

21 декабря, воскресенье

**1** ОРТ Первый Канал

**06:00, 10:00, 12:00** Новости  
**06:10** Х/ф «Случай с Полиныным». (12+)  
**08:10** «Служу Отчизне!»  
**08:45** «Смешарики. ПИН-код».  
**08:55** «Здоровье». (16+)  
**10:15** «Непутевые заметки». (12+)  
**10:35** «Пока все дома».  
**11:25** «Фазенда».  
**12:18** «Теория заговора». (16+)  
**13:05** «Черно-белое». (16+)  
**14:15** Приключенческая комедия «Человек с бульвара Капуцинов». (12+)  
**16:00** Хоккей. Кубок «Первого канала». Сборная России — сборная Чехии. В перерыве — Новости.  
**18:35** «Клуб веселых и находчивых». Высшая лига. Финал. (16+)  
**21:00** Воскресное «Время».  
**22:30** Д/с «Нерассказанная история США». (16+)  
**23:40** Хоккей. Кубок «Первого канала». Сборная Финляндии — сборная Швеции.  
**01:40** Х/ф «Живая сталь». (12+)  
**04:00** «В наше время». (12+)

**РОССИЯ 1** ГТРК «Пермь»

**05:35** Х/ф «Нежданно-негаданно».  
**07:20** «Вся Россия».  
**07:30** «Сам себе режиссер».  
**08:20** «Смехопанорама».  
**08:50** «Утренняя почта».  
**09:30** «Сто к одному».  
**10:20** «Местное время». «Вести — Пермь. События недели».  
**11:00, 14:00** «Вести».  
**11:10** «Кулинарная звезда».  
**12:10** Х/ф «Служанка трех господ». (12+)  
**14:20** «Местное время». «Вести — Пермь».  
**14:30** «Смеяться разрешается».  
**16:15** Праздничный концерт ко Дню работника органов безопасности РФ.  
**18:05** Х/ф «В плену обмана». (12+)  
**20:00** «Вести недели».  
**22:00** «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)  
**23:50** Х/ф «Берега любви». (12+)  
**01:40** Х/ф «Сокровище». (12+)  
**03:20** «Моя планета» представляет: «Одна на планете. Италия. Остров Искья».  
**04:10** «Комната смеха».

**НТВ**

**06:00** Дорожный патруль  
**08:00, 10:00, 13:00, 16:00** «Сегодня».  
**08:15** Лотерея «Русское лото плюс».  
**08:45** «Хорошо там, где мы ешь»  
**09:25** «Едим дома».  
**10:20** «Первая передача». (16+)  
**11:00** «Чудо техники». (12+)  
**11:50** «Дачный ответ».  
**13:20** «Поедем, поедим!»  
**14:00, 16:15** Т/с «Морские дьяволы. Смерч». (16+)  
**18:00** «Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю».  
**19:00** «Сегодня. Итоговая программа».  
**20:10** «Профессия — репортер». (16+)  
**20:45** Х/ф «След тигра». (16+)  
**22:45** Х/ф «По следу тигра». (16+)  
**23:45** Т/с «Дознаватель». (16+)  
**02:35** «Авиаторы». (12+)  
**03:05** Т/с «Клеймо». (16+)  
**05:00** Т/с «Супруги». (16+)

**ТНТ**

**07:00** «ТНТ. MIX». (16+)  
**07:40** М/с «Пингвины из «Мадагаскара». «Лучшие враги. Ночь везуиусов». (12+)  
**08:05** М/с «Пингвины из «Мадагаскара». «Операция «Лунно-роговой апокалипсис». (12+)  
**08:30** М/с «LBX — Битвы маленьких гигантов». «Ван против Джастина». (12+)  
**09:00** «Дом-2. Lite». (16+)  
**10:00** «Школа ремонта». (12+)  
**11:00** «Перезагрузка». (16+)  
**12:00** «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)  
**13:00, 22:00** «Stand Up». (16+)  
**13:50** Х/ф «Гарри Поттер и орден Феникса». (12+)  
**16:30** Х/ф «Гарри Поттер и Принц-полукровка». (12+)  
**19:30** «Комеди Клуб. Лучшее». (16+)  
**20:00** «Комеди Клуб». (16+)  
**21:00** «Однажды в России». (16+)  
**23:00** «Дом-2. Город любви». (16+)  
**00:00** «Дом-2. После заката. Спец-включение (16+)  
**01:00** Х/ф «Телохранитель». (16+)  
**03:35, 04:30** «Без следа-3». (16+)  
**05:20** Т/с «Саша + Маша». «Флирт на стороне». (16+)  
**06:00, 06:30** М/с «Турбо-агент Дэд-ли». (12+)

**РЕН ТВ** / Рифей

**06:30** Т/с «Стрелок 2». (16+)  
**10:00** «Смерть как чудо». (16+)  
**11:00** «Охотники за сокровищами». (16+)  
**12:00** «Архитекторы древних планет». (16+)  
**13:00** «Хранители звездных врат». (16+)  
**14:00** «Тень апокалипсиса». (16+)  
**16:00** «Галактические разведчики». (16+)  
**17:00** «Подводная вселенная». (16+)  
**18:00** «Лунная гонка». (16+)  
**20:00** «Время гигантов». (16+)  
**21:00** «НЛО. Дело особой важности». (16+)  
**23:00** «Добров в эфире». (16+)  
**00:00** «Любить по-пролетарски». (16+)  
**02:00** «Любовь до нашей эры». (16+)  
**03:00** «Территория заблуждений». (16+)

**РОССИЯ 24** / Vetta

**06:00, 12:15, 20:00** РИК «Россия-24».  
**08:00** М/ф «Ветта». (6+)  
**09:20** «Детский час». (6+)  
**10:20** «Специальный репортаж». (16+)  
**10:30** «Витрины». (16+)  
**10:50** «Тот самый вкус». (16+)  
**10:55** «Пудра». (16+)  
**11:00** «Легенды губернского города». (16+)  
**11:05** «Тайны здоровья». (16+)  
**11:25** «Дополнительное время». (16+)  
**11:50** «Эх, дороги!» (16+)  
**11:55** «Лобби-холл». (16+)  
**18:00** Д/ф «Пермь». «Пермский край: история на экране». «Опорный край державы».  
**18:45** «ПРОремонт».  
**19:00** «Специальный репортаж».  
**19:10** «Вести. Дежурная часть. Пермь».  
**19:25** «Вести. Пермь. События недели».

**СТС**

**06:00** «Муравьишка-хватушка». (0+)  
**07:10** М/с «Пингвиненок Пороро». (0+)  
**07:30** М/с «Робокор Поли и его друзья». (6+)  
**08:05** М/с «Макс Стил». (0+)  
**08:30, 09:00** М/с «Смешарики». (0+)  
**09:10** «Ох и Ах». (0+)  
**10:30, 13:15, 16:30** Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
**12:00** «Успеть за 24 часа». (16+)  
**13:00, 16:00, 01:05, 03:05** «б ка-дров». (16+)  
**14:15** М/ф «Как приручить дракона». (12+)  
**17:45** Х/ф «Первый мститель». (12+)  
**20:00** Х/ф «Живая сталь». (16+)  
**22:25** «Большой вопрос». (16+)  
**23:25** Х/ф «Адреналин-2. Высокое напряжение». (18+)  
**02:05** «Животный смех». (0+)  
**04:00** М/ф «Светлячок». (0+)  
**05:35** «Музыка на «СТС». (16+)

**ДОМАШНИЙ**

**06:30, 06:00** «Жить вкусно с Джейми Оливером». (16+)  
**08:00** «Мультфильмы». (0+)  
**08:30** Х/ф «Двенадцать месяцев». (0+)  
**11:00** «Скарлетт». Мелодрама. (16+)  
**18:00** «Она написала убийство». Детективный сериал. (16+)  
**18:55, 23:45** «Одна за всех». (16+)  
**19:00** «Ты меня любишь?» Лирическая комедия. (16+)  
**20:40** «Про любовь». Мелодрама. (16+)  
**22:45** «Звездная жизнь». Документальный цикл. (16+)  
**00:30** «Давай поговорим о сексе». Научно-популярное шоу. (18+)  
**02:25** Д/ф «Звездные истории». (16+)

**5** УИТВ-Пятый канал

**08:30** М/ф «Автомобиль кота Леопольда». «День рождения Леопольда». «Кот Леопольд во сне и наяву». «Лето кота Леопольда». «Месть кота Леопольда». (0+)  
**09:30** «Большой папа». (0+)  
**10:00** «Сейчас».  
**10:10** «Приглашайте в гости Машу». (0+)  
**10:20** «Жизнь без преград». (12+)  
**10:30** «Мы вместе». (12+)  
**10:35** «Гильдия добрых дел». (12+)  
**10:40** «На гребне волны». (12+)  
**11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 19:30, 20:35, 21:40, 22:40, 23:45, 00:45** Т/с «Метод Фрейда». (16+)  
**17:00** «Пермское времечко». (16+)  
**17:30** «Наше дело». (16+)  
**18:00** «Главное».  
**01:55** Д/ф «Путь Сталина». (12+)  
**02:55** «Фронт в тылу врага. Военно-исторический фильм».

**ЦЕНТР**

**05:15** М/ф «Тайна третьей планеты», «Малыш и Карлсон».  
**06:35** М/ф «Сказка о царе Салтане».  
**07:30** «Фактор жизни». (12+)  
**08:00** Х/ф «Неоконченная весть».  
**10:00** «Барышня и кулинару». (12+)  
**10:30** «Смех с доставкой на дом». (12+)  
**11:30, 00:10** «События».  
**11:45** Муз/ф «Карнавал».  
**14:50** «Московская неделя».  
**15:20** Петровка, 38».  
**15:30** Х/ф «Другое лицо». (16+)  
**17:25** Х/ф «Девушка средних лет». (16+)  
**21:00** «В центре событий». (16+)  
**22:10** Т/с «Пуаро Агаты Кристи». (12+)  
**00:30** Х/ф «Тебе, настоящему». (12+)

**ВКЛАДЫ****МЕТАЛЛИНВЕСТБАНК**

ПАО АКБ «Металлинвестбанк». Генеральная лицензия Банка России № 2440

**ПРОЩЕ НЕ ПРИДУМАЕШЬ!**г. Пермь, ул. Николая Островского д. 59/1, БЦ «Парус»  
Телефон: (342) 211-50-15, 211-50-12[www.metallinvestbank.ru](http://www.metallinvestbank.ru)

**03:00** Х/ф «Екатерина Воронина». (12+)  
**04:35** Д/ф «Волосы. Запутанная история». (12+)

**РОССИЯ К** КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

**06:30** «Евроныус».  
**09:00** «Доброе утро, Пермский край».  
**09:45** «Покорение NEXТ».  
**10:00** «Обыкновенный концерт».  
**10:35** Х/ф «Случай на шахте восемь».  
**12:05** «Легенды мирового кино». «Омар Шариф».  
**12:35** «Россия, любовь моя!» «Дагестан — страна языков, страна ремесел».  
**13:00** Д/ф «Загадочные ракообразные».  
**13:55** Д/ф «Пермь». «Пермский край: история на экране». «Опорный край державы».  
**14:40** Д/ф «Россия-К». «Православие в сербских землях».  
**15:20** «Кто там...»  
**15:50** «Гении и злодеи». «Артур Рембо».

**16:20** Концерт «Имре Кальман. Гранд-гала».  
**17:30** «Пешком...» «Москва архитектора Жолтовского».

**18:00** «Контекст».  
**18:40** К 70-летию Великой Победы. «Война на всех одна».  
**18:55** Х/ф «Зарево над Дравой».  
**21:20** Хрустальный бал «Хрустальной Турандот». Творческий вечер Валентина Гафта  
**22:30** Д/ф «Снежный человек профессора Поршнева».  
**23:10** Опера «Черевички».  
**01:40** М/ф «Про раков».  
**01:55** «Искатели». «Скуратов. Палач Ивана Грозного».  
**02:40** Д/ф «Гробницы Когуре. На страже империи».

**РОССИЯ 2** РОССИЯ СПОРТ

**09:00** «Панорама дня. Live».  
**10:15** «Моя рыбалка».  
**10:55** «Язь против еды».  
**11:30** Т/с «Две легенды». (16+)  
**14:55, 16:45** «Большой спорт».  
**15:20** Бiatлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины  
**16:15** «Бiatлон».  
**17:20** Бiatлон.  
**18:15** Х/ф «Черта. Мучное дело». (16+)  
**21:50** Х/ф «Путь». (16+)  
**23:55** Бiatлон. Кубок мира  
**01:30** «Большой футбол».  
**02:15** Баскетбол.  
**04:05** «Основной элемент». «Нефтегород».  
**04:30** «Основной элемент». «Рождение бриллианта».  
**05:00** «Человек мира». «С сумкой по Фиджи».  
**05:55** «Наше все». «Мамонтова кость».  
**06:40** Х/ф «Сармат». (16+)

## При склонности к запорам — послабляющий батончик ФИТОЛАКС с ценными пищевыми волокнами



### Полезное лакомство на каждый день

Спрашивайте во всех аптеках города, а также по телефонам: «Опека» 215-44-88, 207-48-66, «Бережная» 221-91-10, 216-44-30, 223-52-55, «Мелодия Здоровья» 229-57-08, 224-20-46, 224-99-29, 236-21-62. Заказывайте на сайте [apteka.ru](http://apteka.ru) с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.  
**АКЦИЯ!** При заказе на сайте [www.evatar.ru](http://www.evatar.ru) или по телефону 8-800-200-52-52 любой продукции Эвалар на сумму не менее 2000 рублей вы получаете в подарок батончик Фитолак.  
 Срок проведения акции — с 1 ноября по 31 декабря 2014 г.  
 Условия проведения акции на сайте [www.evatar.ru](http://www.evatar.ru). Реклама.

Послабляющий эффект — без боли, спазмов и вздутия.

В составе — чернослив и 3 вида ценных пищевых волокон:

- Оболочки семян подорожника;
- Инулин;
- Пшеничные волокна.

Они способствуют регулярному освобождению кишечника, нормализуют микрофлору, сорбируют и выводят токсины.

Применяйте каждый день при склонности к запорам.

**Полезно. Удобно. Вкусно!**

Без сены.

Без искусственных красителей, ароматизаторов и ГМО.

