 «РОЖДЁННАЯ ЗВЕЗДОЙ». Т/с (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.10, 1.40 XX век. «Клуб кинопутешествий. Антарктида» (12+).
12.10 «Первые в мире» (0+).
12.25, 18.40, 0.50 Что делать? (16+).
13.10 «Дворянские деньги» (0+).
14.30 «От 0 до 80. Симон Шноль». (12+).
15.10 Новости. Подробно. «Кино» (0+).
15.25 Библейский сюжет. «Луис Бунюэль. «Последний вздох» (12+).
15.55 Сати. Нескучная классика... (12+).
16.40 «Запечатлённое время». Д/с (12+).
17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета (0+).
19.45 Главная роль (12+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
20.45 «Нотр-Дам-де-Пари: испытание временем». Д/ф (0+).
21.40 «Алексей Леонов. Прыжок в космос». Д/ф (16+).
23.10 «Дворянские деньги» (0+).
0.00 «Amarcord. Я помню... Тонино Гуэрра». Д/ф (0+).
2.40 Красивая планета (12+).

НТВ

3.35 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.10 Сегодня (16+).
8.20 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». Т/с (16+).
9.20, 10.20, 1.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 «Основано на реальных событиях» (16+).
17.15 ДНК (16+).
18.15, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». Т/с (16+).
23.15 «В КЛЕТКЕ». Т/с (18+).
0.20 Последние 24 часа (16+).

ЮРГАН

6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Вочакыв» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00, 17.45 «Студия 11» (12+).
8.30, 17.00, 2.30 «Детали» (12+).
9.00 «ЗОЛОТАЯ ЦЕПЬ». Х/ф (6+).
10.35 «История жизни» (12+).
11.20, 5.00 «Тайны разведки» (16+).
12.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
13.30 «СТРАСТЬ». Т/с (12+).
14.45 «Вильыш поз. Челядьлӧн кадколаст» (6+).
15.00, 5.40 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
15.15, 0.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». Т/с (16+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «КРиК. Криминал и комментарии» (16+).
17.30 «Коми incognito» (12+).
19.00 «Финноугория» (12+).
20.00 «Детали» (12+).
20.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
22.15 «ОСЕННИЙ ВАЛЬС». Х/ф (16+).
1.00 «Моя история. Дмитрий Астрахан» (12+).
1.30 «Владимир Бессолов. История одного тоннеля» (12+).
2.00 «Финноугория» (12+).
3.00 «ЛАРГО ВИНЧ - 2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». Х/ф (16+).

СТС

5.45 «Ералаш» (0+).
6.15 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.35 «Охотники на троллей». М/с (6+).
7.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с (16+).
8.00, 19.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
9.00 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+).
9.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». Х/ф (12+).
12.00 «КУХНЯ». Т/с (16+).
20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». Х/ф (16+).
22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». Х/ф (16+).
0.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». Х/ф (16+).
2.35 «СЕРДЦЕЕДКИ». Х/ф (16+).
4.30 «Даффи Дак. Фантастический остров». М/ф (0+).

МАТЧ!

6.00 «Вся правда про...» Д/с (12+).
6.30 «Неизведанная хоккейная Россия» (12+).
7.00, 8.55, 11.00, 13.35, 16.00, 21.55 Новости (12+).
7.05, 11.05, 16.05, 0.55 Все на матч! (12+).
9.00 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Манчестер Сити» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания) (0+).
11.35 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Ювентус» - «Лион» (0+).
13.40 Футбол. Челси - Бавария (0+).
15.40 Восемь лучших. Специальный обзор (12+).
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток» (0+).
19.25 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад» (0+).
22.00 Все на футбол! (12+).
"22.50 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Барселона» (Испания) - «Наполи» (Италия) (0+).
1.25 Кёрлинг. Чемпионат мира. Женщины. Россия – Швейцария (0+).
3.25 Футбол. Университад Католика - Гремио (0+).
5.25 Кёрлинг. Россия - Китай (6+).

НАРКОЛОГ
Гречкосей Дмитрий Иванович
narkolog.help 8 (912)863-29-75
реклама
Лицензия № ЛО-11-01-000335 от 24.12.2009.
АНОНИМНО ● с 8.00 до 22.00 ● ПОМОЩЬ ПРИ АЛКОГОЛИЗМЕ
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЧЕТВЕРГ, 19 МАРТА

5.00 «Доброе утро» (16+).
9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.25 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Пары. Короткая программа. Женщины. Короткая программа (0+).
12.15 Время покажет (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.30 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «МАГОМАЕВ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.30 Вечерний Ургант (16+).
0.10 Гол на миллион (18+).
1.00 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Мужчины. Короткая программа. Пары. Произвольная программа (0+).
3.05 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Пары. Произвольная программа (0+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России (6+).
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Коми. Утро (6+).
9.00 Местное время. Вести-Коми (на коми языке) (12+).
9.25 «Ас му вылын» (6+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 20.00 Вести (12+).
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Коми (12+).
11.45 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.50, 17.25 60 минут (12+).
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с (16+).
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.00 «В ШАГЕ ОТ РАЯ». Т/с (12+).
23.10 «Вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).
2.00 «ШАМАНКА». Т/с (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Гороховец заповедный» (12+).
7.05, 20.05 Правила жизни (16+).
7.35, 13.40, 20.45 «Нотр-Дам-де-Пари: испытание временем» (0+).
8.25 Легенды мирового кино. «Алексей Баталов» (12+).
8.55 Красивая планета (12+).
9.10, 22.25 «РОЖДЁННАЯ ЗВЕЗДОЙ». Т/с (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.10, 1.20 XX век. «Мы поём стихи. Татьяна и Сергей Никитины. 1984» (12+).
12.25, 18.45, 0.40 «Игра в бисер» (12+).
13.10 «Дворянские деньги» (0+).
14.30 «От 0 до 80. Симон Шноль» (12+).
15.10 Новости. Подробно. «Театр» (0+).
15.25 Россия, любовь моя! (6+).
15.55 2 Верник 2 (6+).
16.45 «Запечатлённое время» (12+).
17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета (0+).
19.45 Главная роль (12+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
21.40 Энигма. «Патриция Копачинская» (12+).
23.10 «Дворянские деньги». Д/с (0+).
0.00 Чёрные дыры. Белые пятна (12+).
2.35 «Pro memoria». Д/с (12+).

НТВ

3.40 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.10 Сегодня (16+).
8.20 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». Т/с (16+).
9.20, 10.20, 0.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).
17.15 ДНК (16+).
18.15, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». Т/с (16+).
23.15 «В КЛЕТКЕ». Т/с (18+).
0.20 Захар Прилепин. Уроки русского (12+).
3.15 Их нравы (6+).

ЮРГАН

6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Финноугория» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00, 17.45 «Студия 11» (12+).
8.30, 17.00 «Детали» (12+).
9.00 «Моя история. Ростислав Хаит». (12+).
9.30, 3.00 «ОСЕННИЙ ВАЛЬС». Х/ф (16+).
11.25 «Моя история. Дмитрий Астрахан» (12+).
12.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
13.30 «СТРАСТЬ». Т/с (12+).
14.45 «Вильыш поз. Челядьлӧн кадколаст» (6+).
15.00, 5.45 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
15.15, 0.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». Т/с (16+).
16.15, 22.00, 2.15 «Телезащитник» (12+).
17.30 «Коми incognito» (12+).
19.00, 2.00 «Вочакыв» (12+).
19.15 «Телезащитник» (12+).
20.00, 2.30 «Все о занятости» (12+).
20.15, 2.45 «Бестселлер» (12+).
20.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
22.15 «ПОЙМИ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». Х/ф (16+).
1.00 «Коми incognito» (12+).
4.45 «История жизни» (12+).
5.30 «Миян йӧз» (12+).

СТС

5.45 «Ералаш» (0+).
6.15 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.35 «Охотники на троллей». М/с (6+).
7.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с (16+).
8.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
9.00 «Уральские пельмени. Смехbook» (16+).
9.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». Х/ф (16+).
12.00 «КУХНЯ». Т/с (12+).
19.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
20.00 «РОСОМАХА. БЕССМЕРТНЫЙ». Х/ф (16+).
22.30 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». Х/ф (16+).
1.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». Х/ф (12+).
3.00 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». Х/ф (12+).
4.20 «Тайна далёкого острова». М/ф (6+).
4.50 «Дикие лебеди». М/ф (0+).

МАТЧ!

6.00 Кёрлинг. Россия - Китай (6+).
7.30 Обзор Лиги чемпионов (12+).
8.00, 8.55, 11.00, 13.05, 16.20, 19.25 Новости (12+).
8.05, 13.10, 15.35, 0.55 Все на матч! (12+).
9.00 Профессиональный бокс. Эдуард Трояновский - Матиас Раймундо Диас (0+).
11.05 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Бавария» - «Челси» (Англия) (0+).
13.35 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала. «Барселона» (Испания) - «Наполи» (Италия) (0+).
16.00 Журнал Тинькофф РПЛ (12+).
16.25 Континентальный вечер (6+).
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток» (0+).
19.30 Футбольное столетие. «Евро. 1972» (12+).
20.00 Все на футбол! (12+).
20.45 Футбол. Лига Европы. 1/8 финала. «Хетафе» (Испания) - «Интер» (0+).
22.50 Футбол. Лига Европы. 1/8 финала. «Рома» - «Севилья» (Испания) (0+).
1.35 Смешанные единоборства. Анатолий Токов - Педро Карвальо (0+).
2.55 Футбол. Кубок Либертадорес. «Индепендьенте дель Валье» (Эквадор) - «Фламенго» (Бразилия) (0+).
4.55 Олимпийский гид (12+).
5.30 Обзор Лиги Европы (12+).

ПЯТНИЦА, 20 МАРТА

5.00 «Доброе утро» (16+).
9.00, 12.00, 15.00 Новости (16+).
9.25 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Мужчины. Короткая программа. Пары. Произвольная программа (0+).
12.15 Время покажет (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.35 «Человек и закон» (16+).
19.40 Поле чудес (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 Голос. Дети (6+).
23.20 Вечерний Ургант (16+).
0.20 «Съесть слона» (12+).
1.30 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Танцы. Женщины. Произвольная программа (0+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России (6+).
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Коми. Утро (6+).
9.00 Местное время. Вести-Коми (на коми языке) (12+).
9.25 «Ас му вылын» (6+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 20.00 Вести (12+).
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Местное время. Вести-Коми (12+).
11.45 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.50, 17.25 60 минут (12+).
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с (16+).
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.00 Юморина (12+).
23.25 «ОДИНОЧЕСТВО». Х/ф (16+).
3.00 «БЕЛОЕ ПЛАТЬЕ». Х/ф (16+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.00 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Ярославль узорчатый» (12+).
7.05 Правила жизни (16+).
7.35, 13.40 «Нотр-Дам-де-Пари: испытание временем» (0+).
8.30 «Эпизоды». «Георгий Жженов» (12+).
9.10 «РОЖДЁННАЯ ЗВЕЗДОЙ». Т/с (12+).
10.15 «СТАНИЦА ДАЛЬНЯЯ». Х/ф (12+).
11.50 Открытая книга. «Арина Обух «Муха имени Штиглица» (12+).
12.15 Красивая планета (12+).
12.30 Чёрные дыры. Белые пятна (12+).
13.10 «Дворянские деньги» (0+).
14.30 «Король Лир» Питера Брука» (0+).
15.10 «Письма из провинции» (6+).
15.40 Энигма. «Патриция Копачинская» (12+).
16.25 «Запечатлённое время». «Воздушный спектакль» (12+).
16.55 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета (0+).
18.45 Царская ложа (12+).
19.45 К 60-летию Даниила Крамера. Линия жизни (12+).
20.45 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ». Х/ф (12+).
22.20 Эдита Пьеха. «Я люблю вас» (0+).
23.20 2 Верник 2 (6+).
0.10 «ПРОСТОЙ КАРАНДАШ». Х/ф (16+).
1.50 «Искатели». Д/с (16+).
2.35 «В мире басен». М/ф (6+).
4.32 «Королевский бутерброд». М/ф (12+).

НТВ

5.10 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+).
8.20 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». Т/с (16+).
9.20, 10.20, 2.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 «Следствие вели...» Д/с (16+).
17.15 Жди меня (12+).
18.15, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.00 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». Т/с (16+).
23.15 «ЧП. Расследование» (16+).
23.50 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+).
1.05 «Вакцина от жира» (12+).
2.05 Квартирный вопрос (6+).

ЮРГАН

6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Вочакыв» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00, 17.45 «Студия 11» (12+).
8.30 «Все о занятости» (12+).
8.45 «Бестселлер» (12+).
9.00, 20.40 «В мире красоты» (12+).
9.50 «ЧТО У СЕНЬКИ БЫЛО». Х/ф (0+).
11.00, 1.00, 5.00 «Театры России» (12+).
12.30 «АЛХИМИК». Т/с (12+).
13.30 «СТРАСТЬ». Т/с (12+).
14.45 «Вильыш поз. Челядьлӧн кадколаст» (6+).
15.00, 5.30 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
15.15, 0.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». Т/с (16+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «КРиК. Криминал и комментарии» (16+).
17.00 «Детали» (12+).
17.30 «Коми incognito» (12+).
19.00, 2.00 «Миян йӧз» (12+).
20.00, 2.30 «Детали недели» (12+).
22.15 «ЖИВИ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ». Х/ф (16+).
3.15 «ПОЙМИ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». Х/ф (16+).

СТС

5.50 «Ералаш» (0+).
6.15 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.35 «Охотники на троллей». М/с (6+).
7.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». Т/с (16+).
8.00 «КОРНИ». Т/с (16+).
9.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». Х/ф (16+).
11.35 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
21.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ». Х/ф (16+).
22.55 «Дело было вечером» (16+).
0.00 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». Х/ф (18+).
2.00 «КОРОЛЬ РАЛЬФ». Х/ф (12+).
3.35 Шоу выходного дня (16+).
4.20 «Сказка сказывается». М/ф (0+).
4.40 «Скоро будет дождь». М/ф (0+).
5.00 «Рикки-Тикки-Тави». М/ф (0+).
5.20 «Кошкин дом». М/ф (0+).

МАТЧ!

6.00 «Вся правда про...» (12+).
6.30 «Неизведанная хоккейная Россия» (12+).
7.00, 8.30, 10.35, 13.30, 17.05, 20.20 Новости (12+).
7.05, 10.40, 17.10, 23.45 Все на матч! (12+).
8.35 Баскетбол. ЦСКА - Виллербан (0+).
11.10 Футбол. Лига Европы. 1/8 финала. «Байер» - «Рейнджерс» (Шотландия) (0+).
13.10 Восемь лучших. Специальный обзор (12+).
13.35, 14.20 Все на футбол! (12+).
14.00 Футбол. Лига чемпионов. Жеребьёвка 1/4 финала (0+).
15.00 Футбол. Лига Европы. Жеребьёвка 1/4 финала (0+).
15.20 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины (0+).
18.10 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины (0+).
20.25 Все на футбол! «Афиша» (12+).
21.25 «Жизнь после спорта». Д/ф (12+).
21.55 Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. Россия – Сербия (0+).
0.30 Точная ставка (16+).
0.50 Смешанные единоборства. One FC. Алаверди Рамазанов против Нонг-О Гайангадао. Иман Барлоу против Виктории Липянской (16+).
2.50 Спортивная гимнастика. Кубок мира. Финалы в отдельных видах (6+).
4.00 Футбол. Осасуна - Атлетико (0+).

Продажа социальных проездных билетов на АПРЕЛЬ 2020 ГОДА будет осуществляться по следующему графику.

27.03.20, 30.03.20, 31.03.20		
ул. Лесозаводская, 15, Социально-реабилитационное отделение №3, тел. 22-73-38	**Пн, Вт:** с 9.00 до 17.30 **Пт:** с 9.00 до 16.00 *Обед: с 13.00 до 14.00 *Регламентируемые перерывы. с 11.00 до 11.15 и с 16.00 до 16.15	Проезд автобусами № 1, 7, 23, 25, 26, 46. Остановка «Водобашня»
с 25.03.20 по 31.03.20, кроме субботы и воскресенья		
ул. Тентюковская, 103, Социально-реабилитационное отделение №1, тел. 51-72-52	**Пн-Чт:** с 9.00 до 17.30 **Пт:** с 9.00 до 16.00 *Обед: с 13.00 до 14.00 *Регламентируемые перерывы. с 11.00 до 11.15 и с 16.00 до 16.15	Проезд автобусами №3, 4, 17, 15, 44. Остановка «Покровский бульвар»
27.03.20, 30.03.20, 31.03.20		
п. Краснозатонский, ул. Корабельная, 1В, Дом культуры «Волна» тел.: 23-68-85, 30-48-17	**Пн-Пт:** с 9.00 до 16.00 *Обед: с 12.30 до 13.30 *Регламентируемый перерыв: с 11.00 до 11.15	Проезд автобусом № 23. Остановка «Магазин»
п.г.т. Максаковка (ул. Лесная, 13), тел. 30-48-17	**26.03.20:** с 9.00 до 12.00	Проезд автобусом №25. Остановка «В. Максаковка-центр»
п. Нижний Чов, ул. Магистральная, 23. Библиотека-филиал №3, тел. 23-43-13	**25.03.20:** с 12.00 до 18.00 *Регламентируемый перерыв: с 15.00 до 15.15	Проезд автобусами №18, 54, 12«э». Остановка «Нижний Чов»
Пункты, работающие в течение всего месяца (билеты на текущий месяц реализуются до 17 числа включительно, начало реализации билетов на следующий месяц с 7 числа текущего месяца)		
Ул. Бабушкина, 22. Администрация АМО ГО «Сыктывкар», тел. 30-48-17	**Пн-Чт:** с 9.00 до 17.30 **Пт:** с 9.00 до 16.00 (Ежедневно, кроме субботы, воскресенья и праздничных дней) *Обед: с 12.00 до 13.00 *Регламентируемые перерывы: с 10.30 до 10.45 и с 15.00 до 15.15	Проезд автобусами №5, 46, 15. Остановка «Администрация»
ул. Орджоникидзе, 50, «Центр ремёсел» (рядом с многофункциональным центром «Мои документы»), тел. 30-48-17	**Вт-Пт:** с 9.30 до 18.00 **Сб:** с 10.00 до 16.00 (Ежедневно, кроме воскресенья, понедельника и праздничных дней) *Обед: с 13.00 до 14.00 *Регламентируемые перерывы. с 11.00 до 11.15 и с 16.00 до 16.15	Проезд автобусами №1, 15, 17, 24, 28, 36, 54, 108. Остановка «Рынок»

Стоимость городского проездного билета – 400 руб., без ограничения количества поездок. Стоимость проездного билета с отрывными талонами (40 талонов) – 400 руб. Граждане имеют право на приобретение не более одного социального проездного билета каждого вида (п.3). Основание: Постановление Правительства РК № 342 от 09.12.2008.

Око государево

Афера с землей

Сыктывкарка признала вину

Сыктывкарка признана виновной в обмане владельцев земельных участков: она пообещала им выполнить работы по межеванию, но за собранные деньги услугу не оказала.

За это преступление по ч. 1 ст. 159 УК РФ (мошенничество) мировой суд приговорил аферистку из столицы Коми к 9 месяцам исправительных работ с удержанием 10 процентов заработка в доход государства.

Как сообщили «Панораме столицы» в прокуратуре Коми, землеустроитель частной компании вводила в заблуждение клиентов, обещая им отмежевать земельные наделы. «Несмотря на то, что в силу своих должностных обязанностей она не имела права на проведение указанных работ, женщина просила клиентов перечислять предоплату на ее банковскую карту или передавать в виде наличных средств. За период с августа 2018 года по январь 2019 года от предприимчивой сыктывкарки пострадали 56 граждан, которым причинен ущерб на 133 тысячи рублей», - рассказали нашему изданию в надзорном ведомстве.

В круг потерпевших, в основном, вошли люди пожилого возраста, а также одна из глав поселений Сысольского района.

Вину горожанка признала. Приговор не вступил в силу.

Дарья ШУЧАЛИНА

Что такое натоптыши?

Натоптыши представляют собой уплотнения на коже стопы. Возникают они при постоянном механическом воздействии, натирании кожи и сильном давлении, вследствие чего клетки кожи отмирают. Чаще всего натоптыши образовываются на пятках и на подушечках ног. Их нередко называют мозолями, но эти понятия не являются одним и тем же заболеванием. В отличие от мозолей натоптыши задевают только верхние слои кожи, поэтому избавиться от них намного проще. Несмотря на это, люди страдают от натоптышей по нескольку лет, как зимой, так и летом.

Причиной возникновения натоптышей считается:

1. Узкая и неудобная обувь, а также обувь на каблуках.
2. Нарушения кровообращения в стопе.
3. Чрезмерная потливость ног.
4. Лишний вес.
5. Нервные заболевания.

6. Артрит.
7. Еще одна причина – увеличение или смещение большого пальца ноги по отношению к другим. Из-за этого нагрузка на него увеличивается, и возникает уплотнение на коже стопы.

Как и любое заболевание, появление натоптышей проще предотвратить, чем вылечить. Чтобы уменьшить риск возникновения таких неприятностей, следует, в первую очередь, носить только удобную обувь. Это касается, скорее, женщин, которые готовы положить на алтарь красоты собственное здоровье и комфорт.

Чтобы ноги всегда были здоровыми, сильными и красивыми, не забывайте за ними ухаживать. Делать это нужно не только летом, но и зимой.

Обращайтесь в наш центр педикюра «ШАТИ», и мы поможем вам решить эту проблему.

ул.Коммунистическая, 10
(вход со двора).
Тел. 55-75-15
ШАТИ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

реклама

Данный вид деятельности лицензии не требует.

СУББОТА, 21 МАРТА

1

6.00«Доброеутро»(16+).
9.00 Умницы и умники (12+).
9.45 Слово пастыря (6+).
10.00, 12.00 Новости (16+).
10.15 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Танцы. Женщины. Произвольная программа (0+).
12.15 К юбилею Надежды Бабкиной. Модный приговор (6+).
13.15 «Надежда Бабкина: если в омут, то с головой!» Д/ф (12+).
14.15 Юбилейный концерт Надежды Бабкиной (16+).
16.15 «Кто хочет стать миллионером?» (12+).
17.50 Сегодня вечером (16+).
21.00 Время (12+).
21.20 Клуб Весёлых и Находчивых. (16+).
23.20 Большая игра (16+).
0.30 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Танцы. Произвольная программа. Мужчины. Произвольная программа (0+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России. Суббота (16+).
8.00 Местное время. Вести-Коми (12+).
8.20 Местное время. Суббота (12+).
8.35 По секрету всему свету (12+).
9.30 Пятеро на одного (12+).
10.20 Сто к одному (12+).
11.10 Смеяться разрешается (16+).
13.45 «ДОЛГИ СОВЕСТИ». Т/с (12+).
18.00 Привет, Андрей! (12+).
20.00 Вести в субботу (16+).
20.40 «РАДИ ТВОЕГО СЧАСТЬЯ». Х/ф (12+).
0.50 «ДАША». Х/ф (16+).

РОССИЯ К

6.30 Библейский сюжет. «Луис Бунюэль. «Последний вздох» (12+).
7.05 «Трям! Здравствуйте!» (6+).
7.13 «Удивительная бочка» (6+).
7.22 «Осенние корабли». М/ф (6+).
7.31 «Большой ух». М/ф (6+).
7.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ». Х/ф (12+).
9.10, 0.35 Телескоп (16+).
9.40 «Русская Атлантида» (16+).
10.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». Х/ф (16+).
11.35 «Обаяние таланта. Юлия Борисова» (0+).
12.30 «Праотцы». «Исаак». Д/с (0+).
13.00 Эрмитаж (12+).
13.25, 1.05 «Дикие Анды». «Жизнь в облаках» (12+).
14.20 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА». Х/ф (16+).
15.40 «Колонна для императора» (0+).
16.25 «Человек без маски» (0+).
17.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ». Х/ф (12+).
19.40 «Разведка в лицах. Нелегалы. Мемуары». Д/ф (0+).
21.00 Агора (0+).
22.00 «КАРАВАДЖО». Х/ф (18+).
23.35 Клуб «Шаболовка, 37» (0+).
2.00 «Искатели». Д/с (16+).
2.45 «Кострома». М/ф (6+).

НТВ

5.10 «ЧП. Расследование». Д/с (16+).
5.35 «Я СЧИТАЮ: РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ». Х/ф (16+).
7.25 Смотр (6+).
8.00, 10.00, 16.00 Сегодня (16+).
8.20 Готовим с Алексеем Зиминым (6+).
8.45 Доктор Свет (16+).
9.25 Едим Дома (6+).
10.20 Главная дорога (16+).
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым (12+).
12.00 Квартирный вопрос (6+).
13.05 НашПотребНадзор (16+).
14.00 Поедем, поедим! (6+).
15.00 Своя игра (6+).
16.20 «Следствие вели...» Д/с (16+).
17.50 Ты не поверишь!(16+).
19.00 Центральное телевидение (16+).
21.00 Секрет на миллион (16+).
23.00 Международная пилорама (18+).
23.50 Своя правда (16+).
1.40 Дачный ответ (6+).
2.35 «УЛЬТИМАТУМ». Х/ф (16+).

ЮРГАН

6.00 «Время новостей» (0+).
6.15 «Вочакыв» (12+).
6.30 «Лица истории» (12+).
7.00 «Коми incognito» (12+).
8.00, 1.10 «В мире еды» (12+).
9.00 «Жена» (12+).
10.15, 5.35 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
10.30, 5.20 «Миян йӧз» (12+).
10.45 «Пути-дороги Сергея Горбунова» (12+).
11.35, 3.50 «Детали» (12+).
12.05 «ЧТО У СЕНЬКИ БЫЛО». Х/ф (0+).
13.25 «Спящая красавица». Ледовое шоу (12+).
15.25 «Чолӧм, дзолюк!» (6+).
15.40 «Финноугория» (12+).
16.00 «Телезащитник» (12+).
16.15 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ». Х/ф (12+).
17.25, 2.00 «Война в Корее» (12+).
19.15 «ЖИВИ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ». Х/ф (16+).
21.10 «НЕ В МОЕМ ВКУСЕ». Х/ф (16+).
23.10 «ШЕФЫ». Т/с (16+).
4.20 «СТРАСТЬ». Х/ф (12+).

СТС

5.45 «Ералаш» (0+).
6.25 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.45 «Приключения Кота в сапогах». М/с (6+).
7.10 «Тролли. Праздник продолжается!». М/с (6+).
7.35 «Три кота». М/с (0+).
8.00 «Том и Джерри». М/с (0+).
8.20 Шоу "Уральских пельменей" (16+).
9.00 ПроСТО кухня (12+).
10.00 «Забавные истории». М/с (6+).
10.10 «СМУРФИКИ». Х/ф (0+).
12.20 «СМУРФИКИ - 2». Х/ф (6+).
14.20 «ЛЮДИ ИКС». Х/ф (16+).
16.20 «ЛЮДИ ИКС-2». Х/ф (12+).
19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». Х/ф (0+).
21.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». Х/ф (12+).
22.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». Х/ф (12+).
0.45 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ». Х/ф (16+).
2.30 «РИМСКИЕ СВИДАНИЯ». Х/ф (16+).
3.55 Шоу выходного дня (16+).
4.40 «Снегурочка». М/ф (0+).

МАТЧ!

6.00 «ЮФЛ. 2019/2020. Путь к финалу» (12+).
6.30 Профессиональный бокс. Фёдор Чудинов - Хассан Н'Дам Н'Жикам (12+).
8.00, 15.15, 17.45, 22.05 Все на матч! (12+).
8.30 Футбол. Лилль - Монако (0+).
10.30, 11.40, 13.25, 15.10, 17.40, 19.50, 22.00 Новости (12+).
10.40 Все на футбол! «Афиша» (12+).
11.45 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины (0+).
13.30 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины (0+).
15.50 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины (0+).
17.10 «Жизнь после спорта» (12+).
18.25 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины (0+).
20.00 Профессиональный бокс. Фёдор Чудинов против Айзека Чилембы (0+).
22.30 Реальный спорт. Бокс (16+).
23.30 Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. Финал. Майрис Бриедис против Юниера Дортикоса (0+).
2.15 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Квалификация (12+).
3.30 Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир (0+).

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 22 МАРТА

1

6.00, 10.00, 12.00 Новости (16+).
6.10 «Россия от края до края». Д/с (12+).
7.00 Играй, гармонь любимая! (12+).
7.45 «Часовой» (12+).
8.15 Здоровье (16+).
9.20 Непутёвые заметки (16+).
10.15 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Танцы. Произвольная программа. Мужчины. Произвольная программа (0+).
11.10, 12.15 Видели видео? (6+).
13.55 Теория заговора (16+).
14.55 «Великие битвы России» (12+).
16.45 Точь-в-точь! (16+).
19.25 Лучше всех! (6+).
21.00 Время (12+).
22.00 Dance Революция (6+).
23.40 Горячий лёд. Фигурное катание. Чемпионат мира 2020 г. Показательные выступления (0+).
1.40 На самом деле (16+).
2.40 Про любовь (16+).

РОССИЯ 1

4.20 «ОДИНОЧЕСТВО». Х/ф (16+).
8.00 Местное время. Воскресенье (12+).
8.35 «Когда все дома» (12+).
9.30 Устами младенца (12+).
10.20 Сто к одному (12+).
11.10 Всероссийский потребительский проект «Тест» (12+).
12.15 «Цена красивой жизни». Д/ф (12+).
13.20 «ЖЕНЩИНА С ПРОШЛЫМ». Х/ф (12+).
17.40 Ну-ка, все вместе! (12+).
20.00 Вести недели (12+).
22.00 Москва. Кремль. Путин (12+).
22.40 «Воскресный вечер» с Владимиром Соловьевым (12+).
1.30 «ВСЁ, ЧТО ТЫ ЛЮБИШЬ...» Х/ф (12+).

РОССИЯ К

6.30 «Храбрый портняжка». М/ф (6+).
7.10 «Приключения Мюнхгаузена». М/с (6+).
7.50 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА». Х/ф (16+).
9.05 «Обыкновенный концерт» (6+).
9.35 Мы - грамотеи! (0+).
10.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ». Х/ф (12+).
12.40 «Письма из провинции» (6+).
13.10, 1.50 Диалоги о животных (12+).
13.50 «Другие Романовы». «Великий князь Георгий Михайлович. Портрет на аверсе» (12+).
14.25, 0.15 «ЗОЛОТАЯ КАСКА». Х/ф (18+).
16.00 «Без срока давности. Палачи Хатыни». Д/ф (0+).
16.30 «Картина мира» (0+).
17.10 Пешком... «Дома московских просветителей» (12+).
17.40 Ближний круг. Евгений Славутин (12+).
18.35 К 60-летию Даниила Крамера. Романтика романса (16+).
19.30 Новости культуры (6+).
20.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». Х/ф (16+).
21.35 Белая студия (12+).
22.20 «1917 - раскалённый хаос» (0+).
2.35 «Аргонавты». М/ф (6+).

НТВ

3.05 Их нравы (6+).
6.00 Центральное телевидение (16+).
8.00, 10.00, 16.00 Сегодня (16+).
8.20 У нас выигрывают! (12+).
10.20 Первая передача (16+).
11.00 Чудо техники (12+).
11.55 Дачный ответ (6+).
13.05 НашПотребНадзор (16+).
14.05 Однажды... (16+).
15.00 Своя игра (6+).
16.20 «Следствие вели...» (16+).
18.00 Новые русские сенсации (16+).
19.00 Итоги недели (16+).
20.10 «МАСКА». Х/ф (16+).
22.50 Звёзды сошлись (16+).
0.25 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).
3.40 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с (16+).

ЮРГАН

6.00 «Неполитическая кухня» (12+).
6.30 «Коми incognito» (12+).
7.00 «Детали» (12+).
7.30 «Чолӧм, дзолюк!» (6+).
7.45, 9.40, 15.50 «Миян йӧз» (12+).
8.00 «КАЗАКИ-РАЗБОЙНИКИ». Х/ф (0+).
9.10, 10.25, 5.50 «Доктор Машинкова». М/с (0+).
9.55 «Ме да «Юрган» (12+).
10.45 «ДВОЕ И ОДНА». Х/ф (12+).
12.15 «Пути-дороги Сергея Горбунова». «Племя Химба и водопад Виктория» (12+).
12.40 «ТЫ ПОМНИШЬ». Х/ф (12+).
14.10, 1.00 «Вспомнить все» (12+).
14.40 «УЛИЧТІ КАМОД КЫСКАЛІСНЫ». Х/ф (12+).
16.05 «Финноугория» (12+).
16.20 «Русский крест» (12+).
16.45 «Телезащитник» (12+).
17.00 «Детали недели» (12+).
17.45, 2.00 «Война в Корее». Д/ф (12+).
19.35 «ПОЛЗЕТ ЗМЕЯ». Х/ф (16+).
21.10 «МОЯ МАМА». Х/ф (16+).
23.00 «УБИЙСТВО НА 100 МИЛЛИОНОВ». Х/ф (12+).
1.30 «СТРАСТЬ». Х/ф (12+).
3.50 «ШЕФЫ». Т/с (16+).

СТС

5.50 «Ералаш» (0+).
6.25 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (0+).
6.45 «Приключения Кота в сапогах». М/с (6+).
7.10 «Драконы. Гонки по краю». М/с (6+).
7.35 «Три кота». М/с (0+).
8.00 «Царевны». М/с (0+).
8.20, 10.00 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
9.00 Рогов в городе (16+).
10.35 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». Х/ф (16+).
12.40 «РОСОМАХА. БЕССМЕРТНЫЙ». Х/ф (16+).
15.15 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». Х/ф (0+).
17.10 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». Х/ф (12+).
18.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». Х/ф (12+).
21.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ. ИНТЭРНЭШНЛ». Х/ф (16+).
23.15 Дело было вечером (16+).
0.20 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2». Х/ф (18+).
2.15 «КОРОЛЬ РАЛЬФ». Х/ф (12+).
3.45 Шоу выходного дня (16+).
4.30 Мультфильмы (0+).

МАТЧ!

6.00 Футбол. Чемпионат Италии (0+).
8.00, 12.25, 17.40, 0.15 Все на матч! (12+).
8.30 Футбол. Реал - Валенсия (0+).
10.30, 11.30, 17.35, 21.20 Новости (12+).
10.40 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины (0+).
11.35 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины (0+).
13.20 «Новая школа. Молодые тренеры России». Д/ф (12+).
13.50 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Крылья Советов» (Самара) - «Ахмат» (Грозный) (0+).
15.55 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины (0+).
17.05 «Биатлон» (12+).
18.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна (12+).
20.15 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины (0+).
21.25 После футбола (6+).
22.25 Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. Венгрия – Россия (0+).
1.00 Футбол. Кубок Англии. 1/4 финала (0+).
3.00 Спортивная гимнастика. Кубок мира. Многоборье. Женщины (0+).
4.00 Футбол. Марсель - ПСЖ (0+).

Качественное лечение
ПОХМЕЛЬЯ
НА ДОМУ КРУГЛОСУТОЧНО
40-03-40
24ч
ПОМОЩЬ В ВЫВЕДЕНИИ ИЗ ЗАПОЯ
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР Человек Врач
Реклама
Лицензия ЛО-47-01-002184 от 08.10.2019 выдана Комитетом по здравоохранению Ленинградской области.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Помощь
АНОНИМНОСТЬ, ВЗАИМОПОНИМАНИЕ
ПРИ АЛКОГОЛЬНОЙ И НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ
Психиатр-нарколог
Попов Иван Егорович
тел.: 8912-867-20-76, 8904-867-47-62
реклама Лицензия № ЛО-41-01-00996 от 11 июня 2013 г.
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ