

**КИРКОРОВ
ПРИЕХАЛ В
ДНР, СПЕЛ
ПЕРЕД
РАНЕННЫМИ
И ВЕРНУЛ
СЕБЕ МЕСТО
В ШОУ
«МАСКА»**

Миссия искупления

Стр. 2

ГОЛОЛЁД В СТОЛИЦЕ ПОКАЛЕЧИЛ СОТНИ ЛЮДЕЙ!

Адский звездопад



Стр. 4-5

БАРИНОВ повредил спину, **ПЕТРОСЯН** сломал предплечье, **КУДРЯВЦЕВА** – ногу, а **ПАНКРАТОВ-ЧЁРНЫЙ** – 6 рёбер

**В РОССИИ ОТМЕНЯЮТ КОНЦЕРТЫ 52-ЛЕТНЕЙ КРИСТИНЫ
ОРБАКАЙТЕ – ЕЙ ГРОЗИТ КОНФИСКАЦИЯ ЖИЛЬЯ**

Стр. 6



**В 85 ЛЕТ УМЕРЛА АКТРИСА, ПРОСЛАВИВШАЯСЯ ФРАЗОЙ
«ЦИГЕЛЬ-ЦИГЕЛЬ, АЙ ЛЮ-ЛЮ» В «БРИЛЛИАНТОВОЙ РУКЕ»**

Стр. 4



**Житель
Кубани,
ставший
калейкой
из-за удара
током, два
года ждёт
помощи**

Стр. 18



УСПЕШНАЯ ИСТОРИЯ БОРЬБЫ С ЛИШНИМ ВЕСОМ

ПЕЛЬМЕНЬ - ВРАГ МОИ!

**52-летний москвич сбросил 130 кг и теперь заново
«кроит» своё тело с помощью пластических операций**



Стр.
8-17



КИРКОРОВ ОТПРАВИЛСЯ НА ДОНБАСС

АНДРЕЙ ДЕДОВ

РОССИЙСКИЙ поп-король Филипп Киркоров совершил поездку в ДНР, где спел перед ранеными военными в городской больнице Горловки.

56-летний артист привёз гумпомощь, пообещал оплатить протезы трём бойцам и выступил перед сотрудниками и пациентами больницы.

– Уезжать никуда не собираюсь, я живу здесь. Жил и буду жить. У меня здесь дом, у меня здесь дети, – заявил Филипп, обращаясь к раненым.

В ДНР Киркоров посетил и детский социальный центр. Тогда артист привёз не только набор оборудования для работы центра, включая компьютеры и кондиционеры, но и много подарков для его воспитанников, которые

В таком скромном виде Киркоров появился в шоу «Маска»



Фото: Т. МЕНЕПРА, BLIN

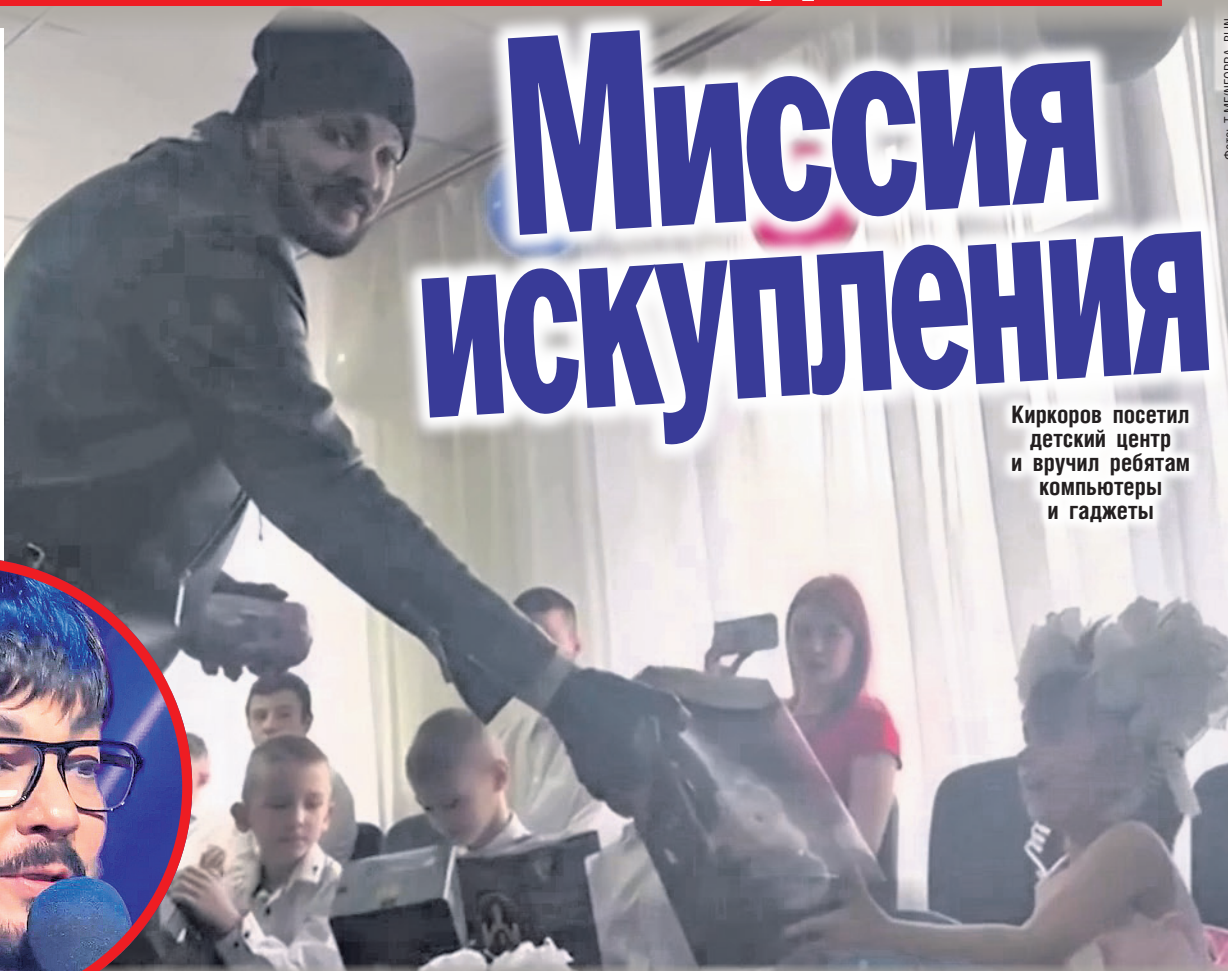


Фото: Т. МЕНЕПРА, BLIN

Киркоров посетил детский центр и вручил ребятам компьютеры и гаджеты

56-ЛЕТНИЙ ПОП-КОРОЛЬ ПОСЛЕ «ГОЛОГО» СКАНДАЛА ПРИЕХАЛ В ГОРЛОВКУ, ПРИВЁЗ ПОДАРОК ДЕТЯМ И ВЕРНУЛ СЕБЕ МЕСТО В ШОУ «МАСКА»

поездку со съёмкой организовали, срочно подыскивали больницу. Согнали раненых бойцов... Всё, чтобы замылить историю с голой вечеринкой и втюхать народу, что Киркоров этого народа «достойн».

«Достойный артист» от страха забыл слова своей песни и затравленно думал – как бы скорее вернуться в Москву. Да ему было плевать. Потому что задница всё это время была в тепле. Но только когда прижало, он рванул туда... И кто нам объяснит – за одну эту поездку ему теперь обязаны дать эфир, концерты и индულгенцию во всём? Почему-то никто из известных мне артистов ни на какие блага не рассчитывал, помогал

бойцам и ездил на фронт! У них только одна цель и задача – поддержать наших ребят. Поэтому поездка Киркорова – это ложь, очковтирательство!» – написала она в соцсети.

ОТВЕТ

А вот официальный представитель МИД РФ Ма-

рия Захарова считает, что поп-король действовал вполне искренне.

«Мало кто знает, сколько он всегда помогал. Дети, раненые, социальные учреждения – он жертвовал и поддерживал всю свою жизнь», – так высказалась Захарова в своём телеграм-канале.

Как бы то ни было, дела у Филиппа Бедровича явно пошли на лад – на днях он возглавил жюри пятого сезона шоу «Маска». При этом полностью сменил образ и причёску – вместо эпатажных нарядов и седых прядей поп-король явился народу в строгом костюме, роговых очках и с причёской «хорошего мальчика».



Яна Поплавская

Мария Захарова



Геннадий Хазанов

Я у себя дома!

78-ЛЕТНИЙ Геннадий Хазанов заявил, что не собирался уезжать из России после начала СВО и не понимает, откуда у общественников к нему претензии. Накануне Хазанов, у которого есть израильский паспорт, провёл творческий вечер в Театре музыки и поэзии. При этом артист сетовал на то, что «кто-то» голосует против его выступлений.



Стас Пьеха

Лечи и молчи

СТАС Пьеха потерял голос и отменил тур по России.

Как рассказал сам 43-летний певец, проблема появилась на концерте в Воронеже. После чего команда собрала всех специалистов и начала лечение. Но не помогло. Медики обнаружили у Стаса повреждение связок и временно запретили ему разговаривать.

ПРИКОЛ

В БАРНАУЛЕ перwokлассник угнал стоявшую у дома чужую машину с ключом в замке зажигания и протаранил четыре автомобиля.

© Учредитель АО «Ньюс медиа». Издатель: ООО «Издательство Жизнь». Адрес издателя и редакции: 127015, г. Москва, Бумажный проезд, д. 14, стр. 1, эт. 3, пом. I, ком. 38, 38а. Тел.: 8(499) 455-02-84, 8(495) 663-38-11 (доб. 3021, отдел рекламы). Шеф-редактор А. Якушев. Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций, св-во ПИ № ФС77-55614 от 09.10.2013. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Свободная цена. Перепечатка материалов газеты «Жизнь» производится только с согласия АО «Ньюс медиа». Исследования рынка и СМИ – фирма Сотсон, официальный представитель Research International в России. Газета выходит в следующих городах: Архангельск, Великий Новгород, Псков, Владивосток, Волгоград, Астрахань, Воронеж, Екатеринбург, Ижевск, Иркутск, Йошкар-Ола, Чебоксары, Казань, Калининград, Калуга, Кемерово, Киров, Краснодар, Красноярск, Москва, Рязань, Тула, Калуга, Смоленск, Мурманск, Нижний Новгород, Саранск, Новосибирск, Барнаул, Омск, Оренбург, Пенза, Пермь, Ростов-на-Дону, Самара, Саратов, Смоленск, Санкт-Петербург, Ставрополь, Нальчик, Тверь, Томск, Ульяновск, Уфа, Хабаровск, Благовещенск, Южно-Сахалинск, Челябинск, Тюмень, Ярославль, Кострома, Вологда, Иваново, Владимир.

ТЕЛЕФОНЫ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ

Благовещенск.....8(968) 712-63-43	Волгоград, Самара.....8(937) 067-94-18	Москва.....8(499) 455-02-84	Новосибирск.....8(913) 014-86-86
Владивосток.....8(968) 712-63-43	Воронеж.....8(920) 229-12-43	Нижний Новгород.....8(906) 361-02-34	Челябинск.....8(913) 241-76-43

Периодическое печатное издание, газета «Жизнь» № 7, 21 - 27 февраля 2024. Отпечатано в ЗАО «Трайм Принт Москва», Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5-В. Заказ № 499

Тираж
по России и СНГ
359 102

СПАСИТЕ ВАШИ ЛЕГКИЕ И БРОНХИ



Новые времена – новые болезни! Раньше людей «выкашивали» чума, оспа и холера. А теперь на первое место вышли бронхолёгочные заболевания.
Не верите? А это уже просто эпидемия!
Хроническими бронхолёгочными заболеваниями болеет более 1 млрд людей в мире. Они занимают первое место в Российской Федерации. По данным ВОЗ, распространённость только бронхиальной астмы (БА) в настоящее время приближается к рубежам пандемии. В России астмой болеют уже около 7 млн человек. На БА и ХОБЛ (Хроническая обструктивная болезнь легких) приходится две трети случаев инвалидности по органам дыхания. При ХОБЛ с момента появления одышки 6 из 10 людей осталось жить только 10 лет. ХОБЛ – шестая причина смертности в мире. Всеобщая напасть – хронический бронхит. Постоянный раздражающий кашель. Вы скажете: ну неприятно. Но принял таблетку или леденец пососал, и всё в норме. Увы, но это не так.

ПРОСТО БРОНХИТ
Со временем лёгкая форма бронхита (с мокротой) может перерасти в тяжёлую (с гнойной мокротой и нарушением вентиляции лёгких). И привести к серьёзным заболеваниям! Например, к эмфиземе лёгких, лёгочной гипертензии, ХОБЛ. Когда лёгкие работают с трудом. Развивается дыхательная недостаточность. Возникают проблемы с насыщением крови кислородом. И на этом фоне даже простуда, лёгкая форма Ковида или другой болезни становится смертельно опасной. Это страшно.
И мы глотаем груды таблеток. А хронические болезни не очень-то и лечатся. Зато побочных действий от лекарств хватает. А что делать?! Разве можно вылечиться без лекарств?

КАК СПАСТИ ВАШИ БРОНХИ И ЛЁГКИЕ, НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЯ ЛЕКАРСТВАМИ
Представьте себе: есть реальная возможность эффективно бороться с бронхолёгочными заболеваниями почти без лекарств. Но как это стало возможно?! Дело в том, что медицина XXI века научилась напрямую влиять на работу клеток. Естественными физическими факторами. Без побочных действий. И можно лечиться, не опасаясь попутно «посадить» желудок, «развалить» печень или почки! А что же это за факторы такие?

НИЗКОЧАСТОТНЫЙ УЛЬТРАЗВУК
Удивительная вещь! Для низкочастотного лечебного ультразвука Ваше тело «полупрозрачно». И он действует через кожу и ткани прямо на бронхи и лёгкие. Это нечто! Вы получаете глубокий микромассаж и прогрев. Ультразвук снимает воспаления, рассасывает отёки, обезболивает. Он уничтожает микробов в очаге воспаления. Борется с мокротой. Снимает спазмы. Улучшает вентиляцию лёгких. Отступают мучительные астмы, бронхиты и воспаления легких, ХОБЛ.

А ещё ультразвук усиливает крово- и лимфоток! То есть питание и детоксикацию тканей. Вдобавок он устраняет слипание эритроцитов и лимфоцитов крови. Это повышает её текучесть.
Что особенно важно в пожилом возрасте. И при Ковиде. И Вы можете принимать поменьше небезвредных разжижителей крови. Или даже вовсе от них отказаться (по согласованию с врачом). Кроме того, ультразвук способен очищать кровь. А значит, помогать при аллергии и астме! Вы наконец-то сможете вздохнуть полной грудью! К Вам возвращается здоровая жизнь! А можно и ещё ускорить выздоровление в комплексном лечении. Как? Используя ультрафонофорез с лечебными мазями!

Что это за ультрафонофорез?
Это потрясающая способность ультразвука «проталкивать» мази и гели сквозь кожу. На большую глубину. Что ещё очень важно: при фонофорезе лекарства действуют долго – даже через 2-3 суток их обнаруживают в коже! Так мало этого! Происходит избирательное накопление лекарств в больных тканях. Представляете, насколько эффективными становятся даже малые дозы лекарств при фонофорезе!
Вот посмотрите на некоторые примеры лечения ультразвуком:

Хронический тонзиллит. Воспалённые миндалины и боль в горле – практически всем это знакомо. Но медикаментозное лечение не всегда хорошо помогает. А вот ультразвук Вам поможет! Ваши миндалины и лимфатические узлы уменьшаются. Исчезают головные боли, нормализуется температура. Что особенно впечатляет: даже после одного курса ультразвуковой терапии примерно у трёх из четырёх больных очень долго не регистрируются обострения (до 3 лет и более)! Согласитесь: действительно впечатляет!

Бронхиальная астма. Ужас наших дней. Заболеваемость стремительно растёт.

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-aspekty-rasprostranennosti-hronicheskikh-bronholegочnykh-zabolevaniy?ysclid=byujc7xwm160164417>. "Аппарат терапевтический комплексный АТК «Ретон Форте». Реклама.

Ведь астма во многом имеет аллергенную природу. А экология всё ухудшается. К счастью, с бронхиальной астмой даже в период обострения Вам поможет справиться лечебный ультразвук! Сам по себе или в комплексной терапии с уменьшенным количеством лекарств.

Хронический, острый и аллергический ринит (насморк). Они не зависят от сезона. Невозможно ни работать, ни отдыхать, ни даже поспать нормально. А не выславшись, весь день как «варёный» ходишь. Мука-мученическая.
Скажите: а как же привычные средства в нос? Три раза «ХА-ХА!» Они хороши только дня на три. А потом наносят большой вред слизистой носа. Из-за них формируется привыкание. Это когда инфекции нет, а насморк есть. Вы хотите избавиться от насморка, а получаете серьёзную проблему. Дело может дойти до серьёзных вмешательств!

Но ультразвуковая терапия может Вас спасти! Ультразвук нормализует слизистую носа. Восстанавливает носовое дыхание. Даже при аллергическом насморке ультразвук может Вам помочь. Это просто счастье какое-то! Что ещё замечательно – эффект лечения ультразвуком сохраняется долго.

И при хроническом гайморите ультразвук может помочь! У Вас уменьшается или исчезает набухание слизистой оболочки. Уменьшаются гнойные выделения. И, конечно, можно применять и ультрафонофорез лекарств.

Но ультразвук не единственный Ваш помощник.

НЕ УЛЬТРАЗВУКОМ ЕДИНЫМ
Что же ещё может Вам помочь? Ну конечно, прогревание фотонным инфракрасным излучением (ИК). Оно на сантиметры в глубину прогревает больные ткани. Не перегревая и не обжигая при этом кожу! В отличие от красных ламп.

А ещё ИК излучение ускоряет у Вас кровообращение и лимфодренаж.

Укрепляет иммунитет. Подавляются вредоносные вирусы и бактерии. Ускоряется заживление слизистых носа, горла, бронхов и полости рта, и восстановление после болезни. Прощайте, ОРВИ, грипп и прочие инфекции! В наше время всё шире применяется и магнитотерапия. Она имеет противовоспалительное действие, противоотёчное, болеутоляющее, увеличивающее текучесть крови и понижающее давление. Её прелесть в том, что нет неприятных ощущений! Практически нет противопоказаний. Сочетается с любой терапией.

При этом импульсное магнитное поле весьма эффективно при лечении ЛОР-органов и заболеваниях полости рта. Оно может Вам помочь при воспалении лёгких, бронхиальной астме, ХОБЛ. При гайморите, рините (насморке), тонзиллите, фарингите, отите. Что ещё замечательно – её действие имеет накопительный эффект. Каждая следующая процедура эффективнее предыдущей! Что же Вам выбрать для лечения? А может, не стоит выбирать? Ведь есть медицинский аппарат, который имеет все эти возможности! И что же это за аппарат такой? Это замечательный медицинский аппарат «Ретон Форте».

«РЕТОН ФОРТЕ» ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

Медицинский комплексный аппарат «Ретон Форте». Действует ультразвуком, инфракрасным излучением и импульсным магнитным полем. Предназначен для использования в поликлиниках, амбулаториях, а главное – в домашних условиях!

Он для дома! Для Вас! Его возможности в лечении бронхолёгочных заболеваний весьма впечатляют. И Вы сами выбираете воздействие, которое лучше действует именно на Вас! Или пользуетесь возможностями аппарата по очереди. Это и делает «Ретон Форте» таким эффективным и универсальным! «Ретон Форте» может помочь Вам при множестве болезней!

И НЕ ТОЛЬКО БРОНХОЛЁГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ!

«Ретон Форте» можно использовать при лечении:

- заболеваний уха, горла, носа и полости рта;



ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЕВЫХ ПОДДЕЛОК, КОТОРЫЕ МОГУТ НАВРЕДИТЬ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
8 (800) 333-29-18
ДОСТАВКА БЕСПЛАТНАЯ
ВНИМАНИЕ! КОЛИЧЕСТВО ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ АППАРАТОВ «РЕТОН ФОРТЕ» ОГРАНИЧЕНО!
WWW.PRODEX.RU

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+			
27 февраля	МАГНИТОГОРСК	ДКМ Орджоникидзе, ул.Набережная, д. 1	9:00-11:00
28 февраля	ОРЕНБУРГ	Бережная аптека, пр-т Победы, д. 119	9:00-11:00
29 февраля	САМАРА	ДК «Металлург», пр-т Металлургов, д. 75	9:00-11:00
	ТОЛЬЯТТИ	ДК «Тольятти», бул. Ленина, д. 1	13:00-15:00
2 марта	МОСКВА	Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Беляево»/«Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-13:00
5 марта	ЯРОСЛАВЛЬ	ЦНТИ, пр-т Ленина, д. 2а	9:00-10:00
	ТВЕРЬ	ДК «Затверецкий», ул. Академика Туполева, д. 105	15:00-16:00
6 марта	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулок, д. 3	9:00-12:00
7 марта	МОСКВА	Аптека Эвалар, м. «Новослободская»/«Менделеевская», ул. Новослободская, д. 12	9:00-11:00
		Аптека Эвалар, м. «Парк Культуры», Зубовский бул., д. 13, стр. 1	12:00-14:00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

УМЕРЛА ЗВЕЗДА
«БРИЛЛИАНТОВОЙ
РУКИ» ВИКТОРИЯ
ОСТРОВСКАЯ,
КОТОРАЯ
ПРОСЛАВИЛАСЬ
ЛЕГЕНДАРНОЙ
ФРАЗОЙ «ЦИГЕЛЬ-
ЦИГЕЛЬ, АЙ ЛЮ-ЛЮ»

Фото: КАДР ИЗ ФИЛЬМА
«БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА».
РЕЖ.: ЛЕОНИД ГАЙДАЙ

В культовой комедии Виктория сыграла
маленький, но яркий эпизод

Блестящая роль

ОЛЬГА НИКИТИНА

УШЛА из жизни Виктория Островская, сыгравшая небольшим, но ярким эпизодом в комедии «Бриллиантовая рука». Ей было 85 лет.

Фраза рыжеволосой уличной красотки «цигель-цигель, ай лю-лю», с помощью которой она пыталась охмурить «русо туристо» Семёна Семёновича Горбункова и Гешу Козодоева, ушла в народ, став крылатой.

СУДЬБА

О смерти актрисы сообщил Андрей Малахов в своих соцсетях.

«Режиссёру нужна была яркая артистка – и Островскую взяли в фильм «Бриллиантовая рука» без проб. Следующей была эпизодическая роль в фильме «Старый знакомый», и на этом её карьера в кино пришёл конец. Виктория была в гостях у нас на программе, и ходили слухи про то, что родные под конец жизни бросили её на произвол судьбы, оставив в нищете. Невероятно драматичная судьба. Очень жаль. Царствия небесного», – написал Андрей.

Фото: 1TV.RU

Под конец жизни, со слов Малахова, актриса оказалась в одиночестве и нищете

ЭКСКЛЮЗИВ РОССИЙСКИЕ ЗВЁЗДЫ МАССОВО ЗАГРЕМЕЛИ

Адский

БЕРЕГИ РУКУ, ЖЕНЯ!

ЕВГЕНИЙ Ваганович упал во время прогулки и получил сложный перелом руки, после чего его увезли в одну из московских клиник. 78-летнему артисту сделали операцию и поставили в предплечье титановую пластину. Однако ещё до операции в больнице легендарному юмористу внезапно стало плохо – у него обострилась гипертоническая болезнь и в одну из ночей он вызвал к себе в палату врачей.

Тем временем его молодая жена Татьяна Брухунова, кажется, не слишком волнуется о состоянии пожилого супруга. Она сейчас в Пекине и, несмотря на тревожные новости о здоровье Евгения Вагановича, публикует яркие фотки и делится впечатлениями с поклонниками. Так, девушка забралась на Китайскую стену, попробовала блюда национальной кухни, побывала на праздничных улицах – в Китае с 10 февраля отмечают наступивший по восточному календарю Год Дракона.

– Толстенный лёд, «усыпанный» пузырьками замёрзшего воздуха, катание на «упряжке» из ватрушек, удрушающий запах тофу, эскалатор внутри скалы и абсолютно пресные рисовые булочки. Ещё один классный день в Китае – делится Брухунова.

Некоторые фанаты жены юмориста поинтересовались в комментариях о здоровье Евгения Вагановича, но Татьяна эту тему комментировать никак не стала...



Фото: СОЦСЕТЫ / ТАТЬЯНА БРУХУНОВА

Молодая жена юмориста в это время веселится в Пекине



Фото: LEGION-MEDIA.RU

Евгений Ваганович восстанавливается после сложной операции

Петросян сломал предплечье, Кудрявцева - ногу, Баринов повредил спину, а Панкратов-Чёрный - 5 рёбер

ВСЕГО за несколько дней российские звёзды поставили антирекорд по травмам из-за гололёда – в больницу угодило множество известных артистов, начиная от Евгения Петросяна и кончая Лерой Кудрявцевой. И практически все – с серьёзными переломами.

В ПРОШЛОМ номере «Жизнь» писала, что Александр Панкратов-Чёрный попал в больницу с переломом рёбер. Во время гастролей в Красноярске артист поскользнулся и упал на улице, плохо ему стало уже после возвращения в Москву, где актёру и вызвали «скорую помощь». На днях выяснилось, что у 74-летнего артиста диагностировали атеросклероз аорты. Именно поэтому актёр жаловался на сильные боли в об-

Ближайшие недели актёр проведёт в больнице

Фото: LEGION-MEDIA.RU

УДАР В СЕРДЦЕ

ласти сердца перед госпитализацией. Динамика восстановления артиста оставляет желать лучшего – у него зафиксирован гидроторакс и проявления дыхательной недостаточности. Александр Васильевич страдает от одышки – она возникает, когда он лежит, а кожа резко синееет в момент лёгких нагрузок.

В МОСКВЕ СТАРЫЙ КОТЕЙКА СПАС 10-ЛЕТНЕГО МАЛЬЧИКА И ВСЮ ЕГО СЕМЬЮ ОТ ПОЖАРА

В СТОЛИЦЕ пушистик по кличке Кузя, увидев в квартире пламя, громким мяуканьем привлёк внимание маленького хозяина и спас ему жизнь.

Этот страшный день 10-летний Жора из Северного Измайлова запомнит на всю жизнь. Мальчик был дома один, делал уроки в детской, и только настойчивое мяуканье любимца семьи кота Кузи заставило его оторваться от учебников. Жора вышел посмотреть, в чём дело, и увидел, что в гостиной уже был сильный пожар.

Как впоследствии выяснилось, произошло короткое замыкание в потолочных светильниках, часть потолка

Кот - огонь!

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

обрушилась на диван и тот мгновенно вспыхнул. Школьник схватил пушистика, выскочил из квартиры и побежал к соседям. Совместными усилиями пожар потушили, и, благодаря умному Кузе, никто не пострадал.

Школьник признался, что ему не бы-

ло страшно, куда сильнее он переживал за котика, которому уже 12 лет. Оказалось, что хвостатый герой уже не в первый раз оберегает мальчика. Когда у Жоры в детстве резались зубы, Кузя не отходил от него, тёрся об ноги и ласково урчал, помогая справиться с болью. Вот только теперь котейка сильно напуган и почти не выходит из-под ванны.

Жора гордится своим умным котом

Фото: T.ME/SHOT_SHOT

Чтобы отойти от стресса, Кузя временно поселился под ванной

Фото: T.ME/SHOT_SHOT

В БОЛЬНИЦУ ПОСЛЕ ЛЕДЯНОГО ДОЖДА

Звездопад

ЗВЕЗДА советского и российского кино Валерий Барinov тоже угодили в руки врачей — он поскользнулся по пути в ТЮЗ и получил травму груди и спины. После падения актёр смог самостоятельно подняться и дойти до театра юного зрителя, но чуть позже ему стало плохо — коллеги тут же вызва-



Валерий Барinov после падения лечится дома

НЕ БАРСКОЕ ЭТО ДЕЛО...

ли «скорую». В больнице 78-летнему актёру диагностировали ушибы грудной клетки и спины, оказали первую помощь и отпустили домой.



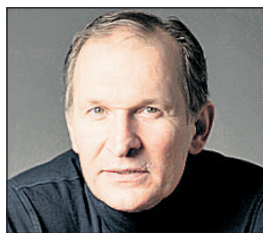
Сейчас Лера передвигается на кресле-каталке

ЧЕМ Я ПРОГНЕВИЛА БОГА?!

В БОЛЬНИЦУ загремела и телеведущая Лера Кудрявцева — она сломала ногу. — Я не знаю, чем я прогневила Бога... Что я делаю не так? Пытаюсь жить по совести, не желаю никому зла, работаю, помогаю всем, занимаюсь благотворительностью. Но то, что со мной происходит — это какой-то сюрреализм... Полный разрыв передней крестобразной связки. И перелом латерального мыщелка правой большеберцовой кости... — пожаловалась 52-летняя телеведущая. Она рассказала, что травму получила на съёмках во время прыжков на одной ноге. — Я рухнула на сцену от хруста и дикой боли! — добавила Кудрявцева. Сейчас нога в гипсе, а сама Лера — в инвалидной коляске на неопределённый срок.



Кудрявцева получила травму на съёмках



Фёдор Добронравов

Молимся о здоровье!

СПЕКТАКЛИ с Фёдором Добронравовым отменяют в Москве из-за болезни 62-летнего артиста. Он не выйдет на сцену Культурного центра ЗИЛ в Москве. Спектакль «Ты где-то рядом» с участием звезды «Сватов» заменили на другой. В театре сообщили зрителям, что замена связана с непредвиденной болезнью — резким ухудшением здоровья артиста.



Дмитрий Тарасов

Папа на «пятёрку»

ФУТБОЛИСТ Дмитрий Тарасов стал отцом в пятый раз. Супруга 36-летнего спортсмена Анастасия Костенко родила их общего четвертого ребёнка. О счастливом событии Дмитрий рассказал сам, записав видео. Напомним, в первом браке с Оксаной Пономаренко у спортсмена родилась дочь Ангелина. Со второй женой, Ольгой Бузовой, детей у Тарасова не было.

ПРИКОЛ

В АЭРОПОРТУ Махачкалы задержали мужчину, который вёз из Турции аж три чемодана лекарств, всего - 69 килограммов.

СУДЕБНЫЕ приставы ищут 46-летнего актёра Игоря Петренко — он не выплатил 9,2 млн рублей алиментов на двоих сыновей от бывшей жены Екатерины Климовой.

Пара развелась в 2014 году после 10 лет брака. Сейчас Петренко женат, в новом браке у него три дочери. И Екатерина Климова воспитывает четверых детей от трёх бывших мужей.



Запутались в детях



«Молодые» бабушка Зугра и дедушка Халаф обожают чай с блинами

Век живи, век люби

В СТАРОБАИШЕВСКОМ доме престарелых готовятся к вступлению в брак двое самых пожилых его обитателей.

ОЛЬГА НИКИТИНА

устроилась в Старобаишевском доме-интернате, где к ней и стал навещать другой постоялец — 83-летний Халаф Хабирапов.

ЛЮБОВЬ

А через некоторое время у пенсионеров возникли и чувства друг к другу. И вскоре Халаф сделал предложение своей любимой. Жених и невеста уже подали заявление в ЗАГС, церемония бракосочетания назначена на март. Руководство интерната в свою очередь пообещало после свадьбы выделить паре отдельную комнату для обустройства семейного гнездышка.



Жених и невеста целуются по-дружески - в щёчку

Зугра Тагирова и подумать не могла, что настоящее семейное счастье она обретёт на девятом десятке. Тем более что жизнь пенсионерки не баловала. На её долю выпало множество испытаний: голодное военное детство, переезд на Украину и тяжёлая работа на железной дороге, трагическая смерть мужа и потеря детей. В 2023 году дом старушки, оказавшийся в эпицентре боевых действий, был разрушен. Испуганную и голодную бабушку нашли в лесу, где она пряталась двое суток. Зугра смогла вспомнить, что в Башкортостане у неё проживают родственники, туда её и отправили. Погостив немного у брата, она об-

Фото: T.ME/SHOT_SHOT

Зугра Тагирова и Халаф Хабирапов убедились, что любви все возрасты покорны

60-ЛЕТНЯЯ Лолита после отмены юбилейного тура хочет замолить грехи восстановлением храма «на одной из новых территорий». Также она подчеркивает гуманитарную помощь жителям Донбасса.

— Я одна из первых, кто пел концерты в Донецке и в Луганске. Я пела, а взрослые мужики плакали, — напомнила Лолита.



Фото: LEGION-MEDIA.RU

В РОССИИ МАССОВО ОТМЕНЯЮТ КОНЦЕРТЫ ОРБАКАЙТЕ



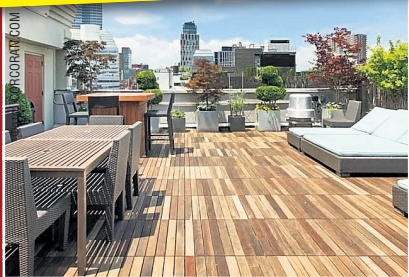
Земля под знаменитым домом на Истре принадлежит Кристине



Роскошную квартиру в этом доме Пугачёва переписала на дочь



Пугачёва и Галкин* зажигают на концерте Орбакайте



Зона отдыха на крыше пентхауса



Так выглядит холл в доме Кристины

52-летней дочери Пугачёвой, которая переехала в США, грозит конфискация роскошного жилья

ВИКА БАЛАМУТ

ТУЧИ сгущаются над Кристиной Орбакайте. Её гастрольный тур по Сибири сорван.

Общественность требует проверить её на предмет финансирования ВСУ и национализировать её российские активы.

Гастроли 52-летней артистки по Сибири, запланированные на февраль – март, отменены после жалоб общественных активистов в местные администрации. Концерты певицы не состоятся в Братске, Иркутске, Улан-Удэ, Красноярске и Новосибирске. На днях стало известно, что приостановлена продажа билетов и на её выступление во Владивостоке.

Тем временем поклонники и недоброжелатели Кристины Орбакайте смакуют кадры с её недавних израильских концертов. Тогда к ней на сцену вышли её мать Алла Пугачёва и отчим Максим Галкин*. Они танцевали и красовались перед зрителями.

Проблемы у Орбакайте начались ещё прошлой весной. Общественники попросили проверить её на предмет финансирования ВСУ. Заявление в Следственный комитет направили члены Ассоциации патриотических сил Юга России. Если их подозрения подтвердятся, Кристине грозят куда более серьёзные проблемы, чем отмена гастролей.

ЖИЛЬЁ

Последние полтора года певица живёт в США, не подвергаясь никаким притеснениям, имеет американское гражданство, о спецоперации отмалчивается, на родину приезжает изредка, только чтобы заработать. Во время мобилизации Орбакайте помогла и сыну Никите переехать в Штаты и получить ПМЖ.

Согласно телефонным справочникам США, у Кристины Орбакайте и её третьего по счёту мужа Михаила Земцова имеется жильё в Нью-Йорке и Майами. Пе-



В этой высотке Орбакайте и её муж владеют пентхаусом

ЗА ЛЮБОВЬ, КОТОРОЙ БОЛЬШЕ НЕТ

вица с супругом прописаны в фешенебельных апартаментах кондоминиума на нью-йоркском престижном острове Манхэттен. Стоимость таких – около 2,5 миллиона долларов, а месячная аренда обойдётся примерно в 15 000 долларов.

– Все резиденции просторные, с широкими дощатыми полами из красного дуба, кессонными потолками с лепниной и мраморными ванными комнатами. Есть красиво оформленные кухни с первоклассной техникой из нержавеющей стали, гранитными столешницами и шкафами из вишневого дерева. Для всех жильцов работают внутренние бильярдные, сауны, фитнес-залы, бассейны, прачечные, кинотеатр, детсад и школа. На крыше есть зона отдыха с террасой и настилом растений, – нахваливают дом, в котором живёт Орбакайте, риелторы.

Кроме того, у Кристины и Михаила имеется недвижимость на берегу Атлантического океана в Майами

– это пентхаус в роскошном 22-этажном небоскрёбе. Из окон во всю стену открывается головокружающий вид на океан, залив и город. На утопающей в зелени территории имеются бассейн с подогревом и вся пляжная инфраструктура плюс джакузи, теннисный корт, бильярдный зал, фитнес-центр и спа-салон.

ЗЕМЛЯ

В связи с новыми законами о конфискации имущества, и в России Кристине есть что терять. Это четырёхкомнатная квартира с роскошным ремонтом в покоем на сталинку доме на 1-й Тверской-Ямской улице в центре Москвы. Сейчас такая недвижимость стоит около 50 млн руб. А ещё ей принадлежит часть имени на берегу реки Истры в деревне Бережки – около 70 соток «золотой» земли, на которой расположен роскошный особняк. Вся эта роскошь стоит порядка 135 млн рублей.



Том и Эльсина

Миссия ВЫПОЛНИМА

ТОМ КРУЗ до сих пор встречается с Эльсиной Хайровой, дочкой бывшего главного налогового вика Татарстана.

Так говорят их друзья, об этом пишет британское издание The Daily Mail. Недавно 61-летний актёр появился на публике вместе с 36-летней светской львицей из Татарстана. Парочку заметили на благотворительном гала-ужине в Лондоне.



Наталья Ветлицкая

Посмотри в карман

59-ЛЕТНЯЯ экс-солистка группы «Мираж» Наталья Ветлицкая, проживающая ныне в Испании, готова вернуться в Россию.

Исполнительница хита «Посмотри в глаза» за корпоративы просит гонорар от 45 тысяч евро.

Кстати, в Москве у Ветлицкой осталась квартира площадью 200 «квадратов» и компания, которая занимается продажей недвижимости.

ПРИКОЛ

НА АВИТО появилась услуга «парень на один день». Он поносит вас на руках за 1500 руб., а за 2000 – посидит с вами в кафе.

Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-17-11 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт.
лот 925760 ~~6999 р.~~ **3999 р.**
20 шт. – 10 м²
Выгода – 3000 р.!

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под нужный размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Надежно и просто клеятся на любую поверхность.

Материал: вспененный полиуретан. Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4).
Размер одной панели: 70×77 см.
В комплекте: 20 шт.

Женская меховая шапка «Герда»
лот 300105
~~2999 р.~~ **999 р.**

Материал: мех кролика породы рекс, вязаная трикотажная основа (ПЭ).
Размер: универсальный (ОГ: 54-60 см).
Цвет: бежевый, серый, темно-серый, коричневый (укажите при заказе).

Темно-серый Серый Коричневый

Икона из янтаря
лот 505074
~~3999 р.~~ **1499 р.**

Икона из янтаря:
• «Святая Матрона» (на фото);
• «Неувядаемый цвет»;
• «Умягчение злых сердец».

Материал: янтарь.
Размер: 14×17 см.
В комплекте: икона в рамке.
Икону укажите при заказе.

Комплект «Гермес» + браслет в ПОДАРОК!
лот 60951 ~~2499 р.~~ **1999 р.**

Браслет в ПОДАРОК!

- Комплект из креста с цепочкой для настоящего мужчины.
- В ПОДАРОК – браслет с таким же плетением.

Материал: сплав недорогих металлов, покрытие цвета золота. Размеры: 3,8×5,8 см (крест); 60×0,6 см (цепь); 22×0,6 см (браслет).

Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + ведро в ПОДАРОК!
лот 102943
~~4999 р.~~ **2499 р.**

- Работает от электросети или от PowerBank.
- Удобно брать в поездку, на дачу.
- Цикл стирки 30 мин.
- Можно использовать как посудомоечную машину.

Напряжение: 220 В.
Потребляемая мощность: 10 Вт. Вес: 600 г.
Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка); 25×20 см (ведро).
Длина провода: 143 см. Материал: пластик, силикон.
В комплекте: мини-стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети 220 В, присоска, 2 фиксатора для провода. **В ПОДАРОК:** складное силиконовое ведро (5 л).

Подушка-антистресс «Пушистик»
лот 103978 ~~1999 р.~~ **1299 р.**

- Подушки помогут справиться со стрессом, украсят интерьер.
- Размер: 28×18 см. Материал: трикотаж. Наполнитель: полистирол.
- Цвет: серый, рыжий, светло-серый (укажите при заказе).

Светло-серый Рыжий Серый

Воротник согревающий
лот 403692 ~~1299 р.~~ **899 р.**

- Овечья шерсть создает лечебное сухое тепло.
- Эластичные фиксаторы на липучке позволяют регулировать размер.
- Состав: мех трикотажный с ворсом (70% овечья шерсть, 30% ПЭ).
- Окантовка: флис.
- Размер спинки: 31×40 см.
- Цвет: коричневый.

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»
лот 402968-01
~~1999 р.~~ **1499 р.**

- 3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
- Водонепроницаемая, легкая и компактная.
- Работает от аккумулятора.

Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия).
В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышечкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы.
Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт.
Время работы при полной зарядке: до 60 мин.

Наматрасник непромокаемый
лот 103314 от ~~1999 р.~~ **1499 р.**

- Защищает матрас от влаги и грязи.
- Верхний слой – дышащий, нижний – непромокаемый.
- Для матрасов высотой до 30 см.
- Материал: махра (80% хлопок, 20% ПЭ), полиуретановая мембрана.
- Размер на выбор: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.

Резинка по периметру

Жилет из шерсти «Ласковое тепло»
лот 305659
~~2299 р.~~ **999 р.**

Материал: 60% акрил, 40% шерсть.
Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64.
Длина по спинке для 50-52 размера: 72 см.

Черный Бежевый Синий Серый

до 64-го размера

Корректор осанки «Здоровая спина»
лот 400573 ~~1999 р.~~ **899 р.**

Встроенные магниты

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
- Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3).
- Материал: неопрен.
- Цвет: черный, бежевый.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Черный

Стул «Титан» для купания в ванной и душе
лот 28594-06
~~3999 р.~~ **2999 р.**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и нецарапающие ножки.

Материал: пластик, алюминий.
Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см.
Вес: 2,3 кг. Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см.
Макс. нагрузка: 120 кг.
В ПОДАРОК: самоклеющаяся противоскользящая подушка!

«Браслет здоровья» лот 44663 ~~2999 р.~~ **1299 р.**

- Не требует подключения к Интернету.
- Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, счетчик калорий.
- Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
- Материал корпуса: гипоаллергенные пластик и силикон.
- Водонепроницаем.
- Встроенный аккумулятор.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Усилитель звука «Чуткий слух»
лот 402930 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Может усиливать звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.

Материал: металл, пластик, силикон.
Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см.
Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Велотренажер «Кардио»
лот 401808 ~~3999 р.~~ **1799 р.**

- Для тренировки ног и рук.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Компактный.

Материал: металл, пластик.
Вес: 2,4 кг.
Размер: 40×53,5×25,5 см.

Чайник металлический электрический, 1,8 л
лот 203563 ~~1799 р.~~ **999 р.**

- Корпус из нержавеющей стали.
- Поворот на подставке на 360 градусов.
- Быстрое закипание.
- Закрытый нагревательный элемент (дисковый ТЭН).
- Автоматическое отключение.
- Электрошнур (50 см) в цокольной подставке.
- Объем: 1,8 л. Мощность: 1500 Вт. Напряжение: 230 В.

Термобелье «Аляска»
лот 45536-01 мужское ~~1999 р.~~ **1299 р.** до 58-го р. мужское

- Мягкий и эластичный материал.
- Универсальный размер.
- Температурный режим от +10 до -20°С.
- Незаметно под одеждой.

Материал: 85% вискоза, 10% нейлон, 5% спандекс.
Размер универсальный: 48-58, рост от 170 см до 185 см (± 3 см). Цвет: черный.

Термоноски «Аляска», 2 или 4 пары
лот 45368
2 пары ~~999 р.~~ **599 р.**
4 пары ~~1999 р.~~ **999 р.**

- Согреют ваши ноги в любую погоду!
- Трехслойный материал: внутренний слой – антибактериальный; средний – не пропускает холод и сохраняет тепло; наружный слой обеспечивает влагообмен.
- Износостойкие.

Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс.
Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.).
В комплекте: 2 пары, 4 пары. Укажите при заказе.

Наколенник «Двигайся легко»
лот 45295
1 шт. ~~999 р.~~ **599 р.**
2 шт. ~~1999 р.~~ **999 р.**

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.

Материал: 68% нейлон, 32% спандекс.
Размер универсальный. Высота: 28 см.
Максимальный обхват ноги до 50 см.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Универсальная чистящая паста «Просто блеск», 2 шт.
лот 103628 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Справляется с загрязнениями на разных поверхностях.
- Из натуральных компонентов. Не токсична, нейтральный аромат.
- Чистит до блеска и без разводов кухонную технику, посуду, сантехнику и др.
- Удаляет производственные загрязнения (мазут, сажу, масло, металлическую пыль и др.).

Состав: кварцевый песок, порошок диоксида кремния, деионизированная вода, ароматизатор, кокосовое масло.
В комплекте: 2 банки по 500 г.

Ножницы для педикюра
лот 402091-02 ~~899 р.~~ **599 р.**

- Ножницы для педикюра из нержавеющей стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
- Требуют меньше усилий при обрезании ногтей, чем обычные ножницы.
- Подходят для тех, кому сложно нагибаться.

Материал: нерж. сталь, пластик.
Размер: 20×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.

***ВАШ ПОДАРОК:**

***при заказе от 1000 р.:**
Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)

***при заказе от 2000 р.:**
Минифен складной (цвет в ассортименте)

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!
* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-17-11. Предложение действительно с 01.02.24 по 30.04.24 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ): **8 (800) 500-17-11**



Сергей Жуков

Папе не до мяса

НАЛОГОВАЯ заблокировала счета ресторана «Папа жарит мясо» в Симферополе, принадлежащего 47-летнему лидеру группы «Руки вверх!» Сергею Жукову.

Выяснилось, что штрафов и долгов по воде и электричеству набежало на 35 тысяч. Долги постоянно росли, их никто не оплачивал. На это и обратили внимание в налоговой.



Такер Карлсон

Дадим крышу!

АКТИВИСТЫ российского правозащитного центра «Сорок сороков» предложили дать 54-летнему американскому журналисту Такеру Карлсону, взявшему на шумевшее интервью у Владимира Путина, российское гражданство.

Правозащитники считают, что на родине Карлсона не ценят, не любят, оказывают давление и всячески ему мешают.

ПРИКОЛ

В ТАИЛАНДЕ катавшиеся на лодке русские и украинцы спасли семерых китайцев, чьё прогулочное судно перевернулось.

Сила жизни! НЕВЕРОЯТНО УСПЕШНАЯ

ТАТЬЯНА БОГДАНОВА

52-ЛЕТНИЙ Михаил Верный из Москвы, благодаря диете и физическим упражнениям, сбросил 130 кило и стал помещаться в ванне, в которую много лет не мог залезть из-за тучности.

Есть старое выражение: «Хорошего человека должно быть много». А как быть, если это самое «много» однажды вдруг начинает мешать тебе жить и серьёзно угрожает здоровью? Проблемы с весом у Михаила Верного начались ещё в детстве.

Его мама и бабушка очень любили готовить и делали это совершенно потрясающе. Отказаться от их угощений было практически невозможно, и Миша быстро полнел. В армию он уходил с весом 96 кг при росте 176 см. За два года службы молодой человек немного похудел, однако, стоило Михаилу вернуться домой, он снова начал полнеть — любимые женщины всё так же баловали Михаила вкусняшками. В юности Мише ещё кое-как удавалось держать определённый вес, однако, когда мужчине исполнилось 30 лет, его активность значительно снизилась, а посиделки с друзьями стали чаще. Собираясь, молодые люди устраивали пивные вечеринки, где кроме пива было много различной закуски: колбаски, свиные рульки и т.д. Да и в обычные дни питание Михаила было далеко от здорового и полезного — бутерброды, пельмени, чебуреки, жареная картошка, плов.

ПОПЫТКИ

— Я пытался, конечно, несколько раз худеть, использовал какие-то чудодейственные препараты и способы, которые тогда массово рекламировались, но всё оказывалось малоэффективным: у меня портилось настроение, я был злым, постоянно голодным, а толку было мало, и в итоге я бросал. В конце концов я смирился и вообще перестал предпринимать какие-либо усилия, — признался Михаил.

Так было до 2020 года. В октябре Верный с друзьями поехали в Турцию. Там они остановились в отеле, где была огромная территория, где от жилого корпуса до ресторана и моря надо было пройти около километра. Для Михаила такое расстояние стало настоящим испытанием. Он не мог, как другие, просто идти — лишние движения доставляли ему серьёзный дискомфорт. Приходилось постоянно останавливаться и присаживаться, чтобы перевести дух и немного отдохнуть.

— Мне было тяжело

Пельмень - враг мой!

МОСКВИЧ
ПОХУДЕЛ С
206 ДО **77**
КИЛОГРАММОВ
И ТЕПЕРЬ
ЗАНОВО «КРОИТ»
СВОЁ ТЕЛО С
ПОМОЩЬЮ
ПЛАСТИЧЕСКИХ
ОПЕРАЦИЙ



Миша всегда любил вкусно покушать, что и привело к катастрофическому ожирению

Сейчас Михаил Верный удивляется, как раньше мог носить такие большие брюки

Фото: Личный архив Михаила Верного

ИСТОРИЯ БОРЬБЫ С ЛИШНИМ ВЕСОМ

даже просто в быту, дома обычные вещи, о которых никто не задумывается, мне давались гигантскими усилиями. Носки надеть — это целая история. В кровати на другой бок перевернуться — надо браться руками за бортик. Я уже не говорю про здоровье — давление под 180, одышка, диабет, сильнейшие отеки ног, — с ужасом вспоминает Михаил.

Тогда-то у Михаила и появились первые робкие мысли о том, что дальше так жить нельзя, а в январе 2021 года он задумался о диете. На консультации врач сразу предупредил мужчину, что ему срочно нужно избавиться от лишнего веса, но в его случае диеты уже не помогут — надо сделать бариатрическую операцию. Придя домой, Верный крепко задумался о своём будущем, а потом поехал в Первую Градскую больницу, чтобы раз и навсегда решить проблему.

— Мне там объяснили, что сразу на операцию нельзя — слишком большой риск. Нужно походить хотя бы на 50 кг и скорректировать все проблемы по здоровью. Посоветовали поработать с руководителем Клиники коррекции веса и диетологии. В итоге от бариатрической операции мы отказались, потому что я стал успешно терять вес и без неё, — пояснил мужчина.

Путь к похудению был непрост. Сначала Михаилу провели полное обследование: у эндокринолога, кардиолога и психолога, потом под чутким руководством медиков пролечили все сопутствующие заболевания и разработали индивидуальную диету с учётом анализов и состояния организма. Самым же тяжёлым испытанием для него стали физические упражнения.

— Я в целом человек ленивый, мог пройти только 1-1,5 тысячи шагов, а нужно было — 10 тысяч. Плюс к этому я пытался заниматься с гантелями. Заставить себя было очень сложно, — откровенно признался Михаил.

Второй сложностью для Михаила была еда. После вкусно приготовленной домашней пищи от бабушки и мамы блюда из диеты казались ему ужасно невкусными. Мужчине в один момент пришлось отказаться от всего, что он любил — от алкоголя, картофеля, риса, жареного и копченого, колбас и сосисок, хлеба, сахара. Отсутствие посиделок с друзьями тоже сильно расстраивало мужчину. Это ведь была единственная его радость и отдушина, и на тот момент заменить её было нечем. Михаил был не только расстроенным, но и подавленным.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Воспрял духом он только тогда, когда заметил, что его мучения, на-

конец, начали приносить результаты. Он не только стал таять на глазах — ушли многие проблемы со здоровьем.

— Во мне изменилось всё. Давление стало как у Гагарина, сахар пришёл в норму, одышка исчезла, отеки пропали, подагра, конечно, никуда не делась, но приступов нет. Я давно уже могу пройти больше 20 тысяч шагов, и это не предел, могу избежать по лестнице через ступеньку, появилось желание двигаться, куда-нибудь выбираться в выходные, — радуется мужчина.

С тех пор вес Михаила не превышает допустимой нормы, а если он замечает, что начинает набирать лишнее, то быстро садится на диету и сбрасывает вновь набранное до нормы. Однако не так давно мужчина всё-таки сорвался. Причиной стал разрыв с любимой девушкой — тогда он стал глушить боль привычным для многих способом — вкусной пищей и алкоголем, однако чувство ответственности помогло ему вернуться к реальности.

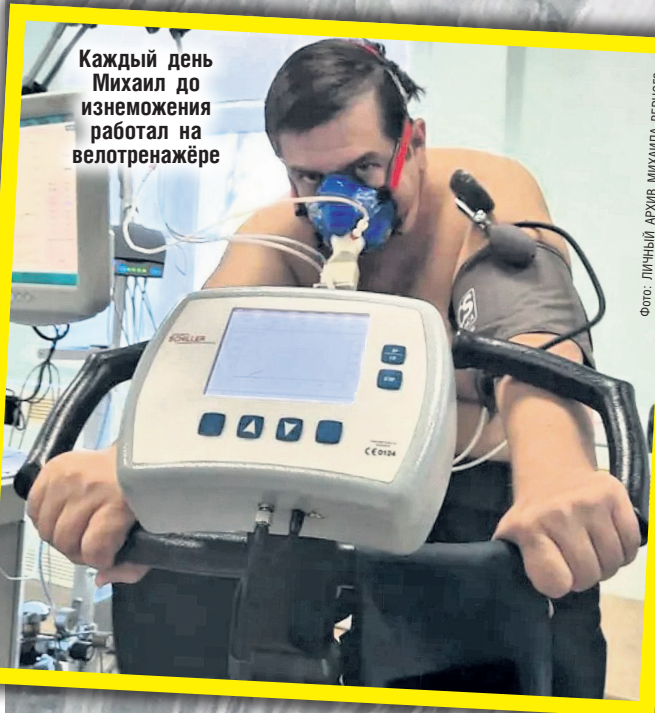
Сейчас Михаил Верный старается удерживать вес в коридоре 77-79 кг, но если вдруг масса тела поднимается выше 80 кг, он начинает срочно с этим бороться: устраивает разгрузочные дни, сидит на овощах и твороге, старается побольше заниматься на велотренажёре.

ПЛАСТИКА

Останавливаться на достигнутом Михаил не собирается. Следующий непростой этап преображения — это пластические операции. Сделал их он уже немало, но до идеала ещё далеко.

— Сейчас у меня период пластических операций. В мае прошлого года была круговая абдоминопластика — удалили с живота и поясницы лишнюю кожу шириной 15 см и весом 7 кг! А сейчас провели верхнюю торсопластику — подтягивали кожу на груди и в подмышечной области, а также брахиопластику — иссечение излишков провисшей кожи и подкожной клетчатки в верхней части рук. Конечно, ещё требуется коррекция ног, но это отдельная история, — рассказал Михаил.

Вместе с потерей килограммов к Михаилу пришло ощущение счастья, стали исполняться почти все его мечты. Когда-то, до похудения, он установил в своей квартире новую ванну, в которую не поместился... Так вот, он мечтал, что в скором времени сможет там лежать и наслаждаться тёплой водой с пеной. Сбылось. Как и то, что он избавился от одышки. А не так давно ему удалось отправиться в путешествие, которое он давно планировал. Теперь долгие пешие прогулки для Михаила — счастливая и полезная реальность.



Каждый день Михаил до изнеможения работал на велотренажёре

фото: личный архив Михаила Верного



Бывший толстяк превратился в стройного мужчину и чувствует себя отлично

фото: личный архив Михаила Верного

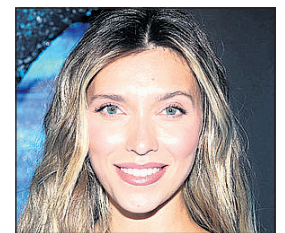


Алексей Панин*

Сжёт все мосты

МОСКОВСКИЙ суд заочно арестовал 46-летнего актёра Алексея Панина*, проживающего ныне за рубежом, по делу о терроризме. Арест будет отсчитываться со дня его задержания на территории РФ. Напомним, в 2023 году МВД объявило Панина в розыск. В отношении него открыто уголовное дело за оправдание терроризма после поста о взрыве на Крымском мосту.

* — признан иноагентом



Регина Тодоренко

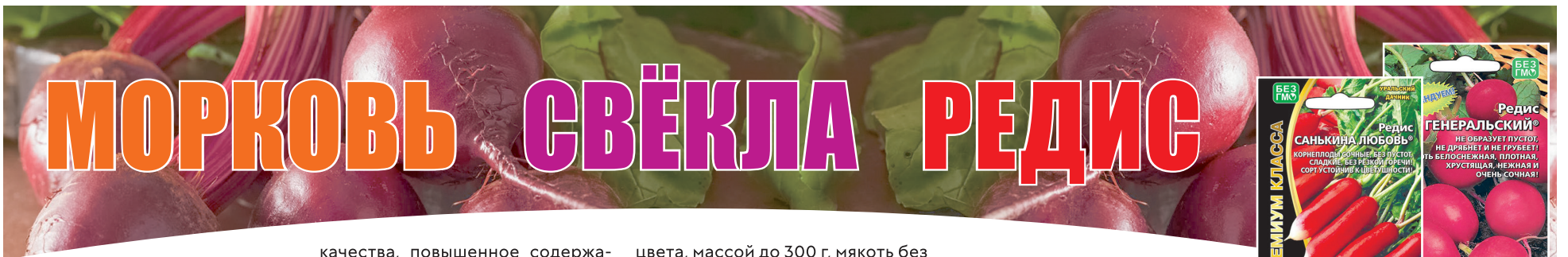
Девочка фабричная

33-ЛЕТНЯЯ Регина Тодоренко станет ведущей в «Новой Фабрике звёзд». Знаменитость будет поддерживать конкурсантов, ведь она прекрасно понимает их чувства, потому что с этого проекта начался и её творческий путь.

— Я очень хорошо понимаю и чувствую всех этих ребят, жаждущих показывать своё творчество и побеждать, — поделилась Регина.

ПРИКОЛ

ПОД ЧЕЛЯБИНСКОМ за зданием управления образования разместили изображение экс-порноактрисы Саши Грей в образе Снегурочки.



МОРКОВЬ КРАСНАЯ ЗВЕЗДА F1

Среднеспелый гибрид. Ценится за отличные вкусовые качества, богатое содержание сахаров и каротина и отличную лежкость. Великолепный вкус корнеплодов гармонично дополняется привлекательным внешним видом: красно-оранжевые, цилиндрические, тупоконечные, ровные, гладкие, длиной 20-25 см, массой 140-180 г, с очень маленькой сердцевинкой. Мякоть сочная, нежная и очень сладкая. Не проявляет склонности к стрелкованию и растрескиванию корнеплодов. Рекомендуется для свежего потребления и переработки. Корнеплоды отлично хранятся до нового урожая, при этом прекрасно сохраняют свои высокие вкусовые и товарные качества.

МОРКОВЬ САНЬКИНА ЛЮБОВЬ F1

Великолепный урожайный позднеспелый гибрид. Корнеплоды не ломаются и не трескаются. Дает максимальный урожай даже на тяжелых почвах. Корнеплод насыщенного цвета, тупоконечный, длиной 20-25 см, очень сладкий, вкусовая оценка 5 баллов по пятибалльной системе. Повышенное содержание каротина в корнеплодах делает их незаменимыми для приготовления соков, пюре и десертов. За счет того, что корнеплоды могут долго храниться без потери вкусовых и товарных качеств возможно продлить потребление свежей моркови до нового урожая.

МОРКОВЬ САХАРНЫЙ ГИГАНТ

Высокоурожайный, позднеспелый сорт для хранения. Корнеплоды красно-оранжевые, удлиненно-конусовидной формы, со слегка заостренным кончиком, длиной 25-27 см. Мякоть нежная, сочная, сладкая, хрустящая, сердцевина очень маленькая. Ценность сорта: отличные вкусовые

качества, повышенное содержание каротина, длительное хранение, устойчивость к цветушности.

МОРКОВЬ СИБИРСКИЙ БОГАТЫРЬ F1

Идеальная морковь для длительного хранения! Позднеспелая, корнеплоды убирают на 130-140 день после появления всходов. Они устойчивы к растрескиванию: ровные, крупные, гладкие, цилиндрической формы, тупоконечные (сортотип Нантская), насыщенного красно-оранжевого цвета, длиной 18-25 см и массой 100-250 г. Мякоть очень сладкая, хрустящая, сочная, с высоким содержанием каротина. При соблюдении условий хранения корнеплоды не теряют вкусовых качеств до весны. Гибрид высокоурожайный, до 8 кг/м². Устойчив к черной пятнистости, церкоспорозу и черной ножке.

СВЕКЛА ГЕНЕРАЛЬСКАЯ

Суперурожайный, среднеспелый односторонний сорт нового поколения с отличными показателями на любых типах почв. Корнеплоды цилиндрической формы, гладкие, бордово-красные, массой 250-340 г. Мякоть сочная, плотная, сладкая, без колец, великолепно-го вкуса, при этом отличительной особенностью сорта является то, что он сохраняет отличные вкусовые качества при любом способе кулинарной переработки. Головка маленькая, листовая масса небольшая, компактная. Сорт имеет высокий выход товарной продукции, устойчив к стеблеванию. Рекомендуется для использования в домашней кулинарии, длительного зимнего хранения, а также выращивания на раннюю пучковую продукцию.

СВЕКЛА УРАЛЬСКИЙ РАФИНАД F1

Сладкий, очень урожайный гибрид. Розетка листьев прямостоячая, некрупная. Корнеплод округлый, гладкий, темно-красного

цвета, массой до 300 г, мякоть без колец, при тепловой обработке не теряет цвет. Рекомендуется для переработки и длительного хранения.

СВЕКЛА ЧЁРНАЯ МАГИЯ F1

Среднеранний гибрид с очень высокой урожайностью. Корнеплод округлый, гладкий, темно-бордового цвета, массой до 200 г. Мякоть интенсивно окрашенная, без разделения на кольцевые зоны. Отличается идеальным сочетанием формы корнеплода и окраски в разрезе. Вкусовые качества отличные. Устойчив к цветушности. Для длительного хранения.

СВЕКЛА ЧЕРНОМОР

Среднеспелый, невероятно урожайный сорт уральской селекции, названный так за насыщенный, черно-красный цвет мякоти. Корнеплоды плоские и округло-плоские, массой 150-300 г, сочные, очень сладкие, отменного вкуса, без прожилок и колец. При тепловой обработке корнеплоды не теряют свой оригинальный цвет. Ценность сорта: холодостойкость, выравненность корнеплодов, длительное хранение без потери вкусовых и товарных качеств. Благодаря устойчивости к цветушности возможно использование для подзимних посевов.

РЕДИС ГЕНЕРАЛЬСКИЙ

Раннеспелый высокоурожайный сорт. Период от полных всходов до технической спелости всего 25 дней. Розетка листьев низкая, компактная. Корнеплоды неоворазимо красивые: с блеском, ровные, округлой формы, темно-красного цвета, диаметром до 4 см, массой до 30 г. Мякоть белоснежная, плотная, хрустящая, нежная и очень сочная, с повышенным содержанием витаминов. Не образует пустот, не дрябнет и не грубеет. Сорт устойчив к цветушности, не растрескивается, хорошо переносит

высокие и низкие температуры.

РЕДИС САНЬКИНА ЛЮБОВЬ

Раннеспелый сорт челябинской селекции, который отличается выдающимися вкусовыми качествами. Корнеплоды необычайно красивые, цилиндрической формы, красные с белым кончиком, крупные, массой 15-20 г. Мякоть нежная, сочная, более пикантного вкуса, чем у сорта 18 дней, но без выраженной горечи. Вкусовые качества превосходные.

РЕДИС САХАРНАЯ МОЛНИЯ F1

Скороспелый гибрид, предназначен для выращивания в открытом и защищенном грунте. Формирует однородные корнеплоды с отличными вкусовыми качествами. Корнеплод округлый, массой до 40 г, имеет приятный интенсивно-красный цвет. Мякоть корнеплода белая, стекловидная, долго не дрябнет и не грубеет. Гибрид удачно сочетает скороспелость с высокой устойчивостью к цветушности.

РЕДИС САХАРНЫЙ ГИГАНТ

Скороспелый, высокоурожайный сорт. Корнеплоды округлые, ярко-красные, крупные, до 5 см в диаметре, без пустот и грубых волокон, с тонкой кожей, массой 30-40 г. Мякоть белая, сочная, очень нежная, без горечи, долго не дрябнет. Отличается небольшой ботвой и быстрым наливом крупных корнеплодов.

РЕДИС УРАЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС F1

Скороспелый, крупноплодный гибрид для открытого и защищенного грунта. Корнеплоды ярко-красные, округлой формы, выровненные, плотные, массой 25-30 г, очень сочные, нежного деликатесного вкуса, не растрескиваются. Ценность: высокая урожайность, дружное созревание, устойчивость к цветушности и дряблению.



Фирменный розничный магазин «Уральский дачник», Москва, пр-т Андропова, д. 17, корп. 1 (ст. м. «Коломенская», последний вагон из центра, выход, направо-налево, 2 мин. пешком).

Розничный заказ можно оформить по тел. +7 (351) 242 00 63 или на сайте www.semena74.com. ПРОМОКОД НА 2024 г. 989810 – 5% Оптовых покупателей приглашает ООО «ССПК Агрофирмы МАРС», e-mail: info@semena74.com, www.marsagro.ru



СПРАШИВАЙТЕ В МАГАЗИНАХ ВАШЕГО ГОРОДА

Реклама. ООО «ССПК Агрофирмы МАРС». ОГРН 1127415003210. 456317, Челябинская обл., г. Миасс, ул. Плотникова, д. 2

1 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС	ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
5.00 Доброе утро 9.00 Новости 9.20 Антифейк 16+	5.00 Утро России 9.00 Вести. Местное время 9.25 Утро России 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+	4.55 ПАСЕЧНИК Сериял 16+ 6.30 Утро. Самое лучшее 16+ 8.00 Сегодня 8.25 ПЁС Сериял 16+ 10.00 Сегодня 10.35 ПЁС Сериял 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 ГДР Сериял 16+ 1989 год. После провальной спецоперации в Берлине майор КГБ Нечаев отстранен от оперативной работы. Подполковник Жданов хочет вернуть его в «обойму» и предлагает последить за танцевальной группой «Фридрихштадт-паласт»...	6.00 Ералаш Детский юмористический киножурнал 6.30 Маша и Медведь Мультсериал 8.00 Мы и они Тревел-шоу 16+ 8.55 ПАПА-МАМА ГУСЬ Полнометражный анимационный фильм 6+ 10.40 ПАПЫ ПРОТИВ МАМ Комедия 12+ 12.40 МАМА БУДЕТ ПРОТИВ Сериял 16+ 19.30 КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериял 16+ 21.25 КРУЗЛЛА Криминальная комедия 12+ В 1970-х молодая Эстелла, которой только предстоит стать злодейкой, начинает покорять мир британской моды. Она знакомится с баронессой фон Хельман, главой модного дома, и эта встреча становится началом восхождения Крузллы...	7.00 Однажды в России. Спецдайджесты-2023 Юмористическая программа 16+ 8.50 Выжить в Самарканде 16+ 11.00 ИНТЕРНЫ Сериял 16+ 14.00 ИНТЕРНЫ Сериял 16+ 17.00 Это нормально? 16+ 19.00 САШАТАНЯ Сериял 16+ 21.00 БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ Сериял 16+ Катя узнает, что Вика влюблена в Михаила. Женя запрещает Оле стримить, но Артем приходит на помощь. Женя провоцирует новый конфликт Сергея и Ирины. Прислуга подозревает, что у Кротовой связь с Валерием Ивановичем...	6.00 Настроение 7.40 Выборы-2024 12+ 7.45 Настроение 8.20 Большое кино. Джентльмены удачи 12+ 8.55 АКАДЕМИЯ Сериял 12+ 10.55 Городское собрание 12+ 11.30 События 11.50 АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. СМЕРТЬ В СТИЛЕ ВИНТАЖ Сериял 12+ 13.40 Мой герой. Георгий Мартirosян 12+ 14.30 События 14.45 Город новостей 15.00 ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА Сериял 12+ 16.50 Актёрские драмы. Дерусь, потому что дерусь 12+ 17.45 Выборы-2024 12+ 17.50 События 18.15 СЕМЬ МИНУС ОДИН Сериял 16+ 22.00 События 22.40 Дорога к Победе Специальный репортаж 16+ 23.05 Знак качества 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 Петровка, 38 16+ 0.50 Дорогие товарищи. Человек-гоznak 16+ 1.30 Георгий мильяр. Далеко от сказки Документальный фильм 16+	5.00 Известия 16+ 5.30 ЧУЖОЙ РАЙОН-1 Сериял 16+ 8.55 Знание - сила 9.00 Известия 16+ 9.30 ЧЕРНЫЙ ПЕС Сериял 16+ 11.40 ЧЕРНЫЙ ПЕС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР Сериял 16+ 13.00 Известия 16+ 13.30 ЧЕРНЫЙ ПЕС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР Сериял 16+ 14.35 ЧЕРНЫЙ ПЕС. ИМПЛАНТ Сериял 16+ 17.00 Известия 16+ 17.30 СЛЕД. ШКОЛА ЖИЗНИ Сериял 16+ 18.20 СЛЕД. ТРОЯНСКИЙ БУМЕРАНГ Сериял 16+ 19.05 СЛЕД. ШЕКСПИР НАОБОРОТ Сериял 16+ 19.50 СЛЕД. ФЕЯ НА ПЕНСИИ Сериял 16+ 20.40 СЛЕД. КОГОТЬ СМЕРТИ Сериял 16+ 21.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СВЕТ МОЙ, ЗЕРКАЛЬЦЕ Сериял 16+ 22.20 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4 Сериял 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА Сериял 16+
10.00 Жить здорово! 16+ 10.50 Информационный канал 16+ 12.00 Новости 12.15 Информационный канал 16+ 15.00 Новости 15.15 Давай поженимся! 16+ 16.05 Мужское / женское 16+ 17.00 Информационный канал 16+ 18.00 Вечерние новости 18.30 Информационный канал 16+ 19.55 Куклы наследника Тутти 16+ 21.00 Время 22.00 СОЮЗ СПАСЕНИЯ Сериял 16+ Ноябрь 1824. Император Александр созерцает разрушения, оставленные наводнением, принимая их как кару за свои грехи... 22.55 Большая игра 16+ 0.00 Александр Проханов. Исповедь 18+ 0.55 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+	11.00 Вести 11.30 60 минут Ток-шоу 12+ 14.00 Вести 14.35 Вести. Местное время 15.00 Выборы Президента России-2024. Дебаты 16.00 Вести 16.30 Малахов 16+ 17.30 60 минут Ток-шоу 12+ 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 АННА МЕДИУМ Сериял 16+ Анна изводит мужа мыслями о своей скорой смерти. Мало того, что ей приснились собственные похороны, её и в реальной жизни начинает преследовать смертельная опасность. То в её машину чуть не въезжает грузовик, то она едва не разбивается на кафельном полу, то чуть не попадает под колёса машины... 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 2.10 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ Сериял 12+ 3.50 Наши 12+	22.10 ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ Сериял 12+ 0.10 Сегодня. Игры будущего-2024 Дневник турнира 16+ 0.30 ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ Сериял 16+ 3.20 КОДЕКС ЧЕСТИ Сериял 16+	0.05 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком 18+ 1.10 ПОЕЗД В ПУСАН Триллер 18+ 3.10 Фактор страха. Испытание тайгой Экстремальное шоу 16+	22.00 УЖАСНЫЕ ИСТОРИИ: ДРЕВНИЕ РИМЛЯНЕ Комедия 18+ 23.45 ЗАКОН ДОБЛЕСТИ Фильм 16+ 1.50 Я тебе не верю Юмористическая программа 16+ 2.35 Импровизация. Команды Юмористическая программа 16+	0.00 События. 25-й час 0.30 Петровка, 38 16+ 0.50 Дорогие товарищи. Человек-гоznak 16+ 1.30 Георгий мильяр. Далеко от сказки Документальный фильм 16+	0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА Сериял 16+
РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА
6.30 Пешком... 7.00 Невский ковчег. Теория невозможного 7.30 ДЕМИДОВЫ Фильм 10.15 Наблюдатель 11.10, 1.20 XX век 12.45 Новости. Подробно. АРТ Запечатленное время 13.00 ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ Фильм 15.05 Линия жизни 16.05 Секретные физики. Юлий Харитон 17.15 Константин Коровин. Портрет любимых друзей 17.55 Молодёжный симфонический оркестр - 5 лет Первооткрывательницы 18.45 Главная роль 20.05 Семинар 20.45 Спокойной ночи, малыши! 21.00 Битовский дом 21.45 Сати. Нескучная классика... 22.30 АТЛАНТИКА Фильм 23.50 Цвет времени 0.25 ПОРУС Сериял	6.00, 14.55 Кто кого? 12+ 6.30 Всё о главном 12+ 7.00, 10.00, 12.55, 14.50, 17.50 Новости 7.05, 21.50, 0.45 Все на Матч! 10.05 Лица страны. Юлия Ступак 12+ 10.25 Игры будущего 16+ 11.10 Магия большого спорта. Шахматы 12+ 11.40 Еврофутбол. Обзор 6+ 12.35 Специальный репортаж 12+ Есть тема! 14.20 Футбол. Журнал Лиги чемпионов 6+ 15.25 Громко 16.40 Фабрика грёз: Бенфика 12+ 17.55 Наши в UFC 16+ 19.25 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ Динамо (Москва) - ЦСКА 22.40 Футбол Чемпионат Италии Фиорентина - Лацио 1.30 Художественная гимнастика Гала-концерт	6.00, 7.45 Мультфильмы 8.15 СЛЕПАЯ Сериял 16+ 9.15 Хорошие новости с Василисой Володиной 16+ 9.30 ГАДАЛКА Сериял 16+ 11.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериял 16+ 12.20 Мистические истории 16+ 13.30 СТАРЕЦ Сериял 16+ 14.30 ГАДАЛКА Сериял 16+ 16.15 СЛЕПАЯ. ОТКРЫТЫЙ ПЕРЕЛОМ Сериял 16+ 16.45 СЛЕПАЯ. БАЗАРНЫЙ ДЕНЬ Сериял 16+ 17.15 СЛЕПАЯ. ЧЕРНОЕ НА ЧЕРНОМ Сериял 16+ 18.00 ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериял 16+ 21.00 МАЖОР Сериял 16+ 23.15 ПОБЕГ ИЗ АФРИКИ Фильм 16+ 1.15 РАННЯЯ ПТАШКА Сериял 16+	5.00, 18.00 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+ 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 Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+ 17.00 Тайны Чапман 16+ 20.00 ДЕСЯТЬ ЯРДОВ Криминальная комедия 16+ 22.00 Водить по-русски 16+ 23.30 КЛИПОТ Сериял 18+	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. ПОСКРЕБЫШ. НИКОМУ НИЧЕГО НЕ СКАЖУ Докудрама 16+ 12.55, 1.30 ЗНАХАРКА Докудрама 16+ 13.30, 2.00 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+ 14.05, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+ 14.40 КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР Докудрама 16+ 19.00 ПАУЧИЙ ИСТОЧНИК Сериял 16+ 0.30 ПОРЧА Докудрама 16+ 2.50 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	5.00, 6.40 Пятница News 16+ 5.30 Кондитер Краснодар 16+ 7.20 Гастротур Республика Хакасия 16+ 8.10 На ножах 16+ 11.30 На ножах Краснодар. Густо Джусто 16+ 12.30 На ножах Королев. Садко 16+ 13.40 На ножах Серпухов. Blueberryz 16+ 14.40 На ножах Москва. Potato House 16+ 15.50 На ножах Зеленоград. Криветка 16+ 16.50 На ножах Москва. Жако 16+ 18.00 На ножах Ставрополь. ГироБум 16+ 19.00, 21.00 Битва шефов 16+ 23.10 Черный список Сиделки 16+ 0.00 КОРОТКИЕ ВСТРЕЧИ Фильм 18+ 1.30 Пятница News 16+	5.00 ДУЭЛЯНТ Фильм 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, 1.20 ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД! Сериял 12+ 12.40, 13.25, 15.15, 17.15 БЫВШИХ НЕ БЫВАЕТ Сериял 16+ 15.00 Военные новости 16+ 17.55 Вторая мировая: пламя и сталь 16+ 18.50 Специальный репортаж 16+ 19.55 По горячим следам 16+ 20.10 Ищу своих 12+ 22.45 Между тем 12+ 23.15 ДУМА О КОВПАКЕ Сериял 12+ 2.35 Автомобили в погонах Документальный сериал 16+

1 ПЕРВЫЙ

5.00	Доброе утро
7.45	Выборы-2024
9.00	Новости
9.20	Антифейк 16+
10.00	Жить здорово! 16+
10.50	Информационный канал 16+
12.00	Новости
12.15	Информационный канал 16+
15.00	Новости
15.15	Давай поженимся! 16+
16.05	Мужское / женское 16+
17.00	Информационный канал 16+
18.00	Вечерние новости
18.30	Информационный канал 16+
19.55	Куклы наследника Тутти 16+
21.00	Время
22.00	СОЮЗ СПАСЕНИЯ Сериал 16+ 1823 год. Александр I находит в отчете Волконского крупную сумму, представленную повторно, и через Аракчеева объявляет об его отставке. Павел Пестель и армейский финансист Юшневский в Линцах обсуждают, где теперь искать деньги на революцию...
23.00	Большая игра 16+
0.00	ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00	Новости
3.05	ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

Р РОССИЯ К

6.30	Пешком...
7.05	Легенды мирового кино
7.30, 15.20	Ступени Цивилизации
8.25	Жизнь и судьба
8.45, 22.30	АТЛАНТИКА Фильм
10.15	Наблюдатель
11.10, 12.45	1.25 XX век Новости.
13.00	Подробно. Книги Запечатленное время. 1925 год. Юбилей Академии наук
13.30, 0.25	ПОРУС Сериал
14.35	Заветный камень Бориса Микроусова
16.15	Сати. Нескучная классика...
17.15	Эрмитаж
17.45	Молодёжный симфонический оркестр - 5 лет
18.45	Первооткрыва- тельница
19.45	Главная роль
20.05	Семинар
20.45	Спокойной ночи, малыши!
21.00	Искусственный отбор
21.45	Белая студия
23.40	Запечатленное время

1 РОССИЯ 1

5.00	Утро России
9.00	Вести. Местное время
9.25	Утро России
9.55	О самом главном
11.00	Вести
11.30	60 минут
14.00	Вести
14.35	Вести. Местное время
15.00	Выборы Президента России-2024. Дебаты
16.00	Вести
16.30	Малахов 16+
17.30	60 минут
20.00	Вести
21.05	Вести. Местное время
21.20	АННА МЕДИУМ Сериал 16+ Под Питером разыгралась кровавая драма. Убийцы ворвались в частный дом бизнесмена Гладких и расстреляли всех, кто там находился. Уцелел лишь их маленький сын. С тех пор мальчик в коме. Преступники взяли то, что попало под руку, оставив ценные картины...
23.30	Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
2.10	ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ Сериал 12+
3.50	МОРОЗОВА Сериал 16+

МАТЧ! МАТЧ ТВ

6.00, 14.55	Кто кого? 12+
6.30	Формула-1. Гаснут огни 12+
7.00, 10.00, 12.55, 14.50, 17.50	Новости
7.05, 15.25, 19.25, 22.35, 1.30	Все на Матч! 12.35
10.05, 12.35	Специальный репортаж 12+
10.25	Игры будущего 16+
11.10	Магия большого спорта. Кёрлинг 12+
11.40	Бокс Bare Knuckle FC 16+
13.00	Есть тема!
14.20	Что за спорт? 12+
16.40	Фабрика грёз: Бенфика 12+
17.55	Смешанные единоборства UFC 16+
19.55	Финт Боброва 12+
23.25	Футбол Кубок Испании. 1/2 финала Реал Сосьедад - Мальорка
2.00	Волейбол. Чемпионат России. Раи Суперлига. Мужчины Кузбасс (Кемерово) - Динамо (Москва) 6+

НТВ НТВ

4.50	ПАСЕЧНИК 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	ГДР Сериал 16+ Нечаев устанавливает слежку за Эвансом, проверяет его девушку Лизу, дочь заместителя советского посла. К расследованию гибели Майерса подключается подполковник Штази Михаэль Фосс. Нечаев вербует Эванса...
22.10	ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ Сериал 12+
0.10	Сегодня. Игры будущего-2024 Дневник турнира 16+
0.30	ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ Сериал 16+
3.10	КОДЕКС ЧЕСТИ Сериал 16+

3 ТВЗ

6.00, 7.45	Мультфильмы
8.15	СЛЕПАЯ Сериал 16+
9.15	Хорошие новости с Василисой Володиной 16+
9.30	ГАДАЛКА Сериал 16+
11.15	ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+
12.20	Мистические истории 16+
13.30	СТАРЕЦ Сериал 16+
14.30	ГАДАЛКА Сериал 16+
16.15	СЛЕПАЯ. МАНГО Сериал 16+
16.45	СЛЕПАЯ. ОТВЕТНЫЙ ХОД Сериал 16+
17.15	СЛЕПАЯ. ПРОЩАЙ, МОЛОДОСТЬ Сериал 16+
18.00	ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+
21.00	МАХОР Сериал 16+
23.15	КТО Я Фильм 18+
1.30	РАННЯЯ ПТАШКА Сериал 16+

СТС СТС

6.00	Ералаш Детский юмористический киножурнал
6.30	Маша и Медведь Мультсериал
8.00	КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериал 16+
10.05	Уральские пельмени. Смехbook 16+
11.10	КРЕПОСТЬ. ШИТОМ И МЕЧОМ Полнометражный анимационный фильм 6+
12.45	УНЕСЕННЫЕ ПРИЗРАКАМИ Полнометражный анимационный фильм 16+
15.25	ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ Комедия 16+
17.20	КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериал 16+
21.00	ПАДЕНИЕ ЛУНЫ Фантастический боевик 12+ 2011 год. Во время миссии по ремонту спутника в открытом космосе астронавтов атаковала неизвестная сущность...
23.35	ТИХАЯ ГАВАНЬ Драматический триллер 12+
1.55	МЕЧ ДРАКОНА Исторический боевик 18+
3.30	Фактор страха. Испытание тайгой 16+

4 РЕН ТВ

5.00, 18.00, 2.15	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	Засекреченные списки 16+
17.00, 3.00	Тайны Чапман 16+
20.00	ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА Боевик 16+
22.00	Смотреть всем! 16+
23.30	Знаете ли вы, что? 16+
0.30	ЛИВЕНЬ Боевик 16+

ТНТ ТНТ

7.00	Однажды в России. Спецдайджесты-2023 Юмористическая программа 16+
9.30	Битва пикников. Праздники 16+
10.00	ИНТЕРНЫ Сериал 16+
13.30	ИНТЕРНЫ Сериал 16+
17.00	Это нормально? 16+
19.00	САШАТАНЯ Сериал 16+
21.00	БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ Сериал 16+ Даня добивается доверительных отношений с Катей. Яна пытается соблазнить Михаила, а Ирина - сблизиться с Женей. В дом приезжает настоящий шаман...
22.00	ГОНКА Фильм 16+ 1970-е. Два непримиримых соперника в гонках «Формула-1» доводят себя до предела физической и психологической выносливости ради победы...
0.25	КРОВАВАЯ МЕСТЬ Триллер 18+
2.20	Я тебе не верю Юмористическая программа 16+
3.05	Импровизация. Команды Юмористическая программа 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, 23.15	ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+
11.45	ПОРЧА. МЛАДШАЯ СЕСТРА. ЗА СЕМЬЮ ПЕЧАТЯМИ Докудрама 16+
12.55, 1.30	ЗНАХАРКА Докудрама 16+
13.30, 2.00	ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+
14.05, 2.25	ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+
14.40	КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР Докудрама 16+
19.00	Я НЕ ТВОЯ Сериал 16+
0.30	ПОРЧА Докудрама 16+
2.50	Тест на отцовство Судебное шоу 16+

ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

6.00	Настроение
7.40	Выборы-2024 12+
7.45	Настроение
8.10	Доктор И... 16+
8.40	АКАДЕМИЯ Сериал 12+
10.40	Семён Фарада. Непутёвый кумир Документальный фильм 16+
11.30	События
11.50	АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. СМЕРТЬ В СТИЛЕ ВИНТАЖ Сериал 12+
13.40	Мой герой. Ирина Гринёва 12+
14.30	События
14.50	Город новостей
15.00	ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА Сериал 12+
16.56	Выборы-2024 12+
17.00	Выборы-2024. Дебаты 12+
17.50	События
18.15	РЕПЕЙНИК Сериал 12+
22.00	События
22.35	Закон и порядок 16+
23.05	Молодые мужья: битва за счастье Документальный фильм 16+
0.00	События. 25-й час
0.30	Петровка, 38 16+
0.50	Следствие ведёт КГБ. Красная помада 16+
1.30	90-е. Ракет 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00	Кондитер Финал 16+
6.30	Пятница News 16+
7.10	Гастротур Чувашия 16+
8.00	На ножах Подольск. Емеля 16+
9.00	На ножах Курск. Эли S 16+
10.10	На ножах Пермь. Дежавю 16+
11.10	Молодые ножи Супы разных стран 16+
12.40	Молодые ножи-2 Классика мировой кулинарии 16+
14.10	Молодые ножи Азия и Европа 16+
15.30	Молодые ножи Венгерская кухня 16+
17.00	Битва шефов 16+
19.00	Мастер-кондитер 16+
20.20	Молодые ножи 16+
22.00	Молодые ножи-2 16+
23.20	Чёрный список Стоматологи 16+
0.00	ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ Фильм 18+
1.30	Пятница News 16+

5 5 КАНАЛ

5.00	Известия 16+
5.25	ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА Сериал 16+
7.55	КУБА Сериал 16+
8.20	Страна советов 16+
8.55	Знание - сила
9.00	Известия 16+
9.30	КУБА Сериал 16+
13.00	Известия 16+
13.30	КУБА Сериал 16+
17.00	Известия 16+
17.30	СЛЕД. НЕ ВЕРЬ ГЛАЗАМ СВОИМ Сериал 16+
18.20	СЛЕД. ПСИХОЗ Сериал 16+
19.00	СЛЕД. ЧЕРВЬ Сериал 16+
19.55	СЛЕД. ПИАНИСТКА Сериал 16+
20.40	СЛЕД. НА БЛЮДЧЕКЕ С КРОВАВОЙ КАЕМОЧКОЙ Сериал 16+
21.25	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. ХАМАМ Сериал 16+
22.20	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4. УЛЬЯНОВСК. ЛУННАЯ ДОРОЖКА Сериал 16+
0.00	Известия. Итоговый выпуск 16+
0.30	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5. РОСТОВЩИЦА Сериал 16+

★ ЗВЕЗДА

5.05	БЫВШИХ НЕ БЫВАЕТ 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, 1.20	ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД! Сериал 12+
12.35, 13.25, 15.20, 17.15	СТАРОЕ РУЖЬЕ Сериал 16+
15.00	Военные новости 16+
17.55	Вторая мировая: пламя и сталь 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	ДУМА О КОВПАКЕ Сериал 12+
2.30	Автомобили в погонах 16+

1 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС	ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
5.00 Доброе утро 9.00 Новости 9.20 Антифейк 16+	5.00 Утро России 9.00 Вести. Местное время 9.25 Утро России 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+	4.50 ПАСЕЧНИК Сериял 16+ 6.30 Утро. Самое лучшее 16+ 8.00 Сегодня 8.25 ПЕС Сериял 16+ 10.00 Сегодня 10.35 ПЕС Сериял 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 ГДР Сериял 16+ Нечаев ищет тех, кто устроил теракт в центре Берлина. Майерса-старшего привозят в больницу. Нечаев проникает туда, чтобы закончить разговор, но за ним охотятся сотрудники Штази. Они задерживают Нечаева и отправляют в тюрьму...	6.00 Ералаш Детский юмористический киножурнал 6.30 Маша и Медведь Мультсериал 8.00 КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериял 16+ 9.35 Уральские пельмени. Смехbook 16+ 9.55 ВЭЛИАНТ. ПЕРНАТЫЙ СПЕЦНАЗ Полнометражный анимационный фильм 6+ 11.25 КАРЛИК НОС Полнометражный анимационный фильм 16+ 13.10 ТИХАЯ ГАВАНЬ Драматический триллер 12+ 15.40 ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ Фантастический боевик 17.55 КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериял 16+ 21.00 УДАРНАЯ ВОЛНА Криминальный боевик 16+ 23.25 МЕСТЬ ЗЕМЛИ Боевик 16+ 1.40 ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ Биографическая спортивная драма 6+ 3.30 Фактор страха. Испытание тайгой Экстремальное шоу 16+	7.00 Однажды в России. Спецдайджесты-2023 Юмористическая программа 16+ 9.00 ИНТЕРНЫ Сериял 16+ 13.00 ИНТЕРНЫ Сериял 16+ 17.00 Это нормально? 16+ 19.00 САШАТАНЯ Сериял 16+ 21.00 БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ Сериял 16+ Катя пытается вызвать ревность Миши, он в ответ делает больно ей. Елена находит положительный тест на беременность. Ирина выясняет, кому принадлежат тест. У Гриши серьезные проблемы - ей угрожают кибермошенники... 22.00 ЯМАКАСИ, ИЛИ НОВЫЕ САМУРАИ Боевик 12+ Семь недалеких эмигрантов-паркурщиков вообразили себя ниндзя 21 века... 23.50 БОЕЦ Фильм 16+ 2.05 Я тебе не верю Юмористическая программа 16+ 2.50 Импровизация. Команды Юмористическая программа 16+	6.00 Настроение 7.40 Выборы-2024 12+ 7.45 Настроение 8.10 Доктор И... 16+ 8.45 ЧТО ЗНАЕТ МАРИАННА? Детектив 12+ 10.40 Маргарита Назарова и Иван Дмитриев. Укрощение строптивых Документальный фильм 16+ 11.30 События 11.50 АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. КРОВНЫЕ УЗЫ Сериял 12+ 13.40 Мой герой. Наталья Бондарчук 12+ 14.30 События 14.50 Город новостей 15.00 ДОКТОР ИВАНОВ. МАТЬ И СЫН Сериял 12+ 16.56 Выборы-2024 12+ 17.00 Выборы-2024. Дебаты 12+ 18.15 ТАНГО ДЛЯ ОДНОЙ Сериял 12+ 22.00 События 22.35 Хватит слухов! 16+ 23.05 90-е. Любовь за рубли и валюту 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 Петровка, 38 16+ 0.50 Приговор. Американский срок Япончика 16+	5.00 Известия 16+ 5.25 ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА Сериял 16+ 8.10 КУБА Сериял 16+ 8.55 Знание - сила 9.00 Известия 16+ 9.30 КУБА Сериял 16+ 13.00 Известия 16+ 13.30 КУБА Сериял 16+ 17.00 Известия 16+ 17.30 СЛЕД. ИЛЛЮЗИОНИСТ Сериял 16+ 18.20 СЛЕД. БЛАГОДЕТЕЛЬНИЦА Сериял 16+ 19.00 СЛЕД. ОДНА МОГИЛА НА ДВОИХ Сериял 16+ 19.50 СЛЕД. ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ Сериял 16+ 20.40 СЛЕД. ОКНО В СПАЛЬНЮ Сериял 16+ 21.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. БЕЛОШВЕЙКА Сериял 16+ 22.20 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4. КРЫМ. ДИКАРЬ Сериял 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+ 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5. ПОХИЩЕННАЯ Сериял 16+ 1.20 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2 Сериял 16+
РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА
6.30 Пешком... 7.05 Легенды мирового кино 7.35, 15.15 Ступени Цивилизации 8.30 Жизнь и судьба 8.50 АТЛАНТИКА Фильм 9.45 Забытое ремесло 10.15 Наблюдатель 11.10, 1.25 XX век 11.50 Дом поляриков 12.45 Новости. Подробно. Кино 13.00, 23.40 Запечатленное время 13.30, 0.25 ПОРУС Сериял 14.35 Искусственный отбор 16.15 Белая студия 17.15 Библейский сюжет 17.45 Молодёжный симфонический оркестр - 5 лет 18.45 Первооткрывательницы 19.45 Главная роль 20.05 Семинар 20.45 Спокойной ночи, малыши! 21.00 Абсолютный слух 21.45 Власть факта 22.30 ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО КОМИССАРА БЕРЛАХА Фильм	6.00 Кто кого? 12+ 6.30 Футбол. Журнал Лиги чемпионов 6+ 7.05, 16.55, 19.25, 22.00, 0.45 Все на Матч! 10.05, 12.35 Специальный репортаж 12+ 10.25 Игры будущего 16+ 11.10 Магия большого спорта. Лыжный спорт 12+ 11.40 Смешанные единоборства Анатолий Малинин. Лучшее 16+ 13.00 Есть тема! 14.20, 1.30 Вид сверху 12+ 14.55 Волейбол Чемпионат России. Pari Суперлига. Мужчины Локомотив (Новосибирск) - Кузбасс (Кемерово) 17.55 Профессиональный бокс Олег Маскаев 16+ 19.55 Футбол Чемпионат Италии Сассуоло - Наполи 22.40 Футбол Чемпионат Италии Интер - Аталанта	6.00, 7.45 Мультфильмы 8.15 СЛЕПАЯ Сериял 16+ 9.15 Хорошие новости с Василисой Володиной 16+ 9.30 ГАДАЛКА Сериял 16+ 11.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериял 16+ 12.20 Мистические истории 16+ 13.30 СТАРЕЦ Сериял 16+ 14.30 ГАДАЛКА Сериял 16+ 16.15 СЛЕПАЯ. ЛЕНКИН КОВРИК Сериял 16+ 16.45 СЛЕПАЯ. СИЛА Сериял 16+ 17.15 СЛЕПАЯ. ВКУС ХАЛВЫ Сериял 16+ 18.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериял 16+ 21.00 МАЖОР Сериял 16+ 23.15 ХИМЕРА Фильм 18+ 1.30 СМОТЯЩАЯ ВДАЛЬ Сериял 16+	5.00, 18.00, 2.15 Самые шокирующие гипотезы 16+ 6.00 С бодрым утром! 16+ 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+ 9.00 Документальный спецпроект 16+ 10.00, 15.00 Засекреченные списки 16+ 11.00 Как устроен мир 16+ 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+ 13.00, 23.30 Загадки человечества 16+ 14.00 Невероятно интересные истории 16+ 17.00, 3.05 Тайны Чапман 16+ 20.00 ПОСЛЕДНИЕ РЫЦАРИ Приключенческий боевик 16+ 22.10 Смотреть всем! 16+ 0.30 СОЛОМОН КЕЙН Фантастический боевик 18+	6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+ 7.30 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+ 8.30 Тест на отцовство Судебное шоу 16+ 10.45, 23.15 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+ 11.50 ПОРЧА. ТАБАКЕРКА. НОТНАЯ ГРАМОТА Докудрама 16+ 13.00, 1.25 ЗНАХАРКА Докудрама 16+ 13.35, 1.55 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+ 14.10, 2.20 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+ 14.45 КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР Докудрама 16+ 19.00 БОКАЛ ВИНА И АПЕЛЬСИНЫ Сериял 16+ 0.25 ПОРЧА Докудрама 16+ 2.45 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	5.00 Кондитер 16+ 6.00 Пятница News 16+ 6.40 Гастротур Республика Марий Эл 16+ 7.40 На ножах Красноармейск. Геоцент 16+ 8.40 На ножах Красногорск. Арёл 16+ 9.50 Мастер-кондитер 16+ 11.30 На ножах Москва. One 16+ 12.30 На ножах Пермь. Dedushka 16+ 13.40 На ножах Анапа. Е Бар 16+ 14.40 На ножах Санкт-Петербург. Brucke 16+ 15.40 На ножах Тольятти. Белый Попугай 16+ 16.40 На ножах Оренбург. Basement 16+ 17.50 На ножах 16+ 20.10 Молодые ножи 16+ 23.10 Черный список Стоматологи 16+ 0.00 ПЕРЕМЕНА Фильм 18+ 1.40 Пятница News 16+	5.10 СТАРОЕ РУЖЬЕ Сериял 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, 1.00 ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД! Сериял 12+ 12.30, 13.25, 15.15, 17.15, 3.30 ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ Сериял 16+ 15.00 Военные новости 16+ 17.55 Вторая мировая: пламя и сталь 16+ 18.50 Специальный репортаж 16+ 19.55 По горячим следам 16+ 20.10 Секретные материалы 16+ 22.45 Между тем 12+ 23.15 ДУМА О КОВПАКЕ Сериял 12+ 2.05 БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО Фильм 12+

1 ПЕРВЫЙ

5.00	Доброе утро
7.45	Выборы-2024
9.00	Новости
9.20	Антифейк 16+
10.00	Жить здорово! 16+
10.50	Информационный канал 16+
12.00	Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00	Информационный канал 16+
15.00	Новости
15.15	Давай поженимся! 16+
16.05	Мужское / женское 16+
17.00	Информационный канал 16+
18.00	Вечерние новости
18.30	Информационный канал 16+
19.55	Цивилизации Индия 16+
21.00	Время
22.00	СОЮЗ СПАСЕНИЯ Сериал 16+ Амфелъ объявляет офицерам, что Высочайший смотр отменен государем, и имеются сведения об опасных умонастроениях во Второй армии...
23.00	Большая игра 16+
0.00	ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
3.00	Новости
3.05	ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

РОССИЯ К

6.30	Пешком...
7.05	Легенды мирового кино
7.35, 15.10	Ступени цивилизации
8.30	Жизнь и судьба
8.50, 22.30	ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО КОМИССАРА БЕРЛАХА Фильм
10.15	Наблюдатель
11.10, 1.25	XX век
12.45	Новости. Подробно. Театр
13.00	Запечатленное время
13.30, 0.25	ПОРУС Сериал
14.30	Абсолютный слух
16.05	2 Верник 2
17.15	Моя любовь - Россия!
17.45	Молодёжный симфонический оркестр - 5 лет Первооткрывательницы
18.45	Главная роль
20.05	Открытая книга
20.35	Спокойной ночи, малыши!
20.55	Николай Боголюбов. Два храма
21.45	Энигма
23.40	Запечатленное время. 1925 год. Юбилей Академии наук

1 РОССИЯ 1

5.00	Утро России
9.00	Вести. Местное время
9.25	Утро России
9.55	О самом главном
11.00	Ток-шоу 12+
12.00	Вести
12.00	Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00	60 минут
13.00	Ток-шоу 12+
16.00	Вести
16.30	Малахов 16+
17.30	60 минут
17.30	Ток-шоу 12+
20.00	Вести
21.05	Вести. Местное время
21.20	АННА МЕДИУМ Сериал 16+ В загородном доме убит бизнесмен Рюмин. Его тело обнаружил жена. Судя по всему, произошло ограбление - пропали дорогие часы и кольцо. Данилов просит Анну приехать. Однако Рюмина не хочет общаться с полицией, она готова разговаривать только со своим экстрасенсом...
23.30	Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
2.10	ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ Сериал 12+
3.50	МОРОЗОВА Сериал 16+

МАТЧ! МАТЧ ТВ

6.00, 14.55	Кто кого? 12+
6.30	Вид сверху 12+
7.00, 8.30, 14.50	Новости
7.05, 15.25, 18.45, 23.00, 1.30	Все на Матч!
8.35	Биатлон Альфа-Банк Кубок России. Индивидуальная гонка. Женщины
10.25	Игры будущего 16+
11.10	Специальный репортаж 12+
11.30	Биатлон Альфа-Банк Кубок России. Индивидуальная гонка. Мужчины
13.45	Вы это видели 12+
14.20	Большой хоккей 12+
16.15, 19.15	Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала
21.45	Смешанные единоборства ACA Young Eagles 16+
23.25	Футбол Кубок Испании. 1/2 финала
23.25	Атлетик - Атлетико
2.00	Гандбол СЕНА-Газпром Лига. 1/4 финала

НТВ

4.50	ПАСЕЧНИК Сериал 16+
6.30	Утро. Самое лучшее 16+
8.00	Сегодня
8.25	ПЁС Сериал 16+
10.00	Сегодня
10.35	ПЁС Сериал 16+
12.00	Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00	Место встречи
16.00	Сегодня
16.45	За гранью 16+
17.50	ДНК 16+
19.00	Сегодня
20.00	ГДР Сериал 16+ На конспиративной квартире Нечаева перехватывает Эд Печиус, резидент ЦРУ в Западном Берлине. Он шантажирует Нечаева...
22.00	ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ Сериал 12+
0.10	Сегодня. Игры будущего-2024 Дневник турнира 16+
0.30	Поздняков 16+
0.45	Мы и наука. Наука и мы 12+
1.50	ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ Сериал 16+
3.25	КОДЕКС ЧЕСТИ Сериал 16+

ТВ3

6.00, 7.45	Мультфильмы
8.15	СЛЕПАЯ Сериал 16+
9.15	Хорошие новости с Василисой Володиной 16+
9.30	ГАДАЛКА Сериал 16+
11.15	ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+
12.20	Мистические истории 16+
13.30	СТАРЕЦ Сериал 16+
14.30	ГАДАЛКА Сериал 16+
16.15	СЛЕПАЯ. КОЛЬЦО Сериал 16+
16.45	СЛЕПАЯ. ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ Сериал 16+
17.15	СЛЕПАЯ. НОЧНАЯ РУБАШКА Сериал 16+
18.00	ВЛАЗАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+
21.00	МАЖОР Сериал 16+
23.30	ЗОРРО Сериал 16+
1.15	СМОТЯЩАЯ ВДАЛЬ Сериал 16+

СТС

6.00	Ералаш Детский юмористический киножурнал
6.30	Маша и Медведь Мультсериал
8.00	КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериал 16+
9.35	Уральские пельмени. Смехbook 16+
10.25	ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ Биографическая спортивная драма 6+
12.55	НАВИСКАЯ ИЗ ДОЛИНЫ ВЕТРОВ Полнометражный анимационный фильм 12+
15.25	УДАРНАЯ ВОЛНА Криминальный боевик 16+
17.55	КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ Сериал 16+
21.00	МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ Комедийный боевик 16+
23.20	МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА. ПРОТОКОЛ ФАНТОМ Боевик 16+
2.00	МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ Комедийный боевик 16+
3.45	Фактор страха. Испытание тайгой Экстремальное шоу 16+

РЕН ТВ

5.00, 18.00, 2.10	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, 23.30	Загадки человечества 16+
14.00	Невероятно интересные истории 16+
15.00	Неизвестная история 16+
17.00, 3.00	Тайны Чапман 16+
20.00	ЗА ГРАНЬЮ ЖИЗНИ Триллер 16+
22.00	Смотреть всем! 16+
0.30	ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ Приключенческий фильм 12+

ТНТ

7.00	Однажды в России. Спецдайджесты-2023 Юмористическая программа 16+
9.00	ИНТЕРНЫ Сериал 16+
13.00	ИНТЕРНЫ Сериал 16+
17.00	Это нормально? 16+
19.00	САШАТАНЯ Сериал 16+ Таня ложится в роддом на сохранение, но не хочет пропустить день рождения Саши...
21.00	БЕДНЫЕ СМЕЮТСЯ, БОГАТЫЕ ПЛАЧУТ Сериал 16+ Миша устраивает свидание для Кати, что расстраивает Вику. Ирина соглашается наладить отношения с Сергеем. Оля и Артем продолжают стримить вместе. Стефан нарушает правила кухни, чем вызывает гнев шеф-повара...
22.00	ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС Комедийная мелодрама 16+
23.50	НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА Фантастическая комедия 16+
1.35	Я тебе не верю Юмористическая программа 16+
2.20	Импровизация. Команды 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. ОТВЕТНЫЙ УДАР ЖЕНА ПОКОЙНИКА Докудрама 16+
13.00, 1.35	ЗНАХАРКА Докудрама 16+
13.35, 2.05	ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+
14.10, 2.30	ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+
14.45	КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР Докудрама 16+
19.00	ПОРЧА Докудрама 16+
0.35	ПОРЧА Докудрама 16+
2.55	Тест на отцовство Судебное шоу 16+

ТВ ЦЕНТР

6.00	Настроение
7.40	Выборы-2024 12+
7.45	Настроение
8.10	Доктор И... 16+
8.45	ЗАЛОЖНИКИ Детектив 12+
10.40	Виктор Мережко. Здравствуй и прощай Документальный фильм 16+
11.30	События
11.50	АНАТОМИЯ УБИЙСТВА. НАД ПРОПАСТЬЮ ВО ЛЖИ Сериал 12+
13.40	Мой герой. Ефим Смолин 12+
14.30	События
14.45	Город новостей
15.00	ДОКТОР ИВАНОВ. МАТЬ И СЫН Сериал 12+
16.50	Актёрские драмы. Криминальный талант 12+
17.45	Выборы-2024 12+
17.50	События
18.15	ЗАБЫТЫЙ АНГЕЛ Сериал 12+
22.00	События
22.35	10 самых... Яркие вунки звёзд 16+
23.05	Легенды эстрады. Звёзды под градусом 16+
0.00	События. 25-й час
0.30	Петровка, 38 16+
0.50	Обыкновенный нацизм Документальный фильм 16+
1.30	Приговор. Чудовища в юбках 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00	ПРОСТОКВАШИНО Сериал 12+
5.20	Кондитер Центральный ФО 16+
6.20	Пятница News 16+
7.00	Гастротур-3 Республика Адыгея 16+
8.00	На ножах Тольятти. Супер Рон 16+
9.00	На ножах Оренбург. Башня 16+
10.20	Четыре свадьбы Сказочная свадьба vs Классическая свадьба в коттедже 16+
11.50	Большие девочки 16+
15.00	Четыре свадьбы Дворянская свадьба vs Свадьба в стиле Голливуд 16+
17.00, 21.40	Четыре свадьбы 16+
19.00	Большие девочки 16+
0.00	СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ Фильм 16+
1.50	Пятница News 16+

5 5 КАНАЛ

5.00	Известия 16+
5.25	ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА Сериал 16+
8.35	День ангела
9.00	Известия 16+
9.30	КУБА Сериал 16+
13.00	Известия 16+
13.30	КУБА Сериал 16+
17.00	Известия 16+
17.30	СЛЕД. СОЖГИ ЭТУ КНИГУ Сериал 16+
18.20	СЛЕД. ДОЧЬ ЦАРЯ МИДАСА Сериал 16+
19.05	СЛЕД. ДУРА Сериал 16+
19.50	СЛЕД. МАЛЬЧИК ПОД ПРИСМОТРОМ Сериал 16+
20.40	СЛЕД. КРЫША ЕДЕТ НЕ СПЕША Сериал 16+
21.25	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. В ТЕМНОТЕ Сериал 16+
22.20	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4. КРЫМ. ЗОЛОТОЙ ГРИФОН Сериал 16+
0.00	Известия. Итоговый выпуск 16+
0.30	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5. ОПЕРАТИВНЫЙ РОМАН Сериал 16+
1.15	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2. ЮВЕЛИРЫ Сериал 16+

ЗВЕЗДА

5.10, 12.35, 13.25, 15.20, 17.15	ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ 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, 0.55	ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД! Сериал 12+
15.00	Военные новости 16+
17.55	Вторая мировая: пламя и сталь 16+
18.50	Специальный репортаж 16+
19.55	По горячим следам 16+
20.10	Код доступа 12+
22.45	Между тем с Наталией Метлиной 12+
23.15	ДУМА О КОВАКЕ Сериал Часть 2-я 12+
2.10	АДМИРАЛ УШАКОВ Фильм 12+

1 ПЕРВЫЙ

5.00	Доброе утро
9.00	Новости
9.20	Антифейк 16+
10.00	Жить здорово! 16+
10.50	Информационный канал 16+
12.00	Новости
12.15	Информационный канал 16+
15.00	Новости
15.15	Давай поженимся! 16+
16.05	Мужское / женское 16+
17.00	Информационный канал 16+
18.00	Вечерние новости
18.40	Человек и закон с Алексеем Пимановым 16+
19.45	Поле чудес 16+
21.00	Время
21.45	Голос 12+
23.30	Матадор 16+
	В очередном выпуске программы Константин Эрнст погружает нас в яркую пучину событий и личностей, актуальных во второй половине XX века и до сих пор продолжающих оказывать влияние на общемировую культуру...
0.30	ПОДКАСТ.ЛАБ Не лыком шиты 16+
1.15	ПОДКАСТ.ЛАБ Неформат 16+

РОССИЯ К

6.30	Пешком... Легенды мирового кино
7.05	7.35, 14.50 Ступени цивилизации
8.30	Жизнь и судьба
8.50	ПОСЛЕДНЕЕ ДЕЛО КОМИССАРА БЕРЛАХА Фильм
10.15	ГОРЯЧИЕ ДЕНЕЧКИ Фильм
12.00	Открытая книга
12.45	Забываемое ремесло
13.05	ПОРУС
14.10	Власть факта
15.45	Энигма
16.30	Письма из провинции
17.25	Молодёжный симфонический оркестр - 5 лет
18.45	Царская ложа
19.45, 1.35	Искатели
20.30	Линия жизни
21.25	КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА Фильм
23.05	2 Верник 2
	Марина Александрова
0.05	ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ. ТАЙНА «МУЛЕН РУЖ» Фильм 16+
2.20	Мультфильмы

1 РОССИЯ 1

5.00	Утро России
9.00	Вести. Местное время
9.25	Утро России
9.55	О самом главном
	Ток-шоу 12+
11.00	Вести
11.30	60 минут
	Ток-шоу 12+
14.00	Вести
14.35	Вести. Местное время
15.00	Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
	Откровенное интервью о судьбе главного героя, о малоизвестных фактах, о чувствах и эмоциях, которые переживал человек на главных поворотах своей судьбы. Герои программы не только известные артисты и политики, но и простые люди с непростой судьбой, герои нашего времени...
16.00	Вести
16.30	Прямой эфир 16+
17.30	60 минут
	Ток-шоу 12+
20.00	Вести
21.15	Вести. Местное время
21.30	Ну-ка, все вместе! Хором! 12+
0.10	Истории большой страны 12+
1.10	ЗОРКО ЛИШЬ СЕРДЦЕ
	Сериал 12+

МАТЧ! МАТЧ ТВ

6.00	Кто кого? 12+
6.30	Большой хоккей 12+
7.00, 8.45, 14.50	Новости
7.05, 14.55, 21.45, 0.45	Все на Матч!
8.50	Игры будущего 16+
9.35	Небесная грация
9.55	Художественная гимнастика
	Чемпионат России
15.30	Смешанные единоборства
	One FC. Анатолий Малихин против Ренье де Риддера 16+
19.15	Хоккей Фонбет
	Чемпионат КХЛ. 1/8 финала
22.40	Футбол
	Чемпионат Италии Лацио - Милан
1.30	Формула-1. Гаснут огни 12+
2.00	Гандбол СЕНА-Газпром Лига. 1/4 финала
	Зенит - СКА-Минск (Белоруссия) 6+

НТВ

4.50	ПАСЕЧНИК
	Сериал 16+
6.30	Утро. Самое лучшее 16+
8.00	Сегодня
8.25	ПЕС
	Сериал 16+
10.00	Сегодня
10.35	ПЕС
	Сериал 16+
13.00	Сегодня
13.25	Чрезвычайное происшествие
14.00	Место встречи
16.00	Сегодня
16.50	Прощу, прости! 16+
17.55	Жди меня 12+
19.00	Сегодня
20.00	ГДР
	Сериал 16+
	После стычки с террористами Нечаев прячется на квартире у Ингрид в Берлине. Той очень нравится Нечаев, но оба понимают, что у них нет будущего. Нечаев знает, что Ингрид не просто любовница Фосса, а работает на него...
22.00	ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ
	Сериал 12+
0.00	Сегодня. Игры будущего-2024
	Дневник турнира 16+
0.20	Своя правда с Романом
	Бабаяном 16+
2.10	Квартирный вопрос
3.05	КОДЕКС ЧЕСТИ
	Сериал 16+

ТВ3

6.00, 7.45	Мультфильмы
8.15	СЛЕПАЯ
	Сериал 16+
9.15	Хорошие новости с Василисой Володиной 16+
9.30	ГАДАЛКА
	Сериал 16+
12.20	Мистические истории 16+
13.30	ГАДАЛКА
	Сериал 16+
14.30, 15.30	Вернувшиеся 16+
16.45	СЛЕПАЯ
	Сериал 16+
17.45	СЛЕПАЯ. СТАРЫЙ АИСТ
	Сериал 16+
18.15	СЛЕПАЯ. ПРОПАВШИЙ СОСЕД
	Сериал 16+
19.00	СЛЕПАЯ. БЕЗ СЛЕЗ
	Сериал 16+
19.30	СКАЙЛАЙН
	Фильм 16+
21.15	МРАЧНЫЕ НЕБЕСА
	Фильм 16+
23.30	ОБОРОТНИ ВНУТРИ
	Фильм 18+
1.15	СМОТРЯЩАЯ ВДАЛЬ
	Сериал 16+

СТС

6.00	Ералаш
	Детский юмористический киножурнал
6.30	Маша и Медведь
	Мультсериал
8.00	КАК ДЕРЕВЯНКО ЛОМОНОСОВА ИГРАЛ
	Сериал 16+
9.35	Уральские пельмени. Смехbook 16+
13.20	Уральские пельмени 16+
19.30	Уральские пельмени. Серьги на ветер 16+
21.00	Уральские пельмени 16+
22.30	10 ДНЕЙ БЕЗ МАМЫ В КУРШЕВЕЛЕ
	Комедия 12+
	После увольнения Антуан решил: пусть жена работает, а он будет сидеть дома с детьми. Постепенно его энергия начинает убывать перед лицом требований его семьи...
0.35	САПОЖНИК
	Фантастическая драма 18+
2.20	Фактор страха. Испытание тайгой
	Экстремальное шоу 16+
3.50	90-Е. ВЕСЕЛО И ГРОМКО
	Сериал 16+

РЕН ТВ

5.00, 18.00, 3.05	Самые шокирующие гипотезы 16+
6.00	С бодрым утром! 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30	Новости 16+
9.00	Документальный спецпроект 16+
10.00, 15.00	Засекреченные списки
	Документальный спецпроект 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+
17.00	Главные тайны мира 16+
20.00	ФОРМА ВОДЫ
	Фэнтези 16+
22.30	АЛЛЕЯ КОШМАРОВ
	Триллер 16+
1.10	ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ
	Триллер 18+

ТНТ

7.00	Однажды в России. Спецдайджесты-2023
	Юмористическая программа 16+
10.00	ГУСАР
	Сериал 16+
14.00	ГУСАР
	Сериал 16+
18.00	Комеди Клуб
	Юмористическая программа 16+
	Абсурдные миниатюры, цепляющие монологи и искромётные шутки удивительно точно бытуют в аудитории уже почти 20 лет...
22.00	Лига городов 16+
	Во втором сезоне проекта состав звёздных наставников пополнил Тимур Батрутдинов. Кого же он возьмёт в свою команду? И как изменит шоу отсутствие наставника прекрасного пола?...
23.30	Stand Up
	Юмористическая программа 16+
0.30	Галустян плюс
	Юмористическая программа 16+
1.35	ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС
	Комедийная мелодрама 16+
2.55	Я тебе не верю
	Юмористическая программа 16+
3.40	Импровизация. Команды 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, 23.50	ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ
	Докудрама 16+
11.45	ПОРЧА. МЁРТВАЯ КРОВЬ. МОЙ ДРУГ ЕГОР
	Докудрама 16+
12.55, 2.00	ЗНАХАРКА
	Докудрама 16+
13.30, 2.25	ВЕРНУ ЛЮБИМОГО
	Докудрама 16+
14.05, 2.55	ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ
	Докудрама 16+
14.40	КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР
	Докудрама 16+
19.00	МЕЧТА НА ТРОИХ
	Сериал 16+
23.25	Уютное утро 16+
1.00	ПОРЧА
	Докудрама 16+
3.20	Тест на отцовство
	Судебное шоу 16+

ТВ ЦЕНТР

6.00	Настроение
7.40	Выборы-2024
12+	
7.50	Настроение
8.25	ОТЕЛЬ
	Сериал 12+
11.30	События
11.50	ОТЕЛЬ
	Продолжение сериала 12+
12.35	ОТЕЛЬ
	«ФЕНИКС»-2
	Сериал 12+
14.30	Город новостей
14.45	ОТЕЛЬ
15.00	«ФЕНИКС»-2
	Сериал 12+
16.50	Актёрские драмы. Любовь с первого кадра 16+
17.45	Выборы-2024
12+	
17.50	События
18.05	ВЫСТРЕЛ В СПИНУ
	Детектив 12+
19.55	ЭКСПЕРТ
	Детектив 16+
22.00	В центре событий с Анной Прохоровой
23.00	Приют комедиантов 12+
0.35	УСНУВШИЙ ПАССАЖИР
	Детектив 12+
1.55	Петровка, 38 16+
2.10	СЛИШКОМ МНОГО ЛЮБОВНИКОВ
	Сериал 12+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00	ПРОСТОКВАШИНО
	Сериал
5.10	Кондитер
6.10	Пятница News 16+
6.30	Гастротур-2
	Мордовия 16+
7.30	На ножах
	Санкт-Петербург. Sorry Daddy 16+
8.40	На ножах
	Щелково. WOM Cafe 16+
9.40, 11.50	Битва шефов 16+
14.00	Большие девочки 16+
16.50	Погнали! В Японию. Города-призраки 16+
19.00	Выживалити
	Шоу 16+
21.00	Погнали! В Японию. Обратная сторона благополучия 16+
22.30	За волшебством 16+
0.00	ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ
	Фильм 16+
2.10	Пятница News 16+

5 5 КАНАЛ

5.00	Известия 16+
5.25	ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА
	Сериал 16+
9.00	Известия 16+
9.30	КУБА
	Сериал 16+
10.25	КУБА. ЛИЧНОЕ ДЕЛО
	Сериал 16+
13.00	Известия 16+
13.30	КУБА. ЛИЧНОЕ ДЕЛО
	Сериал 16+
17.00	Известия 16+
17.30	СЛЕД. ХРАНИТЕЛЬ ТЕЛА
	Сериал 16+
18.20	СЛЕД. ПОТОМУ ЧТО БЕЗ ВОДЫ
	Сериал 16+
19.10	СЛЕД. МЕТКА ЦВЕТА НОЧИ
	Сериал 16+
19.55	СЛЕД. СЕГОДНЯ МЫ С ТОБОЙ БИЧУЕМ
	Сериал 16+
20.45	СЛЕД. ЛЮБОВНИЦА
	Сериал 16+
21.25	СЛЕД. ДОВЕДИ МАТЬ ДО КОНДРАШКИ
	Сериал 16+
22.25	СЛЕД. ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ
	Сериал 16+
23.10	Светская хроника 16+
0.10	Они потрясли мир
	Документальное расследование 16+
2.30	УСЛОВНЫЙ МЕНТ
	Сериал 16+

ЗВЕЗДА

5.40	ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ
	Сериал 16+
8.10, 9.25	БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ
	Фильм 12+
9.00, 13.00, 17.00, 19.00	Новости дня 16+
11.00, 13.25, 0.55	ВИВАТ, ГАДЕМАРИНЫ!
	Фильм 12+
14.25, 15.05, 16.40, 17.15	ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН». ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ
	Сериал 16+
15.00	Военные новости 16+
19.40	Загадки века 12+
20.30	Скрытые угрозы 16+
21.20	Что русскому смешно... Специальный репортаж 16+
22.00	Здравствуйте, товарищи! 16+
23.30	Музыка+. Терем-квартир 12+
3.10	КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА
	Фильм 12+

1 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС	ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
6.00 Доброе утро. Суббота	5.00 Утро России. Суббота	4.50 ПАСЕЧНИК Сериял 16+	6.00 Ералаш	7.00 Однажды в России. Спецдайджесты-2023	5.50 ЧТО ЗНАЕТ МАРИАННА? Детектив 12+	5.00 УСЛОВНЫЙ МЕНТ Сериял 16+
9.00 Умники и умники 12+	8.00 Вести. Местное время	6.20 Жди меня 12+	7.00 Три кота	7.15 Православная энциклопедия 6+	7.15 Православная энциклопедия 6+	9.00 Страна советов 16+
9.45 Слово пастыря	8.20 Местное время. Суббота	7.25 Смотр	7.30 Уральские пельмени 16+	7.40 ВЫСТРЕЛ В СПИНУ Детектив 12+	7.40 ВЫСТРЕЛ В СПИНУ Детектив 12+	9.30 УСЛОВНЫЙ МЕНТ Сериял 16+
10.00 Новости	8.35 По секрету всему свету	8.00 Сегодня	8.00 Просто кухня 12+	9.30 РОЗА И ЧЕРТОПОЛОХ Детектив 12+	9.30 РОЗА И ЧЕРТОПОЛОХ Детектив 12+	11.20 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2 Сериял 16+
10.15 Наше всё	9.00 Формула еды 12+	8.20 Поедем, поедим! 16+	10.00 Мы и они	11.30 События	11.30 События	16.50 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2. ФОРТУНА ПЕРЕМЕНЧИВА Сериял 16+
11.05 ПроУют	9.25 Пятёрка на одного	9.20 Едим дома	10.55 Прятки	12.50 Москва резинковая 16+	12.50 Москва резинковая 16+	17.45 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2. ОПАСНЫЙ КЛАД Сериял 16+
12.00 Новости	10.10 Сто к одному	10.00 Сегодня	12.05 КРУГОВОСВЕТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ЭЛЬКАНО И МАГЕЛЛАНА Полнометражный анимационный фильм 6+	14.30 События	14.30 События	18.45 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2. ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ Сериял 16+
12.15 Поехали! 12+	11.00 Вести	10.20 Главная дорога 16+	13.55 СИНДБАД. ПИРАТЫ СЕМИ ШТОРМОВ Полнометражный анимационный фильм 6+	17.20 ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА Сериал 12+	17.20 ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА Сериал 12+	19.40 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2. КОНЕЦ ИГРЫ Сериял 16+
13.05 БЕЛЫЙ СНЕГ Фильм	11.50 Вести	11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+	15.35 ПРИКЛЮЧЕНИЯ АРГОНАВТОВ Полнометражный анимационный фильм 6+	21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым	21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым	20.30 СЛЕД. ГОРЯЧИЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ Сериял 16+
Спортивная драма о восхождении на Олимп легендарной российской спортсменки Елены Вяльбе. Фильм повествует о том, как маленькая девочка из Магадана, благодаря характеру, таланту и упорству, на пути к своей мечте преодолела жизненные испытания...	12.50 Доктор Мясников Медицинская программа 12+	12.00 Квартирный вопрос	17.25 МАДАГАСКАР-2 Полнометражный анимационный фильм 6+	22.05 Право знать! Ток-шоу 16+	22.05 Право знать! Ток-шоу 16+	21.30 СЛЕД. НА БЛЮДЧЕКЕ С КРОВАВОЙ КАЕМОЧКОЙ Сериял 16+
15.30 Горячий лёд Кубок	14.00 Вести	13.10 Основано на реальных событиях. Крым. Точка невозврата 16+	19.15 МАДАГАСКАР-3 Полнометражный анимационный фильм 6+	23.25 События	23.25 События	22.25 СЛЕД. ПАПИНА СВАДЬБА Сериял 16+
Первого канала по фигурному катанию 2024	14.50 Юмор! Юмор! Юмор!!! Программа Евгения Петросяна 16+	15.00 Своя игра	21.00 МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА Романтическая комедия 16+	0.20 Криминальные жёны 16+	0.20 Криминальные жёны 16+	23.10 СЛЕД. КРЫША ЕДЕТ НЕ СПЕША Сериял 16+
18.00 Вечерние новости	17.50 Привет, Андрей! Вечернее шоу Андрея Малахова 12+	16.00 ЧП. Расследование 16+	23.00 МОЁ ПРЕКРАСНОЕ НЕСЧАСТЬЕ Комедийная мелодрама 18+	1.00 Дорога к Победе	1.00 Дорога к Победе	0.00 Известия. Главное 16+
18.20 Эксклюзив с Дмитрием Борисовым 16+	20.00 Вести	17.00 Следствие вели... 16+	0.55 КТО-НИБУДЬ ВИДЕЛ МОЮ ДЕВЧОНКУ? Фильм 18+	1.25 Хватит слухов! 16+	1.25 Хватит слухов! 16+	1.05 Светская хроника 16+
20.00 Кто хочет стать миллионером? 12+	21.30 Открытие Всемирного Фестиваля Молодёжи 2024	19.00 Центральное телевидение		1.55 Актёрские драмы. Дерусь, потому что дерусь 12+	1.55 Актёрские драмы. Дерусь, потому что дерусь 12+	2.10 ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА Сериял 16+
21.00 Время	23.30 1993 Фильм 18+	20.20 Ты не поверишь! 16+				
21.35 Клуб веселых и находчивых	2.15 НАШЕДШЕГО ЖДЁТ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ Фильм 12+	21.20 Секрет на миллион Татьяна Буланова 16+				
Высшая лига 16+		23.25 Международная пирамида с Тиграном Кеосаяном 18+				
23.55 ОДИН НА ОДИН Фильм 12+		0.10 Сегодня. Игры будущего-2024 16+				
1.40 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+		0.30 Захар Прилепин. Уроки русского 12+				
		1.05 Квартирник НТВ у Маргулиса 16+				
		2.35 Дачный ответ				
		3.25 КОДЕКС ЧЕСТИ Сериял 16+				
РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА!	ЗВЕЗДА
6.30 Библийский сюжет	6.00 Профессиональный бокс Заур Абдуллаев против Роджера Гутьерреса 16+	6.00, 10.00, 10.30 Мультфильмы	5.00, 2.15 Самые шокирующие гипотезы 16+	6.30 ШАГ В БЕЗДНУ Сериял 16+	5.00 ТАЙНЫ МЕДОВОЙ ДОЛИНЫ Сериял 12+	4.55 ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ Фильм 6+
7.05 Мультфильмы	7.05, 10.05, 13.15, 15.55, 22.00 Все на Матч!	7.30 КАЛЕНДАРЬ МА (Й) Я Фильм 12+	7.00 С бодрым утром! 16+	9.35 Уютное утро 16+	5.30, 6.15 ПРОСТО-КВАШИНО Сериял 12+	6.20 ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ... Фильм 6+
8.30 КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА Фильм	8.35 Биатлон Альфа-Банк Кубок России. Спринт. Женщины	9.30 Вкусно с Ляйсан 16+	8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+	10.00 ОДНА ЛЮБОВЬ НА ДВОИХ Сериял 16+	5.50, 2.40 Пятница News 16+	8.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
10.05 Мы - грамотеи!	10.25 Игры будущего 16+	11.00 ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ Фильм 16+	9.00 Минтранс 16+	Лера, бывшая домохозяйка, воспитывает дочь одна. Отец ребёнка её бросил, зарплата маленькая, и рядом нет того, кто поддержит...	6.50, 17.30 Мультфильмы	8.15 Морской бой 6+
10.50 ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ Фильм	11.15 Лица страны. Алексей Борькин 12+	13.15 ОБОРОТНИ ВНУТРИ Фильм 16+	10.00 Самая полезная программа 16+	Отец ребёнка её бросил, зарплата маленькая, и рядом нет того, кто поддержит...	8.30 Мамы Пятницы 16+	9.20, 3.25 СВЕРСТНИЦЫ Фильм 12+
12.20 Эрмитаж	11.35 Биатлон Альфа-Банк Кубок России. Спринт. Мужчины	15.15 МРАЧНЫЕ НЕБЕСА Фильм 16+	11.00, 13.00 Военная тайна 16+	14.30 АБРИКОСОВАЯ ГОРЕЧЬ Сериял 16+	9.00 Четыре свадьбы	11.10 Легенды музыки 12+
12.50 Черные дыры. Белые пятна	13.55 Баскетбол Единая лига ВТБ УНИКС (Казань) - Локомотив-Кубань (Краснодар)	17.15 СКАЙЛАЙН Фильм 16+	15.00 Совбез 16+	Свадьба в стиле рустик vs Свадьба в стиле Горько 16+	11.40 СССР. Знак качества 12+	11.40 СССР. Знак качества 12+
13.30, 0.40 Британская Колумбия. Край, где царят гриззли	16.15 Футбол МИР Российская Премьер-Лига Краснодар - Рубин (Казань)	19.00 ЧЕЛЮСТИ Фильм 16+	17.00 Документальный спецпроект 16+	Из-за проблем со здоровьем незапланированная беременность совершенно не входит в её планы: муж уговаривает сделать аборт, а свекровь - хорошо подумать...	12.30 Не факт! 12+	12.30 Не факт! 12+
14.25 Рассказы из русской истории	18.30 Футбол МИР Российская Премьер-Лига Зенит (Санкт-Петербург) - Спартак (Москва)	21.00 ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНЯ Фильм 16+	18.10 Засекреченные списки 16+	20.00 ТОР Фэнтези 12+	13.15 Легенды кино	13.15 Легенды кино
15.30 Оптимисты	22.40 Смешанные единоборства UFC	23.00 НЕЕСТЕСТВЕННЫЙ Фильм 18+	20.00 ТОР Фэнтези 12+	22.00 Больше девочек 16+	14.00 Главный день. Яков Новиченко. Советский офицер, который спас Ким Ир Сена 16+	14.00 Главный день. Яков Новиченко. Советский офицер, который спас Ким Ир Сена 16+
16.10 БУМБАРАШ Фильм		0.45 ХИМЕРА Фильм 18+	22.05 ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЁК Фэнтези 12+	3.00 Арсенал животных	14.50 Время героев 16+	14.50 Время героев 16+
18.20 Дети Галактики		2.30 Далеко и еще дальше. Африка с Михаилом Кожуховым 16+	0.10 ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА Боевик 18+		15.15 22 МИНУТЫ Фильм 16+	15.15 22 МИНУТЫ Фильм 16+
19.30 Новости культуры		3.15 Далеко и еще дальше. Венесуэла с Михаилом Кожуховым 16+			17.05, 19.25 БИТВА ЗА МОСКВУ Сериял 12+	17.05, 19.25 БИТВА ЗА МОСКВУ Сериял 12+
19.50 Юрий Олеша. Роман, которого не было					1.15 МИССИЯ В КАБУЛЕ Фильм 12+	1.15 МИССИЯ В КАБУЛЕ Фильм 12+
20.30 ТРИ ТОЛСТЯКА Фильм						
22.00 Агора						
23.05 СЕДЬМАЯ ПЕЧАТЬ Фильм						
1.30 Искатели						
2.20 Мультфильмы						

1 ПЕРВЫЙ

6.00	Новости
6.10	ПОДКАСТ.ЛАБ Легкие деньги 16+
6.55	Играй, гармонь любимая! 12+
7.40	Часовой 12+
8.10	Здоровье 16+
9.20	Менталлион Национальная Лотерея 12+
9.40	Непутевые заметки с Дм. Крыловым 12+
10.00	Новости
10.15	Жизнь своих 12+
11.05	Повара на колесах 12+
12.00	Новости
12.15	Большая история 16+
13.15	Видели видео? Горячий лед Кубок Первого канала по фигурному катанию 2024
18.00	Вечерние новости
19.00	Лучше всех!
21.00	Время
23.00	АБРЕК Сериал 16+ Андрей и Фред за- ключили пари в борьбе за комбинат. Володя ищет спосо- бы спасения люби- мой, Рита решила избавить мужа от тяжелой ноши...
0.00	ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

5.20	ПОЛЦАРСТВА ЗА ЛЮБОВЬ Фильм 12+
7.00	Большие перемены
8.00	Местное время. Воскресенье
8.35	Когда все дома с Тимуром Кизяковым
9.25	Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10	Сто к одному Телеигра
11.00	Вести
11.50	НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ НАЗАД Сериял 12+ <i>Лера - добрая и отзывчивая девушка, работает медсестрой. Однажды судьба сводит ее с Артуром, богатым наследником строительной компании. Молодые люди влюбляются друг в друга...</i>
16.00	Вести
16.30	Игр будущего Церемония открытия
18.00	Песни от всей души Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
20.00	Вести недели
22.00	Москва. Кремль. Путин
22.40	Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
1.05	ПОЛЦАРСТВА ЗА ЛЮБОВЬ Фильм 12+

4.50 ПАСЕЧНИК
Сериал 16+

6.30 Центральное
телевидение
16+

8.00 Сегодня

8.20 У нас
выигрывают!
Лотерейное шоу
12+

10.00 Сегодня

10.20 Первая передача
16+

11.00 Чудо техники
12+

12.00 Дачный ответ

13.00 Нашпотребнадзор
16+

14.00 Однажды...
16+

15.00 Своя игра

16.00 Сегодня

16.20 Человек в праве
с Андреем
Куницыным 16+

17.00 Следствие
вели... 16+

18.00 Новые русские
сенсации
16+

19.00 Итоги недели
с Ирадой
Зейналовой

20.20 Маска
12+

0.05 Сегодня. Игры
будущего-2024
Дневник турнира
16+

0.25 Основано
на реальных
событиях
16+

2.05 АГЕНТСТВО
СКРЫТЫХ КАМЕР

3.20 КОДЕКС ЧЕСТИ
Сериал 16+

6.00	Ералаш 6+
7.00	Отель у овечек Мультсериал
7.30	Уральские умельцы Научно-популярный проект 16+
8.35	Уральские пельмени 16+
9.00	Рогов в городе Мэйковер-шоу 16+
10.00	НАВСИКАЯ ИЗ ДОЛИНЫ ВЕТРОВ Полнометражный анимационный фильм 12+
12.35	ПРИКЛЮЧЕНИЯ АРГОНАВТОВ Полнометражный анимационный фильм 6+
14.25	МАДАГАСКАР-2 Полнометражный анимационный фильм 6+
16.10	МАДАГАСКАР-3 Полнометражный анимационный фильм
18.00	Прятки Экстремальное шоу 16+
19.05	НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК Фантастический боевик 12+
21.55	НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ Фантастический боевик 16+
0.40	В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА Фильм 16+
2.45	Фактор страха. Испытание тайгой 16+

7.00 **Однажды в России. Спецдайджесты-2023**
Юмористическая программа 16+

8.30 **Однажды в России**
Юмористическая программа 16+

9.30 **Битва пикников. Праздники** 16+

10.00 **Битва экстрасенсов**
Паранормальное шоу 16+

11.00 **Новая битва экстрасенсов**
Паранормальное шоу 16+

15.30 **Экстрасенсы. Реванш** 16+

17.00 **Новая Фабрика звезд**
Шоу 16+

19.00 **Выжить в Самарканде** 16+
С приближением финала шоу становится всё горячее. Никаких команд уже нет, теперь каждый бьётся сам за себя...

21.00 **Шоу Воли** 16+

22.10 **ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС**
Фантастическая драма 18+

1.30 **Конфетка** 16+

2.45 **Я тебе не верю**
Юмористическая программа 16+

3.35 **Импровизация. Команды**
Юмористическая программа 16+

ТВЦ **ТВ ЦЕНТР**

5.50	ХРОНИКА ГРУСНЫХ ВРЕМЁН	Сериал 12+
8.55	Здоровый смысл	16+
9.25	ЭКСПЕРТ	Детектив 16+
11.30	События	
11.45	Людам на смех	Юмористический концерт 12+
12.50	УСНУЮЩИЙ ПАССАЖИР	Детектив 12+
14.30	Московская неделя	
15.00	Дорогие товарищи. Чёрные антиквары	16+
15.50	Русские тайны. Смерть Сталина	16+
16.40	Дикие деньги. Потрошители звёзд	16+
17.35	ДВЕ ЖЕНЫ	Сериал 16+
21.25	ТЕНЬ ДРАКОНА	Сериал 12+
	<i>Марина и Виктор - супружеская пара, которой для полного счастья не хватает ребенка. Решение усыновить детдо- мовского мальчика Алешу кажется есте- ственным выходом из этой ситуации...</i>	
0.10	События	
0.25	ТЕНЬ ДРАКОНА	Сериал 12+
1.10	Петровка, 38	16+
1.20	АДВОКАТ АРДАШЕВЪ. КРОВЬ НА ПАЛУБЕ	Сериал 12+

5 5 КАНАЛ

5.00	ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА
	Сериал 16+
5.40	КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3
	Сериал 16+
10.15	КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3
	Сериал 16+
14.35	КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3. СОТОВЫЙ
	Сериал 16+
15.25	КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3. 21 ГРАММ
	Сериал 16+
16.15	КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3. РОККИ
	Сериал 16+
17.10	ЧУЖОЙ РАЙОН-1. КРЫСА
	Сериал 16+
18.05	ЧУЖОЙ РАЙОН-1. ПРАЗДНИК
	Сериал 16+
19.00	ЧУЖОЙ РАЙОН-1. ДУРЬ
	Сериал 16+
20.00	ЧУЖОЙ РАЙОН-1. ПРОПАЖА
	Сериал 16+
21.00	ЧУЖОЙ РАЙОН-2. САМОГОН
	Сериал 16+
21.55	ЧУЖОЙ РАЙОН-2. КРАЖА
	Сериал 16+
22.55	ЧУЖОЙ РАЙОН-2. ПЛАМЯ
	Сериал 16+
23.55	ЧУЖОЙ РАЙОН-2. ОШИБКА
	Сериал 16+
0.45	ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА
	Сериал 16+

6.30	Мультфильмы
7.45	КОГДА МНЕ БУДЕТ 54 ГОДА Фильм
9.10	Тайны старого чердака
9.40, 1.55	Диалоги о животных
10.20	Юрий Олеся. Роман, которого не было
11.00	ТРИ ТОЛСТЯКА Фильм
12.30	Неизвестные маршруты России
13.10	Невский ковчег. Теория невозможного
13.40	Элементы
14.10	Игра в бисер
14.55, 0.20	ЧУДО В МИЛАНЕ Фильм
16.30	Картина мира
17.15	Пешком...
17.45	Сладкая жизнь Документальный фильм
18.35	Романтика романа
19.30, 19.45	Новости культуры
20.25	ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ Фильм
22.00	Баядерка Балет
2.35	Мультфильмы

6.00 **Бокс** Bare Knuckle FC 16+

8.05, 9.55, 13.00, 22.00, 0.45
Все на Матч!

8.35 **Биатлон** Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Женщины

10.25 **Игры будущего** 16+

11.15 **Биатлон** с Дмитрием Губерниевым

11.50 **Биатлон** Альфа-Банк Кубок России. Гонка преследования. Мужчины

13.45 **Футбол** МИР Российская Премьер-Лига **Пари НН** (Нижний Новгород) - **Факел** (Воронеж)

16.00 **Футбол** МИР Российская Премьер-Лига **Динамо** (Москва) - **Локомотив** Москва

18.30 **После футбола** с Георгием Черданцевым

19.30 **Профессиональный бокс** Лига ставок. Ночь Чемпионов IBA 16+

22.40 **Футбол** Чемпионат Италии **Наполи** - **Ювентус**

6.00, 8.30
Мультифильмы
8.00 Вкусно с Ляйсан 16+

10.15 **ХИЩНЫЕ ВОДЫ:**
ЗАПАДНЯ
Фильм 16+

12.15 **НЕЕСТЕСТВЕН-**
НЫЙ
Фильм 16+
Глобальные клима-
тические изменения
вынуждают научную
экспедицию отпра-
виться на Аляску,
чтобы изменить ге-
нетический код по-
лярных медведей...

14.00 **МАЖОР**
Сериял 16+
Юрист Игорь Соко-
ловский - сын бога-
того и влиятельного
отца. После бурной
вечеринки, окончив-
шейся стычкой с по-
лицейскими, Игорь
наказан: отец лиша-
ет его содержания и
отправляет служить
в полицию...

18.45 **МАЖОР**
Сериял 16+

23.15 **БРАТАНЫ**
Сериял 16+

2.45 **БРАТАНЫ**
Сериял 16+

4 PEH TB

5.00, 23.55 Самые шокирующие гипотезы 16+

7.00 С бодрым утром! 16+

8.30, 12.30 Новости 16+

9.00 Самая народная программа 16+

9.30 Знаете ли вы, что? 16+

10.30 Наука и техника 16+

11.30 Неизвестная история 16+

13.00 **ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ**
Фантастический боевик 16+

15.20 **ТОР**
Фэнтези 12+

17.25 **ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ**
Фантастический боевик 16+

20.30 **ПОСЛЕЗАВТРА**
Фантастический боевик 12+

Фильм-катастрофа о попытке человека спасти Землю, которую он сам же привел к гибели...

23.00 **Итоговая программа**
с Петром Марченко 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 **ДЕТИ ВЕТРА**
Сериал 16+

9.55 **Пять ужинов**
Кулинарное шоу
16+

10.10 **СЖЕЧЬ ВСЁ
И НАЧАТЬ
ЗАНОВО**
Сериал 16+

14.40 **ВСЁ СМЕШАЛОСЬ
В ДОМЕ
АВДЕЕВЫХ**
Сериал 16+
Сын Кати и Артёма
Авдеевых забрал
документы из инсти-
тута и уезжает ра-
ботать в другой го-
род: Женя узнал,
что у отца есть лю-
бовница и не может
рассказать матери
правду...

19.00 **ДОБРОТА**
Сериал 16+

22.50 **ШАГ В БЕЗДНУ**
Сериал 16+
Молодой биолог Де-
нис привозит из Се-
верной столицы не-
весту. Но медовый
месяц оборачивает-
ся кошмаром...

2.30 **ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ.
ЖИЗНЬ ПОСЛЕ
ВАНГИ**
Докудрама 16+

**ПЯТ
НИЦА!** ПЯТНИЦА

5.00 **ТАЙНЫ МЕДОВОЙ ДОЛИНЫ**
Сериял 12+

5.30, 3.10 Пятница News 16+

6.00 **ПРОСТОКВАШИ-НО**
Сериял

7.10 Мультфильмы

9.00, 10.00 Черный список 16+

10.50, 20.10 Погнали! В Японию.
Города-призраки 16+

13.00 Выживалити Шоу 16+

15.50 Погнали! На Бали. О чем молчат блогеры? 16+

17.00 Погнали! В Китай. Как китайцы уделали всех? 16+

19.00 Погнали! На Кубу. Как разводят туристов? 16+

22.30 За волшебством 16+

0.00 **ГУЛЯЙ, ВАСЯ!**
Фильм 18+

1.40, 2.20 В дикой природе с Беаром Гриллсом 18+

ЗВЕЗДА

5.30.	1.50	В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ» Фильм 12+
7.10	22	МИНУТЫ Фильм 16+
9.00		Новости недели 16+
9.25		Служу России 12+
9.55		Военная приемка 12+
10.40		Легенды армии Иван Алексеев 12+
11.30		Моторы и колеса 12+
12.20		Война миров 16+
13.10		Код доступа 12+
14.00		Улика из прошлого 16+
14.50		Скрытые угрозы 16+
15.40		Секретные материалы 16+
16.30		Загадки века 12+
17.20		Что русскому смешно... Специальный репортаж 16+
18.00		Главное с Ольгой Беловой 16+
19.45		Легенды советского ссыла 16+
23.00		Фетисов Ток-шоу 12+
23.50		БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ Фильм 12+

ШОКИРУЮЩИЙ СЛУЧАЙ НА ПРОИЗВОДСТВЕ НА КУБАНИ**Поматросил и бросил****СЕРГЕЙ ЖУКОВ**

ИВАН Юрьев из Краснодарского края чудом выжил, попав под электрическую дугу огромного напряжения.

ЧП случилось в Тимашевске ещё в 2020 году, когда Иван работал на станции технического обслуживания автомобилей: занимался обшивкой фасада здания. Но трудился там без договора, под честное слово.

Директор СТО Евгений Сосидка, по словам Юрьева, обещал устроить его официально, но обещания своего не выполнил. А Иван не увольнялся, потому что нужны были деньги – в семье появился третий ребёнок.

В день трагедии Иван вместе с напарником передвигали строительные леса. Руководство должно было отключить электричество в зоне проведения работ, но никто этого не сделал. В какой-то момент между верхней перекладиной и проводами, натянутыми на высоте нескольких метров, возникла дуга напряжения, и Юрьева ударило током в 10 000 вольт. Ивана спас напарник, который сумел отодвинуть его палкой от эстакады, оказавшейся под напряжением. Но к этому моменту ток прожёл мужчине ягодицу и часть головы, полностью уничтожил одну из рук. Повреждённой оказалась почти

ЖИТЕЛЬ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ПОТЕРЯЛ РУКУ И ПОЛГОЛОВЫ ИЗ-ЗА УДАРА ТОКОМ В 10 000 ВОЛЬТ И ДВА ГОДА ЖДЁТ ОБЕЩАННОЙ ПОМОЩИ ОТ РАБОТОДАТЕЛЯ

вся левая часть тела. Юрьев четыре месяца провёл в реанимации, врачи буквально вытаскивали его с того света.

НАЧАЛЬНИК

По словам жены Ивана Екатерины, после выписки мужа начальник всячески пытался избежать ответственности. Сначала заявил правоохранителям, что вообще не знает Ивана. Потом всё же перевёл ему 100 тысяч рублей.

– Обещал Ивана на работу взять, хороший оклад, предоставить автомобиль с автоматической коробкой передач. Но дальше слов дело не пошло: работодатель вообще куда-то исчез, – рассказывает Екатерина.

Тогда пострадавший и его семья обратились в прокуратуру. Было возбуждено уголовное дело. Юрьев же получил вторую группу инвалидности, и теперь ему сложно найти подходящую работу. Родные пострадавшего надеются, что суд поможет им взыскать с бывшего начальника необходимые средства на реабилитацию Ивана.

Страшный удар током превратил Ивана в калеку



Михаил Ефремов

Прощайте, кореша!

60-ЛЕТНИЙ Михаил Ефремов готовится выйти по УДО.

Его адвокаты начали переговоры с родными погибшего Сергея Захарова для получения их согласия. Напомним, Ефремов отбывает наказание в ИК-4 Белгородской области. Актёр отсидел 3 года из 7,5.

Бес попутал

МОШЕННИКИ развели Валерия Буркова, экс-советника Бориса Ельцина.

Ныне 66-летнему монаху Киприану позвонил «сотрудник ФСБ» и сообщил, что среди героев СССР произошла утечка данных и деньги надо спасать. Бурков перевёл жуликам более 1,5 млн рублей.

ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

(495) 663-38-15 доб.3021

Реклама
Не мед. услуги

МАГИЯ**ЯСНОВИДЯЩАЯ
БАБУШКА ТАНЯ.**

МАГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ БЕСПЛАТНО НА РАССТОЯНИИ. ПРИВОРОТ. СНЯТИЕ ПОРЧИ, ОДИНОЧЕСТВА. ВОЗВРАТ ЛЮБИМЫХ. ИЗБАВЛЮ ОТ ПЬЯНСТВА. ИСПРАВЛЮ РАБОТУ НЕДОБОРОСОВЕШНЫХ МАГОВ.

Т.: 8-962-624-76-72

**ЛУЧШАЯ КОЛДУНЯ
СВЕТЛОВА АННА ФЕДОРОВНА**
Мне не нужны ВАШИ деньги! Важен результат и ВАШЕ Благополучие!

Т.: 8 985 488 52 31

Помогу избавиться от пьянства. Сохранить семью. Работа бесплатно. На расстоянии.
Тел: 8 926 497 24 85

МАРИЯ НИКОЛАЕВНА
ИМЕЕТ ДАР ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ
В ЛЮБОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ,
КОТОРЫЙ ПЕРЕДАЁТСЯ
ИЗ ПОКОЛЕНИЯ В ПОКОЛЕНИЕ.

ОНА ПРОШЛА ОБУЧЕНИЕ ДУХОВНОЙ АКАДЕМИИ: ПО ЯСНОВИДЕНИЮ, ЗНАХАРСТВУ, ТАРОЛОГИИ, ДИАГНОСТИКЕ ПО СТАРИННОЙ КНИГЕ. МОЖЕТ ПОМОЧЬ СНЯТЬ ЛЮБУЮ ПОРЧУ, РОДОВОЕ ПРОКЛЯТИЕ, ИЗГНАТЬ ИЗ ДУШИ И ТЕЛА БЕСОВ, ВОССТАНОВИТЬ СИЛЫ, ИЗБАВИТЬ ОТ ПАГУБНЫХ ЗАВИСИМОСТЕЙ, ПОМОЧЬ ТЕМ ЛЮДЯМ, У КОТОРЫХ ДЕЛО ИДЁТ К РАЗВОДУ, ВЕРНУТЬ ЛЮБОВЬ И ВЕРНОСТЬ
СТАРИННЫМИ ЗАГОВОРАМИ, ОБРЯДАМИ.
РАБОТА НА РАССТОЯНИИ И НА ЛИЧНОМ ПРИЁМЕ.
Т.8-930-297-62-17

В семье пьяница?! Это не ваша проблема! За 1 сеанс помогу избавиться от пьянства.
Тел.: 8 915 491 91 01

Славянский Маг
т. +7 926 721 46 97**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!**

Я МНОГО К КОМУ ОБРАЩАЛАСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ, НО ПОМОГ МНЕ ТОЛЬКО ОДИН СПЕЦИАЛИСТ- ШЕХУРДИН АНДРЕЙ ВАЛЕРЬЕВИЧ. ЭТОТ СВЯТОЙ ЧЕЛОВЕК ПО ФОТО ИЗБАВИЛ МОЕГО СЫНА ОТ ПЬЯНСТВА И ВЕРНУЛ МУЖА В СЕМЬЮ. НИЗКИЙ ЕМУ ПОКЛОН ОТ ГАВРИЛОВОЙ Н.Л. КОМУ НУЖНА ПОМОЩЬ ПРОВЕРЕННОГО МАСТЕРА ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ:
8-912-008-08-00, АДРЕС: 610007, Г. КИРОВ, А/Я 611, АНДРЕЙ ВАЛЕРЬЕВИЧ.

Помогу вернуть любимого в день обращения. Бесплатно.
Тел.: 8 915 494 84 34

**ДУХОВНАЯ НАСТАВНИЦА
МАТУШКА АННА И ПРОПОВЕДНИК
ОТЕЦ ГЕРМАН ОЧИЩАЮТ
В ХРАМЕ СВЯТОЙ МАТРОНЫ**

ПОМОГУТ СНЯТЬ ВРЕДНЫЕ ПРИСТРАСТΙΑ, ВЕРНУТЬ МУЖА, БЛАГОПЛУЧИЕ И СЧАСТЬЕ В ВАШ ДОМ! СПАСИ ВАС ГОСПОДИ!

**СВЯТАЯ БЛАГОДАТЬ
МОЛИ БОГА О НАС!**

8-965-284-92-95

Ведьма.
Решение любых проблем.
8 903 239 06 12
8 495 396 44 45

РАБОТА

В крупную Московскую компанию срочно требуются

**ВОДИТЕЛИ
категории С и Е**

Зарплата от 150.000 до 250.000 руб. + премии.

Трудоустройство по ТК РФ. Вахтовый метод, проживание на территории базы с питанием. Собственная база машин и мастерская.

Тел. 8-915-071-16-19,
8-926-322-29-23 Александр

ВАХТА МОСКВА/ МО,

45000-75000руб.
15/15,30/30,2/2, 3/3.
Белая зарплата.

**8-916-672-02-02,
8-926-113-19-90**

Внимание: это не конкурс и не розыгрыш призов, а именно озарение, которое получила знаменитая ясновидящая Глория!

Реклама



Один из этих 3 ценных подарков может стать Вашим благодаря дате Вашего рождения!

Это следует из нумерологических расчетов, сделанных Глорией 16 дней тому назад!

ГЛОРИЯ, всемирно известная ясновидящая, нумеролог и астролог, уже почти 40 лет помогающая людям по всему миру.

Если Вы получите цифру 124 в соответствии с расчетом по специальной формуле Глории, один из этих 3 подарков может стать Вашим!

16 дней тому назад Глория, известнейшая ясновидящая, завершила свои нумерологические расчеты, которые дали удивительный результат! Каждый человек, чья дата рождения соответствует цифре 124, имеет шанс выиграть 2.500.000,00 рублей или новый автомобиль.

Как узнать, сможете ли Вы получить один из этих 3 ценных подарков?

1. Сначала запишите последние 2 цифры года своего рождения (например, если Вы родились в 1959 году, запишите 59).
2. Затем возьмите цифру возраста, которого Вы достигнете в 2024 году (если Вы родились в 1959 году, Вам, следовательно, будет 65 лет).
3. Сложите эти 2 числа (число из 2 последних цифр года Вашего рождения и возраст, которого Вы достигнете в 2024 году).

Если в сумме у Вас получилось 124 – ПОЗДРАВЛЯЕМ Вас! Выбирайте один из этих 3 подарков!

Вы получили цифру 124?

Великолепно! Вот что Вам нужно сделать прямо сейчас...

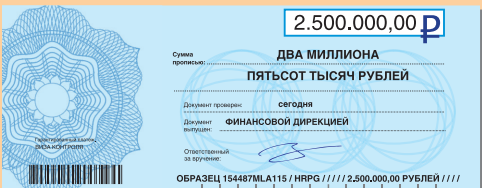
Если Вы получили число 124 в соответствии с этой специальной формулой – это означает, что Вы один из тех, кого ищет Глория и кто может получить один из изображенных справа 3 ценных подарков! Считайте и отправляйте **прямо сейчас** Бесплатный купон Фантастических Откровений Глории.

После получения Вашего купона Глория проверит присланную Вами информацию и пришлет Вам в закрытом пакете без наружных пометок **важную** информацию, в которой сообщит Вам, как получить одну из ценностей, представленных на фотографии.

Вы получили цифру

124?

Итак, выбирайте скорее одну из этих ценностей!



Банковский перевод на сумму 2.500.000,00 рублей



Новый автомобиль



500 купюр по 5000 рублей

Помните о двух условиях: не говорите никому о своей удаче, чтобы не спугнуть ее, и тем более, не присылайте деньги!

Вы не должны ничего платить. Если Вы получили в результате вычислений число 124, Вы получите Откровения Глории **совершенно БЕСПЛАТНО!**

БЕСПЛАТНЫЙ КУПОН
Фантастических Откровений!

Заполнить и как можно скорее выслать по адресу:
111123, г. Москва, а/я 41, для Глории.

БЕСПЛАТНЫЙ ТЕЛЕФОН ДЛЯ ЗАКАЗА
8 (800) 550-16-19

☐ **ДА**, дорогая Глория, я использовал(а) Ваш нумерологический метод расчета, и результат дал цифру **124**. Благодаря Вашей помощи я хочу получить ценный подарок:

- ☐ **Банковский перевод на сумму 2.500.000,00 рублей.**
- ☐ **Новый автомобиль.**
- ☐ **500 купюр по 5000 рублей.**

Пожалуйста, отправьте мне в конверте без наружных пометок Ваши ценные Тайные Откровения. На этих условиях я отправляю Вам мой Бесплатный купон, в котором указываю мои данные:

Ф.И.О.: _____
Индекс: _____ Адрес: _____

Дата рождения:

Для срочных вопросов, сообщите, пожалуйста:

Номер телефона*: _____

E-mail*: _____

*на случай, если Глория захочет с Вами срочно связаться.

Подпись: _____

ПОДАРОК: Глория пришлет Вам свой мощный астрологический Талисман, если получит Ваш купон в течение 10 дней!



«Жизнь» 21.02.2024

000 «Глория», 111123, г. Москва, ш. Энтузиастов, д. 56, стр. 38, ОГРН 1217700280247

Настоящим я добровольно предоставляю свои персональные данные фирме «Глория» и ее партнерам для обработки и хранения до отзыва данного согласия для дальнейшего получения коммерческих предложений и участия в рекламных акциях. ООО «Глория» проводит данную акцию, в ходе которой будут разыграны и вручены Главный приз в размере 2.500.000 руб. и поощрительные призы каждому участнику. Обладатель главного приза будет определен в финале акции под нотариальным контролем, согласно установленным правилам. Подробную информацию о правилах проведения акции и вручения призов каждый приславший данный Бесплатный купон получит в персональной рассылке. Действительно только для лиц старше 18 лет.

Вспомните, что Вы делаете, когда пытаетесь что-то рассмотреть? Многие наверняка начинают щуриться. То есть принудительно заставляют глаза работать. Сжимая их мышцами в тиски. А ведь это огромный стресс, который приводит к спазму. И чем дольше Вы будете так делать, тем сложнее мышцам будет расслабиться. К чему это приведёт дальше? Ни к чему хорошему, Вы и сами прекрасно понимаете. Слепота и целый список глазных болезней.

Основа которых — блокировка всего питания к Вашим глазам! И постепенно Ваши глаза привыкают к этой плохой жизни без питания. Но не в лучшем смысле. А дальше — вплоть до дистрофии сетчатки и атрофии зрительного нерва. Катаракты и глаукомы. Просто ужас!

Словно огромный валун наваливается на Ваши тонкие глазные капилляры, мышцы и нервы. И выхода из темноты не видно.

А выход-то есть и совсем близко!

Гениальное изобретение импульсной хромо-терапии

Не беда, если вы слышите об этом впервые. Ведь ученые уже давно пришли к разгадке этой проблемы.

И создали гениальное изобретение. Которое не только обогнало своё время. Но и позволило сделать огромный прогресс лечения и профилактики заболеваний глаз и психоневрологических расстройств. Это удивительный современный аппарат фотонной, импульсной хромо-терапии «ВИЖН» (Selfdocs Vision).

Именно эта методика выбрана для лечения зрения не спроста. Ведь глаза — это самый прямой путь лечения не только зрения, но и Вашего мозга! И самым эффективным методом стало воздействие фотонной, импульсной хромо-терапии.

В чем её уникальность? В четкой визуальной работе с Вашими глазами. С помощью специальных импульсов света. Именно её виртуозно применяет в лечении аппарат «ВИЖН». Без сложных операций под наркозом. Без гор таблеток и литров глазных капель. «ВИЖН» представляет сплошную экономию. Только взгляните на список заболеваний, с которыми он борется!

ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- **катаракта: профилактика и лечение начальных стадий катаракты;**
- **глаукома: нормализация внутриглазного давления;**
- **дистрофия сетчатки: снижение риска развития дистрофии сетчатки;**
- **атрофия зрительного нерва: профилактика дегенерации зрительного нерва;**
- **астигматизм: стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;**
- **близорукость (миопия): профилактика и лечение близорукости;**
- **спазм аккомодации: расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;**
- **астенопия (зрительная усталость): устранение боли и дискомфорта в глазах;**
- **профилактика нарушения зрения при зрительных нагрузках.**

И это ещё не все незначительные возможности одного аппарата!

Принцип простой: уставший отдыхает! слабый тренируется!

Как же ему это удаётся? Аппарат «ВИЖН» влияет на первопричину этих болезней! Как? Через тренировки и питание! Все знают, что уставший голодный работник ничего хорошего не наработает. Как и машина не поедет без топлива.

Именно поэтому «ВИЖН» расслабляет уставшие мышцы Ваших глаз. А затем начинает их методично подталкивать к определенным движениям. С помощью фотонных хромоимпульсов света трёх длин волн. Простыми словами: фотонные импульсы света становятся тренером Ваших глазных мышц. И они снова начинают работать в здоровом режиме и правильном темпе.



РАЗРАБОТКИ ПРОТИВ КАТАРАКТЫ, ГЛАУКОМЫ И АТРОФИИ ГЛАЗНОГО НЕРВА

МИР СЛЕПНЕТ НА ГЛАЗАХ. ПОЧЕМУ? ДА ПОСМОТРИТЕ САМИ, ПОКА ЭТО ВОЗМОЖНО! 2,2 МЛРД ЧЕЛОВЕК УЖЕ ИМЕЮТ ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ. И ВЫ СКОРЕЕ ВСЕГО ТОЖЕ ВХОДИТЕ В ЭТУ СТАТИСТИКУ. ВЕДЬ, ПО ДАННЫМ МИНЗДРАВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ ЕСТЬ У КАЖДОГО ТРЕТЬЕГО. РАЗБЕРЁМСЯ ВМЕСТЕ С ЭТИМИ ПРОБЛЕМАМИ. И НАЙДЕМ САМЫЙ СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ БОЛЕЗНЕЙ ГЛАЗ.

Давайте вместе поймем, как это происходит? Импульсы фотонов заставляют Ваши зрачки работать. И они послушно начинают расширяться и сужаться. А это прекрасная тренировка мышц хрусталика. Того единственного органа, которого не спасти улучшением кровообращения. Почему? Он — часть сложной системы Ваших глаз. Но сам по себе хрусталик независим от тока крови. Ведь в нём нет капилляров и нервных окончаний. Что не скажешь про остальные составляющие наших глаз. И им тоже может оказать помощь аппарат «ВИЖН». Что же даёт Вашим глазам правильная работа мышц? Всё просто: благодаря ей наладится Ваше кровообращение. И даже Ваши мелкие сосуды и капилляры получат своё питание. Но это ещё не всё, ведь улучшится правильная циркуляция внутриглазных жидкостей.

Вы уже и сами понимаете, что при хорошем питании глаз и очистке глазных протоков могут отступить и катаракта, и глаукома, и дистрофия сетчатки!

А ведь это — основные враги зрения в пенсионном возрасте. И это, бесспорно, потрясающе!

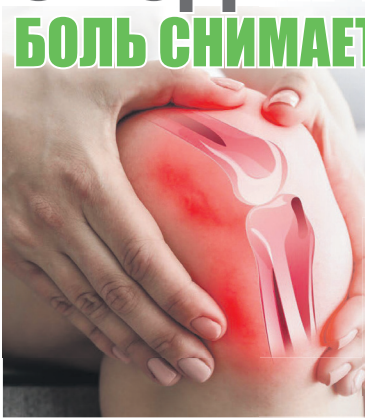
Современный — значит удобный

Итак, для тех, кто заинтересовался аппаратом «ВИЖН», сразу скажем, лечиться им очень просто. Даже если зрение подводит, даже если нет былой силы в руках. Аппарат сделан инженерами и учёными для простых людей. Словно они старались, как для своих родных мам и пап, бабушек и дедушек.

Именно поэтому аппарат лёгкий, но его не нужно держать! Он удобно фиксируется на голове с помощью прочных эластичных креплений. Вы надеваете аппарат, похожий на комфортную маску или очки. И Ваши глаза начинают реагировать на световые сигналы.

Что же Вы увидите, взглянув на экран аппарата «ВИЖН»? Специальные, чётко выверенные комбинации цвета и ритма уже настроены и сделают всё за Вас.

ОН ОДИН ТАКОЙ — БОЛЬ СНИМАЕТ КАК РУКОЙ



Очень много людей страдают от **ежедневных болей**. Сильных, невыносимых, ноющих, навязчивых. И это повторяется изо дня в день... Но, как показывает опыт, вам под силу всё это прекратить. Прямо сегодня. Одним лишь нажатием кнопки.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! 8 (800) 777-94-86



«МУВЕР» — это новейшая разработка российских учёных. Суперсовременный противоболевой чрескожный электростимулятор. И это не просто аппарат, а настоящий персональный эксперт по снятию ЛЮБОЙ БОЛИ!

ЕСЛИ ПОЗВОНИТЕ СЕГОДНЯ, МОЖЕТЕ УСПЕШНО ПРИОБРЕСТИ ПО СТАРОЙ ЦЕНЕ!

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ*

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 505-94-58

ВНИМАНИЕ! КОЛИЧЕСТВО ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ АППАРАТОВ «ВИЖН» ОГРАНИЧЕНО!

WWW.PRODEX.RU

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНАЯ

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+			
27 февраля	МАГНИТОГОРСК	ДКМ Орджоникидзе, ул.Набережная, д. 1	9:00-11:00
28 февраля	ОРЕНБУРГ	Бережная аптека, пр-т Победы, д. 119	9:00-11:00
29 февраля	САМАРА	ДК «Металлург», пр-т Металлургов, д. 75	9:00-11:00
	ТОЛЬЯТТИ	ДК «Тольятти», бул. Ленина, д. 1	13:00-15:00
2 марта	МОСКВА	Магазин «ДЕА/ЛМЕД», м. «Беляево»/«Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-13:00
5 марта	ЯРОСЛАВЛЬ	ЦНТИ, пр-т Ленина, д. 2а	9:00-10:00
	ТВЕРЬ	ДК «Затверецкий», ул. Академика Туполева, д. 105	15:00-16:00
6 марта	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	Магазин «ДЕА/ЛМЕД», Мучной переулок, д. 3	9:00-12:00
7 марта	МОСКВА	Аптека Эвалар, м. «Новослободская» /«Менделеевская», ул. Новослободская, д. 12	9:00-11:00
		Аптека Эвалар, м. «Парк Культуры», Зубовский бул., д. 13, стр. 1	12:00-14:00

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Аппарат визуальной цветоимпульсной терапии Selfdocs Vision (Селфдокс Вижн) *Акция действует с 21.02.2024 г. по 21.03.2024 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. Реклама.

А значит в норму придёт Ваше внутриглазное давление!

Вас перестанут беспокоить резь, жжение и песок в глазах. А боль и тяжесть в глазах больше не будут Вашими ежедневными спутниками.

Благодаря аппарату «ВИЖН» ничто не останется незамеченным. В результате радужка, роговица, хрусталик получают своё полноценное питание. Вы больше не увидите назойливые мушки и тёмные круги перед глазами. Вас не напугают глаукома, катаракта и атрофия глазного нерва. Это же настоящее спасение от полной слепоты!

Одобен государством!

Аппарат «ВИЖН» вызвал огромное доверие со стороны государства.

Когда прошёл все клинические испытания. Он одобрен Росздравнадзором и с гордостью носит звание медицинского изделия. Это значит, что Вы можете быть уверены: качество — на высоте!

Совсем недавно «ВИЖН» был представлен в г. Москве на Российской неделе здравоохранения—2022. Самой значимой выставке достижений отечественной медицины.

Где покорила как медиков, так и простых людей. И от желающих попробовать и стать обладателем потрясающего универсального аппарата не было отбоя!

И это оправданно, ведь помимо лечения зрения, аппарат работает и на эмоциональном уровне. Улучшит качество Вашего сна, расслабит, снимет чувство тревоги. «ВИЖН» подарит Вам чувство спокойствия в наше непростое время.

Присмотритесь к этому

К этому потрясающему аппарату стоит присмотреться. Ведь это прекрасная надёжная альтернатива привычным средствам. И Ваш верный помощник в лечении и профилактике огромного ряда глазных болезней.

После курса лечения аппаратом «ВИЖН» Вам предстоит удивляться на каждом шагу. Ведь Ваш мир станет чётче и ярче. И Вы сможете увидеть тот самый номер дома или автобуса, который раньше надо было спрашивать. Вам будет проще выбирать продукты в магазине. Читать и смотреть телевизор. А про очки, возможно, Вы и вовсе забудете.

Станьте счастливым обладателем потрясающего современного аппарата «ВИЖН» прямо сейчас! Что же нужно, чтобы вступить в этот новый этап Вашей яркой жизни? Просто позвоните по бесплатному номеру федеральной линии 8 (800) 505-94-58.

И получите свою бесплатную консультацию от грамотных специалистов. Они знают практически всё и немного больше. О том, как облегчить Вашу жизнь, если зрение стало подводить.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



#САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ
ГАНИЧКИНОЙ



ЧУДЕСНЫЕ сладкие персики можно выращивать не только в южных регионах России, но даже на Урале и в Сибири! За последние годы появилось множество зимостойких сортов, которые плодоносят в холодном климате и выдерживают наши суровые зимы.

Зимостойкие сорта разделяют на инжирные (самые сладкие), колонновидные (самые ранние и компактные) и самоплодные – про них я и расскажу подробнее, поскольку они самые неприхотливые, при этом дают хороший урожай на протяжении многих десятилетий.

ВЫБОР

Саженцы покупайте в специализированной оранжерее, выбирайте те, что высотой до метра. Осмотрите корневую систему и ствол на наличие наростов и повреждений. Высаживать зимостойкие персики лучше всего в апреле, выберите для будущего деревца максимально освещённое место на южной стороне – чем больше солнца, тем лучше. Но при этом дерево должно быть хорошо защищено от сквозняков – прикрито плотным забором, стеной дома или другими деревьями. Не сажайте персик в низине – он очень не любит излишнюю влажность.

■ Мои любимые сорта – **ЗОЛОТАЯ МОСКВА, САТУРН, КАРДИНАЛ и ХАРНАС**



Сажаем зимостойкие персики!

ПОДГОТОВЬТЕ яму шириной и глубиной около 60 см. Внизу устройте дренажный слой высотой около 10 см, для него подойдёт мелкая щебёнка, битый кирпич и мел. В центр ямы вбейте высокий колышек, чтобы подвязывать к нему деревце. Затем поместите на дно саженец и засыпьте посадочной смесью из песка, земли и минеральных удобрений. Хорошенько полейте растение – на один саженец нужно не менее 20 л, затем замульчируйте почву соломой.

Посадка



Уход

В ТЕЧЕНИЕ года поливаем каждую неделю – по два ведра воды. Но не перелейте, особенно в случае дождливой погоды. На следующий год полив производим раз в три недели. Растение можно подкормить в конце лета и следующей весной.

Даже самые зимостойкие сорта на зиму нужно укрыть – для этого постройте вокруг растения небольшой шалаш из досок и пенопласта, а сверху оберните тканью, но ни в коем случае не плёнкой! А корни закройте лапником.

Уже через три года, в зависимости от сорта, можно будет собирать первый урожай!

Питомник растений Солнечный

Уважаемые садоводы, дорогие коллеги! Друзья!

Мы не просто предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев без **ПРЕДОПЛАТЫ!** Поверьте, это не главное. Мы предлагаем Вам здесь, и сейчас начать создавать сад вашей мечты. Это будет ваш и только ваш сад, мы лишь поможем Вам выбрать лучшие саженцы. Мы умеем это делать!

Груша Москвичка



500 р.

Поистине солнечная груша, с классической желто-зеленой шершавой кожицей. Мякоть белая, маслянистая, достаточно

плотная, не разваливается и обладает потрясающим нежным вкусом и легким характерным ароматом. Урожайность стабильная и высокая. Позднее цветение защищает завязи от заморозков. Лучшим опылителям может стать сорт Талгарская красавица.

Гортензия Пинки Промис

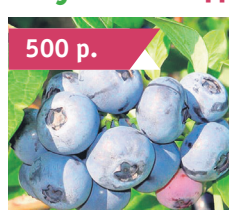


700 р.

Самый зимостойкий сорт. Куст до 90 см и диаметром 80 см. Цветки ярко-розовые, изменяют окраску на темно-розовую в течение сезона. Соцветия плотные и пышные. Сорт отличается пышностью, обильностью и длительностью цветения, начинающегося в июле и заканчивающегося в октябре.

Самый крупный сорт ягоды до 3 см в диаметре. Куст высотой до 2 м с крепкими, мощными, быстрорастущими побегами. Плодоносит очень обильно. Морозостойкость повышенная.

Голубика Чандлер



500 р.

Самый крупный сорт ягоды до 3 см в диаметре. Куст высотой до 2 м с крепкими, мощными, быстрорастущими побегами. Плодоносит очень обильно. Морозостойкость повышенная.

Сбор. с августа по сентябрь. Морозостойкость повышенная.

Персик инжирный Сатурн



500 р.

Деревья отличаются повышенным уровнем морозостойкости и высокой урожайностью. Кожица у плодов желтая с красным румянцем. Мякоть сочная и очень сладкая, в ней расположена мелкая косточка. Плоды хорошо переносят перевозку и имеют красивый товарный вид. Болезнями не поражается.

Самый крупный сорт ягоды до 3 см в диаметре. Куст высотой до 2 м с крепкими, мощными, быстрорастущими побегами. Плодоносит очень обильно. Морозостойкость повышенная.

Земляника Сибилла

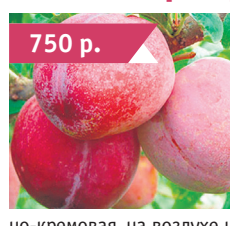


600р.

Комплект из 5 шт. это высокопродуктивный новый сорт, уникальный т.к. его можно выращивать в сложных климатических условиях, при этом само растение никак не пострадает. Мало усов, но достаточно для размножения. Ягоды крупные 40 гр., очень мясистые и сочные имеют красивую симметричную форму с ярким насыщенным цветом.

Сладкий будто мед, украсит ваш сад и даст много урожая. Крупные плоды 250 гр. имеют нежную душистую мякоть с насыщенным вкусом. Фрукты созревают на коротких плодовых ветвях, образующихся на основных, скелетных ветках. Покровный окрас желто-розовый, с оранжево-карминовым румянцем. Косточка легко отделяется от мякоти. Товарность и транспортабельность плодов высокая. Идеально подходят для употребления в свежем виде, консервации варенья, джемов, компотов и соков.

Слива Оцарк премьер



750 р.

диплоидная 750 р. обладает удивительными вкусовыми качествами. Плоды крупные до 150 гр. Темно-бордовые. Мякоть бледно-кремовая, на воздухе не темнеет, очень нежная, тающая, сочная, очень ароматная. Плодоносить начинает на второй год после посадки. Желательно сажать вместе с опылителем – стеллей или другие диплоидные сливы. Выращивают данный сорт на Урале, в Подмоскovie и в южных регионах страны.

Сладкий будто мед, украсит ваш сад и даст много урожая. Крупные плоды 250 гр. имеют нежную душистую мякоть с насыщенным вкусом. Фрукты созревают на коротких плодовых ветвях, образующихся на основных, скелетных ветках. Покровный окрас желто-розовый, с оранжево-карминовым румянцем. Косточка легко отделяется от мякоти. Товарность и транспортабельность плодов высокая. Идеально подходят для употребления в свежем виде, консервации варенья, джемов, компотов и соков.

Персик колоновидный Медовый



800 р.

Сладкий будто мед, украсит ваш сад и даст много урожая. Крупные плоды 250 гр. имеют нежную душистую мякоть с насыщенным вкусом. Фрукты созревают на коротких плодовых ветвях, образующихся на основных, скелетных ветках. Покровный окрас желто-розовый, с оранжево-карминовым румянцем. Косточка легко отделяется от мякоти. Товарность и транспортабельность плодов высокая. Идеально подходят для употребления в свежем виде, консервации варенья, джемов, компотов и соков.



**ЗАКАЗ МОЖНО
ОФОРМИТЬ:**

1. ПО ТЕЛЕФОНАМ:
8-800-600-53-24
(ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ)
8-905-393-21-11
8-937-091-98-87
2. ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ МАГАЗИН
WWW.SOLAR34.RU
3. ОТПРАВИТЬ ПИСЬМО ПО ПОЧТЕ
НА АДРЕС:
индекс 404011
Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.
ТАК ЖЕ МОЖНО ЗАКАЗАТЬ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ РАСТЕНИЙ ВЕСНА 2024 ПО ТЕЛЕФОНУ ИЛИ НАПИСАТЬ ПИСЬМО С ПРОСЬБОЙ ВЫСЛАТЬ КАТАЛОГ.

ВСЮ НЕОБХОДИМУЮ ИНФОРМАЦИЮ
И ПОЛНЫЙ КАТАЛОГ РАСТЕНИЙ ВЫ
МОЖЕТЕ НАЙТИ НА НАШЕМ САЙТЕ
WWW.SOLAR34.RU

Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон (с начала марта по май) 2024 г.

ООО "Велес" Юр.адрес: 404011
Волгоградская область, Дубовский район,
с.Пичуга, ул. Московская, дом 59; ОГРН
1163443063960 РЕКЛАМА

Сканворд

Фильм У БОГА СВОИ ПЛАНЫ

ЕГО НА
МАСКАРА-
ДЕ ПРЯЧУТ

НЕЛЕПЫЯ
ОШИБКА,
ПРОМАХ

РУССКИЙ
ГЕРОИ
ИТАЛЬЯНСК.
СОПРОТИВЛ.

КОННИЦА
В ДРЕВН.
РИМЕ

ПУБЛИКА,
НАРОДН.
МАССА

ФОТО № 2
О. БЕНДЕР:
«... НАМ
ПОМОЖЕТ»

НОТА
«ГРОМКО»
В МУЗЫКЕ

СОТКА

ГОСУД-ВО В
СРЕДИЗЕМ.
МОРЕ

ИЗОБРЕТАТ.
АВТОМАТА
ПОКРЫТИЕ
МЕБЕЛИ

ОЛИМП.
ЧЕМПИОН
В РОЛИ
ТАРЗАНА

ДЕЛЕЦ

ПОДРУЖКА,
ПОМОЩ-
НИЦА

ПОКОЙ ДЛЯ
ВОСТА-
НОВЛ. СИЛ

РЕКА
НА КУБЕ
ПОДЕЛОЧН.
КАМЕНЬ

ГОЛОВНОЙ
УБОР
ФОКУСНИКА

СЕВЕР

ДОННЫЙ
ОСАДОК

ФОТО № 3

БОГАТЫЙ
ТУРОК

РЕЖИССЕР
ФИЛЬМА
КРУТОЙ
ОВРАГ

РЕКА КРАСНО-
ДАРСК. КРАЯ
СТАРОЕ НАЗВА-
НИЕ КРЫМА

ПРОТЯЖЁН-
НОСТЬ РЕКИ

ЖАНР
ФИЛЬМА

ЧЕЛО

ГОРОД
В КИР-
ГИЗИИ

ГАЗЕТА
«ЖИЗНЬ»

РЕЧНАЯ
ПРОТОКА
КИМ ... СЕН

ФИЛЬМ
«У БОГА
СВОИ
ПЛАНЫ»

УСИЛЕН.
ПИТАНИЕ
БЫЧКОВ
НА УБОИ

ФОТО № 1

РОДИНА
ЗНАМИТ.
КОВРОВ

САТИРИК АРКАДИЙ ...
С ПЕСНЕЙ
О ГОНДУРАСЕ

ВЯЖУЩ.
ЮЖНЫМ
ФРУКТ

ФИЛЬМ
С. СОЛО-
ВЬЕВА

3,14

КРУПНАЯ
ПАРТИЯ
ТОВАРА

ПРИТОК
РЕКИ
СЕНЬ

ФРУКТ-
ОВОЩНАЯ
ВЫТЯЖКА

ВИРУСН.
БОЛЕЗНЬ

ОТЕЦ

1

2

3

4

ГАЗЕТА
«ЖИЗНЬ»

ЛЕГЕНДА
ХОККЕЯ
ВАЛЕРИЙ ...

ФОТО № 4

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД № 6

ПО ГОРИЗОНТАЛИ

1. МАДАМ
3. СВАХА
5. КОРОБ
7. КНИГА
9. ШЛЯПА
10. СИНЯК
12. ТЕХАС
13. АКТЁР
14. ШТАМП
15. КАПАБЛАНКА
18. КАСАБЛАНКА
20. КОАЛА
22. СТРАХ
24. ВЕНИК
26. ШЕРИФ
27. СУХОВ
29. ЛИМАН
30. ЯБЕДА
31. НЫТИК
32. ШНАПС

ПО ВЕРТИКАЛИ

1. МЯКИШ
2. «МУРКА»
3. СВИСТ
4. АВАНС
5. КЛЯЧА
6. БИСЕР
7. КУКИШ
8. АРХИП
11. НАБОБ
16. АСС
17. НИК
19. ЛУЗЕР
20. КАНАЛ
21. АРШИН
22. СОФИЯ
23. ХОХМА
24. ВАРАН
25. КОМИК
27. СМЕРШ
28. ВАЛЬС

ВРАЧ больному: «Вам нельзя пить, курить, увлекаться случайным сексом, играть в карты...».

Больной: «Доктор, скажите честно, тут уже была моя жена?»

– Алло, полиция? Я застукала мужа с любовницей...

– Ну, а нам-то чего звоните?

– Так ведь насмерть застукала!

Соседка полчаса ломилась в дверь и кричала: «Открывай, сволочь, я же знаю, что тебе соль нужна...».

Уважаемые дамы! Если в вас влюбился одинокий, богатый, умный, красивый и галантный мужчина – не забывайте, что вы в Интернете...

Чем больше становится телеканалов, которые можно включить, тем меньше становится каналов, которые можно смотреть.

– Что ты мне подаришь на 23 февраля?

– Ничего.

– Ну, скажи хотя бы, что я самый лучший.

– Это на 1 апреля.

Представьте, стоит Микеланджело такой перед куском мрамора и говорит: «Ну, што? Пора пилить контент!»

– Вас беспокоят из службы безопасности банка...

– Извините, пацаны, я четыре раза разводился, и бывшие жены забрали у меня всё ещё до вас...

– Прости, братан, не будем больше беспокоить, тебе и так по жизни очень сильно досталось.

Когда мне говорят, что идеальных людей не бывает, я тайком подмигиваю себе в зеркале.

АНЕКДОТЫ

В России снегопаду и морозам зимой всегда удивляются лишь синоптики, дорожники и коммунальщики.

Священник, которого отлучили от церкви, может легко пойти работать барменом. Он тоже привык слушать исповеди посетителей и причащать их.

– Расскажите про самый счастливый период в вашей жизни.

– Это когда у родителей спрашивать разрешения уже не нужно, а у жены ещё не нужно.

А как так вышло, что необразованные люди смогли сместить фокус со своей некомпетентности в любом вопросе на универсальный ответ: «Хватит душнить?»

Чтобы тебя назвали мастером, надо сначала пройти три ступени: «руки из ж...пы растут», «глаза разуй» и «башкой надо было думать».

Нигде нет столько знающих и раздающих советы о здоровом образе жизни и правильном питании людей, как в больничной палате.

Состояние фигуры весной: могу войти в твою грешную жизнь, но только боком и втянув живот.

Давно уже пора все социальные сети закрывать ровно в 18-00, как офис. И вы начнёте выходить на улицу, общаться с живыми людьми, заниматься спортом, проводить время с детьми, семьёй и даже читать живые книги.

В детстве считал, сколько осталось дней до дня рождения, сейчас – сколько дней не пил.

– Молодым везде у нас дорога! – сказал 79-летний Зюганов, отправляя 75-летнего Харитонов на выборы.

– Дорогая, если я умру, ты выйдешь замуж ещё раз?

– Нет, милый, я перееду жить к моей младшей сестре и буду жить с ней. А ты женишься ещё раз, если я умру первой?

– Нет, я тоже перееду к твоей младшей сестре и буду с ней жить.

Школа: характер дома будешь показывать. Дома: характер мужу показывать будешь. Муж: не надо мне тут свой характер показывать. Вопрос: когда и кому можно показывать свой характер?

ФИНАЛЬНАЯ РАСПРОДАЖА!
КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО! до -75%

Кепка
Стильная кепка из полушерстяного твида в британском стиле сделает Вас элегантно и женственной! Глубокая посадка. Идеально для весны.
Материал: 50% шерсть, 50% акрил.
Размер универсальный 55-58. Россия.
Лот 129 0604

скидка 50% ~~2990~~ **1490** Р

НАТУРАЛЬНАЯ ШЕРСТЬ

+ 2-я В ПОДАРОК

Зимняя шапка «Норд»
Для вашего тепла и комфорта. Верх из мембранной ткани со вставками стрейч. На затылке утеплена экомехом.

Материал: полиэстер, экомех.
Размер универсальный 56-62. КНР.
Лот 200 50457

2 по цене 1 ~~1980~~ **990** Р

Пояс эластичный
Лот 200 50926.
Размеры 48-50, 50-52, 54-56, 56-60.

Наколенники (2 шт.) и пояс эластичный из верблюжьей шерсти
Справится со стрессами, усталостью в суставах и мышцах.
Материал: верблюжья шерсть, эластан. Турция.
Лот 200 50933.
Размеры 50-52, 52-54, 54-56.

скидка 50% ~~1990~~ **990** Р

Размеры 37-45

TV РЕКЛАМА

Теплые ботинки «Комфорт Норд»
Защитят от любой непогоды. Широкий проём с фиксирующей резинкой комфорен для ног с легкой полнотой и подъемом. На застёжке-липучке. Антискользящая подошва с протектором, амортизирующая пяточная вставка.
Материал: верх - полиэстер 100%, внутри - иск. мех. Подошва - ПУ. КНР.

3-слойный материал:
• Трикотажный слой
• Термослой
• Слой экомеха

Спрашивайте Ваш размер при заказе!
Лот 137 0832 Черные
Лот 137 0784 Бордо

скидка 65% ~~2990~~ **990** Р

Носки без резинок
Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.

4 пары в наборе
Мужские носки «Релакс»

3 пары в наборе
Женские носки «Отдых»

Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские размеры: 23-25, 25-27. Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Лот 1430774 Релакс
Лот 1514528 Отдых

скидка 45% ~~1450~~ **790** Р

ВАШ ПОДАРОК
при покупке от 1490 р.

Набор из 3 стеклянных емкостей
Для хранения продуктов, приготовления пищи и сервировки стола. Крышки из пластмассы. Высокая прочность, прослужит долгое время. Набор легко моется, не требует сложного ухода.
Материал: стекло, пластик. Размеры: Ø 12,5 см (360 мл), Ø 14 см (510 мл), Ø 17 см (920 мл). КНР.

Сумка «Шоколад»
Сумка из кожи пэчворк - просто находка! Из кожи пэчворк, 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. А самое главное - снизу есть потайное отделение для зонтика - это защитит ваши вещи от промокания.
Материал: кожа, ПВХ.
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.
Лот 200 47520 Коричневый

скидка 75% ~~3990~~ **990** Р

Умный зонт
С обратным механизмом сложения.
Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР.
Лот 200 47527

Кошелек
Из кожи пэчворк.
Материал: кожа, подкладка - 100% полиэстер.
Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР.
Лот 156 6130 Коричневый

скидка 53% ~~1490~~ **690** Р

скидка 65% ~~1990~~ **690** Р

Ножницы для плотных ногтей + щипцы
С длинными ручками и коротким захватом. Создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног.
Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.

Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

+ ПОДАРОК

790 Р

Жилет «София»
Комфортный шерстяной жилет на пуговицах прекрасно комбинируется со многими видами одежды и отлично согревает в холода!
Материал: 30% шерсть, 70% акрил. Длина: 74±4 см. Россия. Размеры 46-72.
Лот 200 56693 Синий

скидка 63% ~~2690~~ **990** Р

Размеры 37-42

Теплые бабуши
Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря непромокаемой подошве, подойдут для улицы.
Материал: сукно, ПВХ, искусств. мех. Россия.
Спрашивайте Ваш размер при заказе! Лот 200 50480

скидка 48% ~~2490~~ **1290** Р

Размеры 37-45

Сапоги для всей семьи
Из легкого водонепроницаемого материала ЭВА. Утеплены мехом. Подходят людям с разным подъемом стопы. Легко моются.
Материал: ЭВА, иск. мех (полиэстер). КНР. Рекомендуем покупать на размер больше.

скидка 55% ~~2990~~ **1290** Р

Лот 155 9428 Коричневые
Лот 155 9514 Черные

МОЙ МИР

Заказ на **moymir.ru**
или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа:
ЖИ_295_24_ФИН

Минимальная сумма заказа составляет 790 рублей без учета стоимости доставки. Стоимость доставки по всей России составляет 399 руб. При доставке через АО «Почта России» - пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно и соответствует 2,5 % от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 20.02.2024 г. до 20.04.2024 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru (0+). Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ЖИ_295_24_ФИН. Реклама.

БАЛЬЗАМ «ШАМБАЛА» - ГРИБНОЙ ДАР ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ ДЛЯ НАШЕГО ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ!

Фунготерапия – область медицинских знаний, изучающая способы оздоровления и лечения грибами. В Японии и Китае, где произрастает большинство целебных грибов (в китайском трактате описано свыше 100 видов), их лечебные свойства используют уже более двух тысяч лет. Издавна их применяли и в нашей стране. Во всем мире сейчас пик интереса к целебным грибам и их удивительным свойствам, и научные исследования подтверждают все новые и новые целебные свойства грибов.

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

ЧТО ОЗНАЧАЕТ НАЗВАНИЕ БАЛЬЗАМА?

Шамбала – мифическая страна, в которой нет ни горя, ни болезней, все счастливы и здоровы. Ее искали в самых разных концах планеты, и одна из версий ее местонахождения – на Алтае, у священной горы Белухи. Именно там, в экологически чистом регионе, мы собираем все компоненты нашего **грибного бальзама «ШАМБАЛА»**. Кстати, один из них – пажитник, который также называют шамбала.

ЧТО ВХОДИТ В СОСТАВ ГРИБНОГО БАЛЬЗАМА «ШАМБАЛА»?

В составе бальзама комплекс из **18 экстрактов живых клеток лекарственных растений** Алтая и **экстракции биомассы 11 высших базидиальных грибов**: это **чага, черный трюфель, снежный гриб, кордицепс, рейши, лисички, пилолистник тигровый, шитакэ, трутовик плоский, ежовик коралловидный и гребенчатый**. Компоненты бальзама дополняют друг друга, регулируют, налаживают, снабжают полезными веществами все системы организма, помогают в борьбе с заболеваниями.

КАК БАЛЬЗАМ ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ОРГАНИЗМ?

Спектр целебных воздействий грибного бальзама «ШАМБАЛА»: укрепляет иммунную и сердечно-сосудистую системы, нормализует давление и кровообращение по всему организму, доставляя кислород всем клеткам, эффективен при старческом склерозе варикозе, гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, выводит токсины и чистит организм от паразитов.

Это незаменимый продукт при сахарном диабете, ожирении. Бальзам защищает клетки от преждевременного старения и уменьшает риск раковых заболеваний и опухолей, оказывает помощь в сохранении здоровья суставов и позвоночника, зрения и слуха, улучшает память и проясняет мысли, улучшает сон и наполняет организм энергией.

Рекомендуемый курс приема от 30 до 60 дней в зависимости от состояния здоровья.

Организму надо на протяжении всей жизни помогать, восполнять нужными микро- и макроэлементами, чистить сосуды, очищать от шлаков, слизи, мокроты, грибов и паразитов. **Грибной бальзам «ШАМБАЛА»** хорошо справляется со всеми этими задачами.

ОЩУТИ ЭФФЕКТ С ПЕРВОЙ ЛОЖКИ

Натуральные природные компоненты **грибного бальзама «ШАМБАЛА»** эффективно могут использоваться при следующих состояниях:

- **Снижают** риск сахарного диабета, инсульта, инфаркта, онкозаболеваний;
- **Защищают** сердце, чистят, укрепляют сосуды;
- **Улучшают** память и сон;
- **Стимулируют** иммунитет, оказывают профилактику ОРВИ и гриппа;
- **Сохраняют** подвижность опорно-двигательного аппарата и чувствительность конечностей;
- **Усиливают** энергоснабжение организма, помогают избежать головных болей, бессонницы, хронической усталости и депрессии;
- **Активизируют** обмен веществ (устраняют вздутие, колики, нормализуют стул);
- **Обладают** противоопухолевым действием;
- **Уменьшают** риск онкологических заболеваний;
- **Омолаживают** и снабжают клетки кислородом, улучшают кровоснабжение;
- **Защищают** от гибели нервные клетки;
- **Улучшают** работу печени, легких, мочеполовой системы у мужчин и женщин;
- **Выводят** из организма токсины;
- **Очищают** организм от паразитов и их яиц, грибков, мокроты и слизи.

Новинка!



АКЦИЯ!
1790 рублей -
50% СКИДКА!
895 рублей**

«ОФТАЛЬФАРМ АКТИВ»* ЗДОРОВЬЕ ГЛАЗ



Способствует улучшению и восстановлению при:

- ✓ Возрастных изменениях зрения.
- ✓ Сухости, слезоточивости и чувствительности к свету глаз.
- ✓ Зуде, покраснений, аллергии и других заболеваниях глаз.

АДЕНОМА? ПРОСТАТИТ? ИМПОТЕНЦИЯ?

Чтобы избавиться от простатита, аденомы предстательной железы и импотенции, нужно восстановить кровообращение в органах малого таза и устранить застой.

СЕКРЕТ ДАЛИ С КРАСНЫМ КОРНЕМ* сертифицированный продукт, без химии, без ГМО, полностью состоит из растительных экстрактов, которые обладают целебными свойствами, оказывают мощное комплексное действие на организм мужчины – мочеполовую, гормональную и нервную систему. Способствует нормализации кровообращения и притоку крови в органы малого таза. Помогает нормализовать мочеиспускание, облегчить боль и дискомфорт, усилить половое влечение и эрекцию. Помогает восстановить прежние силы и т. д.

КУРСОВОЙ ПРИЕМ СЕКРЕТ ДАЛИ С КРАСНЫМ КОРНЕМ СПОСОБСТВУЕТ ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ ПРОБЛЕМ:

- аденомы предстательной железы;
- простатита в острой и хронической форме;
- гормональных нарушений (ослабление половой функции, нарушение эрекции);
- частые походы в туалет и болевые ощущения во время мочеиспускания;
- болевых ощущений в области мошонки и в промежности;
- воспалительных процессов в печени, почках, мочевом пузыре и предстательной железе;
- импотенции – оказывает сильнейшее восстановительное действие.



АКЦИЯ!
50% СКИДКА!
При покупке 6 упаковок
+6 упаковок в ПОДАРОК**

Декларация ЕАЭС № RU Д-РУ-РА03.В.01468/21

АРТРИТ? АРТРОЗ? ПОЛИАРТРИТ? ОСТЕХОНДРОЗ?...

Артро NEW – препарат последнего поколения!

В **АртроNEW*** входят саше (удобные пакетики) для приема внутрь утром и вечером и крем для нанесения на болезненную область. Основан из сильнейших природных компонентов: хондроитина, глюкозамина, МСМ, коллагена, босвелии, куркумы, сабельника, клевера, мумие..., все компоненты действуют синергически - дополняя и усиливая действие друг друга обладают противовоспалительными и болеутоляющими свойствами, которые способствуют:

- Снятию боли и отечности при артрозе, артритах, полиартритах, полиартрозе, коксартрозе, остеопорозе, остеоартрозе, сколиозе, межпозвоночном и шейном остеохондрозе;
- Улучшению подвижности, гибкости суставов и позвоночника;
- Уменьшению воспаления и болезненных ощущений в суставах и в спине различной локации;
- Улучшению кровоснабжения тканей, снятию отеков, боли;
- Восстановлению подвижности чувствительности конечностей;
- Снижению риска разрушения хрящевой ткани;
- Восстановлению синовиальной жидкости и хрящевой ткани;
- Восстановлению элементов связочно-сухожильного аппарата;
- Нормализации уровня мочевой кислоты в суставах.

ЗДОРОВЬЕ СУСТАВОВ В ВАШИХ РУКАХ.



АКЦИЯ!
При покупке
курса
3 упаковки
в ПОДАРОК! **

Декларация ЕАЭС № RU Д-РУ-РА04.В.68325/22

Сделать заказ и получить
гарантированные подарки можно
по бесплатным телефонам:

8 800 511 04 37
8 800 600 20 92

* НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

**Срок акции с 10.12.2023 г по 30.04.2024 г. Информация об организаторе акции: ИП Курбатов А. В., ОГРНИП 313183121100028. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве призов, месте и порядке их получения по телефону 8 8006002092. Реклама.