

ЖИЗНЬ

16+

НАГИЕВ И СОБЧАК

теряют миллионы из-за атак на Дубай

Стр. 4-5

11 - 17 марта 2026 № 9

ТЕЛЕ программа

С 16 ПО 22 МАРТА

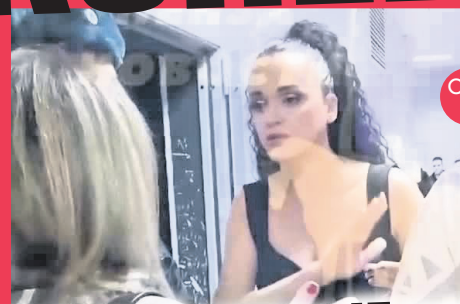


ГУБИН
ОСКОРБИЛ
ЖУКОВА И
ПРИЗНАЛСЯ
В «КРАЖЕ»

Он шепелявит!

БИТВА КУМИРОВ | Стр. 9

Бесславный КОНЕЦ



Стр. 6

Зрители обвинили 45-летнюю Славу в том, что она пела на сцене «под фанеру» подшофе



СКАНДАЛ СО ЗВЕЗДОЙ

РОССИЯНКА, 23 ГОДА ЖИВУЩАЯ С ВИЧ, НАШЛА ЛЮБОВЬ И РОДИЛА ДВОИХ ДЕТЕЙ



Сила жизни

Стр. 8-17



Женщину-инвалида из России унизили в аэропорту Стамбула

ШОК-ПОДРОБНОСТИ | Стр. 2

СИБИРСКАЯ ЛЮДОЕДКА РАБОТАЕТ В САЛОНЕ КРАСОТЫ

Пальчики Оближешь

43-летняя иркутянка, скормившая сыну тело подруги 17 лет назад, стала мастером маникюра



Стр. 18



4 607005 010025

26009

ВОПИЮЩЕЕ БЕЗДУШИЕ ТУРЕЦКОГО АВИАСЕРВИСА

АНДРЕЙ ДЕДОВ

В АЭРОПОРТУ Стамбула на удивление бессердечно обошлись с девушкой-инвалидом из России – у нее отбрали инвалидную коляску и вынуждали передвигаться на больных ногах.

С циничным отношением жительница Урала Екатерина столкнулась во время пятичасовой пересадки в аэропорту Стамбула. Туристка рассчитывала на сопровождение от авиакомпании, которое ей всегда оказывали в путешествиях.

У россиянки вторая группа инвалидности: она получила её в 2011 году после прорыва трубы с кипятком в екатеринбургском клубе GOLD. Тогда девушке ампутировали восемь пальцев на ногах – ходить самостоятельно она может, но во время перелетов из-за отеков раны воспаляются.

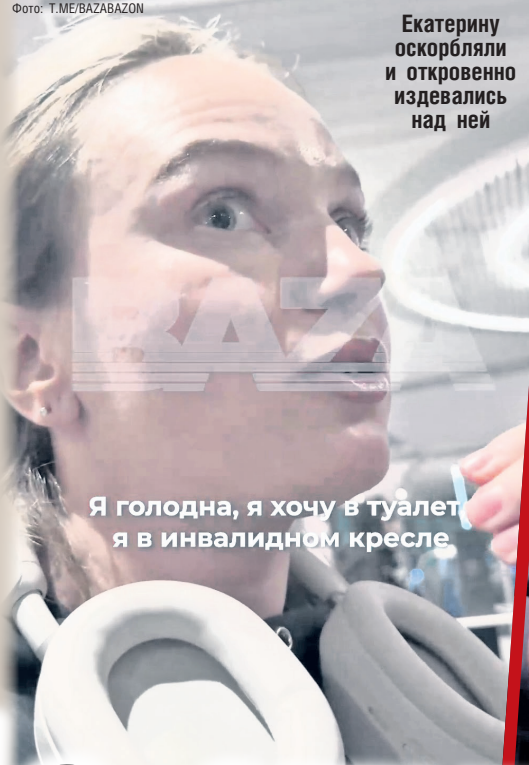
Но к проблеме Екатерины работник Turkish Airlines оказался равнодушен – он довез туристку только до ленты багажа и потребовал освободить коляску, заявив, что дальше не обязан ее сопровождать. Девушке пришлось самостоятельно нести вещи, идти до стойки регистрации и зоны выдачи колясок. Екатерина испытывала адскую боль в ногах и попыталась вызвать сопровождение второй раз. Но не повезло ей и с новым помощником. Он игнорировал ее просьбы отвезти в туалет и кафе – вместо этого доставил Екатерину в зону ожидания для инвалидов и отказался помогать дальше. Поскольку пользоваться коляской без сопровождения запрещено, россиянке пришлось опять ходить пешком. Из-за этого раны на ногах начали кровоточить...

СМЕХ

На недовольство Екатерины один из сотрудников авиакомпании с усмешкой ответил: «Туалет недалеко отсюда, вы можете сходить туда. Вы очень интересная, мадам».

После инцидента россиянка пожаловалась в Turkish Airlines, где ей заявили, что «персонал действовал в соответствии с регламентом». С таким же грубым отношением, по ее словам, столкнулись и другие путешественники с инвалидностью, которым тоже отказали в доступе к туалету, воде и еде. Публичных заявлений по поводу случившегося в авиакомпании не делали.

Фото: T.ME/BAZABAZON



Екатерину оскорбляли и откровенно издевались над ней

Я голодна, я хочу в туалет в инвалидном кресле.

Не стучись в мою дверь

Русская красавица получила страшные ожоги во время несчастного случая с прорвавшейся трубой



Фото: T.ME/BAZABAZON



СОТРУДНИКИ ТУРЕЦКИХ АВИАЛИНИЙ ОТКАЗАЛИ В ПОМОЩИ РОССИЯНКЕ, У КОТОРОЙ АМПУТИРОВАНЫ ПАЛЬЦЫ НОГ

Вы говорите, что я должна оставаться тут. TURKISH AIRLINES



Фото: T.ME/BAZABAZON

Девушке пришлось идти пешком, и раны на ногах начали кровоточить

– Я испытала унижение, потерю достоинства и возвращение симптомов, связанных с травмой. Отношение ко мне как к неудобству, а не как к человеку с правами. Это не мелкая сервисная ошибка, а нарушение личной неприкосновенности. Я впервые в жизни пережила паническую атаку на фоне пережитого стресса, – заявила Екатерина журналистам.



Герман Стерлигов

Вот тебе, бабушка...

МИЛЛИАРДЕР Герман Стерлигов предложил вернуть в России крепостное право.

По мнению 59-летнего бизнесмена, властям стоит выделить день, когда всем можно будет увольняться. Как пример он привел Юрьев день, 26 ноября. Точнее, сотрудникам надо давать возможность уйти с работы за неделю до или после даты.



Арина Соболенко

Парный разряд

ПЕРВАЯ ракетка мира – 27-летняя белорусская теннисистка Арина Соболенко выходит замуж за бразильского бизнесмена Георгиоса Франгулиса.

Пара раскрыла свои отношения в 2024 году. Теперь они решили вступить в брак. Георгиос сделал любимой предложение, и Арина сказала «да».

ПРИКОЛ

БИОЛОГИ пришли к выводу, что занятия садоводством снижают тревожность и помогают лучше антидепрессантов.

ТЕЛЕФОНЫ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ

Благовещенск..... 8(968) 712-63-43
Владивосток..... 8(968) 712-63-43
Волгоград, Самара..... 8(937) 067-94-18
Воронеж..... 8(920) 229-12-43
Москва..... 8(499) 455-02-84
Нижний Новгород..... 8(919) 524-21-22
Новосибирск..... 8(913) 014-86-86
Челябинск..... 8(951) 241-76-43

Периодическое печатное издание, газета «Жизнь» № 9, 11 - 17 марта 2026. Отпечатано в ЗАО «Трайм Принт Москва», Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5-В. Заказ № 561

Тираж по России
361 985

СКАНДАЛ С ЭКС-УЧАСТНИЦЕЙ ГРУППЫ «ВИА ГРА»

СЕРГЕЙ ЖУКОВ

ДОВОЛЬНО долгое время родные и друзья баскетболиста Яниса Тиммы атаковали его бывшую жену Анну Седокову громкими обвинениями и судебными исками.

Но та, как ни странно, отвечала достаточно сдержанно, только на днях 43-летнюю артистку словно прорвало. Она опубликовала своеобразный манифест в соцсети и не стеснялась там в выражениях.

«Я бы очень хотела, чтобы все отстало от меня и поняли наконец, что люди зарабатывают деньги, ходят на работу. Такое слово есть – работа! У меня ребенок в 21 год работает на двух работах и учится. Я с 14 лет работаю каждый день. Да, работать гораздо сложнее, чем подсосаться к кому-то и тянуть с него деньги, но работа приносит и удовольствие тоже. И знаете, у меня абсолютно на каждое слово есть бумажка. По каждому вопросу. Встретимся в суде, мои жадные бездельники!»

ПРИЧИНЫ

Всё это касается иска, который

Янис Тимма

Анна считает, что все свои богатства заработала сама, а бывший муж – ни при чем

ФОТО: ВЯЧЕСЛАВ ПРОКОФЬЕВИЧ



Анна Седокова устроила разнос родным Яниса Тиммы, которые хотят отсудить у нее имущество погибшего мужа

родители Яниса подали против нее в Хорошевский районный суд Москвы.

Дело в том, что во время брака с латвийским спортсменом Анна приобрела ряд активов и оформила их на свое имя. Родные же считают, что активы эти следует признать совместно нажитым имуществом. А стало быть, им полагается как минимум половина.

Адвокат семьи Маргарита Гаврилова и вовсе пытается притянуть звезду к уголовной статье – юрист обвинила артистку в мошенничестве при продаже совместного с Янисом имущества. По словам Гавриловой, для этого был использован фиктивный брачный договор. Действия певицы Гаврилова назвала «бандитской схемой» и «обманом в стиле девяностых». Она заявила, что Седокова играла чувствами бывшего супруга, который ей верил, и сравнила этот поступок с обманом самого близкого человека.

ВЫ ЖАДНЫЕ БЕЗДЕЛЬНИКИ!



Бурак Озчивит

На него не жалко

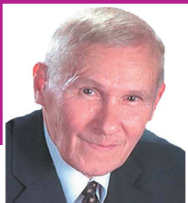
В МОСКВЕ фанатки раскупили все билеты на выступление звезды «Великолепного века» Бурака Озчивита.

Турецкий актер приехал в РФ с моноспектаклем «Самая красивая девушка Стамбула». Премьера прошла в 2025-м, а теперь спектакль показывают россиянам.

ПРИКОЛ

ЖИТЕЛЬ Воркуты уехал на 3 года, забыв закрыть окно в квартире, а вернулся уже в жилье, превращенное голубями в туалет.

АКАДЕМИК БОЛОТОВ МОЙ СПАСИТЕЛЬ! ЕГО СРЕДСТВО МЕНЯЕТ ЖИЗНЬ



Здравствуйте, друзья! Меня зовут Лариса Петровна и я очень хочу рассказать вам, как спаслась благодаря учениям гениального академика Болотова.

Все началось зимой 2020 года – тогда не стало моего мужа и, наверное, из-за переживаний, мое здоровье начало сыпаться, как карточный домик. Подскочил сахар и давление, а зрение стало падать. По ночам я не могла подолгу заснуть, а вставать утром не было ни желания, ни сил. Аппетит пропал, после перекусов еда часто вставала комом в горле, меня тошнило... Зато вес, наоборот, становился все больше. Сначала я еще ходила в поликлинику, где мне назначали разные таблетки, да вот по-насто-

ящему здоровье вернуть не получалось, зрение становилось все хуже, а денег на это все уходило все больше и больше.

Тогда моя невестка родила своего первенца. Роды были тяжелыми, и сын попросил меня переехать на время пожить у них – помочь с малышом. Что делать, нужно помочь, для меня нет ничего важнее семьи! Хотя и самой тяжело, нужно найти какой-то выход, как-то подправить здоровье, ведь мне всего лишь 62!

И я стала искать информацию, как вернуть здоровье. Попалось мне тогда видео об учениях Болотова. Академик Болотов – известный советский ученый, который считал здоровое пищеварение залогом здоровья. «Почти все болезни начинаются с желудка и ле-

читься должны тоже через него» – говорил он. И это так, я в этом убедилась!

Академик Болотов разработал специальный Бальзам, и как же я рада, что решила его попробовать! Я позвонила в Центр Болотова, где специалисты объяснили, как в моем случае лучше принимать **Бальзам** и посоветовали дополнительно для зрения капсулы **Чистый Хрусталь**. Через неделю на

почте я забрала посылку и начала прием. Сначала ушли тяжесть в желудке и тошнота. Я продолжала прием Бальзама Болотова и капсул Чистый хрусталь. И через 3 месяца я могу даже читать без очков!

СУПЕР ЦЕНА
Бальзам + капсулы
3240 руб.

Специалисты Центра Болотова ответят на ваши вопросы по телефонам:

+7 (499) 350-44-74, +7 (969) 777-06-28

Цена БАЛЬЗАМА:

475 мл – 2350 руб.

Цена капсулы ЧИСТЫЙ ХРУСТАЛЬ:

1 банка – 1250 руб.

МОСКВА. ЦЕНТР БОЛОТОВА.



СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама. ИП Годованюк И.В., 127273, г. Москва, Берёзовая аллея, д. 7Б, офис 206, 1 этаж, ОГРН 317502700010807, СоГРП №.RU. 77.99.88.003.R.004745.12.19



Тимур Бекмамбетов

Судебный дозор

ОСОБНЯК, изъятый в Казани у 64-летнего режиссера «Ночного дозора» Тимура Бекмамбетова, уехавшего за границу, продан на аукционе за 21,4 миллиона рублей.

Торги организовал суд. Победителем аукциона по продаже брошенного дома 1873 года постройки стал бизнесмен Сергей Еремеев. Начальная стоимость здания составляла 9,3 млн рублей.



Ольга Картункова

Баба Оля

47-ЛЕТНЯЯ звезда КВН Ольга Картункова впервые стала бабушкой.

— Такая у меня внучечка-красотулечка вкусная, прям хочется ее все время зацеловывать. Я очень счастлива, — поделилась актриса.

Напомним, в 2024 году Картункова выдала замуж дочь Викторину. Избранника девушки зовут Олег. Влюбленные вместе с 2017 года.

ПРИКОЛ

СОТРУДНИКИ YouTube жестко разыграли нового сотрудника - «организовали» ему арест за запрещенку и пожизненный приговор.

НА ФОНЕ ВОЙНЫ В ИРАНЕ РОССИЙСКИЕ ЗВЕЗДЫ МОГУТ ПОТЕРЯТЬ ЭЛИТНУЮ

ДВОРЦЫ -



Михайлов приобрел в Эмиратах три квартиры

ФОТО: TOPADDRESS.AE

СЕЛО МИХАЙЛОВСКОЕ

ПЕВЕЦ Стас Михайлов тоже нередко посещает Эмираты как по работе, так и с целью отдыха. В итоге помимо особняка в Черногории и приписываемой ему виллы в Италии он разжился недвижимостью и в Дубае. Здесь певец приобрел как минимум три объекта: несколько двухшек в комплексе The Palm Tower, который находится в самом центре искусственного острова Palm Jumeirah. Здание комплекса насчитывает 52 этажа, внутри — около 450 роскошных апартаментов и пятизвездочный отель. Владельцам квартир разрешается посещать спа-центр, корты для игры в сквош и теннис, бассейн и смотровую площадку, расположенную на крыше здания.



ФОТО: СОЦСЕТЬ / СТАС МИХАЙЛОВ

Пентхаус Нагиева, новостройка Собчак и коллекция квартир Стаса Михайлова под угрозой уничтожения из-за ракетных атак Ирана

АРТЕМ КОНЕВ

ЕЩЕ НЕДАВНО Дубай был тихой и золотой гаванью для российской элиты — здесь искали себе пристанище самые богатые бизнесмены, чиновники, российские знаменитости.

Здесь же пустили свои корни многие иноагенты. Ничто не предвещало беды. Пока известный «миротворец» Дональд Трамп не начал очередную войну на Ближнем Востоке.

Итогом стали иранские ракеты и дроны, обрушившиеся на небоскребы и дворцы в ОАЭ. После начала обстрелов каждую минуту Дубай сейчас теряет примерно 1 миллион долларов. В эмирате разгорается кризис из-за проблем с работой аэропортов.

Множество туристов не могут покинуть страну. Есть погибшие и раненые. И конца эскалации пока не видно: Иран продолжает интенсивно обстреливать не только Израиль, но и большинство своих соседей со стороны Аравийского полуострова: ОАЭ, Бахрейн, Катар, Ирак, Оман и Саудовскую Аравию, — уничтожая не только военную, но и нефтегазовую и даже транспортную инфраструктуру этих государств. А 3 марта представитель иранского Корпуса стражей исламской революции (КСИР) Али Мохаммад Наини и вовсе предупредил, что «врата ада будут открываться США и Израилю с каждой минутой всё больше и больше». То есть заканчивать конфликт в ближайшее время персы не намерены.

Всё это неминуемо привело как к спаду туризма в стране, так и к падению цен на жильё. Тысячи российских граждан рискуют потерять здесь свои многомиллионные инвестиции. Среди них и звезды шоу-бизнеса, которые в последние годы прониклись Дубаем и вложили в него огромные деньги. Теперь перспектива такова, что все они не просто не смогут продать дорого свое жильё, но при худшем развитии ситуации даже не смогут до него доехать.

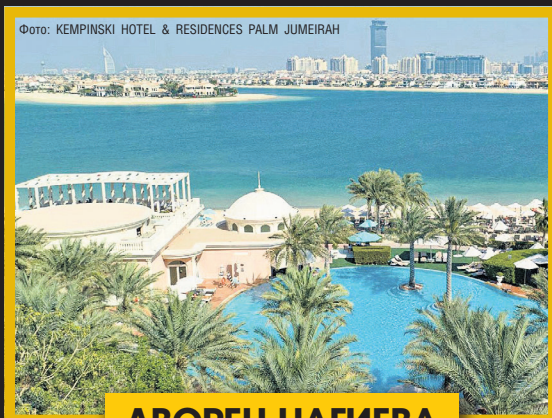


ФОТО: KEMPINSKI HOTEL & RESIDENCES PALM JUMEIRAH

ДВОРЕЦ НАГИЕВА

ОДНИМ из последних в Дубай вложилась актер и телеведущий Дмитрий Нагиев. В 2024 году по Сети поползли слухи, будто он вообще перебрался в Дубай жить. Действительно, там он находился продолжительное время и проводил тренинги под названием «Новый уровень твоей уверенности». А в январе этого года стало известно, что шоумен купил там апартаменты примерно за 300 млн рублей.

Жильё расположено в элитном районе — на искусственном острове Пальма Джумейра, в пятизвездочном отеле Kempinski Palm Jumeirah на первой береговой линии. Из панорамных окон открывается вид на Персидский залив. В апартаментах сделан дизайнерский ремонт с обилием золота в интерьере, в пространстве расположены три огромные спальни с итальянской мебелью.



ФОТО: BULGARIHOTELS.COM

СТУДИЯ ДЛЯ КЕТИ

ВОКАЛИСТКА группы «А-Студио» Кети Топурия — тоже резидент ОАЭ. Недвижимость она приобрела здесь в 2023 году. Это 150-метровые апартаменты в эксклюзивном морском комплексе Bulgari Residences. Стоимость хором — четыре миллиона долларов. Сам ЖК представляет собой комплекс из шести семиэтажных зданий, которые находятся на частном острове Jumeirah Bay Island, и считаются одними из самых престижных жилых комплексов в мире. Его спроектировали специалисты культового итальянского бренда Bulgari. В нем расположено всего 180 квартир, насчитывающих от двух до шести спален. Площадь самых маленьких апартаментов составляет 150 кв. метров. Известно, что из квартиры Топурии открывается вид на Персидский залив и городские высоты.



НЕДВИЖИМОСТЬ В ДУБАЕ НА МИЛЛИОНЫ ДОЛЛАРОВ

Фото: СОЦСЕТИ / АЛЕКСАНДР РЕВВА

В ПЕСОК!

РЕВВА БЕЗ ДОМА

РОССИЙСКИЙ комик, актер и певец Александр Ревва после начала СВО тоже решил подготовить себе запасной аэродром в Дубае. Речь идет о жилом комплексе Adress Beach Residences, расположенном в районе Джумейра. Комплекс необычный: он включает в себя два 77-этажных небоскреба, на крыше которых находится самый большой в мире бассейн площадью 560 кв. метров — он даже занесён в Книгу рекордов Гиннеса. Судя по стоимости — 300 тысяч долларов (примерно 22 млн рублей), — апартаменты небольшие. Сейчас в Дубае за эти деньги можно взять разве что двушку в пределах 80 квадратов. Зато покупка дает право на вид на жительство в ОАЭ.



На крыше небоскреба Adress Beach Residences есть гигантский бассейн



Фото: СОЦСЕТИ



Фото: ADDRESSBEACHRESIDENCES.RU

За двушку в 80 квадратов Ревва заплатил около 22 млн

КСЕНИЯ СТРОИЛАСЬ, ДА РАССТРОИЛАСЬ

КСЕНИЯ Собчак тоже инвестировала в арабскую недвижимость, и тоже сразу после начала СВО. Телеведущая и светская львица приобрела апартаменты площадью 162 квадрата в дубайском небоскребе St. Regis Residences. Элитный жилой комплекс еще достраивается, его сдача назначена на конец 2026 года. Однако уже сейчас понять роскошь будущих апартаментов можно по его расположению — в Даунтауне Дубая, буквально в 400 метрах от самого высокого здания на земле — «Бурдж-Халифа». Сразу за ним находится «Дубай-молл», где любят гулять по бутикам российские звезды. В минуте ходьбы — здание оперы, а из панорамных окон башни каждый вечер можно любоваться знаменитыми поющими фонтанами. Покупка обошлась Ксении Анатольевне примерно в полтора миллиона долларов. Как утверждает сама Собчак в своих соцсетях, апартаменты она купила в рассрочку. Правда, с учетом текущих реалий башню теперь могут и не достроить.



Фото: СОЦСЕТИ / КСЕНИЯ СОБЧАК



Фото: AP/ASS / ALTAF DADRI

Дубай считался одним из самых благополучных мест в мире, но сейчас там гремят взрывы



Фото: PROPERTIES.EMAR.COM

Собчак купила элитную недвижимость сразу после начала СВО

ЭКС-СУПРУГА ДИБРОВА КИЧИТСЯ ТЕМ, ЧТО КРАСОТОЙ МОЖЕТ РАЗРУШАТЬ ЧУЖИЕ СЕМЬИ

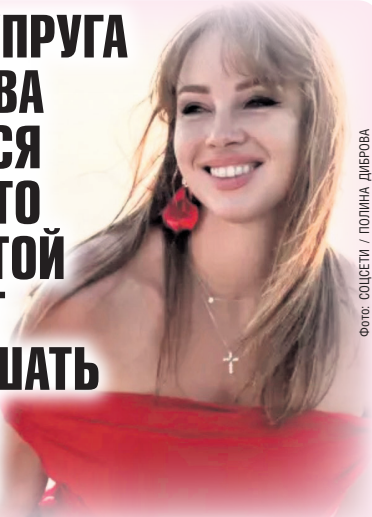


Фото: СОЦСЕТИ / ПОЛИНА ДИБРОВА

Угонять мужчин - мое хобби!

ОЛЬГА НИКИТИНА

36-ЛЕТНЯЯ Полина Диброва похвасталась в соцсетях новым мини-платьем с глубоким декольте и попросила других женщин держать своих возлюбленных в узде. А то мало ли, сорвутся, увидев такую роскошную даму. «Девочки, я выхожу из дома, придержите своих мужчин. Я не хочу их видеть», — написала Полина.

ВОЗМУЩЕНИЕ

Естественно, это вызвало волну негатива даже среди преданных подписчиц экс-супруги Дмитрия Диброва. Многие комментарии касались ее нынешних отношений с бизнесменом Романом Товстиком, которого женщина увела у подруги. «Очень рады, что утащили мужа у подруги и сейчас раскручиваете его на деньги? Да, здорово! Молодец! Bravo!...», «Хабальство и примитивность — на уровне», «Верните шторы из деревенского дома культуры на место. Такие платья я видела в бабушкиных журналах в СССР», «Своего придержите мужчину, я уже иду!», — возмущались женщины. Но вместо того, чтобы лить слезы, Полина сама пошла в атаку на недовольных пользователей и ответила одному из комментаторов так: «Угонять мужчин — мое хобби».

marina_bregvadze Верните шторы из деревенского дома культуры на место. Пипец кринж, такие платья я видела в бабушкиных журналах в СССР

2 дн. "Нравится": 349 Ответить ***

tuvnatasha Вы слишком яростно доказываете свое ворованное счастье.

2 дн. "Нравится": 309 Ответить

Фото: СОЦСЕТИ / ПОЛИНА ДИБРОВА

ollysadvice Интересно зачем вы занимаетесь провокацией? Есть простая истина: люди с внутренней опорой и самоуверенностью ведут себя как правило очень спокойно и миру ничего доказать не хотят.

2 дн. "Нравится": 63 Ответить

Такие комментарии заполнили страничку Полины в социальных сетях

СЛАВА ОТМЕНИЛА ВСЕ КОНЦЕРТЫ ПОСЛЕ СКАНДАЛА В ПЕНЗЕ

ВИКА БАЛАМУТ

КОНЦЕРТ певицы Славы в Пензе, вероятно, стал одним из самых скандальных и провальных в ее карьере: звезда с трудом держалась на ногах, зрители лезли на сцену, скандалили с артисткой и требовали вернуть деньги за билеты. В финале певица разрыдалась и пригрозила, что от позора намерена совершить над собой нечто страшное.

Вот как описывают появление звезды сами зрители: «Ее под руки вывели на сцену, посадили на стул, и первые две песни она даже под фонограмму открывала рот невпопад».

СКАНДАЛ

Бунт в зале начался уже после третьей песни. Две женщины вообще подошли к сцене и стали громко требовать вернуть им деньги за концерт.

— Что вам от меня лично нужно?! — обратилась к ним в микрофон Слава.

— Деньги за сорванный концерт! — ответила зрительница.

— Можно выключить музыку? — обратилась певица к своей команде срывающимся голосом и вновь повернулась к женщинам. — Что вам от меня нужно?!

— Деньги! — ответили уже несколько голосов.

В этот момент вокруг Славы уже собрались члены команды, отчаянно пытались ее успокоить и хоть как-то потушить конфликт, но та нервно дернулась и крикнула им:

— Уйдите от меня все!

После чего продолжила скандал со зрительницей:

— У меня сегодня последний концерт в туре! Мне очень тяжело! И я все равно вышла на эту сцену! Вам вернут ваши деньги! А настроение людям уже никто не вернет!

В этот момент большинство зрителей начали с одобрительными криками аплодировать звезде. Почувствовав, что большинство все же на ее стороне, Слава ринулась в атаку:

— Знаете почему? Потому что вы плохой, мерзкий и непорядочный человек! — заявила она.

Дальше события со слов свидетелей развивались следующим образом: «Ее увели, она вышла снова, пообеща-



Команда Славы пыталась ее остановить, но та велела «отстать от нее»

Волочкова: ВОКРУГ МНОГО ЗАВИСТИ И ЗЛЫХ ЛЮДЕЙ!



ЭКС-БАЛЕРИНА

Анастасия Волочкова, у которой тоже были проблемы с «усталостью», кинулась на защиту коллеги:

— Вокруг много зависти, злых людей, которые не приемлют твоего успеха, не приемлют того количества концертов, которые ты даешь, не покладая сил. Как-то выскочки пытаются тебя сбить, не понимая, что ты человек. Ты можешь где-то сорваться, тебе может не хватить сил, и какая разница, кто что ест, кто что пьет.

Лепс: ПРО МЕНЯ ТОЖЕ ДУМАЮТ, ЧТО Я БУХОЙ!



НА СТОРОНУ коллеги встал главный шансонье России Григорий Лепс:

— Кошмар какой... Я каждый день нормальный, а они искренне считают, что я бухой. Ну и какая разница? А я не бухой, я обкуренный просто. Как реагировать? Да никак не реагировать! Работать дальше. Я со Славой хорошо знаком, она великолепная девчонка, жизнелюбивая. У нее стержня на трех мужиков хватит!

Артистка обещала бороться с «провокаторами» и уверяла, что «просто так она это не оставит»

БЕССЛАВНЫЙ КОНЕЦ

ла собраться, но собраться не получилось. Пела, сидя на стуле, еле держась за стойку. Рассказывала, что она устала, плакала», — описывает концерт еще одна посетительница.

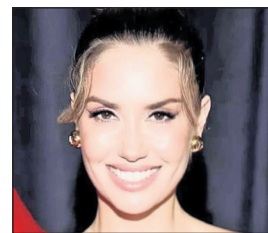
Но и после выступления конфликт между звездой и поклонниками продолжился — уже за кулисами, куда к тому времени вызвали полицию.

— Убери ты свой телефон, ***! Давай еще в суд подай! — огрызалась звезда на женщин, снимающих ее истерику.

Женщины тоже были настроены серьезно — некоторые вообще пытались упечь звезду в отделение полиции.

— Забирайте ее. Во-первых, мат. Во-вторых — пьяная, — убеждали они правоохранителей.

Зрители обвинили 45-летнюю певицу в том, что она вышла на сцену подшофе и пела под фанеру, и прямо из зала требовали вернуть им деньги



Агата Муцениеце

Фокус С ЛОШАДКОЙ

37-ЛЕТНЯЯ актриса Агата Муцениеце устроила на 10-летие дочери Мии вечеринку с фокусником и кучей шариков.

Судя по всему, девочка обожа-ет лошадей: ей подарили много воздушных шаров в форме этих животных, а именинный торт был украшен лошадиной головой. Также Мия с братом Тимофеем наслаждалась шоу с фокусником.

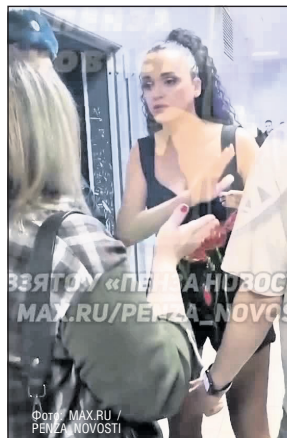


Елена Яковлева

Против лома нет приема

АКТРИСА Елена Яковлева рассказала, как на самом деле снимали постельную сцену в «Интердевочке».

— Постельные сцены были для меня табу. Тогда всех выгнали со съемочной площадки, подложили лом под ножку дивана и стали его трясти. Я лежала и ничего не делала. Единственное, меня дергали за ноги, — призналась 65-летняя актриса.



Конфликт продолжился за кулисами, куда и вызвали полицию

Уже после концерта Слава записала видео, где сквозь рыдания объяснила ситуацию:

— Я просто лежала в постели и говорила своему директору, что не могу подняться...

Меня шатало из стороны в сторону не потому, что я пьяная, а потому что у меня таблетки, я уже ничего не соображаю! Но ***, иди работай! Потому что, если мы откажемся от концерта, у меня будет двухмиллионный штраф! Сейчас везде *** будут показывать, какая певица Слава... обязательно пьяная, потому что всем правда вообще не нужна. Мне жутко неприятно... У меня просто первый раз в жизни такая *** (ерунда). Я просто хочу сейчас разрыдаться *** и покончить жизнь ***, потому что такого позора я не хочу выносить!

ПРИКОЛ

В ШВЕЦИИ запретили оставлять котов одних на весь день - каждый хозяин должен играть с питомцем минимум дважды.

СЕНСАЦИЯ!

Ученым удалось победить болезнь Альцгеймера!



Чем старше мы становимся, тем больше боимся различных патологий мозга, среди которых, пожалуй, самая страшная – болезнь Альцгеймера. Человек становится буквально сумасшедшим: не может себя контролировать, обслуживать, не узнает близких, проявляет агрессию, его нельзя оставить самого. Больше 100 лет считалось, что данная патология необратима. Что ее можно только предотвратить или замедлить, но никак не лечить.

Все изменилось совсем недавно Ученым удалось открыть ключевую молекулу в формировании болезни – NAD*. Эта молекула отвечает за клеточную энергию. У больных болезнью Альцгеймера ее уровень резко снижен и этот энергетический коллапс является одной из главных

движущих сил болезни.

Ученые разработали препарат Этот комплекс позволяет достичь идеального баланса NAD*, даже в условиях постоянного стресса. В эксперименте на мышах с запущенной болезнью Альцгеймера комплекс показал потрясающие результаты: исчезли ключевые повреждения мозга, возобновился процесс образования новых нервных клеток, восстановились связи между нейронами, наладилась передача сигналов, ушло хроническое воспаление мозга, память и мышление полностью вернулись.

Все новое – хорошо забытое старое Зарубежные ученые совершили прорыв, проведя масштабное исследование и популяризовав комплекс. Однако не стоит забывать,

что схожая формула была разработана еще во времена СССР для помощи советским шахматистам. Не зря наши гроссмейстеры были лучшими в мире! Многие из них принимали специальный комплекс, который способствовал нормализации уровня NAD* и активировал работу мозга. Хотя советский продукт разрабатывался совершенно для других целей – покорения спортивных вершин – его уже тогда часто использовали люди старшего возраста и отмечали положительные результаты.

Улучшить работу мозга можно прямо сейчас

Вдохновившись исследованиями иностранных коллег и советских ученых, группа ученых создала натуральный продукт «Мозгофлекс». Его могут использовать все, кто желает

улучшить когнитивные функции, а также память, внимание, настроение и сон. Кроме того, «Мозгофлекс» будет полезно принимать людям, которые хотят сохранить трезвый ум и ясный рассудок до глубокой старости.

Льготная партия «Мозгофлекса» распределится на первых 200 позвонивших. Для получения позвоните по номеру 8-800-303-05-55 и запишитесь в реестр №3391, чтобы успеть заказать «Мозгофлекс» по льготе, которая действует до 8 апреля 2026 года. Количество продукции ограничено.

Внимание!

Программа действует только для граждан, рождённых в СССР (до 1960 года). При получении необходимо предъявить паспорт!

ПОЧЕМУ ПАПИЛЛОМЫ ПОЯВЛЯЮТСЯ СНОВА: эксперт о главной ошибке при их удалении

Большая часть населения Земли заражена вирусом папилломы человека – ВПЧ. Именно он приводит к тому, что на коже, слизистых оболочках и даже внутренних органах появляются папилломы и бородавки. Почему их считают опасными? Потому что в ряде случаев они могут переродиться в рак, перекрывать дыхательные пути, мешать мочеиспусканию и приводить к другим серьёзным осложнениям. О том, как с ними бороться, поговорим с врачом-иммунологом высшей категории Анной Яковлевной Ольховской.

- Анна Яковлевна, как сегодня правильнее бороться с папилломами: выжигать жидким азотом или удалять электроножом?

- Я не советую начинать с удаления. Такие процедуры нередко оставляют рубцы и дают лишь временный эффект. Гораздо важнее воздействовать на причину появления папиллом – вирус. Внимание тут стоит обратить на натуральное иммуностимулирующее средство — «Интевиرون». Дело в том, что папилломы возникают из-за вируса, который поражает самый глубокий слой кожи. Там он и

«живёт». А чтобы размножаться, вынужден подниматься в поверхностные слои кожи. Там вирус начинает активно клонировать сам себя. Клетки перестают нормально делиться, оттесняются к поверхности, увеличиваются в размерах – так образуются папилломы.

- Почему вы считаете, что выжигание малоэффективно?

- Это всё равно что срезать ветви у ненужного дерева. Через некоторое время они снова отрастут, потому что корень остаётся живым. Если человек хочет избавиться от папиллом, нужно воздействовать

на их «корень», который находится в глубоких слоях кожи. Задача сиропа «Интевирон» воздействовать изнутри. В его составе содержится экстракт алтайской красной щётки – известный природный адаптоген, а также ряд других натуральных компонентов, стимулирующих защитные силы организма. Сильный иммунитет, как опытный лесник, способен «вырубать» ВПЧ вместе с корнем. Сироп «Интевирон» работает с проблемой на глубинном уровне. Кроме того, он способствует укреплению иммунитета, что снижает риск заражения вирусами и бактериями.

- То есть «Интевирон» – это не только про чистую кожу, но и про здоровье в целом?

- Именно так. Это средство даёт шанс не просто улучшить внешний вид, но и укрепить иммунную систему, которая помогает организму справляться со многими проблемами.



До и после
применения «Интевирона»



ВСЕГО 11 РУБ.
за упаковку

СРОЧНАЯ НОВОСТЬ!

Финансирование от производителя

С заботой о здоровье кожи производитель «Интевирона» покрывает расходы.

Данное предложение действует только до 8 апреля 2026 года

Звоните

8-800-302-30-30
и получите «Интевирон»

всего по 11 руб. за 1 уп.

Звонок и доставка бесплатные!

8051 промокод акции

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

СИЛА ЖИЗНИ ИСТОРИЯ ЖИТЕЛЬНИЦЫ

В РОССИИ живет более 1,2 миллиона людей, которые однажды услышали страшные слова: «У вас ВИЧ».

Этот недуг давно перестал быть «уделом маргиналов» — сегодня он встречается у людей разного возраста, достатка и социального положения.

Наша героиня — Светлана Трефелова из Санкт-Петербурга. Она узнала о своем диагнозе в 2002-м. Тогда врачи сказали, что жить ей осталось 5-10 лет. Но с тех пор прошло уже 23 года. И сейчас Светлана — счастливая жена и мать двоих здоровых детей. Теперь она в качестве равного консультанта помогает другим женщинам принять диагноз и научиться полноценно с ним жить.

— Светлана, с чего всё началось?

— Я родилась в Ленинграде, в обычной советской семье. Но семья у нас была неполная — меня воспитывала одна мама. Она постоянно училась и работала, времени на меня катастрофически не хватало. Это были 90-е, время, когда всё лучшее и худшее было в доступе: сигареты, алкоголь, ранняя взрослость. Мне казалось, что если у меня есть парень и сексуальная жизнь, то я уже взрослая. У меня был молодой человек, но меня терзали подозрения, что он мне изменяет. И однажды мы с подругой, наслушавшись историй про болезни, передающиеся половым путем, решили проверить. Про ВИЧ я тогда даже не думала — это казалось чем-то далеким, из американских фильмов. Мы просто сдали анализы. А через несколько дней мне позвонили домой и строгим голосом сказали маме, что мне нужно срочно явиться в поликлинику. С мамой я и пошла.

— Вы помните тот день?

— О да, как сейчас. Это был март. Такая питерская серость: небо низкое, тяжелое, под ногами слякоть, снег с дождем. Противно и зябко. Мама шла рядом и молчала. Она вообще человек очень сдержанный, молчание было ее главным воспитательным методом. А я шла и тряслась от мысли, что сейчас услышу про какую-нибудь «постыдную» болезнь. Но то, что я услышала, было

ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА

за гранью. Врач посмотрела на меня, потом на маму и равнодушно, буднично, словно про погоду, сказала: «У вас ВИЧ. Если будете вести здоровый образ жизни, проживете лет десять. А если будете пить и курить — то пять. Вам в Центр СПИДа надо встать на учет». И всё. Никакой информации, никакой поддержки. Просто приговор.

— Что Вы почувствовали в тот момент?

— Пустоту. Я оказалась в каком-то пузыре, который отрезал меня от всего мира. Я не понимала, что это за болезнь, я только видела в фильмах, как люди от нее умирают. Я чувствовала себя какой-то прокаженной. Мы вышли с мамой на улицу, она снова молчала. А дома начался ад: мне выделили отдельное полотенце, отдельную посуду. Никто ведь не объяснил, что вирус не передается через посуду, полотенца, прикосновения, объятия... Только через кровь или незащищенный секс. Мама не ругала меня, но этими действиями как будто поставила на мне крест: ты теперь чужая и опасная. В Центре СПИДа меня накрыло окончательно. Здание было старым, неудобным. Я увидела людей на последних стадиях и поняла: «Это теперь и моя жизнь?» Но самое страшное, что тогда не давали никаких лекарств, пока состояние не станет критическим. Меня просто отправили домой ждать. Мой молодой человек тоже сдал анализы, и у него тоже подтвердился ВИЧ, но мы сделали вид, что ничего не случилось. Мы не пили таблетки, у нас ничего не болело, мы просто жили, задвинув этот кошмар в самый дальний угол.

— Вы сказали, что он стал отцом Вашего ребенка. Что Вы чувствовали, узнав о беременности?

— Я испугалась, а он обрадовался. Мы пошли сообщить его маме — она расстроилась ужасно. Моей маме я не говорила до последнего — боялась. Но в Центре СПИДа мне очень повезло с заведующей. Она спокойно, по полочкам объяснила: если принимать терапию во время беременности, строго соблюдать все назначения и рожать в специализированном роддоме,

то шанс родить здорового ребенка очень высок. Я почему-то сразу ей поверила. Знала, что у меня будет здоровый ребенок. И, слава богу, так и вышло.

— Но после родов терапию бросили?

— Да. Врачи не настояли, а я сама снова ушла в отрицание. Не в том плане, что я



Пара поженилась, как только стало известно о том, что Светлана в положении

не верила, что у меня ВИЧ, а просто закрывала на это глаза. Мы расстались с отцом ребенка, когда дочке было около четырех лет. И вот тогда меня накрыло по-настоящему. Я осталась одна, с маленьким ребенком на руках, с диагнозом, без денег. Работала уборщицей по вечерам. Но самым страшным был не быт, а страх разоблачения. В детской карточке дочки стоял огромный красный треугольник, и я тряслась, что кто-то узнает, что нас выставляют, что дочку будут травить. Я переживала не столько за себя, сколько за дочку. Прививки ей делали не как всем детям — не живыми вакцинами, а убитыми, специальными. Любый медработник в садике, увидев эту карту, сразу бы понял, в чем дело. Я жила в постоянном напряжении: вот сейчас кто-то спросит, вот сейчас всё раскроется. Этот страх был хуже любой физической боли.

— Как это сказывалось?

— Когда я была беременной на восьмом месяце, у меня начались проблемы с сердцем и меня положили в обычную больницу. А заведующая отделением вызвала меня и сказала: «Напишите отказ от лечения и уходите. Мы боимся за наших пациентов и персонал. Вы же понимаете, вы с ВИЧ — вы опасны». Хотя это вообще незаконно! Нельзя отказать в медицинской помощи человеку с ВИЧ. Все люди имеют равные права на медпомощь...

Я позвонила мужу, попросила забрать меня. Выхожу на улицу, мороз, а я его не чувствую, потому что внутри все разрывается от боли и унижения. Думала: если врачи так боятся, что же будет, если узнают друзья или соседи? После того случая я поставила на себе крест. Я дала себе четкую установку: я никогда, никому об этом не расскажу. Потому что если медработники шарахаются, то что сделают обычные люди? Я превратилась в человека, который все время носит маску.

— Сколько лет Вы прожили в этом страхе?

— Лет восемь, наверное. До момента, пока не встретила адекватного консультанта. Мне позвонили из Центра СПИДа (я давно не приезжала на проверку), и я пошла. В очереди ко мне подседа женщина. Мы разговорились, и она спросила: «Ты пьешь терапию?» Я ответила: «Нет, мне никто не сказал, что надо». Она удивилась: «Пойдем вместе к врачу, спросим». И с того момента я начала пить таблетки. Сейчас

это как почистить зубы — часть жизни. Главное, что я поняла: молчать — это путь в никуда.

— А как же личная жизнь?

— Я второй раз вышла замуж! Мы познакомились с ним на игре в «Мафию». Цельный год просто дружили. Ходили на выставки, в кино. С ним было легко и безопасно. Я смотрела, как он относится к людям, к моей дочке, и понимала: это-

му человеку можно доверять. А потом он написал мне в соцсетях: «Кажется, я начинаю тебя ревновать к другим». И я поняла, что дружба переросла во что-то большее.

— И как Вы решились рассказать ему о диагнозе?

— А ему не нужно было рассказывать. У него он тоже был. Поэтому всё было просто — мы были на одной стороне. Вместе мы уже девять лет, восемь из них в официальном браке. Он сделал мне предложение очень по-нашему: я позвонила и сказала: «Слушай, я беременна. Мне 42, я не планировала...». А он ответил: «Собирай вещи и приезжай ко мне. Я буду сопровождать тебя на все скрининги». И мы расписались. Сейчас у нас растет общий сын, здоровый мальчик, 2018 года рождения.

ПОМОЩЬ

— Сейчас Вы работаете в Ассоциации «Е.В.А.». Чем Вы там занимаетесь?

— Мы помогаем женщинам с ВИЧ и их близким. Тестируем, консультируем, сопровождаем, перенаправляем к психологам. У нас есть проект по тестированию в Ленинградской области — там ситуация сложнее, чем в Петербурге. Мы ездим по районам, тестируем людей, рассказываем о профилактике.

— Ваша должность называется «равный консультант». Что это значит?

— Равные консультанты — это люди, которые сами живут с ВИЧ и прошли специальное обучение. Не только медицинским аспектам, но и психологической поддержке, этике и профессиональным границам.

— Существует ли типичный портрет ВИЧ-положительного человека?

— Нет, и это главное, что нужно понять. В очереди в Центре СПИДа рядом сидят бизнесмены и наркозависимые, пожилые пары и молодые девушки. Заведующий нашим Центром говорит просто: «Каждый человек, живущий половой жизнью, — потенциальный клиент». Одно неверное решение — и диагноз может быть у кого угодно. Это не «болезнь маргиналов».

— А ВИЧ-диссиденты. Сталкивались с такими?

— К сожалению, да. Это люди, которые отрицают

«Я испугалась беременности, а он обрадовался. Мы пошли сообщить его маме, но она расстроилась ужасно...»

САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, КОТОРАЯ 23 ГОДА ЖИВЕТ С ВИЧ

Она заразилась от любимого, будучи несмышленной девочкой, родня отвернулась от нее, но она нашла любовь, родила двоих детей и теперь помогает другим больным

Сейчас Светлана всеми силами помогает бороться с ВИЧ жителям Питера и области

ВРАЧ МНЕ СКАЗАЛА: «ЧЕРЕЗ 5 ЛЕТ ВЫ УМРЕТЕ...»

существование вируса, считают это заговором фармкомпаний. У меня была клиентка, яркая диссидентка. Она не принимала терапию, не наблюдалась во время первой беременности, и ее первый ребенок умер. Совсем маленький... А ведь современная медицина позволяет ВИЧ-положительным женщинам рожать здоровых детей! Если вовремя начать терапию, шанс передачи вируса ребенку составляет менее 1–2%. Когда я взяла ее на сопровождение, она была беременна вторым. И снова отрицала диагноз. Второй ребенок родился с онкозаболеванием, врачи напрямую связывают это с ее ВИЧ-статусом и отсутствием терапии. Прогнозы были очень плохие. Я возила им лекарства – и для нее, и для малыша. Только тогда она начала сомневаться. Но это страшная цена за отрицание.

– Светлана, Вы уже много лет работаете с людьми с ВИЧ. Расскажите про самую неожиданную историю. Про тех, кто, казалось бы, вне группы риска.

– О, таких много. Но одна из самых запоминающихся такая – звонок на горячую линию. Звонит женщина, вся в слезах, голос дрожит. Говорит: «Я инженер, мой муж – кандидат наук, почти академик. Мы приличные люди! Откуда у меня ВИЧ?» Представляете? Она не верила результатам. Они с мужем пересдавали анализы по пять раз, их уже поставили на

учет, а она всё твердила: «Это ошибка, такого не может быть». Пришлось подключить психологов, потому что у нее начался жуткий невроз, депрессия. И в процессе разговора выяснилось: муж регулярно ездил в командировки. Один. Ну, и, сами понимаете... Очень жаль было разочаровывать эту приличную, интеллигентную женщину.

Внешне – образцовая семья, а внутри – предательство и болезнь. И ведь не просто измена, а еще и такое наплевательское отношение к здоровью – и своему, и к ее. Вот такие они, «приличные» истории.

Я оказалась в каком-то пузыре, который отрезал меня от всего мира, и чувствовала себя какой-то прокаженной...

– А возраст имеет значение? Есть ли какой-то предел, после которого люди думают, что это их не коснется?

– О, вы не представляете! Была у меня подопечная, я ей терапию на дом возила, потому что у нее рука была сло-

мана. Открываю дверь – а там бабушка. Семьдесят два года, честное слово! Я сначала даже растерялась. Захожу, нужно бумагу заполнить за таблетки. А она чай наливает, бутерброды ставит: «Садись, дочка, расскажу». И сидим мы с ней на кухне, пьем чай, и она мне говорит: «А муж-то у меня хороший был. Любил меня очень». Я смотрю в документы: на учете она стоит всего два года. Значит, диагноз ей поставили в 70 лет. А муж умер, когда ей было 68. Я спрашиваю: «А как же вы узнали?» Оказалось, случайно, перед плановой операцией. Всю жизнь прожила с одним мужчиной, никого у нее не было – и вдруг ВИЧ.

– Получается, что никакая «приличная жизнь» не гарантирует безопасность? И что же делать обычным людям, которые живут с мужем и доверяют ему?

– К сожалению, да. Ни возраст, ни социальный статус, ни количество дипломов на стене не спасают. Люди ошибаются, изменяют, скрывают. И приносят домой не только цветы. Поэтому мы всегда говорим одно: тестируйтесь. Регулярно. Даже если кажется, что всё хорошо. Чтобы не было мучительно больно в 70 лет узнавать, что твой «любящий муж» оставил тебе в наследство не только воспоминания, но и вирус.

– Светлана, спасибо Вам за этот разговор. Он очень тяжёлый, но важный.

– Спасибо вам. Главное, чтобы люди помнили: ВИЧ – это не приговор, если вовремя начать лечение. И не стыдно, если случилось. Стыдно – молчать и рисковать жизнями других.



Дана и Полина

Люблю вопреки

ДОЧЬ 49-летней телеведущей Даны Борисовой рассказала, как спасала мать от зависимости, когда была еще ребенком.

– Мама валялась в другой комнате. Я всегда спасала ее – не давала напиться, выгоняла ее дилеров, – поделилась 18-летняя Полина.

Девушка уверяет, что любит маму даже после того, что ей пришлось с ней пережить.



Алексей Щербаков

Шутки в сторону

37-ЛЕТНИЙ комик Алексей Щербаков лишился всех концертов в России.

Ранее он уезжал в Казахстан к своему другу Нурлану Сабурову, которому запретили въезд в РФ на 50 лет. В Москве на сольный концерт Щербакова были распроданы почти все билеты, но недавно с сайта концертного зала «Москва». В других городах ситуация аналогичная.

ПРИКОЛ

24-ЛЕТНЯЯ девушка из Китая родила пятерняшек – шанс такого события при естественном зачатии равен 1 на 60 миллионов.



Светлана души не чает в своем абсолютно здоровом сынишке



Джим и Мин

Сбросил маску

64-ЛЕТНИЙ актер Джим Керри раскритиковал свой роман с азиатской художницей Мин Ха.

Артист пришел в компании девушки на вручение премии «Сезар». Звезда «Маски» рассказал, что встречается со своей возлюбленной с 2022 года, но раньше они просто не афишировали свой роман.

– Спасибо моей прекрасной спутнице. Я люблю тебя, Мин Ха, – признался Керри.

ОЛЬГА НИКИТИНА

КУМИР девяностых и нулевых Андрей Губин дал большое интервью Ксении Собчак.

51-летний артист не появлялся на публике много лет, а тут вдруг заговорил обо всем: о здоровье, о плагиате, о современных звездах. Откровения получились такими, что фанаты схватились за сердце.

Сперва Губин признался, что целыми днями лежит в постели и не может подняться. По словам артиста, у него колоссальные проблемы со здоровьем. Магазин находится в ста метрах от дома, но дойти до него для Губина — целое испытание. Ему тяжело идти, тяжело дышать. Единственная активность в его жизни сейчас — это часовая тренировка. Все остальное время он проводит в горизонтальном положении. Именно поэтому Андрей Губин категорически отказывается возвращаться на большую сцену. Он не хочет выходить к зрителям хромым, не хочет позориться.

Еще одно откровение — про

ПОТОМУ ЧТО ЕСТЬ АЛЕФКА У ТЕБЯ!..

АНДРЕЙ ГУБИН заявил, что он хромой и горбатый, рассказал о краже песни «Мальчик-бродяга» и назвал Жукова «шепелявым»

давний скандал с плагиатом «Мальчика-бродяги». На авторство мелодии претендует Сергей Конев из группы «140 ударов в минуту». Андрей честно признал: да, он вдохновился чужой песней. Они с Коневым познакомились в 16–17 лет и показывали друг другу свои треки.

Конев принес песню «Одинокий

волк», которая Губину нравится даже больше, чем его собственный хит. Через четыре месяца Андрей написал «Мальчика-бродягу». Но он оправдывается: на этот порядок аккордов тогда писались все песни. Куплет отличается от версии Конева, хотя ритмика та же.

Досталось от Губина и коллеге по эстраде девяностых Сергею Жукову. Андрей заявил, что 49-летнему солисту «Руки Вверх!» давно пора уйти на покой. По мнению Губина, Жуков шепелявит на сцене и кричит «Привет, девчонки!» с дефектом речи. Для певца это настоящее позорище и профнепригодность.

ОТВЕТ

Губин недоумевает: как Жуков может собирать «Лужники» на 70 тысяч человек? Раньше Сергей не шепелявил, а теперь это слышно всем. Надо заметить, что это заявление задело самого Сергея. Он опубликовал в ответ насмешливое видео, где специально шепелявым голосом исполнил свой хит «Алешка».

«Почему же так не любишь ты меня,

Мол, на сцену выхожу я зря, От позора стонут Лужники, На концерты ходят дураки...».

Нет сил терпеть недержание? ПРОСТОЕ РЕШЕНИЕ НАЙДЕНО!



ВОПРОС ЧИТАТЕЛЯ: «Очень нужен совет! Чихнуть, покашлять невозможно – сразу подтекание. Смеяться не могу, да и как смеяться, если тут же все выливается. От запаха не знаю, куда себя деть, страшно и стыдно даже просто выйти из дома... Ни одна прокладка не спасает! И осложнений всяких боюсь, своих болячек хватает. Скажите, может есть какие-то способы уменьшить недержание?» Татьяна, 68 лет.

СОВЕТ ЭКСПЕРТА: Страх оказаться в неловкой ситуации, подавленность и одиночество – лишь часть того, с чем приходится мириться женщинам каждый день. Бездействие при недержании может стать причиной пролежней, инфекций и болезненных воспалений по всей мочеполовой системе.

Взять под контроль женское недержание можно в любом возрасте, если устранить главную причину – слабость мышц тазового дна. И ТОГДА МОЧЕИСПУСКАНИЕ ВОССТАНОВИТСЯ.

Но как это сделать? Есть разные способы: специальные упражнения, физиотерапия,

операции. Но что если вы не в силах регулярно выполнять сложную гимнастику, посещать физиотерапевта или решиться на операцию? К счастью, для женщин с недержанием появилась простая и комфортная альтернатива – европейское средство «СТОПИНОР». Этот натуральный комплекс, не имеющий аналогов, поможет подтянуть и укрепить мышцы тазового дна в домашних условиях без лишних усилий.

«СТОПИНОР» для женщин содержит запатентованный комплекс «Дропсордрай» из натуральных растительных экстрактов со строго определенными пропорциями генистеина

и энтеродиола. Такая комбинация увеличивает выработку собственного коллагена специального типа, который подтягивает ослабленные мышцы. Благодаря чему уменьшается слабость мочевыводящих путей, а мышцы тазового дна приходят в норму. Только так можно **увеличить интервалы между позывами, избежать постоянных подтеканий, недержания и частых ночных походов в уборную, предотвратить возможные осложнения.**

Комплекс «СТОПИНОР» – это долгожданный и простой способ вернуть спокойствие и комфорт в жизнь любой женщины!

Звоните нам прямо сейчас:
8-800-100-55-60

или ***2031** (только с мобильного)

Код вашего подарка* «ТОЛЬКО ДЛЯ ЖЕНЩИН»



Все звонки бесплатные и анонимные

Мужская формула «СТОПИНОР» ДОСТУПНА ДЛЯ ЗАКАЗА!

Код на скидку «МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»



Необходима консультация специалиста. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СГР № RU.77.99.11.003.R.003356.09.22 от 23.09.2022. *При одновременной покупке 3 упаковок. Акция действует с 01.03.2026 по 01.09.2026. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. На упаковке: STOPINOR LADY'S FORMULA – «Стопинор женская формула». РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

7 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС	ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ	
5.00 Доброе утро Телеканал	5.00 Утро России	4.40 ПЁС Сериал 16+	6.00 ДОМОЧАТЦЫ Сериал 16+	7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+	6.00 Настроение	5.00 Известия 16+	
9.00 Новости с субтитрами	9.00 Вести	6.30 Утро. Самое лучшее 16+	6.05 100 мест, где поесть Кулинарное тревел-шоу 16+	9.00 Выжить в Стамбуле 16+	8.10 Смех, дрожь и видео 16+	5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА Сериал 16+	
9.25 Модный приговор	9.55 О самом главном Ток-шоу 12+	8.00 Сегодня 8.25 ПЁС Сериал 16+	7.55 Тайный миллионер Реалити-шоу 16+	11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+	8.45 ТЁМНАЯ СТОРОНА СВЕТА Детектив 12+	6.00 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2 Сериал 16+	
10.15 Жить здорово! 16+	11.00 Вести	10.00 Сегодня 10.35 ПЁС Сериал 16+	10.00 ЛЮБОВЬ СО ВТОРОГО ВЗГЛЯДА Комедийная мелодрама 12+	16.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ Сериал 16+	10.45 Петровка, 38 16+	7.35 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7 Сериал 16+	
11.00 Время покажет 16+	12.00 60 минут Ток-шоу 12+	13.00 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие	12.00 МАМА БУДЕТ ПРОТИВ Сериал 16+	20.00 ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ Сериал 16+	10.55 Городское собрание 12+	8.05 Фирменный рецепт 12+	
12.00 Новости с субтитрами	14.00 Вести	14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.45 За гранью 16+	14.00 МАМА БУДЕТ ПРОТИВ Сериал 16+	21.30 МАЙОР ЕЛИЗАВЕТА Кивер становится начальником разва- ленного ОВД Крас- новского района, где личный состав погряз в пьянстве и безразличии. Рас- следует абсурдное дело о пропавших женщинах и пьяных выходках оперов, Лиза наводит поря- док и заводит авторитет...	11.30 События 11.50 АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. ЗАКОН САНСАРЫ Детектив 12+	8.40 Знание - сила 12+	
12.15 Время покажет 16+	14.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	17.00 Малахов 16+	19.00 ЦЕЗАРЬ Сериал 16+	21.30 ГОСЗАЩИТА Сериал 16+	13.45 Детектив 12+	9.00 Известия 16+	
14.00 Большая игра 16+	16.30 Вести	17.00 Малахов 16+	21.25 ДЖОН УИК-2 Триллер 16+	22.00 ГОСЗАЩИТА Сериал 16+	14.30 События 14.50 Город новостей 15.05 ОРЛИНСКАЯ. МОЛНИЯ ЗЕВСА Детектив 16+	9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7 Сериал 16+	
15.00 Новости с субтитрами	17.00 Малахов 16+	18.00 60 минут Ток-шоу 12+	0.00 ДЖОН УИК-3 Триллер 18+	23.30 БЕС ПОПУТАЛ Фантази 18+	15.55 Прощание. Алексей Булдаков 16+	9.40 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+	
15.15 Давай поженимся! 16+	20.00 Вести	20.00 Вести	2.15 ЧАРЛИ-ПУЛЯ Криминальный боевик 18+	1.10 СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР Триллер 18+	17.50 События 18.10 УЛОВКИ РАЗУМА Детектив 12+	17.00 Известия 16+	
16.05 Мужское / Женское 16+	21.10 Вести. Местное время	21.10 Вести. Местное время	3.35 КЛИНЕР Драматический боевик 16+	2.40 Однажды в России Юмористическая программа 16+	22.00 События. 25-й час	17.30 СЛЕД Сериал 16+	
17.00 Большая игра 16+	21.30 КНЯЗЬ АНДРЕЙ Сериал 16+	21.30 КНЯЗЬ АНДРЕЙ XII век. Русь. Князь из рода Рюрикови- чей ведут кровопро- литную междуособ- ную борьбу. Моло- дой княжич Андрей, сын Юрия Долгору- кого, возвращается домой из Царьграда. Он мечтает превра- тить родную суза- дальскую землю в процветающий край и жениться на воз- любленной...	22.25 КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА Сериал 16+	0.35 Петровка, 38 16+	19.45 СЛЕД. ПРОСТИ. ПРОЩАЙ. Сериал 16+	17.00 Известия 16+	
18.00 Вечерние новости с субтитрами	23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+	23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+	0.20 Сегодня 0.35 Ч.Т.Д. с Маргаритой Симоньян 16+	0.35 Петровка, 38 16+	22.35 Счастье на несчастье 16+	20.40 СЛЕД. ПОДАРОК НА ПОХОРОНЫ Сериал 16+	17.30 СЛЕД Сериал 16+
18.30 Вечерние новости с субтитрами	2.00 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	2.00 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	1.10 МЕЛЬНИК Сериал 16+	0.50 Русские тайны. Сокровища наци 16+	23.05 Знак качества 16+	21.25 СЛЕД. МАРШРУТ С ПЕРЕСАДКОЙ Сериал 16+	19.45 СЛЕД. ПРОСТИ. ПРОЩАЙ. Сериал 16+
19.50 Пусть говорят 16+	3.00 Вести	3.00 Вести		1.30 Изнанка идеального брака Документальный фильм 16+	0.00 События. 25-й час	21.25 СЛЕД. МАРШРУТ С ПЕРЕСАДКОЙ Сериал 16+	20.40 СЛЕД. ПОДАРОК НА ПОХОРОНЫ Сериал 16+
21.00 Время 22.00 КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+	3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+		2.40 Однажды в России Юмористическая программа 16+	22.35 Счастье на несчастье 16+	22.20 СВОИ-7. ГОЛУБИНАЯ ПЕСНЯ Сериал 16+	21.25 СЛЕД. МАРШРУТ С ПЕРЕСАДКОЙ Сериал 16+
23.00 Большая игра 16+					0.35 Петровка, 38 16+	22.20 СВОИ-7. ГОЛУБИНАЯ ПЕСНЯ Сериал 16+	22.20 СВОИ-7. ГОЛУБИНАЯ ПЕСНЯ Сериал 16+
0.10 Время героев 16+					0.50 Русские тайны. Сокровища наци 16+	23.05 СВОИ-5. ПРОКЛЯТЫЙ ЛЕС Сериал 16+	23.05 СВОИ-5. ПРОКЛЯТЫЙ ЛЕС Сериал 16+
1.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+					1.30 Изнанка идеального брака Документальный фильм 16+	0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+	0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
3.00 Новости 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+						0.30 СВОИ-5 Сериал 16+	0.30 СВОИ-5 Сериал 16+
РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА	
6.30 Диалоги о животных	6.00, 14.25 Династия. Коростелёвы- Морилковы 12+	6.00, 8.30 Мультфильмы	5.00, 18.00, 1.05 Самые шокирующие гипотезы 16+	6.30 Одна за всех Комедийное шоу 16+	5.00 Секреты на кухне Тыква 16+	5.20 ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО Сериал 16+	
7.20 Первые в мире 7.35 Черные дыры. Белые пятна	6.30 Дело № 16+	9.00 СЛЕПАЯ Сериал 16+	6.00 С бодрым утром! 16+	6.45 По делам несовершенно- летних Судебное шоу 16+	6.00 Пятница News 16+	7.00 Сегодня утром 12+	
8.15 Невский ковчег. Теория невозможного	7.05, 11.30, 22.00, 1.00 Все на Матч! Лица страны. Максим Храмцов 12+	10.00 ГАДАЛКА Сериал 16+	8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+	7.45 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+	6.30 Гастротур Республика Хакасия 16+	9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+	
8.40, 22.25 ВИЗИТ К МИНОТАВРУ Фильм	9.10 Все на Матч! Лица страны. Максим Храмцов 12+	13.45 ГАДАЛКА. ЛЮДИ НЕ МЕНЯЮТСЯ Сериал 16+	9.00 Военная тайна 16+	8.45, 2.30 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	7.10 Битва шефов 16+	9.15, 21.00 Открытый эфир Ток-шоу 16+	
10.15 Наблюдатель 11.10, 0.05 ХХ век	9.30 Вопреки всему 12+	14.15 ГАДАЛКА. ОДУВАНЧИК Сериал 16+	11.00 Как устроен мир 16+	11.00, 23.10 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+	9.00 Молодые ножи Кавказская кухня 16+	11.00 Шит и меч: легенды госбезопасности 16+	
11.45 Лёд и свет Александра Борисова	10.30 Футбол МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура 6+	15.00 ГАДАЛКА. ДЕНЕЖНАЯ БРЕШЬ Сериал 16+	12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+	12.10 ПОРЧА. ВНИЗ ПО ЛЕСТНИЦЕ, ЛИШНЕЕ ИМЯ Докудрама 16+	10.00 Адский шеф 16+	11.55, 13.25, 0.05 ЕКАТЕРИНА ВОРОНИНА Фильм 12+	
12.45 Новости. Подробно. АРТ	12.35 Специальный репортаж 12+	15.30 СЛЕПАЯ Сериал 16+	13.00 Загадки человечества 16+	13.15, 1.10 ЗНАХАРКА Докудрама 16+	13.00, 15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	14.20, 15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
13.00 Линия жизни	13.00 Есть тема!	16.30 СЛЕПАЯ. МЕЖДУ СТРАНИЦ Сериал 16+	14.00 Невероятно интересные истории 16+	13.50, 1.35 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
13.55 ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА Фильм	14.55 Магия большого спорта. Спортивная гимнастика 12+	17.00 СЛЕПАЯ. ДЕВОЧКА С ПОМИДОРАМИ Сериал 16+	15.00, 20.00 Безумные факты 16+	14.25, 2.05 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
15.25 Агора	15.30 Спортная гимнастика 12+	17.30 СЛЕПАЯ. ВСТРЕТИМСЯ СНОВА Сериал 16+	17.00, 2.00 Тайны Чапман 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
16.30 Передвижки	16.50 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ	18.00 ЛИСА Сериал 16+	20.25 ХОЛОД В ИЮЛЕ Триллер 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
17.15, 1.20 Мастера фортепианного искусства	16.50 Футбол Металлург (Магнитогорск) - Автомобилист (Екатеринбург)	20.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+	22.40, 23.25 КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: РАЗБОРКИ В ПУСАНЕ Криминальный боевик 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
18.15 Рассказы из русской истории	19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ	23.00 ГИПНОТИК Фильм 18+		15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
19.45 Главная роль	20.00 Спартак (Москва) - Динамо (Москва)			15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
20.05 Правила жизни	22.50 Футбол Чемпионат Испании Райо Вальекано			15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
20.50 Сати. Нескучная классика...				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
21.30 Сокровища московского Кремля				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
0.40 Кино о кино				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
		1.00 Кадони шоу 16+		15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕ- НИЯ Сериал 16+	
				15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов 16+	15.05, 17.15	

1 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро Телеканал
- 9.00 Новости с субтитрами
- 9.25 Модный приговор
- 10.15 Жить здорово! 16+
- 11.00 Время покажет 16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Время покажет 16+
- 14.00 Большая игра 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Давай поженимся! 16+
- 16.05 Мужское / Женское 16+
- 17.00 Большая игра 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.30 Время покажет 16+
- 19.50 Пусть говорят 16+
- 21.00 Время
- 22.00 **КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ** Сериал 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
- 3.00 Новости
- 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести
- 9.30 Местное время
- 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Сериал 12+
- 16.30 Вести
- 17.00 Малахов 16+
- 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 **КНЯЗЬ АНДРЕЙ** Сериал 16+
Во время княжеской охоты случается трагедия, которая делит жизнь Андрея и Улиты на до и после. Их счастье вмиг рушится. Улите предстоит тяжелейший выбор между любовью к мужу и верностью кровной родне. В это же время Юрий Долгорукий отдаёт Андрею жестокий приказ...
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
- 2.00 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Сериал 12+
- 3.00 Вести
- 3.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Сериал 12+

НТВ НТВ

- 4.55 ПЁС Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня
- 8.25 ПЁС Сериал 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ПЁС Сериал 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **НОВАЯ ЗЕМЛЯ** Сериал 16+
В Бердянске новое ЧП: подрыв машины военного коменданта. Выясняется, что мину подложили в частном автосервисе. Отправившись туда, опера попадает в перестрелку, подозреваемый убит. Во время обыска обнаруживается тайник с поддельными документами и детонаторами, но к схрону приезжают боевики и завязывается перестрелка...
- 22.15 **КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА** Сериал 16+
- 0.20 Сегодня
- 0.35 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
- 1.10 **МЕЛЬНИК** Сериал 16+

СТС СТС

- 6.00 **МОЯ ФЕЯ-ПРОКАЗНИЦА** Полнометражный анимационный фильм
- 6.15 **ДОМОЧАТЦЫ** Сериал 16+
- 6.35 100 мест, где поеть Кулинарное тревел-шоу 16+
- 9.40 **МАМА БУДЕТ** Сериал 16+
- 16.05 **ЦЕЗАРЬ** Сериал 16+
Геша всё глубже погружается в реальную жизнь Камышей, при этом, в буквальном смысле слова - на утренней пробежке он падает в глубокую яму, которая находится прямо посреди дороги...
- 21.00 **ДЖОН УИК-4** Триллер 16+
Скрываясь в подземных катакомбах Нью-Йорка вместе с королём Бауэри, Джон Уик планирует отомстить Правлению Кланов. А члены Правления ищут киллера, способного наконец-то ликвидировать Джона...
- 0.20 **ГЕРЦОГИНЯ** Криминальный боевик 18+
- 2.15 **22 МИЛИ** Боевик 18+
- 3.40 **ПРИ ЧЁМ ТУТ ЛЮБОВЬ?** Комедийная мелодрама 16+

ТНТ ТНТ

- 7.00 **САШАТАНЯ** Сериал 16+
- 11.30 **САШАТАНЯ** Сериал 16+
- 16.00 **ТЕЛОХРАНИТЕЛИ** Сериал 16+
- 18.30 **ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ** Сериал 16+
В городе пропадает тетрадь с долгами покупателей магазина Барина на два миллиона рублей, и подозрение падает на Кольбана. Следствие приводит оперов к конкуренту Барина, а погоня за преступником заканчивается комичной схваткой в бане и задержанием...
- 21.00 **ГОСЗАЩИТА** Сериал 16+
Рома узнает, что мама одноклассницы Алисы работает на таможне, и это можно использовать, чтобы сбежать в Китай. Алиса, чтобы проучить Гришу, меняет свой контакт в его телефоне на контакт Марины. Рома узнает, что Таможенница возглавляет родком и берется вымыть спортзал, чтобы вернуть ее доверие...
- 23.00 **СВИДЕТЕЛИ** Комедия 16+
- 0.50 **ЛЕОН** Комедия 16+
- 3.00 **Однажды в России** Юмористическая программа 16+

ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.10 Доктор И... 16+
- 8.40 **ТЁМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-2** Детектив 12+
- 10.35 **Актёрские драмы. Общага** 16+
- 11.30 **События АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. ЗАКОН САНСАРЫ** Детектив 12+
- 11.50 **События МОЙ ГЕРОЙ. Сати Спивакова** 12+
- 14.30 **События ГОРОД НОВОСТЕЙ ОРЛИНСКАЯ. МОЛНИЯ ЗЕВСА** Детектив 16+
- 16.55 **Прощание. Валентина Малявина** 16+
- 17.50 **События УЛОВКИ РАЗУМА. ТАЙНЫ ЭЛЬФА** Детектив 16+
- 18.10 **УЛОВКИ РАЗУМА. СПЯЩИЕ КРАСАВИЦЫ** Детектив 16+
- 20.00 **УЛОВКИ РАЗУМА. СЛОЖИВШИЕСЯ КРАСАВИЦЫ** Детектив 16+
- 22.00 **События Закон и порядок** 16+
- 23.05 **Погасить звезду** Документальный фильм 16+
- 0.00 **События. 25-й час**
- 0.35 Петровка, 38 16+
- 0.50 90-е. Жёны миллионеров 18+
- 1.30 Прощание. Юрий Григорович 16+

5 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.25 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА** Сериал 16+
- 6.10 Они потрясли мир Документальное расследование 16+
- 8.25 **Страна советов** 16+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4** Сериал 16+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4** Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 **СЛЕД. МЕРТВАЯ ГОЛОВА** Сериал 16+
- 18.20 **СЛЕД. ОГНЕМ И МЕЧОМ** Сериал 16+
- 19.10 **СЛЕД. ЖИЗНЬ ЗА СТЕКЛОМ** Сериал 16+
- 19.45 **СЛЕД. НИКАКОГО СМЫСЛА** Сериал 16+
- 20.40 **СЛЕД. КОШКИ КАМИКАДЗЕ** Сериал 16+
- 21.25 **СЛЕД. ФИФИЙ ПЕТРОВИЧ ПРОЗОРЛИВЫЙ** Сериал 16+
- 22.20 **СВОИ-7. ЛЮБОВЬ ЗЛА** Сериал 16+
- 23.05 **СВОИ-5. ДОУЛА** Сериал 16+
- 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
- 0.30 **СВОИ-5** Сериал 16+

РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных
- 7.20 Легенды мирового кино
- 7.45, 13.00, 21.30 Сокровища московского Кремля
- 8.40, 22.25 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** Фильм
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 0.05 ХХ век
- 12.45 Новости.
- 13.55 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛБЕРРИ ФИННА** Фильм
- 15.05 Приют путешественника
- 15.30 Сати. Нескучная классика...
- 16.10 Семидесятые. Андрей Мягков
- 16.30 Коллекция
- 17.15, 1.10 Мастера фортепианного искусства
- 18.05 Игнатий Стеллецкий. Тайна подземных палат
- 18.45 Семинар
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.50 Белая студия

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00, 14.25 Династия. Тетюхины 12+
- 6.30 Магия большого спорта. Спортивная гимнастика 12+
- 7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
- 7.05, 11.00, 15.30, 21.50 Все на Матч! Специальный репортаж 12+
- 9.30, 11.30 **Биатлон** Альфа-Банк Чемпионат России. Суперспринт. Женщины
- 13.00 **Есть тема!**
- 14.55 **Человек из футбола. Денис Глушаков** 12+
- 16.15 **Боулинг** Кубок КЛБ. Про-тур 6+
- 18.00 **Футбол МИР** Российская Премьер-Лига. Обзор тура 6+
- 19.00 **Футбол Fombet** Кубок России. Путь РПЛ. 1/2 финала
- 23.25 **Краснодар - ЦСКА** Футбол Чемпионат Испании. Обзор тура 6+
- 0.30 **Смешанные единоборства UFC** 16+

3 ТВЗ

- 6.00, 8.30 Мультфильмы
- 9.00 **СЛЕПАЯ** Сериал 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА** Сериал 16+
- 13.45 **ГАДАЛКА. РЕВНОСТЬ ДО ГРОБА** Сериал 16+
- 14.15 **ГАДАЛКА. СУРРОГАТНАЯ ПОДРУГА** Сериал 16+
- 15.00 **ГАДАЛКА. ГОЛОС ЧЕРНОЙ РЕКИ** Сериал 16+
- 15.30 **СЛЕПАЯ** Сериал 16+
- 16.30 **СЛЕПАЯ. КРОШКИ НА ЛАДОШКЕ** Сериал 16+
- 17.00 **СЛЕПАЯ. ПЕПЕЛ** Сериал 16+
- 17.30 **СЛЕПАЯ. ТЯЖЕЛОВЕС** Сериал 16+
- 18.00 **ЛИСА** Сериал 16+
- 20.00 **ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ** Сериал 16+
- 23.00 **ДЕНЬ КУРКА** Фильм 18+
- 1.00 **Дневник экстрасенса** 16+

4 РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 0.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром! 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00 Военная тайна 16+
- 10.00 Совбез 16+
- 11.00 Как устроен мир 16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
- 13.00 Загадки человечества 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 100 вопросов обо всем 16+
- 17.00, 1.10 Тайны Чапман 16+
- 20.00 **СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО** Боевик 16+
- 22.00, 23.25 **ЗАЛОЖНИЦА-2** Триллер 16+

ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+
- 7.25 **Давай разведёмся!** Судебное шоу 16+
- 8.25 **Тест на отцовство** Судебное шоу 16+
- 10.40, 23.20 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Докудрама 16+
- 11.45 **ПОРЧА. ПОЗОЛОТА, ПЕЧАТЬ МЕРТВЕЦА** Докудрама 16+
- 12.55, 1.20 **ЗНАХАРКА** Докудрама 16+
- 13.30, 1.50 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО** Докудрама 16+
- 14.05, 2.15 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Докудрама 16+
- 14.40 **НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ** Сериал 16+
- 19.00 **СЕРДЦЕ ВЕРЫ** Сериал 16+
- 0.30 **ПОРЧА** Докудрама 16+
- 2.40 **Тест на отцовство** Судебное шоу 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне 16+
- 6.00 Пятница News 16+
- 6.30 **Гастротур** Чувашия 16+
- 7.10 **Битва шефов** 16+
- 9.00 **Молодые ножи** Азия и Европа 16+
- 10.00 **Адский шеф** 16+
- 13.00 **Черный список. На кухне** 16+
- 16.00 **Черный список. На кухне** Ростов-на-Дону. Живаго 16+
- 17.00 **Черный список. На кухне** Москва. Heavy Haze 16+
- 18.00 **Черный список. На кухне** Москва. Pancho Villa 16+
- 19.00 **Что я наделала?! Паническая атака из-за филлера** 16+
- 20.00 **Черный список. На кухне** 16+
- 23.00 **Что я наделала?! Полиуретан: имплант последней надежды** 16+
- 0.00 **Вундеркинды** Андрей Гайдулян и Валентина Рубцова 16+

★ ЗВЕЗДА

- 5.30, 14.20, 15.05, 17.15 **ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕНИЯ** Сериал 16+
- 7.00 Сегодня утром 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 9.15, 21.00 **Открытый эфир** Ток-шоу 16+
- 11.00 **Щит и меч: легенды госбезопасности** 16+
- 11.55, 13.25 **ЧУЖАЯ РОДНЯ** Фильм 12+
- 15.00 **Военные новости** 16+
- 18.50 **Специальный репортаж** 16+
- 19.55 **По горячим следам** 16+
- 20.10 **Улика из прошлого** 16+
- 22.45 **Между тем** 12+
- 23.15 **Подводный флот Великой Отечественной войны** 16+
- 0.05 **ВЫКУП** Фильм 12+

7 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро
Телеканал
- 9.00 Новости
с субтитрами
- 9.25 Модный приговор
- 10.15 Жить здорово!
16+
- 11.00 Время покажет
16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Время покажет
16+
- 14.00 Большая игра
16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Давай поженимся!
16+
- 16.05 Мужское / Женское
16+
- 17.00 Большая игра
16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.30 Время покажет
16+
- 19.50 Пусть говорят
16+
- 21.00 Время
- 22.00 **КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ**
Сериал 16+
- 23.00 Большая игра
16+
- 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ
16+
- 3.00 Новости
- 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ
16+

РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных
- 7.20 Легенды мирового кино
- 7.45, 13.00, 21.30 Сокровища московского Кремля
- 8.40, 22.25 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ**
Фильм
- 10.15 Наблюдалец
- 11.15, 0.05 ХХ век
- 12.45 Новости.
- 13.55 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛЬБЕРРИ ФИННА** Фильм
- 15.05 Приют путешественника
- 15.30 Белая студия
- 16.30 Библейский сюжет
- 17.15, 1.10 Мастера фортепианного искусства
- 17.50 Кристальные истории
- 18.05 Да, скифы - мы!
Документальный фильм
- 18.45 Семинар
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 20.50 Абсолютный слух

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести
- 9.30 Местное время
- 9.55 О самом главном
Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 60 минут
Ток-шоу 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ**
Сериал 12+
- 16.30 Вести
- 17.00 Малахов
16+
- 18.00 60 минут
Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 **КНЯЗЬ АНДРЕЙ**
Сериал 16+
Андрей проводит в Суздале два года, служа наместником своего отца. Княжич возводит белокаменную церковь Покрова на Нерли, закладывает большую торговый город Владимир-на-Клязьме и готовится проложить торговые пути из Новгорода...
- 23.20 **Вечер**
с Владимиром Соловьёвым
12+
- 2.00 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ**
Сериал 12+
- 3.00 Вести
- 3.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ**
Сериал 12+

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00, 14.25 Династия. Карасёвы 12+
- 6.30 Человек из футбола. Денис Глушаков 12+
- 7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
- 7.05, 11.00, 15.30, 22.45 Все на Матч! Специальный репортаж 12+
- 9.10 11.30 Биаглон Альфа-Банк Чемпионат России. Суперспринт. Мужчины
- 13.00 Есть тема!
- 14.55 Вид сверху 12+
- 16.15 Дэвид Бекхэм. Одиозный Документальный фильм 12+
- 17.45 Футбол Fonbet Кубок России. Путь регионов. 1/2 финал **Зенит** (Санкт-Петербург) - **Динамо** (Махачкала)
- 20.30 Футбол Fonbet Кубок России. Путь РПЛ. 1/2 финала **Спартак** (Москва) - **Динамо** (Москва)
- 0.30 Смешанные единоборства UFC 16+

НТВ

- 4.55 ПЁС
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня
- 8.25 ПЁС
Сериал 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ПЁС
Сериал 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью
16+
- 17.50 ДНК
16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **МЕРТВАЯ ТОЧКА**
Сериал 16+
Вернувшись с дочерью Варей домой, юрист Рита Галич застаёт в квартире неизвестных и пытается от них скрыться. Те ее преследуют. Происшествием занимается старший оперуполномоченный Одинцов - это его последнее дело перед пенсией. В это же время отец Риты Евгений Владимирович обнаруживает мертвой свою аспирантку...
- 22.15 **КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА**
Сериал 16+
- 0.20 Сегодня
- 0.35 Мы и наука.
- 1.40 **МЕЛЬНИК**
Сериал 16+
- 6.00, 8.30 Мультфильмы
- 9.00 **СЛЕПАЯ**
Сериал 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА**
Сериал 16+
- 13.45 **ГАДАЛКА. ИСКУПЛЕНИЕ**
Сериал 16+
- 14.15 **ГАДАЛКА. ЛЕДИ БОСС**
Сериал 16+
- 15.00 **ГАДАЛКА. ЖЕНЩИНА МЕЖДУ НАМИ**
Сериал 16+
- 15.30 **СЛЕПАЯ**
Сериал 16+
- 16.30 **СЛЕПАЯ. ДОБРЫЙ ДЕНЬ**
Сериал 16+
- 17.00 **СЛЕПАЯ. ХРУПКАЯ ПЕСЕНКА**
Сериал 16+
- 17.30 **СЛЕПАЯ. СОЛНЕЧНЫЕ ДНИ**
Сериал 16+
- 18.00 **ЛИСА**
Сериал 16+
- 20.00 **ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ**
Сериал 16+
- 23.00 **НОЧНЫЕ КОШМАРЫ**
Фильм 18+
- 1.15 Дневник экстрасенса 16+

ТВЗ

- 5.00, 18.00, 0.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром!
16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00 Документальный спецпроект 16+
- 10.00 Засекреченные списки 16+
- 11.00 Как устроен мир
16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112
16+
- 13.00 Загадки человечества 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Момент в истории 16+
- 17.00, 1.10 Тайны Чапман 16+
- 20.00 **ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ**
Фантастический боевик 16+
- 21.55, 23.25 **ДИТА ОСИРИСА**
Фантастический триллер 16+

СТС

- 6.00 100 мест, где поесть
Кулинарное тревел-шоу 16+
- 10.00 **ТАМАРА ИГОРЕВНА И ДРУГИЕ**
Сериал 16+
- 14.15 **ЦЕЗАРЬ**
Сериал 16+
- 19.00 **ЦЕЗАРЬ**
Сериал 16+
Став заместителем главы администрации, Геннадий Юрьевич Цезарь сразу берётся за «великие дела», что приводит к противостоянию с московскими бизнесменами
- 21.00 **ПАДЕНИЕ ЛУНЫ**
Фантастический боевик 12+
2011 год. Во время миссии по ремонту спутника в открытом космосе астронавтов атаковала неизвестная людям сущность, похожая на рой частиц, вылетевшая из лунного кратера...
- 23.35 **КОСМИЧЕСКАЯ КОЛОНИЯ**
Научно-фантастический боевик 18+
- 1.25 **КОДЕР**
Триллер 16+
- 2.50 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком 18+
- 3.40 **РУСАЛКА В ПАРИЖЕ**
Фэнтезийная мелодрама 16+

РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 0.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром!
16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00 Документальный спецпроект 16+
- 10.00 Засекреченные списки 16+
- 11.00 Как устроен мир
16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112
16+
- 13.00 Загадки человечества 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Момент в истории 16+
- 17.00, 1.10 Тайны Чапман 16+
- 20.00 **ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ**
Фантастический боевик 16+
- 21.55, 23.25 **ДИТА ОСИРИСА**
Фантастический триллер 16+

ТНТ

- 7.00 **САШАТАНЯ**
Сериал 16+
- 11.30 **САШАТАНЯ**
Сериал 16+
- 16.00 **ТЕЛОХРАНИТЕЛИ**
Сериал 16+
- 19.00 **ГУЛЯЯ, ШАЛЬНАЯ**
Сериал 16+
После провала операции «Оружие» Лиза должна срочно показать результат. Тем временем опера устраивают пышные похороны вымышленного ветерана МВД, чтобы впечатлить генерала, и случайно находят настоящего пулемёт...
- 21.00 **ГОСЗАЩИТА**
Сериал 16+
Рома вынужден пройти проверку астрологом и полиграфом, чтобы убедить таможенницу в своей любви. Марина, видя настоящие знаки внимания от Гриши, вызывает школьного психолога. Ден-Ден, по просьбе Ромы, проникает в школу, где распускает об Алисе дурные слухи...
- 23.00 **БЫТЬ**
Фантастическая комедия 12+
- 1.10 **ЛУНА**
Фантастическая драма 16+
- 3.20 **Однажды в России**
Юмористическая программа 16+
- 6.30 По делам несовершеннолетних
Судебное шоу 16+
- 7.25 **Давай разведёмся!**
Судебное шоу 16+
- 8.25 Тест на отцовство
Судебное шоу 16+
- 10.40, 23.05 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ**
Докудрама 16+
- 11.45 **ПОРЧА. СУВЕНИР ИЗ ПРОШЛОГО, УСОХШЕЕ ДЕРЕВО**
Докудрама 16+
- 12.50, 1.15 **ЗНАХАРКА**
Докудрама 16+
- 13.25, 1.40 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО**
Докудрама 16+
- 14.00, 2.10 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ**
Докудрама 16+
- 14.35 **КРАСОТА НЕБЕСНАЯ**
Сериал 16+
- 19.00 **ЕЁ ТАЙНА**
Сериал 16+
- 0.20 **ПОРЧА**
Докудрама 16+
- 2.35 Тест на отцовство
Судебное шоу 16+

ДОМАШНИЙ

- 5.00, 18.00, 0.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром!
16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00 Документальный спецпроект 16+
- 10.00 Засекреченные списки 16+
- 11.00 Как устроен мир
16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112
16+
- 13.00 Загадки человечества 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Момент в истории 16+
- 17.00, 1.10 Тайны Чапман 16+
- 20.00 **ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ**
Фантастический боевик 16+
- 21.55, 23.25 **ДИТА ОСИРИСА**
Фантастический триллер 16+

ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.15 Доктор И...
16+
- 8.40 **ТЁМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-3**
Детектив 12+
- 10.35 **Актёрские драмы. Бьёт - значит любит?**
16+
- 11.30 **События**
- 11.50 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН**
Детектив 16+
- 13.45 **Мой герой. Виктор Низовой**
12+
- 14.30 **События**
- 14.50 **Город новостей**
- 15.05 **ОРЛИНСКАЯ. НИТИ МОЙРЫ**
Детектив 16+
- 16.55 **Прощание. Андрей Краско**
16+
- 17.50 **События**
- 18.10 **УЛОВКИ РАЗУМА. ТОТ, КТО ПОМНИТ**
Детектив 16+
- 20.00 **УЛОВКИ РАЗУМА. БЕЗМОЛВНАЯ ПАЦИЕНТКА**
Детектив 16+
- 22.00 **События**
- 22.35 **Хватит слухов!**
16+
- 23.05 **90-е . Атака целителей** 16+
- 0.00 **События. 25-й час**
- 0.35 Петровка, 38
16+
- 0.50 Настоящий детектив.
Морской дьявол
16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне
Красные продукты
16+
- 6.00 Пятница News
16+
- 6.30 Гастротур
Республика Марий Эл 16+
- 7.10 Битва шефов
16+
- 9.00 Молодые ножи
Екатерина Скулкина 16+
- 10.00 Адский шеф
16+
- 12.30 Молодые ножи
16+
- 15.00 Молодые ножи
Мировые кулинарные хиты
16+
- 16.10 Молодые ножи
Кулинарные династии 16+
- 17.30 Молодые ножи
Завтраки со всего света 16+
- 19.00 Молодые ножи.
Новая кровь 16+
- 21.00 Последний шеф
16+
- 23.00 Секретный артист 16+
- 0.00 Вундеркинды
Дима Масленников и Леонид Якубович
16+

5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.45 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА**
Сериал 16+
- 7.05 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2**
Сериал 16+
- 8.25 Стройнадзор
16+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2**
Сериал 16+
- 9.45 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4**
Сериал 16+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4**
Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 **СЛЕД**
Сериал 16+
- 19.05 **СЛЕД. ЗЛЕЙ ОСЕННЕЙ МУХИ**
Сериал 16+
- 19.55 **СЛЕД. ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ**
Сериал 16+
- 20.40 **СЛЕД. КАННИБАЛ ЛЕКТОР**
Сериал 16+
- 21.25 **СЛЕД. АНТИМЮЛЛЕР**
Сериал 16+
- 22.20 **СВОИ-7. ДОРОГОЙ ДРУГ**
Сериал 16+
- 23.05 **СВОИ-5. КРОВЬ И ВИНО**
Сериал 16+
- 0.00 Известия.
Итоговый выпуск
16+
- 0.30 **СВОИ-5. КТО ПОХИТИЛ ЕВУ?**
Сериал 16+

ЗВЕЗДА

- 5.30 **ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ-2: КОД ВОЗВРАЩЕНИЯ**
Сериал 16+
- 7.00 Сегодня утром
12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
- 9.15, 21.00 Открытый эфир
Ток-шоу 16+
- 11.00 Подводная война на Балтике.
Ш-308 16+
- 11.55, 13.25, 0.05 **КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ»**
Фильм 12+
- 14.25, 15.05, 17.15 **НА ВСЕХ ШИРОТАХ...**
Сериал 16+
- 15.00 Военные новости
16+
- 18.50 Специальный репортаж 16+
- 19.55 По горячим следам
16+
- 20.10 Секретные материалы 16+
- 22.45 Между тем 12+
- 23.15 Подводный флот Великой Отечественной войны 16+

1 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро Телеканал
- 9.00 Новости с субтитрами
- 9.25 Модный приговор
- 10.15 Жить здорово! 16+
- 11.00 Время покажет 16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Время покажет 16+
- 14.00 Большая игра 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Давай поженимся! 16+
- 16.05 Мужское / Женское 16+
- 17.00 Большая игра 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.30 Время покажет 16+
- 19.50 Пусть говорят 16+
- 21.00 Время
- 22.00 **КАЗАНОВА. ВОЗВРАЩЕНИЕ** Серил 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
- 3.00 Новости
- 3.06 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести
- 9.30 Местное время
- 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Серил 12+
- 16.30 Вести
- 17.00 Малахов 16+
- 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 **КНЯЗЬ АНДРЕЙ** Серил 16+
Во время успешного похода суздальского войска на Киев отличился средний сын Андрея - Мстислав. Несмотря на безоговорочную победу, Андрей отказывается от киевского престола. Он намерен править в Суздале, а своим наместником в Киеве ставит брата Глеба...
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
- 2.00 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Серил 12+
- 3.00 Вести
- 3.30 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** Серил 12+

НТВ

- 4.50 ПЁС Серил 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня
- 8.25 ПЁС Серил 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ПЁС Серил 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **МЁРТВАЯ ТОЧКА** Серил 16+
Варя и Рита переезжают в пустующую квартиру тещи Козака. Козак едет в мордовскую колонию, где, как выяснилось, находится отец Риты. Там на Евгения Владимировича устраивают покушение, но он чудом остается в живых. Одинцов и его помощник Юра следят за адвокатом Лемешевым, защищающим отца Риты...
- 22.15 **КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА** Серил 16+
- 0.20 Сегодня
- 0.35 Поздняков 16+
- 0.50 **МЕЛЬНИК** Серил 16+

СТС

- 6.00 **РОК ДОГ-3. БИТВА ЗА БИТ** Полнометражный анимационный фильм 6+
- 6.30 **ДОМОЧАТЦЫ** Серил 16+
- 6.40 100 мест, где поеть Кулинарное тревел-шоу 16+
- 11.25 **МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ** Комедия 16+
- 13.20 **ЦЕЗАРЬ** Серил 16+
- 19.00 **ЦЕЗАРЬ** Серил 16+
Окончательно убедившись в опасности своего заместителя, хитрый Юрий Михайлович ищет способ избавиться от Геси и остаться как будто непричастным к последующим событиям...
- 21.00 **ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА** Боевик 16+
Сержант ВВС Джей Кинни, наводчик оператора беспилотников, поступает на службу в отряд спецназа. Следующим заданием командой становится спасение захваченного агента под прикрытием...
- 23.10 **ДЖОН УИК-2** Триллер 18+
- 1.35 **ДЖОН УИК-3** Триллер 18+
- 3.30 **НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ** Комедия 16+

ТНТ

- 7.00 **САШАТАНЯ** Серил 16+
- 11.30 **САШАТАНЯ** Серил 16+
- 16.00 **ТЕЛОХРАНИТЕЛИ** Серил 16+
Лиза пытается вскрыть загадочный старый сейф в кабинете и привлекает бывшего медвежатника. Ночная операция заканчивается тревогой и задержанием своих же сотрудников, но внутри сейфа находят улики, позволяющие раскрыть столетнее дело...
- 21.00 **ГОСЗАЩИТА** Серил 16+
Чтобы впечатлить Свету и свести их с Левой, Рома выдает Льва за криминального авторитета перед рыночными бандами. Гриша помогает вернуть авторитет Марине перед непослушным классом, который постоянно срывает уроки. Лева сошелся со Светой...
- 23.00 **ДОГМЕН** Фильм 18+
- 1.10 **АБСОЛЮТНЫЙ ХИЩНИК** Ужасы 18+
- 2.30 **Однажды в России** Юмористическая программа 16+

ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.15 Доктор И... 16+
- 8.40 **ТЁМНАЯ СТОРОНА СВЕТА-3** Детектив 12+
- 10.35 Актёрские драмы. Нож в спину 16+
- 11.30 **События**
- 11.50 **АГАТА И СЫС. ВЫГОДНЫЙ РИСК** Детектив 16+
- 13.45 **Мой герой. Александр Ягья** 12+
- 14.30 **События**
- 14.50 **Город новостей**
- 15.05 **ОРЛИНСКАЯ. НИТИ МОЙРЫ** Детектив 16+
- 16.55 **Прощание. Виктор Мережко** 16+
- 17.50 **События**
- 18.10 **УЛОВКИ РАЗУМА. БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ** Детектив 16+
- 20.00 **УЛОВКИ РАЗУМА. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО** Детектив 16+
- 22.00 **События**
- 22.35 **10 самых... Звёздные злодеи** 16+
- 23.05 Актёрские драмы. Понять и простить 16+
- 0.00 **События. 25-й час**
- 0.35 **Петровка, 38** 16+

5 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.25 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА** Серил 16+
- 7.00 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2** Серил 16+
- 8.25 **Ваше здоровье!** 12+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2** Серил 16+
- 9.45 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4** Серил 16+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 **ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4** Серил 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 **СЛЕД** Серил 16+
- 19.05 **СЛЕД. РОДИТЕЛИ** Серил 16+
- 19.55 **СЛЕД. ИГРУШКА** Серил 16+
- 20.40 **СЛЕД. РОДИОН, ОДОЛЖИТЕ ТОПОР** Серил 16+
- 21.25 **СЛЕД. С ЧУЖОГО ГОЛОСА** Серил 16+
- 22.20 **СВОИ-7. АЛИБИ ЗАКАЗЫВАЛИ?** Серил 16+
- 23.05 **СВОИ-5. ГРАФФИТИ** Серил 16+
- 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
- 0.30 **День ангела 6+**
- 0.55 **СВОИ-5. СЕСТРЫ** Серил 16+
- 1.45 **СВОИ-7. ТВОЙ ГЛЮК** Серил 16+

РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных
- 7.20 Легенды мирового кино
- 7.45, 13.00, 21.30 Сокровища московского Кремля
- 8.40, 22.25 **ВИЗИТ К МИНОТАВРУ** Фильм
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 0.10 ХХ век
- 12.10 Забытое ремесло
- 12.45 Новости. Подробно. Театр
- 13.55 **В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА** Фильм
- 15.05 Приют путешественника
- 15.30 2 Верник 2 Ольга Яковлева
- 16.30 Пряничный домик
- 17.15, 1.20 **Мастера фортепианного искусства**
- 18.15 Роман в камне
- 18.45 Семинар
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Кино о кино
- 20.45 Энигма
- 1.05 Кристальные истории

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00, 14.25 Династия. Пригода 12+
- 6.30 Вид сверху 12+
- 7.00, 9.05, 12.55, 15.25 Новости
- 7.05, 15.30, 20.30, 0.30 Все на Матч!
- 9.10 Специальный репортаж 12+
- 9.30 Вопреки всему 12+
- 10.30 Биатлон Альфа-Банк Чемпионат России. Смешанная эстафета
- 13.00 Есть тема!
- 14.55 **Формула-1. Гаснут огни** 12+
- 16.15 Шмейхель Документальный фильм 12+
- 18.15 **Футбол Fonbet** Кубок России. Путь регионов. 1/2 финала **Крылья Советов (Самара) - Локомотив (Москва)**
- 22.00 **Футбол Fonbet** Кубок России. Обзор 6+
- 23.00 **Смешанные единоборства UFC** 16+

ТВ3

- 6.00, 8.30 Мультфильмы
- 9.00 **СЛЕПАЯ** Серил 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА** Серил 16+
- 13.45 **ГАДАЛКА. РОЗОВЫЕ ОЧКИ** Серил 16+
- 14.15 **ГАДАЛКА. РОЛЕВАЯ ИГРА** Серил 16+
- 15.00 **ГАДАЛКА. ОДИНОКИЙ ВОЛК** Серил 16+
- 15.30 **СЛЕПАЯ** Серил 16+
- 16.30 **СЛЕПАЯ. СОБАЧЬЯ СВАДЬБА** Серил 16+
- 17.00 **СЛЕПАЯ. ПЕСТРЫЕ ЗОНТИКИ** Серил 16+
- 17.30 **СЛЕПАЯ. НОВАЯ ОПРАВА** Серил 16+
- 18.00 **ЛИСА** Серил 16+
- 20.00 **ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ** Серил 16+
- 23.00 **СЛЕД КИЛЛЕРА** Фильм 18+
- 1.00 **Дневник экстрасенса** 16+

РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 1.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром! 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00, 11.00 Как устроен мир 16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
- 13.00, 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 17.00, 2.05 Тайны Чапман 16+
- 20.00 **ХАГЕН. В ДОЛИНЕ НИБЕЛУНГОВ** Фэнтези 16+
В суровом мире викингов воин Хаген заключает союз с древними богами. Ведомый жадной справедливости, он поднимает оружие против беспощадного правителя...
- 22.45, 23.25 **ДРУГИЕ** Мистический триллер 16+

ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+
- 7.20 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+
- 8.20 Тест на отцовство Судебное шоу 16+
- 10.30, 23.05 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Докудрама 16+
- 11.40 **ПОРЧА. ВЕРНИТЕ МУЖА, ОБСИДИАН** Докудрама 16+
- 12.45, 1.10 **ЗНАХАРКА** Докудрама 16+
- 13.20, 1.35 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО** Докудрама 16+
- 13.55, 2.05 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Докудрама 16+
- 14.30 **И РАСЦВЁЛ ПОДСОЛНУХ.** Серил 16+
- 19.00 **ЕЁ ТАЙНА** Серил 16+
- 0.15 **ПОРЧА** Докудрама 16+
- 2.30 **Тест на отцовство** Судебное шоу 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне Весенние овощи 16+
- 6.00, 1.00 Пятница News 16+
- 6.30 Гастротур Осетия 16+
- 7.10 Битва шефов 16+
- 9.00 Молодые ножи Новогодние блюда разных стран 16+
- 10.00 Адский шеф 16+
- 13.00, 17.00 Новые четыре свадьбы 16+
- 15.00 Новые четыре свадьбы Свадьба в пляжном стиле vs Классическая свадьба 16+
- 19.00 Новые пацанки 16+
- 22.00 Умнее всех 12+
- 23.00 Секретный артист 16+
- 0.00 Вундеркинды Роза Сябитова и Отар Кушанашвили 16+
- 1.30 На ножах Красноармейск. Геоцент 16+

ЗВЕЗДА

- 5.30 **НА ВСЕХ ШИРОТАХ...** Серил 16+
- 7.00 Сегодня утром
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
- 9.15, 21.00 Открытый эфир Ток-шоу 16+
- 11.00, 18.50 Специальный репортаж 16+
- 11.15, 13.25 **СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ** Фильм 12+
- 14.25, 15.05, 17.15 **НА ВСЕХ ШИРОТАХ...** Серил 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 19.55 По горячим следам 16+
- 20.10 Код доступа 12+
- 22.45 Между тем 12+
- 23.15 Подводный флот Великой Отечественной войны 16+
- 0.05 **ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ** Фильм 16+
- 1.15 **ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ** Фильм 12+

7 ПЕРВЫЙ

- 6.00 Доброе утро. Суббота Телеканал
- 9.00 Умницы и умники 12+
- 9.45 Слово пастыря
- 10.00 Новости с субтитрами
- 10.15 Бременские музыканты. Ничего на свете лучше нету...
- 11.10 Бременские музыканты Мультфильм
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 **ОКАЯННЫЕ ДНИ** Фильм 16+
- 13.30 Фултон: слова, ставшие гранью 16+
- 14.40 Арктический трилистник. Русский форпост 16+
- 15.35 Горячий лед Кубок Первого канала по фигурному катанию 2026
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.20 Сегодня вечером 16+
- 21.00 Время
- 21.35 Клуб веселых и находчивых Высшая лига 16+
- 23.55 Глазами Орсона Уэллса Документальный фильм 16+
- 1.55 **ПОДКАСТ.ЛАБ** 16+

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России. Суббота
- 8.00 Местное время. Суббота
- 8.35 По секрету всему свету
- 9.00 Формула еды 12+
- 9.25 Пятеро на одного
- 10.10 Сто к одному Телеигра
- 11.00 Вести
- 11.30 Наши. Военкоры 12+
- 12.00 Доктор Мясников Медицинская программа 12+
- 13.00 Большие перемены
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.50 Парад юмора 16+
- 17.00 Вести
- 17.50 Привет, Андрей! Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
- 20.00 Вести
- 20.50 Вести. Местное время
- 21.00 **НЕВЕСТА ПОД КЛЮЧ** Фильм 16+ *Скромная девушка из провинции Аня и столичный архитектор Алексей влюблены и собираются пожениться. Но накануне свадьбы Алексей обвиняет Аню в измене и разрывает с ней отношения...*
- 0.40 **ОТДАЙ СВОЮ ЖИЗНЬ** Фильм 12+

НТВ

- 4.45 **ОТСТАВНИК. ПОЗИВНОЙ «БРОДЯГА»** Остросюжетный фильм 16+
- 6.20 Жди меня 12+
- 7.20 Смотри
- 8.00 Сегодня
- 8.20 Неограниченные возможности 16+
- 9.20 Едим дома
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Главная дорога 16+
- 11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+
- 12.00 Квартирный вопрос
- 13.00 Сатя 16+
- 14.00 Поедем, поедим! 16+
- 15.00 Своя игра
- 16.00 Сегодня
- 16.20 ЧП. Расследование 16+
- 17.00 Следствие вели... 16+
- 19.00 Центральное телевидение с Вадимом Такменевым
- 20.20 Ты не поверишь! 16+
- 21.20 Суперстар! Битва сезонов 16+
- 1.05 **Квартирный НТВ у Маргулиса** Жена Любич. Песни на стихи поэтов 16+
- 2.30 **Дачный ответ**
- 3.20 **ВРЕМЯ ГРЕХОВ** Остросюжетный фильм 16+

СТС

- 6.00 Уральские пельмени. Смехbook 16+
- 7.00 **ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ. ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ** Криминальная комедия 16+
- 8.50 Просто кухня Кулинарное шоу 12+
- 10.00 100 мест, где поеть Кулинарное тревел-шоу 16+
- 12.05 **ЭЛВИН И БУРУНДУКИ** Комедия 12+
- 14.00 **ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2** Комедия
- 15.40 **ГЕМИНИ** Боевик 16+
- 18.00 **КРУЧЕ НЕКУДА** Боевик
- 20.05 **55-Й ЭЛЕМЕНТ** Фильм-катастрофа 16+ *Гонконг. В результате пожара на заводе по переработке отходов происходит утечка радиации. Кризисный штаб приступает к выполнению ответственной миссии...*
- 22.55 **КАТАСТРОФА** Триллер 16+
- 1.00 **ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ** Фантастический боевик 18+
- 2.30 **ДАЛЬНИЙ КОСМОС** Научно-фантастический триллер 16+

ТНТ

- 7.00 Однажды в России Юмористическая программа 16+
- 9.00 Время завтрака 16+
- 9.30, 11.15, 12.50, 14.20 Экстрасенсы. Битва сильнейших Паранормальное шоу 16+
- 15.55, 18.30 **Новая битва экстрасенсов** Паранормальное шоу 16+ *Продолжение главного мистического проекта страны. Новые лица, новые герои, новые испытания и душераздирающие истории из жизни самых простых зрителей. Участники проекта должны доказать, что они настоящие экстрасенсы и продемонстрировать свои необычные способности на многомиллионную аудиторию в труднейших испытаниях...*
- 21.00 Конфетка Финал 16+
- 23.00 Женский Стендап 18+
- 0.00 Конфетка 16+
- 2.20 Женский Стендап Юмористическая программа 16+

ТВ ЦЕНТР

- 6.35 Православная энциклопедия 6+
- 7.00 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН** Детектив 16+
- 9.00 Здоровый смысл 16+
- 9.30 Смех, дрожь и видео 16+
- 10.05 Мифы о еде. Шоколад 16+
- 10.55 Просто & вкусно 6+
- 11.30 События
- 11.45 Смешите меня семеро 16+
- 12.35 Нехмурые люди Анекдот-клуб 16+
- 13.05 **АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ** Детектив 12+
- 14.30 События
- 14.45 **АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ** Продолжение детектива 12+
- 17.10 **СОБИРАТЕЛЬ КАМНЕЙ** Детектив 16+
- 21.00 Постскрипtum с Алексеем Пушковым
- 22.10 Право знать! Ток-шоу 16+
- 23.35 События
- 23.45 Тайная комната. Скандал в благородном семействе 16+
- 0.30 Следствие ведет СГБ. «Медовая ловушка» для Этьена 16+
- 1.10 10 самых... Звездные злодеи 16+
- 1.35 Хватит слухов! 16+

5 КАНАЛ

- 5.00 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 9.00 Страна советов 16+
- 9.30 Стройнадзор 16+
- 10.05 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 14.50 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. СМЕРТЬ НА ДЕСЕРТ** Сериал 16+
- 15.45 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ОБРАЗЦОВЫЙ ГРАЖДАНИН** Сериал 16+
- 16.40 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ТРЕЗВЫЙ РАСЧЕТ** Сериал 16+
- 17.35 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ТЕНИ ЗАБЫТЫХ ДЕТОК** Сериал 16+
- 18.30 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. МЕЖ ДВУХ ОГНЕЙ** Сериал 16+
- 19.25 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ЗАМКНУТЫЙ КРУГ** Сериал 16+
- 20.20 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. СЕМЕЙНЫЙ ТУПИК** Сериал 16+
- 21.15 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 0.00 Известия. Главное 16+
- 1.05 Светская хроника 16+
- 2.10 **СВИДЕТЕЛИ** Сериал 16+

РОССИЯ К

- 6.30 Библийский сюжет
- 7.05 Мультфильмы
- 8.20 **СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ** Фильм
- 9.35 Мы - грамотеи! Об Анне Ярославне через тысячелетия
- 10.15 **МОНОЛОГ** Фильм
- 12.45 Черные дыры. Белые пятна Коллекция
- 13.55, 0.30 **Меня приводит в движение свет** Документальный фильм
- 15.10 Рассказы из русской истории
- 16.25 Кино о кино
- 17.05 **ДЕЛО №306** Фильм
- 18.20 **ГАМЛЕТ** Фильм
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 **ГАМЛЕТ** Фильм
- 21.30 Клавдия Шульженко. Жизнь, любовь, песня
- 22.00 Агора
- 23.00 **ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ** Фильм

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Бокс Bare Knuckle FC. Кай Стюарт против Нико Гаффи 16+
- 7.00, 9.05, 11.10, 14.05, 16.55, 20.15 **Новости**
- 7.05, 11.10, 14.05, 16.55, 20.15 **Все на Матч!**
- 9.10 **ЧЕМПИОНЫ** Сериал 6+
- 9.30 **Биатлон** Альфа-Банк Чемпионат России. Масс-старт. Мужчины
- 12.00 **Биатлон** Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Женщины
- 14.55 **Баскетбол** Единая лига ВТБ **МБА-МАИ** (Москва) - **Уралмаш** (Екатеринбург)
- 18.00 **Футбол МИР** Российская Премьер-Лига **Краснодар** - **Пари НН**
- 21.00 **Смешанные единоборства** UFC. Мовсар Евлов против Лерона Мёрфи 16+

3 ТВ3

- 6.00 Мультфильмы
- 8.00 Особенности национальной кухни Иркутск 16+
- 8.30 Новый день 16+
- 9.30 **ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА** Фильм 6+
- 11.15 **ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА 2** Фильм 6+
- 13.00 **СВОРА** Фильм 16+
- 15.00 **ТАЙНА СЕМИ СЕСТЕР** Фильм 16+
- 17.30 **ИНКАРНАЦИЯ** Фильм 16+
- 19.00 **КОШМАРНЫЕ КАНИКУЛЫ** Фильм 16+
- 21.00 **НЕЧИСТЬ** Фильм 16+
- 23.00 **СТРАШНЫЕ ИСТОРИИ ДЛЯ РАССКАЗА В ТЕМНОТЕ** Фильм 18+
- 1.15 **Дневник** Экстрасенса с Татьяной Лариной 16+

4 РЕН ТВ

- 5.00, 1.30 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром! 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30 **Новости** 16+
- 9.00 Минтранс 16+
- 10.00 Самая полезная программа 16+
- 11.00, 13.00 **Военная тайна** 16+
- 15.00 **Совбез** 16+
- 16.00 **Информационная программа 112** 16+
- 16.55 **Документальный спецпроект** 16+
- 18.00 **Засекреченные списки** Документальный спецпроект 16+
- 19.00 **Доброэфире** 16+
- 19.55 **АВТОБАН** Боевик 16+
- 21.40 **ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ** Боевик 16+
- 23.35 **НЕУДЕРЖИМЫЕ** Боевик 18+

ДОМАШНИЙ

- 6.30 **СОКРОВИЩЕ КОРОЛЕВОЙ АННЫ** Сериал 16+
- 9.45 **Уютное утро** 16+
- 10.20 **ГОРЬКИЙ ШОКОЛАД** Сериал 16+
- 19.00 **ПЕРВЫЙ ДЕНЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ** Сериал 16+ *Флорист Света пытается успеть закончить все дела до свадьбы, ведь после регистрации они с Павлом собираются переехать в Москву. Их влюбленный роман длится уже пять лет, оба живут в разных городах. Но долгожданный приезд Павла переносится, что приводит к ссоре жениха и невесты...*
- 23.10 **СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ** Сериал 16+
- 2.30 **КРАСОТА НЕБЕСНАЯ** Сериал 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне 16+
- 6.00 Пятница News 16+
- 7.00 Умнее всех 12+
- 8.30 Мамы Пятницы 16+
- 9.00 Прекрасное далёко Другая Япония 16+
- 10.00 **Как люди живут** Шотландия 16+
- 11.00 **Как люди живут** Антарктида 16+
- 12.00 **Как люди живут** Южный Судан 16+
- 13.00 **Как люди живут** Саудовская Аравия 16+
- 14.00 **Экспедиция** с Алексеем Столяровым Байкал 16+
- 15.30 **Погнали! На Кубу** 16+
- 16.30 **Погнали!** В Японию 16+
- 18.00 **Погнали! В США** 16+
- 21.00 **Погнали! В Китай** 16+
- 23.00 **Последний шеф** 16+
- 1.10 **Погнали. Дос ЮАР.** Золотоискатели 16+

★ ЗВЕЗДА

- 6.20 **СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ** Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 9.15 Второе мнение 12+
- 9.45 СССР. Знак качества 12+
- 10.35 **Не факт!** 12+
- 11.05 **Легенды музыки** 12+
- 11.35 **Легенды кино** Тамара Семина 12+
- 12.30 **Жить после** Эдуард Яворский 16+
- 13.15, 19.25 **БАТЯ** Сериал 16+
- 21.25 **ПИРАТЫ XX ВЕКА** Фильм 16+
- 23.20 **АДМИРАЛ УШАКОВ** Фильм 12+
- 1.15 **КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ** Фильм 12+
- 2.50 **Подпольщики** Документальный сериал 16+
- 3.25 **Хроника Победы** Документальный сериал 16+

ШОК! СИБИРСКАЯ ЛЮДОЕДКА РАБОТАЕТ В САЛОНЕ КРАСОТЫ**ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ**

ИРКУТСКАЯ каннибалка Олеся Мостовщикова, отсидевшая срок за то, что убила и съела критиковашую ее подругу, теперь спокойно стрижет ногти в парикмахерской, а ее клиентки даже и не подозревают, к кому именно они пришли на бьюти-процедуры.

Вся жизнь этой страшной женщины словно была отмечена судьбой. Олеся Мостовщикова родилась в 1982 году в Иркутске. Мама умерла рано, а родного отца она никогда не знала. До 16 лет девочку воспитывал отчим, но и он скончался.

В 18 лет Олеся вышла замуж и родила сына Илью, но семейная жизнь продлилась недолго – через пару лет муж закончил с собой. А потом и она сама «вписалась» в тяжелую карму своего рода. В 2009-м, когда Олесе было 26 лет, а ее сыну Илье шесть, она работала продавцом на рынке. Тогда-то всё и случилось. 5 марта Мостовщикова выпивала с подругой Татьяной Романчук. В какой-то момент гостя сделала Олесе замечание о том, что она плохая мать. Неожиданно Олеся вспыхнула, в порыве гнева схватила топор и ударила Татьяну по голове. Тогда же, в ярости, женщина исколола тело еще живой подруги ножом, нанесла ей более 51 ранения, отрезала ухо, пальцем выковыряла глаза, а затем отрезала кисть руки... Часть тела злодейки сожгла в печи, а часть перетащила в сарай. А через восемь дней после убийства местные бомжи нашли на свалке женские ноги с красным педикором, заматанные в мешок... На место сразу выехала полиция. В поисках улик участковый Николай Инхиреев ранним утром начал обходить дома. Сквозь щели в заборе в глубине двора дома № 55 он заметил двух женщин, которые копались в теплице, хотя для этого было еще слишком рано.

– По пути к теплицам я заметил грязные тазы и черное пятно на крыльце, похожее на лужу крови. Хозяйка сказала, что убила и съела собаку для лечения от туберкулеза, – рассказывал Инхиреев. А чуть позже возле туалета во дворе участковый нашел синюю женскую сумочку с фрагментами человеческого тела. Пазл сошелся, когда участковый вошел в кухню и заметил остатки ужина из человечесины...

– Мы решили отрезать кусок мяса с ноги. Тогда же мы отрезали лобок, который остался лежать в подвале. А мясо при-



В доме людоедки копы нашли остатки ужина с человечесиной

43-ЛЕТНЯЯ ИРКУТЯНКА, СКОРМИВШАЯ СЫНУ ТЕЛО ПОДРУГИ 17 ЛЕТ НАЗАД, СТАЛА МАСТЕРОМ МАНИКЮРА

Мостовщикова с юных лет была лишена сострадания к ближним

Пальчики оближешь...

несли на кухню, приготовили и съели, – спокойно рассказывала Мостовщикова на допросе. Предполагается, что она кормила человеческим мясом и 6-летнего Илью...

СУД

Дело имело широкий общественный резонанс не только в России, но и за рубежом. О нем даже писал британский таблоид Daily Mail, американские информационные порталы Buzzfeed и Ranker. Психиатрическая экспертиза признала людоедку вменяемой. Суд отправил ее в колонию на 8 лет и 7 месяцев, а также обязал выплатить 300 тысяч рублей родственникам Татьяны Романчук за надругательство над телом убитой. В колонии Мостовщикова сразу попросилась на швейное производство – шила подушки и одеяла и даже стала передовиком производства.

По сообщениям СМИ, маньячка освободилась по УДО в 2015-м – на 3 года раньше срока. В тюрьме она нашла себе мужа, Захара Янченко, и родила дочь – это ускорило ее выход на волю. Вскоре она развелась, но фамилию супруга оставила, что-

бы было проще скрывать свое криминальное прошлое. Первое время Олеся жила в том же доме, где в 2009 году порубила подругу на куски, пыталась устроиться поваром в школу и горничной в детский лагерь, но из-за непогашенной судимости тогда ее не взяли. А в 2021-м Мостовщикова-Янченко продала дом и вместе с маленькой дочкой переехала в Большой Луг, тихий поселок под Иркутском. Там она и стала мастером по маникюру.

Сейчас Мостовщиковой 43 года, ее дочери – 11. Кроме денег с маникюра, они живут на детское пособие в 10 тысяч. Сын Олеся Илья, который предположительно вместе с мамой ел ее подругу, тоже впоследствии отсидел. Парня поймали на краже и отправили в ИК-14 в Ангарске. Там он подписал контракт и в октябре 2024-го отправился в зону СВО, где через месяц погиб. Каннибалка пыталась через суд присвоить боевые выплаты за сына, но ей отказали. У 23-летнего Ильи остались две дочки. Все его средства отошли бывшей жене, которая купила на эти деньги дом.



В 2015-м Олеся вышла на свободу по УДО



Извращенца Романа и его жену ждет тюрьма

АДСКАЯ СЕМЕЙКА

Семейную пару из Питера задержали по подозрению в изнасиловании собственных детей

ОЛЬГА НИКИТИНА

В ПЕТЕРБУРГЕ глава семьи обвиняется в том, что он насиловал двух малолетних дочерей и сына с согласия матери и снимал эти оргии на видео.

В Северной столице стражи порядка расследуют дикую историю, от которой волосы встают дыбом. По данным СМИ, в полицию за помощью обратилась 15-летняя девочка. Она рассказала, что с 7-летнего возраста регулярно подвергалась сексуальному насилию со стороны своего отчима Романа. По ее словам, мужчина не только насиловал девочку, но и заставлял снимать весь процесс на фото и видео. Пострадавшая сообщила, мать была в курсе происходящего и даже поощряла действия мужа. У девочки есть еще 12-летняя сестра, которую отчим также насиловал и заставлял снимать порнографический контент. В ходе проверки полицейские установили еще одну жертву – 7-летнего брата девочек. По оперативным данным, родители вовлекали ребенка в свои оргии с малолетнего возраста.

УЛИКИ

Выяснилось, что уже в ходе проверки мать требовала от старшей дочери уничтожить улики – удалить обличающую переписку с отчимом.

Сейчас все дети находятся в больнице, решается вопрос относительно их будущего. У них есть бабушка с дедушкой, но отношений с семьей пенсионеры практически не поддерживали.

ПРИКОЛ

СТУДЕНТ из Тайваня, который четыре дня и три ночи без перерыва играл в видеоигры, внезапно впал в кому и скончался.

ПРИКОЛ

ДОНАЛД Трамп стал первым президентом США, который за один год отбомбил сразу 7 стран. Такой вот миротворец.



#САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ
ГАНИЧКИНОЙ



Посев

ПОСЕВ на рассаду проводим в ящички (на школу), густо, с последующей пикировкой в небольшие горшки или сразу в горшки. Агротехника посева подобных томатов соответствует методам, описанным в моих предыдущих статьях.

Фото: DACHNAYALIFE.RU



Советы по подготовке рассады к высадке

ОБЫЧНО томаты высаживают в открытый грунт в первых числах июня. В южных регионах допускается и конец мая, но в большинстве случаев не рекомендуется, так как молодая рассада может пострадать от погоды.

Чтобы рассада справилась со стрессами, необходимо подготовить ее за 10 дней до высадки. Надо провести подкормку раствором: взять 10 л воды, развести 2 ст.л. жидкого минерального удобрения «Интермаг» для томатов и подкормить корни, из расчета 1 стакан раствора на каждый горшок. Для профилактики грибных болезней каждые 10-12 дней необходимо опрыскивать томаты раствором алирина и гамаира (природные биологические удобрения), чередуя их: разводим 1 таблетку на 1 л воды.

Начинаем с томатов

ДОРОГИЕ садоводы и огородники! До 20 марта продолжается посев томатов для закрытого грунта. После этой даты – с 20 марта и в течение апреля – можно приступать к посеву томатов для открытого грунта.

Мои любимые сорта томатов для этих целей следующие: Санька (ультраскороспелый сорт, не пасынкуется, высота 40-60 см, плоды до 100 г.), Новичок розовый (детерминантное растение высотой 70-80 см, отличные вкусовые качества), Маруся (высота 50-70 см, окраска ярко-красная, плоды сахарные, не растрескиваются), Садовая жемчужина (мой самый любимый сорт), Золотое сердце (плоды желтого цвета, с повышенным содержанием каротина).

Хороших Вам урожаев!



Закаливание рассады

ЭТОТ процесс начинается с середины апреля и продолжается в мае. Выносить на балкон томаты можно при температуре воздуха +12°C и выше. В первые 2-3 дня для защиты от солнечных ожогов накрываем растения белым укрывным материалом. В пасмурные дни укрытие не нужно. Почва в горшке должна быть влажной, иначе растения могут погибнуть. Закаленная рассада приобретает фиолетово-зеленоватый оттенок у стеблей.

За 2-3 дня до высадки

НУЖНО обрезать 2-3 листочка для лучшего проветривания и освещения растения – это поможет развитию первой цветочной кисти. Под первой кистью должно оставаться не более 3 листьев. Дополнительно рекомендуем внести ионитный субстрат «Цион» по норме 200-300 г на 1 м² или по 1 ст.л. в каждую лунку для укрепления растений и повышения их здоровья.

ПОШЛИ слухи, что котики не попадают в рай. У меня тогда такой вопрос: зачем тогда людям стремиться попасть в рай, если там нет котиков?

В Испании есть традиция: если в семье рождается ребенок, то родственники должны выкинуть из окна ведро с помоями, и какое слово скажет первый прохожий, так ребенка и назовут... Вот почему большинство испанцев зовут Хулио и Педро.

У китайского магната спросили: – Как вам удается так качественно подделывать автомобили всемирно известных автогигантов?

– Очень просто, крадем чертежи, посылаем шпионов со скрытыми камерами, которые снимают весь процесс произ-

Анекдоты

водства автомобиля на заводе и повторяем до мельчайших деталей на нашем заводе.

– А русские автомобили тоже подделываете?

– Пытались. Не получилось. Наши китайские рабочие после второго стакана водки отключаются.

Огромная фактическая пропасть лежит в русском языке между такими синонимичными понятиями, как «близкие люди» и «недалекие».

Только шахматисты и сумоисты готовы ради победы жертвовать фигурами.

Грабитель на кассе в магазине:

– Сложи все деньги в пакет.

Кассир:

– Пакет стоит 5 рублей.

Грабитель:

– У меня свой.

На мой вопрос о сроке годности презервативов продавец-кавказец аптечного киоска дал поразительно лаконичный ответ: «Адын раз».

Телефонный звонок:

– Мама! Мама! Помоги! Я в полиции, и с меня требуют денег!

– Успокойся, Серёжа. Ты бухгалтер в УВД, и сегодня просто у всех зарплата.

– Дорогой, какой подарок ты сделаешь мне на 8 Марта?

– Ну... Переспим!

– А если я не захочу?

– Тогда оставайся без подарка.

ПРОВЕРЕННЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ БОРЬБЫ С НАСЕКОМЫМИ В ДОМЕ И ОФИСЕ

Машенька®

- ЭФФЕКТИВНО ДЕЙСТВУЮТ ПРОТИВ ТАРАКАНОВ, БЛОХ, КЛОПОВ, МУРАВЬЕВ, МУХ, КОМАРОВ, МОКРИЦ И ДРУГИХ ЧЛЕНИНОСТОНОГИХ НАСЕКОМЫХ
- НЕ ИМЕЮТ РАЗДРАЖАЮЩЕГО ЗАПАХА
- УДОБНЫ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ТРУДНОДОСТУПНЫХ МЕСТ
- НАДЕЖНО ЗАЩИЩАЮТ ПОМЕЩЕНИЕ ДО ТРЕХ МЕСЯЦЕВ

МЕЛОК

КЛЕЕВЫЕ ЛОВУШКИ

БЕЗОПАСНОЕ ВЫСОКОЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ИНИЦИАЛЬНОГО НАСЕКОМЫХ

ЗАЩИТА ОТ ТАРАКАНОВ И ДОМОВЫХ МУРАВЬЕВ

ИСТОЧНИК: «НАСЕКОМЫ И НАСЛЕДСТВА ЖИЗНИ» Д.И. ПЕТРОВИЧ, «НАШЕ ПРАВО»

РЕКЛАМА

Телефон бесплатной линии: 8-800-200-3-888 prok.ru, agrovit87.ru
АО «КАПИТАЛ-ПРОК», 143909, МО, г. Балашиха, ул. Звездная, д. 7, к. 1, ОГРН 1027739559836

#ВКУСНАЯ ЖИЗНЬ

Фото: ОК.РУ/ ДОМОХОЗЯЙКА СО СТАЖЕМ ГАЛИНА



Домохозяйка со стажем Галина

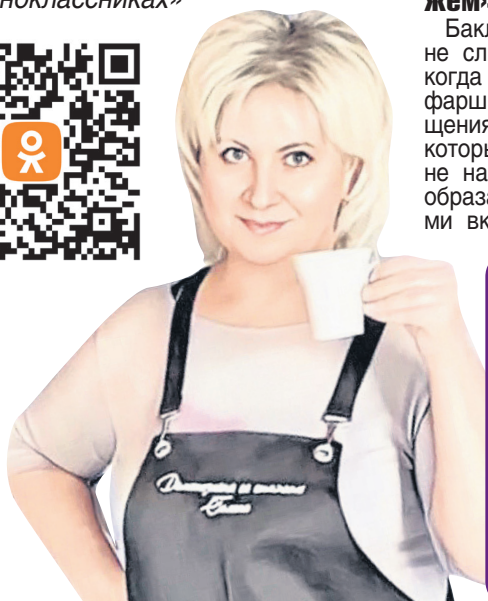
Баклажаны, от которых не поправишься!

Дорогие читатели!
Поделиться впечатлениями от этого рецепта и предложить свои любимые блюда Вы можете в комментариях на нашей страничке в «Одноклассниках»

ОЛЬГА НИКИТИНА

ДОРОГИЕ домохозяйки. В этот раз в нашей уже традиционной рубрике «Вкусная жизнь» мы решили остановиться на рецепте автора популярного в Одноклассниках кулинарного блога «Домохозяйка со стажем» ГАЛИНЫ ЩЕТНИКОВОЙ.

Баклажаны, фаршированные куриной грудкой – это вкусное и не слишком калорийное блюдо, которое можно и нужно готовить, когда надо немного разгрузиться. Девочки поймут. К тому же фаршированные баклажаны легко усваиваются и не создают ощущения тяжести в желудке. В итоге вы получите прекрасный обед, который не только насытит и порадует вкусовые рецепторы, но и не навредит фигуре. Так что если вы придерживаетесь здорового образа жизни, но не хотите отказывать себе в наслаждении яркими вкусами, это блюдо станет отличным выбором.



ИНГРЕДИЕНТЫ

- Баклажаны 3 шт.
- Куриное филе 250 г
- Сметана 3 ст.л.
- Сыр 100 г
- Соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1 ПРОМЫВАЕМ баклажаны под проточной водой, разрезаем вдоль и извлекаем мякоть.

2 НАРЕЗАЕМ ее на маленькие кусочки.

3 ФИЛЕ куриной грудки нарезаем на небольшие кусочки, добавляем сметану, соль, перец и специи, перемешиваем. По желанию можно добавить репчатый лук и чеснок.

4 ВЫКЛАДЫВАЕМ начинку в половинки из баклажанов. Раскладываем заготовки в огнеупорное блюдо подходящего размера.

5 НАТИРАЕМ сыр на мелкой терке – сыр подойдет любой по вашему вкусу.

6 НА ЗАГОТОВКИ из баклажанов с начинкой выкладываем сыр шапочкой. Можно посыпать за 5 минут до готовности.

7 ПРИКРЫВАЕМ фольгой, ставим в разогретую до 180-190 градусов духовку минут на 30-40. Снимаем фольгу и запекаем до тех пор, пока сыр подрумянится. Блюдо готово к употреблению.



Приятного аппетита!



ЕСЛИ у вас нет цели снизить калорийность, можно заменить грудку курицы на любое другое мясо по вашему вкусу

ОТКУДА БЕРУТСЯ ДЕМЕНЦИЯ И ДРУГИЕ СТРАШНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

«ВИЖН» способствует восстановлению нервной системы. Вы забудете, что такое головная боль, тревожность и бессонница. А утром почувствуете прилив бодрости, сил. Жизнь пойдёт совсем по-другому!

ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

Сон лучшее лекарство. Ещё академик Павлов успешно использовал «сонную теорию» для лечения множества недугов. Лечение во сне. Правда или вымысел? Российские учёные дали ответ на этот вопрос. Они нашли одну из главных причин наших болезней. Уверены: то, что Вы сейчас читаете, Вас просто шокирует!

Первый тревожный звонок

Как Вы думаете, когда начинается деменция (в народе её ещё часто называют старческим слабоумием)? В 70, 80, а может в 90 лет? А вот и нет. Вы удивитесь, но это заболевание начинает развиваться за 10–15 лет до его явного проявления. И первым признаком деменции, самым тревожным звонком является... Что бы Вы думали? Нарушение сна! И если Вы часто подолгу не можете заснуть, просыпаетесь от каждого шороха, это повод задуматься. При дефиците сна активность Вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части, которые в нормальном состоянии не должны работать. Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают умирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки. Начинаются проблемы с памятью, Вы становитесь медлительными, рассеянными, быстро устаёте... Знакомо? Тогда знайте Вы уже в зоне риска!

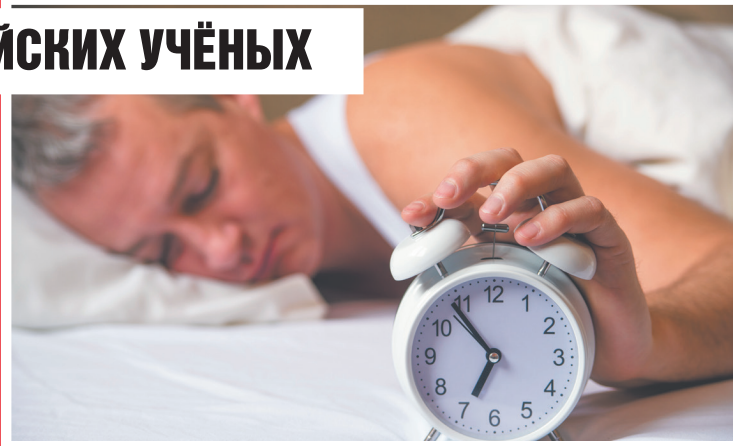
Спусковой крючок

Чтобы ружьё выстрелило, надо нажать спусковой крючок. У многих заболеваний он тоже есть. Например, нарушение сна может спровоцировать рост раковых клеток. Вы знали об этом? Во время сна вырабатывается особый «гормон сна» мелатонин.

Он блокирует развитие злокачественных опухолей! Не даёт им развиваться и губить Ваш организм. Уж врачи-то знают: достаточное количество мелатонина способно продлить жизнь на 15, а то и больше лет. А если его не хватает? Практически сразу увеличивается риск диабета второго типа, сердечно-сосудистых заболеваний и самое печальное рака! К сожалению, последние исследования показали, что уровень выработки мелатонина у людей после 50 лет значительно снижается. Учёные уже давно поняли, что нарушение сна это проблема не менее серьёзная, чем рак, инсульт или болезнь Альцгеймера. Поэтому был создан новый, уникальный, единственный в своём роде аппарат для лечения нарушений сна «СЭЛФДОКС ВИЖН» (SELFDOCS VIZION). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

Внимание, розыск! Пропал сон

Не зря первое, что спрашивает грамотный врач, прежде чем назначить какое-либо лечение: «А как Вы спите?» Только нормализовав сон можно решить если не все, то практически все свои проблемы со здоровьем. Так сказать, «одним ударом убить семерых». Перестанут ныть суставы, давление и уровень сахара придут в норму, наладится сердечный ритм.



Даже глаза будут меньше уставать. А риск онкологии и других заболеваний сократится в разы!

Сегодня есть аппараты для лечения суставов, сердца и даже желудка. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился впервые. Как работает «ВИЖН»? И какой результат будет после лечебных сеансов?

Простой, быстрый и недорогой способ вернуть своё здоровье

Для того, чтобы начать лечение, достаточно просто нажать кнопку на аппарате «ВИЖН». А дальше... Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что наш организм устал и нуждается в отдыхе.



В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Мышцы максимально расслабляются, как будто с Ваших плеч сняли тяжёлый груз. И вот Вы уже чувствуете ощущение лёгкой пустоты в голове, плавного полёта, сонливости. Веки сами закрываются, как будто их притягивает друг к другу магнитом. Ваш сон становится глубоким, здоровым.

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА, НАПРЯМУЮ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!*



БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
для консультирования и оформления заказа:

8 (800) 444-87-81



ВЫБИРАЙТЕ УДОБНУЮ ДОСТАВКУ:
ПОЧТОЙ РОССИИ ИЛИ КУРЬЕРОМ ДО ДВЕРИ,
а мы оплатим ее за свой счет! Оплата заказа после получения!

WWW.PRODEX.RU

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК! 0+

НОВОСИБИРСК Аптека «Фармаимплекс», м. «пл. Маркса», ул. Покрышкина, д. 6 Аптека «Фармаимплекс», м. «Гагаринская», просп. Красный, д. 85	15 МАРТА 9.00–10.30 11.00–12.00	ЕКАТЕРИНБУРГ Аптека «Фармаимплекс», ул. Челюскинцев, д. 25	18 МАРТА 9.00–11.00
ОМСК ДК «Рубин», ул. 2-я Вованная, д. 2 Омский дом художника, ул. Лермонтова, д. 8	16 МАРТА 10.00–11.00 12.00–13.00	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулоч, д. 3	18 МАРТА 9.00–15.00
ТЮМЕНЬ Аптека «Фармаимплекс», ул. Челюскинцев, д. 36 Аптека «Фармаимплекс», ул. Пермякова, д. 39	17 МАРТА 9.00–10.30 11.00–12.00	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулоч, д. 3	19 МАРТА 9.00–13.00
ЯРОСЛАВЛЬ Центр творческой реабилитации инвалидов, ул. Рыбинская, д. 51	17 МАРТА 9.00–11.00	УФА Аптека «Экона», ул. Цюрупы, д. 85 Аптека «Фармаимплекс», просп. Октября, д. 91	19 МАРТА 9.00–10.30 11.00–12.00
		РЯЗАНЬ ДК ВОГ, ул. Горького, д. 30	20 МАРТА 9.00–11.00

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ
НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ
МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:

г. Москва

- м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
- м. «Лермонтовский просп.», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1
- м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А

г. Санкт-Петербург

- аллея Поликарпова, д. 2А

! (ВХОД
СО СТОРОНЫ
МЕД. АНАЛИЗОВ
КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ
ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10%
ПО ПРОМОКОДУ: **ЖИЗНЬ**

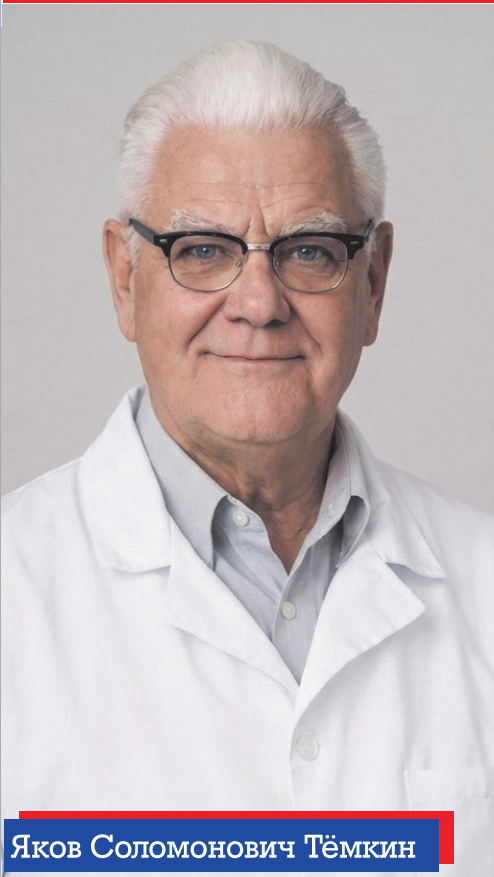
ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 11.03.2026 г. по 11.04.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел. 8-800-444-87-81. 'ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

КОГДА ТЕЛЕВИЗОР СТАНОВИТСЯ ГРОМЧЕ, А РАЗГОВОР — ТИШЕ.

Домашний доктор

Что делать с возрастной тугоухостью?



Яков Соломонович Тёмкин

В пожилом возрасте так важны внимание и общение: интересоваться делами детей и внуков, обсуждать новости с соседями, делиться дачными секретами, спокойно беседовать с врачом. Обидно, когда слова собеседника теряются, словно он говорит из другой комнаты. И как неловко постоянно переспрашивать, оставаясь один на один с непониманием.

Часто к возрастному снижению слуха добавляется навязчивый шум в ушах — тонкий писк или низкий гул, мешающий заснуть. Этой проблемой ещё в советское время занимался профессор-отоларинголог Яков Соломонович Тёмкин. Он пробовал бороться с шумом звуком. Подбирая пациентам тон, близкий к частоте их собственного «звона», он добивался результатов. В наблюдениях за двадцатью пациентами шум полностью исчез у троих и ослаб ещё у троих. Наиболее выраженный эффект отмечался при звукопроводящей тугоухости и низкочастотном шуме — около 512 Гц.

Опыт работы с контуженными солдатами военных лет привёл профессора к важному выводу: если причина шума — контузия или сильный стресс, звуковая терапия может дать быстрый эффект. Тёмкин объяснял это её психотерапевти-

ческим, «растормаживающим» действием на центральные отделы слухового анализатора. А вот при стойкой органической тугоухости прогресс шёл медленно. Вывод прост: важно найти саму причину. Сегодня этот подход получил развитие. Ясно, что на остроту слуха влияет комплекс факторов: возрастные изменения, шумовые нагрузки, состояние микроциркуляции и питания внутреннего уха. Всё это определяет жизнеспособность клеток, улавливающих звук. Поэтому так важна регулярная и бережная поддержка слуха изнутри.

Интересно, что природные капли «Слухорин» в своём названии отсылают к идее Тёмкина. Если тогда воздействовали звуком, то сейчас задача — прицельно и мягко поддерживать слуховую систему. Комплексное действие капель «Слухорин» создало условия для возникновения

нового подхода к проблеме, что актуально для многих людей старшего возраста. Ведь отсутствие проблем со слухом возвращает радость полноценного общения и уверенность в повседневной жизни. Всё это нужно для того, чтобы речь близких и окружающих снова звучала разборчиво — дома, в магазине, на приёме у врача, а также не приходилось постоянно переспрашивать собеседника или прибавлять громкость телевизора.

В рамках программы улучшения слуха, для всех жителей России пенсионного возраста открывается запись в реестр на получение льготной партии капель «Слухорин». Запись проводится до 8 апреля 2026 года. Для участия позвоните по телефону 8-800-303-05-55 и назовите оператору код 4837. Количество мест в реестре ограничено.

ГРИБОК ЖИВЕТ ПОЧТИ У ВСЕХ!

ОН РАЗРУШАЕТ ОРГАНЫ, ВЫЗЫВАЕТ БОЛЕЗНИ И СОКРАЩАЕТ ЖИЗНЬ... КРЕМЫ И МАЗИ — НЕ ВЫХОД! ИЗБАВИТЬСЯ ОТ «ЗЛОДЕЯ» МОЖНО ТОЛЬКО ИЗНУТРИ.



**СУБСИДИЯ
ВСЕГО 14 РУБ.
ЗА 1 УП.**

— «ГРИБКОТОКС».

- То есть способ победить грибок есть, а люди мучаются годами, пробуя «тонны» лекарств?

- Увы, мы так устроены: появился грибок на ногте или между пальцев — помазали и ждем чуда. А чудес не бывает. Грибок укоренился надежно, как дерево пустил свои корни глубоко внутрь. А споры в кровь пошли и разнесли инфекцию по всему организму. И вот уже мицелий в печени, кишечнике, суставах. Начинаются воспаления, боли, усталость, цистит, простатит, аритмия. Пока иммунитет силен, грибок спит. Но стоит организму ослабнуть (стресс, антибиотики, простуда, возраст), и грибок активизируется.

- «Грибоктокс» — не антибиотик?

- Ни в коем случае! Антибиотики не действуют на грибок. Более того, они убивают микрофлору и снижают иммунитет, создавая идеальные условия для его роста. «Грибоктокс» — это новое слово в подобных историях. Он способен

вывести токсины и восстановить иммунитет, что даст организму возможность лучше защищаться и бороться с любыми патогенами.. У сиропа натуральный состав, поэтому он действует эффективно и безопасно. Наши живые клетки он бережет и защищает.

- То есть счастливая жизнь без грибка возможна?

- Конечно! Соблюдая простой подход, вы можете иметь здоровую, чистую кожу, которая не зудит, не болит, не жжет и не краснеет. А также чистые, блестящие ногти, с нормальным цветом и без неприятного запаха. Все это реально и достижимо. Главное — действовать, а не сидеть сложа руки.

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ

«Каждому пенсионеру — здоровые ногти и кожа»

Страдаете от грибка? Тогда вы имеете право на субсидирование расходов по приобретению сиропа «Грибоктокс».

Субсидия действует только до 8 апреля 2026 года

Чтобы воспользоваться субсидией:

1. Позвоните по телефону **8-800-302-30-30**

2. Продиктуйте код **3343** и получите сироп «Грибоктокс» **ВСЕГО ЗА 14 РУБЛЕЙ!**

Звонки и доставка бесплатные!

Внимание!

Программа действует только для граждан, рождённых в СССР (до 1960 года). При получении необходимо предъявить паспорт!

Вы можете не подозревать, что больны. Хоть и чувствуете странную усталость, скачки давления, скованность в суставах. Но анализы в норме, а врачи разводят руками. И всё же причина есть: грибок, который годами «поедает» вас изнутри. Он не болит. Он просто медленно разрушает: сосуды, суставы, сердце, глаза. Споры грибка проникают в кровь через микротрещины, пыль, хлеб, воздух. Их не убивает ни кипячение, ни лекарства. После 60 лет хотя бы одним штаммом грибковой инфекции заражены до 90% людей. А всего этих штаммов более 400. Из них 200 — опасные. Этот тихий убийца захватывает весь организм и забирает из него все «соки».

- Есть ли новинки на рынке, способные помочь на которые стоит обратить внимание? Давайте спросим у врача-миколога Фаины Романовны.

- Конечно есть. И даже название «говорящее» —

НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ, ПРОБЛЕМЫ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ

Проблемы почек и мочеполовой системы у МУЖЧИН и ЖЕНЩИН.

Как сохранить здоровье?

УРОКАРИН* представляет собой эффективное средство для сохранения нормальной работы **мочевыделительной системы**. Успешно нейтрализует источники и факторы бактериальных инфекций, что способствует предотвращению осложнений и поддержанию нормального функционирования органов. **Улучшается кровообращение** в области малого таза, укрепляются мышцы тазового дна, нормализуется работа **мочеполовой системы**, исчезает **дискомфорт при мочеиспускании**, улучшается выделение жидкости и оказывается помощь при **недержании мочи**. Активизация кровообращения в малом тазу благоприятно сказывается на состоянии мочеполовой системы и способствует профилактике таких заболеваний, как **простатит** и **аденома**. Кроме того, эта формула способствует повышению растворимости солей, предотвращая образование **мочевого камня**, а также мягко выводит соли мочевой кислоты, снижая риск **подагры** и **острых артритов**.



Декларация ЕАЭС №RU Д-РУ.РА08.В.45756/24

АДЕНОМА? ПРОСТАТИТ? ИМПОТЕНЦИЯ?

Курсовой прием ЭректNEW* способствует решению проблем:

- аденомы предстательной железы;
- простатита, импотенции;
- частые походы в туалет и неприятные ощущения во время мочеиспускания;
- дискомфорт в области мошонки и в промежности;
- предупреждение воспалительных процессов в печени, почках, мочевом пузыре и предстательной железе;
- гормональных нарушений, ослабление половой функции.



Декларация ЕАЭС №RU Д-РУ.РА08.В.45756/24

Сертифицированный продукт без химии без ГМО

КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ В МИРЕ ЧЕЛОВЕК УМИРАЕТ ОТ ПАРАЗИТАРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ!

Вы уверены, что ваше тело принадлежит только вам?

Представьте – по вашему кишечнику, извиваясь, ползает белый длинный червяк. Точно не известно, всегда ли чувствует человек движение аскариды внутри себя. Можете к себе прислушаться на всякий случай. Ведь для него – червя – ваше тело – родной дом, еда, источник существования в целом. Каждый человек сталкивается с паразитами в своём организме, чаще всего не замечая данного, всегда все думают, что это нас не коснётся, но их присутствие всегда было и оно не проходит бесследно, причин их появления великое множество. К сожалению, паразитарные болезни могут протекать долгие годы вообще без всяких симптомов, постепенно ослабляя организм. А потом болезнь наносит неожиданный удар, причем по самым разным органам.



Декларация ЕАЭС № RU Д-РУ.РА11.В.53794/24

Некоторые признаки поражения гельминтами:

- Запоры, поносы, газы, вздутие, дисбактериоз
- Папилломы, бородавки, акне, кожная аллергическая реакция, псориаз, дерматит, выпадение волос
- Мучительный кашель, одышка, боль в груди
- Хроническая усталость, слабость, головная боль, бессонница
- Боли в мышцах и суставах, отеки по всему телу
- Скрежетание зубами во сне, частые простуды, слезливые глаза

АКЦИЯ!
Успейте получить до 6 упаковок **БЕСПЛАТНО! ****

«ЭкстраДетокс»* – это натуральный эффективный комплексный препарат, разработанный для помощи в **очистении организма** от различных **паразитов и продуктов их жизнедеятельности, обезвреживания яиц паразитов, выведения грибков и токсинов**. Способствует нормальной работе **функции ЖКТ, улучшает обмен веществ** и общее самочувствие, а также способствует **укреплению функций иммунной системы**. Принимая **«ЭкстраДетокс»**, многие наблюдают, улучшение состояния кожи. Также он помогает как профилактическое средство, запуская процесс детоксикации в организме. Способствует **сохранению клеток иммунной системы**, что помогает при плохом самочувствии и хронической усталости.

ЦЕЛИТЕЛЬ – ГРИБНОЙ БАЛЬЗАМ, СОЗДАННЫЙ ПО РЕЦЕПТАМ СИБИРСКИХ ЗНАХАРЕЙ!

Грибной бальзам «ЦЕЛИТЕЛЬ»* – это результат многовековых знаний народной медицины, традиций сибирских знахарей и научного подхода с использованием современных биотехнологий.

В составе бальзама комплекс из экстрактов живых клеток лекарственных растений Алтая и экстракции биомассы 15 высших базидиальных грибов: это **ТРАМЕТЕС РАЗНОЦВЕТНЫЙ, ОПЁНОК ЗИМНИЙ, ЧАГА, ЧЕРНЫЙ ТРЮФЕЛЬ, СНЕЖНЫЙ ГРИБ, ГРИФОЛА, КОРДИЦЕПС, РЕЙШИ, ВЕШЕНКИ, ЛИСИЧКИ, ПИЛОЛИСТНИК ТИГРОВЫЙ, ШИИТАКЕ, ТРУТОВИК ПЛОСКИЙ, ЕЖОВИК КОРАЛЛОВИДНЫЙ и ГРЕБЕНЧАТЫЙ**. Полезные свойства бальзама подтверждены множеством научных исследований. Компоненты бальзама дополняют друг друга, регулируют, налаживают, снабжают полезными веществами все системы организма, помогают предупредить недуги.

Спектр полезного воздействия грибного бальзама «ЦЕЛИТЕЛЬ»:

- Укрепляет иммунную и сердечно-сосудистую системы, чистит и укрепляет стенки сосудов, сохраняет в норме давление и кровообращение по всему организму, доставляя кислород всем клеткам, снижается риск инсульта и инфаркта, сахарного диабета.
- Эффективен при старческом склерозе (улучшается память, проходит бессонница и хроническая усталость, проясняются мысли), сохраняет здоровье сосудов, желудка и двенадцатиперстной кишки, используется при ожирении, выводит токсины, грибки и чистит организм от паразитов и их яиц.
- Бальзам защищает клетки от преждевременного старения и уменьшает риск возникновения раковых заболеваний и опухолей.
- Оказывает помощь в сохранении здоровья суставов и позвоночника, зрения и слуха, наполняет организм энергией.
- Улучшает работу мозга, печени, легких, ЖКТ, мочеполовой системы у мужчин и женщин.
- Стимулирует иммунитет, может использоваться в качестве общеукрепляющего средства для профилактики ОРВИ и гриппа.

15 В составе 70% скидка
В И Д О В
уникальных
чудодейственных
грибов Сибири!

АКЦИЯ!
2700 РУБЛЕЙ
Узнайте как получить 2 упаковки **БЕСПЛАТНО! ****



ДЕКЛАРАЦИЯ: ЕАЭС № RU Д-РУ.РА11.В.53791/24

Сделать заказ и получить консультацию можно по бесплатному телефону:

8 800 600 20 92

Бесплатная доставка

* ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.