

# ЖИЗНЬ

16+

ТАЙСКИЕ КАНИКУЛЫ

21 - 27 января 2026 № 2

ТЕЛЕ  
программа

С 26 ЯНВАРЯ ПО 1 ФЕВРАЛЯ

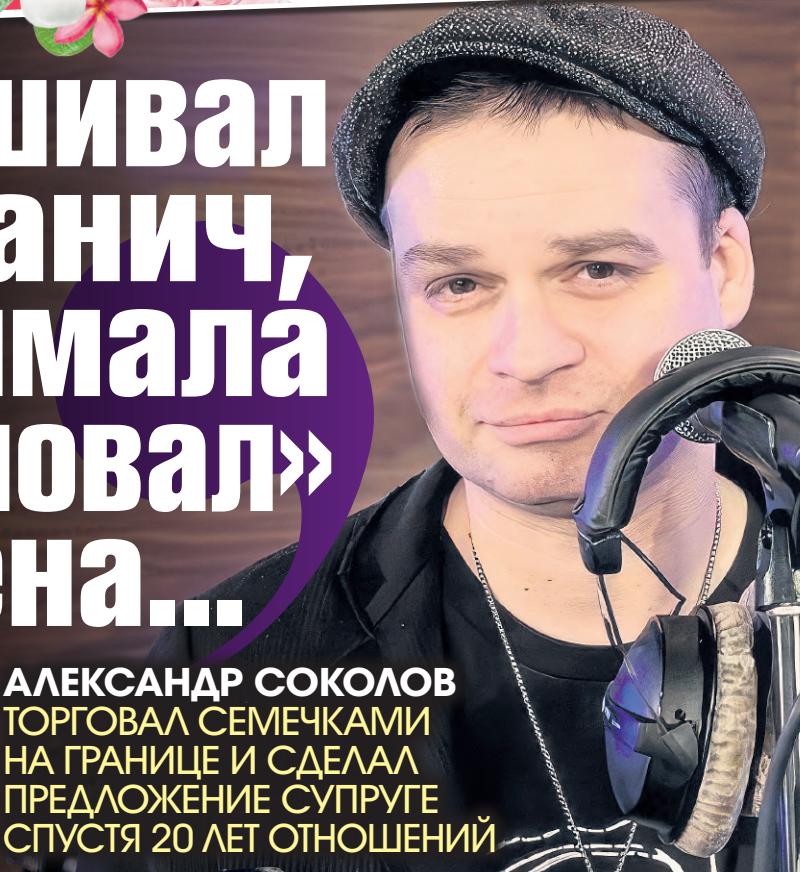


ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ФОТОРЕПОРТАЖ | Стр. 22



ЛАРИСА ДОЛИНА  
РАССЛАБИЛАСЬ  
С КАЛЬЯНОМ И  
КОКТЕЙЛЯМИ В  
ЭМИРАТАХ | Стр. 18

Прослушивал  
меня Танич,  
а принимала  
в «Лесоповал»  
его жена...



АЛЕКСАНДР СОКОЛОВ  
ТОРГОВАЛ СЕМЕЧКАМИ  
НА ГРАНИЦЕ И СДЕЛАЛ  
ПРЕДЛОЖЕНИЕ СУПРУГЕ  
СПУСТЯ 20 ЛЕТ ОТНОШЕНИЙ

ТРУСОВА ревнует мужа  
к фигуристкам и запрещает  
ему кататься с ними в паре



ЛЕДНИКОВЫЙ  
ПЕРИОД

Стр. 3

Стр.  
6

ПЕНСИОНЕРКА  
СТАВИТ РЕКОРДЫ В  
ТЯЖЁЛОЙ АТЛЕТИКЕ



9 ДЕТЕЙ ПОГИБЛИ В НОВОКУЗНЕЦКОМ РОДДОМЕ

## ВРАЧИ-УБИЙЦЫ

ВЕРСИЯ Малышей  
заразила большая санитарка,  
которая вышла на дежурство  
из-за нехватки персонала | Стр.  
4-5



Главврач  
Виталий  
Херасков

# КИСЛОТНЫЙ МАНЬЯК СУДИТСЯ СО СВОЕЙ ЖЕРТВОЙ

**Психопат Андрей Сулейманов избежал тюрьмы из-за диагноза и требует в 7 раз снизить выплаты девушки, которую он искалечил**

**АНДРЕЙ ДЕДОВ**

**КИСЛОТНЫЙ маньяк из Монино** Андрей Сулейманов через суд хочет снизить размер выплат своей жертве. Будучи официально невменяемым, он оказался вменяем для одной цели — апелляции.

Психопат, который подкарауливал девушек в Подмосковье и обливал их кислотой, избежал тюремного срока — его отправили на лечение в психбольницу № 2 им. Яковенко.

Некоторое время назад там собрали врачебный консилиум. И доктора заключили, что пациент способен осознавать свои действия при оформлении нотариальной доверенности. После этого в учреждение пригласили нотариуса, который и оформил документ на ведение судебных дел — именно для снижения выплат одной из жертв маньяка — Анастасии Лободы. После нападения Сулейманова в апреле 2024 года девушке пришлось перенести пять операций. Суд обязал маньяка выплатить ей 3 млн рублей компенсации. Однако тот требует снизить эту выплату в 7,5 раз.

## ПЫТКА

Между тем Анастасия вынуждена даже спать с открытыми глазами. Кислота сожгла ей веки, и она просто не может их закрыть. Из-за ре-



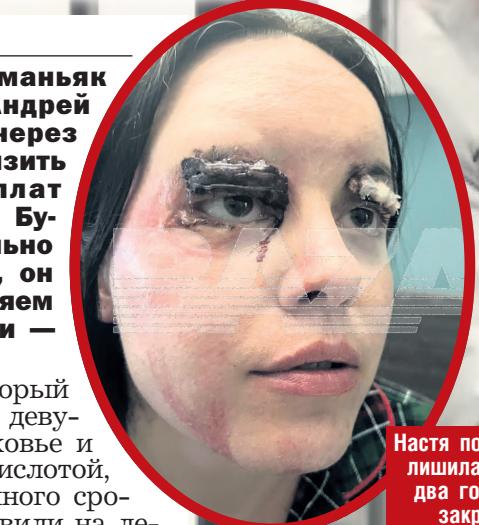
Анастасия перенесла уже 5 операций, но до сих пор не вернулась к нормальной жизни

гулярного недосыпа и побочных эффектов от лекарств пришлось забыть о полноценной карьере репетитора по английскому языку. Мешает работать и регулярная терапия:

— Я не готовлю людей к ЕГЭ, потому что не могу обеспечить ту дисциплину, которую требую от детей. То на реабилитацию уехала на месяц, то в суд побежала. Я не смогу выполнить эту работу качественно и не хочу людей подводить, — рассказывает Настя.

Выйти из дома для девушки — целое испытание:

Фото: Т.МЕ/BAZABAZON



Настя после нападения лишилась век и уже два года не может закрыть глаза

Диагноз помог Сулейманову уйти от наказания  
Фото: ГСУ СК РОССИИ ПО МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

# БЕЗУМИЕ В ЗАКОНЕ



1  
Маньяк подкрадывался к своим жертвам посреди улицы...



2  
...и плескал в лицо кислотой



Юлия Тимошенко

## Коса на камень

ЭКС-ПРЕМЬЕРУ Украины Юлии Тимошенко антикоррупционные органы Незалежной предъявили обвинения в связи с подкупом депутатов.

В офисе её партии в Киеве и в её частной резиденции прошли обыски. Тимошенко заявила, что всё это наговоры врагов. Но если обвинения будут доказаны, ей грозит до 10 лет колонии.



Александр Гудков

## Сузили карман

СУД В Красногорске оштрафовал 42-летнего комика Александра Гудкова за пародию на песню Шамана.

Гудков в соцсети разместил видеозапись «Александр Гудков — Я узкий», пародируя композицию «Я русский». Его признали виновным в «возбуждении ненависти либо вражды», штраф — 11 тыс. рублей.

## ПРИКОЛ

**В УЗБЕКИСТАНЕ** мужчина замучил местную полицию звонками с вопросом: «Зачем Трамп украл Мадуро». Его оштрафовали.

# ЭКСКЛЮЗИВ-РЕПОРТАЖ СО СЪЁМОК «ЛЕДНИКОВОГО ПЕРИОДА» Я не разрешаю мужу кататься с другими!

**СЕРГЕЙ ЖУКОВ**

**НОВЫЙ** сезон «Ледникового периода» обещает стать фееричным – Первый канал собрал в одном проекте весь цвет одиночного женского катания страны.

На экране появятся сразу шесть новых участниц: Анна Щербакова, Алена Косторная, Софья Акатьева, Александра Степанова, Елизавета Худайбердиева и Александра Трусова.

Последней пришлось отпрашиваться у мужа – фигуриста Макара Игнатова, которому Саша летом прошлого года родила сына. Ведь повод для ревности тут действительно есть – Трусовой в пару достался секс-символ российского кино Иван Жвакин.

## ПРОСЬБА

– Я не разрешаю ему кататься с другими девочками, поэтому я, конечно, спросила у него разрешения... Он согласился. Он не ревнивый! – призналась серебряная звезда Пекина.

Кроме новичков в проекте задействованы и другие фигуристки, которые, несмотря на возраст, уже стали легендами – Елизавета Туктамышева, Татьяна Вор-

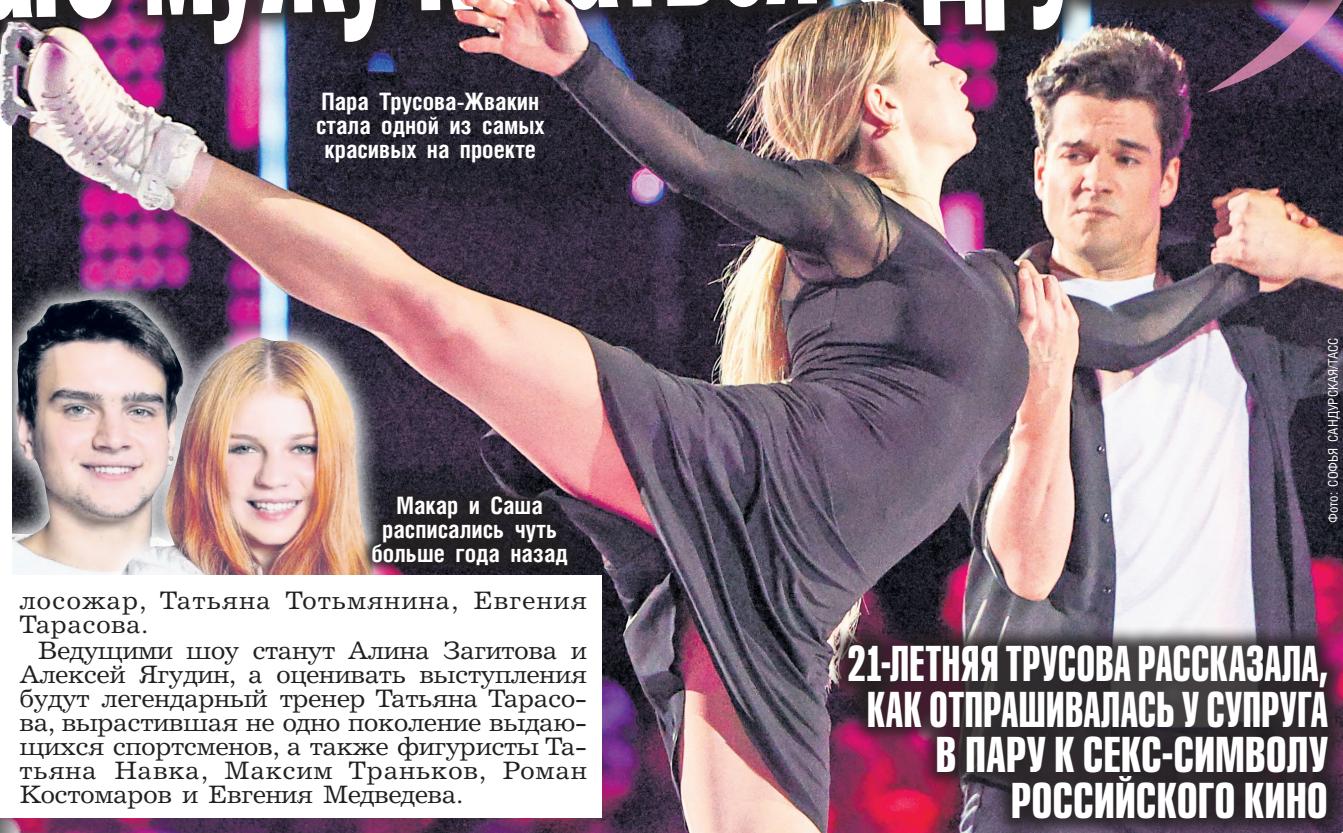


Фото: Софья Сандро/ФотоАгентство

лосожар, Татьяна Тотьмянина, Евгения Тарасова.

Ведущими шоу станут Алина Загитова и Алексей Ягудин, а оценивать выступления будут легендарный тренер Татьяна Тарасова, вырастившая не одно поколение выдающихся спортсменов, а также фигуристы Татьяна Навка, Максим Траньков, Роман Костомаров и Евгения Медведева.

## ЖИЗНЬ СЛИШКОМ КОРОТКАЯ, ЧТОБ ТРАТИТЬ ЕЕ НА БОЛЕЗНИ



Меня зовут Дмитрий Николаевич, мне 64 года. В моей жизни был перерыв – ужасное, потерянное время. С 55 до 61 я не жил, а выживал. Дело в том, что после 50 начали вылезать разные болочки, а к 55 мне стало совсем худо. Началось все, как помню, с изжоги и давления. Потом постоянная слабость, суставы крутят – особенно на погоду. Встаю утром – и нет ни на что ни сил, ни желания. Голова еще вечно болит. А у меня работа ответственная на заводе, дочка второго родила – им нужна поддержка, нужно держаться... Я искал выход. Ходил по врачам, покупал дорогущие препараты. Все без толку. Был период, когда уже совсем сдался, ходил как дряхлый старик и все думал, когда же конец этому всему.

Но есть у меня друг, старый проверенный товарищ. И пусть не часто мы с ним видимся, потому что живем в разных городах, но когда уж встречаемся – это такой заряд каждый раз! Вот приехал он ко мне в гости и так и говорит с порога: «Дима, что с тобой?» Я сначала отнекивался, а потом честно признался, что

### ДЕЙСТВИЕ БАЛЬЗАМА МОЖНО РАЗЛОЖИТЬ НА ЭТАПЫ:

1. Нормализация кислотно-щелочного баланса в организме;
2. Нормализация работы желудка (результат ощущается уже через несколько дней) – желудок работает правильно, пища полностью переваривается, организм получает все витамины и очищается;
3. Начинают выводиться нерастворимые соли, а это значит: очищаются сосуды, растворяются камни во внутренних органах, разжижается кровь, перестают беспокоить суставы;
4. Вследствие этих процессов внутренние органы начинают работать должным образом: нормализуются уровень сахара, давление, обмен веществ.

сдал в последнее время, здоровье ни к черту стало. И начал он мне рассказывать про медицину известного академика Болотова и его **Бальзам Болотовым** был изобретен больше 30 лет назад и уже несколько лет, как начал производиться официально. Этот Бальзам Болотова – абсолютно уникальный в своем роде. Состоит из комплекса кислот, которые нам очень нужны для организма и которых с возрастом начинает не хватать. И именно из-за их нехватки начинаются все эти проблемы – болочки, слабость, резкое старение...

Друг погостил и уехал. А через неделю пришел мне от него этот Бальзам Болотова. «Ну что ж, по-

робую попринимать», – решил я. Начал пить Бальзам – разводя по чайной ложке в стакане воды во время еды. И каково же было мое удивление, когда мне стало лучше! Сначала прошла изжога и вздутие, сил стало больше. Потом потихоньку давление нормализовалось. А сейчас меня не узнать! Только и слышу от всех, как хорошо выгляджу. И благодарности моей другу нет предела. Так что мой вам совет – цените своих друзей и принимайте Бальзам Болотова – живите, а не проживайте!

### СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ

Больше информации можно получить у консультантов моего представительства – в «ЦЕНТРЕ БОЛОТОВА». Звоните и получите ответы на все вопросы. Там можно и заказать Бальзам Болотова.

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

Цена: 475 мл – 2350 руб.; от 3 бут. – по 2300 руб.;  
от 6 бут. – по 2200 руб.; от 10 бут. – по 2100 руб.

МОСКВА. «ЦЕНТР БОЛОТОВА»



НОВАЯ БУТЬЫЛКА  
С УДОБНЫМ ДОЗАТОРОМ

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

# НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# ШОК-РАССЛЕДОВАНИЕ МАССОВОЙ ГИБЕЛИ



АРТЁМ КОНЕВ

**В НОВОКУЗНЕЦКОМ роддоме № 1 прогремел один из самых громких медицинских скандалов за последние несколько лет — во время новогодних праздников там умерли сразу 9 младенцев. Пятеро из них — от простудной инфекции, которая переросла в пневмонию.**

Чтобы понять, как это случилось, представьте такую картину: пожилая женщина в медицинском халате переходит из палаты в палату.

Она меняет бельё будущим мамам, приносит еду, помогает пеленать новорождённых. Время от времени эта женщина покашливает, иногда чихает и утирается бумажным платочком, спрятанным в боковом кармашке. Ей не здоровится, болит голова, её покачивает от температуры, но она всё равно выходит на смену в новогодние праздники. Может, потому что ей нужны деньги, а скорее — потому что все другие отказались. Нехватка медперсонала — это беда многих российских больниц. Кажется, что эта женщина выполняет свой долг — делает то, что сделать больше некому. Но на самом деле она несёт гибель. То, что для неё лёгкая простоя, для младенца — смертельный приговор...

## ПРИЧИНЫ

Вероятно, так или почти так развивались события в НГКБ № 1 им. Г. П. Курбатова в Новокузнецке, где весь стационар пришлось закрыть на карантин из-за массовой гибели детей.

Рабочая версия следователей такова: одна из санитарок заболела ОРВИ, но, несмотря на плохое самочувствие и очевидные всем симптомы, продолжала ходить из палаты в палату, заражая и беременных, и новорождённых детей.

Тут надо понимать ключевую деталь — у новорождённых нет своего иммунитета. Их организм ещё не способен вырабатывать антитела, чтобы бороться с вирусами или бактериями, даже с теми, которые для взрослого не представляют вреда. Зато у младенцев есть другой щит — иммунитет матери. Женщина во время бе-

Роженицы жаловались, что персонал травмирует их детей

## ИСТОРИЯ БОЛИ Вот несколько эпизодов....

**Одна из жертв новокузнецкого роддома родилась недоношенной. Наталья К. родила дочь второго декабря на седьмом месяце беременности. Малышку поместили в инкубатор. Последний раз родители видели новорождённую 10 января. Она уже набрала вес и, по прогнозам, в конце месяца могла готовиться к выписке. Мама и папа обрадовались выздоровлению девочки, но на следующий день — 11-го числа — она умерла.**

О точных причинах смерти родителям до сих пор не сообщили.

**Другая пациентка стала бесплодной после операции в новокузнецкой больнице, в родильном корпусе которой погибли младенцы. Ей ошибочно удалили матку. После родов жительницу Новокузнецка доставили в гинекологическое отделение НГКБ № 1, где сделали УЗИ и выявили серьёзное осложнение — врастание плаценты. По словам девушки, врачи заставили её пойти на операцию по удалению матки, поясняя это тем, что «больше ничего нельзя сделать».**

Пострадавшая подала в суд на больницу, разбирательство длилось полтора года. Судебные эксперты пришли к выводу, что врачи поставили ошибочный диагноз.

**Автор что рассказывает ещё одна роженица — Оксана К. Она стояла на учёте в роддоме № 2, который относится к новокузнецкой больнице № 1, в 2021 году. Девушка регулярно посещала врачей и сдавала все анализы, чтобы убедиться, что плод здоров. Пациентка уже находилась на 40-й неделе беременности и должна была родить, но врачи постоянно откладывали срок госпитализации. В один из дней девушке стало резко плохо. Когда её наконец привезли в роддом с жалобами на здоровье, ребёнок был уже мёртв.**

Пострадавшая судилась с новокузнецкой больницей почти четыре года. Комиссия отметила, что неродившегося малыша могли бы спасти.

**Ещё одна пациентка новокузнецкой больницы потеряла ребёнка в 2021 году. Девушка, которая находилась на 39–40-й неделе беременности, почувствовала резкую боль в животе. Она самостоятельно добралась до новокузнецкой больницы, где врачи приняли роды. Новорождённая девочка родилась мёртвой. Девушка подала в суд, считая, что её ребёнок погиб по вине врачей. Экспертиза установила — малышка умерла во время родов из-за некачественной медпомощи.**

Женщина уверяет, что ребёнку её сестры оторвали руку во время родов

# ВЕРСИЯ!

● **ДЕВЯТЬ НОВОРОЖДЁННЫХ УМЕРЛИ В РЕАНИМАЦИИ СТАЦИОНАРА ВО ВРЕМЯ НОВОГОДНИХ ПРАЗДНИКОВ**

● **МАЛЫШЕЙ ЗАРАЗИЛА БОЛЬНАЯ САНИТАРКА, КОТОРАЯ ВЫШЛА НА РАБОТУ ИЗ-ЗА НЕХВАТКИ ПЕРСОНАЛА**

# ВРАЧИ-



За два года злополучному роддому вынесли более 170 предсторожений



Из-за эпидемии родильное отделение пришлось закрыть на карантин

Фото: Т.МЕ/SHOT.SHOT

# ДЕТЕЙ В НОВОКУЗНЕЦКОМ РОДДОМЕ



Фото: МАКСИМ РОЖКО/ТАСС

Главврач роддома  
Виталий  
Херасков  
задержан -  
ему грозит  
до 7 лет  
тюрьмы

Розетки в отделении часто  
не работалиА так выглядела ванная в платной  
палате класса «комфорт»

Иосиф Пригожин

## Не фанера, а железо!

ПРОДЮСЕР Иосиф Пригожин предсказал скорую замену звёзд эстрады на певцов-роботов.

— Я могу предложить, что в недалёком будущем будет ажиотаж вокруг умных и поющих машин, которые на время заменят живых, а быть может, и усопших артистов, если будет такая необходимость, — заявил 56-летний супруг певицы Валерии.



Юрий Стоянов

## Стрелы Робин Гуда

68-ЛЕТНИЙ Юрий Стоянов рассказал, что однажды его коллега Илья Олейников чуть не погиб на съёмках «Городка».

Это был выпуск про Робин Гуда. Стоянов должен был выстрелить из лука и попросил коллегу отойти, просто пустив стрелу вверх. А она, опускаясь, угодила Олейникову в шапку. К счастью тот отделался царапиной на голове.



Министр  
здравоохранения  
Михаил Мурашко  
поручил комиссии  
разобраться  
в ситуации

ременности передаёт малышу свои антитела, которые продолжают защищать его первые месяцы жизни, пока организм ребёнка сам не научится сопротивляться патогенам.

Вот только эта защита не работает против тех болезней, которыми мама не болела. Именно такой недуг разнёсся по Новокузнецкому роддому со скоростью лесного пожара, унося жизни маленьких пациентов. И всё — благодаря некой санитарке, которая «героически» вышла на смену, будучи больной...

Но абсолютно неправильно винить в этой трагедии её одну. Санитарка — это, как правило, человек без медицинского образования, выполняющий в стационаре самую тяжёлую и неблагодарную работу и получающий при этом гроши.

Но из-за нехватки медсестёр в Новокузнецком роддоме их обязанности (в целях экономии)

взвалили именно на санитарок. Как говорится, зачем платить больше, если разница нет? Но разница есть, и оказалось, что она исчисляется жизнями новорождённых детей...

### НАРУШЕНИЯ

Вообще же Новокузнецкий роддом был заведением с дурной репутацией. За последние два года надзорные органы вынесли стационару 170 предостережений, из них 156 — в 2024-м году. Родильницы жаловались на некомпетентность и хамство местного медперсонала. Вот некоторые их отзывы:

— Отношение желает лучшего, сломали ключицу малышу, выявили только на третий день, обвинив меня, что рожать не умею.

— Отношение скотское. Не как к человеку, а как к объекту, который нужно родо-разрешить.

Очень много претензий было к акушерке Царапкиной

— Мерзкие «родилки» (врачи и акушерки), которые настолько обозлились и обабились, что ходят на работе в дачных халатах с голыми руками и в платьях, еле прикрывающих телеса.

— Врач даже не явилась на мои роды. Спала. Акушерка появилась уже в самом конце и приняла роды.

— Сам роддом неплохой, но есть две особы в родильном отделении, одна прямо-таки яро озвучивала и демонстрировала ненависть к детям. Кто там был, узнают, про кого речь. Любительница носить зизи, косы и дреды.

— Акушерка Царапкина говорила, что если я не буду тужиться, то у ребёнка оторвётся голова, это нормально?

### ИТОГ

Сейчас в деле разбираются следственные органы и прокуратура Кемеровской области. Главврач злополучного роддома Виталий Херасков задержан — ему грозит до 7 лет тюрьмы.

Вместе с ним задержан заведующий отделением реанимации и интенсивной терапии новорождённых и недоношенных детей. Обоим предъявлены обвинения в халатности.

Стоит упомянуть важную деталь — Херасков занимает должность главврача чуть больше года. До этого он был заместителем министра здравоохранения региона Дмитрия Беглова — того самого, которого в прошлом году отправили под стражу по делу о получении взятки в особо крупном размере.

Тем временем из Питера в Кемеровскую область экстренно вылетела команда высококлассных питерских врачей — группа специалистов из НМИЦ перинатологии имени Кулакова и Педиатрического университета должна проверить работу местной службы родовспоможения — по поручению министра здравоохранения Михаила Мурашко.

## ПРИКОЛ

В ЯПОНИИ енотовидная собачка пробралась в конюшню и так обьялась, что не смогла сбежать и застряла в дыре для кошки.

# ИГОРЬ ЗОЛОТОВИЦКИЙ УМЕР В 64 ГОДА

## УТРАТА

СЕРГЕЙ ИВАНОВ

**В МОСКВЕ скончался заслуженный артист РФ, один из самых известных театральных педагогов страны Игорь Яковлевич Золотовицкий, ему было 64 года.**

Золотовицкий более 40 лет проработал на сцене Московского художественного театра, сыграл почти в сотне фильмов и более 10 лет возглавлял Школу-студию МХАТ.

Сердце мэтра остановилось в больнице в девять часов утра. Медперсонал пытался реанимировать его на протяжении получаса, однако усилия оказались тщетными. Известно, что Золотовицкий боролся с раком желудка, роковой диагноз был поставлен ещё в прошлом году.

Игорь Золотовицкий родился в 1961 году в Ташкенте, где его семья находилась в эвакуации. Папа и мама будущей знаменитости были далеки от театра, но сам Игорь с юных лет мечтал о театральных подмостках. С пятого класса он занимался в городском Дворце пионеров в театральной студии. Большую роль в выборе профессии юноши сыграла его мама Софья Григорьевна. Она работала в системе общепита и была, по словам Игоря Яковлевича, человеком-праздником – очень артистичной. Свой талант, по его словам, он как раз перенял от мамы. Первый раз Золотовицкий поехал поступать в театральный вуз Москвы в 1977 году, но опоздал на экзамены.

## ДЫНЯ

Вторая поездка в столицу случилась очень скоро.

– Мама меня спросила: «Сынок, а ты хочешь на следующий год поехать в Москву и снова поступать?» Я ответил, что хочу. Тогда она сказала, чтобы я сам заработал на билет, – рассказывал Золотовицкий. Игорь так и поступил – пошёл работать на завод слесарем-ремонтником токарных и фрезерных станков. В итоге он помог семье деньгами и, разумеется, заработал на билет на самолёт до Москвы. В 1978 году молодой человек поступил одновременно в Щукинское училище и в Школу-студию МХАТ. А своими главными педагогами и старшими коллегами он считал Олега Ефремова и Олега Табакова.

Когда после поступления в Школу-студию МХАТ Золотовицкий вернулся в Ташкент, мать спросила у него: «А кто там у вас главный?» Сын ответил: «Ефремов».

– Тогда передай ему дыню, – попросила Софья Григорьевна.



Фото: NATALIA SHAKHNOVA/GLOBAL LOOK PRESS

Золотовицкий дал путёвку в творческую жизнь многим известным актёрам

## АКТЕР САМ ЗАРАБОТАЛ НА БИЛЕТ, ЧТОБЫ ПОЕХАТЬ В МОСКВУ НА ЭКЗАМЕНЫ, НО ПОСТЕСНЯЛСЯ ПЕРЕДАТЬ ОЛЕГУ ЕФРЕМОВУ МАМИН ПОДАРОК – ДЫНЮ

Новоиспечённый студент дыню взял, но не рискнул подарить её мэтру и передал другому преподавателю. Много лет спустя Золотовицкий рассказал об этой истории Ефремову. Тот улыбнулся и спросил: «И где дыня?»

## ТВОРЧЕСТВО

Игорь Яковлевич Золотовицкий стал одним из самых влиятельных театральных педагогов России и воспитал многих известных актёров. Он и сам часто выходил на театральную сцену. Московской публике памятны его роли в спектаклях «№ 13», «Осада» и «Дом». Золотовицкий часто снимался и в кино и знаком публике по таким картикам, как «Ландыш серебристый», «Такси-бллюз», «Краткий курс счастливой жизни», «Пансион», «Марш Турецкого», «Каменская 3» и по многим другим.

# Талант я перенял от мамы

В 2013 году он уже сам стал рекордом Школы-студии МХАТ.

По мнению Золотовицкого, театр – это живое пространство, совмещающее в себе классику и современность.

– Люди идут в театр за историями... Во все времена театр или даёт ответы или, наоборот, ставит вопросы. И видишь живого человека, и нет ничего чудеснее, чем «от живого к живому». Самое ценное – когда происходит эта химия, и пауза в зале – не от того, что скучно, а от того, что люди боятся дышать, – рассказывал о своей профессии Игорь Яковлевич. Кстати, все родные мэтра связанны с театром и музыкой. Супруга Вера Харыбина – актриса театра и кино, старший сын Алексей окончил ГИТИС и стал музыкантом, младший – Александр, также имеет театральное образование и также работает с музыкальной группой.

Коллеги и ученики Игоря Яковлевича скорбят и очень трогательно вспоминают о нём. Не стала исключением и Полина Гагарина, которая училась на его курсе. «Не стало мастера моего курса, Игоря Яковлевича Золотовицкого, человека с невероятным чувством юмора и огромным добрым сердцем. Игорь Яковлевич, мы будем делать всё, чтобы вы продолжали нами гордиться. Летите легко и высоко», – написала Гагарина.

Заслуженного артиста РФ Игоря Золотовицкого похоронили на Троекуровском кладбище в Москве.



Фото: личный архив

Софья Григорьевна передала сыну свой артистизм и талант общения



Фото: DZEN RUDIM

**82-ЛЕТНЯЯ ПЕНСИОНЕРКА СТАВИТ РЕКОРДЫ ПО ТЯЖЁЛОЙ АТЛЕТИКЕ И ГОТОВИТСЯ ВЫЖАТЬ ШТАНГУ ВЕСОМ В 50 КГ**

Кира Жильцова рассчитывает взять рекордный вес уже в марте

# Бабкины блины

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

**БАБУШКА из подмосковного Домодедова усердно тренируется, чтобы установить новый мировой рекорд в тяжёлой атлетике для своего возраста.**

Кира Жильцова занимается штангой уже несколько лет, причём показывает результаты мирового уровня. Пенсионерка уже брала золото в жиме лёжа среди женщин 80+ лет. В категории до 67,5 кг она выжала 42,5 кг, и этот результат зафиксировали как мировой рекорд. Тогда ей был 81 год.

## ТРЕНИРОВКИ

И всё бы ничего, да здоровье у бабушки подкачало. Месяц назад Жильцову прооперировали. Но она уже восстановилась и начала аккуратно возобновлять тренировки – работает под контролем тренера. Говорят, что спешить нельзя, но форму хочется вернуть как можно быстрее. Следующие соревнования пройдут в конце марта. Бабушка Кира, собственный вес которой составляет 60 кг, сначала планирует выйти на жим 45 кг, а потом замахнуться и на заветный полтинник. История этой удивительной женщины вдохновляет и служит ярким доказательством того, что возраст и жизненные обстоятельства – не преграда для достижения высоких целей.



Фото: DZEN RUDIM

## ПРИКОЛ

**БРИТАНЕЦ признался, что по пьяни купил футбольный клуб из 6-го дивизиона, а тот недавно победил обладателя Кубка Англии.**

## ПРИКОЛ

**В США проанализировали 41 фрукт и овощ на питательные вещества и витамины и выяснилось, что брокколи – самый полезный.**

# «Я не могу унести этот рецепт с собой в могилу. Он должен служить людям».

Из неопубликованных дневников  
Николая Амосова, 1989г.



**Амосов Николай Михайлович**

Каждый из нас помнит этого человека. Врач от Бога, хирург с золотыми руками, совесть нации. Николай Михайлович Амосов спас десятки тысяч жизней на операционном столе. Но сегодня мы расскажем о той его победе, которую от нас скрывали десятилетиями.

Незадолго до ухода он завершил работу всей

своей жизни — создал формулу, которую сам называл «эликсиром чистого сердца». Это был не просто сбор натуральных компонентов. Это был итог его понимания человеческого организма. Формула, способствующая очищению сосудов от холестеринового «налёта» и возвращению им эластичности.

Он хотел запустить её в массовое производ-

ство по цене кефира, но партийная верхушка, которая сама втихую пользовалась эликсиром, наложила на рецепт гриф «Совершенно секретно». Прикрываясь государственными интересами, партийные деятели решали свои проблемы со здоровьем. Для Амосова, сына простых людей, это стало личной трагедией.

## «Ученик» как исполнитель завещания

Мы поговорили со Степаном Яновичем Ковалевым, одним из последних здравствующих учеников Амосова.

— Степан Янович, так что же это за формула? — (Говорит тихо, почти со слезами в голосе) Николай Михайлович считал это своим главным делом. Он говорил: «Степан, ножом я спасаю одного. А этим эликсиром можно помочь сохранить здоровье миллионам, без всякого ножа». После его смерти я дал себе клятву, что исполню его волю. Почти 30 лет я и группа энтузиастов бились, чтобы вернуть рецепт людям. И только сейчас, с помощью

современных технологий очистки, мы смогли

воссоздать его в том виде, в котором он был

задуман. Мы назвали его «Амокардин», в

память об учителе.

## Открыт реестр фонда «Наследие Амосова»

В исполнение последней воли Николая Михайловича, первая, историческая партия



**Степан Янович**

«Амокардина» будет распределена среди жителей России в порядке живой очереди. Фонд покрывает все производственные расходы, а значит, вы сможете получить «Амокардин», по специальной цене. Это дань памяти и восстановление справедливости. Чтобы подать заявку на включение в реестр, позвоните по телефону горячей линии: 8-800-303-05-55. При звонке скажите оператору: «Я хочу записаться в реестр Амосова № 9987». Запись в реестр проводится до 18 февраля 2026 года.

## Беспокоит недержание мочи? Хватит стесняться, терпеть и бояться. Нужно действовать!



Когда у женщины появляется недержание мочи, она часто замыкается в себе и стесняется решать эту проблему. Ей кажется, что данное расстройство есть только у нее. Но специалист по женскому здоровью успокаивает: «Стесняться нечего. Недержание — распространенная проблема, но с ней можно бороться!» Мы встретились с ней, чтобы задать ряд вопросов.

### - Насколько распространено недержание?

- Эта проблема есть примерно у каждой третьей женщины старше 50 лет. Поэтому если кто-нибудь думает, что это только ему «повезло», то это не так. Ежедневно вы видите множество женщин с аналогичным расстройством. Они точно так же плачут, боятся, стесняются, пробуют разные варианты, чтобы решить эту проблему.

### - А ее вообще можно решить?

- Конечно! Если устранить причину недержания, проблема исчезает.

### - А в чем заключается причина недержания?

- На самом деле их может быть несколько. У молодых женщин недержание может возникнуть после сложных родов. У более старших — из-за опущения матки или тяжелого физического труда. У кого-то оно появляется

вследствие воспаления мочеполовой системы. А у некоторых — в связи с возрастными изменениями и ослаблением мышц мочевого пузыря. Часто к недержанию приводят сразу несколько факторов, поэтому наиболее разумно принимать комплексное средство от этой проблемы.

### - На какое средство можно обратить внимание?

- Есть натуральный эликсир «Фемурол». Он изготовлен в жидкой форме, благодаря чему его удобно принимать. «Фемурол» содержит экстракты пажитника, тысячелистника, семян тыквы и зародышей сои. Пажитник способствует укреплению стенок мочевого пузыря и нормализации количества позывов в туалет. Тысячелистник может помочь замедлить процессы старения и улучшить тонус мышц тазового дна. Семена тыквы и зародыши сои содержат противовоспалительные вещества, способные оказать пользу при воспалительных заболеваниях мочеполовой системы. Совместное действие этих компонентов оказывает комплексный эффект и может помочь устраниć наиболее распространенные причины недержания и, как следствие, обрести контроль над мочевым пузырем.

### - Как долго нужно принимать эликсир «Фемурол»?



**ВАЖНО!**

ВСЕГО 12 РУБ. ЗА 1 УП.

- Все зависит от состояния женщины и запущенности проблемы. Если недержание появилось недавно и проявляется в легкой форме, может быть достаточно одного курса. Если проблема существует давно, то, возможно, потребуется попринимать «Фемурол» чуть дольше. В любом случае я считаю, что сидеть сложа руки нельзя. Недержание мочи способно принести много печали в жизнь женщины, но хватит стесняться, терпеть и бояться. Нужно действовать!

## СРОЧНАЯ НОВОСТЬ! ФИНАНСИРОВАНИЕ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

С заботой о женщинах производитель «Фемурола» покрывает расходы. Данное предложение действует только до 18 февраля 2026 года.

**Звоните 8-800-302-30-30**

и получите «Фемурол» всего по 12 руб. за 1 уп.

Звонок и доставка бесплатные!

**3731 — промокод акции**

# ЭКСКЛЮЗИВ! ОТКРОВЕННОЕ ИНТЕРВЬЮ С СОЛИСТКОМ АЛЕКСАНДРОМ ТАНИЧЕМ

**ЕГО ПУТЬ к сцене начался в 11 лет с продажи семечек на эстонской границе. Он прошёл через строгий тренерский контроль в секции бокса и службу в военных ансамблях, где научился дисциплине, но выбрал творческую свободу.**

Днём он – школьный педагог, а вечером – голос легендарной группы «Лесоповал». В гостях у «Жизни» певец Александр Соколов.

– Александр, давайте начнём наш разговор с музыки. Чьи композиции звучали у Вас дома в детстве?

– В первую очередь – Высоцкого. У нас была полная коллекция его пластинок. Папа был настоящим меломаном: сам собирая аппаратуру, катушечные магнитофоны, у нас даже цветомузыка на стене была. Он обожал серьёзный рок: Pink Floyd, Deep Purple. А мама души не чаяла в группе «Лесоповал», именно в исполнении Сергея Коржукова. Слушала на кассетах. И папа относился к этому абсолютно нормально – раз жене нравится, значит, и ему тоже.

– Вы в пятнадцать лет отправились на кастинг в ту самую группу. Как это произошло?

– Я учился в училище, нужно было как-то зарабатывать, искал возможности. Кто-то из знакомых сказал, что «Лесоповал» ищет вокалистов. И я с наглостью, присущей пятнадцатилетке, который ещё не понимает масштабов всего, просто пошёл. Сейчас-то я понимаю, что шансов у меня было ноль, но тогда я просто шёл вперёд.

– И Вас принимал сам Михаил Танич?

– Да, других вариантов не было. Он один проводил прослушивание.

– Какое впечатление он произвёл на юного музыканта?

– Честно? В тот момент я не осознавал, кто передо мной. Для меня это был просто «начальник», человек, который решает. Но первое, что запомнилось – он очень тепло, с большой улыбкой меня встретил. Он был невероятно радушным. По сути, он мог бы не тратить на меня время, махнуть рукой. А он выслушал, что-то сказал в ответ, отнёсся с вниманием. Это запомнилось – душевность, человеческое тепло.

– И между этой встречей и Вашим приходом в группу прошло...

– Это был 95-й год. А я в группе с 2018-го. Двадцать

## ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА

три года. Целых двадцать три года.

– За те 23 года между первым кастингом и приходом в «Лесоповал» Вы ведь много где успели поработать.

– Да, и рестораны, и кавер-группы на банкетах. Работал в легендарной группе «Мечтать», «Стиляги – Бит». Но самый серьёзный и ценный опыт – это, конечно, военные ансамбли. Я был солистом Ансамбля песни и пляски Военно-воздушных сил РФ и Ансамблем Ракетных войск Стратегического Назначения РФ.

– И вот настал момент для «Лесоповала». Расскажите про второй кастинг.

– Мне позвонили и сказали: «Уходит вокалист, не хочешь по-пробовать?» На тот момент я работал бэк-вокалистом у Жасмин. Приехал, представился. Мне налили чаю, предложили конфетку, разговорились. Потом, конечно, сказали: «Давай, спой!». Что я тогда спел? Классику «Лесоповала» – «Белого лебедя», «Чёрные пальчики». Встречадлилась минут сорок. Самое забавное, что Лидия Николаевна меня сразу не вспомнила, хотя я напомнил о встрече 95-го года. Всплыло у неё в памяти позже, по ассоциации. Когда она спросила, откуда я, и я ответил: «Из Кингисеппа», – она ожила: «А, Кингисепп! Вот теперь понятно». С тех пор я для неё «Саша Кингисеппский».

Примерно через неделю мне позвонили и сказали: «Саша, у нас съёмка, нужно прийти спеть две песни». Никаких дополнительных проб. И я приехал прямо на съёмочную площадку программы «Доброе утро с Родионом Газмановым» на Первом канале. Спел «Белого лебедя» и «Давай считать, что я им врал». Такое вот мгновенное погружение.

– Какое впечатление на Вас произвела Лидия Николаевна Козлова-Танич?

– Лидия Николаевна – человек-легенда. Настоящий боец, хранитель наследия. При этом она невероятно живая, обожает рассказывать анекдоты, в том числе и про себя. Она очень эффектная, умеет себя подать, с ней всегда есть о чём поговорить. Но главное – она абсолютный фанат де-

ла своего мужа. Она – прямой проводник, хранитель слова и духа автора. Её фраза: «так бы сказал Миша» – это лучший компас для правильного прочтения каждой песни. Это бесценно.

## ЛИЧНОЕ

– Ваша супруга артистка балета. Вы познакомились в ансамбле?

– Да, наши отношения начались во время гастролей Ансамбля песни и пляски ВВС. Она – «маленькая, худенькая, симпатичная балетная девочка», как я её всегда опишу. И кстати, балетные

самое простое и самое сложное одновременно.

– Давайте поговорим о Вашем детстве. Где Вы родились?

– Во Владимире. А в Ленинградскую область мы перебрались, когда мне было года три. Мама, как молодой педагог, получила направление – там давали квартиры. Сначала жили в трудовом общежитии, а потом, спустя пару лет, получили свою двухшку. Так что детство и юность мои прошли там, под Петером, в приграничном городке Кингисепп.

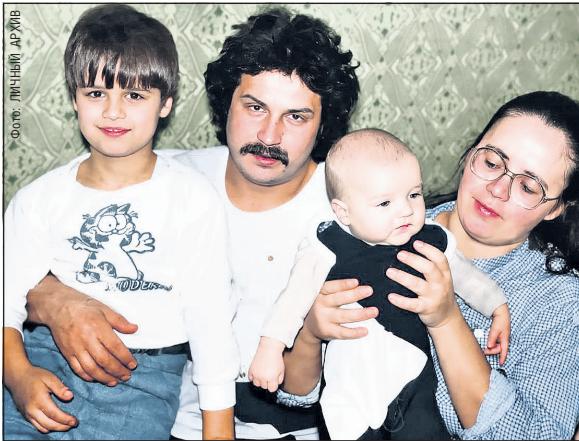
– У Вас же есть брат? Расскажите о нём!

– Да. И с его появлением на свет связана тяжёлая история... За год до этого мама родила девочку, но в роддоме нам сказали, что она умерла. При этом тело нам так и не отдали, и мама всю жизнь прожила с надеждой, что дочь могла остаться жива. И когда на свет должен был появиться брат, она страшно переживала. Очень боялась, что история повторится и с ним произойдёт что-то подобное. Раньше детей приносили матери только на кормление, они лежали в отдельной палате, это только усиливало её опасения. Тогда мой отец пошёл на отчаянный шаг. Он буквально выкрад из роддома – забрал маму и новорождённого сына во время кормления. Сентябрь, третий этаж, открытое окно и... так мой брат оказался в семье.

– Так же очень интересная история о рождении Вашей младшей сестры.

– Да. Сестра младше меня на 21 год. У мамы в тот момент был уже такой возраст, когда она не планировала больше детей. Она плохо себя чувствовала, пошла в больницу. Были подозрения на что-то опасное, может, опухоль. А оказалось, что это совсем не опухоль, а ребёнок. И нам потом сказали, что наша сестрёнка очень сильно продлила мамину жизнь, фактически спасла её...

– Ваше детство пришло на 90-е. Как жила Ваша



Отец Саши был рабочим на стройке, а мать – педагогом



Свадьба Александра с его супругой стала полной неожиданностью – они не предупредили даже самых близких

едят очень много – у них колоссальные энергозатраты. Хороший стейк – наше всё.

– И этот союз длится уже 22 года?

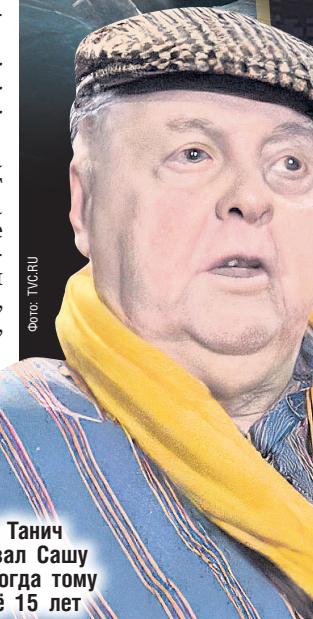
– Да, двадцать два года вместе. А официально расписались мы только два года назад, накануне нашего двадцатилетия. Решили, что пора, дочь уже взрослая. Всё прошло очень по-семейному: втроём с дочерью пришли в ЗАГС, пригласили фотографа. Дочь была в полном неведении до последнего, на фотографиях у неё глаза – как блюдца. А после поехали скромно отпраздновать. Секрет долгих отношений? В желании их продолжать. Это

АЛЕКСАНДР  
ПРОСЛ  
МЕНЯ  
А ПРИ  
- В КОЛ  
его суп

Сейчас Александр совмещает две профессии – днём он педагог в школе, а вечером – певец

Фото: личный архив

Фото: ТСН



ОМ ЛЕГЕНДАРНОЙ

**ДР СОКОЛОВ:**

Чувствовал  
Танич,  
занимала  
коллектив  
без пруга...

45-ЛЕТИЙ ПЕВЕЦ ТОРГОВАЛ СЕМЕЧКАМИ  
НА ЭСТОНСКОЙ ГРАНИЦЕ, ПОЛУЧИЛ  
«ПЕНДЕЛЬ» ОТ КУДРЯВЦЕВОЙ НА  
«СУПЕРСТАР» И СДЕЛАЛ ПРЕДЛОЖЕНИЕ  
ЖЕНЕ, СПУСТЯ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ ОТНОШЕНИЙ

БИА  
**Суперстар**



Фото: личный архив



Фото: личный архив

Успех на шоу «Суперстар» обрушил на коллектив новую волну популярности

## ГРУППЫ «ЛЕСОПОВАЛ»

**семья? Профессии родителей – воспитатель и строитель – тогда редко означали финансовое благополучие.**

– Выкручивались, как все. Голода не было, но и изобилия тоже. Помню, как папа однажды пожарил лук и убедил меня, что это жареная капуста. Это такая детская хитрость, которая многое говорит о времени. Помню, как придумал свой первый бизнес. Это был 91-й год, мне одиннадцать лет. Идея была простая:

купить на рынке сырых семечек, дома самому их пожарить с солью, а потом продать там, где люди томятся в очередях – на границе с Эстонией, у моста в Ивангороде. Водители и пассажиры, которым было нечего делать, пока они ждали, охотно покупали. Для меня это было и приключением, и первым делом.

**– Вы успели не только пройти большой творческий путь, но и сменить профессию, став педагогом. Вы до сих пор преподаете?**

– Да, и сейчас работаю. В обычной московской школе на Таганке.

**– Учитель музыки?**

– Нет, здесь интересный поворот. В начале пандемии, когда концертная деятельность встала, я действительно год проработал учителем музыки в школе. Это был вызов и новый опыт. Но после этого я решил пойти другим путём и прошёл переподготовку. Сейчас я учитель... правильнее сказать, куратор направления. Мы запустили в школе проект «Медиакласс в московской школе», это городской проект предпрофессионального образования. Так что моя новая педагогическая роль связана с журналистикой, медиа и коммуникациями. Жизнь, как видите, полна сюрпризов!

**– Вернёмся к «Лесополову». Как изменилась аудитория группы за последние годы, особенно после «Суперстара»?**

– Аудитория стала разной. Раньше это был почти что камерный клуб понимающих и преданных зрителей. Сейчас зал молодеет, приходят семьи, люди, которые, возможно, впервые открыли для себя группу через шоу. Изменился и запрос: ждут не просто концерта-ритуала, а события, удивления, новой энергии. Это заставляет нас иначе выстраивать

программу, искать свежие решения даже для проверенных временем песен. И, конечно, это тема для наших внутренних творческих дискуссий.

**– После шоу были разногласия в коллективе?**

– Напряжение возникло именно после «Суперстара». Появились разные взгляды на будущее. Часть коллектива, особенно молодая, хотела после шоу кардинальных перемен, настоящего ребрендинга. А другие, теснее связанные с традицией, выступали за сохранение привычного формата. Вот на этом были некоторые столкновения мнений.

**– Ваше впечатление о членах жюри. Начнём с Ирины Понаровской.**

– Для меня икона, небожитель. Смотрел на неё с трепетом. Потрясающая певица и человек.

**– Сергей Соседов.**

– Энциклопедист, знаток музыки и журналистики. Говорит всегда очень по делу. Его манерность – это отдельный разговор.

**– Стас Пьеха.**

– Хороший парень, и, что важно, очень компетентный, с уникальным тембром. Он очень точно подметил однажды, что наше трио солистов, такое разное, «на троих работает» – попал в самую точку.

**– Лера Кудрявцева.**

– Всё делала и говорила правильно. Это она дала нам тот самый «волшебный пендель», о котором потом говорил Илья. И она была права!

**– Кто из коллег-конкурентов на шоу Вас удивил?**

– Несколько моментов. Я не знал, что Алексей Елистратов настолько сильный драматический актёр – я его больше как музыканта знал. Удивился, когда «Динамит» спел «Девчонку-девчоночку» в день Матвиенко – я и не знал, что это его песня! Или вот Илья Зудин – я не подозревал, сколько у него классных песен, которые звучали на проекте.

**– И последний, внезапный вопрос. Как бы Вы определили жизнь, глядя на весь свой путь – от семечек на границе до сцены «Лесополова» и школьного класса?**

– Жизнь... Это единственное и самое увлекательное приключение, которое нам доверено. Она непредсказуема, стремительна, состоит из встреч, расставаний, находок и потерь. И заканчивается это путешествие, увы, не по нашему билету. Поэтому важно ценить каждый её этап – и продажу семечек в одиннадцать лет, и школьный урок, и выход на сцену под аплодисменты. Это всё она.



Агата Музченко

## ДА ТЫ СГОНИШЬ!

36-ЛЕТНЯЯ актриса Агата Музченко пожаловалась в соцсети, что сильно поправилась во время третьей беременности.

И поэтому переходит к серьёзным физическим упражнениям, чтобы сбросить вес.

– Моя первая тренировка. Погнали. На весах плюс 6 лишних кг. Начинаем скидывать, – высказалась в ролике экс-супруга Павла Прилучного.



Валерий Меладзе

## Самбо под самбу

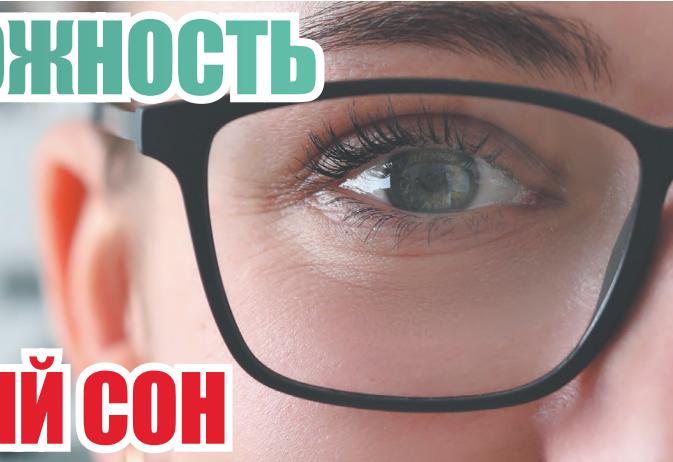
НА ПХУКЕТЕ во время концерта 60-летнего Валерия Меладзе зрители устроили драку прямо на танцполе местной Lotus Arena.

Пока исполнитель «Самбы белого мотылька» выяснял у зрителей, какую они ещё хотят услышать песню, двое мужчин на танцполе начали выяснять отношения на кулаках. К счастью, драчунов быстро разняли.

## ПРИКОЛ

**АМЕРИКАНСКИЕ учёные выяснили, что красивая женская попа положительно влияет на мужскую психику и снижает стресс.**

# УДИВИТЕЛЬНАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ, УКРЕПИТЬ НЕРВЫ И ПОЛУЧИТЬ СПОКОЙНЫЙ СОН



**ЧТО НУЖНО СНАЙПЕРУ? ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ И «СТАЛЬНЫЕ» НЕРВЫ.**  
**ИХ ЗРЕНИЮ И НЕРВНОЙ СИСТЕМЕ МОГУТ ПОЗАВИДОВАТЬ И КОСМОНАВТЫ.**  
Нам, простым людям, особенно в зрелом возрасте до космонавтов и снайперов, конечно, далеко. Но! Почему бы не попробовать помочь своему зрению и нервам? Почему бы не устроить себе счастливое «радужное» будущее?! «Радужное» от слова «радость», «радуга». И это не просто так! Ведь радуга на небе не только успокаивает нервы, но и лечит глаза! Вот учёные-медики и создали «ручную радугу», чтобы и глаза подлечить, и нервы успокоить. Что это за «ручная» «радуга» такая?! Откроем Вам эту «тайну»!

## ВИЖН – ЗНАЧИТ ЗРЕНИЕ!

Это замечательный, инновационный аппарат цветоимпульсной терапии СЭЛФДОКС ВИЖН (SELFDOCS VISION). Учёным удалось «приручить радугу»! И теперь Вы можете держать её в тумбочке и поправлять свою здоровью! Ведь Вы хотите иметь хорошее зрение? Хотите избавиться от сухости и «песка» в глазах? Хотите не психовать по пустякам? Легко засыпать и спокойно спать? Не «пережёвывая» дневные неприятности. Тогда потрясающее достижение современной медицины — СЭЛФДОКС ВИЖН — Ваш выбор! Как же работает этот аппарат? Раскроем Вам и этот секрет!

## КАК ДЕЙСТВУЕТ «ЛЕЧЕБНАЯ РАДУГА»?

СЭЛФДОКС ВИЖН использует сложные, уникальные программы воздействия на Ваши глаза и мозг. И это даёт потрясающий лечебный эффект. Специальные цветовые импульсы попадают на сетчатку глаза. Возникают нервные сигналы. Они идут в мозг. И он выдаёт команды улучшить обмен веществ и поправить гормональный баланс! Представляете?! Цветоимпульсная терапия действует через глаза на весь Ваш организм!

## СПАСТИ ГЛАЗА ОТ «ЗАСУХИ»

А раз действие идёт через глаза, то в первую очередь улучшается микроциркуляция крови и глазных жидкостей. А хорошее питание глаз и очистка глазных протоков помогут Вам при катаракте, глаукоме и дистрофии сетчатки! Особенно это важно с возрастом. Это как полив и удобрения для защищенных полей. Без них не получить здоровые ростки и хороший урожай! Так и забота о «полях» Ваших глаз даст потрясающий урожай их здоровья!

Вы только посмотрите, на что способен СЭЛФДОКС ВИЖН!

## ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- Устраняет спазм мышц аккомодационного аппарата глаза;
- Астенопия (зрительная усталость); способствует устранению боли, сухости, покраснения и дискомфорта в глазах.
- Близорукость.
- Астигматизм.
- Снижение риска развития дистрофии сетчатки.
- Глаукома (нормализация внутриглазного давления) и атрофия зрительного нерва.
- Катаракта (профилактика и лечение начальных стадий).

Это только прямое действие СЭЛФДОКС ВИЖН на глаза! А ведь целительное действие идёт ещё и на мозг!

## И НЕ ТОЛЬКО ЗРЕНИЕ!

СЭЛФДОКС ВИЖН улучшает работу Вашего мозга. Повышается Ваша энергичность. Улучшается и работа внутренних органов и общее самочувствие (сердечный ритм, артериальное давление и др.). Вы больше не «психуете» по пустякам. И даже серьёзные проблемы не истощают Вашу нервную систему. СЭЛФДОКС ВИЖН для Вас — это как балансировочный шест для канатоходца. Он помогает Вам поддерживать равновесие гормонального баланса. Ваше здоровье будет надёжно держаться «на высоте»!

СЭЛФДОКС ВИЖН подарит Вам крепкие нервы и спокойный сон.

## УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ,

приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!

### УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

м. «Пионерская»,  
ул. Малая Филёвская, д. 18

м. «Варшавская»,  
ул. Артековская, д. 1A

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА  
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:

ЖИЗНЬ

Prodex

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРН 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 21.01.2026 г. по 21.02.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. <sup>1</sup>ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

Имеются противопоказания. Перед использованием ознакомьтесь с инструкцией

Он применяется и в клиниках, и в домашних условиях. Он прекрасно сочетается с любой терапией! Не надо отказываться от лечения, назначенного врачом! СЭЛФДОКС ВИЖН — отличный защитник Вашего здоровья! СЭЛФДОКС ВИЖН защитит Ваши глаза, мозг и нервы.

СЭЛФДОКС ВИЖН поможет сберечь зрение и Вам, и Вашим детям, и Вашим внукам. Усталость и сухость глаз перестанут Вас мучить. И серьёзные проблемы со зрением могут отступить! Вот представьте, Вам устроили нервотрёпку. А Вы удобно развалились в кресле (шезлонг в саду тоже подойдёт!), включили СЭЛФДОКС ВИЖН и назло врагам успокоились и расслабились. Вы сберегли Свои нервы! А значит сберегли Своё здоровье и продлили жизнь!

Дневные переживания не дают Вам уснуть? СЭЛФДОКС ВИЖН погасит дневные стрессы. Вы сладко уснёте и отлично выспитесь! А спокойный, восстановительный сон вернёт здоровье и энергичность днём.

С СЭЛФДОКС ВИЖН Вы вернёте себе радость жизни!

И откладывать здоровую жизнь на потом точно не стоит! Звоните прямо сейчас! И будьте здоровы!



ВИЖН (СЭЛФДОКС ВИЖН) успешно прошло клинические испытания, и рекомендуется к использованию в медицинской практике на территории Российской Федерации\*. И такой замечательный аппарат Вы можете применять дома!

## НЕ НАДО БЫТЬ АКАДЕМИКОМ

Аппаратом СЭЛФДОКС ВИЖН очень просто управлять. Всё автоматизировано! Всего 3 кнопки. Питание от батареек. Вы не привяжены проводами к розетке. Сидитесь или ложитесь в спокойном месте. Включаете аппарат. Нужную программу выбираете по таблице. Всё! Наслаждаетесь процессом! А выключается СЭЛФДОКС ВИЖН сам.

## РАДУГА ЗДОРОВЬЯ В ВАШЕМ ДОМЕ

Сами видите — СЭЛФДОКС ВИЖН необходим Вам и всей Вашей семье для здоровой жизни!

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!  
8 (800) 444-87-81**

**ГОД НОВЫЙ, А ЦЕНЫ СТАРЫЕ!**

200 АППАРАТОВ ПО ЦЕНАМ 2025 ГОДА!\*  
Торопитесь! Ожидается повышение стоимости!

**WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>**

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

|                                                   |             |                                                   |             |
|---------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------|-------------|
| УЛЬЯНОВСК                                         | 26 ЯНВАРЯ   | НИЖНЕКАМСК                                        | 29 ЯНВАРЯ   |
| ДК «Руслан», ул. 40-летия Победы, д. 15           | 10.00-11.00 | Аптека «Фармаплекс», просп. Химиков, д. 53/1      | 11.00-12.00 |
| ДК ВОС, ул. Гагарина, д. 18                       | 12.00-14.00 | <b>НИЖНИЙ НОВГОРОД</b>                            | 30 ЯНВАРЯ   |
|                                                   |             | ДК ГАЗ, ул. Смирнова, д. 12                       | 9.00-11.00  |
| ТВЕРЬ                                             | 27 ЯНВАРЯ   | <b>ТОЛЬЯТИ</b>                                    | 30 ЯНВАРЯ   |
| ДК «Затверецкий» ул. Академика Туполева, д. 105   | 9.00-11.00  | ДК «Тольятти», бул. Ленина, д. 1                  | 10.00-11.00 |
|                                                   |             | САМАРА                                            | 30 ЯНВАРЯ   |
| ЧЕБОКАСЫ                                          | 27 ЯНВАРЯ   | Дом офицеров, ул. Шостаковича, д. 7               | 13:00-14.00 |
| Аптека «Фармаплекс», Московский просп. д. 16      | 9.00-10.30  | ДК «Металлург», просп. Металлургов, д. 75         | 15.00-16.00 |
| ДК Тракторостроителей, Энергетик бул., д. 36      | 11.00-12.00 | <b>СЫКТЫВКАР</b>                                  | 3 ФЕВРАЛЯ   |
|                                                   |             | ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80           | 9.00-11.00  |
| ЙОШКАР-ОЛА                                        | 28 ЯНВАРЯ   | <b>КИРОВ</b>                                      | 4 ФЕВРАЛЯ   |
| Аптека «Фармаплекс», ул. Кирова, д. 13            | 9.00-10.00  | Аптека «Фармаплекс», ул. Владимирская, д. 24      | 9.00-11.00  |
| Аптека «Фармаплекс», ул. Первомайская д. 158      | 11.00-12.00 | <b>ПЕРМЬ</b>                                      | 5 ФЕВРАЛЯ   |
|                                                   |             | ДК ВОС, ул. Краснова, д. 18                       | 9.00-10.00  |
| САНКТ-ПЕТЕРБУРГ                                   | 28 ЯНВАРЯ   | Аптека «Фармаплекс», просп. Раисы Беляевой, д. 12 | 10.30-12.00 |
| Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3              | 9.00-15.00  |                                                   |             |
|                                                   |             |                                                   |             |
| САНКТ-ПЕТЕРБУРГ                                   | 29 ЯНВАРЯ   |                                                   |             |
| Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3              | 9.00-13.00  |                                                   |             |
|                                                   |             |                                                   |             |
| НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ                                  | 29 ЯНВАРЯ   |                                                   |             |
| Аптека «Фармаплекс», просп. Раисы Беляевой, д. 12 | 9.00-10.00  |                                                   |             |

10



# Понедельник 26 января

**ПЕРВЫЙ**

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

**РОССИЯ 1**

- 5.00 Утро России Вести  
 9.00 9.30 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+  
 11.00 11.30 Вести. Местное время  
 12.00 12.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 14.00 14.30 **РАЙСКИЙ** Вести  
 16.30 17.00 Малахов 16+  
 18.00 20.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 21.10 Вести. Местное время  
**21.30 ОМУТ**  
 Сериял 16+ Алёна - врач скорой помощи, мечтает о счастливой семье, но её жених Кирилл внезапно пропадает, «повесив» на неё огромный долг. Чтобы расплатиться с бандитами, Алёна вынуждена оставить любимую работу и устроиться сиделкой в богатую усадьбу Ветровых. Ей предстоит ухаживать за главой семьи Виктором, строительным магнатом, перенесшим инсульт...  
**23.40** Вечер с Владимиром Соловьевым 12+  
**2.20 РАЙСКИЙ**  
 Сериял 16+  
**3.00 3.30 РАЙСКИЙ**  
 Сериял 16+

**НТВ**

- 4.50 **ПЁС** Сериял 16+ Утро. Самое лучшее 16+  
 6.30 **СЕГОДНЯ** Сериял 16+  
**8.00 8.25 ПЁС** Сериял 16+  
 10.00 **СЕГОДНЯ ПЁС** Сериял 16+  
 13.00 **СЕГОДНЯ** Сериял 16+  
 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи  
 16.00 **СЕГОДНЯ** Сериял 16+  
 16.45 **За гранью** 16+  
 17.50 **ДНК** 16+  
 19.00 **СЕГОДНЯ** Сериял 16+  
**20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ** Сериял 16+ Вологодской области в 2021 году пропал юноша Юра Кретов, отыскивавший с друзьями на озере. Тело так и не было обнаружено. Его тетя, устав от безрезультатных поисков, обращается прямо в СК РФ к генералу Харитонову. Генерал даёт задание Рубailo срочно отправить в Вологду следственную бригаду...

**СТС**

- 6.00 **ТРИ КОТА** Мультсериал Маша и Медведь 9.05 **ПУШИСТОЕ ПРЕВРАЩЕНИЕ** Полнометражный анимационный фильм 6+  
**10.35 ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА** Сериял 16+  
**19.00 МИСТЕР НОГОТЬ** Сериял 16+ Семагу Бучина увольняют с завода. В это же время его жена Виолетта продвигается по карьерной лестнице. Семага решает освоить новую профессию и открывает маникюрный кабинет...  
**20.30 ВЫШКА** Триллер 16+ Скалолазы Бекки, её муж Дэн и подруга Шайлло покоряют очередную вершину. Дэн срывается и погибает. Спустя год Бекки по-прежнему находится в депрессии, тоскует по мужу и заливает горе алкоголем...  
**22.45 СИНЯЯ БЕЗДНА** Триллер 16+  
**0.35 СИНЯЯ БЕЗДНА-2** Триллер 16+  
**2.00 ФУКУСИМА** Драма 16+  
**3.55 КРАСАВИЦА И ДРАКОН** Сериял 16+ Полнометражный анимационный фильм 12+

**TNT**

- 7.00 **САШАТАНЯ** Сериял 16+ Выжить в Стамбуле 16+  
**11.30 САШАТАНЯ** Сериял 16+  
**16.30 САШАТАНЯ** Сериял 16+ Алёша, вдохновившись жизнью Миши, решает стать фотографом, чтобы не учить уроки, но Саша и Таня быстро показывают ему минусы этой профессии...  
**21.00 ПРАЗДНИКИ** Сериял 16+ Вся семья готовится к двойной свадьбе. Сестры не хотят уступать друг другу и назначают торжество на одну и ту же красивую дату. Но Лена начинает сомневаться в своем выборе, срывает приезд мамы Паши. Знакомиться должна приехать и мама Волика, но вместо нее знакомится приезжает его Папа - глуп, мошенник и проходимец...  
**23.00 ТАНЦУЙ, СЕЛЕДКА!** Комедия 16+  
**0.50 КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИАРДЕРА** Комедийная мелодрама 16+  
**2.30 Однажды в России** Юмористическая программа 16+

**ТВ ЦЕНТР**

- 6.00 **Настроение** Смех, дрожь и видео 16+  
 8.10 **ЧИСТО** МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. СТОЛИЧНАЯ СПЛЕТНИЦА 10.45 **Петровка, 38** Детектив 12+  
 10.55 **Городское собрание** 12+  
 11.30 **События** События 11.50 **СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЁМ С ОГНЕМ** 13.45 **Фильм** 12+  
 13.45 **Мой герой. Владислава Ермолаева** 12+  
 14.30 **События** Город новостей 14.50 **Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ПРИТВОРСТВО** 15.00 **Детектив** 16+  
 16.55 **Валентин Гафт. Ядовитый талант** 16+  
 17.50 **События** 18.10 **НЕИЗВЕСТНЫЙ** 22.00 **События** 22.35 **10 самых...** Студенческие браки звёзд 16+  
 23.05 **Знак качества** 16+  
 0.00 **События.** 25-й час 0.30 **Петровка, 38** 0.45 **Тайная комната. Крысиные тропы** 1.25 **Следствие ведет КГБ. Агент «Прощай»** 16+  
 0.00 **События.** 25-й час 0.30 **Петровка, 38** 0.45 **Тайная комната. Крысиные тропы** 1.25 **Следствие ведет КГБ. Агент «Прощай»** 16+

**5 КАНАЛ**

- 5.00 **Известия** 16+  
**5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
 8.05 **Фирменный рецепт** 12+  
 8.40 **Знание - сила** 12+  
 9.00 **Известия** 16+  
**9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
 13.00 **Известия** 16+  
**13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
 15.10 **СЛЕД** Сериял 16+  
 17.00 **Известия** 16+  
**17.30 СЛЕД** Сериял 16+  
 18.05 **СЛЕД. МЯСНОЙ ФЕИРВЕРК** Сериял 16+  
**18.55 СЛЕД. ВАШ ЛИЧНЫЙ БАЙЕР** Сериял 16+  
 19.45 **СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ. ПОЦЕЛУЙ СМЕРТИ** Сериял 16+  
**20.35 СЛЕД. МЯСО, КОТОРОЕ БЕГАЕТ** Сериял 16+  
**21.25 СЛЕД. ПРИНЦ ГОТЫМСКИЙ** Сериял 16+  
**22.15 СЛЕД. РОКОВЫЙ МУЖЧИНА** Сериял 16+  
**22.55 СЛЕД. ИГРА В КОСТИ** Сериял 16+  
 0.00 **Известия.** Итоговый выпуск 16+  
**0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+

**РОССИЯ K**

- 6.30 Диалоги о животных 7.15 Черные дыры. Белые пятна 7.55 Невский ковчег. Теория невозможного 8.20, 22.15 **МЕГРЭ** Сериял 10.15 Наблюдатель 11.15, 1.05 XX век 12.45 Новости. Подробно. АРТ 13.00 Александр Невский. Между Востоком и Западом 13.55 **СЫН** Фильм 15.25 Агора 16.30 Передвижники 17.15 Больше, чем любовь 18.15 Рассказы из русской истории 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Люди и страсти Алисы Фрейндлих 21.30 Сати. Нескучная классика... 0.10 Ступени цивилизации

**МАТЧ! МАТЧ ТВ**

- 6.00, 14.55 Лига в лицах 12+  
 6.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым 12+  
 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 7.05, 11.35, 19.00, 22.00, 0.45 Все на Матч!  
 9.05 Лица страны 12+  
 9.25 Команда мечты 12+  
**10.30 Автоспорт** Гонка чемпионов 6+  
 12.35 Специальный репортаж 12+  
 13.00 Есть тема! 14.25 Лыжная страна 12+  
 15.30 Громко 16.55 Футбол BetBoom 2026 Динамо (Москва, Россия) - Чэнду Жунчэн (Китай)  
 19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ ЦСКА - Северсталь (Череповец)  
 22.35 Футбол Чемпионат Италии Верона - Удинезе

**ТВ 3**

- 6.00 Мультифильмы 8.45 **СЛЕПАЯ** Сериял 16+  
**9.45 ГАДАЛКА** Сериял 16+  
**13.45 ГАДАЛКА. ЭЛЕМЕНТЁР** Сериял 16+  
**14.15 ГАДАЛКА. РЕБЕНОК С КУКУРУЗНОГО ПОЛЯ** Сериял 16+  
**15.00 ГАДАЛКА. АДСКИЙ ХРАПУН** Сериял 16+  
**15.30 СЛЕПАЯ. СВЕЖЕСТЬ** Сериял 16+  
**16.00 СЛЕПАЯ. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ** Сериял 16+  
**16.30 СЛЕПАЯ. ОТВЕТНЫЙ ХОД** Сериял 16+  
**17.00 СЛЕПАЯ. ТОРТ С СЮРПРИЗОМ** Сериял 16+  
**17.30 СЛЕПАЯ. КОНТЕЙНЕР ДЛЯ ЛАРИСЫ** Сериял 16+  
**18.00 ГЛУХАРЬ** Сериял 16+  
**23.15 ДРУГИЙ ГЛАЗ** Фильм 18+  
 1.15 Кадоно шоу 16+

**РЕН ТВ**

- 5.00, 18.00, 0.50 Самые шокирующие гипотезы 16+  
**6.00 С бодрым утром!** 16+  
**8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00** Новости 16+  
**9.00 Военная тайна** 16+  
**11.00 Как устроен мир** 16+  
**12.00, 16.00, 19.00** Информационная программа 112 16+  
**13.00 Загадки человечества** 16+  
**14.00 Невероятно интересные истории** 16+  
**15.00 Засекреченные списки** Документальный спецпроект 16+  
**17.00, 1.45 Тайны Чапман 16+**  
**20.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ** Комедийный боевик 16+  
**22.00, 23.25 ТИПА КРУТЫЕ ЛЕГАВЫЕ** Боевик 16+

**ДОМАШНИЙ**

- 6.30 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+  
**7.10 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+  
**9.25, 23.30 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Документальная 16+  
**10.30 ПОРЧА. ЛЕДЕНЯЩИЙ УЖАС, СОЛНЦЕ-СТОЯНИЕ** Документальная 16+  
**11.40, 1.35 ЗНАХАРКА** Документальная 16+  
**12.15, 2.05 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО** Документальная 16+  
**12.50, 2.30 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Документальная 16+  
**13.25 ЛЮБОВЬ СО ШРАМОМ** Сериал 16+  
**19.00 ТРЕБУЕТСЯ ПАПА ДЛЯ МОЕГО СЫНА** Комедийный боевик 16+  
**0.35 ПОРЧА** Документальная 16+  
**2.55 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+

**ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА**

- 5.00 Секреты на кухне 7.00 **Сегодня утром** 12+  
 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+  
 9.15, 21.00 Открытый эфир 11.00 Ленинград. Снять блокаду 16+  
**11.50, 13.25 ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА** Фильм СССР 14.05, 15.05, 17.15 **ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** Сериял 16+  
 15.00 Военные новости 16+  
 18.50 Специальный репортаж 16+  
 19.55 По горячим следам 16+  
 20.10 Скрытые угрозы 16+  
 22.45 Между тем 12+  
**23.15 БАЛТИЙСКОЕ НЕБО** Фильм 12+  
**2.15 ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ** Фильм 12+

**ЗВЕЗДА**

**1 ПЕРВЫЙ**

- 5.00 Доброе утро Телеканал  
 9.00 Новости с субтитрами  
 9.25 Модный приговор  
 10.15 Жить здорово! 16+  
 11.00 Время покажет 16+  
 12.00 Новости с субтитрами  
 12.15 Время покажет 16+  
 14.00 Большая игра 16+  
 15.00 Новости с субтитрами  
 15.15 Давай поженимся! 16+  
 16.05 Мужское / Женское 16+  
 17.00 Большая игра 16+  
 18.00 Вечерние новости с субтитрами  
 18.30 Время покажет 16+  
 19.50 Пусть говорят 16+  
 21.00 Время  
 22.00 КАПКАН НА СУДЬЮ  
 Сериял 16+  
 23.00 Большая игра 16+  
 0.00 Бродский не поэт Памяти Иосифа Бродского. Документальный фильм 16+  
 2.00 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+  
 3.00 Новости  
 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

**1 РОССИЯ 1**

- 5.00 Утро России Вести  
 9.00 Местное время  
 9.30 О самом главном Ток-шоу 12+  
 11.00 Вести. Местное время  
 11.30 Вести. Местное время  
 12.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 14.00 Вести  
**14.30 РАЙСКИЙ** Сериял 16+  
 16.30 Вести  
 17.00 Малахов 16+  
 18.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 20.00 Вести  
 21.10 Вести. Местное время  
**21.30 ОМУТ** Сериял 16+  
 Внезапно домой возвращается Глеб, старший сын Виктора, пропавший без вести год назад в одной из азиатских стран. Алёна узнаёт, что между Глебом и Павлом давний конфликт. Главный враг и конкурент Ветровых, Тимофеев, назначает Алёне встречу и предлагает решить её проблемы с квартирой...  
**23.40 Вечер** с Владимиром Соловьёвым 12+  
**2.20 РАЙСКИЙ** Сериял 16+  
**3.00 Вести**  
**3.30 РАЙСКИЙ** Сериял 16+

**НТВ НТВ**

- 4.40 ПЁС** Сериял 16+  
**6.30 Утро. Самое лучшее** 16+  
**8.00 СЕГОДНЯ**  
**8.25 ПЁС** Сериял 16+  
**10.00 СЕГОДНЯ**  
**10.35 ПЁС** Сериял 16+  
**13.00 СЕГОДНЯ**  
**13.25 Чрезвычайное происшествие**  
**14.00 Место встречи**  
**16.00 СЕГОДНЯ**  
**16.45 За гранью** 16+  
**17.50 ДНК** 16+  
**19.00 СЕГОДНЯ**  
**20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ** Сериял 16+  
 В Красноярске от нападения собаки погибает банкир Леонид Курамов. СК РФ возбуждает дело и отправляет в Красноярск Брагина. В это время киллер в Петербурге убивает крупного криминального авторитета Александра Муштакова, а после этого в бассейне от удара током умирает нефтяной магнат Петя Рузов...

**СТС СТС**

- 6.00 Три кота** Мультсериал  
**6.30 Маша и Медведь** Мультсериал  
**9.05 КОСОЛАПЫЙ АГЕНТ** Полнометражный анимационный фильм 6+  
**10.55 БЕРНАРД. МИССИЯ МАРС** Полнометражный анимационный фильм 6+  
**12.45 МАКС СТИЛ** Научно-фантастический боевик 16+  
**14.30 ПОСВЯЩЁННЫЙ** Научно-фантастический боевик 16+  
**16.20 ДОМОЧАТЦЫ** Сериял 16+  
**17.20 МИСТЕР НОГОТЬ.** Сериял 16+  
 Семаге подворачивается шанс поработать в настоящем салоне маникюра. Семаге с Антохой решают открыть свой салон...  
**20.30 МЕГАН. К ВАШИМ УСЛУГАМ** Научно-фантастический триллер 16+  
**22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ** Сериял 16+  
**0.10 СЕГОДНЯ**  
**0.30 Захар Прилепин. Уроки русского** 12+  
**1.05 ПАУТИНА** Сериял 16+  
**4.25 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР** Сериял 16+

**ТНТ ТНТ**

- 7.00 САШАТАНЯ** Сериял 16+  
**12.00 САШАТАНЯ** Сериял 16+  
**17.00 САШАТАНЯ** Сериял 16+  
 Для Миши нет праздников, кроме дня закрытия ипотеки, и даже свой день рождения он планирует провести за работой. Лили решает устроить ему сюрприз и через Елену заказывает у него «подозрительно выгодную» фотосессию...  
**21.00 ПРАЗДНИКИ** Сериял 16+  
 Дети приезжают на дачу к родителям, чтобы поздравить Тещу с Днем учителя и заодно отметить новую машину, которую купил Тесь. Но оказывается, что машину угнали. Юля пытается фiktивно развестись с Вовиком ради пособия. Лена не хочет беременеть из-за карьеры, но выясняется, что она уже беременн...

**ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР**

- 6.00 Настроение**  
**8.15 Доктор И...** 16+  
**8.40 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ** Детектив 12+  
**10.35 АКТЁРСКИЕ драмы. Вне игры** 16+  
**11.30 События**  
**11.50 СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДНЁМ С ОГНЁМ** Фильм 12+  
**13.45 Мой герой.** Артём Михалков 12+  
**14.30 События**  
**14.50 Город новостей**  
**15.05 Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ВОЗДУХУ** Детектив 16+  
**16.55 Дмитрий Марьянов. Конец вечеरинки** 16+  
**17.50 События**  
**18.05 НЕИЗВЕСТНЫЙ** Сериял 16+  
**22.00 События**  
**22.35 Закон и порядок** 16+  
**23.05 Укрошение невестки** Документальный фильм 16+  
**0.00 События.** 25-й час  
**0.30 Петровка, 38** 16+  
**0.45 Настоящий детектив.** Мёртвая зона 16+  
**1.25 Лишние дети звезд** 16+

**5 5 КАНАЛ**

- 5.00 Известия 16+**  
**5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
**8.05 Страна советов** 16+  
**8.40 Знание - сила** 12+  
**9.00 Известия 16+**  
**9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
**13.00 Известия 16+**  
**13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериял 16+  
**15.10 СЛЕД** Сериял 16+  
**17.00 Известия 16+**  
**17.30 СЛЕД** Сериял 16+  
**18.05 СЛЕД. СТЕРВА КОНЧЕННАЯ** Сериял 16+  
**18.55 СЛЕД. НОЧНОЙ СВИДЕТЕЛЬ** Сериял 16+  
**20.00 СЛЕД. МЕРТВАЯ ПОПУТЧИЦА** Сериял 16+  
**20.45 СЛЕД. СЛУЧАЙ НА ОХОТЕ** Сериял 16+  
**21.25 СЛЕД. ВОЛЧИЦА** Сериял 16+  
**22.20 СЛЕД. ДЕЛО БЕЗ ТЕЛА** Сериял 16+  
**23.10 СЛЕД. ПРИНЦЕССА И ЛЮДОЕД** Сериял 16+  
**0.00 Известия.** Итоговый выпуск 16+  
**0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. ЭВАКУАТОР** Сериял 16+

**K РОССИЯ К**

- 6.30 Диалоги о животных  
 7.20 Театральная летопись  
 7.45 Археология. История с лопатой  
**8.20, 22.15 МЕГРЭ** Сериял  
 10.15 Наблюдатель  
 11.15 ХХ век  
 11.40 Люди и страсти Алисы Фрейндлих  
 12.45 Новости. Подробно. Книги  
 13.00 Запутанное дело Салтыкова-Щедрина  
**13.30 ИУДУШКА ГОЛОВЛЕВ** Фильм  
 14.55 Отаявший мир Сати. Нескучная классика...  
 15.45 Эрмитаж  
 16.30 Я не боюсь, я музыкант  
 17.40 Русская кантата Библейский сюжет  
 19.00 Главная роль  
 20.05 Правила жизни  
 20.45 Больше, чем любовь  
 21.30 Белая студия  
 0.05 Любовь за кольчей проволокой

**МАТЧ! МАТЧ ТВ**

- 6.00, 14.55 Лига в лицах 12+  
**6.30 Лыжная страна** 12+  
**7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости**  
 7.05, 11.35, 15.30, 23.45 Все на Матч!  
 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+  
 Команда мечты 12+  
**9.25 ГАДАЛКА. БАБА ЯГОДКА** Сериял 16+  
**10.30 Футбол Чемпионат Испании. Обзор тура** 6+  
**13.00 Есть тема!** География спорта. Республика Алтай 12+  
**13.00 СЛЕПАЯ. ВТОРАЯ ПОПЫТКА** Сериял 16+  
**16.25 Манчестер Юнайтед. Вперёд к славе** 12+  
**17.50 Смешанные единоборства** One FC 16+  
**19.30 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ СКА (Санкт-Петербург)** - Локомотив (Ярославль)  
**22.10 Бильярд BetBoom** Лига чемпионов  
**0.45 Льюис Хэмилтон** Документальный фильм 12+

**3 ТВЗ**

- 6.00 Мульфильмы**  
**8.45 СЛЕПАЯ** Сериял 16+  
**9.45 ГАДАЛКА** Сериял 16+  
**13.45 ГАДАЛКА. БАБА ЯГОДКА** Сериял 16+  
**14.15 ГАДАЛКА. ОТЦОВСКИЕ ЧУВСТВА** Сериял 16+  
**15.00 ГАДАЛКА. ЛИЦО** Сериял 16+  
**15.30 СЛЕПАЯ. КОТ** Сериял 16+  
**16.00 СЛЕПАЯ. ВТОРАЯ ПОПЫТКА** Сериял 16+  
**16.30 СЛЕПАЯ. ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ** Сериял 16+  
**17.00 СЛЕПАЯ. СТАРШИЙ ПО ПОДЪЕЗДУ** Сериял 16+  
**17.30 СЛЕПАЯ. АВТОДОЗВОН** Сериял 16+  
**18.00 ГЛУХАРЬ** Сериял 16+  
**23.15 МАТЕРИНСКИЙ ИНСТИНКТ** Фильм 18+  
**22.10 ЗНАКИ СУДЬБЫ** Сериял 16+

**РЕН ТВ**

- 5.00, 18.00, 0.20 Самые шокирующие гипотезы** 16+  
**6.00 С бодрым утром!** 16+  
**8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости** 16+  
**9.00 Военная тайна** 16+  
**10.00 Совбез** 16+  
**11.00 Как устроен мир** 16+  
**12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа** 112 16+  
**13.00 Загадки человечества** 16+  
**14.00 Невероятно интересные истории** 16+  
**15.00 100 вопросов обо всем** 16+  
**17.00, 1.20 Тайны Чапман** 16+  
**20.00 ВНЕ/СЕБЯ** Фантастический триллер 16+  
**22.15, 23.25 ГОРОД СТРАХА** Триллер 16+

**ДОМАШНИЙ**

- 6.30 Давай разведёмся!** Судебное шоу 16+  
**7.20 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+  
**9.35, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Докудрама 16+  
**10.35 ПОРЧА. ГРАНИЦЫ ДОБРА, ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА** Докудрама 16+  
**11.45, 1.30 ЗНАХАРКА** Докудрама 16+  
**12.20, 2.00 ВЕРНУТЬ ЛЮБИМОГО** Докудрама 16+  
**12.55, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Докудрама 16+  
**13.30 ЛЮБОВЬ СО ШРАМОМ** Сериал 16+  
**19.00 КАК ВЕРНУТЬ БЫВШЕГО** Сериал 16+  
**0.30 ПОРЧА** Докудрама 16+  
**2.50 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+

**ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА**

- 5.00 Секреты на кухне** Консервы 16+  
**5.30 Пятница News** 16+  
**6.00 Гастротур** Краснодарский край 16+  
**6.30 На ножах** 16+  
**8.40 Молодые ножи** Food-блогеры 16+  
**9.50 Адский шеф** 16+  
**13.30 Черный список.** На кухне 16+  
**17.30 Черный список.** На кухне 16+  
**19.00 Что я наделала** Вазелиновые губы 16+  
**20.00 Что я наделала** Осторожно! Брови! 16+  
**21.00 Что я наделала** Коллаген: красота или слезы? 16+  
**22.00 Новый ревизорро** Капельницы красоты 16+  
**23.10 Секретный артист** 16+  
**0.30 Вундеркинды** Регина Тодоренко и Тимур Родригез 16+  
**1.50 Пятница News** 16+

**ЗВЕЗДА**

- 5.25 ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** Сериял 16+  
**7.00 Сегодня утром** 12+  
**9.00, 13.00, 17.00, 19.00** Новости дня 16+  
**9.15, 21.00** Открытый эфир Ток-шоу 16+  
**11.00 Ленинград.** Снять блокаду 16+  
**11.50, 18.50** Специальный репортаж 16+  
**12.00, 13.25 ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ** Фильм 12+  
**14.05, 15.05, 17.15 ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** Сериял 16+  
**15.00 Военные новости** 16+  
**19.55 По горячим следам** 16+  
**20.10 Улица из прошлого** 16+  
**22.45 Между тем** с Наталией Метлиной 12+  
**23.15 ПОРОХ** Фильм 12+  
**0.55 БАЛТИЙСКОЕ НЕБО** Фильм 12+


**ПЕРВЫЙ**

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


**РОССИЯ 1**

- 5.00 Утро России Вести  
 9.00 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+  
 11.00 Вести  
 11.30 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+  
 12.00 Вести  
**14.30 РАЙСКИЙ** Серии 16+  
 16.30 Вести  
 17.00 Малахов 16+  
 18.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 20.00 Вести  
 21.10 Вести. Местное время  
**21.30 ОМУТ** Серии 16+  
 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+  
**2.20 РАЙСКИЙ** Серии 16+  
 3.00 Вести  
**3.30 РАЙСКИЙ** Серии 16+


**НТВ**

- 4.55 **ПЁС** Серия 16+  
**6.30 Утро. Самое лучшее** 16+  
**8.00 СЕГОДНЯ** Пёс  
**8.25 ПЁС** Серии 16+  
**10.00 СЕГОДНЯ** Пёс  
**10.35 ПЁС** Серии 16+  
 13.00 Сегодня Чрезвычайное происшествие  
 13.25 Место встречи  
 14.00 За гранью  
 16.00 **ДНК** 16+  
 19.00 Сегодня  
**20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ** Серии 16+  
 22.15 **МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ** Серии 16+  
 0.10 Сегодня  
**0.30 ПАУТИНА** Серии 16+  
 4.00 По следу монстра 16+


**СТС**

- 6.00 Три кота Мульти сериал Маша и Медведь  
 6.30 **РОК ДОГ-2** Мульти сериал  
**9.05 РОК ДОГ-3. БИТВА ЗА БИТ** Полнометражный анимационный фильм 6+  
**10.55 ГОЛОС ИЗ КОСМОСА** Фантастико-приключенческий фильм 6+  
**12.40 ПОДАРОК** Фантастическая комедия 16+  
**14.35 ДОМОЧАТЦЫ** Серии 16+  
**17.20 МИСТЕР НОГОТЬ** Серии 16+  
 20.30 **МОЙ ШИПОН** Комедийный боевик 16+  
**22.35 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2** Криминальная комедия 16+  
**0.35 БАНДИТЫ** Криминальная драма 16+  
**2.40 Кино в деталях** с Фёдором Бондарчуком 18+  
**3.25 НОВЫЕ БОГИ. ЯН ЦЗЯНЬ** Полнометражный анимационный фильм 12+


**ТНТ**

- 7.00 **САШАТАНЯ** Серии 16+  
**12.00 САШАТАНЯ** Серии 16+  
**17.00 САШАТАНЯ** Серии 16+  
 21.00 **ПРАЗДНИКИ** Серии 16+  
**14.50 Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. АТЕЛЬЕ** Детектив 16+  
**16.55 Татьяна** Татьяна Бастаева.  
**17.50 Разлучница** 16+  
**18.05 НЕИЗВЕСТНЫЙ** Серии 16+  
**22.00 События** 16+  
**22.35 Хватит слухов!** 16+  
**23.05 Хроники** московского быта. Любовь с привилегиями 16+  
 0.00 События. 25-й час  
 0.30 Петровка, 38 16+  
 0.45 Дорогие товарищи. Сокровища Зыкиной 16+


**ТВ ЦЕНТР**

- 6.00 Настроение Доктор И... 16+  
**8.40 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС** Детектив 12+  
**10.35 Актёрские драмы. Судьба-блондинка** 16+  
**11.30 СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ** События 12+  
**13.45 Мой герой.** Виктор Раков 12+  
**14.30 События** 16+  
**14.50 Город новостей** Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. АТЕЛЬЕ Детектив 16+  
**16.55 Татьяна** Татьяна Бастаева.  
**17.50 Разлучница** 16+  
**18.05 События** НЕИЗВЕСТНЫЙ Серии 16+  
**22.00 События** Хватит слухов! 16+  
**22.35 Хроники** московского быта. Любовь с привилегиями 16+  
 0.00 События. 25-й час  
 0.30 Петровка, 38 16+  
 0.45 Дорогие товарищи. Сокровища Зыкиной 16+


**5 КАНАЛ**

- 5.00 Известия 16+  
**5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Серии 16+  
**8.25 Стройнадзор** 16+  
 9.00 Известия 16+  
**9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Серии 16+  
**13.00 Известия** 16+  
**13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Серии 16+  
**15.10 СЛЕД** Серии 16+  
**17.00 Известия** 16+  
**17.30 СЛЕД** Серии 16+  
**18.10 СЛЕД. ВИВАМА** Серии 16+  
**18.45 СЛЕД. СИЛА ТОЛИ** Серии 16+  
**19.40 СЛЕД. АНОНИМНЫЕ АЛКОГОЛИКИ** Серии 16+  
**20.45 СЛЕД. ПОНИЖЕННАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ** Серии 16+  
**21.25 СЛЕД. ОЦИФРОВАННАЯ СМЕРТЬ** Серии 16+  
**22.20 СЛЕД. КИС-КИС, ВАМ СЮРПРИЗ** Серии 16+  
**23.05 СЛЕД. МОКРОЕ МЕСТО** Серии 16+  
 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
**0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Серии 16+


**РОССИЯ К**

**МАТЧ ТВ**

- 6.30 Диалоги о животных  
 7.20 Театральная летопись  
 7.45 Археология. история с лопатой  
**8.20, 22.15 МЕГРЭ** Серии  
 10.15 Наблюдатель  
 11.15, 1.05 XX век  
 12.00 Роман в камне  
 12.45 Новости. Подробно. Кино  
 13.00 Запутанное дело Салтыкова-Щедрина  
**13.30 НЕЖНОСТЬ К РЕВУЩЕМУ ЗВЕРИЮ** Фильм  
 14.45, 0.10 Ступени цивилизации  
 15.45 Белая студия  
 16.30 Библейский сюжет  
 17.15 Я не боюсь, я музыкант  
 17.50 Предки наших предков  
 18.30 Кристальные истории  
 18.45 Больше, чем любовь  
 19.45 Главная роль  
 20.05 Правила жизни  
 20.50 Абсолютный слух  
 21.30 Власть факта


**ТВ З**

- 6.00, 14.55 Лига в лицах 12+  
**6.30 География спорта.** Республика Алтай 12+  
 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 16+  
 7.05, 11.35, 15.30, 23.35 Все на Матч!  
 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+  
 9.25 Команда мечты 12+  
 10.30 Футбол Чемпионат Италии.  
 13.00 Есть тема!  
 14.25 Вид сверху 12+  
 16.25 Роналду Документальный фильм 12+  
**17.50 Профессиональный бокс** IBA.PRO 6 16+  
 19.00 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ  
 Динамо (Москва) - ЦСКА  
 22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов  
 Манчестер Юнайтед. Вперёд к славе 12+


**РЕН ТВ**

- 6.00, 18.00, 0.20 Мультфильмы Самые шокирующие гипотезы 16+  
**8.45 СЛЕПАЯ** Серии 16+  
**9.45 ГАДАЛКА** Серии 16+  
**13.45 ГАДАЛКА. ЛЮБИ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ** Серии 16+  
**14.15 ГАДАЛКА. ЗАБУДЬ ДОРОГУ** Серии 16+  
**15.00 ГАДАЛКА. НАЧАТЬ СНАЧАЛА** Серии 16+  
**15.30 СЛЕПАЯ. ОБУЗА** Серии 16+  
**16.00 СЛЕПАЯ. ТЕЛЕФОН НЕДОСТУПЕН** Серии 16+  
**16.30 СЛЕПАЯ. СИЛА** Серии 16+  
**17.00 СЛЕПАЯ. ХИМИЯ** Серии 16+  
**17.30 СЛЕПАЯ. УМНАЯ ЛИЗА** Серии 16+  
**18.00 ГЛУХАРЬ** Серии 16+  
**23.15 СУДЬЯ ДРЕДД** Фильм 18+  
 1.00 **ЗНАКИ СУДЬБЫ ДЬЯВОЛЕНOK** Серии 16+


**ДОМАШНИЙ**

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+  
**7.25 Давай разведёмся!** Судебное шоу 16+  
**8.25 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+  
**10.40, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Документальный спецпроект 16+  
**11.45 ПОРЧА. КОСВЕННЫЕ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА, ВОДЯНЫЕ ЗНАКИ** Документальный спецпроект 16+  
**12.55, 1.30 ЗНАХАРКА** Документальный спецпроект 16+  
**13.30, 2.00 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО** Документальный спецпроект 16+  
**14.05, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Документальный спецпроект 16+  
**14.40 ВАРИНО СЧАСТЬЕ** Серии 16+  
**19.00 СКОЛЬКО СТОИТ СОВЕСТЬ?** Серии 16+  
**0.30 ПОРЧА** Документальный спецпроект 16+  
**2.50 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+


**ПЯТНИЦА!**

- 5.00 Секреты на кухне 16+  
**5.30 Пятница News** 16+  
**5.50 Гастротур** Владивосток 16+  
**6.30 На ножах** 16+  
**8.40 Молодые ножи** 16+  
**10.00 Адский шеф** 16+  
**13.30 На ножах** Королев. Roll Пойнт 16+  
**14.30 На ножах** Домодедово. Мёд Плюс 16+  
**15.40 На ножах** Балаково. Карабас Баробас 16+  
**16.50 На ножах** Краснодар. Иерасулим 16+  
**17.50 Молодые ножи** 16+  
**19.00 Последний шеф** 16+  
**21.30 Молодые ножи** Неправильный перевод названий блюд 16+  
**22.40 Молодые ножи** Любимые блюда первых лиц 16+  
**0.00 Секретный артист** 16+  
**1.20 Вундеркинды** 16+


**ЗВЕЗДА**

- 5.25 ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ Серии 16+  
**7.00 Сегодня утром** 12+  
 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+  
 9.15, 21.00 Открытый эфир Ток-шоу 16+  
 11.00, 18.50 Специальный репортаж 16+  
 11.20, 19.55 По горячим следам 16+  
**11.40, 13.25 ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА** Фильм 12+  
**14.00, 15.05, 17.15 ИСЧЕЗНУВШИЕ** Серии 16+  
 15.00 Военные новости 16+  
**20.10 Секретные материалы** 16+  
**22.45 Между тем 12+**  
**23.15 В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ»** Фильм 12+  
**0.45 ВЕРТИКАЛЬ** Фильм 12+  
**2.00 ПОРОХ** Фильм 12+

| 1 ПЕРВЫЙ                                | 1 РОССИЯ 1                                                                                                          | НТВ НТВ                                                           | СТС СТС                                                                                                                                                                                                                                                                                | ТНТ ТНТ                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ТВ ЦЕНТР                                                                                       | 5 5 КАНАЛ                                  |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 5.00 Доброе утро Телеканал              | 5.00 Утро России Вести                                                                                              | 4.45 ПЁС Сериал 16+ Утро. Самое лучшее 16+                        | 6.00 Три кота Мультсериал Маша и Медведь                                                                                                                                                                                                                                               | 7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ ГНОМЫ В ДЕЛЕ!                                                                                                                                                                                                                                                                         | 6.00 Настроение Доктор И... 16+                                                                | 5.00 Известия 16+ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6   |
| 9.00 Новости с субтитрами               | 9.00 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+                                                                      | 6.30 Сериал 16+ Утро. Самое лучшее 16+                            | 6.30 Мультсериал Маша и Медведь                                                                                                                                                                                                                                                        | 12.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ ГНОМЫ В ДЕЛЕ!                                                                                                                                                                                                                                                                        | 8.15 ЧИСТО САШАТАНЯ Сериал 16+ МИША                                                            | 5.45 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+                    |
| 9.25 Модный приговор Жить здорово! 16+  | 11.00 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+                                                                     | 8.00 Сериал 16+ Сегодня ПЁС                                       | 9.05 ГНОМЫ В ДЕЛЕ! Полнометражный анимационный фильм 6+                                                                                                                                                                                                                                | 17.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Миша фотографировал голых женщин за деньги, но одну из них он снимал бесплатно, для удовольствия. При переезде Миша и Лилль понимают, что забыли распечатанную интимную фотосессию Лили в старой квартире. Однако вернуться туда они не могут из-за плохих отношений с владельцем... | 8.40 ЧИСТО САШАТАНЯ Сериал 16+ Детектив 12+ Актёрские драмы. Прикинуться простаком 16+ События | 8.00 День ангела 6+                        |
| 10.15 Время покажет 16+                 | 11.30 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+                                                                     | 10.00 Сериал 16+ Сегодня ПЁС                                      | 10.30 СУПЕРГНОМЫ Полнометражный анимационный фильм 12+                                                                                                                                                                                                                                 | 11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+ СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ                                                                                                                                                                                                                                             | 10.35 Актёрские драмы. Прикинуться простаком 16+ События                                       | 8.35 Известия 16+ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6   |
| 11.00 Время покажет 16+                 | 12.00 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+                                                                     | 13.00 Сериал 16+ Сегодня                                          | 12.05 ОХОТА НА МОНСТРА-2 Фэнтези 12+                                                                                                                                                                                                                                                   | 11.50 САШАТАНЯ Сериал 16+ Фильм 12+ Мой герой. Антон Богданов 12+                                                                                                                                                                                                                                              | 11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 9.00 Известия 16+ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6   |
| 12.00 Новости с субтитрами              | 14.00 ВАЙСКИЙ Сериал 16+ Вести                                                                                      | 13.25 Сериал 16+ Чрезвычайное происшествие                        | 14.10 ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ Фэнтези 12+                                                                                                                                                                                                                                            | 12.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                                                                                                                                                                                                                                              | 10.35 Актёрские драмы. Прикинуться простаком 16+ События                                       | 13.00 Известия 16+ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6  |
| 12.15 Время покажет 16+                 | 16.30 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+                                                                     | 14.00 Вести. Местное время                                        | 16.45 За гранью                                                                                                                                                                                                                                                                        | 13.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕМ СЕРДЦЕ УСПОКОИТСЯ                                                                                                                                                                                                                                             | 11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+ Фильм 12+ Мой герой. Антон Богданов 12+                              | 15.10 СЛЕД. Серия 16+                      |
| 14.00 Большая игра 16+                  | 20.00 Вести. Местное время 60 минут Ток-шоу 12+                                                                     | 17.50 ДНК                                                         | 17.20 МИСТЕР НОГОТЬ Сериал 16+ ПРАЗДНИКИ                                                                                                                                                                                                                                               | 14.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Город новостей Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ДОЛГО И СЧАСТЛИВО                                                                                                                                                                                                                                  | 10.35 Актёрские драмы. Прикинуться простаком 16+ События                                       | 17.00 Известия 16+ СЛЕД.                   |
| 15.00 Новости с субтитрами              | 21.10 Вести. Местное время                                                                                          | 19.00 Сериал 16+ Сегодня                                          | 17.20 Сериал 16+ МИСТЕР НОГОТЬ                                                                                                                                                                                                                                                         | 15.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                                                                                                                                                                                                                                              | 11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 17.30 СЛЕД.                                |
| 15.15 Давай поженимся! 16+              | 21.30 ОМУТ Сериал 16+ ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ                                                                                  | 20.00 Сериал 16+ ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ                                     | 18.20 Сериал 16+ КИЛЛЕРА Ботаника в СИЗО избивают со-камерники, он просит адвоката помочь ему сбежать. На допросе Симаков рассказывает Брагину, что они с Тумасовым ездили в Красноярск следить за Трегубовым. Убившего его киллера Симаков не видел, но знает, что того зовут Штык... | 16.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 13.45 САШАТАНЯ Сериал 16+ ПРАЗДНИКИ                                                            | 18.10 СЛЕД. ФИТНЕС ЦЕНТР                   |
| 16.05 Мужское / Женское 16+             | 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+                                                                             | 22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ Сериал 16+ ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ                   | 20.30 ЛУЛУ И БРИГС Фильм 12+ Профессиональный военный Джексон Бриггс всеми силами безуспешно пытается вернуться в строй после ранения...                                                                                                                                               | 17.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 14.30 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 18.55 СЛЕД. АРХИВНАЯ БАРЫШНА               |
| 17.00 Большая игра 16+                  | 0.10 РАЙСКИЙ Сериал 16+ Вечер                                                                                       | 0.10 Сериал 16+ Сегодня                                           | 22.40 ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ Триллер 16+ ЗАСТУПНИК                                                                                                                                                                                                                                              | 18.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 15.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 19.45 СЛЕД. ДЕТИ НАДЕЖДЫ                   |
| 18.00 Вечерние новости с субтитрами     | 0.30 РАЙСКИЙ Сериал 16+ Вести                                                                                       | 0.30 Сериал 16+ Поздняков                                         | 0.55 ЗАСТУПНИК Криминальный триллер 16+ УЧИТЕЛЬ ГОДА                                                                                                                                                                                                                                   | 19.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 16.55 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 20.50 СЛЕД. КАМЕНЬ ЗА ПАЗУХОЙ              |
| 18.30 Время покажет 16+                 | 3.00 РАЙСКИЙ Сериал 16+ Вести                                                                                       | 0.45 ПАУТИНА Сериал 16+ АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР                   | 2.35 УЧИТЕЛЬ ГОДА Комедийная драма                                                                                                                                                                                                                                                     | 20.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 21.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 21.25 СЛЕД. ФАРФОРНЫЙ ЗОМБИ                |
| 19.50 Пусть говорят 16+                 | 3.30 РАЙСКИЙ Сериал 16+ Вести                                                                                       | 4.20 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР Сериал 16+                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 21.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ Семаго-по-прежнему пытается наладить отношения с Виолеттой. Антоха ругается с Аллой Амуровой, со своей девушкой и даже Семагой...                                                                                                                                                    | 22.00 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 22.20 СЛЕД. КОРНИ                          |
| 21.00 Время                             |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 22.35 САШАТАНЯ Сериал 16+ События                                                              | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| 22.00 КАПКАН НА СУДЬЮ Сериал 16+        |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| 23.00 Большая игра 16+                  |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+                    |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| 3.00 Новости ПОДКАСТ.ЛАБ 16+            |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+                    |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 23.05 САШАТАНЯ Сериал 16+ События          |
| К РОССИЯ К                              | МАТЧ! МАТЧ ТВ                                                                                                       | 3 ТВЗ                                                             | РЕН ТВ                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ДОМАШНИЙ                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ПЯТНИЦА ПЯТНИЦА                                                                                | ЗВЕЗДА                                     |
| 6.30 Диалоги о животных                 | 6.00, 14.55 Лига в лицах 12+                                                                                        | 6.00 Мульфильмы                                                   | 5.00, 18.00, 0.20 Самые шокирующие гипотезы 16+                                                                                                                                                                                                                                        | 6.30 По делам несовершеннолетних                                                                                                                                                                                                                                                                               | 5.00 Секреты на кухне 16+                                                                      | 5.30 ИСЧЕЗНУВШИЕ                           |
| 7.20 Театральная летопись               | 6.30 Вид сверху 12+                                                                                                 | 8.45 СЛЕПАЯ Сериал 16+ ГАДАЛКА                                    | 6.00 С бодрым утром!                                                                                                                                                                                                                                                                   | 7.25 Пятьница News                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5.20 Пятьница News                                                                             | 7.00 СЕГОДНЯ УТРОМ                         |
| 7.45 Археология. История с лопатой      | 7.00, 9.00, 12.55, 15.25 Новости 12+, 11.35, 15.30, 23.35                                                           | 9.45 ГАДАЛКА Сериал 16+ ГАДАЛКА. ПОДВОДНАЯ СПУТНИЦА               | 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+                                                                                                                                                                                                                                           | 8.25 Гастротур                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5.40 Гастротур                                                                                 | 9.00, 13.00, 17.00, 19.00                  |
| 8.20, 22.15 МЕГРЭ Сериал                | 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+                                                                                | 13.45 ГАДАЛКА. ПОДВОДНАЯ СПУТНИЦА Сериал 16+ ГАДАЛКА. МАГИЯ РОЗЫ  | 9.00 Документальный спецпроект                                                                                                                                                                                                                                                         | 9.00 Судебное шоу 16+                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 6.20 На ножах 16+                                                                              | 9.15, 21.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+                |
| 10.15 Наблюдатель                       | 9.25 Команда мечты 12+                                                                                              | 14.15 ГАДАЛКА. МАГИЯ РОЗЫ Сериал 16+ ГАДАЛКА. ЛЮТИК               | 10.00 Засекреченные списки                                                                                                                                                                                                                                                             | 10.40, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 9.30 Молодые ножи                                                                              | 9.50 АДСКИЙ ШЕФ 16+                        |
| 11.15, 1.05 XX век                      | 10.30 Смешанные единоборства UFC 16+                                                                                | 15.00 ГАДАЛКА. ЛЮТИК Сериал 16+ СЛЕПАЯ. НЕ ПРОВОЖАЙ МЕНЯ          | 11.00 Как устроен мир                                                                                                                                                                                                                                                                  | 11.45 ПОРЧА. НЕУГОМОННАЯ, ПУСТЫЕ СТРАНИЦЫ                                                                                                                                                                                                                                                                      | 9.40 Черный список.                                                                            | 10.00 ЧЕРНЫЙ СПИСОК                        |
| 12.45 Новости. Подробно. Театр          | 13.00 Есть тема! Формула 1. Гаснут огни 12+                                                                         | 16.00 СЛЕПАЯ. ПОЗДНЯЯ ЛЮБОВЬ Сериал 16+ СЛЕПАЯ. ЗЕЛЁНЫЕ ШНУРКИ    | 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112                                                                                                                                                                                                                                       | 12.55, 1.30 ЗНАХАРКА                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 9.50 Черный список.                                                                            | 11.00, 2.35 ДОБРОВОЛЬЦЫ                    |
| 13.00 Запутанное дело Салтыкова-Щедрина | 14.25 Баскетбол Фонбет Кубок России. Женщины. Финал четырёх. 1/2 финала                                             | 16.30 СЛЕПАЯ. ЗЕЛЁНЫЕ ШНУРКИ Сериал 16+ СЛЕПАЯ. СЛЕПАЯ            | 13.00, 14.00, 15.00 Невероятно интересные истории                                                                                                                                                                                                                                      | 13.30, 2.00 ВЕРНУТЬСЯ                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 10.00 Черный список.                                                                           | 12.25, 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+      |
| 13.30 НЕЖНОСТЬ К РЕВУЩЕМУ ЗВЕРЮ Фильм   | 16.25 Льюис Хэмилтон Документальный фильм 12+                                                                       | 17.00 СЛЕПАЯ. СЛЕПАЯ Сериал 16+ ГЛУХАРЬ                           | 17.00, 1.15 Тайны Чапман                                                                                                                                                                                                                                                               | 14.05, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 11.00 Черный список.                                                                           | 13.40, 15.05, 17.15 ЖДИ МЕНЯ               |
| 14.45, 0.10 Ступени цивилизации         | 18.15 Льюис Хэмилтон Документальный фильм 12+                                                                       | 18.00 ГЛУХАРЬ Сериал 16+ ПЛАН ПОБЕГА                              | 20.00 ИЛЛЮЗИОНИСТ Триллер 16+                                                                                                                                                                                                                                                          | 14.40 ВАРИНО СЧАСТЬЕ                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 12.00 Черный список.                                                                           | 15.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+                  |
| 15.40 2 Верник 2                        | 19.40 Смешанные единоборства Джастин Гейджи против Пэдди Пимблетта. Умар Нурмагомедов против Дейвисона Фигередо 16+ | 23.15 ПЛАН ПОБЕГА Фильм 18+ БИЛЯРД BetBoom Лига чемпионов Роналду | 22.00, 23.25 БАГРОВЫЙ РАССВЕТ Сериал 16+ Энigma                                                                                                                                                                                                                                        | 19.00 БУКЕТ ПРИМИРЕНИЯ                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 13.00 Черный список.                                                                           | 19.55 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+                |
| 16.30 Моя любовь - Россия!              |                                                                                                                     | 0.45 Документальный фильм 12+                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 0.30 ПОРЧА                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 14.00 Черный список.                                                                           | 20.10 КОД ДОСТУПА 12+                      |
| 17.15 Я не боюсь, я музыкант            |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2.50 Тест на отцовство                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 15.00 Новые четыре свадьбы 16+                                                                 | 22.45 МЕЖДУ ТЕМ С Наталией Метлинской 12+  |
| 17.50 Предки наших предков              |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 23.10 Секретный артист 16+ Вундеркинды                                                         | 23.15 ЛЕТАЯ ЖУРАВЛИ                        |
| 18.30 Кристалльные истории              |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 0.30 Рент Агзамов и Константин Ильев 16+ ПЯТНИЦА News                                          | 1.00 ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫКА |
| 18.45 Больше, чем любовь                |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                | 1.40 ПЯТНИЦА News 16+                      |
| 19.45 Главная роль                      |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                |                                            |
| 20.05 Открытая книга                    |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                |                                            |
| 20.50 Кино о кино                       |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                |                                            |
| 21.30 Энigma                            |                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                |                                            |



ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро Телеканал  
 9.00 Новости с субтитрами  
 9.25 Модный приговор  
 10.15 Жить здорово! 16+  
 11.00 Время покажет 16+  
 12.00 Новости с субтитрами  
 12.15 Время покажет 16+  
 14.00 Большая игра 16+  
 15.00 Новости с субтитрами  
 15.15 Давай поженимся! 16+  
 16.05 Мужское / Женское 16+  
 17.00 Большая игра 16+  
 18.00 Вечерние новости с субтитрами  
 18.40 Человек и закон с Алексеем Пимановым 16+  
 19.45 Поле чудес 16+  
 21.00 Время  
 21.45 Голос 12+  
 23.30 МАЖОР В СОЧИ Фильм 16+  
 Московские здания и оживлённые дороги Мажор сменит на живописные виды, домик в горах и извилистые серпантины...  
 1.30 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+



РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России  
 9.00 Вести  
 9.30 Местное время  
 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+  
 11.00 Вести  
 11.30 Вести. Местное время  
 12.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 14.00 Вести  
 14.30 РАЙСКИЙ Сериал 16+  
 16.30 Вести  
 17.00 Прямой эфир 16+  
 18.00 60 минут Ток-шоу 12+  
 20.00 Вести  
 21.10 Вести. Местное время  
 21.30 Дуэты  
 0.50 ЛЕГЕНДА №17 Фильм 6+  
 3.15 Золотой орёл XXIV Торжественная церемония вручения Национальной кинематографической премии



НТВ

- 4.45 ПЁС Сериал 16+  
 6.30 Утро. Самое лучшее 16+  
 8.00 Сегодня ПЁС Сериал 16+  
 10.00 Сегодня ПЁС Сериал 16+  
 13.00 Сегодня Чрезвычайное происшествие 16+  
 14.00 Место встречи Сериал 16+  
 16.00 Сегодня  
 16.50 ДНК 16+  
 17.55 Жди меня 12+  
 19.00 Сегодня  
**20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ**  
 Сериал 16+  
 Брагин и Шибанов по-прежнему в ссоре. Вера собирает информацию об участковом Муравьеве, адвокатом которого она стала по просьбе Шибанова, и узнает, что дело «шитье белыми нитками» - взятку, за которую Муравьеву арестовали, ему явно подбросили...



СТС

- 6.00 Три кота Мультсериал  
 6.30 Маша и Медведь Мультсериал  
 8.20 Уральские пельмени. Смехbook 16+  
**13.20 Уральские пельмени** 16+  
 Передача, созданная непроторимой командой по производству юмора, которая прошла испытание временем и имеет целую армию своих поклонников. Своими выступлениями «Уральские пельмени» установили очень высокую планку комедийного шоу и не перестают удивлять своих зрителей великолепным, всегда свежим, ярким и необычным юмором, который нельзя спутать ни с чем. Это якие и смешные номера, искрометные шутки и мощный заряд позитива, которые не смогут оставить зрителей равнодушными...  
**22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ**  
 Сериал 16+  
 Своя правда с Романом Бабаяном 16+  
**2.10 Квартирный вопрос**  
**3.05 ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ**  
 Острогюжетный фильм 16+



ТНТ

- 7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+  
**11.30 САШАТАНЯ** Сериал 16+  
**16.00 Комеди Клаб** Юмористическая программа 16+  
 Культовое комедийное шоу подготовило зрителям порцию новых скетчей, шуток, стендапов, выступлений и очень много юмора. Любимые резиденты, специальные гости и принципиально новый подход к смеху - только из-за этого можно всю неделю ждать вечер пятницы. Ведущие разносят звёздных гостей, гости своим смехом разносят хорошее настроение, а резиденты просто продолжают хорошо делать свою очень смешную работу...



ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение  
**8.20 ПИСЬМА ИЗ ПРОШЛОГО** Фильм 12+  
 События  
**11.30 ПИСЬМА ИЗ ПРОШЛОГО** Продолжение фильма 12+  
**12.30 ЦВЕТ ЛИПЫ** Детектив 12+  
**14.50 ЦВЕТ ЛИПЫ** Детектив 12+  
**15.00 ЦВЕТ ЛИПЫ** Детектив 12+  
**16.55 Актёрские драмы.**  
 Импортные лица 16+  
**17.50 События**  
**18.10 КОГДА ПОЗОВЁТ СМЕРТЬ** Детектив 16+  
**20.00 НОЧНАЯ СМЕНА** Детектив 16+  
 Настя работает администратором в маленькой гостинице. У нее есть возлюбленный - жена-тый, но, по его словам, чисто формально. Настя ждет, что он вот-вот оторвут развод...



5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+  
**5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериал 16+  
**8.30 Ваше здоровье!** 12+  
 9.00 Известия 16+  
**9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериал 16+  
**13.00 Известия 16+**  
**13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6** Сериал 16+  
**15.10 СЛЕД.** Сериал 16+  
**16.50 СЛЕД. УРОБОРОС** Сериал 16+  
**17.00 Известия 16+**  
**17.30 СЛЕД. УРОБОРОС** Сериал 16+  
**18.15 СЛЕД. ЗАОЧНИЦА** Сериал 16+  
**19.00 СЛЕД. ЧУЖАЯ ДЕВОЧКА** Сериал 16+  
**19.45 СЛЕД. СВАДЬБЫ НЕ БУДЕТ** Сериал 16+  
**20.40 СЛЕД. ХИМИКИ** Сериал 16+  
**21.45 СЛЕД. БЕРЛИНСКАЯ ЛАЗУРЬ** Сериал 16+  
**22.20 СЛЕД. РАСПРОДАЖА** Сериал 16+  
**23.10 Светская хроника 16+**  
**0.10 Они потрясли мир 16+**  
**1.50 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4** Сериал 16+



РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных  
 7.20 Театральная летопись  
 7.45 Археология. История с лопатой  
 8.20 МЕГРЭ Сериал  
**10.20 БЛИЗНЕЦЫ** Фильм  
 11.45 Забытое ремесло  
 12.00 Открытая книга  
 13.00 Запущенное дело Салтыкова-Щедрина  
**13.30 НЕЖНОСТЬ К РЕВУЩЕМУ ЗВЕРИЮ** Фильм  
 14.45 Ступени цивилизации  
 15.45 Энigma  
 16.30 Письма из провинции  
 17.15 Я не боюсь, я музыкант  
 17.50 Предки наших предков  
 18.30 Кристалльные истории  
 18.45 Царская ложа  
 19.45 Искатели  
 20.35 Линия жизни  
**21.25 ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ** Фильм  
 22.55 2 Верник 2  
**0.10 ШАРАДА** Фильм



МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00, 14.55 Лига в лицах 12+  
 6.30 Формула 1. Гаснут огни 12+  
**7.00, 9.00, 12.55, 15.25** Новости 12+  
 7.05, 11.35, 22.00, 0.45 Все на Матч!  
 9.05 Небесная грация 6+  
 9.25 Команда мечты 12+  
**10.30 Смешанные единоборства** UFC. Рафаэль Физиев против Игнасио Бахамондеса 16+  
**12.35 Лица страны. Светлана Гомбоева** 12+  
 13.00 Есть тема! Магия большого спорта. Лыжный спорт 12+  
**14.25 Смешанные единоборства** UFC. Рафаэль Физиев против Игнасио Бахамондеса 16+  
**15.30 Смешанные единоборства** One FC 16+  
**19.25 Хоккей** Фонбет Чемпионат КХЛ Спартак (Москва) - СКА (Санкт-Петербург)  
**22.35 Футбол** Чемпионат Италии Лацио - Дженоа



ТВ З

- 6.00, 8.15, 9.00 Мультифильмы  
**9.30 ПОРЧА.** Сериал 16+  
**14.00 ПОРЧА. ОЗЕРО ПАМЯТИ** Сериал 16+  
**14.45 ПОРЧА. ПРЕДСКАЗАНИЕ** Сериал 16+  
**15.15 СЛЕПАЯ. НЕВЕРНЫЙ МУЖ** Сериал 16+  
**15.45 СЛЕПАЯ. ПОДОЖДИ МЕНЯ** Сериал 16+  
**16.15 СЛЕПАЯ. У ОКНА** Сериал 16+  
**17.00 СЛЕПАЯ. СОВЯТИК** Сериал 16+  
**17.30 СЛЕПАЯ. СНЕЖОК С МАЛИНОЙ** Сериал 16+  
**18.00 СЛЕПАЯ.** Сериал 16+  
**19.00 АРТУР, ТЫ КОРОЛЬ** Фильм 16+  
**21.15 САНКТУМ** Фильм 16+  
**23.30 ИЗВЕРЖЕНИЕ** Фильм 16+  
**2.00 ЗНАКИ СУДЬБЫ** Сериал 16+



РЕН ТВ

- 5.00 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 Засекреченные списки** 16+  
**11.00 Как устроен мир** 16+  
**12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа** 112 16+  
**13.00, 17.00 Тайны Чапман** 16+  
**18.00 Главные тайны мира** 16+  
**20.00 СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ** Триллер 16+  
**21.45 ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА** Фантастический боевик 16+  
**23.30 ПАЦАН ПРОТИВ ВСЕХ** Комедийный боевик 18+  
**1.30 НОЧЬ С ДЖОЗИ** Триллер 18+  
**2.50 МЕТРО** Триллер 16+



ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+  
**7.25 Давай разведёмся!** Судебное шоу 16+  
**8.25 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+  
**10.40, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ** Докудрама 16+  
**11.45 ПОРЧА. СМЫСЛ ЖИЗНИ, ФОКУСНИК** Докудрама 16+  
**12.55, 1.30 ЗНАХАРКА** Докудрама 16+  
**13.30, 2.00 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО** Докудрама 16+  
**14.05, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ** Докудрама 16+  
**14.40 ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ** Сериал 16+  
**19.00 МАМИНО СЧАСТЬЕ** Сериал 16+  
**0.30 ПОРЧА** Докудрама 16+  
**2.50 Тест на отцовство** Судебное шоу 16+



ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне Тыква 16+  
**5.30 Пятница News** 16+  
**6.00 На ножах** Санкт-Петербург. Капитан 16+  
**7.00 На ножах** Краснодар. Паровоз 16+  
**8.10 Молодые ножи** Классика мировой кулинарии 16+  
**9.30 Адский шеф** 16+  
**12.50 Битва шефов. Звезды** 16+  
**15.00, 17.00** Битва шефов 16+  
**19.00 Выживали. Змееволовы** 16+  
**21.50 Последний шеф** 16+  
**0.20 ЛЕДИ-КОШКА** Фильм 16+  
**2.10 Пятница News** 16+  
**2.30 На ножах** Сочи. Причал 16+  
**3.30 На ножах** Сочи. Funduk 16+



ЗВЕЗДА

- 4.40 ЖДИ МЕНЯ Сериал 16+  
 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+  
 9.20 Ищу своих 12+  
 10.05 Специальный репортаж 16+  
**10.20, 13.25 ДАУРИЯ** Фильм 12+  
**14.45, 15.05, 17.15 МАРШ-БРОСОК. ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА** Фильм 16+  
**15.00 Военные новости** 16+  
**19.40 Загадки века** 12+  
**20.30 Война миров** 16+  
**21.20 Что русскому смешно...** Специальный репортаж 16+  
**22.00 Здравствуйте, товарищи!** 16+  
**23.30 Музыка+** 12+  
**0.45 МЫ ЖИЛИ ПО СОСЕДСТВУ** Фильм 12+  
**2.00 ЗАСТАВА В ГОРАХ** Фильм 12+

**1 ПЕРВЫЙ**

|       |                                                                                |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 6.00  | Доброе утро.<br>Суббота<br>Телеканал                                           |
| 9.00  | Умницы<br>и умники<br>12+                                                      |
| 9.45  | Слово пастыря                                                                  |
| 10.00 | Новости<br>с субтитрами                                                        |
| 10.15 | Пророчества<br>К 115-летию<br>со дня рождения<br>Ванги 16+                     |
| 11.10 | Вспомнить всё<br>12+                                                           |
| 12.00 | Новости<br>с субтитрами                                                        |
| 12.15 | Поехали!<br>12+                                                                |
| 13.20 | Несломанный<br>свет<br>К 70-летию<br>со дня рождения<br>Веры Глаголевой<br>12+ |
| 14.30 | <b>ВЫЙТИ ЗАМУЖ<br/>ЗА КАПИТАНА</b><br>Фильм 12+                                |
| 16.15 | Горячий лед<br>Фигурное катание<br>Чемпионат России<br>по прыжкам 2026         |
| 18.00 | Вечерние<br>новости<br>с субтитрами                                            |
| 18.20 | Ледниковый<br>период<br>12+                                                    |
| 21.00 | Время                                                                          |
| 21.35 | Сегодня<br>вечером<br>16+                                                      |
| 0.00  | Герой с душой<br>клоуна<br>Документальный<br>фильм 18+                         |
| 1.55  | <b>ПОДКАСТ.ЛАБ</b><br>16+                                                      |

**РОССИЯ 1**

|              |                                                                                                                                                      |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6.00</b>  | <b>Утро России.</b>                                                                                                                                  |
| <b>8.00</b>  | <b>Суббота</b>                                                                                                                                       |
| <b>8.00</b>  | <b>Местное время.</b>                                                                                                                                |
| <b>8.35</b>  | <b>Суббота</b>                                                                                                                                       |
| <b>8.35</b>  | <b>По секрету всему свету</b>                                                                                                                        |
| <b>9.00</b>  | <b>Формула еды</b>                                                                                                                                   |
|              | <b>12+</b>                                                                                                                                           |
| <b>9.25</b>  | <b>Пятеро на одного</b>                                                                                                                              |
| <b>10.10</b> | <b>Сто к одному</b>                                                                                                                                  |
|              | <b>Телегра</b>                                                                                                                                       |
| <b>11.00</b> | <b>Вести</b>                                                                                                                                         |
| <b>11.30</b> | <b>Наши. Военкоры</b>                                                                                                                                |
|              | <b>12+</b>                                                                                                                                           |
| <b>12.00</b> | <b>Анатомия геноцида.</b>                                                                                                                            |
|              | <b>Мы пришли вас уничтожить</b>                                                                                                                      |
| <b>13.00</b> | <b>16+</b>                                                                                                                                           |
|              | <b>Большие перемены</b>                                                                                                                              |
| <b>14.00</b> | <b>Вести</b>                                                                                                                                         |
| <b>14.30</b> | <b>Вести. Местное время</b>                                                                                                                          |
| <b>14.50</b> | <b>Юмор! Юмор!</b>                                                                                                                                   |
|              | <b>Юмор!!!</b>                                                                                                                                       |
|              | Программа                                                                                                                                            |
|              | Евгения Петросяна                                                                                                                                    |
|              | <b>16+</b>                                                                                                                                           |
| <b>17.00</b> | <b>Вести</b>                                                                                                                                         |
| <b>17.50</b> | <b>Привет, Андрей!</b>                                                                                                                               |
|              | Вечернее шоу                                                                                                                                         |
|              | Андрея Малахова                                                                                                                                      |
|              | <b>12+</b>                                                                                                                                           |
| <b>20.00</b> | <b>Вести</b>                                                                                                                                         |
| <b>20.50</b> | <b>Вести. Местное время</b>                                                                                                                          |
| <b>21.00</b> | <b>ШОУ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ</b>                                                                                                                             |
|              | Фильм <b>16+</b>                                                                                                                                     |
|              | Наташа - мама троих детей, которая крутится как белка в колесе: две работы, долги бывшего мужа. Её жизнь меняется, когда она спасает «бездомного»... |
| <b>0.40</b>  | <b>ВЕРИТЬ И ЖДАТЬ</b>                                                                                                                                |
|              | Фильм <b>12+</b>                                                                                                                                     |

 HTB

|              |                                                     |
|--------------|-----------------------------------------------------|
| <b>4.45</b>  | <b>ОШИБКА СЛЕДСТВИЯ</b>                             |
| Фильм 16+    |                                                     |
| <b>6.20</b>  | <b>Жди меня</b>                                     |
| 12+          |                                                     |
| <b>7.20</b>  | <b>Смотр</b>                                        |
| <b>8.00</b>  | <b>Сегодня</b>                                      |
| <b>8.20</b>  | <b>Неограниченные возможности</b>                   |
| 16+          |                                                     |
| <b>9.20</b>  | <b>Едим дома</b>                                    |
| <b>10.00</b> | <b>Сегодня</b>                                      |
| <b>10.20</b> | <b>Главная дорога</b>                               |
| 16+          |                                                     |
| <b>11.00</b> | <b>Живая еда с Сергеем Малоэым</b>                  |
| 12+          |                                                     |
| <b>12.00</b> | <b>Квартирный вопрос</b>                            |
| <b>13.00</b> | <b>Сатья</b>                                        |
| 16+          |                                                     |
| <b>14.00</b> | <b>Поедем, поедим!</b>                              |
| 16+          |                                                     |
| <b>15.00</b> | <b>Своя игра</b>                                    |
| <b>16.00</b> | <b>Сегодня</b>                                      |
| <b>16.20</b> | <b>ЧП.</b>                                          |
|              | <b>Расследование</b>                                |
| 16+          |                                                     |
| <b>17.00</b> | <b>Следствие вели...</b>                            |
| 16+          |                                                     |
| <b>19.00</b> | <b>Центральное телевидение с Вадимом Такменевым</b> |
| <b>20.20</b> | <b>Ты не поверишь!</b>                              |
| 16+          |                                                     |
| <b>21.20</b> | <b>Суперстар!</b>                                   |
|              | <b>Битва сезонов</b>                                |
| 16+          |                                                     |
| <b>1.20</b>  | <b>Квартирник НТВ у Маргулиса</b>                   |
|              | <b>Саша Алмазова</b>                                |
| 16+          |                                                     |
| <b>2.45</b>  | <b>Дачный ответ</b>                                 |
| <b>3.35</b>  | <b>ВОПРОС ЧЕСТИ</b>                                 |
|              | <b>Фильм 16+</b>                                    |

CTC CTC

|       |                                                                            |
|-------|----------------------------------------------------------------------------|
| 6.00  | <b>Три кота</b><br>Мультсериал                                             |
| 6.10  | <b>КНЯЗЬ<br/>ВЛАДИМИР</b><br>Полнометражный анимационный фильм 16+         |
| 7.35  | <b>НЕВЕРОЯТНЫЙ<br/>БЛИНКИ БИЛЛ</b><br>Полнометражный анимационный фильм 6+ |
| 9.30  | <b>Просто кухня</b><br>Кулинарное шоу 12+                                  |
| 10.00 | <b>100 мест, где поесть</b><br>Кулинарное тревел-шоу 16+                   |
| 10.55 | <b>ДОМОЧАТЦЫ</b><br>Сериал 16+                                             |
| 12.20 | <b>ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ</b><br>Приключенческая комедия 16+                  |
| 14.15 | <b>ОХОТНИКИ</b><br>Фильм 16+                                               |
| 16.05 | <b>В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ</b><br>Фэнтезийный боевик 16+                       |
| 18.00 | <b>ТВОРЕНИЕ БОГОВ</b><br>Фэнтези 16+                                       |
| 21.00 | <b>ТВОРЕНИЕ БОГОВ.<br/>БИТВА С ДЕМОНАМИ</b><br>Фэнтези 16+                 |
| 23.55 | <b>СИНЯЯ БЕЗДНА</b><br>Триллер 16+                                         |
| 1.35  | <b>СИНЯЯ БЕЗДНА-2</b><br>Триллер 16+                                       |
| 2.50  | <b>ЛЕДЯНОЙ ДРАЙВ</b><br>Триллер 16+                                        |

**THT**

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7.00</b>                                 | <b>Однажды в России</b><br>Юмористическая программа 16+                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>11.00, 13.25, 15.55,</b><br><b>18.25</b> | <b>Экстрасенсы.</b><br><b>Битва сильнейших</b><br>16+<br>Жители небольшой деревни Селивановский в Республике Башкортостан обратились за помощью к Сильнейшим экстрасенсам, поскольку живут в постоянном страхе. Сама смерть поселилась в их деревне. Люди устали от постоянных похорон. Иногда между трагедиями не проходи и недели... |
| <b>21.00</b>                                | <b>Конфетка</b><br>16+<br>Никому неизвестные авторы песен получают возможность не только рассказать о своем творчестве на большом экране, но и получить из своей песни настоящую «конфетку»...                                                                                                                                         |
| <b>23.40</b>                                | <b>Женский Стендап</b><br>Юмористическая программа 16+                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>0.40</b>                                 | <b>Конфетка</b><br>16+                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>2.45</b>                                 | <b>Женский Стендап</b><br>Юмористическая программа 16+                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

ТВ ЦЕНТР

|       |                                                  |
|-------|--------------------------------------------------|
| 6.45  | Православная энциклопедия                        |
| 6+    |                                                  |
| 7.10  | <b>НОЧНАЯ СМЕНА</b>                              |
|       | Детектив 16+                                     |
| 9.00  | <b>Здоровый смысл</b>                            |
|       | 16+                                              |
| 9.30  | <b>Смех, дрожь и видео</b> 16+                   |
| 10.05 | <b>Мифы о еде. Средиземноморская диета</b> 16+   |
| 10.55 | <b>Просто &amp; вкусно</b>                       |
|       | 6+                                               |
| 11.30 | <b>События</b>                                   |
| 11.45 | <b>Смешите меня семеро</b> 16+                   |
| 12.35 | <b>Нехмурье люди</b>                             |
|       | Аnekdot-клуб 16+                                 |
| 13.10 | <b>ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК</b>                   |
|       | Детектив 12+                                     |
| 14.30 | <b>События</b>                                   |
| 14.45 | <b>ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК</b>                   |
|       | Продолжение детектива 12+                        |
| 17.10 | <b>СВАДЕБНЫЕ ХЛОПОТЫ</b>                         |
|       | Детектив 12+                                     |
| 21.00 | <b>Постскриптум</b>                              |
|       | с Алексеем Пушкиовым                             |
| 22.10 | <b>Право знать!</b>                              |
|       | Ток-шоу 16+                                      |
| 23.35 | <b>События</b>                                   |
| 23.45 | <b>Хроники перелома.</b>                         |
|       | Ельцин против Горбачёва 16+                      |
| 0.25  | <b>90-е. Бандитский Екатеринбург</b>             |
|       | 16+                                              |
| 1.10  | <b>10 самых... Любовь со школьной скамьи</b> 16+ |

5 КАНАЛ

|       |                                                                       |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|
| 5.00  | <b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4</b>                                                |
| 9.00  | Сериал 16+<br><b>Страна советов</b>                                   |
| 9.30  | 16+<br><b>Стройнадзор</b>                                             |
| 10.05 | <b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4</b>                                                |
| 12.05 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5</b>                                  |
| 15.45 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5.</b><br><b>ДИРИЖЕР</b>               |
| 16.40 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5.</b><br><b>ИГРА НА ДЕНЬГИ</b>        |
| 17.35 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5.</b><br><b>ОПЕРАЦИЯ «ЛИКВИДАЦИЯ»</b> |
| 18.25 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5.</b><br><b>СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ</b>     |
| 19.20 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5.</b><br><b>ПОМОЛВОЧНОЕ КОЛЬЦО</b>    |
| 20.20 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5. БАНДА КРОЛИКОВ</b>                  |
| 21.15 | Сериал 16+<br><b>УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5</b>                                  |
| 0.00  | Сериал 16+<br><b>Известия.</b>                                        |
| 1.05  | Главное 16+<br><b>Светская хроника</b>                                |
| 2.10  | 16+<br><b>ФИЛИН-3</b>                                                 |
|       | Сериал 16+                                                            |

**РОССИЯ 1**

|              |                                                   |
|--------------|---------------------------------------------------|
| <b>6.30</b>  | <b>Библейский сюжет</b>                           |
| <b>7.00</b>  | <b>Мультифильмы</b>                               |
| <b>8.30</b>  | <b>ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ</b>      |
|              | Фильм                                             |
| <b>9.55</b>  | <b>Старейшие музыкальные коллективы России</b>    |
| <b>10.25</b> | <b>ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА</b>                     |
|              | Фильм                                             |
| <b>11.55</b> | <b>Земля людей.</b>                               |
| <b>12.25</b> | <b>Черные дыры.</b>                               |
|              | Белые пятна                                       |
| <b>13.05</b> | <b>Эрмитаж</b>                                    |
| <b>13.35</b> | <b>0.35 Водный мир острова Комodo</b>             |
| <b>14.25</b> | <b>Рассказы из русской истории</b>                |
| <b>15.40</b> | <b>Русский народный хор имени М.Е. Пятницкого</b> |
|              | Юбилейный вечер                                   |
| <b>17.10</b> | <b>Врачи Победы</b>                               |
| <b>18.10</b> | <b>О ТЕБЕ</b> Фильм                               |
| <b>19.30</b> | <b>Новости культуры</b>                           |
| <b>19.55</b> | <b>Балалайкин и Ко</b>                            |
|              | Спектакль                                         |
| <b>22.00</b> | <b>Агора</b>                                      |
| <b>23.00</b> | <b>НОВЫЕ АМАЗОНКИ</b> Фильм                       |
| <b>1.25</b>  | <b>Искатели</b>                                   |

**МАТЧ!** МАТЧ ТВ

**6.00 Смешанные единоборства**  
УFC. Александр Волкановски против Диего Лопеса 16+

**7.00, 9.00, 12.05 Новости**

**7.05, 12.10, 19.55, 22.30, 1.00 Все на Матч!**

**9.05 ЧЕМПИОНЫ**  
Сериал 6+

**9.25 10 лет в спорте**  
12+

**13.20 Хоккей** Фонбет Чемпионат КХЛ  
**Сибирь**  
(Новосибирская область) - **Трактор** (Челябинск)

**15.55 Баскетбол** Фонбет Кубок России.  
Женщины. Финал четырёх

**17.55 Волейбол**  
Чемпионат России.  
Суперлига.  
Мужчины

**20.20 Футбол**  
Чемпионат Испании  
**Леванте - Атлетико**

**22.50 Футбол**  
Чемпионат Испании  
**Эльче - Барселона**

The logo consists of a purple square containing a white triangle pointing downwards. Inside the triangle is a large white number '3'. To the right of the triangle, the letters 'TB3' are written in a bold, white, sans-serif font.

|       |                                                                                     |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 6.00  | 9.00, 9.30,<br>10.00                                                                |
|       | Мультфильмы                                                                         |
| 8.30  | Вкусно<br>с Анфисой<br>Чеховой.<br>Любовное<br>настроение<br>Алана Мамамеева<br>16+ |
| 10.30 | ТИМ ТАЛЕР ИЛИ<br>ПРОДАННЫЙ<br>СМЕХ                                                  |
|       | Фильм 12+                                                                           |
| 12.45 | ТЕПЛОВОЙ УДАР                                                                       |
|       | Фильм 16+                                                                           |
| 14.30 | САНКТУМ                                                                             |
|       | Фильм 16+                                                                           |
| 16.45 | АРТУР,<br>ТЫ КОРОЛЬ                                                                 |
|       | Фильм 16+                                                                           |
| 19.00 | ГЛУБОКОВОД-<br>НЫЙ ГОРИЗОНТ                                                         |
|       | Фильм 16+                                                                           |
| 21.15 | ВЕРШИНА<br>СТРАХА                                                                   |
|       | Фильм 16+                                                                           |
| 23.45 | СКРЫТАЯ<br>УГРОЗА                                                                   |
|       | Фильм 18+                                                                           |
| 1.30  | ЗНАКИ СУДЬБЫ<br>МАРИОНЕТКА                                                          |
|       | Сериал 16+                                                                          |
| 2.00  | ЗНАКИ СУДЬБЫ<br>МОТЬЛЫКИ                                                            |
|       | Сериал 16+                                                                          |

 PEH

|       |                        |                                                    |
|-------|------------------------|----------------------------------------------------|
| 5.00  | 2.00                   | Самые шокирующие гипотезы 16+                      |
| 6.00  |                        | С добрым утром! 16+                                |
| 8.30  | 12.30, 16.30,<br>19.30 | Новости 16+                                        |
| 9.00  |                        | Минтранс 16+                                       |
| 10.00 |                        | Самая полезная программа 16+                       |
| 11.00 | 13.00                  | Военная тайна 16+                                  |
| 15.00 |                        | Совбез 16+                                         |
| 16.00 |                        | Информационная программа 112 16+                   |
| 16.55 |                        | Документальный спецпроект 16+                      |
| 18.00 |                        | Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+ |
| 19.00 |                        | Добровэфире 16+                                    |
| 19.55 |                        | ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ Боевик 16+                       |
| 22.15 |                        | НЕПРОБИВАЕМЫЕ Боевик 16+                           |
| 0.05  |                        | ОХОТА НА КИЛЛЕРА Триллер 18+                       |

 ДОМАШНИЙ

**6.30** **6 кадров**  
Скетч-шоу 16+  
**6.55** **ВСЕ СРЕДСТВА ХОРОШИ**  
Сериал 16+  
**11.00** **ИГРА С ОГНЁМ**  
Сериал 16+  
1979 год. Просто советский интеллигент-неудачник вдруг решает заняться подпольным бизнесом. Он становится чеховиком. Подтолкнула его этому вовсе не жажда наживы. У него есть благородная но почти неосуществимая цель: его сын смертельно болен, и вылечить его может один-единственный врач, живущий в Америке...  
**0.30** **БУМЕРАНГ**  
Сериал 16+  
Алла попала в автомобильную аварию, в которой погибла женщина. Она решила помочь семье погибшей и предложила жила вдовцу Кости работу. Он не отказался - нужны деньги...

**ПЯТНИЦА!**

**5.00** Секреты на кухне  
Готовит Валентина Рубцова 16+

**6.00** Пятница News 16+

**6.30** Секреты на кухне  
Готовит Глюкоза 16+

**7.00** Умнее всех 12+

**8.10** ЛЕДИ-КОШКА  
Фильм 16+

**10.00** КОМИССАР РЕКС  
Сериал 16+

**14.00** КОМИССАР РЕКС  
ПРОСЛАВЬТСЯ  
ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ  
Сериал 16+

**15.00** КОМИССАР РЕКС  
МУМИЯ  
Сериал 18+

**16.00** КОМИССАР РЕКС  
ПОКУШЕНИЕ  
НА РЕКСА  
Сериал 18+

**17.00** Погнали. Doc  
Рио-де-Жанейро 16+

**18.00** Погнали!  
На Филиппины 16+

**22.10** Погнали!  
В Таиланд 16+

**0.20** ПАДЕНИЕ  
ИМПЕРИИ  
Фильм 18+

ЗВЕЗДА

**6.05 НА ЗЛАТОМ КРЫЛЬЕ СИДЕЛИ...**  
Фильм 6+

**7.20 ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ**  
Фильм 12+

**9.00, 13.00, 19.00 Новости дня**  
16+

**9.15 Второе мнение**  
12+

**9.45 СССР. Знак качества**  
12+  
**10.35 Не факт!** 12+

**11.05 Мужики** 16+

**11.35 Легенды искусства** 12+

**12.05 Москва - фронту**  
16+

**12.30 Любовь на линии огня** 16+

**13.15 Сталинградская битва. Охота на Паулоса** 16+

**14.00 УЗНИК ЗАМКА ИФ**  
Сериал 12+

**19.25 ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА**  
Фильм 12+

**21.20 ДАУРИЯ**  
Фильм 12+

**1.00 ФАРТОВЫЙ**  
Фильм 16+

**2.30 МЫ ЖИЛИ ПО СОСЕДСТВУ**  
Фильм 12+



ПЕРВЫЙ



РОССИЯ 1



НТВ



СТС



ТНТ



ТВ ЦЕНТР



5 КАНАЛ

- 6.00 Новости  
6.10 Играй, гармонь любимая!  
12+  
6.55 Часовой  
12+  
7.25 Здоровье  
16+  
8.30 Золотая коллекция Союзмультфильма  
9.10 Непутевые заметки с Дм. Крыловым  
12+  
9.30 Мечталлион Национальная Лотерея 12+  
10.00 Новости с субтитрами  
12+ Жизнь своих 12+  
11.10 Повара на колесах 12+  
12.00 Новости с субтитрами Будем жить! 16+  
13.10 Видели видео? Дорогого добра Концерт к 90-летию Юрия Энтина  
14.30 Дорогого добра Концерт к 90-летию Юрия Энтина  
16.15 Горячий лед Фигурное катание. Чемпионат России по прыжкам 2026  
18.00 Вечерние новости с субтитрами Три аккорда 16+  
19.00 Три аккорда 16+  
21.00 Время  
23.00 Большая игра 16+  
0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

- 5.30 ЖЕНА ШТИРЛИЦА  
Фильм 16+  
7.20 В кругу друзей  
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 Телегра  
11.00 Вести  
11.30 Наши. Военкоры  
12.00 Доктор Мясников Медицинская программа 12+  
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 Парад юмора  
17.00 Вести  
17.50 Песни от всей души  
Вечернее шоу Андрея Малахова  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 Предательство Фильм Андрея Медведева 12+  
23.55 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым  
2.35 ЖЕНА ШТИРЛИЦА  
Фильм 16+

- 5.00 УДАЧНЫЙ ОБМЕН  
Комедия 16+  
6.40 Центральное телевидение 16+  
8.00 Сегодня  
8.20 У нас выигрывают! Лотерейное шоу 12+  
10.00 Сегодня  
10.20 Первая передача 16+  
11.00 Чудо техники 12+  
12.00 Дачный ответ  
13.00 Нашпотребнадзор  
14.00 Однажды... 16+  
15.00 Своя игра  
16.00 Сегодня  
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным  
17.00 Скандалы. Интриги. Расследования 16+  
18.00 Новые русские сенсации 16+  
19.00 Итоги недели с Владимиром Чернышевым  
20.20 СХВАТКА  
Боевик 16+  
22.25 Звезды сошли с 16+  
0.00 Основано на реальных событиях 16+  
3.25 УДАЧНЫЙ ОБМЕН  
Комедия 16+

- 6.00 Три кота  
Мультсериял  
6.25 КОМАНДА МОНСТРОВ  
Полнометражный анимационный фильм 12+  
7.55 ПУШИСТОЕ ПРЕВРАЩЕНИЕ  
Полнометражный анимационный фильм 6+  
9.35 КРОЛЕЦЫП И ХОМЯК ТЬМЫ  
Полнометражный анимационный фильм 6+  
11.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА  
Комедия 16+  
13.10 ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ  
Приключенческая комедия 12+  
15.15 НОВАЯ ИГРУШКА  
Комедия 12+  
17.30 ТАКСИ  
Комедийный боевик 16+  
19.15 ТАКСИ-2  
Комедийный боевик 16+  
21.00 ТАКСИ-3  
Комедийный боевик 16+  
22.40 ПЕРЕВОЗЧИК. НАСЛЕДИЕ  
Комедийный боевик 16+  
0.35 ГОРОД ТАЙН  
Криминальный триллер 16+  
2.35 ГОРОД ТАЙН. ИСЧЕЗНУВШАЯ  
Детективный триллер 16+

- 7.00 Однажды в России  
Юмористическая программа 16+  
10.40, 13.20, 15.55 Экстрасенсы. Битва сильнейших  
18.30 Выжить в Стамбуле  
16+  
За приз в 10 миллионов рублей сражаются две команды: звёзды шоу-бизнеса и обычные люди, впервые оказавшиеся за границей. Еженедельные испытания на силу, ловкость и интеллект решают всё: победителей ждёт роскошная вилла, проигравших - лагерь в турецкой глупши. По итогам испытаний один участник покидает проект...  
21.00 Титаны  
16+  
23.00 Шоу Воли  
16+  
Павел Воля - как всегда, на острие. Он не щадит ни тренды, ни гостей, ни самого себя. Ирония, правда, провокации и сарказм - всё, за что мы его любим...  
0.20 Титаны  
16+  
2.15 Женский Стендап  
Юмористическая программа 16+

- 5.45 КОГДА ПОЗОВЁТ СМЕРТЬ  
Детектив 16+  
7.10 ИГРУШКА  
Детектив 12+  
9.00 СПЕШИТЕ ЛЮБИТЬ  
Фильм 12+  
10.55 Полезная программа 6+  
11.30 События  
11.50 Наша смешная жизнь 16+  
12.40 КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА  
Детектив 12+  
14.30 Московская неделя  
15.00 Дорогие товарищи.  
Водочный бунт 16+  
15.50 Настоящий детектив. Плач из могилы 16+  
16.35 Дело союзного значения. Мосгаз 16+  
17.30 МАМЕНЬКИН СЫНОК  
Детектив 12+  
21.15 ЭТИМ ПЫЛЬНЫМ ЛЕТОМ  
Детектив 16+  
Пожилой таксист Макарыч неожиданно становится главным подозреваемым по делу об убийстве политика Ремезова, кандидата на пост мэра их городка...  
0.35 События  
0.50 Петровка, 38 16+  
1.00 ЦВЕТ ЛИПЫ  
Детектив 12+

- 5.00 Маша и Медведь  
Мульти сериал  
5.15 НАШ СПЕЦНАЗ  
Сериал 16+  
9.00 Фирменный рецепт 12+  
9.30 НАШ СПЕЦНАЗ  
Сериал 16+  
10.20 НАШ СПЕЦНАЗ-4  
Сериал 16+  
13.05 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ОХОТНИКИ ЗА РЕЛИКВИЯМИ  
Сериал 16+  
14.05 НАШ СПЕЦНАЗ-4. НЕИСТОВЫЙ  
Сериал 16+  
15.00 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПОТЕРНА  
Сериал 16+  
15.55 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПЕРЕВОРОТ  
Сериал 16+  
16.45 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ЧУЖОЕ ЛИЦО  
Сериал 16+  
17.40 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ЗОЛОТОЙ ПАРАШЮТ  
Сериал 16+  
18.40 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ДВОЙНАЯ ИГРА  
Сериал 16+  
19.35 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ВАЛЬХАЛЛА  
Сериал 16+  
20.25 НАШ СПЕЦНАЗ-4. КООРДИНАТЫ  
Сериал 16+  
21.20 НАШ СПЕЦНАЗ-4. СОРВАТЬ КУШ  
Сериал 16+  
22.15 НАШ СПЕЦНАЗ-4. АТТИЛА  
Сериал 16+  
23.05 ПРИВЕТ ОТ КАТОЮШИ  
Сериал 16+



РОССИЯ К



МАТЧ! МАТЧ ТВ



ТВ З



РЕН ТВ



ЗВЕЗДА

6.30 Мульти фильмы  
7.35, 23.40 ГОД АКТИВНОГО СОЛНЦА  
Фильм  
9.55 Тайны старого чердака  
10.25 Острова  
11.05 ГОСТЬ С КУБАНИ  
Фильм  
12.20 Дом ученых  
12.50 Неизвестные маршруты России  
13.30 Невский ковчег. Теория невозможного  
14.00 Элементы  
14.30 Игра в бисер  
15.10 ПОШЕХОНСКАЯ СТАРИНА  
Фильм  
16.30 Картина мира  
17.20 Театр Валентины Токарской. История одной удивительной судьбы  
19.30, 19.45 Новости культуры  
20.25 ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА  
Фильм  
21.55 Зарядье  
Опера-гала. IV Московский зимний музыкальный фестиваль

6.00 Смешанные единоборства UFC. Александр Волкановски против Диего Лопеса 16+  
8.00, 9.00, 12.05 Новости  
8.05, 12.10, 15.55, 19.30, 22.00, 1.00 Все на Матч! ЧЕМПИОНЫ  
9.05 10 лет в спорте 12+  
13.20 Матч! Парад 6+  
13.55 Баскетбол Единая лига ВТБ ЦСКА - УНИКС (Казань)  
16.30 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ ЦСКА - СКА (Санкт-Петербург)  
19.50 Футбол Чемпионат Италии Кремонезе - Интер  
22.50 Футбол Чемпионат Испании Атлетик - Реал Сосьедад  
2.00 Баскетбол Матч звёзд АСБ. Мужчины 6+

6.00, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30 Мультфильмы с Анфисой Чеховой. Любовное настроение 16+  
11.00 ЛЕСНОЙ РАЗБОЙНИК  
Фильм 12+  
13.15 БИБЛИОТЕКАРИ  
Сериал 16+  
16.15 БИБЛИОТЕКАРИ. САМОИСПОЛНЯЮЩЕЕСЯ ПРОРОЧЕСТВО  
Сериал 16+  
17.15 БИБЛИОТЕКАРИ. СЛЕЗЫ КЛОУНА  
Сериал 16+  
18.15 БИБЛИОТЕКАРИ. ИСПЫТАНИЕ ТРЕУГОЛЬНИКА  
Сериал 16+  
19.00 БИБЛИОТЕКАРИ. ПРОКЛЯТИЕ СИНДИ  
Сериал 16+  
20.00 БИБЛИОТЕКАРИ  
Сериал 16+  
23.00 ПРОКЛЯТИЕ ДУДОЧНИКА  
Фильм 18+  
1.00 ЗНАКИ СУДЬБЫ  
Сериал 16+

5.00, 1.05 Самые шокирующие гипотезы 16+  
6.00 С бодрящим утром!  
16+  
8.30, 12.30, 16.30 Новости 16+  
8.55 Самая народная программа 16+  
9.25 Знаете ли вы, что? 16+  
10.25 Наука и техника 16+  
11.30 Купи-продажай 16+  
12.55 Неизвестная история 16+  
13.55 Легенды и мифы 16+  
15.00 Безумные факты 16+  
16.00 Информационная программа 112 16+  
16.55 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮДИ  
Триллер 16+  
18.45 57 СЕКУНД  
Триллер 16+  
20.40 ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ  
Фантастический боевик 16+  
23.00 Итоговая программа с Петром Марченко 16+  
23.55 Документальный спецпроект 16+

6.30 Предсказания: 2026  
Документальный цикл 16+  
6.50 АРИНА  
Сериал 16+  
11.00 БОЛЬШОЕ НЕБО  
Сериал 16+  
История о непростой жизни и судьбе двух друзей-лётчиков из Сибири. Виктор Чертков - опытный пилот, любимец отряда, но при этом бабник и весельчак, оказывающий знаки внимания всем симпатичным женщинам, кроме собственной жены, которая работает в местной библиотеке. Сергей Ющенко - молодой, интеллигентный, подающий надежды пилот, поступивший в отряд к Виктору. Его сестра, Ксения, собирается поступать в медицинский институт...  
0.20 КОГДА ТЫ МАМА  
Сериал 16+  
3.45 6 кадров  
Скетч-шоу 16+

5.00 Секреты на кухне  
Индeйка 16+  
6.00, 2.00 Пятница News 16+  
6.30 Секреты на кухне  
Красные продукты 16+  
7.00 Умнее всех 12+  
8.20 Такие разные животные  
Львы 16+  
9.00 Запретная Индия  
Керала 16+  
10.00 Как люди живут  
Аргентина 16+  
11.00 Как люди живут  
Куба 16+  
12.20 Погнали!  
На Кубу 16+  
15.50 Погнали!  
На Бали 16+  
18.30 Погнали!  
Во Францию 16+  
20.20 Погнали!  
Во Вьетнам 16+  
22.10 Погнали!  
В Южную Корею. Путь нелегала 16+  
0.10 ВСЕМИРНЫЙ ПОТОП  
Фильм 18+. Великобритания  
На ножах  
Санкт-Петербург. Prim-Grill 16+

5.20 МАРШ-БРОСОК. ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА  
Фильм 16+  
9.00 Новости недели 16+  
9.25 Служу России 12+  
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 Что русскому смешно...  
Специальный репортаж 16+  
18.00 Главное 16+  
19.40 Легенды советского сыска 16+  
23.00 Фетисов  
Ток-шоу 12+  
23.55 УЗНИК ЗАМКА ИФ  
Сериал 12+

## ДОЛИНА ОТПРАВИЛАСЬ НА ОТДЫХ В ЭМИРАТЫ



Простой номер в этом отеле стоит от 80 до 100 тысяч за сутки

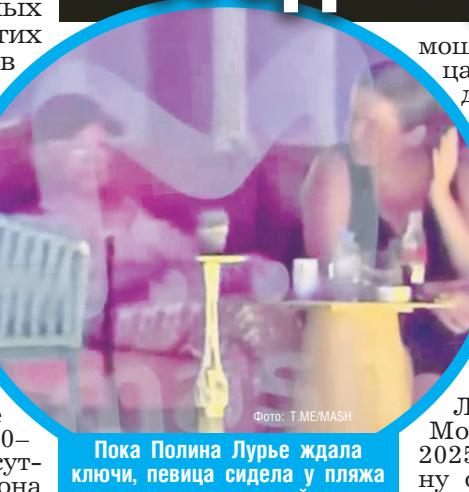


Сейчас Лариса Александровна расслабляется в обществе дочки и внучки



У отеля есть свой причал и элитный спа-комплекс

## ГЛАВНЕЙ ВСЕГО ПОГОДА В ДАБИ...



Пока Полина Лурье ждала ключи, певица сидела у пляжа с кальяном и коктейлями

году должно пройти 27 января в московском баре. А вот состоится ли оно... Дело в том, что на концерт продано всего 18 билетов.

### ВЫСЕЛЕНИЕ

Ну а что касается проданной квартиры, деньги за которую Долина опрометчиво передала

мошенникам, — её певица обещала освободить до 20 января. А сама уехала отдыхать... Поэтому приставы легко могут начать процедуру принудительного выселения, если Долина до этого срока добровольно не передаст ключи добросовестной покупательнице жилья — Полине Лурье. Напомним, Мосгорсуд 25 декабря 2025 года обязал Долину освободить квартиру и передать ключи Лурье. Срок истёк 30 декабря, потом его переносили на 5 и 9 января 2026 года. Передать ключи от жильца пытались доверенное лицо артистки, но у него, по словам адвоката Лурье, не было полномочий на подписание акта приёма-передачи. Поэтому квартиру так и не приняли. Ждём...



Евгений Кунгурев

### ЖИЗНЬ-КОПЕЙКА

ПЕВЕЦ Евгений Кунгурев погиб два года назад, не получив вовремя медпомощь.

Об этом рассказала адвокат по его делу Маргарита Гаврилова. С её слов, Кунгурев был в депрессии, а денег на лечение не было. Врач ему говорил: «Напрягите свои связи, чтобы лечиться бесплатно». И певец не выдержал психологического давления.

— Нет денег на лечение, в итоге нет жизни! — подытожила адвокат.



Хулио Иглесиас

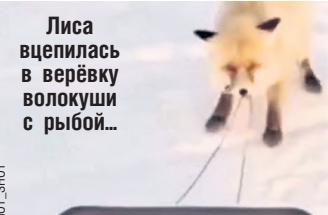
### ХУЛИО ПОШАЛИЛ

ДВЕ БЫВШИЕ работницы певца Хулио Иглесиаса обвинили его в домогательствах.

Инциденты произошли в 2021 году в особняках артиста в Доминикане и на Багамах. Самому Иглесиасу было тогда 77 лет. Одна женщина была его домработницей, а вторая — физиотерапевтом. Иглесиас комментариев по поводу обвинений пока не даёт.

### ПРИКОЛ

**В ПОЛЬШЕ** у матери-алкоголички, которой сделали кесарево, родился «пьяный» младенец — в его крови выявили 1,62 промилле.



Лиса вцепилась в верёвку волокуши с рыбой...



## Ловись, рыбка, и мала, и велика!

### ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

ПОД АСТАНОЙ произошёл интересный случай — почти как в сказке «Лиса и Волк», в которой притворившаяся мёртвой рыжая плутовка украла у старика целый воз рыбьбы.

Дело было так. Патрикеевна незаметно подкралась к людям, ловившим на озере



...и потащила её, напрягая все силы

Рыбаки сняли этот забавный момент на видео. В итоге плутовка всё же была вынуждена отступить. Сани с добычей остались у мужиков, но и лисице, поднявшей им настроение своей непосредственностью, перепало вкусненького — в награду за «волю к победе» она получила пару рыбин и была такова.

## На всех парусах



19-ЛЕТНЯЯ невеста Григория Лепса Аврора Киба похвасталась в соцсетях отдыхом в круизе на роскошной яхте.

Похоже, в это время она была без своего знаменитого жениха. Киба позировала на фоне закатного солнца и моря, а в качестве одежды выбрала закрытый облегающий купальник серебристого цвета.

Невеста Лепса похвасталась отдыхом на яхте

# «МЕДВЕЖЬЯ БОЛЕЗНЬ», ИЛИ КАК ЛЕЧИТЬ ЗАПОР?

Леденящий душу рёв издаёт медведь, который проснулся от спячки. Дикий зверь мечется, не находя себе места. Ведь ему жизненно необходимо избавиться от каловой пробки. Она сформировалась ещё осенью. Ужасные ощущения приводят зверя в ярость. Ведь ему не удается быстро опорожнить кишечник. Поэтому он агрессивный и нервный. И горе тому, кто попадётся разъярённому зверю на пути. Как никто другой его понимают люди, страдающие запором. Болезнь, которая родит нас с медведями, сегодня научились лечить бережным и вполне доступным способом, который может стать для многих настоящим спасением от запоров. Именно об этом и пойдёт речь в этой статье.

Активные движения и природная сила спасают медведя от напасти запора. Но что же делать пожилым людям? Ведь с возрастом активность снижается. Да и мучения запоров могут изводить круглогодично. И переходить в хронические. К сожалению, опасность запора недооценена. Даже в молодом возрасте запор — это не просто заболевание, которое приносит дискомфорт. Запор может довести до летальных последствий: вплоть до выпадения и трещин прямой кишки и разрыва кишечника. Что же ожидать в пожилом возрасте, когда кишечник уже изношен за жизнь? Поэтому к этой проблеме необходимо подходить со всей серьёзностью.

## КАКИЕ ВАРИАНТЫ?

Свечи, клизмы и множество различных медикаментов.

Да, эти способы рабочие, но нельзя их применять на постоянной основе. Ведь, по сути, они «отучают» кишечник работать самостоятельно. А запор прогрессирует и трудно поддается лечению. К тому же Вы можете перестараться, и проблема будет с точностью дооборот. А кому в здравом уме хочется ходить в подгузниках и словно впасть в детство?

Так неудобная болезнь вынуждает всё время быть дома. Не отходя далеко от туалета.

Это страшно, ведь так совсем ещё бодрые пенсионеры превращаются в заключённых в 4 стенах своих квартир. И простая физиологическая потребность становится пыткой.

Помните, единственное по-настоящему натуральное средство от запора — естественная работа организма. Именно её и восстанавливает современный физиотерапевтический аппарат «НАДЕЖДА», с которым мы Вас сегодня познакомим.

## ПОМОЩЬ БЛИЗКО

Уже сегодня Вы можете себе помочь! И сделать это легко и просто. Без боли, мучительных клизм, свечей, без излишней химической нагрузки на Ваш организм.

Аппарат «НАДЕЖДА» разработан специально для людей старшего возраста. Чтобы лечить запор и множество других проблем.

Причём прямо в домашних условиях. Без посторонней помощи, лишних манипуляций и неудобства. А главное, эффект лечения не временный, как от привычных Вам методов. И это прекрасная возможность избежать скальпеля хирурга и опасных осложнений запоров.

Высокоточные импульсы аппарата словно дублируют сигнал Вашего собственного организма. Будто через громкоговоритель. И мозг наконец-то его слышит! Проверьте, Ваш мозг уж точно знает, что делать. Ведь он занимался этой работой всю жизнь. Помогал процессу пищеварения, переваривания пищи и её естественного вывода. И вот уже совсем скоро начнут налаживаться процессы перистальтики. Импульсы аппарата, словно снегоуборочная техника, мягко очищают Ваш кишечник, стимулируя естественный процесс опорожнения. И Вы перестанете быть привязанными к ежедневным мучительным процедурам с клизмами, свечами и прочей химией.

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ,**  
приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!

**УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:**

М. «Пионерская»,  
ул. Малая Филёвская, д. 18

м. «Варшавская»,  
ул. Артековская, д. 1A

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

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

**ЖИЗНЬ**



## СПОКОЙСТВИЕ И КОМФОРТ

Здоровье начинается с кишечника. Ещё бы, ведь кишечник отвечает и за иммунитет. А значит, с правильно выстроенной работой ЖКТ, начнёт налаживаться и вся Ваша жизнь. Давление и головные боли от постоянного натуживания отступят.

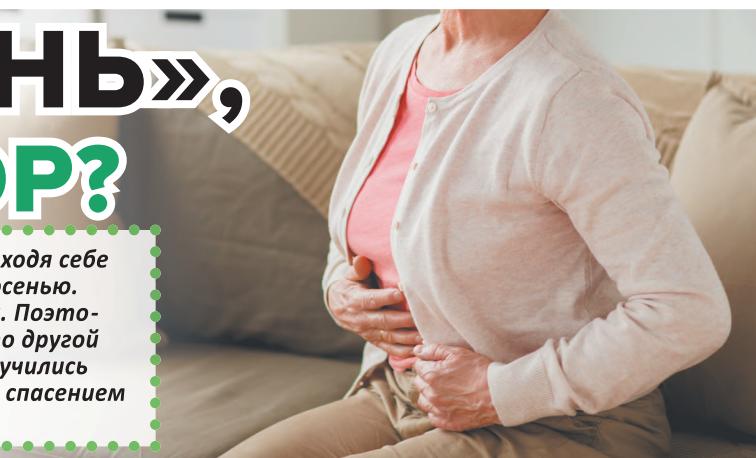
Вы снимите со своего организма токсическую нагрузку. И от отравляющих Ваше здоровье застойных каловых масс на стенах Вашего кишечника. И от скопившихся вредоносных бактерий, которые нарушают микрофлору Вашего кишечника. И разносят токсины по всему Вашему организму.

Тут уже и питание выстроится так, как того советуют профессионалы. А значит, Ваш вес начнёт приходить в норму. И даже можно побаловать себя любимыми блюдами, а не только теми, что помогают лучше сходить в туалет.

А какая лёгкость без лишнего груза в животе! И всё благодаря тому, что «НАДЕЖДА» бережно снимает спазмы Ваших внутренних органов. Это замечательно!

Жизнь выстроится, как по полочкам. Настроение в норме. Сил станет гораздо больше. И двери Вашей квартиры будут гостеприимно открыты для друзей.

**Prodex**



А главное, Вы больше не пленник в своём собственном доме. Это ли не настоящая свобода!

Сегодня Вы можете лечиться прямо у себя дома. Там, где Вам уютно, под присмотром аппарата, разработанного профессионалами. Специально для Вас и решения Вашей деликатной проблемы.

Получите свой шанс на облегчение. Как это произошло с 85,1 % человек ещё на этапе клинических испытаний. То есть, 9 из 10 человек уже почувствовали себя лучше! В число этих счастливцев уже совсем скоро можете попасть, и Вы!

Мы не дикие звери, которые могут погибнуть без помощи от запора. Ведь у нас есть потрясающие современные методы лечения.

И мы можем ими воспользоваться и спасти свою жизнь! «НАДЕЖДА» словно открывает Вам все двери к здоровой жизни. И Вам остаётся только сделать шаг в верном направлении. Освободитесь от мучительных запоров! Подарите себе долгожданное облегчение и крепкое здоровье. Просто позвоните по бесплатной линии 8 (800) 444-89-51 и получите свою «НАДЕЖДУ».

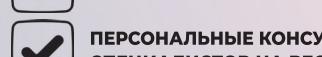
**ОДИН ЗВОНОК = 3 ВЫГОДЫ!\***

**ХВАТИТ ОТКЛАДЫВАТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!**

КАЖДОМУ, КТО ПОЗВОНИТ НАМ ДО 21 ФЕВРАЛЯ 2026 ГОДА, МЫ ПОДАРИМ:



**БЕСПЛАТНУЮ ДОСТАВКУ**



**ПЕРСОНАЛЬНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ОТ НАШИХ СПЕЦИАЛИСТОВ НА ВСЕЙ КУРС ЛЕЧЕНИЯ**



**А ТАКЖЕ МАКСИМАЛЬНУЮ СКИДКУ НА АППАРАТ!**

**НАБЕРИТЕ НОМЕР ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 (800) 444-89-51**

**WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>**

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

|                                                 |             |                                              |             |
|-------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------|-------------|
| УЛЬЯНОВСК                                       | 26 ЯНВАРЯ   | НИЖНЕКАМСК                                   | 29 ЯНВАРЯ   |
| ДК «Руслан», ул. 40-летия Победы, д. 15         | 10.00-11.00 | Аптека «Фармампекс», просп. Химиков, д. 53/1 | 11.00-12.00 |
| ДК ВОС, ул. Гагарина, д. 18                     | 12.00-14.00 | <b>НИЖНИЙ НОВГОРОД</b>                       | 30 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | ДК ГАЗ, ул. Смирнова, д. 12                  | 9.00-11.00  |
| ТВЕРЬ                                           | 27 ЯНВАРЯ   | <b>ЧЕБОКСАРЫ</b>                             | 30 ЯНВАРЯ   |
| ДК «Затверецкий» ул. Академика Туполева, д. 105 | 9.00-11.00  | Аптека «Фармампекс», Московский просп. д. 16 | 9.00-10.30  |
|                                                 |             | ДК Тракторостроителей, Эгерский бул., д. 36  | 11.00-12.00 |
| <b>ЧЕБОКСАРЫ</b>                                | 27 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| Аптека «Фармампекс», Московский просп. д. 16    | 9.00-10.30  |                                              |             |
|                                                 |             |                                              |             |
| ЙОШКАР-ОЛА                                      | 28 ЯНВАРЯ   | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 28 ЯНВАРЯ   |
| Аптека «Фармампекс», ул. Кирова, д. 13          | 9.00-10.00  | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-15.00  |
|                                                 |             |                                              |             |
| Аптека «Фармампекс», ул. Первомайская д. 158    | 11.00-12.00 | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-13.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 28 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| Аптека «Фармампекс», ул. Клары Цеткин, д. 80    | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-13.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| Аптека «Фармампекс», ул. Владимирская, д. 24    | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                       | 29 ЯНВАРЯ   |
|                                                 |             | Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер., д. 3         | 9.00-10.00  |
| <b>САНКТ-ПЕТЕРБУРГ</b>                          | 29 ЯНВАРЯ   |                                              |             |
| ДК «Строитель», ул. Клары Цеткин, д. 80         | 9.00-11.00  | <                                            |             |



Фото: КАДР ВИДЕО ОК.RU

## #ВКУСНАЯ ЖИЗНЬ

## Вареники мечты

ИЗУМИТЕЛЬНОЕ ЛАКОМСТВО С ТРОЙНОЙ НАЧИНКОЙ ДЛЯ СЕМЕЙНЫХ ВЕЧЕРОВ



Приятного аппетита!

А ВЫ ЛЕПИТЕ вареники? Какой ваш любимый рецепт? Может быть, вы тоже добавляете капусту или сало? А может, у вас в семье свои особенные начинки? Пишите нам на почту и в комментариях.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, если вам понравился этот рецепт, ставьте лайк и подпишитесь на нашу страницу в соцсети «Одноклассники»



ХОТИТЕ научиться готовить самые лучшие вареники в вашей жизни! Кулинарный блогер «Одноклассников» Наталья Атаманюк убедит вас, что нет ничего проще.

А главные составляющие этого рецепта – это идеальное тесто и потрясающая тройная начинка с секретом! Такие вареники нельзя купить, потому что они не только вкусные – они с душой.



## Приготовление

## ТЕСТО

Сначала просеиваю муку. После этого замешиваем тесто. В чашу миксера отправляем яйцо, тёплую воду и немного растительного масла. Затем добавляем муку и соль. Готовое тесто кладём в пакет и оставляем на полчаса – пусть отдохнёт. Тогда оно станет ещё лучше, раскатывается легко и не рвётся.

## НАЧИНКА

Начинка будет необыкновенно вкусной – тройной. Для этого отвариваем картошку и разминаем её в пюре. Дальше – кашеная капуста. Её отжимаем от лишней жидкости и мелко нарезаем. И далее тушим на растительном масле 15 минут, пока она не станет мягкой и ароматной.

И третий ингредиент – перекрученное сало с хорошей прослойкой мяса. Я просто перчу его и перемешиваю. Соль не нужна – всё уже сбалансировано. Эти три составляющих создают идеальную начинку: нежность картошки, насыщенный вкус капустки и сочность сала.

## ЛЕПКА

Когда тесто отдохнуло, его можно раскатывать. Вырезаем большие кружочки, чтобы вареники получались крупными. Кладём в них начинку: картошку, капустку и сальце. Залепляем края и делаем красивый бортик.

## ВАРКА И ПОДАЧА

После того как вареники слеплены, отправляем их в кипящую подсоленную воду и варим 3–4 минуты. После этого перекладываем в тарелку и добавляем финальный штрих – золотистый обжаренный лучок на топленом масле... аромат такой, что устоять невозможно!

## Состав

## Для теста:

|                    |         |                 |         |
|--------------------|---------|-----------------|---------|
| Яйцо               | 1 шт    | Картофель       | 400 г   |
| Тёплая вода        | 250 мл  | Кашеная капуста | 500 г   |
| Растительное масло | 1 ст.л. | Сало (грудинка) | 400 г   |
| Мука               | 500 г   | Перец молотый   | 0,5 чл. |
| Соль               | 1 чл.   |                 |         |

## Для начинки:

|                 |         |
|-----------------|---------|
| Картофель       | 400 г   |
| Кашеная капуста | 500 г   |
| Сало (грудинка) | 400 г   |
| Перец молотый   | 0,5 чл. |



Фото: КАДР ВИДЕО ОК.RU

## ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ. МАГИЯ



(495) 663-38-15 доб.3021

Реклама  
Не мед.услугиПОМОЩНИК ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДУШЕ  
МАРИЯ НИКОЛАЕВНА

ТАК ОТЗЫВАЮТСЯ О ЧЕЛОВЕКЕ ФЕНОМЕНЕ, КОТОРАЯ СВОИМ ЗНАХАРСТВОМ ПОМОГАЕТ ОЧИСТИТЬСЯ О ЗЛА, ЛЮБЫХ БЕД И НАПАСТЕЙ. МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВАМ И ВАШИМ БЛИЗКИМ ОБРЕСТИ ЛЮБОВЬ. СИЛУ И БЛАГОПОЛУЧИЕ. СТАРИННЫМИ ОБРЯДАМИ, ЗАГОВОРАМИ И МОЛИТВЕННЫМИ ОТЧИТКАМИ СНЯТЬ ПОРЧУ, ПРОКЛЯТИЕ С РОДОВОГО ДРЕВА. УБРАТЬ С ВАШЕГО ПУТИ ВСЕ НЕВЗГODY И НЕУДАЧИ. ЗАГОВОРИТ ЗАВИСИМОСТЬ К ДУРНЫМ ПРИСТРАСТИЯМ НЕЗАВИСИМО ОТ СРОКА ДАВНОСТИ. ПОСТАВИТ НЕРУШИМУЮ ЗАЩИТУ МЕЖДУ СУПРУГАМИ НА ЛЮБОМ РАССТОЯНИИ. БЕСПЛАТНО!

T.8-920-346-64-07

ТРЕТЬЯКОВА НАТАЛЬЯ  
МИХАЙЛОВНА НАСТОЯЩАЯ  
КОЛДУНЬЯ

ДЕНЕГ НЕ БЕРЕТ.

18 ЛЕТ

БЕЗУПРЕЧНОЙ РАБОТЫ

T.8 985 769 84 60

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Я МНОГО К КОМУ ОБРАЩАЛАСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ ПО РЕКЛАМАМ, НО РЕАЛЬНО МНЕ ПОМОГ ТОЛЬКО МАСТЕР ОТ БОГА ШЕХУРДИН АНДРЕЙ ВАЛЕРЬЕВИЧ, КОТОРЫЙ ВЕРНУЛ МНЕ МУЖА И ИЗБАВИЛ ЕГО ОТ ПЬЯНСТВА. МАМЕ МОЕЙ ПОМОГ ОТ НЕВЕЗЕНИЯ И НЕДУГОВ. НИЗКИЙ ЕМУ ПОКЛОН ОТ ИРИНЫ ПОПОВОЙ! ОСТАВЛЯЮ КОНТАКТЫ ЭТОГО СВЯТОГО ЧЕЛОВЕКА, ТЕЛ/WHATS APP:

8-912-008-08-00

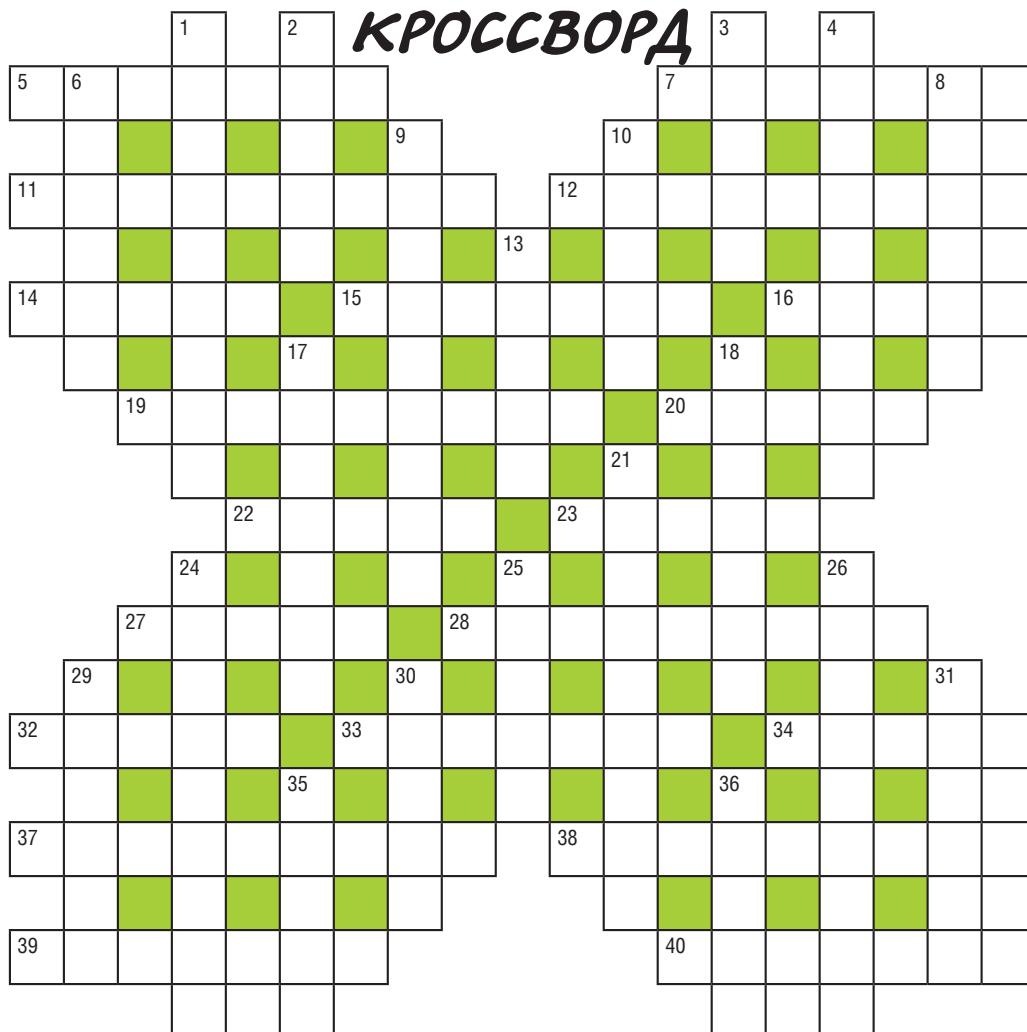
И АДРЕС: 610007, Г. КИРОВ, А/я 611,  
АНДРЕЮ ВАЛЕРЬЕВИЧУ.

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ**

5. Растение для получения марихуаны.
7. Старый воин, обвешанный медалями.
11. Раздел грамматики.
12. Тревога на пустом месте.
14. Прямая трансляция в реальном времени.
15. Название отскочившего футбольного мяча в воротах.
16. Сподвижник князя Пожарского против польских интервентов.
19. Масштабное стихийное бедствие.
20. Составная часть костюма-тройки.
22. Французский курорт на Лазурном берегу.
23. Любимая «конфета» для Бобика.
27. Учреждение, которое большевики называли в числе первых во время захвата.
28. Приехавший с неназванным именем.
32. Вирусное заболевание с воспалением дыхательных путей.
33. Литературный отец комиссара Мегрэ.
34. Кровавый закупорщик сосудов.
37. Тот, кто пил, пьёт и будет пить.
38. Лечебница в военном ведомстве.
39. Белобородый старец из аула.
40. Серная, соляная, азотная.

**ПО ВЕРТИКАЛИ**

1. Карманная коробка-папиресница.
2. Публика, нанятая за деньги.
3. Головной убор десантника.
4. «Держусь я только на ходу, а если стану – упаду» (загадка).
6. Врач-ушник.
8. Стукач-сочинитель без подписи.
9. Старославянская азбука, лёгшая в основу современного русского алфавита.
10. Невнятная речь младенца.
13. Экспресс «Голубая стрела».
17. Бармен-кофевар.
18. Контрольная работа на проверку грамотности.
21. Ручной сверлильный инструмент.
24. Материал, подрывающий репутацию человека.
25. Ваш хранитель с крыльшками, но не прокладка.
26. Золотодобытчик-кустарь.
29. Символ журнала «Плейбой».
30. Пошлиак, для которого нет ничего святого.
31. Оберег, предохраняющий от несчастий.
35. Лидер стаи волков.
36. Грусть, тоска, уныние.

**КРОССВОРД****ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД В № 1****ПО ГОРИЗОНТАЛИ**

3. БОГ
5. БОП
7. ШАРИФ
10. ХАСАН
12. ЖЕНО-НЕНА-ВИСТ-НИК
13. РАНЕТ
14. ТРОИЛ
15. НАЯ
16. МАГ
18. АКР
19. ДИДРО
21. БАКЕН
22. АДРЕС
23. ДУБНА
25. МАТ
28. СЕТ
29. ВАН
32. КАНОЗ
34. ФОБИЯ
36. РУКО-ПРИ-КЛАД-
37. МАРКА
38. СКУКА
39. КАА
40. АРА

**ПО ВЕРТИКАЛИ**

1. КОРОНА
2. «ВОС-ТОК»
3. БАНАН
4. ГИНЕЯ
5. БАСРА
6. ПАНИР
7. ШЕР
8. ФЕТ
9. ПАРАД
10. ХИТ
11. НИЛ
16. МИНИСУ
17. ГРАНТ
19. ДЕД
20. ОДА
24. БЕЛКА
25. МАКАК
26. АНОРАК
27. ТОПКА
29. ВОДКА
30. АБСУРД
31. НИТКА
32. КУМ
33. ЭРА
34. ФАС
35. ЯВА

**ГЛАВНЫЙ МУЖСКОЙ СТРАХ  
ПРОБЛЕМА С ПРОСТАТОЙ**

**Упаковка БЕСПЛАТНО\***  
только в течение 5 дней

**МОЖЕТ БЫТЬ РЕШЕНА!**

Простатит – это болезнь, которая не только отравляет здоровье и интимные отношения мужчины, но и укорачивает жизнь. К 60 годам у половины мужского населения возникает простатит или аденома с болями и нарушением мочеиспускания, и как следствие – проблемами в сексе. Химия, неприятные процедуры – это все не доставляет радости. Да и 70% мужчин к врачам не ходят...

**ЧТО ДЕЛАТЬ?** Использовать разработки лучших мировых производителей!

Израиль, признанный мировой лидер в медицине, особенно в мужских проблемах, уже создал такой продукт – **САЛЮТЕМ ПРО**. Изучая статистику по простатиту и аденоме, ученые из израильской компании Vara Herbs\*\* выяснили, что большинство мужчин не доживают даже до 60 и имеют множество проблем со здоровьем. **И только в пяти регионах мира мужчины не знают проблем с простатой и сексуально активны до 90 лет.** И это страны с далеко не лучшей медициной!

Это регионы, где мужчины принимают не химию, а местные травы и растения, действие которых напрямую направлено на простату, аденому, мочеиспускание и потенцию.

Например, в Северной Америке – это пальма сереноа. Ее активные вещества блокируют фермент, из-за которого предстательная железа увеличивается в размерах. В Японии мужчины используют реманию, которая помогает подавить воспаление простаты. На Шри-Ланке мужчины предпочитают аспарагус. Он способствует нормализации мочеиспускания. В горах Непала собирают корни двудомной крапивы, которая может улучшить отток мочи и снять отек. Ну а в Перу мужской травой называют куркуму за то, что она способна снимать боль.

**Израиль избавил мужчин от страха!**

Специалисты Vara Herbs\*\* объединили экстракты этих пяти растений в одну формулу и создали мощный натуральный продукт для мужчин **САЛЮТЕМ ПРО**, сертифицированный Минздравом Израиля, готовый помочь вернуть мужское здоровье и активную сексуальную жизнь в любом возрасте без ограничений! Соединив новейшие технологии и вековые свойства уникальных растений со всего мира, израильские ученые разъясняют, что мужчины могут избавиться от недомоганий и проблем с мочеиспусканием, простатой и вернуть себе активную интимную жизнь в любом возрасте.

Действие **САЛЮТЕМ ПРО** направлено **НА ПОМОЩЬ:**

- **В ПРОБЛЕМАХ** с простатой и мочеиспусканием;
- **В УСИЛЕНИИ** эрекции;
- **В ПОВЫШЕНИИ** сексуального желания.

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ**  
**«Мужское здоровье»**

**ЗВОНИТЕ БЕСПЛАТНО:**

**8-800-100-55-60**

ПОЛУЧИТЕ ПРЕИМУЩЕСТВА:

- бесплатная анонимная консультация специалиста;
- одна упаковка бесплатно\*;
- доставка день в день.

**Код подарка\* «Салютем-сила»**

**ВНИМАНИЕ!** Из-за высокого спроса и ограниченной партии можно заказать только 4 упаковки в одни руки!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# ГЛАВНАЯ ДАЧНИЦА СТРАНЫ ОТДЫХАЕТ В ТАИЛАНДЕ

**ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА**

**ВЕДУЩАЯ** нашей постоянной рубрики «Садовая жизнь» Октябрин Ганичкина ежегодно в конце декабря отправляется в Таиланд на отдых. Вот и в этот раз главная дачница страны не стала отказывать себе в удовольствии укрепить здоровье и позагорать на тайских пляжах. О своём отдыхе она рассказала нам, ответив на несколько вопросов.

— Сколько длился перелёт?

— Десять часов. Летела отлично! Ночь не спала, но почему-то даже не устала. Натура у меня крепкая. Я прям как космонавт, хорошо переношу полёты.

— Вас узнали в самолёте?

— Женщина, которая рядом со мной сидела, оказалась огородницей, и, конечно, без вопросов не обошлось. Потом подписывала автографы на своих пакетиках с семенами — меня многие узнают, даже в самолёте. А по прилете захожу в лифт, а там два молодых человека стоят, и они: «Октябрин?» А я говорю: «А почему я не должна тут быть?» Они, видимо, думают, что я должна на грядках сидеть. Прямо все удивляются. Спрашивают: «А вы который раз в Таиланде, Октябрин?» Отвечаю: «В третий раз».

— В каком городе вы отдыхаете?

— В Паттайе. Это не отель, а квартира-студия со всеми удобствами на 21-м этаже. Правда, стиральной машины нет. Но есть чайник, хорошая плита, на которой варю супы. Сегодня вот суп сварила, а ещё очень люблю креветки.

— Куда-то уже ездили?

— Рыбу поесть на рынок на тук-тuke. Это такой открытый грузовик, внутрь забираешься и едешь. Мы там заказывали жареную рыбку, белая такая, большая, похожа на леща. Не знаю, как называется, но очень вкусно.

## ПОПУЛЯРНОСТЬ

— На пляже вас тоже узнали?

— Буквально все. Я даже удивилась такой популярности. Думала, тут в Таиланде никто меня не знает. А тут туристы из Сахалина, Магадана! Меня икрой красной угощали и вяленой рыбой. А одна пара подарила мне кольцо за 100 долларов, с камнем. А ещё семья немцев была. Я захожу, а они все рукой машут. Оказалось, они там живут и нашу передачу смотрят. Распорядок у меня такой: встаю, душ принимаю, завтракаю. Я с собой овсянки 2 кг взяла, кашу варю. Утром каша и яйца, омлет или бутерброд с малосольной рыбкой, чаечек-

Телеведущая наслаждалась жарким солнцем и теплыми волнами Сиамского залива



Фото: из личного архива Октябрин Ганичкиной

## ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ФОТОРЕПОРТАЖ



Фото из личного архива Октябрин Ганичкиной

В поездку Октябрин взяла привычные продукты, чтобы не менять рацион

# НАДЕВАЛА КОФТОЧКУ С ЮБОЧКОЙ — ВСЁ ВЕЛИКО!

**Октябрин Ганичкина похудела на отдыхе в Паттайе, завтракая овсянкой и малосольной рыбой**

ка кофе — и все, побежала на пляж. Больше четырёх часов там не выдерживала: два часа купаюсь, два под зонтиком загораю. В три часа дня уже бегу обратно в комнату. Ужинаю очень рано и до утра ничего не ем. Поэтому я похудела, стройная такая. Одевала сегодня кофточку, юбочку — всё велико. Тело загорелое, стройное, красивое. На съёмках теперь буду красавицей.

— Самый необычный фрукт, который попробовали?

— Ой, как же он называется... Внутри мягкое, кругленькое, разрезаешь, а там содержимое такое, ложечкой едят... Мангустины.

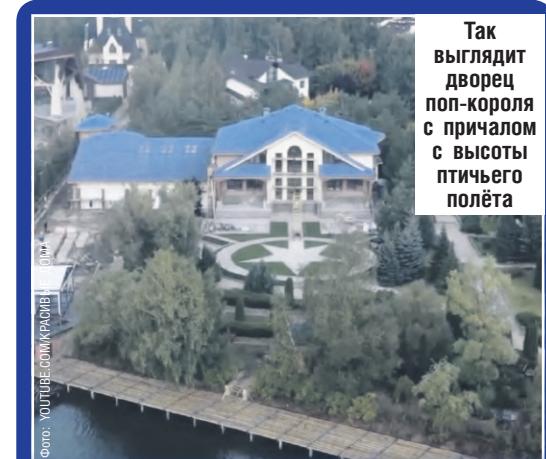
— По домашней еде не скучаете?

— Скучу, конечно, особенно по картошке! А тут недавно привезли картошечку, я как увидела

ла — чуть с ума не сошла! Сразу два килограмма купила и луку репчатого. И по мясу скучаю. Тут в основном рыба, морепродукты, курица. А вот котлет и нашей докторской колбаски нет. Думаю, вот бы докторской колбаски да малосольный огурчик — сразу бы родину вспомнила.

— Как вы Новый год отметили?

— Ой, знаете, а в Новый год я отравилась креветками и сидела дома. Лежала с температурой, плохо было. Но настроение всё равно хорошее было, потому что мне человек 40 по смс поздравления прислали. Я, кстати, перед отъездом книжечку написала, страниц на 200. Небольшую, про сад и огород, советы. Я там не только агротехнику даю, но и состав растений, и их применение в народной медицине. Писала от души, рукой. Думаю, будет очень популярна.



Так выглядит дворец поп-короля с причалом с высоты птичьего полёта

# Раскулачили короля

**У КИРКОРОВА ОТБЕРУТ ПИРС НА МОСКВЕ-РЕКЕ И СДЕЛАЮТ ЕГО ОБЩЕСТВЕННЫМ**

**ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ**

**58-ЛЕТНЕГО** певца Филиппа Киркорова лишили «эксклюзивности» построенной им пристани в подмосковном Красногорске.

Как пишут в прессе, береговую полосу Москвы-реки Киркоров приобрёл в 2014 году, оформил ипотеку на 20 лет. А в 2021 году соорудил причал размером 235 на 82 метра возле своего особняка, оградив стройку забором и отрезав местных жителей от береговой полосы. При этом он не получил разрешения на землю и строительство, не ввёл объект в эксплуатацию и не поставил его на кадастровый учёт. Плюс ко всему в договоре неверно указали акваторию — Волга вместо Москвы-реки.

## РЕШЕНИЕ

Народ писал жалобы, и они не остались без рассмотрения. Министерство экологии Московской области приняло решение снести забор и дать доступ людям к роскошной пристани возле особняка Киркорова в Красногорске, поскольку её соорудили с нарушениями.

Киркорову придётся разделить берег Москвы-реки с народом



Фото: ТАСС / УРАИ / Илья Москвич



# #САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ  
ГАНИЧКИНОЙ



## ГДЕ ЛУЧШЕ ПОСАДИТЬ

ВЫБЕРИТЕ для посадки не самое солнечное, а самое рано оттаивающее место на вашем участке. Лучше всего подойдет южная сторона дома, забора или склона, где снег сходит первым. Почва здесь прогреется на несколько дней раньше. Если вы выбрали ранний сорт, такой как Омега, то его вегетация начнется мгновенно, как только сойдет снег. Вы получите самые первые, долгожданные ягоды во всем саду. Не бойтесь, что куст пострадает от возвратных заморозков — цветки жимолости выдерживают до -7°C.

## КАК ЛУЧШЕ ОПЫЛЯТЬ

ВСЕ ЗНАЮТ, что жимолости нужен опылитель. Но один — это минимум. Для «Омеги» (которая является отличным опылителем для других сортов) создайте настоящий «гарем». Вместо одного сорта-опылителя (например, «Синей птицы» или «Ленинградского великаны») посадите рядом два или три разных сорта с одинаковым сроком цветения. Перекрестное опыление между несколькими сортами резко увеличивает процент завязывания ягод, их размер и, по некоторым наблюдениям, даже сахаристость. Урожай с куста может вырасти на 30-50%.

# СЕКРЕТЫ ЖИМОЛОСТИ

Жимолость — это прекрасное морозостойкое растение, которое идеально чувствует себя в России

ДОРОГИЕ садоводы и огородники! В последнее время мне часто присылают вопросы о том, как выращивать жимолость и какой сорт выбрать.

### ЛЮБИМЫЕ СОРТА

ОМЕГА,  
ЗИМОРОДОК,  
СИБИРЯЧКА,  
ЛЕНИНГРАДСКИЙ  
ВЕЛИКАН

Фото: BR.PINTEREST.COM



Фото: SEMENA-SAZHENOK.RU

## ЧЕМ ЛУЧШЕ ПОДКАРМЛИВАТЬ

ДЛЯ НАЛИВА крупных и сладких ягод дайте кусту не только корневую, но и внекорневую подкормку в момент завязывания плодов. Я рекомендую йодную или дрожжевую подкормку. Вот несколько рецептов:

**Рецепт 1 (ЙОДНАЯ):** 5-7 капель аптечного йода на 10 литров воды. Опрыскивание усиливает иммунитет и улучшает обмен веществ.

**Рецепт 2 (ДРОЖЖЕВАЯ):** 100 г живых пекарских дрожжей развести в 10 л тёплой воды, дать побродить 1-2 часа, процедить и опрыскать. Это источник натуральных витаминов и стимуляторов роста.

**ВАЖНО:** Проводите такие опрыскивания вечером, в пасмурную, но не дождливую погоду, до или после цветения.

## Питомник растений Солнечный

### Уважаемые садоводы, дорогие коллеги! Друзья!

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

#### Яблоня КОЛОНОВИДНАЯ Васюган



800 р.

очень зимостойкий сорт до -45 С, идеальный для холодных регионов, Сибирь и Урал. Но и в южных регионах чувствует себя отлично. Дерево до 2,5 м. Плоды 250 г. Мякоть сочная, кремового оттенка, ароматная, кисло-сладкий десертного вкуса. Начинает плодоносить со 2-го года. Частично самоплодный сорт для лучшего урожая рекомендуется посадить рядом другой сорт-опылитель, например, Президент или Медок.

Смородина Роза Чайр



550 р.

Кусты среднерослые, прямостоячие слабораскидистые, сплошь увешанные приглядами крупных ягод. Ягоды округлые 2,5 г, одномерные, красивого розового окраса. Имеют отличный вкус: сладкий, десертный, освежающий, Морозоустойчивый и неприхотливый сорт.

#### Абрикос Принц Март КОЛОНОВИДНЫЙ



800 р.

Дерево до 2 м, с компактной кроной. Плоды 60 г., имеют ярко-оранжевый цвет и кисло-сладкий вкус. Сорт отличается высокой урожайностью, самоплодностью и хорошей морозостойкостью - 40. Скороплодный (плодоносит со 2 лета). Мякоть ярко-желтого цвета очень сочная, сладкая, с медовым привкусом, пикантной кислинкой, характерным ароматом и легко отделяющейся косточкой.

Черешня Меркант



800 р.

Ягоды 14 г., очень вкусные, темно-красные, хорошо хранятся и транспортируются. Дерево до 3 м. Сорт скороплодный (плодоносит со 2 лета), высокоурожайный, устойчивый к болезням и морозам -38. Самобесплодный и требует опылителя — лучшие опылители сорт Ипут.

#### Шарафуга Моруснигра



900 р.

Дерево до 3 м, начинает плодоносить на 2 год. Зимостойкость -38 С. Самоплодный гибрид сливы, нектарина и абрикоса, сочетающий в себе самые лучшие качества родителей. Плоды 110 г. Кожица фиолетовая, глянцевая. Мякоть ярко-красная, мясистая, очень сладкая даже в недозрелом состоянии. По вкусу напоминает одновременно абрикос и сливи.

Земляника Зенга — Зенгана



600 р.

Эталон среди клубники, поскольку культура неприхотлива и обладает хорошей урожайностью 5 кг. Возможность выращивать в любом грунте, способна обильно плодоносить даже при малом количестве света. Крупные 40 г, темно-вишневые ягоды с плотной мякотью, сочетают в себе вкус клубники и тонкую ананасную кислинку.

#### Жимолость Омега



600 р.

Куст до 1,5-2 м. Плоды крупные 2 г., овально-удлиненной формы, темно-синего цвета с восковым налетом, с приятным кисло-сладким десертным вкусом и нежным ароматом. Урожайность 2 кг с куста. Сорт самобесплодный, требует опылителей, например Амфора, Морена, Нимфа. Отличается высокой зимостойкостью -40 и иммунитетом к болезням. Имеют низкую осыпаемость и хорошую транспортабельность.

### Заказ можно оформить:

1. ПО ТЕЛЕФОНАМ:  
8-800-600-53-24 (звонок бесплатный)  
8-905-393-21-11

2. ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ МАГАЗИН:  
[www.solar34.ru](http://www.solar34.ru)

3. ОТПРАВИТЬ ПИСЬМО ПО ПОЧТЕ  
НА АДРЕС:  
индекс 404011 Волгоградская область,  
Дубовский район, с. Пичуга, ул.  
Московская, 59.

ВСЮ НЕОБХОДИМУЮ ИНФОРМАЦИЮ И  
ПОЛНЫЙ КАТАЛОГ РАСТЕНИЙ ВЫ МОЖЕТЕ  
НАЙТИ НА НАШЕМ САЙТЕ  
[WWW.SOLAR34.RU](http://WWW.SOLAR34.RU). МИНИМАЛЬНАЯ  
СУММА ЗАКАЗА 2.000 Т.Р.

Так же можно заказать **БЕСПЛАТНЫЙ**  
каталог растений **ВЕСНА 2026** по тел-  
фону или написать письмо с просьбой  
выслать каталог.

Отправка заказов с саженцами производится в  
весенний посадочный сезон (с марта по май 2026 г.)

ИП Иноземцев А.А.  
ОГРН 323344300046430. РЕКЛАМА



## НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ, ПРОБЛЕМЫ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ

**Проблемы почек и мочеполовой системы у МУЖЧИН И ЖЕНЩИН.  
Как сохранить здоровье?**

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

**СКИДКА  
70%\*\***

**УРОКАРИН**  
МОЧЕПОЛОВАЯ СИСТЕМА

При первичном воспалении  
При инфекционных заболеваниях  
При инфекционных генитальных болезнях  
При инфекционных воспалительных процессах  
При нарушении функций половых органов

УРОКАРИН

УРОКАРИН