**«Медитации»** **(12+) Премьера**

**По вторникам в 19:50**

«Медитации» — это 20-серийный проект на стыке искусства, медитации и сказкотерапии. Универсальный инструмент для повседневной жизни, который помогает всей семье прорабатывать эмоции, расслабляться и находить внутреннее равновесие.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**«Психология для себя»** **(12+) Новые выпуски**

**По вторникам в 20:00**

«Психология для себя» — это просветительский проект, в рамках которого ведущие эксперты-психологи в формате беседы делятся с аудиторией практическими знаниями для улучшения качества жизни.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**«Снимаем маски»** **(12+) Новые выпуски**

**По четвергам в 18:00**

Психологическое телешоу "Снимаем маски" предлагает избавиться от ограничений и стать собой вместе с профессиональным психологом. Ведущие-психологи разбирают проблемы конкретных людей, анализируют их поступки и дают профессиональные рекомендации.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**«Ключ к себе»** **(12+) Новые выпуски**

**По средам в 20:00**

Программа, где каждый выпуск посвящён определённым психологическим тестам: от классических до новаторских методик. Ведущий помогает зрителям пройти тесты и разобраться в результатах.