

# ЖИЗНЬ

16+

## САДОВАЯ ЖИЗНЬ



с Октябриной Ганичкиной

СПАСАЕМ УРОЖАЙ ОТ ЖАРЫ | Стр. 22

10 - 16 июля 2024 № 27

ТЕЛЕ программа

С 15 ПО 21 ИЮЛЯ

Его загнали в театр из-за двоек, а он стал народным генералом и всю жизнь посвятил супруге

Стр. 6

### НЕ СТАЛО ВЛАДИМИРА МАТВЕЕВА

Фото: кадр из сериала «Консултант», реж.: А. Рудakov

Мargarита Суханкина:

### ПАПА СПАС ОТ СМЕРТИ И ОТЧАЯНИЯ

60-летняя звезда «Миража» рассказала, как её выживали из группы и как любимый мужчина покориł её борщом

Стр. 8-17

Фото: СОЦСЕТЬ / МАРГАРИТА СУХАНКИНА

СТАС ПЬЕХА НЕ МОЖЕТ НАЙТИ 74-ЛЕТНЕГО ОТЦА, КОТОРЫЙ БЕССЛЕДНО ИСЧЕЗ В ЛИТВЕ

Стр. 3



МАРАТ БАШАРОВ ПОПРОСИЛ ПРОЩЕНИЯ У ВСЕХ ЖЕН, КОТОРЫХ БИЛ, «НО ЛЮБИЛ»

Стр. 20



Стр. 20



Михаил Муромов ответил на письмо подписчицы «Жизни» из Рыбинска

Фото: LEGION MEDIA.RU

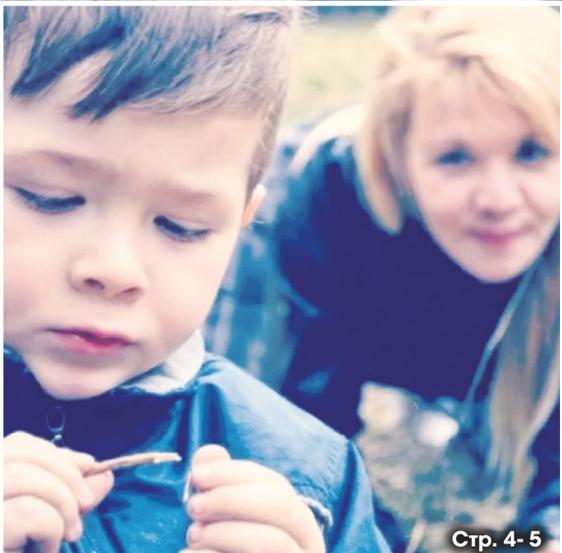


4 607005 010025 24027

### ДРАМА ЖИЗНИ МИГРАНТКИ, ПЕРЕЕХАВШЕЙ В РОССИЮ

## Я ВЫМОЛИЛА СЫНА У БОГОРОДИЦЫ

УЗБЕЧКА ПРИНЯЛА ПРАВОСЛАВИЕ, ЧТОБЫ ПОБОРОТЬ БЕСПЛОДИЕ, И ПОСВЯТИЛА СЕБЯ ПОМОЩИ БОЛЬНЫМ И БЕЗДОМНЫМ



Стр. 4-5

Фото: ЛИЧНЫЙ АРХИВ СТЕПАНОВЫХ

# КО ДНЮ СЕМЬИ, ЛЮБВИ И ВЕРНОСТИ



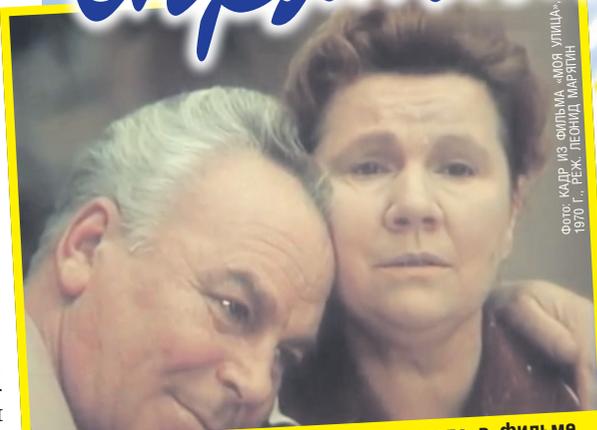
**СЕРГЕЙ ИВАНОВ**

**ВСЕМ** известно, что символом Дня семьи, любви и верности является ромашка – её образ давно стал частью русской культуры.

Не обошли вниманием этот цветок и наши поэты и композиторы. Интересная судьба сложилась у песни «Ромашки спрятались» из фильма «Моя улица», которая стала поистине народной.

В 1969 году на киностудии «Мосфильм» режиссёр Леонид Марягин приступил к съёмкам картины об истории московской рабочей семьи. Одну из главных ролей в фильме играла народная артистка РСФСР Нина Сазонова. Её героиня, согласно сценарию, должна была спеть глубокоую и трогательную песню о прерывностях любви. Сочинить музыку и стихи Марягин попросил композитора Евгения Птичкина и поэта Игоря Шаферана. Последний к тому времени уже имел в своём активе такой шлягер, как «На тебе сошёлся клином белый свет». Однако работа творческого дуэта неожиданно затянулась. Первый вариант песни Марягин безжалостно забраковал: «Не то. Эту песню никто петь не будет». Второй не понравился Нине Сазоновой. По её словам, он не трогал душу. Такая же участь постигла третью, четвёртую и пятую версии. Коллеги уже стали подшучивать над Птичкиным и Шафераном, сравнивая каждый

## Ромашки спрятались...



Впервые песня про ромашки прозвучала в фильме «Моя улица» в исполнении Нины Сазоновой

**КАК КОМПОЗИТОР ЕВГЕНИЙ ПТИЧКИН И ПОЭТ ИГОРЬ ШАФЕРАН «НАГАДАЛИ» ПЕСНЮ, СТАВШЮЮ НАРОДНОЙ**



Евгений Птичкин



Игорь Шаферан

их визит к принципиальному режиссёру с гаданием по ромашке – «любит-не-любит». Наконец, измученные авторы пришли к Марягину с шестым по счёту вариантом песни, а это в «ромашковом» гадании означало самое худшее – «к чёрту пошлёт». И шутники прочили им очередной провал. Но именно этот вариант и оказался счастливым – режиссёр его утвердил!

### ШОК

– Когда Сазонова запела, на съёмочной площадке воцарилась абсолютная тишина. Все замерли: и те, кто участвовал в съёмках, и гримёры, и под-

собные рабочие. Все уборщицы поставили вёдра и бросили на пол веники, слушая песню, – вспоминал позже Игорь Шаферан.

Да, это были те самые слова и музыка, которые помнятся сейчас гораздо лучше, чем собственно фильм «Моя улица», вышедший на экраны в 1971 году. Песня «Ромашки спрятались» сразу же зажила своей отдельной народной жизнью, войдя в разряд застольных, и ни одно торжество не обходилось без строк «Зачем вы, девочки, красивых любите?» Появилась она и в репертуаре советских певиц. По мнению многих, луч-

ше всех эту песню исполняла легендарная Ольга Воронец.

В настоящее время «Ромашки спрятались» перепевали Вика Цыганова, Татьяна Буланова, Надежда Бабкина, Алёна Апина и даже Валерия. Причём некоторые музыканты отмечают интонационную переключку «Ромашек» с популярной блатной песней «Таганка» в исполнении группы «Лесоповал». Дело в том, что мелодическая основа обеих песен восходит к одному и тому же первоисточнику. Точнее говоря, к интонации городского романса. Возможно, в этом и заключается её невероятный успех.



Саша Зверева

## Демон-версия

**43-ЛЕТНЯЯ** экс-вокалистка «Демо» Саша Зверева приехала из США в Россию.

Зверева не была в РФ уже три года и вернулась из Америки специально, чтобы поделиться с россиянками своей женской энергией. Видимо, в США её ретриты не оценили. Сама Саша заявила, что за 10 лет за границей деградировала.

## Спасибо и прощай!

**ОТ ЗВЕЗДЫ «Дома-2»** 47-летнего Степана Меньщикова ушла супруга.

– Спасибо тебе, Степан, за дочку. По всему миру много женщин, которые сами воспитывают детей без помощи пап. И я тоже справлюсь, – написала Ангелина Монах в соцсети.

Напомним, что с прошлого года Ангелина вместе с 4-летней дочкой живёт в Таиланде.

**ВНИМАНИЕ!**  
**МАСШТАБНАЯ АКЦИЯ!**

**ВЕРНИТЕ ЯСНОСТЬ СОЗНАНИЯ!**

Завод производитель «Здоровая семья Сибирь» приглашает всех принять участие в социальной программе по оздоровлению граждан.

**ВИРТУСВИТА**

Активность мозга  
Идеальная память

### ПОДВОДИТ ПАМЯТЬ? Мучает МЕТЕОЗАВИСИМОСТЬ?

**Бессонница? Шум в ушах? Стрессы? Тревога? Навязчивое чувство страха?**

Решить все эти проблемы вам поможет – **ВИРТУСВИТА!**

**ВИРТУСВИТА – революционный комплекс направленного действия, СПОСОБСТВУЮЩИЙ:**

- ✓ Устранению шума в ушах;
- ✓ Улучшению капиллярного кровообращения;
- ✓ Восстановлению памяти;
- ✓ Борьбе с бессонницей;
- ✓ Снижению метеозависимости;
- ✓ Снабжению мозга необходимыми веществами и микроэлементами.



Продукт изготовлен исключительно из природных компонентов, **НЕ СОДЕРЖИТ** в составе консервантов и вредных химических компонентов. Имеет накопительный эффект.

**СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ТОЛЬКО ДО 12 АВГУСТА 2024 Г.**

Позвоните по телефону горячей линии  
**8-800-555-1336**  
(звонок бесплатный)

2 Назовите уникальный ПРОМОКОД акции **2842**

3 Получите 2 упаковки **СОВЕРШЕННО ВИРТУСВИТА БЕСПЛАТНО**

Доставка Почтой России за счет завода-производителя



ОРГАНИЗАТОР АКЦИИ ИЛИ ПОДПИШЕТЕСЬ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ, ИНН: 222323580670 ОГРН/ИН: 32322020007115 «ПОДРОБНОСТИ АКЦИИ, ПРИВЛЕКАЮЩЕЙ ЕЕ ПРОВЕДЕЛИНКА» КОМПЕТЕНТНО ПОДАРОК, БРОЖИ, МЕСТО И ПОРЯДОК ИХ ПОЛУЧЕНИЯ МОЖНО УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 8-800-555-1336

**НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ**

© Учредитель АО «Ньюс медиа». Издатель: ООО «Издательство Жизнь». Адрес издателя и редакции: 127015, г. Москва, Бумажный проезд, д. 14, стр. 1, эт. 3, пом. 1, 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 Сотсол, 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	Владивосток	Волгоград, Самара	Воронеж	Москва	Новосибирск	Челябинск
	8(968) 712-63-43	8(968) 712-63-43	8(937) 067-94-18	8(920) 229-12-43	8(499) 455-02-84	8(913) 014-86-86	8(906) 361-02-34
					8(906) 361-02-34	8(951) 241-76-43	

Периодическое печатное издание, газета «Жизнь» № 27, 10 - 16 июля 2024. Отпечатано в ЗАО «Трайм Принт Москва», Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5-В. Заказ № 1995.

# ДРАМА В СЕМЬЕ ИЗВЕСТНОГО ПЕВЦА

**СЕРГЕЙ ЖУКОВ**

**43-ЛЕТНИЙ** певец Стас Пье-ха рассказал, что его папа, живущий в Литве, уже несколько месяцев не выходит на связь.

Дело в том, что его биологический отец Пятрас Герулис, живущий в Вильнюсе, перестал подавать о себе весточки.

Стас регулярно помогал 74-летнему родителю, они общались, но с недавних пор пожилой мужчина словно канул в Лету.

## ОТЧАЯНИЕ

– Я всегда переводил ему деньги, но уже несколько месяцев они не доходят. Я стал искать отца – он пропал. Не можем его найти. Соседи ничего не знают. Родственников там нет, есть сестра, но она живёт в Америке. Мы наводили справки. С мамой постоянно это обсуждаем, но ничего не можем сделать. Мне в Литве точно не будут рады, но, может, отправим туда кого-то. Пока все, кого мы спрашивали, не могут,

# ГДЕ ТЫ, ПАПА?

**Стас Пье-ха ищет отца, который бесследно исчез в Литве месяц назад**



Стас всегда помогал папе, хотя видел его лишь несколько раз

– поделился обеспокоенный музыкант.

Напомним, что Стас Пье-ха – внук легендарной советской певицы Эдиты Пьехи. Отец Стаса Пятрас Герулис – джазовый певец и музыкант, театральный режиссёр. Брак его с Илоной Броневицкой распался в 1981 году. После развода мужчина уехал в родной Вильнюс, где остался навсегда. В воспитании ребёнка он никакого участия не принимал и виделся с ним всего пару раз за всю жизнь. Однако, несмотря на это, Стас Пье-ха во взрослом возрасте не забывал биологического отца и делал для него всё, что мог.



Тина Канделаки

## Тёща ХОТЬ КУДА!

48-ЛЕТНЯЯ телеведущая Тина Канделаки выдала замуж свою старшую дочь.

Мелания родилась у Канделаки в браке с бизнесменом Андреем Кондрахиным. Сейчас девушке 24 года. Известно, что она не любит публичности. Кто стал избранником Меланий, пока неизвестно.

## ПРИКОЛ

**В ЯПОНИИ** появилась новая мода – девушки идут в ЗАГС без жениха и заключают браки с собой без традиционных церемоний.

# КАК УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ, КОГДА ВАМ ЗА 60?

## УЧЕННЫЕ НАЗВАЛИ МЕТОД, ПОМОГАЮЩИЙ ЗРЕНИЮ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Российские ученые установили, почему падает зрение. Виной всему уменьшение количества каротинов или недостаток каротинов. Ученые называют их «топливом» для зрения. По их мнению, если «топлива» мало, глаза нормально видеть не будут.

### Где больше всего каротинов?

Ранее считалось, что много каротинов в моркови. Но новое исследование показало, что существует «суперпродукт», в котором каротинов в разы больше – это дикая сибирская черника. Ягода растет в горной Сибири – регионе с уникальным климатом и девственно чистой природой. Благодаря этому каротинов в ней больше, чем в растении, выращенном в искусственных условиях.

### Как сибирская черника влияет на органы зрения?

Каротины способствуют улучшению кровообращения в сетчатке, восстановлению ее

тканей и поддержание чистоты хрусталика при потере его естественной прозрачности. Они содействуют укреплению сосудов глаз, улучшению циркуляции глазной жидкости, нормализации внутриглазного давления. Ягода содержит родопсин, который может помочь улучшить цветочувствительность и сумеречное зрение. Также она способствует снятию усталости органов зрения, нормализации работы глазных нервов и мышц.



### Как правильно использовать сибирскую чернику для глаз?

Чтобы эффективно бороться с проблемой, нужно действовать непосредственно на нее. Ученые считают, что лучше всего использовать сибирскую чернику в форме для наружного применения. Тогда каротины будут попадать прямо в органы зрения, снабжать

их «топливом» и способствовать скорейшему восстановлению их функций. Именно для этого были созданы капли «Офтальюкс с сибирской черникой». Помимо экстракта ягоды сибирской черники, они содержат экстракты жимолости тибетской, базилика священного, арники, ареспол и коллоидное серебро, благодаря чему дают наилучший эффект.

### Кому могут быть рекомендованы капли «Офтальюкс с сибирской черникой»?

Людям с патологией глаз, с повышенным внутриглазным давлением, нарушением зрительной функции, затуманенным зрением, ухудшением сумеречного зрения, синдромом «сухого глаза» и различными возрастными ухудшениями.

**Капли «Офтальюкс с сибирской черникой» могут помочь снова увидеть окружающий мир четко и ясно.**

## СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ

### «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему



Для этого сделайте 2 простых шага:

**1. ПОЗВОНТЕ** по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **0752**

**2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО** получите Ваш ПОДАРОК\* – «Офтальюкс»

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**

Акционное предложение действует с 10 июля по 10 сентября 2024 г.

**ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!** Доставка за счет производителя!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ

ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 02770231387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022. Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции с 10 июля по 10 сентября 2024 г. \* Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

# СИЛА ЖИЗНИ ИСТОРИЯ ЖЕНЩИНЫ,

# Я ВЫМОЛИЛА СЫНА

**НИКОГДА** нельзя сдаваться, и чудо обязательно произойдёт. Это точно знает 42-летняя Ксения Стрелкова, которая прошла через безденежье, голод, разлуку с дочкой и бесплодие.

Уроженка Узбекистана, жившая с мужем по московским подъездам, смогла встать на ноги, выпросила у Богородицы сына, а теперь продолжает дело погибшей «Доктора Лизы».

Ксения и Сергей Стрелковы родились и выросли в Узбекистане, в Бухаре. Их история началась, когда они ещё были подростками. Ксению воспитывала бабушка, и девочке только исполнилось 13 лет, когда 14-летний Сергей подошёл к ней и со всей серьёзностью заявил: «Ты будешь моей женой». Ксюша посмотрела на него удивлёнными глазами, рассмеялась и ответила: «А вот и не буду». Однако Сергей оказался настойчивым: он начал ходить за девочкой по пятам и отпугивал всех ухажёров, которые пытались заговорить с его суженой. Так продолжалось несколько лет... Когда Ксении исполнилось 19, она наконец оценила постоянство Сергея, и молодые сыграли свадьбу. Расписавшись, супруги решили уехать в Башкирию, к матери Ксении, которая давно там обустроилась. На новом месте молодые люди впервые задумались о детях, однако столь желанная беременность долго не наступала. Ксюша обратилась к врачу, чтобы узнать причину, но тот только развёл руками. Мол, всё должно

**ТАТЬЯНА БОГДАНОВА**

быть нормально, видно, ваше время не пришло пока. Долгожданное событие произошло спустя несколько лет – в семье появилась малютка Камилла, которую родители полубили всем сердцем.

## ТРУДНОСТИ

Время шло, девочка росла, и всё, казалось, было в порядке. Только одно обстоятельство омрачало жизнь счастливой семьи – отсутствие нормальной работы и зарплаты. Понимая, что семью надо кормить, Сергей решил поехать в Москву на заработки. Ксения поехала с ним, оставив дочь на попечение бабушки.

– Первое время нам было очень тяжело. В столице у нас не было ни родных, ни друзей, поэтому приходилось выкарабкиваться самим. Когда мы только приехали, нам даже жить было негде, поэтому жили на улице. Днём работали, а вечером шли на вокзал или в подъезд спать, – вспоминает Ксюша.

Так молодые супруги и жили, пока их не пожалел один из жильцов дома, в подъезде которого они ночевали. Мужчину звали Борис, он был детдомовский, жил со своим братом в квартире, которую им выдало государство. Заметив семейную пару, ночующую в подъезде, он предложил им пожить у себя в комнате, пока Стрелковы не снимут подходящее жильё. Гражданство также было получить очень не просто. Уставшая от нервотрёпки и беготни, Ксюша в итоге не выдержала и написала



Мальчика, которого вымолила Ксения, назвали Богданом

Фото: ЛИЧНЫЙ АРХИВ СТРЕЛКОВЫХ

## Узбечка сменила веру, чтобы побороть бесплодие, и посвятила себя помощи больным и бездомным

Президенту России письмо с просьбой о помощи. После того как женщина отнесла это письмо в паспортный стол, её дело сдвинулось с мёртвой точки – и гражданство было оформлено.

Постепенно жизнь супругов начала налаживаться:

они нашли хорошую работу с достойной зарплатой, смогли снять квартиру и забрали дочь, по которой очень скучали. Супруги мечтали о втором ребёнке. Вот только беременность всё не наступала, и однажды Ксюше поставили диа-

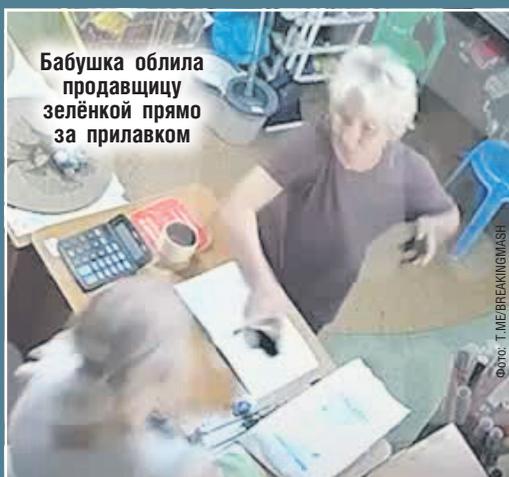
гноз «вторичное бесплодие».

– Первую дочку я родила в мусульманстве, потом семь лет у меня не получалось забеременеть, а я очень хотела второго ребёнка. Как-то моя одноклассница обмолвилась, что если прочитать тысячу право-



Так сейчас выглядит большая и счастливая семья Стрелковых

Фото: ЛИЧНЫЙ АРХИВ СТРЕЛКОВЫХ



Бабушка облила продавщицу зелёнкой прямо за прилавком

Фото: Т. МЕРБРЕКИНГМАШ

**ОЛЬГА НИКИТИНА**

**АГРЕССИВНАЯ** бабушка из Севастополя заподозрила продавщицу местного магазина в том, что та пытается разрушить семью её сына, и применила против неё «химическое оружие».

Старушка люто возненавидела 46-летнюю замужнюю Анну, которая трудится в местном магазинчике, – якобы та покусилась на святое – семью её сына. Пенсионерка самостоятельно решила разобраться с дамочкой, которой якобы «одного мужика мало». Сначала она кричала и скандалила, но ссора пере-

# ЦВЕТИ И ПАХНИ!

## В КРЫМУ ПЕНСИОНЕРКА ОБЛИЛА ЗЕЛЁНКОЙ ПРОДАВЩИЦУ ХОЗМАГА, ПОЛОЖИВШУЮ ГЛАЗ НА ЕЁ СЫНА

росла в рукоприкладство: в ход пошла зелёнка, которую старушка плеснула в лицо «бесстыднице».

### КИРПИЧ

Когда защитница своего «ребёнка» окончательно вошла в раж, она схватила кирпич и швырнула его

прямо в продавщицу. К счастью, с меткостью у пожилой метательницы было не очень, поэтому булыжник пролетел мимо цели. Анна не пострадала, но вот пятна от зелёнки придётся выводить с одежды и тщательно смывать с тела.



Фото: Т. МЕРБРЕКИНГМАШ

Пенсионерку хотели задержать, но тщетно

# КОТОРАЯ ПРОДОЛЖАЕТ ДЕЛО ДОКТОРА ЛИЗЫ

## У БОГОРОДИЦЫ

славных молитв, то желание исполнится. Я тогда не стала её слушать, а когда увидела, как мой муж мечтает о сыне, решила попробовать. Тогда же я обратила внимание на то, что в квартире, которую мы снимали, было много икон. И я подумала про себя: «Если я рожу сына, то моя семья пройдёт обряд крещения!» – рассказала женщина.

Свои первые молитвы Ксения решила начать читать перед Рождеством. Для этого она купила молитвослов, нашла молитву «Богородице Дево, радуйся» и начала молиться. На тот момент она даже не понимала, кому молится, но не останавливалась.

### ЧУДО

– Чётко у меня не было, я рисовала палочки в тетради и молилась по шесть часов подряд... А потом пошла в церковь. Там был батюшка Илий. Поговорив с ним, я поняла, что взамен на просьбу нужно что-то отдать. И тогда я дерзновенно обратилась к Богородице – пусть Она дарует мне сына, а я назову его Богданом, покрещу его, и вся моя семья тоже примет православие. Через месяц я забеременела и родила сына 26 октября – в праздник Иверской иконы Божией Ма-

нажды взяла в храм и своего 3-летнего сына. Увидев мальчика, батюшка Илий подошёл к нему и сказал: «Как же тебя мама вымалывала!», потом позвал Ксюшу и спросил, исполнила ли она данный обет. «Да, мы покрестились», – ответила ему женщина.

Батюшка одобрительно кивнул и посоветовал начать молиться Божией Матерью перед Иверской иконой, потому что она стала покровительницей семьи Стрелковых.

После рождения сына у Ксюши словно второе дыхание открылось – она вдруг захотела помогать другим. Поначалу она не знала, как это можно сделать, её первая благотворительная акция была спонтанной: на сайте мамочек женщины увидела крик о помощи мамы из Ярославля и решила ей помочь.

– Женщина писала, что родила дочку Лизу раньше срока, в результате чего у малышки развилась энцефалопатия, а помочь ей могли только в столице, но за деньги. Цена вопроса была 750 тысяч рублей, а времени было мало. Я написала той маме и стала её уговаривать открыть сбор денег. Мне тогда не поверили, что можно собрать такие средства за 7 дней, но я рискнула, – делится воспоминаниями Ксения.

Чтобы помочь маленькой Лизе, женщина начала активно писать посты о ней в соцсетях. Тогда на неё вылилось много негатива, но Ксюша старалась не обращать на это внимания, поскольку у неё была благая

цель. А чтобы всё наверняка получилось, женщина начала молиться: она семь дней не отходила от иконы Иверской. И чудо случилось снова – к акции подключились мамочки из разных городов и стран и необходимая помощь была собрана.

### МЕЧТА

Первый успех придал Ксюше сил, однако негативные высказывания людей и обвинения во лжи и мошенничестве всё-таки расстраивали женщину. А потом она увидела передачу про Елизавету Глинку, которая помогает людям и ничего не боится. Тогда Ксения решила не опускать руки... и начала следить за деятельностью «Доктора Лизы».

– Я смотрела все передачи и новости про неё, читала в Интернете статьи и восхищалась ею. Я даже мечтала быть у неё волонтером, но не успела. Шок, который меня пронзил, когда я узнала, что нашей Елизаветы больше нет, невозможно описать. Стало страшно. А через два дня я взяла себя в руки и вышла с дочерью на акцию «Доктор Лиза. Мы помним». Мы тогда сделали бутерброды, купили яйца, соки и пошли вдвоём кормить бездомных по вокзалам с четырьмя пакетами, – вспоминает женщина.

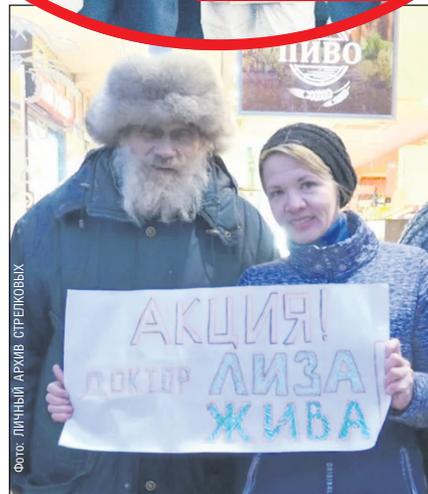
А через некоторое время Ксения позвонила волонтеру фонда «Доктор Лиза» Евгению и спросила, можно ли присоединиться к ней в следующий раз. Так сбылась мечта Ксюши – она стала помогать людям наравне с фондом Елизаветы Глинки.

– Сейчас мы кормим от 200 до 300 человек за день, каждый вторник мы ездим на вокзал, чтобы покормить и полечить нуждающихся. Среди наших помощников появились и медики, – говорит благотворительница. Мы помогаем не только бездомным, но и детям, онкобольным, старикам. Как правило, все думают, что среди бездомных одни алкоголики, что эти люди сами выбрали такой путь. На самом деле это не всегда так. Там много людей, которые попали в трудную жизненную ситу-

ацию, и только процентов десять попали туда из-за выпивки. Среди них много вахтовиков, мигрантов, которых недобросовестные работодатели бросили на произвол судьбы, не выплатили зарплату, украли их документы. Обычно вначале они сами пытаются выйти из этого положения, но, к сожалению, не всем это удаётся. Таким помогаем мы, – говорит она.

Сейчас семья снимает дом в Подмоскowie, куда может прийти всякий, кому нужна временная помощь. Старшая дочка Ксении, Камилла, окончила школу, медицинский колледж и вышла замуж. Теперь она вместе со своим мужем помогает маме лечить бездомных. Младшему, Богдану, недавно исполнилось 15 лет – он заканчивает девятый класс и мечтает стать программистом. Ксения любит повторять, что чудеса случаются, но нужно только очень захотеть и не бояться идти вперёд.

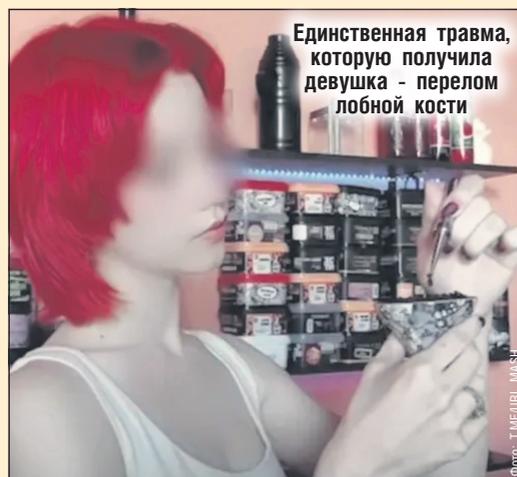
«Я подумала про себя: «Если я рожу сына, то моя семья пройдёт обряд крещения!»»



Ксению и её семью теперь хорошо знают все бездомные Москвы

тери, – рассказала о чуде Ксения.

После рождения Богдана семья, как Ксения и обещала, приняла православную веру... С тех пор женщина часто стала ходить в церковь и молиться, а од-



## НА УРАЛЕ СТУДЕНТКА ВЫПАЛА С 18-ГО ЭТАЖА И ЧУДОМ ВЫЖИЛА, УПАВ НА ГИБКИЙ КУСТАРНИК

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

20-ЛЕТНЯЯ жительница Екатеринбурга, упавшая с огромной высоты во время мытья окон, отделалась неопасными для жизни травмами.

Мария потеряла равновесие, когда мыла окна в квартире на 18-м этаже, после чего камнем рухнула вниз. Жизнь Маше спасли два обстоятельства: она приземлилась на мягкую почву, где росли густые кусты, а также сумела сгруппироваться во время падения. Ну и счастливый случай помог, конечно. Единственная серьёзная травма, которую получила

## Жизнь с куста

20-летняя студентка, – это перелом лобной кости прямо над глазницей. Ещё немного пострадали внутренние органы, но медики не провели пострадавшей ни одной операции. При этом они до конца всё ещё не верят, что после такого невероятного падения Марии не придётся накладывать гипс или прибегать к другим малоприятным процедурам. Сама же по-

страдавшая утверждает, что чувствует себя нормально.

### ЛЕЧЕНИЕ

Тем не менее врачи продолжают обследовать пациентку, чтобы исключить внутреннее кровотечение или скопление жидкости в брюшной полости, поэтому о выписке говорить ещё рано.

# УТРАТА | НЕ СТАЛО НАРОДНОГО АРТИСТА ВЛАДИМИРА МАТВЕЕВА

АРТЁМ КОНЕВ

**УШЛА легенда «ментовских» сериалов актёр Владимир Матвеев – человек в золотых погонах, создавший десятки образов военных и полицейских генералов.**

Лицо его известно каждому любителю отечественного кино – он неизменно появлялся на экране, щеголяя безупречной выправкой и роняя скупые, но веские фразы. При этом за кадром он был чрезвычайно вежлив и делакатен – настоящий петербургский интеллигент, хоть и выросший в небольшом городке на Урале. Ему было 72 года, 54 из которых он отдал кино и театру.

Владимир – родом из Сибири, но ещё ребёнком родители увезли его в Первоуральск. Жизнь его начиналась хмуро и непривлекательно – он постоянно болел, учился на двойки-тройки. Единственной мечтой его было стать прославленным спортсменом, но и здесь мальчика ждали только разочарования – он, по его признанию, занимался всеми видами спорта, но нигде не добился результатов. В общем, куда ни кинь – везде клин. Но именно неудачи привели пацана-неудачника в театр.

Как-то учительница по немецкому языку вызвала его к себе после уроков и поставила ультиматум: либо Володя идёт в художественную самодеятельность, либо она гарантирует ему двойку в году по её предмету.

– Я заплакал и пошёл в самодеятельность. А что было делать? – рассказывал позже Владимир в интервью.

**УСПЕХ**

Но оказалось, что театр – это именно то, к чему у него по-настоящему лежит



На съёмках «Великая» Владимир играл царского генерала

**ЕГО НАСИЛЬНО ЗАГНАЛИ В ТЕАТР ИЗ-ЗА ДВОЕК, И ОН СТАЛ НАРОДНЫМ ГЕНЕРАЛОМ, ВСЮ ЖИЗНЬ ПОСВЯТИВ ЛЮБИМОЙ СУПРУГЕ**

## Актёр с золотыми погонами

душа. Жизнь его, до того момента бесцельная, наполнилась новым

смыслом. Владимир заболел сценой и кино. На актёров того времени он буквально молился – собственноручно вырезал из дерева иконостас и прибил его у кровати над кроватью, только вместо ликов святых там были фотокарточки советских артистов. Особенно он почитал Юрия Толубеева и Игоря Горбачёва, после того как увидел Городничего и Хлестакова в «Ревизоре» 1952 года.

– Уже став артистом, я понял совершенно чётко, что никогда не достигну этих высот, – признавался он. После окончания школы парень бросился поступать в Свердловское театральное училище, но в первый раз провалился. А на второй год

среди комиссии оказался педагог из театра Ленсовета – он после прослушиваний догнал пареньку в коридоре и сказал: «Молодой человек, сейчас же езжайте в Ленинград на Моховую, 34. Вас там ждут».

Он попал на курс к народному артисту СССР Игорю Владимирову. Советский мэтр строго-настроено запрещал своим студентам играть в кино, считая, что камера их портит. Когда молодой артист, крепя сердце, всё же попытался отпроситься у него на съёмки (куда его давно уже гнали от ярости: «Не отпущу! Уволью! Мне и так всех испортили в этом вашем кино!») После этого Матвеева на долгие годы внесли в чёрный список «Ленфильма» как «не снимающегося».

**КАРЬЕРА**

Но в кино он всё же пробился – случилось это в конце 80-х – начале 90-х. Тогда главными героями экрана были бандиты, менты и военные, а выросший на Урале бывший двоечник и хулиган отлично понимал, как с удивительной живостью и естественностью воплотить на экране эти образы. Особенно ему удавались гене-

ралы армии и спецслужб и высокие полицейские чины. «Агент национальной безопасности», «Ментовские войны», «Гаишники», «Жизнь и судьба», «Великая» – везде Матвеев появлялся с золотыми звёздами на погонах. Вероятно, его можно назвать рекордсменом по числу генеральских ролей в кино. За свою долгую карьеру Владимир Михайлович воплотил на экране более сотни образов – он появлялся во всех знаковых сериалах про силовиков, а ещё сыграл эпизодические роли в картинах «Мастер и Маргарита» и «Дорогой мой человек». До последнего снимался и был востребован. В 2023 году он сыграл свою последнюю генеральскую роль – зампреда КГБ СССР Семёна Цвигуна в сериале «Мосгаз. Последнее дело Черкасова».

О скоропостижной смерти актёра сообщила его супруга Юлия, с которой Владимир Михайлович прожил не один десяток лет. Актёр очень трепетно относился к своей личной жизни, никогда не выставлял её напоказ, но все знали, что он прекрасный семьянин и отец двоих детей.

Ещё один генерал царских времён – Лопухин



Глафира Тарханова

**Работаем вместе!**

40-ЛЕТНЯЯ актриса Глафира Тарханова, которая недавно стала мамой в пятый раз, родив от мужа Алексея Фаддеева дочку Лукерью, вышла на работу спустя 13 дней после родов.

Говорит, что быстро восстановилась, поэтому уже хочет вернуться на любимую работу, а дочурку взять с собой на гастроли.

– Работаем вместе! – написала она в своих соцсетях.



Бен Аффлек

**С вещами на выход**

51-ЛЕТНИЙ актёр Бен Аффлек собрал чемоданы и вывез вещи из особняка в Беверли-Хиллз, где жил с Дженнифер Лопес.

Во время его переезда в арендованное жильё сама поп-дива была на отдыхе в Италии. Пока супруги не комментируют проблемы в отношениях. Возможно, вечно недовольный Аффлек и Лопес всё же смогут найти компромисс.

**ПРИКОЛ**

**В ВОРОНЕЖСКОЙ** многоэтажке включили отопление в 33-градусную жару. Слесари заявили, что «просто так получилось».



Хабиб Нурмагомедов

## Перевели в партер

СЧЕТА 35-летнего российского бойца смешанных единоборств Хабиба Нурмагомедова арестовали из-за долга ФНС в 297 млн рублей.

После завершения спортивной карьеры Хабиб стал пробовать свои силы в бизнесе - он открыл несколько фирм самого разного профиля. Но оказалось, что с документацией у спортсмена было не всё гладко...

## Третьего - дано!

ДОЧЬ Арнольда Шварценеггера 34-летняя Кэтрин и звезда фильма «Стражи Галактики» Крис Прэтт ждут третьего ребёнка.

У супругов сейчас две дочери - трёхлетняя Лайла и двухлетняя Элоиза. Раньше Крис был женат на актрисе Анне Фарис, у них родился сын Джек. В 2017 году они развелись. Так что Арни почти трижды дед.

# ШОКИРУЮЩИЙ КОНКУРС КРАСОТЫ НА ДОНУ

# Интересно девки пляшут...



Юные конкурсантки шокировали горожан своим откровенным видом

ОЛГА НИКИТИНА

**В РОСТОВЕ-НА-ДОНУ** разразился громкий скандал после конкурса «Детская супермодель России», где девочки-подростки дефилировали в бикини.

Модельное шоу прошло в парке «Первое мая». В конкурсе, по словам организаторов, участвовали дети от 4 до 15 лет. А на подиуме зрители увидели полуголыми девочек-подростков.

Это стало поводом для всеобщего возмущения - ростовчане обвинили организаторов конкурса в том, что несовершеннолетние были чересчур оголённые. Сотрудники компании, которая орга-



Многие ростовчане говорят, что на подиуме якобы были одни малолетки

## В РОСТОВЕ ПРОВЕЛИ ДЕТСКИЙ КОНКУРС КРАСОТЫ С ПОЛУГОЛЫМИ ШКОЛЬНИЦАМИ 13-15 ЛЕТ

низовала всё это безобразие, сначала пыталась оправдаться правилами шоу - якобы всё соблюдено в рамках конкурса, а с родителями подписаны соглашения. Но после шквала обвинений организаторы стали говорить, что гуляющие по Интернету фотографии, мол, были сделаны совсем на другом мероприятии. Они утверждают, что в парке проходило одновременно два конкурса:

«Детская супермодель России» для детей от 4 до 15 лет (он проводится уже 28 лет и никаких претензий к нему не возникало) и «Лучшая модель юга России» для девушек. И какой-то фотограф на фоне детского баннера снял совершеннолетних моделей, после чего взрослое шоу ошибочно приняли за детский конкурс красоты... Как бы то ни было, городская прокуратура начала проверку.

# КОГДА СУСТАВЫ ЗОВУТ НА ПОМОЩЬ

## ДВИГАЕМСЯ БЕЗ БОЛИ

Проблемы с суставами, мышцами, спиной ограничивают активность, мешают заниматься любимыми делами. Требуется прием обезболивающих, которые не всегда помогают. Частой причиной болей в суставах являются остеоартроз и подагрический артрит - обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в ткани суставов. Источниками избыточного кальция являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.). Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др. **Нарушение питания в течение многих лет приводит к «отложению солей».** Если боли в суставах являются проявлением нарушенных обменных процессов, то для восстановления их не обойтись без соблюдения диеты. Следует исключить из рациона концентрированные молочные продукты (жирный

творог, сыр, сметана, сливочное масло, сливки), сахар и сладости. Ограничить употребление красного мяса, мучных продуктов. Предпочтительно употребление овощей, морской рыбы, растительного масла, яблок, цитрусовых, круп. Очень помогают «разгрузочные» дни.

Соблюдение диеты может помочь нормализовать обмен веществ, снизить уровень холестерина в крови, повысить эффективность применения не только обезболивающих средств, но и улучшить течение болезней сердца и сосудов.

Спровоцировать обострение проблем с суставами, поясницей может резкая нагрузка на неподготовленный сустав. Травмируется нежная хрящевая ткань. Отвыкшие от нагрузок мышцы ног и спины не могут надежно фиксировать сустав в правильном положении, что приводит к его травме. От этого боль, ограничение подвижности, «прострелы» в пояснице.



## КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМУ?

1. Перед началом движения проведите **разминку для суставов**: помассируйте мышцы, область суставов и поясницу, используя **крем для массажа**.
2. Ограничьте вес сумок, ходьбу на большие расстояния.
3. **Используйте наколенник** и пояс для разгрузки поясницы.
4. **Надевайте обувь с невысоким каблуком, с толстой, мягкой подошвой.**
5. **Держите суставы и поясницу в тепле.**
6. Во время работы **держите спину прямой**, не сгибайте колени полностью (**пользуйтесь низкой скамейкой**).
7. Если дискомфорт или боль в суставе и спине появилась - прекратите нагрузку, **используйте согревающие или обезболивающие кремы**. Их нужно застигать заранее, проконсультировавшись с врачом.

Желаем удачных выходных, хорошей погоды и здоровых суставов.

### СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ.

Скидка при покупке на сайте [Zdravcity.ru](http://Zdravcity.ru), [Apteka.ru](http://Apteka.ru), тел.: **8 800 500-92-62**, **8 800 700-88-88**, **8 800 555-62-65** (звонок бесплатный), **+7(937) 009-30-03** и интернет-аптеках. Консультации по применению: **8 800 201-81-91** (звонок бесплатный).

[www.Inpharma2000.ru](http://www.Inpharma2000.ru) Косметические средства. Реклама.

**ЭКСКЛЮЗИВ ОТКРОВЕННОЕ ИНТЕРВЬЮ**

**ЕЁ ГОЛОС** дал дорогу многим артистам нашего шоу-бизнеса. Благодаря ему солистки «Миража» получали звания и зарабатывали десятки миллионов. И лишь спустя много лет она вышла из тени и получила заслуженную славу и любовь своих зрителей. В гостях у «Жизни» певица, заслуженная артистка России **Маргарита Суханкина**.

– **Маргарита, кто сегодня имеет право петь песни «Миража»?**

– Да всё очень просто. Дело в том, что композитор наш Андрей Литягин продаёт «Мираж» всем. Хочешь стать «Миражом»? Можешь обратиться к нему, он объявит цену, за которую ты сможешь написать себе вывеску «группа «Мираж», взять гитару, клавишные, включить фонограмму... Он тебе продаст название!

– **А почему тогда Гулькина не может или Разина?**

– Могут, но за деньги. Денег все хотят. Там, правда, есть затык такой – в песне два автора – текста и музыки. Литягин рад бы себе всё присвоить. В одном интервью он так и сказал, что, мол, я автор и текстов, и музыки. Я просто смеюсь над всеми этими изысками. Сейчас вообще модно переписывать историю. Но все люди, которые назывались группой «Мираж», работают под мою фонограмму. Даже в фильме «Слово пацана» мой голос звучит!

– **Но всё-таки привела Вас на эстраду Наталья Гулькина?**

– Сначала надо сделать «лирическое» отступление очень важное. Дело в том, что «Мираж» всегда был студийным проектом. Никакой группы никогда не было. Это были аранжировки, автор текста, композитор и голос. Я приходила в студию и записывала песни. Что там они потом делали, какие девочки плясали, что вытворялось под мою фонограмму, меня не касалось. Группа мифическая. Поэтому поэт Валера Соколов и придумал такое название – «Мираж». Потом многие люди удивлялись, мол, девочки разные, а голос один звучит. «Почему вы, Маргарита, скрываетесь? Это же вы поёте!» – спрашивали меня. Я отвечала: «Нет, ребята, это не я». Я скрывалась очень тщательно – боялась, что информация просочится и меня перестанут уважать

**ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА**

в театре и в консерватории. А популярность нарастала тем временем. Я продолжала приезжать в студию, всё это записывала. И другой важный момент – я никогда ни с кем не была знакома. Все эти девушки ушли в большое плавание, получили имя на моём голосе, а одна даже получила звание заслуженной артистки (Татьяна Овсиенко. – *Прим. ред.*). И вот однажды раздаётся звонок: «Здравствуйте, вас беспокоит директор Наташи Гулькиной. Наташа очень хочет с вами познакомиться». Это к моменту, что мне кто-то руку помощи протянул. Я ему ответила, что не хочу знакомиться. Зачем? В общем, он меня три дня уламывал.

– **В конце концов Вы согласились.**

– Ну да, поехала, встретилась в кафе. Сидит Наташа, которая умеет обаять, очаровать, такая прямо кошечка. И звучит из её уст такая фраза: «Страна начала обо мне забывать, я хочу напомнить стране о себе». – «И что для этого надо сделать?» – спрашиваю. – «Надо записать со мной песню. Я уже записала свой диск, и люди, которые его покупают, говорят, что, если на этом диске будет хоть одна песня с Суханкиной, мы тебе заплатим вдвое дороже». Я согласилась. Мы приехали в студию и записали песню «Просто мираж». Пожали друг другу руки, обнялись, всё, пока. Через некоторое время Наташа опять позвонила. С её слов, пошла она в пиар-агентство и агент сказал, что про тебя, Наташа, ничего интересного, а вот если бы ты Суханкину подтянула! Её голос всем известен. Вот если бы ты с ней пришла, это была бы бомба. И бомба случилась – дальше всё пошло не по сценарию, который строила Наташа. Она-то думала, что меня, как баржу, подтянет, я её вытащу в большое плавание, а она ногой оттолкнётся от меня и поплывёт дальше. Но не получилось – пошли толпы людей, которые начали мной интересоваться.

– **Два года Вы были и не в театре, и не в «Мираже», как выживали?**

– Сначала был стресс жуткий. Когда муж узнал, что я уже не в театре, я как-то резко перестала ему быть интересной. Однажды сказал: «Ну, ладно, я поехал с друзьями на рыбалку, а ты думай, чем тебе заниматься и



Папа и мама ничего не жалели, чтобы дать Маргарите музыкальное образование

Фото: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

*Маргарита Суханкина:*  
**Папа спас меня от смерти и отчаяния**

**60-ЛЕТНЯЯ ПЕВИЦА РАССКАЗАЛА, КАК ЕЁ ВЫЖИВАЛИ ИЗ ГРУППЫ, КАК ОНА ЧУТЬ НЕ УМЕРЛА ОТ КОВИДА И КАК НОВЫЙ МУЖ ПОКОРИЛ ЕЁ БОРЦОМ**



Молва приписывала Маргарите и Андрею Литягину близкие отношения

Сейчас певица мечтает женить детей и нянчиться с внуками

# С НАСТОЯЩИМ ГОЛОСОМ ГРУППЫ «МИРАЖ»



Диана Арбенина

## Тяжёлый рок...

49-ЛЕТНЯЯ рок-певица Диана Арбенина рассказала, что недавно узнала о смерти биологического отца её 14-летних двойняшек.

Арбенина родила Марту и Артёма в США, когда ей было 35 лет. Известно, что их отец был американским бизнесменом с русскими корнями.

— Он был мужественным и благородным человеком, — поделилась певица.



Мэттью Перри

## Хватит всем!

СТАЛО известно, что у американского актёра Мэттью Перри, умершего в октябре 2023 года в возрасте 54 года, осталось состояние в 120 млн долларов.

Наследство актёра получают его мать, отец, сестра и бывшая возлюбленная Рэйчел Данн. Перри наиболее известен по роли Чендлера в сериале «Друзья», который шёл с 1994 по 2004 год.

## ПРИКОЛ

**В США девушка после семи лет отношений с любимым узнала, что муж изменил ей с её матерью и стал отцом её же брата.**

как мы с тобой будем жить». На что я сказала: «Ну, ладно, ты давай с рыбалки-то уже не возвращайся». Дошло до того, что я в стрессовом состоянии хотела сделать шаг в открытое окно... Совершенно не знала, как быть, как жить, чем заниматься. Здесь потеря, там потеря... Но, к счастью, через какое-то время взяла себя в руки.

### ОТЕЦ

— А кто Вас вытащил из этой тяжёлой ситуации?

— Родители. Они на тот момент купили дом в деревне. И я просто подумала, что у отца большое сердце и что если со мной сейчас не дай бог что-то случится, то следом за мной папа пойдёт. У меня с папой какая-то невероятная связь была. Не с мамой, а именно с ним. Папа очень много занимался моим воспитанием, в самые трудные минуты именно он был рядом. И когда я открыла окно, я вспомнила о папе и сказала себе: «Стоп, нет». И, закрывая окно, решила, что больше такой ситуации у меня не будет. Я теперь буду жить по-другому. Мне уже потом друзья говорили: «Рита, ты с ума сошла! Разве бы мы тебе денег не нашли, не накормили?» А я просить не умею. Я человек, который умеет только отдавать. За кого-то могу разбиться, а за себя — нет.

— Вы знаете историю любви Ваших родителей?

— Моему отцу нужно памятник поставить, уникальный был человек. Что только мама не вытворяла и крови попила. Не только у отца, но и у нас, детей. Мама была человек яркий, жила как хотела. Хочу готовлю, хочу не готовлю. Или с папой неделю не разговаривала, если он не отпустил её на какую-то вечеринку. И заодно не разговаривала со всей семьёй. Для меня бойкот, когда игнорят, это ужасно. Я с детьми своими так не поступаю, потому что знаю, насколько это болезненно. Да, мама могла себе позволить такие вещи, а папа всё проглатывал. Он перед ней буквально лезгинку танцевал: «Галочка, моя Галочка!» Как на богиню на неё смотрел — самая любимая, самая лучшая женщина. Кто бы что ни говорил! Вот такой папочка у меня был.

— Мы с Вами общались пять лет назад, и у меня ощущение, что предо мной совершенно другой человек. Вы перенесли операцию по ушиванию желудка, сильно похудели.

— Шунтирование желудка это называется. Чуть-чуть подшивается та часть желудка, которая усваивает жиры. Причём там ничего не вырезается. И реально получилось так, что я вернулась к своему весу, с которым жила долгие годы — от 70 до 75 кг максимум.

— Самый страшный момент Вашей жизни — это июнь 2021 года, когда родителей не стало.

— Да. Это был период пандемии, а я не верила во всё это. Родители сидели дома, я их нигде не выпускала. Маски, перчатки, в машине всё протирала, чуть ли не обувь дезинфицировала, прежде чем зайти в дом. Прошёл 2020-й год, никто не чихнул и не кашлянул, и я говорю: «Ребята, это какая-то фикция, нет ничего». А сосед напротив предупредил, что у него жена болела, всё есть, всё очень серьёзно. А началось с того, что летом 2021-го папа сказал: «Слушай, у меня что-то с глазами. Надо бы провериться, свози меня в клинику». И мама тоже захотела проверить себя. Я нашла им лучшее — институт офтальмологии. Мы там ходили по кабинетам, сидели в очередях... А через несколько дней родители почувствовали себя плохо — какая-то слабость. И у меня то же самое началось. Однажды варила варенье, полезла в нижний ящик за сахарным песком, наклонилась и... упала в обморок. Очнулась, вста-

ла на четвереньки, и у меня начался дикий кашель, который перешёл в рвоту. Семья смотрит и не понимает, что происходит. Меня подхватил под руки мой гражданский муж, уложил в спальне. Померили температуру — 39. Вызвали «скорую». И родители «скороу». И родители совершенно очумевшие дети, которые не понимают, что происходит. И начались все эти состояния, психозы. Я рвусь из клиники домой, а там как в тюрьме — не отпускают: вы ещё слабая. У отца всё отразилось на сердце, а у матери — на почках. В итоге у отца — инсульт, у мамы отказали почки. То есть эта зараза ударила по самым слабым местам.

### ЛЮБОВЬ

— И про любовь. Вы всегда нравились мужчинам, четыре раза официально были в браке, четыре раза пережили развод. Ваша основная претензия к мужчинам?

— Их собственничество. У мужчин такая психология, что женщина должна быть у ноги, рядом всё время. У меня один из мужей такой был. Я ему говорю, мол, поехала в студию записываться. Он в ответ: «Так, чтобы в восемь часов была дома!» Пыталась объяснить, что не знаю, как там пойдёт процесс, но тщетно. Приезжаю позже восьми и слышу: «А-а-а, ты, наверное, там с кем-то кувыркалась!»



Гулькина и Суханкина — две топ-звезды группы «Мираж»



Дети Сергей и Валерия сразу стали называть Маргариту родной мамой

яснить, что не знаю, как там пойдёт процесс, но тщетно. Приезжаю позже восьми и слышу: «А-а-а, ты, наверное, там с кем-то кувыркалась!»

# ОТЛИЧНОЕ САМОЧУВСТВИЕ ВСЕГДА!

## МАГНИТНЫЕ БУРИ БОЛЬШЕ НЕ ПРОБЛЕМА!

**Магнитную бурю мы не видим, но чувствуем. От неё не спрячешься. Особенно если у Вас есть сердечно-сосудистые заболевания. И тогда Вы сильно рискуете своим здоровьем. А иногда и жизнью.**

**А Вы знали, что во время магнитных бурь на 30 % возрастает количество вызовов скорой помощи? И их увеличение связано с инфарктами и инсультами!**

**Но некоторые «сердечники» продолжают жить как прежде. Без тревог и волнений. В чём же секрет их спокойствия? Попробуем разобраться...**

### МЕТЕОЗАВИСИМОСТЬ — БОЛЬШОЙ РИСК ДЛЯ «СЕРДЕЧНИКОВ»

После 50 лет уже 70 % людей метеозависимы. Представляете? Почти два человека из трёх. А после 60 лет уже практически все!

А что Вы хотели? Ведь магнитные бури вносят хаос даже в работу электростанций.

Что уж там говорить о Ваших сосудах, которые от возраста и болезней уже потеряли эластичность. Именно из-за «плохой» погоды возникают их спазмы и скачет давление. Особенно на фоне имеющихся хронических заболеваний.

А Вы знали, как проявляется зависимость человека от погоды?

- мучительные головные боли (мигрень), головокружение
- волнение, необъяснимая тревожность
- учащение пульса и сбой сердечного ритма
- депрессия, беспокойный сон или раннее пробуждение
- резкий подъём или спад артериального давления.

Теперь Вы знаете, почему у Вас вдруг возникают эти состояния. И Вы понимаете, что оставлять свой организм без защиты в такие дни опасно. Это как играть в русскую рулетку! Но как бороться с этим явлением?

### ВАС СПАСЁТ ДОМАШНЯЯ МАГНИТОТЕРАПИЯ

Пить ещё лекарства? А стоит ли! После 50 лет Ваша печень и желудок работают на пределе своих возможностей.

Чувствуете? Запоры, дискомфорт, тяжесть и вздутие живота. Это неизменные спутники лекарств. Не хватает ещё и язву желудка заработать от обезболивающих или печень «подсадить».

Хотите привести Ваши сосуды в норму, но без таблеток? Тогда Вам на помощь придёт аппарат магнитотерапии «Ладиум». Ведь технический прогресс не стоит на месте. И сравнительно недавно российские конструкторы осуществлён революционный прорыв — был создан этот сверхкомпактный аппарат.

«Ладиум» блестяще прошёл все клинические испытания. И поэтому был зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения. Производится медицинское изделие «Ладиум» на заводе ООО «Медприбор СПб» (г. Санкт-Петербург).

### ЧТО ЖЕ ТАКОЕ «ЛАДИУМ»?

Представьте себе стильную стальную капсулу, по форме напоминающую песочные часы. Внутри неё поляризованный магнит — индуктор постоянного магнитного поля. Главный Ваш помощник и спаситель в защите от магнитных бурь.

Но это не всё! Аппликатор снабжён массажной насадкой. Она предназначена для воздействия на Ваши биологически активные точки. Получается два воздействия — и магнитное поле, и массаж (акупрессура).

Для чего нужен массаж? Он не только подготавливает Ваш организм к воздействию магнитного поля, но и продлит и усилит его эффект. Поэтому по своей эффективности «Ладиум» не только не уступает стационарным аппаратам в поликлиниках. Но за счёт акупрессуры даже превосходит их!

За счёт своей компактности «Ладиум» может быть всегда с Вами. А значит он не ограничивает Вашу свободу перемещений. Ещё вчера Вы не могли даже и мечтать об этом. Но с изобретением «Ладиума» это стало возможным. Теперь и Вы знаете секрет своей защиты от магнитных бурь.

### «КАПРИЗЫ» ПОГОДЫ ПОД ПОЛНЫЙ КОНТРОЛЬ!

С «Ладиумом» Ваша жизнь точно изменится! Для Вас больше не будет никаких ограничений. Вы делаете всё, что хотите и когда хотите! Представляете, Ваши соседи не в силах дойти до ближайшего магазина. А Вы уже возвращаетесь с дачи с урожаем! Так ещё и заготовки на зиму планируете вечером закрутить!

Потому что Вы больше не испытываете никакого беспокойства. Исчез шум в ушах. Больше не кружится и не болит голова. Пропала аритмия и тяжесть в ногах. Нормализовались давление и пульс. Ваш сон глубокий и спокоен. Ваша жизнь просто изменилась! Вот так «Ладиум», вот так спаситель!

«Ладиум» — не только Ваш мощный оберег, но и уверенность в том, что инфаркт и инсульт обойдут Вас стороной! Потому что Ваше давление и пульс в норме. Как в молодости. Хоть сейчас отправляй в космос. Вот так результат! Но как ему это удаётся?

### МАГНИТНОЕ ПОЛЕ ПРОТИВ МАГНИТНЫХ БУРЬ — ГЕНИАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ!

Как мы уже говорили, магнитные бури действуют на Ваши сосуды. Хотите легко перенести «капризы» природы?

Тогда Вам на помощь и придёт магнитотерапия. И окажет помощь Вашим сосудам. Как говорится в пословице, «клином клином вышибают»!

Для начала расположитесь в удобном кресле. Затем в течение 2–3 минут сделайте массаж биологически активной точки.

Используйте для этого сам корпус аппликатора или специальный накопчик.

Затем просто расположите «Ладиум» этой области. И дальше «Ладиум» сделает всё за Вас. Будьте уверены, с каждым ударом Вашего сердца всё новая и новая порция крови пройдёт через область воздействия «Ладиума».

Представляете, уже меньше чем через одну минуту вся кровь организма сделает полный оборот. Потом ещё и ещё оборот. Со временем под воздействием магнитного поля кровь станет более «текучей».

Как же это происходит? Прежде всего, за счёт снижения физиологических механизмов свёртываемости и выработки антитромбина. И Ваша «обновлённая» кровь сможет достичь каждого, даже самого мелкого капилляра. И это поразительный эффект!

Кроме того, магнитное поле снимет спазм сосудов. Это возможно за счёт снижения чувствительности рецепторов кровеносных сосудов к кортизолу — гормону стресса.

Как Вы понимаете, произойдёт их расширение. А это ещё больше усилит кровоснабжение всех органов. Согласитесь, отличная помощь Вашим сосудам и сердцу!

### ЗДОРОВЫЕ СОСУДЫ — ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ!

Вы 100 раз слышали это выражение. Всё верно! При усилении кровотока и снятии спазмов сосудов значительно снизится нагрузка на Ваше сердце.

Теперь Вы понимаете, почему «Ладиум» способен помочь Вам нормализовать давление и сердечный ритм. Так что Ваше сердце в любой день будет биться ровно, как швейцарские часы.

Но это ещё не всё, что может «Ладиум». За счёт магнитного поля происходит ускорение течения химических реакций. Как следствие, повышается проницаемость мембран клеток для обменных процессов.

Вы будете поражены, узнав, что также меняется поляризация молекул воды. И поэтому она вместе с продуктами воспаления легко выводится из клеток отёкшего органа.

Поэтому «Ладиум» обладает противовоспалительным, восстановительным и даже противовоспалительным действием. Как следствие, он способен помочь не только при сердечно-сосудистых заболеваниях.

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, гипотония 1-й, 2-й, 3-й степени, ишемия, стенокардия, вегетососудистая дистония)
- поражения опорно-двигательного аппарата (остеохондроз, радикулит, невралгия, артрит, полиартрит, артроз, отёки ног)
- заболевания желудочно-кишечного тракта (гастрит, дисбактериоз, колит, панкреатит, запор)
- неврологические, нервно-психические расстройства (болевы синдромы, утомляемость, головные боли, стрессовые состояния, неврозы, нарушения сна, хроническая усталость, невропатии, радикулит, постинсультные состояния).

И это далеко не полный перечень!

### «НАРОДНЫЙ» ЦЕЛИТЕЛЬ

Такое количество заболеваний, от которых может избавиться «Ладиум», кажется невероятным. Теперь Вы знаете, что его возможности практически не ограничены.



**ПРЕДЛОЖЕНИЕ ОГРАНИЧЕНО!\***

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

**8 800 777-93-61**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**WWW.PRODEX.RU**

**БЕСПЛАТНАЯ  
ДОСТАВКА**

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. \*Акция действует с 10.07.2024 г. по 10.08.2024 г. Информацию об организаторе такого мероприятия, правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

## 7 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро  
9.00 Новости  
9.20 Модный приговор  
10.10 Жить здорово!  
16+
- 11.00 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости  
12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости  
15.15 Давай поженемся!  
16+
- 16.05 Мужское / женское  
16+
- 17.00 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости  
18.30 Информационный канал 16+
- 20.00 ИЩЕЙКА  
Сериал 16+  
*К берегу прибывает тело молодой девушки. Вскоре удаётся установить ее личность: Ермолаева Тамара, работала прислужкой в семье Дужниковых. Довольно быстро появляется подозреваемый, вышедший по УДО, - Иван Куприн. Но при задержании он кончает жизнь самоубийством...*
- 21.00 Время  
22.00 ДВА БЕРЕГА  
Сериал 16+
- 23.00 Большая игра  
16+
- 0.00 ПОДКАСТ.ЛАБ  
16+
- 3.00 Новости  
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ  
16+

## РОССИЯ К

- 6.30 Новые люди  
Переславля и окрестностей
- 7.20 Театральная летопись
- 7.45 Предки наших предков
- 8.25 Жизнь и судьба  
8.45, 14.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА  
Фильм
- 10.15 Наблюдатель  
11.10 XX век
- 12.00 Роман в камне  
12.45 История одной вселенной
- 13.35, 1.10 Больше, чем любовь  
15.30, 1.55 Рахманинов. Возвращение в Ивановку
- 16.30 Коллекция  
17.15, 23.45 СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН  
Сериал
- 19.00 Кто мы?  
19.45 Письма из провинции
- 20.15 Спокойной ночи, малыши!
- 20.30 Безумный день, или женитьба Фигаро  
Спектакль

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России  
9.00 Вести. Местное время
- 9.30 Утро России  
9.55 О самом главном  
Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести  
11.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 13.00 ХУДОЖНИК  
Сериал 12+
- 14.00 Вести  
14.35 Вести. Местное время
- 15.00 БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА  
Сериал 16+
- 17.00 Вести  
17.30 Малахов  
16+
- 18.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время
- 21.20 ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ  
Сериал 16+  
*1964 год. Заканчиваются выпускные экзамены в пединституте, и бывшие студенты скоро разведутся кто куда по распределению. Руслану Абашеву светит научная карьера в Москве...*
- 0.50 Славянский базар в Витебске  
Фестиваль
- 2.35 БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА  
Сериал 16+
- 4.10 ВАСИЛИСА  
Сериал 12+

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 11.00, 16.00 Новости  
11.05 Автоспорт  
Ралли-рейд Шёлковый путь 6+
- 11.25 Смешанные единоборства UFC. Роуз  
Намаюнас против Трэиси Кортез 16+
- 12.35 Есть тема!  
13.55 Футбол  
Товарищеский матч Спартак (Москва, Россия) - Насаф (Узбекистан)
- 16.05 Громко  
17.00 Дартс OLIMPBET  
Крейсер Аврора
- 19.00, 23.00 Все на Матч!  
19.25 Футбол МЕЛБЕТ-Первая Лига  
Алания (Владикавказ) - Уфа
- 21.30 Бильярд BetBoom  
Кубок чемпионов
- 0.00 Выше Олимпа  
Документальный цикл 12+
- 1.00 пляжный волейбол  
Кубок России. Матч за 3-е место 6+

## НТВ

- 4.50 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ  
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня  
8.25 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА  
Сериал 16+
- 10.00 Сегодня  
10.35 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА  
Сериал 16+
- 11.00 ПЁС  
Сериал 16+
- 13.00 Сегодня  
13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 ЗИМОРОДОК  
Сериал 16+
- 16.00 Сегодня  
16.45 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ  
Сериал 16+
- 19.00 Сегодня  
20.00 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ  
Сериал 16+  
*Обостряется борьба за министерское кресло. Главные претенденты от Петербурга - это Демидов и Ковалев. Оба - заклятые «друзья» Шилова. Все начинается с покушения на Демидова, однако тот, кто хотел его устранить, результата не добивается, а вот киллера убивают...*
- 23.35 Сегодня  
0.00 МЕЛЬНИК  
Сериал 16+
- 3.30 ПРОФЕССИОНАЛ  
Сериал 16+

## ТВ3

- 6.00 ЧУДО-ДОКТОР  
Сериал 16+
- 6.45, 8.00 Мультфильмы
- 8.30, 15.00, 18.00, 22.15 Новости 16+
- 8.40 СЛЕПАЯ  
Сериал 16+
- 9.45 Хорошие новости с Натальей Васиной 16+
- 10.00 ГАДАЛКА  
Сериал 16+
- 11.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ  
Сериал 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 Тайны будущего  
Пророчества 16+
- 14.30 ГАДАЛКА  
Сериал 16+
- 16.15 СЛЕПАЯ  
Сериал 16+
- 17.30 СЛЕПАЯ. КОЛЯ-КАКТУС  
Сериал 16+
- 18.10 СУПЕРИВАНОВЫ  
Сериал 16+
- 19.15, 22.25 ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ  
Сериал 16+
- 0.15 ПЕРВАЯ ВЕДЬМА  
Фильм 18+
- 2.00 Кадони шоу  
Ставки сделаны 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш  
Детский юмористический киножурнал 6+
- 6.30 Маша и медведь  
Мультсериал
- 8.00 ГАЛЯ, У НАС ОТМЕНА!  
Сериал 16+
- 11.00 ВОЛК И ЛЕВ  
Приключенческая драма 6+
- 13.10 ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ  
Комедия 12+
- 15.05 ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД. БЕНЕФИС  
Комедия 16+
- 17.20 Уральские пельмени.  
Смехbook 16+
- 18.00 Уральские пельмени  
16+
- 21.00 ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ  
Фэнтезийный боевик 16+  
*Одержимый жаждой власти царь Гиперион хочет уничтожить род людской и низвергнуть богов. Он освобождает Титанов от тысячелетнего заточения в горах Тартара...*
- 23.05 ВРЕМЯ ВЕДЬМ  
Фэнтезийная драма 16+
- 1.00 БЫВШИЕ. HAPPY END  
Фильм 18+
- 2.55 ПИЩЕБЛОК  
Сериал 18+
- 3.35 ПРОША МИРА  
Сериал 16+

## 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+
- 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 57 СЕКУНД  
Фантастический триллер 16+
- 21.50 Смотреть всем!  
16+
- 23.30 Документальный спецпроект 16+
- 0.30 СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО  
Боевик 18+

## ТНТ

- 7.00 Утро ТНТ  
16+
- 8.00 ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ  
Сериал 16+
- 9.00 Выжить в Дубае.  
Возвращение 16+
- 11.50 Титаны  
16+
- 14.00 ИНТЕРНЫ  
Сериал 16+
- 17.00 ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ  
Сериал 16+
- 20.00 ИРА  
Сериал 16+  
*Ира работает в МФЦ и считает, что сотрудники этого места уже давно прокляты. Парень Иры считает, что она недостаточно тонкая натура, а сама Ира задумывается о том, хочет ли она быть матерью...*
- 21.30 Однажды в России  
Юмористическая программа 16+
- 22.30 ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ. ВОССТАНИЕ МАШИН  
Фильм 12+
- 0.25 ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ  
Комедия 12+
- 2.20 ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2  
Комедийная мелодрама 12+
- 3.50 ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3  
Комедия 12+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних  
Судебное шоу 16+
- 7.30 Давай разведёмся!  
Судебное шоу 16+
- 8.35 Тест на отцовство  
Судебное шоу 16+
- 10.45, 23.30 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ  
Докудрама 16+
- 12.00 ПОРЧА. КУКОЛКА.  
С ТОГО СВЕТА  
Докудрама 16+
- 13.10, 1.15 ЗНАХАРКА  
Докудрама 16+
- 13.45, 1.45 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО  
Докудрама 16+
- 14.15, 2.10 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ  
Докудрама 16+
- 14.50 ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА  
Сериал 16+
- 19.00 КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ФРАНЦУЗА  
Сериал 16+
- 0.45 ПОРЧА  
Докудрама 16+
- 2.35 ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД  
Сериал 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение  
8.10 Москва  
резинная 16+
- 8.40 СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ  
Сериал 12+
- 10.40 Назад в СССР.  
Битва за урожай 16+
- 11.30 События  
11.50 ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ДУЭЛЬ  
Сериал 16+
- 13.40 Мой герой.  
Вячеслав Малежик 12+
- 14.30 События  
14.50 Город новостей  
15.05 ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ  
Сериал 16+
- 17.15 Фактор без опасности  
12+
- 17.50 События  
18.05 МАРЛЕН  
Сериал 16+
- 22.00 События  
22.35 10 самых...  
Звёздные врунишки 16+
- 23.05 Знак качества.  
Похудеть к лету 16+
- 0.00 События.  
25-й час  
0.35 Петровка, 38  
16+
- 0.55 90-е. Преданная и проданная  
16+
- 1.35 Звёздные войны: братья и сёстры  
Документальный фильм 16+

## ПЯТНИЦА

- 5.00 Гастротур  
Республика Алтай 16+
- 5.30 Пятница News  
16+
- 6.10 Зовите шефа  
Адлер. Веранда 16+
- 6.40 Зовите шефа  
Москва. Вино 16+
- 7.30 Мастер-кондитер  
16+
- 8.50 Секреты на кухне  
Готовит Валентина Рубцова 16+
- 10.00, 12.30, 14.40 Битва шефов  
16+
- 16.40, 17.50, 18.50 Черный список  
16+
- 19.50 Черный список  
Услуги по мытью окон 16+
- 20.50 Черный список  
Услуги по оценке автомобилей 16+
- 21.50 Черный список.  
На кухне Санкт-Петербург.  
Пшеница 16+
- 23.00 Черный список.  
На кухне Подольск. Miya 16+
- 0.00 СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА  
Сериал 12+

## 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.25 КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2  
Сериал 16+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 ТАНКИСТ  
Сериал 16+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2  
Сериал 16+
- 16.20 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2. ЮЖНЫЙ ВЕТЕР  
Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2. ЮЖНЫЙ ВЕТЕР  
Сериал 16+
- 17.55 СЛЕД. МЕДОВЫЙ СОМЕЛЬЕ  
Сериал 16+
- 18.45 СЛЕД. ДЕЛО МЕРТВЫХ  
Сериал 16+
- 19.35 СЛЕД. КРОКОДИЛОВЫ СЛЕЗЫ  
Сериал 16+
- 20.25 СЛЕД. ПОВЕЛИТЕЛИ ТАНЦУЮЩИХ ЛЯГУШЕК  
Сериал 16+
- 21.20 ФИЛИН-2. БОНЖУР, ФИЛИН  
Сериал 16+
- 22.15 ФИЛИН-2. ЗАГАДКА СТЕФАНА  
Сериал 16+
- 23.10 ФИЛИН-2. БАНК КРОВИ  
Сериал 16+
- 0.00 Известия.  
Итоговый выпуск 16+
- 0.30 СВОИ-2  
Сериал 16+

## ЗВЕЗДА

- 6.20 ОДЕССИТ  
Сериал 16+
- 8.15, 9.10 ПРИЕЗЖАЯ  
Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
- 10.35, 13.20, 15.05 МАРГАРИТА НАЗАРОВА  
Сериал 16+
- 15.00 Военные новости  
16+
- 15.35, 17.15 МАРГАРИТА НАЗАРОВА  
Сериал 16+
- 18.10 Шахматные партии  
холодной войны  
Документальный сериал 16+
- 19.35 Война миров  
Документальный сериал 16+
- 22.45 ВОЙНА И МИР  
Сериал 12+
- 0.05 ПРИЕЗЖАЯ  
Фильм 12+
- 1.55 НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД  
Фильм 12+
- 3.20 ОПАСНЫЕ ТРОПЫ  
Фильм 12+

## 1 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро
- 9.00 Новости
- 9.20 Модный приговор
- 10.10 Жить здорово! 16+
- 11.00 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+
- 20.00 **ИЩЕЙКА**  
Сериал 16+  
*Управляющего его усадьбой семьи Володарских обнаруживают повешенным в день его рождения. Адвокат Володарских заявляет, что погибший являлся основным подозреваемым в убийстве жены Володарского. Но Кушнир совсем не уверена, что пожилой мужчина сам надел петлю на шею...*
- 21.00 **Время**
- 22.00 **ДВА БЕРЕГА**  
Сериал 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 0.00 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
- 3.00 **Новости**
- 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

## Р РОССИЯ К

- 6.30 Новые люди села Вятского
- 7.20, 20.30 Театральная летопись
- 7.50 Предки наших предков
- 8.30 Жизнь и судьба
- 8.50, 14.20 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА**  
Фильм
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 19.45 Письма из провинции
- 11.45 Абсолютный слух
- 12.45 Верхняя точка  
Документальный фильм
- 13.35 Больше, чем любовь
- 15.30 Рахманинов. Возвращение в Ивановку
- 16.30 Коллекция
- 17.15, 23.55 **СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН**  
Сериал
- 19.00 Кто мы?
- 20.15 Спокойной ночи, малыши!
- 21.00 Орнифль
- 21.00 Спектакль
- 23.00 Зеркало Олега Целкова
- 1.25 Роман в камне

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести. Местное время
- 9.30 Утро России
- 9.55 О самом главном
- 11.00 Вести
- 11.30 60 минут
- 13.00 **ХУДОЖНИК**  
Сериал 12+
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 17.00 Вести
- 17.30 Малахов 16+
- 18.30 60 минут
- Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ**  
Сериал 16+  
*Повзрослевшие Динка и её подруга Лариска проводят вечер в кафе «Елочка». Там они знакомятся с молодыми людьми, которые сразу же обращают внимание на симпатичных девушек...*
- 0.30 **Славянский базар в Витебске**  
Церемония закрытия фестиваля
- 1.50 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 3.25 **ВАСИЛИСА**  
Сериал 12+

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Лучшие из лучших 12+
- 6.30 **Всё о главном** 12+
- 7.05, 15.30, 18.35, 23.00 **Все на Матч!**
- 10.05 Автоспорт
- Ралли-рейд
- Шёлковый путь 6+
- 10.25 Игра миллионов 12+
- 11.25 Профессиональный бокс Лига Ставок
- Ночь чемпионов IBA 16+
- 12.35 **Специальный репортаж** 12+
- Есть тема!
- 13.00, 14.25, 0.00 **Выше Олимпа**  
Документальный цикл 12+
- 16.15 География спорта. Таманский полуостров 12+
- 16.45 Футбол Лучшие голы чемпионата Европы 6+
- 19.25 Футбол Чемпионат Европы-2024. Финал 6+
- 21.30 Бильярд BetBoom Кубок чемпионов
- 1.00 **Пляжный волейбол** Кубок России. Финал 6+

## НТВ

- 4.55 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ**  
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 **Сегодня**
- 8.25 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 10.00 **Сегодня**
- 10.35 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 11.00 ПЁС
- Сериал 16+
- 13.00 **Сегодня**
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 **ЗИМОРОДОК**  
Сериал 16+
- 16.00 **Сегодня**
- 16.45 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+
- 19.00 **Сегодня**
- 20.00 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+  
*Тучи сгущаются над Шиловым: Ковалев и его высокопоставленные покровители добились подписания приказа о его увольнении. Спасти его может только удачно проведенная операция по поимке опасного преступника и его сообщников...*
- 23.35 **Сегодня**
- 0.00 **МЕЛЬНИК**  
Сериал 16+
- 3.30 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 16+

## 3 ТВЗ

- 6.00 **ЧУДО-ДОКТОР**  
Сериал 16+
- 6.45, 8.00 **Мультфильмы**
- 8.30, 15.00, 18.00, 22.15 **Новости** 16+
- 8.40 **СЛЕПАЯ**  
Сериал 16+
- 9.45 **Хорошие новости с Натальей Васиной** 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 11.15 **ЗНАКИ СУДЬБЫ**  
Сериал 16+
- 12.20 **Мистические истории** 16+
- 13.30 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 16.15 **СЛЕПАЯ. ДОСЬЕ**  
Сериал 16+
- 17.00 **СЛЕПАЯ. РЖАВЫЙ ЗАМОК**  
Сериал 16+
- 17.30 **СЛЕПАЯ. КЛАССНАЯ ДАМА**  
Сериал 16+
- 18.10 **СУПЕРИВАНОВЫ**  
Сериал 16+
- 19.15, 22.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ**  
Сериал 16+
- 0.15 **ЯГА. КОШМАР ТЁМНОГО ЛЕСА**  
Фильм 16+
- 2.00 **ВИЖУ-ЗНАЮ**  
Сериал 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш
- Детский юмористический киножурнал
- 6.30 Маша и медведь
- Мультсериал
- 8.00 **ГАЛЯ, У НАС ОТМЕНА!**  
Сериал 16+
- 11.05 **ТАЙНА МОСЛИ**  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 13.05 **ПЛАМЕННОЕ СЕРДЦЕ**  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 15.00 **ПАПИНА ДОЧКА**  
Фэнтезийная комедия 12+
- 17.05 **Уральские пельмени. Смехbook** 16+
- 17.55 **Уральские пельмени** 16+
- 21.00 **ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ**  
Фантастический боевик 16+  
*В недалёком будущем, где стали возможны путешествия во времени, некая корпорация отправляет неугодных людей в прошлое, чтобы там их ликвидировать...*
- 23.20 **ОБЛАСТИ ТЬМЫ**  
Триллер 16+
- 1.25 **КОДЕР**  
Триллер 16+
- 3.00 **ПИЩЕБЛОК**  
Сериал 18+
- 3.50 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 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, 3.05 **Тайны Чапман** 16+
- 20.00 **СУДЬЯ ДРЕДД 3D**  
Фантастический боевик 16+
- 21.55 **Смотреть всем!** 16+
- 23.30 **Знаете ли вы, что?** 16+
- 0.30 **ПЕРВОЕ УБИЙСТВО**  
Боевик 18+

## ТНТ

- 7.00 Утро ТНТ 16+
- 8.00 **ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ**  
Сериал 16+
- 9.00 **Новые звёзды в Африке**  
Развлекательное шоу 16+
- 13.00 **ИНТЕРНЫ**  
Сериал 16+
- 17.00 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ**  
Сериал 16+
- 20.00 **ИРА**  
Сериал 16+  
*Чтобы испугать вину перед отцом Анатолием, Ира убегает в церковь. Ира начинает испытывать на себе первые симптомы беременности. Ее попытки записаться в бюджетную поликлинику терпят крах. Гинеколог приходит к Ире с извинениями. Феликсу некуда податься после ссоры с женой, и он приходит переночевать к Ире. Девушка пытается помирить супругов...*
- 21.30 **Однажды в России**  
Юмористическая программа 16+
- 22.30 **ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ**  
Фильм 16+
- 0.15 **УМНАЯ МАША**  
Триллер 16+
- 1.45 **Импровизация. Команды**  
Юмористическая программа 16+

## О ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних
- Судебное шоу 16+
- 7.15 **Давай разведёмся!**  
Судебное шоу 16+
- 8.15 **Тест на отцовство**  
Судебное шоу 16+
- 10.30, 23.20 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ**  
Докудрама 16+
- 11.45 **ПОРЧА. ПЫЛЬ. ВЫСОКАЯ ЦЕНА**  
Докудрама 16+
- 12.50, 1.35 **ЗНАХАРКА**  
Докудрама 16+
- 13.25, 2.05 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО**  
Докудрама 16+
- 14.00, 2.30 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ**  
Докудрама 16+
- 14.35 **ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ**  
Сериал 16+
- 19.00 **ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ**  
Сериал 16+
- 0.35 **ПОРЧА**  
Докудрама 16+
- 2.55 **Тест на отцовство**  
Судебное шоу 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 6.00 **Настроение**
- 8.10 **Фактор без опасности** 12+
- 8.40 **СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ВЕДЬМИНЫ КУКЛЫ**  
Сериал 16+
- 10.35 **Назад в СССР. Руссо туристо** 16+
- 11.30 **События**
- 11.50 **ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ПЕРЕЛЁТНАЯ ПТИЦА**  
Сериал 12+
- 13.40 **Мой герой. Ольга Кабо** 12+
- 14.30 **События**
- 14.50 **Город новостей**
- 15.05 **ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ПЕРЕЛЁТНАЯ ПТИЦА**  
Сериал 16+
- 17.10 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 17.50 **События**
- 18.10 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 22.00 **События**
- 22.35 **10 самых... Ранние смерти звёзд** 16+
- 23.05 **Отцы-невидимки**  
Документальный фильм 16+
- 0.00 **События. 25-й час**
- 0.35 **Петровка, 38** 16+
- 0.55 **90-е. Чёрный юмор** 16+
- 1.35 **Матлюба Алимова. Чужая среди своих**  
Документальный фильм 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 **Гастротур**  
Пермь 16+
- 5.40 **Пятница News** 16+
- 6.10 **Зовите шефа**  
Москва. Колесо времени 16+
- 6.50 **Зовите шефа**  
Адлер. Веранда 16+
- 7.30 **Мастер-кондитер** 16+
- 9.10 **Секреты на кухне**  
Рис 16+
- 10.10 **Четыре дачи**  
Московская область 16+
- 11.50 **Молодые ножи**  
Блюда известных шефов 16+
- 13.20, 15.40, 17.40, 19.40, 22.00 **Битва шефов** 16+
- 0.00 **ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО**  
Сериал
- 2.30 **Пятница News** 16+
- 2.50 **Инсайдеры**  
Ставрополь 16+
- 3.40 **Чёрный список**  
Услуги организации праздников 16+

## 5 5 КАНАЛ

- 5.00 **Известия** 16+
- 5.30 **КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2**  
Сериал 16+
- 8.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 9.00 **Известия** 16+
- 9.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 13.00 **Известия** 16+
- 13.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2**  
Сериал 16+
- 16.20 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 17.00 **Известия** 16+
- 17.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 17.55 **СЛЕД**  
Сериал 16+
- 19.40 **СЛЕД. НАХОДКА ДЛЯ ШПИОНА**  
Сериал 16+
- 20.25 **СЛЕД. ГОРЯЧАЯ НАДЕЖДА**  
Сериал 16+
- 21.20 **ФИЛИН-2. СТРАШНАЯ СИЛА**  
Сериал 16+
- 22.15 **ФИЛИН-2. ЗАЩИТА ОТ ОГРАБЛЕНИЙ**  
Сериал 16+
- 23.10 **ФИЛИН-2. СМЕРТЬ В БОЛЬНИЦЕ**  
Сериал 16+
- 0.00 **Известия. Итоговый выпуск** 16+
- 0.30 **СВОИ-3**  
Сериал 16+
- 5.45 **СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ**  
Сериал 16+
- 8.20, 9.10, 0.55 **ТРЕМБИТА**  
Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 10.35, 13.20, 15.05 **МАРГАРИТА НАЗАРОВА**  
Сериал 16+
- 15.00 **Военные новости** 16+
- 15.35, 17.15 **МАРГАРИТА НАЗАРОВА**  
Сериал 16+
- 18.10 **Шахматные партии холодной войны**  
Матч века 16+  
*Весна 1970 года. Белград. Впервые за шахматной доской встречаются сборная СССР и сборная Мира...*
- 19.35 **Улика из прошлого** 16+
- 22.45 **ВОЙНА И МИР**  
Сериал 12+
- 2.25 **ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ**  
Фильм 12+

## ★ ЗВЕЗДА

## 7 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро  
9.00 Новости  
9.20 Модный приговор  
10.10 Жить здорово!  
16+
- 11.00 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости  
12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости  
15.15 Давай поженемся!  
16+
- 16.05 Мужское / женское  
16+
- 17.00 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости  
18.30 Информационный канал 16+
- 20.00 ИЩЕЙКА  
Сериал 16+  
Убита директор ресторана - Ирина Антонова. Следствие выясняет, что своих карьерных целей погибшая добивалась самым простым путем - через постель. Поэтому подозреваемых в убийстве сразу трое: муж и два любовника. У каждого из них есть мотив...
- 21.00 Время  
22.00 ДВА БЕРЕГА  
Сериал 16+
- 23.00 Большая игра  
16+
- 0.00 ПОДКАСТ.ЛАБ  
16+
- 3.00 Новости  
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ  
16+

## РОССИЯ К

- 10.15 Наблюдатель  
11.15, 19.45 Письма из провинции  
11.50 Абсолютный слух  
12.45 Ргневесомость  
13.30 Больше, чем любовь  
14.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА  
Фильм  
15.30, 1.55 Рахманинов. Возвращение в Ивановку  
16.30 Коллекция  
17.15, 23.55 СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН  
Сериал  
19.00 Кто мы?  
20.15 Спокойной ночи, малыши!  
20.30 Театральная летопись  
21.00 Счастливец-несчастливец  
Спектакль 16+  
23.05 Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы  
Фильм Алексея Денисова  
1.30 Роман в камне  
Самара. Дом Сандры

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России  
9.00 Вести. Местное время  
9.30 Утро России  
9.55 О самом главном  
Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести  
11.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 13.00 ХУДОЖНИК  
Сериал 12+
- 14.00 Вести  
14.35 Вести. Местное время  
15.00 БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА  
Сериал 16+
- 17.00 Вести  
17.30 Малахов  
16+
- 18.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ  
Сериал 16+  
Новый знакомый Динки Паша, встреченный ей в отцепленном вагоне, оказывается профессиональным художником-оформителем. Он предлагает ей остановиться у него в мастерской. Она пытается снять квартиру, но, узнав о её беременности, все ей отказывают...
- 0.50 БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА  
Сериал 16+
- 2.40 ВАСИЛИСА  
Сериал 12+

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Лучшие из лучших 12+
- 6.30 География спорта. Таманский полуостров 12+
- 7.05, 15.30, 18.35, 23.00 Все на Матч!  
12.35 Специальный репортаж 12+
- 10.25 Игра миллионов 12+
- 11.25 Смешанные единоборства UFC. Александр Волкановски против Илии Топури 16+
- 13.00 Есть тема!  
14.25, 0.00 Выше Олимпа  
Документальный цикл 12+
- 16.15 Что за спорт? 12+
- 16.45 Кулачные бои  
Документальный фильм 16+
- 19.25 Профессиональный бокс Бетсити. EUBC Champions Сир 16+
- 21.30 Бильярд BetBoom  
Кубок чемпионов Бокс Bare Knuckle FC. Роберто Перальта против Рубена Уорра 16+

## НТВ

- 4.55 УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ  
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня  
8.25 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА  
Сериал 16+
- 10.00 Сегодня  
10.35 ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА  
Сериал 16+
- 11.00 ПЁС  
Сериал 16+
- 13.00 Сегодня  
13.25 Чрезвычайное происшествие  
14.00 ЗИМОРОДОК  
Сериал 16+
- 16.00 Сегодня  
16.45 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ  
Сериал 16+
- 19.00 Сегодня  
20.00 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ  
Сериал 16+  
После недолгого перерыва Роман Шилов возвращается в ряды полиции. Его новая должность - начальник отдела по раскрытию особо тяжких и резонансных преступлений в МВД по Северо-западному округу. Первая командировка Шилова предстает в карельский город Лесноозёрск...
- 23.35 Сегодня  
0.00 МЕЛЬНИК  
Сериал 16+
- 3.30 ПРОФЕССИОНАЛ  
Сериал 16+

## ТВЗ

- 6.00 ЧУДО-ДОКТОР  
Сериал 16+
- 6.45, 8.00 Мультфильмы  
15.00, 18.00, 22.15 Новости 16+
- 8.40 СЛЕПАЯ  
Сериал 16+
- 9.45 Хорошие новости с Натальей Васиной 16+
- 10.00 ГАДАЛКА  
Сериал 16+
- 11.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ  
Сериал 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 ГАДАЛКА  
Сериал 16+
- 16.15 СЛЕПАЯ. РУКАВА ДО КОЛЕН  
Сериал 16+
- 17.00 СЛЕПАЯ. ЧЕРЕЗ ПОЛЧАСА  
Сериал 16+
- 17.30 СЛЕПАЯ. КАК БУДТО  
Сериал 16+
- 18.10 СУПЕРИВАНОВЫ  
Сериал 16+
- 19.15, 22.25 ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ  
Сериал 16+
- 0.00 ДЕТЕКТОР  
Фильм 16+
- 2.00 ВИЖУ-ЗНАЮ  
Сериал 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш  
Детский юмористический киножурнал
- 6.30 Маша и медведь  
Мультсериал
- 8.00 КИБЕР-ИВАН  
Сериал 16+
- 11.00 БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 12.45 БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. СПЕЦИАЛЬНАЯ ДОСТАВКА  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 14.40 БУКА. МОЁ ЛЮБИМОЕ ЧУДИЩЕ  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 16.40 Уральские пельмени.  
Smexbook 16+
- 18.05 Уральские пельмени  
16+
- 21.00 МАТРИЦА ВРЕМЕНИ  
Фантастическая драма 16+
- 23.00 ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ  
Фантастическая мелодрама 16+
- 1.05 МЕЖДУ ЖИЗНЬЮ И СМЕРТЬЮ  
Драматический триллер 18+
- 2.45 ПИЩЕБЛОК  
Сериал 18+
- 3.35 КРЫША МИРА  
Сериал 16+

## РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 2.05 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 Легенды и мифы  
16+
- 17.00, 2.55 Тайны Чапман  
16+
- 20.00 ШЕСТОЙ ДЕНЬ  
Фантастический боевик 16+
- 22.25 Смотреть всем!  
16+
- 0.30 ДИББУК  
Фильм ужасов 18+

## TNT

- 7.00 Утро TNT  
16+
- 8.00 ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ  
Сериал 16+
- 9.00 Новые звёзды в Африке  
Развлекательное шоу 16+
- 13.00 ИНТЕРНЫ  
Сериал 16+
- 17.00 ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ  
Сериал 16+
- 20.00 ИРА  
Сериал 16+  
Ира идёт в музей, но не ради искусства, а чтобы встретиться с братом и рассказать, что знает о его романе с мачехой. Мама Иры присматривает за подростком Веней, а беременная Ира просит Феликса помочь по домашнему хозяйству...
- 21.30 Однажды в России  
Юмористическая программа 16+  
Всегда актуальные шутки о дураках, дорогах и других бедах нашей страны...
- 22.30 ОТОРВИ И ВЫБРОСЬ  
Фильм 16+
- 0.55 СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ  
Комедия 12+
- 2.35 Импровизация. Команды  
Юмористическая программа 16+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних  
Судебное шоу 16+
- 7.15 Давай разведёмся!  
Судебное шоу 16+
- 8.15 Тест на отцовство  
Судебное шоу 16+
- 10.30, 23.35 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ  
Докудрама 16+
- 11.45 ПОРЧА. ЗА РЕШЁТКОЙ. СТРАХ НОЧИ  
Докудрама 16+
- 12.55, 1.50 ЗНАХАРКА  
Докудрама 16+
- 13.30, 2.15 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО  
Докудрама 16+
- 14.05, 2.40 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ  
Докудрама 16+
- 14.40 ТЕСТ НА ВЕРНОСТЬ  
Сериал 16+
- 19.00 ИДЕАЛИСТКА  
Сериал 16+
- 0.50 ПОРЧА  
Докудрама 16+
- 3.05 Тест на отцовство  
Судебное шоу 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение  
8.10 Москва  
резинная
- 8.40 СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ШОРОХ КРЫЛЬЕВ  
Сериал 12+
- 10.40 Назад в СССР.  
Совдетство 16+
- 11.30 События  
11.50 ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ЖАЖДА СЧАСТЬЯ  
Сериал 12+
- 13.40 Мой герой.  
Валентина Коркина и Виктор Остроухов 12+
- 14.30 События  
14.50 Город новостей  
15.05 ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ  
Сериал 16+
- 17.15 МАРЛЕН  
Сериал 16+
- 17.50 События  
18.15 МАРЛЕН  
Сериал 16+
- 22.00 События  
22.35 10 самых...  
Актрисы-затворницы 16+
- 23.05 Прощание.  
Ия Саввина 16+
- 0.00 События.  
25-й час  
Петровка, 38  
16+
- 0.55 Дорогие товарищи.  
Сочинская мафия 16+
- 1.35 Обжалованию не подлежит.  
Лютый 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Гастротур  
Байкал 16+
- 5.50 Пятница News  
16+
- 6.20 Зовите шефа  
Москва. Бархат  
16+
- 7.00 Зовите шефа  
Истра. 2x45 16+
- 7.40 Мастер-кондитер  
16+
- 9.20 Четыре дачи  
Московская область 16+
- 10.50 Молодые ножи  
Советская кухня 16+
- 12.30 Молодые ножи  
Французская кухня 16+
- 13.50 Молодые ножи  
Испанская кухня 16+
- 15.30 Молодые ножи  
Средиземноморская кухня 16+
- 16.50 Черный список.  
На кухне 16+
- 20.50 Черный список.  
На кухне  
Краснодар. Центральная раковая 16+
- 21.50 Битва шефов 16+
- 0.00 БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ  
Фильм 6+

## 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.30 КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2  
Сериал 16+
- 8.30 ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ  
Сериал 12+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ  
Сериал 12+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3  
Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3  
Сериал 16+
- 18.00 СЛЕД. ГРАФИК  
Сериал 16+
- 18.45 СЛЕД. ТЯЖКИЙ ГРЕХ  
Сериал 16+
- 19.40 СЛЕД. ПЛОХОЙ ПАПА  
Сериал 16+
- 20.25 СЛЕД. ТРЕЗВЫЕ ЛЮДИ  
Сериал 16+
- 21.20 СЛЕД. ФИЛИН-2. АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ  
Сериал 16+
- 22.15 ФИЛИН-2. КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС  
Сериал 16+
- 23.10 ФИЛИН-2. НЕПОСИДЛИВАЯ РАБОТА  
Сериал 16+
- 0.00 Известия.  
Итоговый выпуск  
16+
- 0.30 СВОИ-3  
Сериал 16+

## ЗВЕЗДА

- 5.40 СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ  
Сериал 16+
- 8.15, 9.10, 0.30 ДЕЛО «ПЕСТРЫХ»  
Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня  
16+
- 10.35, 13.20, 15.05 МАРГАРИТА НАЗАРОВА  
Сериал 16+
- 15.00 Военные новости  
16+
- 15.40, 17.15 РЫСЬ  
Фильм 16+
- 18.10 Шахматные партии  
холодной войны  
Спасский против Фишера 16+
- 19.35 Секретные материалы  
Документальный сериал 16+
- 22.45 ВОЙНА И МИР  
Сериал 12+
- 2.15 ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...  
Фильм 12+
- 3.30 ПОДКИДЫШ  
Фильм 6+

## 1 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро
- 9.00 Новости
- 9.20 Модный приговор
- 10.10 Жить здорово! 16+
- 11.00 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+
- 20.00 **ИЩЕЙКА**  
Сериал 16+  
На столе прозекторской - тело Светланы Кислицкиной, умершей от передозировки наркотиков. Хайдаров, Мишин, Юрков озадачены и напуганы одновременно, потому что за убийство Светланы уже три года сидит Андрей Кролл, известный в округе серийный убийца...
- 21.00 **Время**
- 22.00 **ДВА БЕРЕГА**  
Сериал 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 0.10 **ПОДКАСТ.ЛАБ** 16+
- 3.00 **Новости**
- 3.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ** 16+

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести. Местное время
- 9.30 Утро России
- 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 60 минут Ток-шоу 12+
- 13.00 **ХУДОЖНИК**  
Сериал 12+
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 17.00 Вести
- 17.30 Прямой эфир 16+
- 18.30 60 минут Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ**  
Сериал 16+  
Вернувшись домой после чудесного вечера в ресторане, Динка и Петер оказываются наедине и проводят ночь вместе. Утром тётя Наташа начинает угваривать Динку остаться с Петером навсегда и стать его женой. Но она отказывается...
- 0.50 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 2.40 **ВАСИЛИСА**  
Сериал 12+

## НТВ

- 4.55 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ**  
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 **Сегодня**
- 8.25 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 10.00 **Сегодня**
- 10.35 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 11.00 **ПЁС**  
Сериал 16+
- 13.00 **Сегодня**
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 **ЗИМОРОДОК**  
Сериал 16+
- 16.00 **Сегодня**
- 16.45 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+
- 19.00 **Сегодня**
- 20.00 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+  
Джексон, вопреки приказу Шилова, один отправляется на встречу с сотрудником УСБ ФСИН Галеевым, но ему удается дать достойный отпор и Галееву и его банде подручных эзков. В результате, Галеев с бандами вынуждены ретироваться...
- 23.35 **Сегодня**
- 0.00 **МЕЛЬНИК**  
Сериал 16+
- 3.30 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш  
Детский юмористический киножурнал
- 6.30 Маша и медведь  
Мультсериал
- 8.00 **КИБЕР-ИВАН**  
Сериал 16+
- 11.35 **ЖИРАФ РАФ**  
Комедия 6+
- 13.05 **ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ**  
Фантастическая мелодрама 16+
- 15.10 **МАТРИЦА ВРЕМЕНИ**  
Фантастическая драма 16+
- 17.10 **Уральские пельмени. Смехbook** 16+
- 18.00 **Уральские пельмени** 16+
- 21.00 **ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА**  
Комедия 12+  
Отец и сын всю жизнь живут в деревне, где всё привычное, знакомое и родное. Однажды непотушенная сигарета отца становится причиной пожара - их дом сгорает дотла. Мужчины принимают решение развестись, но родные края...
- 23.05 **Я ХОЧУ! Я БУДУ!**  
Комедия 12+
- 1.00 **КРАСОТКИ**  
Комедийная мелодрама 16+
- 2.40 **ПИЩЕБЛОК**  
Сериал 18+
- 3.25 **ПРЮША МИРА**  
Сериал 16+

## ТНТ

- 7.00 Утро ТНТ 16+
- 8.00 **ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ**  
Сериал 16+
- 9.00 **Новые звёзды в Африке**  
Развлекательное шоу 16+
- 13.00 **ИНТЕРНЫ**  
Сериал 16+
- 17.00 **ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ**  
Сериал 16+
- 20.00 **ИРА**  
Сериал 16+  
Ира неделю переписывалась со своим гинекологом и отправилась с ним на свидание, но его дочь нарушила все планы. Ира едет в гости к родителям невесты старшего брата. В загородном доме собирается вся семья, скандала не миновать...
- 21.30 **Однажды в России**  
Юмористическая программа 16+
- 22.30 **ВАСЯ НЕ В СЕБЕ**  
Комедия 16+  
Крутому бизнесмену Васе Кузину портят жизнь развешенные рабочие, которых Василий ни во что не ставит...
- 0.30 **ДЖЕНТЕЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!**  
Комедия 6+
- 2.15 **Импровизация. Команды**  
Юмористическая программа 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.15 Москва  
резинная
- 8.45 **СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. СЛЕДЫ СМЕРТИ**  
Сериал 12+
- 10.35 **Назад в СССР. Из жизни отдыхающих** 16+
- 11.30 **События**
- 11.50 **ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ. ЗОНА КОМФОРТА**  
Сериал 12+
- 13.40 **Мой герой. Игорь Бочкин** 12+
- 14.30 **События**
- 14.50 **Город новостей**
- 15.05 **ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ**  
Сериал 16+
- 17.10 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 17.50 **События**
- 18.15 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 22.00 **События**
- 22.35 **10 самых... Брак с иностранцем** 16+
- 23.05 **Легенды эстрады. Бешеные деньги** 16+
- 0.00 **События. 25-й час**
- 0.35 **Петровка, 38** 16+
- 0.55 **Следствие ведёт КГБ. Шпион на миллиард долларов** 16+
- 1.35 **Русские тайны. НЛО** 16+

## 5 5 КАНАЛ

- 5.00 **Известия** 16+
- 5.30 **КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2**  
Сериал 16+
- 8.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 9.00 **Известия** 16+
- 9.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 13.00 **Известия** 16+
- 13.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 17.00 **Известия** 16+
- 17.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 18.00 **СЛЕД. ВОЗВРАЩЕНИЕ БЛУДНОГО ПАПЫ**  
Сериал 16+
- 18.50 **СЛЕД. МЯСО ПО-ДЕРЕВЕНСКИ**  
Сериал 16+
- 19.40 **СЛЕД. ОЧЕВИДНОСТЬ**  
Сериал 16+
- 20.30 **СЛЕД. ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬ**  
Сериал 16+
- 21.20 **ФИЛИН-2. ВОЛК В ОВЧЕЙ ШКУРЕ**  
Сериал 16+
- 22.15 **ФИЛИН-2. СТАРЫЙ ДРУГ**  
Сериал 16+
- 23.10 **ФИЛИН-2. ВСЁ НЕ ТО, ЧЕМ КАЖЕТСЯ**  
Сериал 16+
- 0.00 **Известия. Итоговый выпуск** 16+
- 0.30 **СВОИ-3**  
Сериал 16+

## РОССИЯ К

- 6.30 **Сергей Радонежский. Путь подвижника**
- 7.05 **Забойное ремесло**
- 7.20, 20.30 **Театральная летопись**
- 7.50 **Предки наших предков**
- 8.30 **Жизнь и судьба**
- 8.50 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА**  
Фильм
- 10.15 **Наблюдатель**
- 11.15, 19.45 **Письма из провинции**
- 11.50 **Абсолютный слух**
- 12.45 **Лунные скитальцы**
- 13.30, 1.20 **Больше, чем любовь**
- 14.10 **ДЕЛО ЗА ТОБОЙ!**  
Фильм
- 15.30, 2.00 **Рахманинов. Возвращение в Ивановку**
- 16.30 **Коллекция**
- 17.15, 23.45 **СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН**  
Сериал
- 19.00 **Кто мы?**
- 20.15 **Спокойной ночи, малыши!**
- 21.00 **Где мы? Оо!..**  
Спектакль

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 **Лучшие из лучших** 12+
- 6.30 **Третий тайм** 12+
- 7.05, 15.30, 18.35, 23.00 **Все на Матч!**
- 10.05, 12.35 **Специальный репортаж** 12+
- 10.25 **Игра миллионов** 12+
- 11.25 **Смешанные единоборства UFC. Алекс Перейра против Джамала Хилла** 16+
- 13.00 **Есть тема!**
- 14.25, 0.00 **Выше Олимпа**  
Документальный цикл 12+
- 16.15 **Формула-1. Гаснут огни** 12+
- 16.45 **Сыновья скорости. Хант против Лауды** 12+
- 19.25 **Профессиональный бокс Бетсити. EUBC Champions Cup** 16+
- 21.30 **Бильярд BetBoom**  
Кубок чемпионов
- 1.00 **Смешанные единоборства UFC. Роуз**  
Намаюнас против Трейси Кортес 16+

## ТВ3

- 6.00 **ЧУДО-ДОКТОР**  
Сериал 16+
- 6.45, 8.00 **Мультфильмы**
- 8.30, 15.00, 18.00, 22.15 **Новости** 16+
- 8.40 **СЛЕПАЯ**  
Сериал 16+
- 9.45 **Хорошие новости с Натальей Васиной** 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 11.15 **ЗНАКИ СУДЬБЫ**  
Сериал 16+
- 12.20 **Мистические истории** 16+
- 13.30 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 16.15 **СЛЕПАЯ**  
Сериал 16+
- 17.30 **СЛЕПАЯ. БЕЛЫЙ ТАНЕЦ**  
Сериал 16+
- 18.10 **СУПЕРИВАНОВЫ**  
Сериал 16+
- 19.15, 22.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ**  
Сериал 16+
- 23.00 **Последний герой. Русский сезон** 16+
- 0.45 **МИЛЫЙ ДРУГ**  
Фильм 16+
- 2.15 **ВИЖУ-ЗНАЮ**  
Сериал 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, 2.55 **Тайны Чапман** 16+
- 20.00 **ОПАСНЫЙ БИЗНЕС**  
Боевик 16+
- 22.00 **Наука и техника** 16+
- 0.30 **НОКАУТ**  
Боевик 18+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 **По делам несовершеннолетних**  
Судебное шоу 16+
- 7.20 **Давай разведёмся!**  
Судебное шоу 16+
- 8.20 **Тест на отцовство**  
Судебное шоу 16+
- 10.30, 23.20 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ**  
Докудрама 16+
- 11.45 **ПОРЧА. ПОСКРЕБЫШ. СЛОМАННЫЙ КОМПАС**  
Докудрама 16+
- 12.55, 1.35 **ЗНАХАРКА**  
Докудрама 16+
- 13.30, 2.05 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО**  
Докудрама 16+
- 14.05, 2.30 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ**  
Докудрама 16+
- 14.40 **ЦЕНА ОШИБКИ**  
Сериал 16+
- 19.00 **ТЕНИ СТАРОГО ШКАФА**  
Сериал 16+
- 0.35 **ПОРЧА**  
Докудрама 16+
- 2.55 **Тест на отцовство**  
Судебное шоу 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 **Гастротур**  
Санкт-Петербург 16+
- 5.50 **Пятница News** 16+
- 6.30 **Зовите шефа**  
Санкт-Петербург. Рыжая Борода 16+
- 7.20, 8.40 **Мастер-кондитер** 16+
- 10.10 **Четыре свадьбы** 16+
- 12.00 **Богиня сыска** 16+
- 13.10 **Четыре свадьбы**  
Студенческая свадьба vs Авиационная свадьба 16+
- 15.00 **Четыре свадьбы**  
Гавайская свадьба vs Славянское бохо 16+
- 16.50 **Четыре свадьбы**  
Свадьба в стиле 90-х vs Русско-татарская свадьба 16+
- 19.00 **Четыре жены** 16+
- 0.00 **ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ**  
Фильм 12+
- 1.40 **Пятница News** 16+

## ЗВЕЗДА

- 6.10 **СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ**  
Сериал 16+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 9.30, 13.20, 15.05 **КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ**  
Сериал 16+
- 15.00 **Военные новости** 16+
- 15.55, 17.15 **КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ**  
Сериал 16+
- 18.10 **Шахматные партии холодной войны**  
Карпов против Корчного 16+
- 19.35 **Код доступа** 12+
- 22.45 **ВОЙНА И МИР**  
Сериал 12+
- 0.50 **СЕМНАДЦАТЫЙ ТРАНСАТЛАНТИЧЕСКИЙ**  
Фильм 12+
- 2.20 **ПАССАЖИР С «ЭКВАТОРА»**  
Фильм 12+
- 3.40 **В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ»**  
Фильм 12+

## 7 ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро  
9.00 Новости  
9.20 Модный приговор  
10.10 Жить здорово!  
16+
- 11.00 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  
18.35 Информационный канал 16+
- 19.45 Поле чудес  
16+
- 21.00 Время  
21.45 Фантастика  
12+
- 23.50 **ДЖИЛЬДА**  
Фильм 16+  
Популярная аргентинская певица 1990-х годов Джильда трагически погибла в аварии на пике своей карьеры в возрасте 34 лет. Настоящее имя Джильды - Мириам Александра Бианчи. За последние шесть лет своей жизни она сделала больше, чем многие музыканты успевают за всю свою карьеру...
- 2.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ**  
16+

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России  
9.00 Вести. Местное время  
9.30 Утро России  
9.55 О самом главном  
Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести  
11.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым  
12+
- 14.00 Откровенное портретное интервью о судьбе главного героя, об интересных и малоизвестных автобиографических фактах...
- 14.35 Вести. Местное время  
15.00 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 17.00 Вести  
17.30 Прямой эфир  
16+
- 18.30 60 минут  
Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести  
21.15 Вести. Местное время  
21.30 Ну-ка, все вместе!  
Народный кастинг 12+
- 23.55 Истории большой страны  
12+
- 0.55 **БАХАР. ПО ИМЕНИ ВЕСНА**  
Сериал 16+
- 2.45 **С ЧИСТОГО ЛИСТА**  
Фильм 12+

## НТВ

- 4.55 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ**  
Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее  
16+
- 8.00 Сегодня  
8.25 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 10.00 Сегодня  
10.35 **ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА**  
Сериал 16+
- 11.00 ПЁС  
Сериал 16+
- 13.00 Сегодня  
13.25 Чрезвычайное происшествие  
14.00 **ЗИМОРОДОК**  
Сериал 16+
- 16.00 Сегодня  
16.45 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+
- 19.00 Сегодня  
20.00 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+
- Обнаружен труп дочери высокопоставленного сотрудника МИД Коврова, камеры наблюдения в подъезде дома зафиксировали визит к ней генерала Каляжонного непосредственно перед убийством...
- 23.40 **В Юбилейный семейный форум Леонида Агутина**  
Гала-концерт
- 1.40 Квартирный вопрос  
2.30 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш  
Детский юмористический киножурнал
- 6.30 Маша и медведь  
Мультсериал
- 7.45 На стиле  
с Глюк'озой  
Мэйковер-шоу 16+
- 8.15 Интуристы  
Тревел-проект 16+
- 9.00 Окнутые люди  
Хобби-шоу 16+
- 11.05 Русская дорога  
Юмористическое шоу 16+
- 12.40 Уральские пельмени.  
Смехbook  
16+
- 12.45 Уральские пельмени  
16+
- Передача, которая прошла испытание временем и имеет целую армию своих поклонников. «Пельмени» не перестают удивлять своих зрителей великолепным, всегда свежим, ярким и необычным юмором. Это яркие и смешные номера, искромётные шутки и мощный заряд позитива, которые не смогут оставить зрителей равнодушными...
- 1.00 **ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ**  
Фантастический боевик 18+
- 2.55 **ВЕК АДАЛИН**  
Фэнтезийная мелодрама 16+

## TNT

- 7.00 Утро TNT  
16+
- 8.00 **ИНТЕРНЫ**  
Сериал 16+
- 13.00 **ИНТЕРНЫ**  
Сериал 16+
- 18.00 Музыкальная интуиция  
Развлекательная программа 16+
- Двум звёздным командам из комиков и музыкантов предстоит провести исследование, чтобы отличить певцов от лжецов и выиграть главный приз, который затем отправится в благотворительные фонды. Новые звёзды, ещё более загадочные незнакомцы и ещё больше удивительных вокальных талантов, которые могут или приятно удивить, или откровенно шокировать...
- 20.00 **Комеди Клуб**  
Юмористическая программа 16+
- Всегда актуальные темы, эксперименты с юмором и топовые гости, тысячи номеров, миллионы шуток и просмотр в интернете...
- 0.00 **КРАСНАЯ ЖАРА**  
Боевик 18+
- 1.50 **Импровизация. Команды**  
Юмористическая программа 16+
- 3.25 **Я тебе не верю**  
Юмористическая программа 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение  
8.25 **ТРОЙНАЯ ЖИЗНЬ**  
Фильм 16+
- 11.30 События  
11.55 Петровка, 38  
12.10 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА**  
Сериал 12+
- 14.30 События  
14.55 **Город новостей**  
15.10 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА**  
Сериал 12+
- Таня - внучка легендарного следователя Васильева и сама начинающий следователь. Дедушкины гены не спят: Таня фонтанирует неожиданными идеями по поводу текущих дел и быстро завоевывает любовь и уважение коллег...
- 17.10 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 17.50 События  
18.15 **МАРЛЕН**  
Сериал 16+
- 22.00 **В центре событий**  
с Анной Прохоровой
- 23.05 **Хорошие песни**  
12+
- 1.10 **ДЕЛО РУМЯНЦЕВА**  
Фильм  
Петровка, 38  
16+
- 3.05 **КОММУНАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ**  
Фильм 16+

## 5 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+  
5.30 **КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2**  
Сериал 16+
- 8.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 9.00 Известия 16+  
9.30 **ВОЛЬФ МЕССИНГ. ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ**  
Сериал 12+
- 13.00 Известия 16+  
13.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+  
17.30 **МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3**  
Сериал 16+
- 18.00 **СЛЕД. БАНДА НЕУДАЧНИКОВ**  
Сериал 16+
- 18.50 **СЛЕД. ШИВОРОТ-НАВЫВОРОТ**  
Сериал 16+
- 19.40 **СЛЕД. АРХИВ СМЕРТИ**  
Сериал 16+
- 20.25 **СЛЕД. Я ЗНАЮ, ВЫ УБИЛИ МЕНЯ**  
Сериал 16+
- 21.20 **СЛЕД. СЕМЕРО ТИГРЯТ**  
Сериал 16+
- 22.10 **СЛЕД. ДЕЛО - ТАБАК**  
Сериал 16+
- 23.10 **СЛЕД. БОЛЬНОЕ МЕСТО**  
Сериал 16+
- 23.55 **СЛЕД. ИСЧЕЗНУВШИЙ СТРЕЛОК**  
Сериал 16+
- 0.40 **Они потрясли мир**  
Документальное расследование 12+

## РОССИЯ К

- 6.30 Сюжеты зимней Тарусы  
7.20, 20.30 Театральная летопись  
7.50 Предки наших предков  
8.40 **ДЕЛО ЗА ТОБОЙ!**  
Фильм
- 10.15 Наблюдатель  
11.15 Письма из провинции  
11.45 Эпизоды Женский космос  
12.45 Больше, чем любовь  
13.25 Безумный день, или женитьба Фигаро  
Спектакль
- 17.15, 0.05 **СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН**  
Сериал
- 18.45 Кино о кино  
19.45 Искатели  
21.00 **ОНА ВАС ЛЮБИТ**  
Фильм
- 22.25 Концерт на бис!  
23.50 Первые в мире  
1.30 Роман в камне  
Красноярск. усадьба Веры Гадаловой
- 2.00 **Рахманинов. Возвращение в Ивановку**

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Лучшие из лучших 12+  
6.30 Формула-1.  
Гаснут огни 12+
- 7.05, 14.10, 19.30, 23.00 Все на Матч!  
Небесная грация  
10.05 Игра миллионов 12+
- 11.25 Бокс Bare Knuckle FC. Майк Перри против Тиго Алвесы 16+
- 12.30 Лица страны.  
Екатерина Ильина 12+
- 12.55 **Пляжный футбол OLIMPBET** Чемпионат России Локомотив (Москва) - Краснодар-ЮМР  
14.25 **Пляжный футбол OLIMPBET** Чемпионат России Строгино (Москва) - ЦСКА  
15.45 Смешанные единоборства One FC 16+
- 20.20 Олимпиада 80. Вопреки невозможному 12+
- 21.30 Бильярд BetBoom Кубок чемпионов
- 0.00 **Автоспорт** Российская Дрифт серия. Гран-при 2024 6+

## ТВ3

- 6.00 **ЧУДО-ДОКТОР**  
Сериал 16+
- 6.45, 8.00 Мультфильмы  
8.30, 15.00, 18.00, 22.15 Новости 16+
- 8.40 **СЛЕПАЯ**  
Сериал 16+
- 9.45 Хорошие новости с Натальей Васиной 16+
- 10.00 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 **ГАДАЛКА**  
Сериал 16+
- 14.30, 15.10 **Вернувшиеся. Золотая коллекция** 16+
- 15.45 Врачи 16+
- 16.45 **СЛЕПАЯ**  
Сериал 16+
- 20.00, 22.25 **ТРАССА 60**  
Фильм 16+
- 22.45 **ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН**  
Фильм 16+
- 1.00 **ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО**  
Фильм 18+
- 2.30 **ДЖЕК И БОБОВЫЙ СТЕБЕЛЬ**  
Фильм 12+

## РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 3.15 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 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 **ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ**  
Триллер 16+
- 21.45 **ПОХИЩЕНИЕ**  
Триллер 16+
- 23.35 **АВТОБАН**  
Боевик 18+
- 1.30 **РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ**  
Боевик 18+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних  
Судебное шоу 16+
- 7.20 **Давай разведёмся!**  
Судебное шоу 16+
- 8.20 **Тест на отцовство**  
Судебное шоу 16+
- 10.30, 23.20 **ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ**  
Докудрама 16+
- 11.45 **ПОРЧА. МЛАДШАЯ СЕСТРА. ЗАМОРОЖЕННАЯ**  
Докудрама 16+
- 12.55, 1.35 **ЗНАХАРКА**  
Докудрама 16+
- 13.30, 2.05 **ВЕРНУ ЛЮБИМОГО**  
Докудрама 16+
- 14.05, 2.30 **ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ**  
Докудрама 16+
- 14.40 **КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА САНТЕХНИКА**  
Сериал 16+
- 19.00 **МЕХАНИКА ЛЮБВИ**  
Сериал 16+
- 0.35 **ПОРЧА**  
Докудрама 16+
- 2.55 **6 кадров**  
Скетч-шоу 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 **Гастротур**  
Тверская область 16+
- 5.50 Пятница News  
16+
- 6.10 **Зовите шефа**  
Санкт-Петербург. The Place 16+
- 7.10, 8.20 **Мастер-кондитер** 16+
- 10.00 **Пробный переезд**  
Южно-Сахалинск 16+
- 11.00 **Черный список** 16+
- 15.00 **Черный список** Электрики 16+
- 16.00 **Черный список** Мастера по установке домофонов 16+
- 17.00 **Черный список** Услуги такси 16+
- 17.50 **Черный список** Русмульт. Няни 16+
- 19.00 **Черный список** Специалисты по уходу за животными 16+
- 20.00 **Черный список** Дезинфекция помещений 16+
- 21.00 **Черный список** 16+
- 0.00 **РОБО**  
Фильм 18+

## ЗВЕЗДА

- 6.00 **Сделано в СССР**  
Документальный сериал 12+
- 6.10 **Тацинский рейд. Маленькие герои победоносного боя** 12+
- 7.05 **ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ**  
Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 9.10 **ПРЕДСЕДАТЕЛЬ**  
Фильм 12+
- 12.35, 13.20, 15.05 **ЧЕРЕЗ ГОБИ И ХИНГАН**  
Фильм 12+
- 15.00 **Военные новости** 16+
- 16.50, 17.15 **ТИХАЯ ЗАСТАВА**  
Фильм 16+
- 19.30 **Загадки века** 12+
- 22.00 **Здравствуйте, товарищи!** 16+
- 23.30 **Музыка** 12+
- 1.20 **ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО**  
Фильм 12+

## 7 ПЕРВЫЙ

- 6.00 Доброе утро. Суббота
- 9.45 Слово пастыря
- 10.00 Новости
- 10.15 До и после Штирлица  
К 100-летию со дня рождения Татьяны Лиозновой 12+
- 11.10 Поехали! 12+
- 12.00 Новости
- 12.15 К 90-летию со дня рождения Александра Ширвиндта 16+
- 13.35 **ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ**  
Фильм
- 16.10 **МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ**  
Фильм 12+  
В трущобах Неаполя живёт бедная семья обаятельного мошенника Леонидо Палагатто. На всевозможных мероприятиях от свадьбы до крестин он выдаёт себя за важного синьора из общества...
- 18.00 Вечерние новости
- 18.20 К 90-летию со дня рождения Александра Ширвиндта 16+
- 19.55 Кто хочет стать миллионером? 12+
- 21.00 Время
- 21.35 Сегодня вечером 16+
- 23.00 **КОРОЛЕВСКАЯ ИГРА**  
Фильм 18+
- 1.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

## 1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России. Суббота
- 8.00 Вести. Местное время
- 8.20 Местное время. Суббота
- 8.35 По секрету всему свету
- 9.00 Формула еды 12+
- 9.25 Пятеро на одного
- 10.10 Сто к одному Телеигра
- 11.00 Вести
- 11.50 Доктор Мясников Медицинская программа 12+
- 13.00 В кругу друзей
- 14.00 Вести
- 14.50 Юмор! Юмор! Юмор!!!  
Программа Евгения Петросяна 16+
- 17.00 Вести
- 17.50 Привет, Андрей!  
Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
- 20.00 Вести
- 21.00 **ПОД ОДНОЙ КРЫШЕЙ**  
Сериал 12+  
Слёзкины, потомственные водители маршрутных автобусов, привлекли жить от зарплаты до зарплаты. Но однажды они получают квартиру в престижном районе...
- 0.30 **КОГДА ЗАЦВЕТЕТ БАГУЛЬНИК**  
Сериал 16+
- 3.55 **КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ**  
Фильм 16+

## НТВ

- 5.15 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ**  
Сериал 16+
- 7.00 Российская дипломатия 12+
- 8.00 Сегодня
- 8.20 Поедем, поедим! 16+
- 9.20 Едим дома
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Главная дорога 16+
- 11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+
- 11.50 Квартирный вопрос
- 13.00 **ЗИМОРОДОК**  
Сериал 16+
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Своя игра
- 17.15 Следствие вели... 16+
- 19.00 Сегодня
- 19.35 Следствие вели... 16+
- 20.00 **АКУШЕР**  
Сериал 16+  
Перед ночным дежурством Каверину звонит Марина: в её доме пожар. Он срывается с работы, но к его приезду жена уже спускается по пожарной лестнице. Однако срочная помощь требуется беременной соседке...
- 22.10 Звезды 16+
- 0.00 **ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ**  
Сериал 16+
- 2.55 Дачный ответ
- 3.45 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 16+

## СТС

- 6.00 Ералаш
- 7.00 Три кота
- 7.15 Уральские пельмени.
- 8.00 Просто кухня Кулинарное шоу 12+
- 10.00 Уральские пельмени. Смехbook 16+
- 10.35 Суперниндзя. Дети. Секреты сезона 12+
- 11.35 **РОБИНЗОН КРУЗО. ОЧЕНЬ ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ**  
Полнометражный анимационный фильм 12+
- 13.25 **ХРОНИКИ ПАНГОЛИНОВ**  
Фэнтези 12+
- 15.35 **НАЗАД К ДИНОЗАВРАМ**  
Фантастический фильм 6+
- 17.05 **СТРАЖИ ВРЕМЕНИ**  
Фантастический боевик 6+
- 19.10 **ТРИ ОРЕШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ**  
Фэнтези 6+
- 21.00 **РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ**  
Фантастический фильм 12+
- 22.55 **ВОЙНА БОГОВ. БЕССМЕРТНЫЕ**  
Фэнтезийный боевик 16+
- 1.00 **ОБЛАСТИ ТЬМЫ**  
Триллер 16+
- 2.50 **КРАСОТКИ**  
Комедийная мелодрама 16+

## ТНТ

- 7.00 Однажды в России. Спецдайджест Юмористическая программа 16+
- 9.00 Место силы 16+
- 11.00 Битва экстрасенсов Паранормальное шоу 16+
- 15.45 Битва экстрасенсов Паранормальное шоу 16+
- 19.00 Место силы 16+  
Проект про чудеса, эзотерику и все то, во что невозможно поверить, а можно только почувствовать. Участники шоу, которые считают себя обладателями сверхспособностей, помогут звездам шоу-бизнеса разобраться в спорных ситуациях жизни...
- 21.00 Музыкальная интуиция  
Развлекательная программа 16+
- 23.00 Женский Стендап Юмористическая программа 16+
- 0.00 **ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ. ВОССТАНИЕ МАШИН**  
Фильм 12+
- 1.40 Импровизация. Команды Юмористическая программа 16+
- 3.15 Шоу Студия «Союз» Юмористическая программа 16+

## ТВ ЦЕНТР

- 5.20 Зигзаг удачи Юмористический концерт 12+
- 7.05 Православная энциклопедия 6+
- 7.30 **СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ**  
Фильм 12+
- 9.30 **ОДУВАНЧИК**  
Фильм 16+
- 11.30 События
- 11.45 Смешите меня семеро Юмористический концерт 16+
- 12.35 **В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ**  
Сериал 12+
- 14.30 События
- 14.45 **В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ**  
Сериал 12+
- 17.05 **МАМЕНЬКИН СЫНОК**  
Сериал 12+
- 21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым
- 22.05 90-е. Секс, гуманоиды, кровь 16+
- 22.55 Следствие ведёт КГБ. Блондинки за углом 16+
- 23.45 Обжалованию не подлежит. Фотограф 16+
- 0.35 Прощание. Евгений Примаков 16+
- 1.20 10 самых... Звёздные врунишки 16+
- 1.45 10 самых... Ранние смерти звезд 16+

## 5 КАНАЛ

- 5.00 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5**  
Сериал 16+
- 12.25 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. ФЕЙЕРВЕРК**  
Сериал 16+
- 13.20 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. МАРШ МЕНДЕЛЬСОНА**  
Сериал 16+
- 14.20 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. АЛЬФА-САМКА**  
Сериал 16+
- 15.15 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. ШИТО-КРЫТО**  
Сериал 16+
- 16.10 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. ПОЛУОСТРОВ СКОРОВОИЩ**  
Сериал 16+
- 17.05 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5**  
Сериал 16+
- 18.55 **ЛИЦЕМЕРЫ. КРУТОЙ ПОВОРОТ**  
Сериал 16+
- 19.45 **ЛИЦЕМЕРЫ. КИЛЛЕР ПО ОБЪЯВЛЕНИЮ**  
Сериал 16+
- 20.40 **ЛИЦЕМЕРЫ. КУРЬЕРЫ СМЕРТИ**  
Сериал 16+
- 21.35 **ЛИЦЕМЕРЫ. АРХИТЕКТОР**  
Сериал 16+
- 22.25 **ЛИЦЕМЕРЫ. ПОСЛЕДНИЙ ПАЦИЕНТ**  
Сериал 16+
- 23.15 **ЛИЦЕМЕРЫ. ИГРОКИ**  
Сериал 16+
- 0.10 **МАЖОР**  
Боевик 16+

## РОССИЯ К

- 6.30 Библийский сюжет
- 7.05 Мультфильмы
- 8.10 **ОНА ВАС ЛЮБИТ**  
Фильм
- 9.35 Неизвестные маршруты России
- 10.15 Острова
- 10.55 **КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ**  
Фильм
- 12.30 Роман в камне
- 12.55 Черные дыры. Белые пятна
- 13.35, 2.05 Лазурная обитель
- 14.30 Дожить до светлой полосы
- 15.20 **ИМ ПОКОРЯЕТСЯ НЕБО**  
Фильм
- 17.00 Донна Татьяна Документальный фильм
- 17.50 **И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ**  
Фильм
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Острова в океане Телеспектакль
- 22.30 Большой джаз-2022
- 0.30 **КАПИТАН КИДД**  
Фильм

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Что за спорт? 12+
- 6.30 Рецептура 6+
- 7.00, 10.00, 12.50 Новости
- 7.05, 14.10, 19.30, 0.30 Все на Матч!
- 10.05 Кулачные бои Документальный фильм 16+
- 11.50 Матч! Парад 16+
- 12.55 **Пляжный футбол OLIMPBET**  
Чемпионат России ЦСКА - Краснодар-ЮМР
- 14.30 Хоккей Матч года. Все звёзды
- 17.15 Футбол МИР Российская Премьер-Лига Крылья Советов (Самара) - Zenit (Санкт-Петербург)
- 19.45 Футбол МИР Российская Премьер-Лига Ростов (Ростов-на-Дону) - ЦСКА
- 22.00 **Профессиональный бокс** Магомед Исмаилов против Владимира Минеева 16+
- 1.25 **Автоспорт** Российская серия кольцевых гонок. Туринг-лайт 6+

## 3 ТВ3

- 6.00, 8.40, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00 Мультфильмы
- 8.30, 15.00, 18.00, 22.40 Новости 16+
- 9.00 Вкусно с Анфисой Чеховой 16+
- 11.30 **НИНДЗЯ ПРОТИВ ПИРАТОВ**  
Фильм 16+
- 13.30, 15.10 **И ГРЯНУЛ ГРОМ**  
Фильм 16+
- 16.00, 18.10 **ТРАССА 60**  
Фильм 16+
- 18.45 **1+1**  
Фильм 16+  
Богатый парализованный француз Филипп ищет себе помощника - компаньона...
- 21.00 **Последний герой. Русский сезон 16+**
- 23.00 **777 ЧАРЛИ**  
Фильм 16+
- 2.15 **ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН**  
Фильм 18+
- 3.45 **ВИЖУ-ЗНАЮ**  
Сериал 16+

## 4 РЕН ТВ

- 5.00, 2.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 7.00 С бодрым утром! 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
- 9.00 Минтранс 16+
- 10.00 Самая полезная программа 16+
- 11.00, 13.00 Военная тайна 16+
- 15.00 Совбез 16+
- 17.00 Документальный спецпроект 16+
- 18.00 Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+
- 19.00 Добровещере 16+
- 20.00 **ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН**  
Боевик 16+
- 22.00 **ПАРНИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ**  
Боевик 16+
- 23.55 **КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ**  
Комедийный боевик 18+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 **СЕРДЦЕ РИТЫ**  
Сериал 16+
- 10.25 **ПРО ВЕРУ**  
Сериал 16+  
Одинокая Вера живёт учёбой и заботой о брате - трудному подростку Вера старается заменить родителей, которых нет уже несколько лет. Как «подарок судьбы», в её жизнь врывается мужчина, успешный бизнесмен. Страсть и романтический полёт оборачиваются для Веры трагедией...
- 19.00 **ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК**  
Сериал 16+
- 22.50 **ТЫ МОЙ**  
Сериал 16+  
Отчаявшись родить, Катя уговаривает мужа взять ребёнка из детдома. Выбор супругов падает на шестилетнего Семёна...
- 2.35 **Эффект Матроны**  
Документальный сериал 16+
- 3.25 **ЧЕРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ**  
Сериал 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Гастротур Кострома 16+
- 5.50 Пятница News 16+
- 6.10 **ПРОСТОКВАШИНО**  
Сериал
- 7.10 **Гость у порога** Улан-Удэ 16+
- 9.00 **Секреты на кухне** Готовит Антон Дмитриев 16+
- 10.00 **Четыре свадьбы** 16+
- 12.10, 18.40 **Четыре жены** 16+
- 14.30 **Четыре свадьбы** Свадьба-вечеринка vs Свадьба с татарским колоритом 16+
- 16.30 **Четыре свадьбы** Свадьба в античном стиле vs Свадьба в стиле 90-х 16+
- 21.10 **Четыре свадьбы** Свадьба в стиле прованс vs Свадьба в рыбной тематике 16+
- 23.00 **ПРОРОК**  
Фильм 16+
- 1.00 **БИТВА ШЕФОВ**  
Фильм 18+
- 2.20 Пятница News 16+

## ★ ЗВЕЗДА

- 5.10 **ДОЖИВЕМ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА**  
Фильм 12+
- 7.05, 2.45 **МАКСИМКА**  
Фильм 6+
- 8.45, 9.20 **ЧУЖАЯ РОДНЯ**  
Фильм 12+
- 9.00, 13.00, 19.00 **Новости дня** 16+
- 11.10 **Легенды музыки** Свадьба в Малиновке 12+
- 11.40 **СССР. Знак качества** 12+
- 12.30 **Не факт!** 12+
- 13.15 **Легенды кино** Георгий Милляр 12+
- 14.00 **Главный день.** Карен Таривердиев. Смотреш ли в огонь 16+
- 14.50 **ЗОЛОТАЯ МИНА**  
Фильм 12+
- 17.50, 19.20 **ЕРМАК**  
Сериал 16+
- 23.55 **ПРЕДСЕДАТЕЛЬ**  
Фильм 12+
- 2.45 **МАКСИМКА**  
Фильм 6+

## 7 ПЕРВЫЙ

- 6.00 **Новости**  
6.10 **ПОДКАСТ.ЛАБ**  
Обман веществ 16+
- 6.55 **Играй, гармонь любимая!** 12+
- 7.40 **Часовой** 12+
- 8.10 **Здоровье** 16+
- 9.20 **Непутевые заметки** с Дм. Крыловым 12+
- 9.40 **Мечталлион**  
Национальная Лотерея 12+
- 10.00 **Новости**  
10.15 **Жизнь своих** 12+
- 11.05 **Повара на колесах** 12+
- 12.00 **Новости**  
12.15 **Видели видео?**  
13.40 **А У НАС ВО ДВОРЕ...**  
Сериал 12+  
*Действие фильма происходит в одном из московских дворов. Его жители расследуют двенадцать различных происшествий, среди которых и преступные дела...*
- 18.00 **Вечерние новости**  
19.00 **Две звезды. Отцы и дети** 12+
- 21.00 **Время**  
23.00 **ОБОЮДНОЕ СОГЛАСИЕ**  
Сериал 18+
- 0.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ** 16+

## 1 РОССИЯ 1

- 6.10 **КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ-2**  
Фильм 16+
- 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 **Доктор Мясников**  
Медицинская программа 12+
- 13.00 **Большие перемены**  
14.00 **Вести**  
14.50 **Парад юмора** 16+
- 17.00 **Вести**  
17.50 **Песни от всей души**  
Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
- За одним большим столом собираются новые герои: таланты-самородки, кому есть, чем гордиться и поразить страну. В теплой дружеской обстановке они расскажут о своих мечтах, семьях...*
- 20.00 **Вести**  
22.00 **Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым** 12+
- 0.30 **АЛЕКСАНДРА**  
Фильм 16+
- 2.20 **КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ-2**  
Фильм 16+

## НТВ НТВ

- 5.15 **УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ**  
Сериал 16+
- 7.00 **Российская дипломатия** 12+
- 8.00 **Сегодня**  
8.20 **У нас выигрывают!**  
Лотерейное шоу 12+
- 10.00 **Сегодня**  
10.20 **Первая передача** 16+
- 11.00 **Чудо техники** 12+
- 11.50 **Дачный ответ**  
13.00 **ЗИМОРОДОК**  
Сериал 16+
- 16.00 **Сегодня**  
16.20 **Своя игра**  
17.15 **Следствие вели...** 16+
- 19.00 **Сегодня**  
20.00 **АКУШЕР**  
Сериал 16+  
*Глава местного департамента здравоохранения Артем Стеценко привозит свою молодую жену в центр на осмотр. Узнав о гибели плода, Стеценко умоляет Каверина и Сорокина пойти на подмену ребёнка. Марина сообщает Каверину, что беременна. Глеб понимает, что между ними всё кончено...*
- 22.10 **Звезды**  
Финал 16+
- 2.00 **ПРИГОВОРЕННЫЙ**  
Фильм 12+
- 3.25 **ПРОФЕССИОНАЛ**  
Сериал 16+

## СТС СТС

- 6.00 **Ералаш**  
7.00 **Отель «У овечек»**  
Мультсериал
- 7.15 **Уральские пельмени. Смехbook** 16+
- 8.00 **Просто кухня 12+**  
9.00 **На стиле**  
9.30 **Уральские пельмени. Смехbook** 16+
- 10.00 **Интуристы**  
Тревел-проект 16+
- 10.45 **Уральские пельмени. Смехbook** 16+
- 11.15 **ЖИРАФ РАФ**  
Комедия 6+
- 12.50 **РОК ДОГ**  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 14.35 **ЗВЕРОГОНЩИКИ**  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 16.25 **РОБО-ПЁС**  
Фантастическая комедия 12+
- 18.20 **КРОЛЕЦЫ И ХОМЯК ТЬМЫ**  
Полнометражный анимационный фильм 6+
- 20.05 **КРОЛИК ПИТЕР-2**  
Комедия 6+
- 22.00 **Русская дорога**  
Юмористическое шоу 16+
- 23.35 **ВРЕМЯ ВЕДЬМ**  
Фэнтезийная драма 16+
- 1.25 **ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЁНОМ РЫЦАРЕ**  
Фэнтезийная драма 18+

## TNT TNT

- 7.00 **Однажды в России. Спецдайджест**  
Юмористическая программа 16+
- 9.00 **Битва пикников** 16+
- 9.30 **Экстрасенсы ведут расследование**  
Паранормальное шоу 16+
- 10.30 **Битва экстрасенсов**  
Паранормальное шоу 16+
- 15.20 **Битва экстрасенсов**  
Паранормальное шоу 16+
- 18.30 **Выжить в Дубае. Возвращение** 16+
- 21.00 **Титаны** 16+  
*Экстремальное реалити-шоу, в котором одним из героев станет искусственный разум. Именно он отберёт 99 лучших атлетов страны, чтобы столкнуть их в бескомпромиссной битве за 10 миллионов рублей...*
- 23.00 **Шоу Воли** 16+
- 0.00 **ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА**  
Комедия 16+
- 1.45 **Импровизация. Команды**  
Юмористическая программа 16+
- 3.20 **Шоу Студия «Союз»**  
Юмористическая программа 16+

## ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

- 5.40 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА**  
Сериал 12+
- 9.30 **КОММУНАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ**  
Фильм 16+
- 11.30 **События**  
11.45 **Людам на смех**  
Юмористический концерт 12+
- 12.20 **ДЕЛО РУМЯНЦЕВА**  
Фильм
- 14.30 **События**  
14.50 **Дорогие товарищи. Первые леди СССР** 16+
- 15.35 **Русские тайны. Опасная косметика** 16+
- 16.30 **90-е. Массовый психоз** 16+
- 17.20 **НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ**  
Сериал 12+  
*Юлия Павлова - известная поп-певица. Чтобы вернуть популярность своей подопечной, продюсеры решают организовать свадьбу Юли с их новым дарованием...*
- 21.05 **КАИНОВА**  
Сериал 12+
- 0.00 **События**  
0.15 **КАИНОВА ПЕЧАТЬ**  
Сериал 12+
- 1.10 **Петровка, 38** 16+
- 1.20 **МАМЕНЬКИН СЫНОК**  
Сериал 12+

## 5 5 КАНАЛ

- 5.00 **СВИДЕТЕЛИ**  
Сериал 16+
- 6.25 **ЗАКОН ТАЙГИ**  
Сериал 16+
- 11.40 **ПИЛИГРИМ. АТАКА**  
Сериал 16+
- 13.25 **ПИЛИГРИМ. ДИВЕРСИЯ**  
Сериал 16+
- 15.20 **ПИЛИГРИМ. ОХОТА**  
Сериал 16+
- 17.15 **ПИЛИГРИМ. ФАЛЬШФЛАГ**  
Сериал 16+
- 19.05 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. БОЛЬШАЯ АФЕРА**  
Сериал 16+
- 20.05 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. ЖАТВА**  
Сериал 16+
- 20.55 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. ПРИЗРАК**  
Сериал 16+
- 21.50 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. ЛЕВ ПРОТИВ ЗМЕИ**  
Сериал 16+
- 22.45 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. ПОД ПОДОЗРЕНИЕМ**  
Сериал 16+
- 23.40 **НАШ СПЕЦНАЗ-2. БРАТСТВО**  
Сериал 16+
- 0.35 **48 ЧАСОВ. ЛЕКАРСТВО ОТ БОЛИ**  
Сериал 16+
- 1.25 **48 ЧАСОВ. БЕГЛЕЦ**  
Сериал 16+
- 2.05 **СВИДЕТЕЛИ. КОЛДОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
Сериал 16+

## РОССИЯ К

- 6.30 **Царица Небесная. Казанская икона Божией Матери**  
Мультфильм
- 7.05 **ИМ ПОКОРЯЕТСЯ НЕБО** Фильм
- 9.40 **Неизвестные маршруты России**  
И жизнь, и сцена, и кино... 95 лет со дня рождения Петра Щербаклова
- 11.05 **И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ** Фильм
- 12.50 **Ирина Архипова. Архитектура гармонии**
- 13.40 **Борис Годунов**  
Опера
- 16.35 **Андрей Дементьев. Всё начинается с любви** Концерт
- 19.30 **Новости культуры**  
19.45 **ЧИСТОЕ НЕБО**  
Фильм
- 21.35 **Dance Open**  
Гала-концерт звезд мирового балета
- 22.45 **КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ**  
Фильм
- 0.20 **Роман в камне**  
0.45 **ДОРОГА НА БАЛИ**  
Фильм

## МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 **География спорта. Таманский полуостров** 12+
- 6.30 **Магия большого спорта. Гандбол** 12+
- 7.05, 14.10, 15.45, 19.05, 23.30 **Все на Матч!**
- 10.05 **Сыновья скорости. Хант против Лауды** 12+
- 11.50 **Автоспорт**  
Российская серия кольцевых гонок. Туринг-лайт
- 12.55 **Пляжный футбол**  
Чемпионат России Лекс (Санкт-Петербург) - Спартак (Москва)
- 14.25 **Пляжный футбол**  
Чемпионат России Кристалл (Санкт-Петербург) - Локомотив (Москва)
- 16.55 **Футбол**  
Суперлига Женщины Спартак (Москва) - Zenit (Санкт-Петербург)
- 19.45 **Футбол МИР**  
Российская Премьер-Лига Химки (Московская область) - Динамо (Махачкала)
- 22.00 **После футбола**  
0.30 **Вы это видели** 12+

## ТВ3 ТВ3

- 6.00, 8.00, 8.40, 9.15, 9.45, 10.00, 10.45 **Мультфильмы**
- 7.30 **Вкусно с Анфисой Чеховой** 16+
- 8.30, 15.00, 19.00, 22.15 **Новости** 16+
- 12.15 **ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ**  
Фильм 6+
- 14.45, 15.10 **1+1**  
Фильм 16+
- 17.15 **Последний герой. Русский сезон** 16+
- 19.15 **ГОСТИ**  
Фильм 16+
- 21.00, 22.25 **МАТЬ МОЕГО СЫНА**  
Фильм 16+  
*Военный журналист Марк и его очаровательная жена Кира хотят усыновить ребенка. Судьба дает им шанс, в притоме они находят мальчика. Неожиданно объявляется его настоящая мать Мари...*
- 23.30 **ПРИЗРАЧНЫЙ ДОКТОР**  
Сериал 16+

## РЕН ТВ

- 5.00 **Самые шокирующие гипотезы** 16+
- 7.00 **С бодрым утром!** 16+
- 8.30, 12.30, 23.00 **Новости** 16+
- 9.00 **Самая народная программа** 16+
- 9.30 **Знаете ли вы, что?** 16+
- 10.30 **Наука и техника** 16+
- 11.30 **Легенды и мифы** 16+
- 13.00 **Неизвестная история** 16+
- 14.00 **МОЙ ШПИОН**  
Комедийный боевик 12+
- 15.55 **ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ**  
Комедийный боевик 16+
- 17.40 **ВАСАБИ**  
Комедийный боевик 12+
- 19.30 **ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ**  
Боевик 16+
- 21.05 **БЕЗ КОМПРОМИССОВ**  
Криминальный триллер 16+
- 23.30 **Самые шокирующие гипотезы** 16+

## ДОМАШНИЙ

- 6.30 **ТЫ МОЙ**  
Сериал 16+
- 10.30 **ТЕНИ СТАРОГО ШКАФА**
- 14.45 **МЕХАНИКА ЛЮБВИ**  
Сериал 16+  
*Анна и Валерий женаты десять лет. У Валерия свой бизнес и любовница, у Анны - ничего, кроме семьи и обожяемого мужа. В один прекрасный день любовница убеждает Валерия, что Анна ему изменяла, и сын - не от него...*
- 19.00 **ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК**  
Сериал 16+
- 22.50 **СЕРДЦЕ РИТЫ**  
Сериал 16+  
*У Маргариты врожденный порок сердца, и в любой момент она может умереть. Однажды Рита узнает, что муж Игорь изменяет ей...*
- 2.35 **Эффект Матроны**  
Документальный сериал 16+
- 3.15 **ПРО ВЕРУ**  
Сериал 16+

## ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 **Гастротур**  
Алтайский край 16+
- 5.50 **Пятница News** 16+
- 6.15 **ПРОСТОКВАШИНО**  
Сериал
- 7.10 **Гость у порога**  
Иркутск 16+
- 9.00 **Секреты на кухне**  
Гречка 16+
- 10.10 **Черный список. На кухне** 16+
- 11.10, 13.30, 15.40, 17.40, 19.50, 22.00 **Битва шефов** 16+
- 0.00 **БИТВА ШЕФОВ**  
Фильм 18+
- 1.40 **Пятница News** 16+
- 2.00 **Черный список**  
Фитнес-тренеры 16+
- 2.50 **Черный список**  
Мастера косметических услуг 16+
- 3.30 **Черный список**  
Ремонт кондиционеров 16+

## ЗВЕЗДА

- 5.15 **СЕМНАДЦАТЫЙ ТРАНСАТЛАНТИЧЕСКИЙ**  
Фильм 12+
- 6.55, 9.10 **ЗОЛОТАЯ МИНА**  
Фильм 12+
- 9.00, 18.00 **Новости дня** 16+
- 9.55 **Военная приемка** 12+
- 10.40 **Легенды армии** 12+
- 11.30 **Легенды госбезопасности** 16+
- 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, 18.15 **Легенды советского сыска. Годы войны** 16+
- 22.20 **ЧЕРЕЗ ГОБИ И ХИНГАН**  
Фильм 12+
- 1.40 **ЧУЖАЯ РОДНЯ**  
Фильм 12+

# СИЛА ЖИЗНИ НЕВЕРОЯТНЫЙ СЛУЧАЙ В МИРЕ ФИТНЕСА



Пенсионерка даже самые тяжёлые упражнения делает в охотку

фото: T.MESHOT\_SHOT

**85-летняя сибирячка стала звездой Интернета, покорив всех упражнениями с гантелями и штангой**

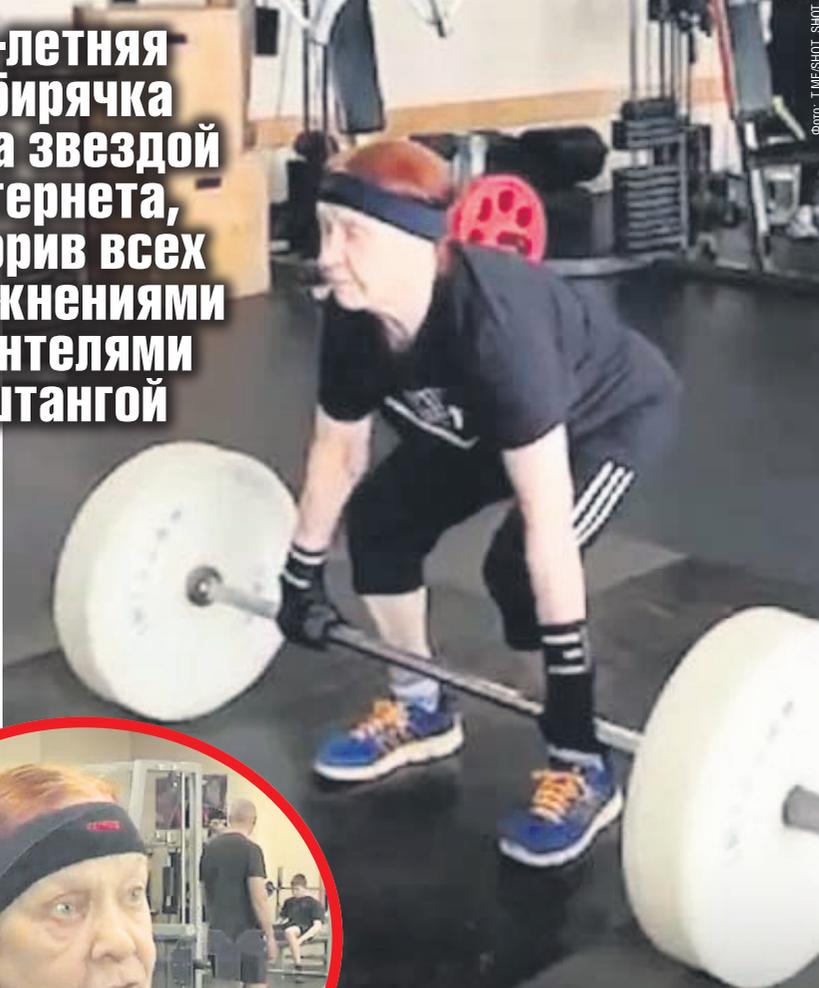


фото: T.MESHOT\_SHOT

**ПЕНСИОНЕРКА из Кемерово Галина Пермякова три раза в неделю занимается штангой и тренирует шпагат, став гордостью любителей здорового образа жизни.**

Галина Ивановна впервые задумалась о том, что нужно подкачаться, 15 лет назад – тогда ей было «всего» 70 лет.

В тренажёрный зал бабушку привёл сын. С тех пор Пермякова стабильно три раза в неделю тягает железо и тянет шпагаты, прямо как настоящий атлет. Фитнес-пенсионерка утверждает, что без спорта она уже не может жить: физическая активность открыла ей второе дыхание.

– Мне необходимо теперь вот это делать. Если я брошу, меня скрючит – и как я дальше буду жить? – делится своими чувствами Пермякова.

Тренер фитнес-клуба, который постоянно видит успехи Галины, гордится своей самой возрастной подопечной. Он утверждает, что бабушка выполняет многие упражнения вполне на

Сергей Квич

**СЕРГЕЙ ЖУКОВ**

уровне профессиональных тяжелоатлетов без всяких скидок на возраст.

– Галина Ивановна – самый дисциплинированный человек, это я вам точно могу сказать. Ни дождь, ни холод, ни праздники ей ни почём. Наоборот, она говорит, что дома сидеть не может. Пермякова выполняет все упражнения со штангой – приседает, жмёт. Если увидит, что-то делают что-то новое, говорит: «Покажи мне». И выполняет! – восхищается спортивный инструктор Сергей Квич.

**ПОПУЛЯРНОСТЬ**

Своим примером Галина Пермякова доказывает, что возраст – это лишь цифра в паспорте, что заниматься спортом и вести активный образ жизни никогда не поздно. Пожилая россиянка, занимающаяся тяжёлой атлетикой, уже привлекла внимание тысяч пользователей Сети.



фото: T.MESHOT\_SHOT

Пермякова работает с блинами как заправский штангист

# БАБКИНЫ БЛИНЫ



фото: T.MESHOT\_SHOT

Бабушка Галя легко садится и на шпагат



фото: T.MESHOT\_SHOT



Валерий Леонтьев

## Ты как во сне

ВАЛЕРИЙ Леонтьев прилетел из США в Россию и выступил на частном мероприятии, где исполнил свой коронный «Дельтаплан».

Танцевал он в кожаной куртке. Кстати, на вечеринке кроме него пел и Николай Басков. Напомним, Леонтьев живёт в Майами. В последние годы он редко приезжает на родину. Не так давно артист отпраздновал 75-летие.



Роза Сябитова

## Любите громче!

ВЕДУЩАЯ программы «Давай поженимся!» Роза Сябитова рассказала о прогрессирующей болезни.

– Слух стала терять – казалось длительное присутствие в ухе микрофона. Врач прописал мне лекарства. Вылечить это уже невозможно, но препараты помогут совсем не оглохнуть, – поделилась 62-летняя телесваха в беседе с журналистами.

**ПРИКОЛ**

**КИТАЯНКА 20 лет использовала боевую гранату как молоток. Соседи, заподозрив неладное, вызвали копов, и те изъяли боеприпас.**

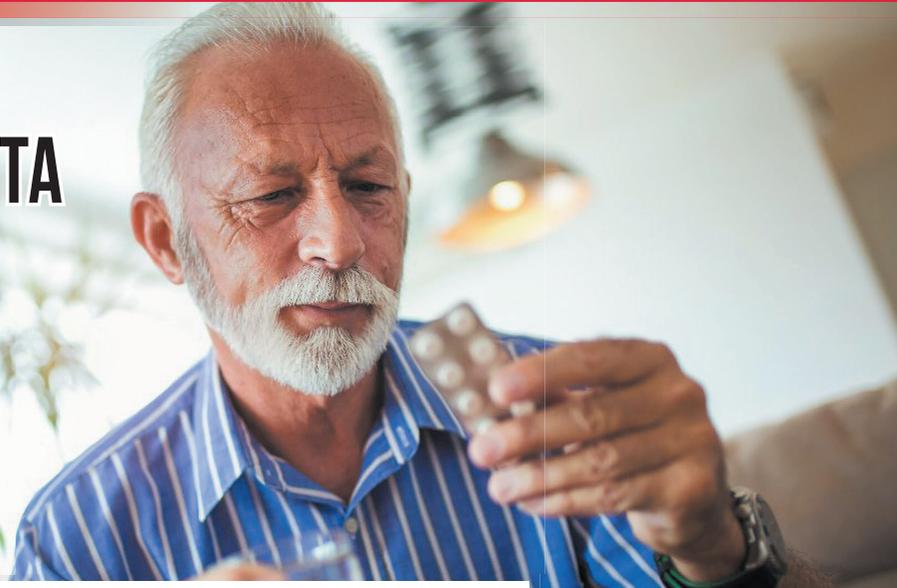
# ЖИТЕЛЬ КАРЕЛИИ ПОСТАВИЛ УЧЁНЫХ В ТУПИК

## ОН СОЗДАЛ АППАРАТ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ПРОСТАТИТА

**Вопрос мужчинам. Как Вы думаете, сколько стоит вылечить простатит?**

**Мало кто знает, но в некоторых клиниках стоимость лечения доходит до 860 000 рублей. Представляете? Это бешеные деньги! Откуда такие суммы у обычного человека? И неужели сегодня нет более доступных способов вернуть себе мужское здоровье?**

**Ответ на этот вопрос нашли ведущие специалисты страны!**



### БОЛЕЗНЬ ПОЖИЛЫХ ИЛИ БИЧ МОЛОДЫХ?

В СССР простатит считался болезнью пожилых. Лечили его таблетками и народными средствами. И, как показывает практика, мало кому такое лечение помогало! Увы, тогда медицина была хоть и доступной, но не настолько развитой, как в наше время. И страданиям мужчин не было конца. А сейчас ситуация куда хуже. Ведь простатит все чаще встречается и у молодых мужчин. Но почему? И как с ним бороться? Ответы на эти вопросы, увы, не знает практически никто! Благо, сегодня мир медицины даёт нам все больше возможностей быть здоровыми. И всё, что нам нужно, — это воспользоваться ими!

Вы, наверняка, слышали фразу «нет худа без добра»? И ведь правда, так оно и есть! Именно нехватка узких специалистов в больницах подтолкнула наших учёных к большому открытию! И им удалось совершить невозможное!

Наши специалисты разработали уникальный аппарат для лечения простатита — АППАРАТ МАРКЕЛОВА! Благодаря которому теперь Вы можете избавиться от боли, рези, частых мочеиспусканий, воспаления и вернуть себе мужское здоровье. А главное, что лечиться этим аппаратом Вы можете у себя дома! Аппарат Маркелова — это новая эпоха в лечении простатита!

### НЕ СТОИТ РИСКОВАТЬ ЗДОРОВЬЕМ

Чем обычно лечатся мужчины? Медикаментами или массажами, которые нужно куда-то вводить.

А вот аппарат Маркелова — вещь невероятно уникальная! Он устроен настолько грамотно и удобно, прямо сказать — разберётся каждый. А сам процесс лечения не доставит никакого дискомфорта. А всё почему? Да потому, что его анатомический мягкий электрод по форме напоминает седло. Его не нужно куда-то вводить. Он умело подстроится под особенности Вашего тела и окажет Вам помощь. Всё, что нужно, чтобы получить лечение, — занять удобное положение «в седле» и нажать кнопку. Дальше аппарат сделает всё сам! Никаких рисков, стыда и боли! Только безопасная «скорая помощь» при простатите!

Почему важна безопасность? Мало кто знает, но неправильно выполненный массаж простаты может спровоцировать отёк тканей. Который приводит к острой задержке мочи и другим печальным последствиям.

Когда без экстренной помощи не обойтись. Зачем Вам такие риски? Ведь теперь есть аппарат Маркелова, с которым Вы в полной безопасности!

Аппарат не оказывает лишнего давления на простату и лечит повреждённые ткани бережно.

Уже сегодня аппарат МАРКЕЛОВА помог тысячам мужчин и теперь готов помочь именно Вам! Уже сейчас Вы можете вернуться к нормальной, полноценной жизни! И главное, сделать это без операции!

### ПРОСТАТА — ГЕНЕРАТОР МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Знаете, что происходит с лежачим человеком? У него образуются пролежни. А когда образуется застой в области малого таза, развивается простатит.

Жуть! Не зря же говорят, что неиспользуемые органы атрофируются. Так и простатит медленно отнимает у Вас мужскую силу. Пора остановить это! Аппарат Маркелова поможет Вам сохранить свое здоровье и вернуть уверенность в своих силах.

Аппарат Маркелова разработан в соответствии с рекомендациями врачей! А его эффективность подтверждена клиническими испытаниями!

Аппарат Маркелова имеет удостоверение Росздравнадзора и считается самым безопасным методом лечения простатита и урологических заболеваний. Более того, аппарат применяется (отправлен на тестирование) в медицинских учреждениях не только России, но и за рубежом. За счёт множества программ мышцы тазового дна и простата получают разные вибрации. Волны электроимпульсов аппарата массируют простату с невероятной силой и глубиной. И это говорит не только о высокой эффективности! Но и о том, что такое лечение не вызывает привыкания.

И уже спустя две-три процедуры Вы буквально прочувствуете, как Вы помолодели! Это не передать словами, это можно только почувствовать. Потрясающе! Не лечение, а мечта!

### КАК ДЕЙСТВУЕТ АППАРАТ МАРКЕЛОВА?

Всё дело в том, что аппарат МАРКЕЛОВА действует на простату электрическими импульсами уникальной частоты. Знаете, что даёт? За счёт особых, низких частот аппарата Маркелова электроимпульсы проникают глубоко в ткани, помогая восстанавливаться. Во время лечения аппаратом простата начинает интенсивно сокращаться. И нормализуется тонус мышц не только простаты, но и всей промежности в целом! Вы только представьте, в малом тазу, где образовался застой, начинается процесс оживления, оздоровления! И вместо боли и рези Вы начинаете чувствовать тепло. Кровь начинает течь быстрее, наполняя ткани простаты питанием, энергией и кислородом! Вот он, процесс выздоровления, Вы уже запустили его! К тому же именно во время электростимуляции улучшается работа нервной системы.

Ведь лечение аппаратом Маркелова вызывает раздражение нервных окончаний. А именно благодаря этому Ваши сосуды начинают расширяться. Улучшаются процессы кроветворения, а с ними и обмен веществ! Нормализуется отток жидкости, и начинают наконец спадать отёки. Ваши мышцы крепнут и начинают работать как в молодости! Восстанавливается работа мочевого пузыря и всего тазового дна. Вот она, здоровая жизнь!

Но знаете, что самое интересное? Лечебные импульсы аппарата воспринимаются организмом как собственные. А, значит, организм начинает лечить себя сам!



**НА УПАКОВКЕ ОРИГИНАЛЬНОГО АППАРАТА ИМЕЕТСЯ ЗАЩИТНАЯ ГОЛОГРАММА**



### СТОИТ ТОЛЬКО ПОПРОБОВАТЬ

Под действием особых импульсов аппарата усиливается кровоснабжение. Вот здесь-то и начинается проходить воспаление, а вместе с ним и боль.

Аппарат Маркелова то сокращает, то расслабляет мышцы малого таза. Это отличная и мощная гимнастика для простаты, которая поможет вернуть Вам мужскую силу.

**ВЫ ПРЯМО ПОЧУВСТВУЕТЕ, КАК АППАРАТ ОХВАТИТ ВСЕ ТАЗОВОЕ ДНО, ОТ ЛОБКА ДО КОПЧИКА. И ЭТО ПОТРЯСАЮЩЕ! ВЕДЬ У БОЛЬШИНСТВА МУЖЧИН МЫШЦЫ МАЛОГО ТАЗА ПРАКТИЧЕСКИ НЕ РАБОТАЮТ, А АППАРАТ МАРКЕЛОВА СМОЖЕТ ОЖИВИТЬ ИХ, ПРОБУЖДАЯ К ПОЛНОЦЕННОЙ РАБОТЕ.**

**ПО МНЕНИЮ НЕКОТОРЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ, ЛЕЧЕНИЕ АППАРАТОМ МАРКЕЛОВА ВО МНОГОМ ПРЕВОСХОДИТ ПАЛЬЦЕВОЙ МАССАЖ ПРОСТАТЫ.**

А знаете почему? Да потому, что электроимпульсы бережно массируют все ткани. В то время, как специалист массирует только простату, аппарат Маркелова охватывает все тазовое дно, задействуя всю мочеполовую систему. Это просто великолепно! Ведь это глубокая и безопасная «скорая помощь» вашему организму.

### ЧТО ВАМ ПОДАРИТ АППАРАТ МАРКЕЛОВА

Мужчина — всегда мужчина, и в 50, и в 60 и в 70! В наше время возраст можно оставаться здоровым и чувствовать свою силу.

И аппарат Маркелова Вам в этом поможет! Боль отступит, и к Вам вернется уверенность и спокойствие.

Вы не будете просыпаться от частых позывов в туалет, а начнете полноценно спать. А еще и отметите улучшение потенции! И это замечательно, ведь это важно в любом возрасте. Лечение аппаратом Маркелова поможет вывести из простаты лишнюю жидкость, которая вызывает отёк. А ведь это и есть первопричина простатита. И сегодня Вы можете её устранить. С аппаратом Маркелова мышцы простаты окрепнут, как и Ваша уверенность и сила. Отныне вы победитель своего недуга!

Всего 15 минут в день, а какой результат! Это не те унизительные процедуры в кабинете врача.

Аппарат Маркелова — это новая современная медицина! Безопасная и эффективная терапия теперь доступна вам в любое время! Ведь аппарат станет вашим надёжным соратником, с которым Вы «горы свернёте».

Для Вас есть и еще одна прекрасная новость! Отличным дополнением станет то, что аппаратом Маркелова можно лечить не только простатит. В арсенале этого аппарата есть и другие электроды. Которые помогают при заболеваниях суставов, боли в спине, а также для восстановления после травм.

Также можно применять аппарат при тромбофлебите и ожирении. Аппарат Маркелова отлично снимает боль и отёки, восстанавливает кровоснабжение, а также помогает наладить работу всего организма в целом!

Мужчины! Уже сегодня Вы можете вернуть себе здоровье и силу! Так сделайте же это! Долой лишние травы, мучительные походы в больницу и унизительные процедуры. Всё, что Вам нужно для здоровья, — это аппарат Маркелова!

Компактный, удобный и понятный в использовании аппарат наполнит Вас силами и вдохнёт в Вас новую жизнь. Не лишайтесь своего «второго сердца»! Оставайтесь мужчиной всегда!

Позвоните нам прямо сейчас и закажите аппарат Маркелова! Возьмите здоровье в свои руки и не оставляйте простатиту ни единого шанса! Лечитесь аппаратом Маркелова и живите долгие годы!

## ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 333-90-41

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ  
СПЕЦИАЛИСТА

ОГРАНИЧЕННАЯ ПАРТИЯ АППАРАТОВ  
СО СКИДКОЙ\*

WWW.PRODEX.RU

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Бесплатная доставка. \*Акция действует с 10.07.2024 г. до 10.08.2024 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 специалиста по телефону 8 (800)-333-90-41. Электростимулятор МВ6.03 с принадлежностями. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

# Муромов заслужил!

## НАМ ПИШУТ ЧИТАТЕЛИ «ЖИЗНИ»

УВАЖАЕМЫЕ работники редакции, здравствуйте! Пишет вам 84-летняя бабушка из г. Рыбинска.

Я прочтала в вашей газете о пенсиях знаменитостей и также о том, как часто пишущая вам женщина из г. Северодвинска была удивлена малой пенсией у всеми нами уважаемого и обожаемого телеведущего Н. Н. Дроздова и певца М. В. Муромова.

В 80-е годы, когда наши войска организованно покинули Афганистан (в отличие от позорно, впопыхах бежавших оттуда американцев), очень много тогда было встреч с бойцами-афганцами, очень много звучало песен о них. И однажды по телевизору я услышала песню в исполнении Муромова. В ней были такие слова:

*Афганистан болит в моей душе,  
И все, кого я встретил и не встретил,  
Пусть будут долго жить на свете этом,  
Как тишина на дальнем рубеже*

Извините, если переврала некоторые слова, т.к. прошло много времени. Из всех песен об Афганистане только эта так запала мне в душу, что я до сих пор иногда напеваю эти строки. Я попросила свою дочь узнать исполнителя песни. Им оказался Михаил Муромов. И я присоединяюсь к тем, кто считает, что он достоин звания заслуженного артиста РФ. Он всегда естественен, не рядится в сногшибательные наряды (как некоторые), и у него прекрасные песни и голос. И ещё я хочу через вашу газету обратиться к Михаилу Муромову. Миша, спасибо тебе за твои песни. Желаю тебе здоровья и прошу написать ещё одну для ребят, которые сейчас сражаются за нас.

С уважением, Семерикова М.Ф.

**84-ЛЕТНЯЯ ПОДПИСЧИЦА ИЗ РЫБИНСКА РАССКАЗАЛА О ТОМ, КАК ПЕСНЯ АРТИСТА ЗАПАЛА ЕЙ В ДУШУ, И ВОЗМУТИЛАСЬ ТЕМ, ПОЧЕМУ ЕГО ДО СИХ ПОР НЕ УДОСТОИЛИ ЗВАНИЯ**

**В РЕДАКЦИЮ** пришло тёплое и трогательное письмо от читательницы из Ярославской области.

Пенсионерка высказала своё мнение о том, почему певец Михаил Муромов, до сих пор не имеющий никаких официальных титулов, несмотря на свои замечательные песни, достоин звания по крайней мере заслуженного артиста России.



## Я РАД, ЧТО МОЯ ПЕСНЯ ГРЕЕТ ВАМ СЕРДЦЕ!

**«Жизнь» связалась с Михаилом Муромовым и передала ему послание нашей читательницы. И 73-летний артист с удовольствием ей ответил.**

«Я ПРОЧИТАЛ ваше письмо и хочу его прокомментировать. Этот афганский цикл – он очень созвучен современной тематике. Но я не считаю возможным спекулировать на этой теме. Есть очень созвучные песни с современностью – «Боевым орденом награждается» и «Атака», в которой есть такие строки.

*Живи, Мать-Россия.  
Рано нам умирать.  
С нами крестная сила  
И небесная мать.*

Эту и другие мои песни из афганского цикла я исполняю в госпиталях. Иногда сердце обливается кровью, когда я вижу,

как ребята с костылями аплодируют...

Я хочу передать вам благодарность за оказанное мне внимание. Мне приятно, что моё творчество греет вам сердце. Я вообще считаю, что задача любой песни – это греть сердце. Будь она про любовь, про историю или про мать с отцом».

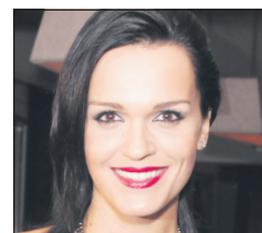


Марат Башаров

**Да, бил, но – любил!**

49-ЛЕТНИЙ актёр и телеведущий Марат Башаров попросил прощения у бывших жён за побои.

– У Кати Архаровой прошу прощения. Я очень благодарен Лизе Шевырьковой, мы с ней прекрасно общаемся, и я также прошу у неё прощения. И спасибо вам большое, что нашли возможность где-то меня простить и понять, – признался Марат.



Слава

**Славная тачка!**

44-ЛЕТНЯЯ певица Слава похвасталась дорогой покупкой.

Выбор артистки пал на огромный американский внедорожник. Ради заветного автомобиля Слава специально ездила в Петербург. Такая машина на рынке стоит около 15 млн рублей.

– Сбылась мечта идиота! Господи, она такая огромная и красивая! – поразилась артистка.

### ПРИКОЛ

**В НИЖНЕМ** ведьма впарила клиентке за 80 тысяч «магический нож», после чего её «коллеги» выманили у жертвы ещё 300 тысяч.



Фото: LEGION-MEDIA.RU

# Сканворд Фильм БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ

БОЛЬШОЙ СТОГ СЕНА	<b>ЕДА</b>	ЗЛАК, ЛЮБИМЫЙ В КИТАЕ	ЖАНР ФИЛЬМА						УГОЛЬ ВЫСШЕГО КАЧЕСТВА		ОРУЖИЕ, СХОЖЕЕ СО ШПАГОЙ	РЕЖИСС. ФИЛЬМА	НАЦ. ГИМН ФРАНЦИИ
	ЯБЛОЧНОЕ ВИНО СУП ИЗ КАПУСТЫ		ФИЛЬМ «БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ»	БРУТАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА		ФОТО № 1 НОРВЕЖ. ПОЛЯРНИК	МОНЕТА В НЫНЕШН. ДАНИИ					ИМЯ ПЕВИЦЫ ЛОРАК	ГАЗЕТА «ЖИЗНЬ»
								РАЗНОВИД. КОФЕ МОККО	ОБРАТН. СТОРОНА ОДЕЖДЫ	ИМЯ ХРИСТА			
	ПРИБОР ДЛЯ ПРОСМОТРОВ СЛАЙДОВ	ПАРЛАМЕНТ В ПОЛЬШЕ	ДЕРЕВЯННЫЙ МОЛОТОК СТОЛЯРА	ФОТО № 4									
ФОТО № 3	СТРАНА, ПОБЕДИВШАЯ США В ВОЙНЕ		ТО ЖЕ, ЧТО ЛАССО			ЗЛАКОВ. ТРАВА ДЛЯ СКОТА	РЕКА В ГОРОДЕ САРАНСКЕ		ПЛАКУЧ. ДЕРЕВО				
				ПАЦИЕНТ ДУРДОМА	ГАЗЕТА «ЖИЗНЬ»	ТРУС И ХМЫРЬ (АКТЕР)							
	ПОЛУТЪМА	ЖГУЧАЯ ТРАВА				РЕЗВЫЙ ПОРОДИСТ. РЫСАК							
				КОРПУС АРТИЛЛЕРИЙСКОГО СНАРЯДА	ПОЭМА В. МАЯКОВСКОГО	ЗАЛИВ ОХОТСКОГО МОРЯ							
				ЧИСТЫЙ ВЕС ТОВАРА	В БОКСЕ - УДАР КРЮКОМ	ТОНКИЙ ДЕВИЧИЙ ...	ФИЛЬМ «БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ»		НЕСЧАСТЬЕ				
					ЗЛАЯ СУДЬБА	НИЧЬЯ В ДОМИНО			НАЗВАНИЕ ЗАТАСКАН. АНЕКДОТА	ОБЕЩАНИЕ, ЗАРОК	МЕТЕОРИТ - ЭТО НЕБЕСНОЕ ...	«МОЙ ... - МОЯ КРЕПОСТЬ»	
		ДЕШЕВКА, ПРИМТИВНЫЙ ВКУС	ШОКОЛАДНОЕ СЫРЬЕ	ГЛИНОБ. КРЕПОСТЬ В СР. АЗИИ					«ХЛОПОТ ПОЛОН ...» (ПОСЛОВ.)				
					ЖАК ... КУСТО				ПЕРЕРЫВ В РАБОТЕ МАГАЗИНА				
		РОССИЮ ЭТИМ НЕ ИЗМЕРИТЬ							«... МАСТЕРА БОИТСЯ» (ПОГОВОР.)				
ФОТО № 2						ГАЗЕТА «ЖИЗНЬ»			ЧАСТЬ МОЛЕКУЛЫ				

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, В № 26

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ**

- 1. НЕМКА
- 4. БОКАЛ
- 7. ФРАНТ
- 10. НЕДОРАЗУМЕНИЕ
- 11. БОЛОТО
- 15. АЛЯСКА

- 18. СОЛОВЕЙ
- 21. МАХАОН
- 22. НОС
- 23. ОВАЦИЯ
- 24. ИРАВАДИ
- 26. «ЧАЙНИК»
- 29. ТРАГИК
- 35. ЗЛОУМЫШЛЕННИК

- 36. САФРА
- 37. РУИНА
- 38. ОПАРА

**ПО ВЕРТИКАЛИ**

- 1. НАБОБ
- 2. МАНУЛ

- 3. АУДИТ
- 4. БОРА
- 5. КАЗИНО
- 6. ЛАМА
- 7. ФИНАЛ
- 8. АВЕРС
- 9. ТАКСА
- 12. ОГРАНКА

- 13. ОКТАГОН
- 14. ОСИННИК
- 15. АЙБОЛИТ
- 16. ЯРМАРКА
- 17. КУЛИЧКИ
- 19. ЛЕНТА
- 20. ВИСЛА
- 25. ВЕРШКИ

- 26. ЧАВЕС
- 27. ИОЗЕФ
- 28. ИКОНА
- 30. РАНЧО
- 31. ГЕКЛА
- 32. КАЗНА
- 33. ЮМОР
- 34. ИЕНА

## НА МАЛЬДИВАХ 62-ЛЕТНЮЮ ЖЕНЩИНУ - МИНИСТРА ЭНЕРГЕТИКИ - ЗАДЕРЖАЛИ ЗА КОЛДОВСТВО ПРОТИВ ПРЕЗИДЕНТА СТРАНЫ

ОЛЬГА НИКИТИНА

МИНИСТР экологии и энергетики Мальдивской республики Фатимат Шамназ Али Салим оказалась за решёткой из-за обвинений в использовании чёрной магии против президента Мохамеда Муиззу.

По данным местных СМИ, 62-летняя Фатимат до того, как получила должность министра, работала в президентском дворце, а её супруг входил в число ближайших соратников Муиззу и также занимал министерскую должность в правительстве Мальдив. Однако несколько месяцев назад он по каким-то причинам был отстранён от работы. Судя по всему, его жена решила исправить ситуацию, при-



Фатимат Шамназ Али Салим

# Колдуй, баба, колдуй, дед...

бегнув к магическому обряду, но сделала только хуже.

### АРЕСТ

Чиновницу, её родственника и ведьмака, к которому они обратились, на днях задержали полицейские. Официально информация о том, что Фатимат оказалась под стражей из-за обряда чёрной магии, пока не подтвердили, но знакомые с ситуацией источники сообщают, что женщина решила обратиться к по-

тусторонним силам, чтобы сблизиться с главой государства и решить кадрово-семейные проблемы.

Отметим, что на Мальдивах занятия колдовством находятся под запретом, за нарушение которого грозит наказание — полгода заключения под стражей. Однако местные жители довольно часто практикуют различные обряды, чтобы навести порчу и проклятия на своих недоброжелателей и конкурентов. Чаще всего там обращаются к злым духам, которых насылают на врагов.



Оказалось, что у президента Муиззу хорошая защита от чар

Фото: SEATTLETIMES.COM



# #САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ  
ГАНИЧКИНОЙ



## Спасаем урожай от солнца

**ДОРОГИЕ** мои садоводы и огородники! Погодные условия всё время приносят нам новые сюрпризы, на этот раз в виде палящего солнца. Такая аномальная жара отрицательно сказывается на жизнедеятельности и урожайности садово-огородных культур.

### ЧТО ЖЕ НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬ РАСТЕНИЯ ОТ СОЛНЦА И ЖАРЫ?

**ВО-ПЕРВЫХ**, растениям нужен полив, который лучше всего проводить методом дождевания. Капельный полив также подходит – он обеспечивает хорошее поступление воды к корневой системе. Поливать нужно вечером, за 2-3 часа до захода солнца, или очень рано утром. Полив днём приведёт к ещё более сильным ожогам у растений.

**ВО-ВТОРЫХ**, желателно практиковать добавление в почву при рыхлении гидрогеля, гранулы которого впитывают необходимое кол-во воды и затем поступают к корневой системе.

рядами. Рыхление разрушает почвенную корку и сокращает испарение воды из почвы.



**В-ЧЕТВЁРТЫХ**, делаем мульчирование из торфа или опилок слоем до 5-6 см, опять же чтобы избежать испарения влаги из почвы.

**В-ПЯТЫХ**, производим корневые и внекорневые подкормки, которые послужат растениям лекарством от стресса. Подкормка: на 10 л воды необходимо развести по 10 столовых ложек сульфата калия и суперфосфата. Подкормку проводим в корень растения.



**В-ТРЕТЬИХ**, необходимо практиковать рыхление почвы между

*Хороших вам урожаев!*



ФОТО: АДУЛГАЛИЕВА ИЛИЯ

**ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ. МАГИЯ** ☎ (495) 663-38-15 доб.3021 Реклама  
Не мед. услуги

**ЯСНОВИДАЮЩАЯ БАБУШКА ТАНЯ.**  
МАГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ БЕСПЛАТНО НА РАССТОЯНИИ. ПРИВОРОТ. СНЯТИЕ ПОРЧИ, ОДИНОЧЕСТВА. ВОЗВРАТ ЛЮБИМЫХ. ИЗБАВЛЮ ОТ ПЬЯНСТВА. ИСПРАВЛЮ РАБОТУ НЕДОБОРОСОВЕСТНЫХ 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**

**ПРОЗОРЛИВАЯ ЗНАХАРКА ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА, ДУХОВНО СИЛЬНЕЙШИЙ ЧЕЛОВЕК.**  
1000 ЛЮДЕЙ ЯВЛЯЮТСЯ СВИДЕТЕЛЯМИ ЕЁ ЧУДЕСНОГО ДАРА! ВОЗВРАЩАЕТ ВЕРУ В ЧУДЕСА. С ЛЮБОЙ ПРОБЛЕМОЙ ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАТИТЬСЯ И ПОЛУЧИТЬ ОТВЕТ И ПОМОЩЬ НЕЗАВИСИМО ОТ СЛОЖНОСТИ И СРОКА ДАВНОСТИ ВАШИХ ПРОБЛЕМ. МОЖЕТ ПОМОЧЬ:  
\*ИЗБАВИТЬ ОТ ПАГУБНЫХ ПРИСТРАСТИЙ  
\*СНЯТЬ ПОРЧУ, ПРОКЛЯТИЕ  
\*СОЕДИНИТЬ ЛЮБИМЫХ ВАМ ЛЮДЕЙ  
\*СОХРАНИТЬ СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ  
\*ИЗБАВИТЬ ОТ ЗАВИСТНИКОВ  
\*ВЕРНУТЬ УДАЧУ И МИР В ВАШ ДОМ  
ПОМОЖЕТ НА ЛЮБОМ РАССТОЯНИИ!  
**ОТБЛАГОДАРИТЬ ЕЁ ЗА ПОМОЩЬ ВЫ МОЖЕТЕ ПО СВОИМ ВОЗМОЖНОСТЯМ. РАБОТА ЕЁ БЕСПЛАТНАЯ!**  
**Т.: 8-906-512-26-67**

**ЗНАХАРКА И ВЕДУНЯ ЛЮБОВЬ ФЁДОРОВНА.**  
ОБЛАДАЕТ ЧУДОТВОРНОЙ СИЛОЙ, КОТОРАЯ ПОМОГЛА 1000 ЛЮДЯМ ИЗБЕЖАТЬ БЕДЫ И НЕСЧАСТЬЯ. ПОДСКАЖЕТ И ДАСТ СОВЕТ В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ. ЕСЛИ У ВАШИХ БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ ПРИСТРАСТИЕ И ТЯГА К РЮМКЕ И ОНИ НЕ МОГУТ С ЭТИМ СПРАВИТЬСЯ, ЛИБО ОНИ ОБРАТИЛИСЬ К НЕДОБОРОСОВЕСТНОМУ МАСТЕРУ – ЛЮБОВЬ ФЕДОРОВНА ПОМОЖЕТ РАЗ И НАВСЕГДА ЗАБЫТЬ И БРОСИТЬ ЭТО.  
ДРЕВНЕЙШИМИ ЗАГОВОРАМИ И ОБРЯДАМИ ЛЮБОВЬ ФЕДОРОВНА ПОМОЖЕТ:  
\*СОЕДИНИТЬ СЕМЬЮ \*ВЕРНУТЬ ЛЮБОВЬ И УВАЖЕНИЕ ДЕТЕЙ К РОДИТЕЛЯМ \*ЗАГОВОРИТ ОТ РАЗНЫХ ТЕЛЕСНЫХ НЕДУГОВ ОБРЯДАМИ И СИЛЬНЕЙШИМИ МОЛИТВАМИ СНИМЕТ ПОРЧУ, ПРОКЛЯТИЕ, КОЛДОВОСТВО, ДЕПРЕССИЮ, СТРАХ, ИЗГОНИТ БЕСОВСКУЮ САТАНУ. ПОТАВИТ НЕРУШИМУЮ ЗАЩИТУ НА ВСЕ ВРЕМЕНА ОТ ВРАГОВ И ЗАВИСТНИКОВ!  
**ПОМОЩЬ БЕСПЛАТНО. Т.: 8-980-488-79-92**

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

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

**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

# ПРЕДСТАТЕЛЬНАЯ ЖЕЛЕЗА ЭТО КАСАЕТСЯ КАЖДОГО!

## Простат-Табс

и у Вас:

- Достаточное и свободное мочеиспускание.
- Нормальная сильная струя мочи без усилий.
- Полное опорожнение мочевого пузыря без боли и напряжения.
- Полноценный сон, без необходимости вставать.
- Эрекции, когда хочешь, желание и удовольствие, как в 30 лет.
- Здоровье, бодрость и хорошее настроение!



РЕКЛАМА

### КРУПНЕЙШИЕ ЛАБОРАТОРИИ ЗАИНТЕРЕСОВАЛИСЬ КОРОЙ АФРИКАНСКОЙ СЛИВЫ!

КОРА *RYGUEUM AFRICANUM*, РАЗНОВИДНОСТИ СЛИВЫ, ПРОИЗРАСТАЮЩЕЙ В ЦЕНТРАЛЬНОЙ АФРИКЕ, СОДЕРЖИТ СМЕСЬ ЛИПИДОВ И БЕТА-СИТОСТЕРОЛОВ, ОБЛАДАЮЩИХ МОЩНЫМ ДЕЙСТВИЕМ НА ГИПЕРТРОФИЮ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ.

С МОМЕНТА ОТКРЫТИЯ КРУПНЕЙШИЕ ЛАБОРАТОРИИ ПРОВЕЛИ МНОЖЕСТВО ИССЛЕДОВАНИЙ И, НАКОНЕЦ, БЫЛ РАЗРАБОТАН ПРЕПАРАТ **ПРОСТАТ-ТАБС**. НАДЕЖНЫЙ ПОМОЩНИК ДЛЯ СТОЛКНУВШИХСЯ С МУЖСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ, КОТОРЫЙ ПОМОГАЕТ В БОРЬБЕ С НЕДУГАМИ И В КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ДОСТИГНУТЬ СЛЕДУЮЩИХ РЕЗУЛЬТАТОВ:

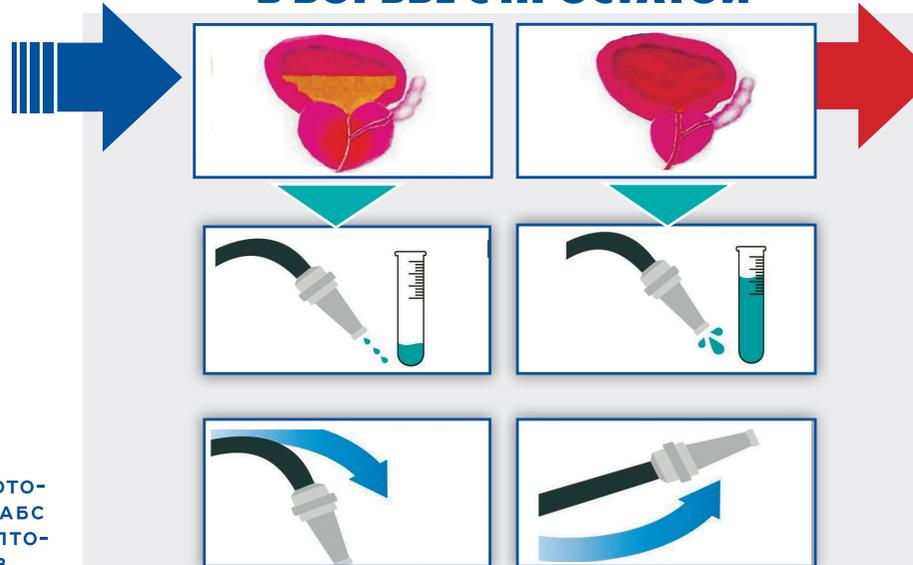
## НЕВЕРОЯТНО!

## КОРА АФРИКАНСКОЙ СЛИВЫ Простат-Табс: новое оружие В БОРЬБЕ С ПРОСТАТОЙ

Производится в России



НАКОНЕЦ-ТО РЕШЕНИЕ, КОТОРОЕ РАБОТАЕТ! ПРОСТАТ-ТАБС ПОМОЖЕТ ОБЛЕГЧИТЬ СИМПТОМЫ В ТЕЧЕНИЕ 24 ЧАСОВ.



**УМЕНЬШЕНИЕ ПРОСТАТЫ**  
УРЕТРА СВОБОДНА, МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ УЖЕ НЕ СДАВЛЕН. БОЛЬШЕ НЕТ БОЛЕЗНЕННЫХ ОЩУЩЕНИЙ, ПОЛНЫЙ КОМФОРТ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ.

**УСТРАНЕНИЕ ДИСКОМФОРТА ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ**  
КОНЕЦ АДСКИМ ПОХОДАМ В ТУАЛЕТ: ПОЛНОСТЬЮ ОПОРОЖНЯЕТСЯ МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ ВСЕГО НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ, БЕЗ БОЛИ И С ДОСТАТОЧНЫМ ПОТОКОМ МОЧИ.

**НЕТ ПРОБЛЕМ С ЭРЕКЦИЕЙ**  
У ВАС СНОВА ЭРЕКЦИЯ, КОТОРАЯ ДЛИТСЯ СТОЛЬКО, СКОЛЬКО ВЫ ЗАХОТИТЕ. ЖЕЛАНИЕ И УДОВОЛЬСТВИЕ ВОЗРАСТАЮТ, ЭЯКУЛЯЦИЯ СТАНОВИТСЯ ИНТЕНСИВНОЙ И БЕЗБОЛЕЗНЕННОЙ.

**100% НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ ИНГРЕДИЕНТОВ ПРОСТАТ-ТАБС СПОСОБСТВУЕТ КОМФОРТНОМУ МОЧЕИСПУСКАНИЮ И ЭРЕКЦИИ.**

**Попробуйте Простат-Табс БЕСПЛАТНО у себя дома в течение 30 дней и убедитесь в результатах сами!**

**Закажите Простат-Табс сразу на 30 дней без всякого финансового риска и ПОКОНЧИТЕ С ВАШИМИ ПРОБЛЕМАМИ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, делающими Вашу жизнь невыносимой!**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС: 8 (495) 781-42-14 (ПО ОБЫЧНЫМ ТАРИФАМ)**

ИЛИ 8 (800) 250-77-69 БЕСПЛАТНО ИЛИ ОТПРАВЬТЕ СМС НА НОМЕР +7 (925) 007-30-03

Адрес для писем: 115088, Москва, д/я 121, ООО «МЕД КОМПЛЕКС» [betalaklim@mail.ru](mailto:betalaklim@mail.ru)

ДА, я хочу попробовать Простат-Табс в течение 30 дней без финансового риска. Благодаря Простат-Табс я хочу избавиться от проблем с предстательной железой, вернуть комфортное мочеиспускание и крепкое мужское

здоровье. Если этого не произойдет, то в течение 30 дней я могу вернуть Вам свои упаковки Простат-Табс (не более одной вскрытой), и Вы незамедлительно вернете мне их стоимость почтовым переводом на мое имя.

**УНИКАЛЬНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ: Исключительная скидка 50% для наших читателей.**

**Интенсивный курс Простат-Табс (120 таблеток) по исключительной цене 2499 руб. вместо 5000, я экономлю 2501 руб. Код: 11 63 496**

**Радикальный курс Простат-Табс (240 таблеток) по исключительной цене 3999 руб. вместо 10000, я экономлю 6001 руб. Код: 11 63 497**

Я получу посылку без указания содержания заказа для сохранения конфиденциальности и оплачу заказ непосредственно в почтовом отделении или курьеру при получении посылки. Прошу отправить на адрес:

Фамилия: \_\_\_\_\_

Город: \_\_\_\_\_

Имя: \_\_\_\_\_

Улица, дом, квартира: \_\_\_\_\_

Отчество: \_\_\_\_\_

Подпись: \_\_\_\_\_

Почтовый индекс: \_\_\_\_\_

Тел. или e-mail (указать обязательно): \_\_\_\_\_

\*Делая заказ, вы предоставляете продавцу ООО «МЕД КОМПЛЕКС», юридический адрес: 123557, г. Москва, Большой Тишинский пер., 43, ОГРН 1027700528591, право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии носят иллюстративный характер, ваши результаты могут отличаться. Декларация о соответствии ЕАЭС N RU Д-РУ.РА09.В.96078/23.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ БАД И ЛЕКАРСТВОМ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

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

### ОЩУТИ ЭФФЕКТ С ПЕРВОЙ ЛОЖКИ

**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, шиитаке, трутовик плоский, ежовик коралловидный и гребенчатый.

### КАК БАЛЬЗАМ ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ОРГАНИЗМ?

**Натуральные природные компоненты грибного бальзама «ШАМБАЛА»** дополняют друг друга, регулируют, налаживают, снабжают полезными веществами все системы организма, оказывают интенсивное восстанавливающее действие при многих патологических 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;

### ТОЛЬКО ЛЕТОМ СКИДКА до 60%\*



Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА09.В.78779/23В78779/23

**АКЦИЯ!**  
1790 рублей -  
895 рублей\*

\*\*При покупке от 6 уп. **810** рублей  
\*\*При покупке от 10 уп. **750** рублей  
В одни руки не более 10 штук!

- **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.

## ГРИБОК РАЗРУШАЕТ НЕ ТОЛЬКО НОГТИ И СТОПЫ, СПОРЫ ГРИБКА ПРОНИКАЮТ И РАЗРУШАЮТ ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА!

Грибки — это паразиты, вызывающие болезни многих органов и тканей. Если продолжать тянуть время, то грибок стоп и ногтей, представляет серьезную угрозу организму провоцирует аллергические реакции (сыпь, дерматит, псориаз, экземы) и поражает ЖКТ, легкие, печень, селезенку, почки, суставы, кости и нервную систему. **Грибки вездесущи, они разрушают наш организм изнутри и снаружи.** Опасность грибка в том, что он незаметно и стремительно распространяется. Для быстрого, эффективного устранения причин, способных вызвать грибковую инфекцию кожи и ногтей, а также для оказания помощи в борьбе с этой инфекцией создан усиленный природный комплекс **«НогтиноВ»**. В его состав входит 30 лекарственных экстрактов трав. Не имеет побочных эффектов.

**Капельная форма «НогтиноВ»** (концентрат пищевой)\* - помогает блокировать грибковую и вирусную активность, выводит шлаки, нормализовать кишечную функцию, предотвращать гнойные процессы, нейтрализовать запах изо рта. Способствует уничтожению грибка и его спор по всему организму, а затем выводит остатки грибковой инфекции и его токсические вещества.

**Фито-мазь «НогтиноВ»** — противогрибковые компоненты мази могут помочь избавиться от внешних проявлений болезней, устранить симптоматику заболеваний в виде зуда, шелушения кожи, высыпания, аллергических реакций, запаха, трещин. Возвращает коже и ногтям здоровый ухоженный вид, всего за несколько недель.

\*НогтиноВ является пищевым концентратом



**АКЦИЯ!**  
СКИДКА 50%!\*\*

Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА01.В.47576/21  
Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА02.В.82286/24

## 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!  
Успейте получить  
6 упаковок БЕСПЛАТНО!\*\*

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

## «ОФТАЛЬФАРМ АКТИВ»\* ЗДОРОВЬЕ ГЛАЗ

Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА03.В.03795/22



**СКИДКА 50%\*\***

**Способствует улучшению и восстановлению при:**

- Возрастных изменений зрения.
- Сухости, слезоточивости и чувствительности к свету глаз.
- Зуде, покраснений, аллергии и других заболеваниях глаз.
- Капли стимулируют циркуляцию крови в капиллярах и за счет этого помогают поддерживать нормальную остроту зрения.

## БРОСИТЬ ПИТЬ? ЛЕГКО!

Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА08.В.02492/22



**СКИДКА 50%\*\***

**Капли «АЛКОБЛОКАТОР»\* способствуют:**

- устранению алкогольной и психологической зависимости;
- формирование стойкого отвращения к алкоголю;
- выведению из запоя и устранению похмельного синдрома;
- укреплению нервной системы.

Под воздействием таких капель снижается влечение к спиртному, сначала сокращаются суточные дозы, а после желание пить совсем.

**Капли «Алкоблокатор» можно добавлять в еду и напитки АНОНИМНО!**

## КАПЛИ «АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ»\*

Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА01.В.48231/24



**СКИДКА 50%\*\***

**Способствуют улучшению и восстановлению:**

- При возрастном снижении и потере слуха.
- При наружном, среднем отите.
- При воспалении внутреннего уха.
- При боли и прострелах в ушах.
- При заложенности уха.
- Капли помогают поддерживать нормальный уровень кровоснабжения органов слуха.

Сделать заказ и получить гарантированные подарки можно по бесплатным телефонам: **8 800 511 04 37, 8 800 600 20 92**

\* НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.