

ЖИЗНЬ

16+

САДОВАЯ ЖИЗНЬ

с Октябриной Ганичкиной

РАСТИМ КАПУСТУ ПРАВИЛЬНО! | Стр. 22

18 - 24 марта 2026 № 10

ТЕЛЕ программа

23 ПО 29 МАРТА



Рассуди меня с собой...



СКАНДАЛ | Стр. 2

ЧИНОВНИК ТРЕБУЕТ ОТ АЛЛЫ ПУГАЧЕВОЙ 5 МЛН ЗА ТО, ЧТО ТА НАЗВАЛА ЕГО «СТУКАЧОМ»

НЕ ЩАДЯ ЖИВОТА



ТОП-ИСТОРИЯ

Стр. 9

Звезда «Ворониных» Дужников похудел на 60 КГ после резекции желудка

БУЛАНОВОЙ ПОМОГ ВЕРНУТЬ СЛАВУ ВОЛШЕБНЫЙ АМУЛЕТ

Стр. 18



АСКОЛЬДУ ЗАПАШНОМУ ВЫБИЛИ ЗУБЫ ЦЕНОЙ В 150 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ

Стр. 18

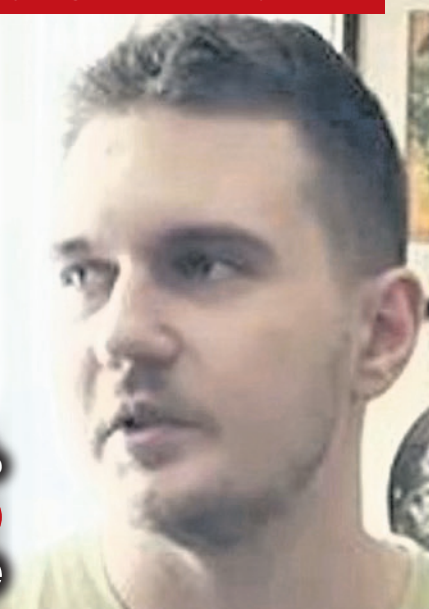


«ОТРАВИТЕЛЬ ИЗ БАЛАШИХИ» ПИШЕТ БЛИЗКИМ СЛЕЗНЫЕ ПИСЬМА

ЗМЕЯ НА ГРУДИ

Мать психопата, который пытался убить ее ради квартиры, простила сына и попросила писать ей из тюрьмы чаще

Стр. 4-5



Жизнь агентов по сбору долгов

ИСПОВЕДЬ КОЛЛЕКТОРА | Стр. 18



4 607005 010025

26010



Бари Алибасов

Папа может!

БАРИ Алибасов в свои 78 лет счастлив в браке с Еленой Калининой, которая младше его на 20 лет.

Об этом рассказал его сын.

— Никаких ссор. Наконец-то папа счастлив вместе с любимой, — отметил Алибасов-младший.

Напомним, супруги вступили в брак два года назад. Свадьба была скромной.



Рианна

Пуля и дура

35-ЛЕТНЯЯ фанатка Рианны обстреляла особняк певицы и около Лос-Анджелесе.

Женщина приехала к дому 38-летней певицы и около 10 раз выстрелила по нему из винтовки. Пули пробили стену, но звезда не пострадала. Стрелявшую задержали копы, ей оказалась отморозенная фанатка знаменитости.

ПРИКОЛ

В ПОДМОСКОВЬЕ мужчина укусил судью, не согласившись с тем, что экс-супруге при разделе имущества досталась его машина.

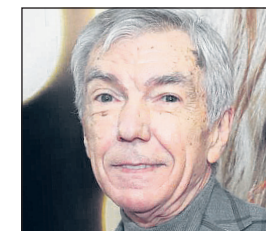
ГРОМКИЙ СКАНДАЛ С ПРИМАДОННОЙ

**Общественник
Виталий Бородин
требует от Аллы
Пугачевой
5 млн за то, что
она назвала его
«стукачом» и
«доносчиком»**



Политик также требовал лишить примадонну звания народной артистки

Фото: АЛЕКСЕЙ БЕЛКИН/ТАСС



Юрий Николаев

Вот так номер

РЕДКИЕ автомобильные номера серии АМР, принадлежавшие Юрию Николаеву, могут продать за 50 млн рублей.

Об этом рассказали представители покойного народного артиста. До 2006 года номера принадлежали ЦАБ МВД, а потом их переоформили на компанию Николаева. А позже они перешли в личное владение Николаева.

РАССУДИ МЕНЯ С СОБОЙ

76-ЛЕТНЕЙ Алле Пугачевой нежданно-негаданно прилетел иск на 5 миллионов рублей. На примадонну подал в суд глава Федерального проекта по безопасности и борьбе с коррупцией Виталий Бородин.

Он считает, что Алла Борисовна задела его честь, достоинство и деловую репутацию, назвав «стукачом» и «доносчиком». Эти обидные слова в адрес Бородина народная артистка произнесла в интервью журнальнице-иноагенту Екатерине Гордеевой*.

— Алла Борисовна давала интервью иностранному агенту. И оскорбила. Не только меня, но и всю страну, — заявил Бородин у дверей Пресненско-

АНДРЕЙ ДЕДОВ
го районного суда. — Я пришел сюда отстаивать не только свои интересы, но и интересы наших граждан. То, что она говорила... поддерживала киевский террористический режим... Дудаева там она поддерживала... Мы считаем, что для народной артистки России такие вещи неприемлемы. Наша страна сделала из нее Пугачеву, а она в трудное для страны время поддерживает не нашу страну. И соответственно, наш иск — в чем он заключается? Она в интервью каким-то образом вспомнила мою фамилию... Она обозвала меня «доносчиком». Что значит «доносчик»? Мы ни от кого не прячемся, ни от кого не бегаем, в Израиле не живем. Не имеем по два-три гражданства. Наши дети здесь, семьи

здесь. Ездим на СВО, оказываем помощь... А Пугачеву там никто не видел никогда. Помощи никакой она не оказывает. А мы все здесь! А у нее муж — то в Израиле, то еще где-то... Наша миссия здесь самая простая: Алла Борисовна должна понести хоть какую-то ответственность. Сколько было исков помимо нашего? Многие мои коллеги подавали на нее иски — все отклонили. А наш — приняли. Еще раз повторю: Пугачева должна понести ответственность за свои слова.

ПОКУШЕНИЕ

Впрочем, оскорбления — это всего лишь цветочки. Ровно год назад Бородин уверял, что Пугачева наняла киллеров, чтобы его убить. Тогда общественник обратился с документом к генерал-майору юстиции Ан-

дрею Стрижову, в котором рассказал, что опасается за свою жизнь. Он узнал, что на него готовилось покушение, заказчиком которого якобы могла выступить Алла Борисовна. И мотив якобы присутствовал: Бородин просил лишить Пугачеву званий, госнаград, признать иноагентом и привлечь к уголовной ответственности за ее высказывания. После этого певица, по мнению Бородина, и решила на кровавую месть.

Впрочем, тогда все кончилось ничем — уголовное дело на Пугачеву никто возбуждать не стал. Но теперь ситуация иная: иск был действительно принят судом, и даже состоялись первые слушания, куда приехали и представители самой Аллы Борисовны, чтобы защищать ее интересы.



Виктория Берникова

Попал под каблук

ЭКС-ЗВЕЗДА «Дома-2» Виктория Берникова избилась туфлей столичного обувщика.

34-летняя знаменитость заказала обувь и аксессуары на 400 тыс., но часть заказанного оказалась, по ее мнению, бракованной. Мастер деньги за брак не вернул и получил туфлей прямо по голове.

ПРИКОЛ

УЧЕНЬЕ из США пришли к выводу, что алкогольная зависимость на 54 процента чаще проявляется у людей со светлыми глазами.

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

ТЕЛЕФОНЫ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВ

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

СЕКРЕТНАЯ РАЗРАБОТКА ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ СССР!

Восстановление суставов и избавление от боли



Игнат Валентинович Попов

Мы, люди рожденные в СССР, с гордостью вспоминаем наших спортсменов, побеждавших на всех соревнованиях. Но плата за золото была высокой: к тридцати годам чемпионы рисковали стать инвалидами из-за проблем с коленями и позвоночником, но сборную спасала уникальная разработка советских ученых. Спортсмены словно исцелялись и продолжали побеждать. Подробнее об этом рассказал специалист в области здоровья суставов Игнат Попов.

— Игнат Валентинович, что такого сконструировали советские ученые, что ставило на ноги спортсменов?

— Это был уникальный комплекс, действовавший на опорно-двигательный аппарат по четырем направлениям: убирал боль, снимал воспаление, восстанавливал хрящ и укреплял связки. Подвижность возвращалась за пару недель, а через месяц спортсмен уже тренировался в полную силу. Прибор эффективно справлялся с артрозом, артритом, остеохондрозом, грыжами и травмами — реально ставил ребят на ноги.

— А почему такого чудо-аппарата не было в поликлиниках?

— Потому что технологию сразу засекретили, чтобы не ушла на Запад. Наши спортсмены восстанавливались в пять раз быстрее американцев — колоссальное преимущество! Доступ к аппарату имели только сборная и партийная элита. И лишь после распада Союза с разработки сняли гриф секретности.

— И что, теперь такой прибор доступен каждому, у кого болят спина, шея, колени или тазобедренные суставы?

— Да. Это медицинский аппарат «ФизиоТон» — усовершенствованная версия советской технологии. Он одобрен Росздравнадзором, входит в ТОП-100 лучших товаров России и отмечен двумя золотыми знаками качества. При этом пользоваться им очень просто — достаточно нажать кнопку и следовать инструкции. Всё интуитивно понятно даже тем, кто далёк от техники. Лечиться можно дома, в удобное время, совмещая процедуры с просмотром телевизора или чтением.

— Вы сказали, что аппарат воздействует на суставы сразу по нескольким направлениям?

— Абсолютно верно. Уникальность «ФизиоТона» в том, что у него четыре мощных лечебных режима, работающих, как слаженная команда. Благодаря этому он устраняет саму причину боли.

Первый режим — электроимпульсная терапия. Глубоко проникая в ткани, будит нервные окончания, снимает мышечные зажимы. Боль уходит, движения становятся легче.

Второй — магнитное поле. Активирует сосуды, улучшает кровообращение, вымывает соли и шлаки. Клетки получают питание, запуская восстановление хрящей изнутри.

Третий режим — красное монохромное излучение. Работает на клеточном уровне: запускает выработку коллагена, восстанавливает истонченные ткани и обновляет внутрисуставную жидкость для свободного движения.

Четвертый — низкочастотная вибрация. Это глубокий целебный массаж: он дренирует ткани, завершая очищение, усиливает лимфоток и закрепляет результат. Ни артрит, ни артроз, ни остеохондроз, ни радикулит, ни протрузии, ни даже межпозвоночные грыжи не приговор. «ФизиоТон» эффективно справляется с этими заболеваниями, полностью восстанавливая здоровье суставов и позвоночника. Применение «ФизиоТона» по 5-7 минут в день на протяжении 12 дней способствует устранению боли, возвращению подвижности и избавлению от заболеваний опорно-двигательного аппарата. Встать уверенно на ноги и иметь легкую походку реально!

— То есть «ФизиоТон» действительно лечит, а не просто обезболивает или разминает?

— Именно лечит! Он восстанавливает хрящевой матрикс — каркас сустава, помогая устранять причину болезни: воспаление, отек, разрушение хряща, недостаток смазки. А раз причины нет, то нет и симптомов: боли, хруста, скованности, ограничения подвижности. И всё, что остается сделать человеку — просто нажать кнопку. В общем, имея дома «ФизиоТон», можно получить шанс на возвращение себе подвижности, а с ней и уверенности в завтрашнем дне.

— Избавляться от болезней никогда, наверное, не было так просто...

— Да, согласен. Тем более, что до 15 апреля 2026 года можно получить «ФизиоТон» по минимальной цене от производителя. Для этого позвоните по телефону 8-800-300-77-70 и сообщите номер специального предложения 5495. При обращении специалисты помогут вам и ответят на все интересующие вопросы о медицинском приборе «ФизиоТон».



Медицинский прибор



— Меня ревматизм совсем измучил. Боли, ломота, ни сесть — ни встать. Внук принес «ФизиоТон». Я вообще-то с техникой не очень, но решила попробовать.

- И как впечатление?

— Как говорит внук — «Супер!». Где-то через две недели заметила, что колени не хрустят и не болят, с дивана встаю легко. Чувствую, что суставы стали эластичными. Даже тросточку свою в кладовку убрала.

- Посоветуете другим?

— Конечно! Зачем таблетки глотать, если можно без них на ноги встать и пойти?

Лора Ильинична, 68 лет



— Мне грыжа межпозвоночная жить не давала — боли такие, хоть на стену лезь. В очереди на операцию стоял. А тут «ФизиоТон» купил по рекомендации соседа. Подумал: «Точно поможет!».

- И как? Помог прибор?

— Через две недели уже спал без обезболивающих.

Сейчас чувствую себя здоровым человеком. Хожу гулять с внуками, походка легкая и свободная. Боль ушла. Живу без ограничений!

- Что врач говорит?

— Руками разводит, но операцию отменил.

Макар Андреевич, 62 года



— Покупала «ФизиоТон» для 83-летней мамы. Она давно страдает от артрита и остеохондроза. Боли в воспаленных суставах почти не утихали. Она даже на улицу не выходила. Таблетки пила горстями. Мы думали, как облегчить ей жизнь.

После двух недель лечения «ФизиоТон» маме стало заметно полегче: суставы перестали хрустеть и болеть, ходить по квартире начала. А через четыре недели, она уже обслуживает себя сама.

Нина Г., г. Псков

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Террористы боялись смотреть в глаза родственникам жертв в зале суда

ГНИТЬ ВЕЧНО

Суд приговорил к пожизненному заключению 15 террористов, устроивших бойню в «Крокусе»

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

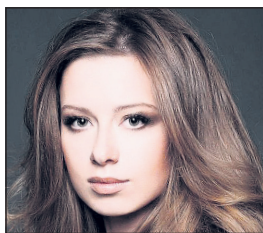
СУДЕБНАЯ коллегия Второго Западного окружного военного суда на выездном заседании в Мосгорсуде приговорила к высшей мере наказания 15 исполнителей и пособников теракта в концертном зале «Крокус Сити Холл» 22 марта 2024 года, в результате которого погибли 150 человек.

Всего по делу о теракте проходили 19 человек. Непосредственные исполнители сидели отдельно от 15 своих подельников, которые отправляли им деньги и помогали с оружием. На заседании присутствовали и семьи пострадавших. Некоторые в зале плакали... Ведь даже спустя год после трагедии «Крокус» продолжал собирать свою кровавую жатву. На заседании адвокат рассказал, что один из пострадавших – журналист Дмитрий Сараев – в сентябре прошлого года свел счеты с жизнью. Во время теракта он стоял в очереди на билетном контроле и получил пулевое ранение в спину. Мужчину прооперировали, он долго лечился, но психологически так и не смог оправиться от травмы.

ПРИГОВОР

Суд приговорил к пожизненному заключению четверых непосредственных исполнителей теракта – Далерджона Мирзоева*, Саидакрами Рачабализода*, Шамсидина Фаридуни* и Мухаммадсобира Файзова*. Еще 11 получили «вышку» как пособники. Первое время – от 10 до 18 лет – преступникам предстоит провести в тюрьме, после чего их этапируют в спецколонию особого режима. Кроме того, каждому предстоит выплатить крупный штраф. Еще четверым подсудимым суд назначил лишение свободы на срок от 19 до 22 лет.

* – Внесены в перечень террористов и экстремистов Росфинмониторинга

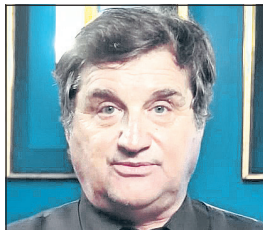


Юлия Савичева

Между нами, девочками

ЮЛИЯ Савичева впервые высказалась о конфликте с Полиной Гагариной, который длится более 20 лет. Все началось на «Фабрике звезд-2», где участвовали обе певицы. Но Савичева вовремя подсуетилась – подписала контракт с Фадеевым и попала на «Евровидение».

– Конечно, Гагарина меня ненавидела за это, – заявила Савичева.



Отар Кушанашвили

Блок мозга

ТЕЛЕВЕДУЩИЙ Отар Кушанашвили заявил, что для будущего нашей страны нет ничего более опасного, чем блогеры.

– Это страшнее, чем атомное оружие. Эти люди разрушат страну, потому что они не могут ни одну мысль довести до логического завершения... Я вижу только необразованных, плохо выглядящих, каких-то чмошных, склизких, – считает Кушанашвили.

ПРИКОЛ

В БЕЛАРУСИ продают деревню с названием **Веселуха**, в которой три больших дома с подвоями, всего за **\$9,900 (750 000 рублей)**.

ШОК-ИСТОРИЯ! СЕРИЙНЫЙ ОТРАВИТЕЛЬ

КАК ПРОСТИТЬ человека, который целенаправленно и планомерно пытался тебя убить? Человека, который улыбался тебе в лицо, обнимал, говорил теплые слова, а за твоей спиной подсыпал тебе в еду смертельный яд? И всё это для того, чтобы завладеть твоей квартирой!

Кажется, что такое ни понять, ни простить нельзя. Но материнское сердце порой способно на невозможные вещи...

Пример тому – история с Артемом Миссьюрой, который прославился на всю страну как «отравитель из Балашихи».

Молодой человек с помощью яда убил двоих близких людей и пытался погубить родную мать вместе с отчимом. Но даже после этого женщина продолжает любить своего сына. На днях Артем из СИЗО поздравил маму с 8 Марта. В ответ женщина попросила его писать чаще и пожаловалась, что сама отвечать не сможет: муж запретил ей общаться с сыном-убийцей.

А ведь именно мать и отчим вычислили его и сдали полиции. И не сделай они этого – давно были бы тоже мертвы, а сын-психопат вольготно жил бы на освободившейся жилплощади и продолжал травить близких и друзей...

РЕЗОНАНС

Имя Артема Миссьюры впервые прогремело в прессе два года назад. Молодого человека задержали по подозрению в серии убийств и покушений. На протяжении нескольких лет он в буквальном смысле

АРТЕМ КОНЕВ

ле отравлял жизнь всем окружающим – родным, друзьям и даже собственной девушке.

Близкие Артема Миссьюры постоянно болели и попадали в больницу с тяжелейшими симптомами интоксикации. Каждый раз – разными. Например, девушка Миссьюры в январе 2024 года угодила в реанимацию после того, как любимый угостил ее коктейлем собственного приготовления. Уже дома она потеряла сознание – родные едва успели вызвать «скорую». Кристина провела в коме неделю, и только чудом ее удалось спасти.

Даже после этого она не могла поверить,

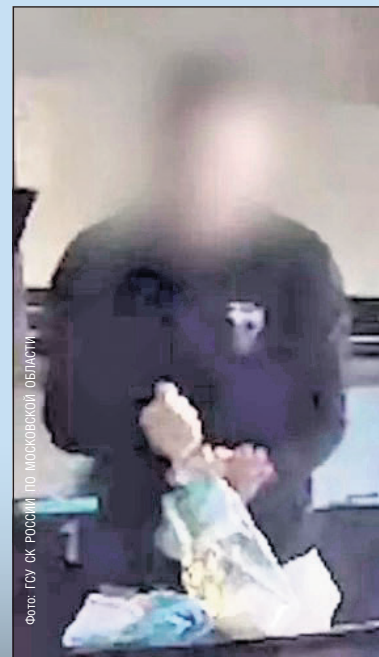
что именно Артем желал ей смерти – они строили планы на будущее, говорили о свадьбе и хотели завести детей.

Единственное, что смущало ее, – это то, что любимый постоянно возился с какими-то странными порошками, которые называл «удобрениями для цветов» или «спортивным питанием».

Буквально через неделю в реанимацию увезли сестру Артема – девушка выпивала в гостях у брата, и у нее внезапно случился инсульт. В 26 лет.

Следом в больницу загремели дядя и бабушка Артема – они жили вместе, и внук частенько навещал их и приносил гостинцы. После того как пенсионерка съела кашу с грибами, принесенную внуком, у нее посинели губы. Самого дядю Миссьюры после дегустации угощений от племянника парализовало на 12 часов.

– Приступы повторялись и позже: после



В доме Артема установили скрытые камеры и засняли, как он подсыпает яд близким

ЗМЕЯ



У отравителя нашли баклажки с опасными веществами...



...и пакеты с ядовитыми химикатами

ИЗ БАЛАШИХИ ЗАВАЛИВАЕТ БЛИЗКИХ СЛЕЗНЫМИ ПИСЬМАМИ

Фото: СОЦСЕТИ



Мать Миссюры - единственная, кто готов с ним общаться после пережитого

Мать психопата, который пытался ее убить ради квартиры, простила сына и попросила его писать ей из тюрьмы чаще



На суде Миссюра признал свою вину

НА ГРУДИ

физической нагрузки я почувствовал недомогание, а наутро не смог встать, - вспоминал мужчина. В реанимации у него и его матери выявили острую почечную недостаточность.

Тем временем сам Артем горячо убеждал родственников, что с едой всё в порядке: мол, он сам ее ел, и ничего! А дядя и бабушка отравились противовирусными таблетками.

Никто не мог понять, что происходит - родные выдвигали самые разные причины происходящего, врачи разводили руками...

А затем начались смерти. Первым скончался близкий друг Артема. Незадолго до этого он побывал в гостях у Миссюры, и тот угощал товарища морсом. Это было в феврале 2024 года. А через месяц умирает бабушка Артема - заботливый внук «побаловал» ее тортиком...

В начале мая плохо стало двоюродному

брату Артема - тот отведал крабового салата в гостях у родственника. Мать и отчим Миссюры тоже с каждым днем стали чувствовать себя хуже и хуже.

Наконец, после долгих и мучительных споров и самых невероятных предположений родные пришли к выводу: кто-то их травит. И этот «кто-то», скорее, и есть Артем...

Мать и отчим молодого человека тайком отправились в СК и описали ситуацию. Следователи заинтересовались необычным делом - чтобы поймать отравителя, они установили в доме скрытые камеры. И вскоре получили кадры-улики: Артем подсыпал

родителям в еду загадочные порошки...
 Артем травил своего дядю и бабушку - пенсионерка умерла, съев торт от внука, а мужчина чудом выжил

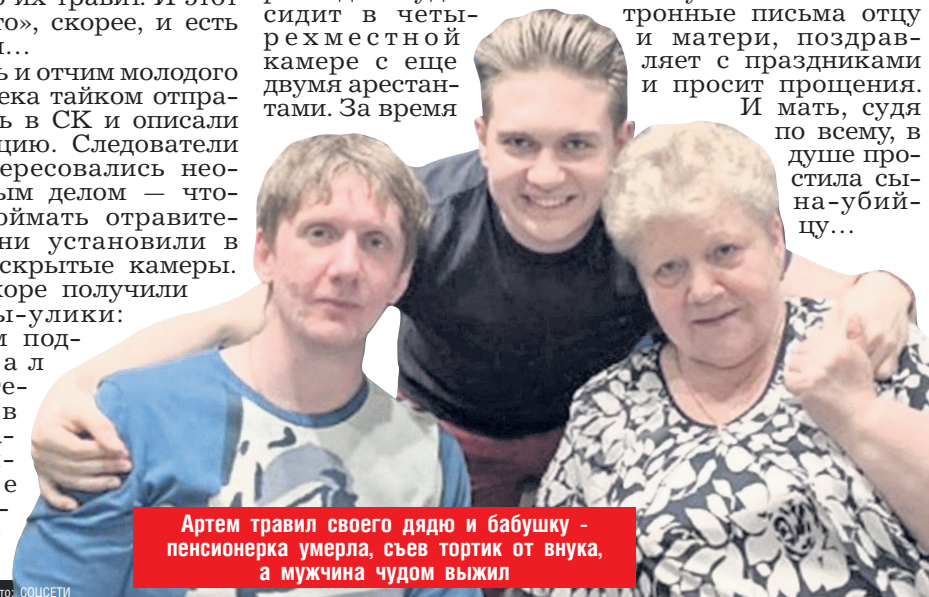
Балашихинского отравителя задержали, и он во всем сознался. И даже прямо объявил, что мать с отчимом и других родственников он травил, чтобы завладеть их жильем. Использовал самые разные яды.

Сейчас арестованный два года назад Миссюра ждет суда. Он сидит в четырехместной камере с еще двумя арестантами. За время

пребывания в СИЗО он прочел около 120 книг. Больше всего хвалит Достоевского, Ремарка, Оскара Уайльда, Пауло Коэльо и Оливера Сакса. Говорит, что увлекся и религиозной литературой.

Он изо всех сил пытается восстановить связь с родными, которых пытался убить. Шлет электронные письма отцу и матери, поздравляет с праздниками и просит прощения.

И мать, судя по всему, в душе простила сына-убийцу...



Артем травил своего дядю и бабушку - пенсионерка умерла, съев торт от внука, а мужчина чудом выжил

Фото: СОЦСЕТИ



Фермеры уверяют, что все их животные были здоровы

КОРОВИЙ БУНТ

В Сибири ветеринары вырезают скот у сельчан - люди теряют последний заработок и перекрывают дороги

ОЛЬГА НИКИТИНА

СКАНДАЛЬНАЯ ситуация сложилась в Сибири и Поволжье, где ветеринары забирают и сжигают тысячи голов крупного рогатого скота якобы по причине заболевания животных.

К сельчанам приходят во дворы с полицией и забирают скотину. Официальная причина - вспышки бешенства и пастереллеза. Люди же уверяют, что животные здоровы, но их никто не слушает. Так, в селе Новоключи Новосибирской области с начала февраля забил более 1000 голов. Недовольные уже перекрывали дороги. Люди встали перед краном и грузовиками, которые ехали за коровами и другой живностью. Технику не пустили. В селе Козиха хозяева показывают стада: коровы едят, ходят, дают молоко. Семьи сами пьют это молоко и едят мясо - никто не болеет. Многие живут только за счет хозяйства. Работы, по их словам, почти нет. Если скот заберут - детям будет нечего есть.

В Пензенской области у жителей изъяли 128 голов КРС. После этого местные жаловались, что туши два дня валялись около могильника, их растаскивали дикие животные... Люди требуют анализов и экспертизы. Говорят, что у их животных даже не брали пробы. Скандал вспыхнул и вокруг новосибирского племязавода «Ирмень». Массовый убой его не коснулся. Возможно потому, что председатель хозяйства сидит в аграрном комитете заксобрания. Жители спросили у главы района, почему их коров режут, а завод болезнь «обошла». Чиновник ответил, что на предприятии всё под контролем, а дорогу к нему закрыли, чтобы не занести заразу.

ПРОВЕРКА

Сельчане говорят, что ветеринары сами путаются в диагнозах, а следственный комитет уже начал проверку. Минсельхоз обещает компенсации, но люди отвечают просто: деньги стадо не вернут.

АЛЕКСАНДРУ ЗАЦЕПИНУ ИСПОЛНИЛОСЬ 100 ЛЕТ

ВИКА БАЛАМУТ

10 МАРТА 2026 года гениальный советский и российский композитор Александр Зацепин отметил свой столетний юбилей. Не все знают его в лицо, но точно каждый слышал его музыку в любимых фильмах.

Александр Сергеевич Зацепин родился 10 марта 1926 года в Новосибирске в семье хирурга и учительницы. И в детстве вовсе не мечтал о музыкальной карьере - его больше привлекал яркий мир цирка. Юный Александр занимался акробатикой и всерьез задумывался о том, чтобы связать жизнь с цирковым искусством.

Однако мама отнеслась к этой идее скептически, а ей перечить будущий композитор не стал. Зацепин организовал небольшой джаз-оркестр, а в армии освоил помимо фортепиано аккордеон и кларнет. В 1956 году Зацепин окончил консерваторию в Алма-Ате и стал работать музыкальным оформителем на студии «Казахфильм». Отсюда и начался его путь в кино, здесь он написал музыку к фильму «Наш милый доктор». Песня из него «Надо мною небо синее, облака лебединые...» приобрела популярность. Приехав в 1958 году в Москву, Зацепин подрабатывал, играя на аккордеоне в ресторанах. В 1964 году режиссер Леонид Гайдай приступил к работе над комедией «Операция «Б» и другие приключения Шурика». До этого он сотрудничал с Никитой Богословским, но для очередной картины решил подыскать нового композитора, поскольку тот с ним поссорился. Начиная с фильма «Операция «Б» творческое содружество Гайдая и Зацепина приобрело постоянный характер. Именно их творческий союз подарил зрителям целую серию культовых комедий. Музыка Зацепина звучит в «Кавказской пленнице», «Бриллиантовой руке», «Иване Васильевиче». За десятилетия работы он написал музыку к десяткам фильмов и мультфильмов, многие из которых стали классикой. Особое место в творчестве композито-

Легендарный композитор сочинял музыку во сне, прошел через четыре брака и даже простил Аллу Пугачеву

Зацепин обогатил музыкальную культуру СССР десятками культовых песен



ФОТО: ЕЛЕНА НИКИТЧЕНКОТАСС

ЕСТЬ ТОЛЬКО МИГ...

ра занимает фильм «Земля Санникова». Песня «Есть только миг», прозвучавшая в этой картине, стала одним из самых узнаваемых произведений советской эстрады. Популярность приобрели и песни Зацепина из сказочного мюзикла «31 июня» на стихи Леонида Дербенева и Юрия Энтина «Ищу тебя», «Мир без любимого» и другие. Он писал музыку и для анимации, например, для мультфильма «Тайна третьей планеты». Композитор использовал электронные инструменты и экспериментальные звучания, что придавало фильму атмосферу космического приключения. Один из самых интересных фактов из биографии Зацепина: некоторые музыкальные идеи приходили к нему во сне. Он мог проснуться и ясно услышать в голове готовую музыкальную фразу или даже целую тему. В такие моменты maestro старался как можно быстрее зафиксировать услышанное. Чтобы не потерять вдохновение, рядом с его кроватью нередко

лежали нотная бумага и карандаш.

БРАКИ

Первый брак Зацепина был заключен еще в молодости, когда будущей женой композитора только начинал искать свое место в профессии. Его избранницей стала актриса Ревмира Соколова. Но после свадьбы он узнал о том, что она беременна от другого. Композитор рушить семью не стал и удочерил девочку, но через год она умерла. Вероятно, эта потеря дала трещину в их союзе, и даже рождение сына Александра в 1951 году не спасло семью. Пара разошлась спустя три года. Сын Зацепина от первого брака прожил всего 24 года и скончался в 1975-м от рассеянного склероза. После развода музыкант сразу же вступил в новый брак. Его второй супругой стала пианистка Светлана Третьякова. В 1956 году у них родилась дочь Елена. Спустя шесть лет после потери сына Заце-

Сейчас maestro находится в отношениях с 40-летней корейкой Музой Ли

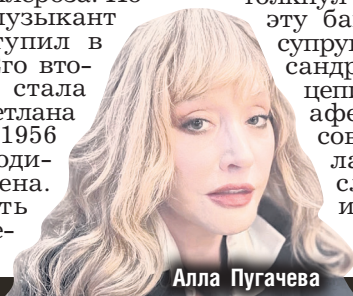


ФОТО: ЕЛЕНА НИКИТЧЕНКОТАСС

пина постигло еще одно несчастье - в возрасте 47 лет Светлана умерла. Причиной стало расслоение аорты. Третьей избранницей композитора стала французская художница Женевиэва Прешак, которая в течение 15 лет до этого жила в монастыре. Кроме того, она была младше своего супруга на более чем 10 лет, но эти факторы не стали барьером для маэстро. Для Зацепина брак с Прешак стал возможностью поработать в Европе. В 1982 году молодожены уехали в Париж, где прожили четыре года. В 1986 году Зацепин и Прешак развелись, композитор вернулся в Москву к своей дочери Елене. Четвертой женой Александра Сергеевича стала пианистка Светлана Морозовская, с которой он познакомился в 90-е. С ней он прожил в браке более 20 лет. Пара фактически жила на две страны: работал Зацепин в России, а отдыхать любил во Франции. В 2014 году Морозовская умерла от рака.

ПУГАЧЕВА

Одним из наиболее обсуждаемых эпизодов в творческой биографии Александра Зацепина стал конфликт с Аллой Пугачевой. В середине 1970-х годов они активно сотрудничали: Зацепин писал музыку, а Пугачева исполняла на нее песни. Самыми известными стали «Куда уходит детство», «Волшебник-недоучка» и «Так же, как все». Однако напряжение возникло во время работы над музыкальным оформлением фильма «Женщина, которая поет». Картина была посвящена истории певицы, и значительная роль в ней отводилась песням. Первоначально предполагалось, что музыку для фильма напишет Зацепин. Он создал несколько композиций, которые должны были прозвучать в исполнении Аллы Борисовны. Но в то же самое время Пугачева предложила использовать в фильме песни некоего автора-инвалида Бориса Горбоноса. Позднее выяснилось, что никакого Горбоноса никогда не существовало, а за него выдавала себя сама Пугачева. Подтолкнул артистку выдумать эту байку ее тогдашний супруг и продюсер Александр Стефанович. Зацепин не пошел на эту аферу, и Алла Борисовна на него обиделась. Правда, впоследствии Зацепин и Пугачева забыли давние обиды и помирились.



Алла Пугачева



Григорий Лепс

Мелочь не считаю

ПЕВЕЦ Григорий Лепс признался, что не знает цену гречки за килограмм.

— Может быть, 500 рублей, может, тысячу, — заявил Лепс в телевизионном блиц-опросе.

63-летний артист добавил, что не знает цену на проезд на метро, десятка яиц, литра бензина, рулона туалетной бумаги. Последней он не пользуется. Говорит, что есть беде.



Влад Топалов

Сболтнул лишнего

40-ЛЕТНЕГО Влада Топалова раскритиковали за ненависть к животным.

В Сети откопали слова певца 8-летней давности из шоу «Секрет на миллион». Он рассказывал про свой брак с Ксенией Данилиной, у которой было 2 собаки.

— Насколько можно ненавидеть что-то, настолько я ненавидел их. Я мечтал их изуверить, — признался тогда Влад.

ПРИКОЛ

УЧЕННЫЕ создали цифровую модель мозга мухи-дрозофилы, которая реагирует на происходящее и управляет телом насекомого.

Не знаете как похудеть?

Мы вам подскажем!



Сегодня многие люди страдают от лишнего веса. Они пробуют похудеть при помощи разнообразных диет и тренировок, но достичь результата удается не всем. Почему так происходит, мы поинтересовались у специалиста в области диетологии Анны Ярославны Шапошниковой.

- Анна Ярославна, я лично знаю людей, которые практически ничего не едят, усердно занимаются спортом, а похудеть никак не могут. Почему так?

- Дело в том, что жировые клетки на 90% состоят из воды. Это не только жир, но и огромный резервуар жидкости. Эта вода в жировой ткани мешает телу включить режим жиросжигания. Пока клетка переполнена водой, она работает как хранилище, а не как источник энергии. Именно поэтому тренировки и диеты часто не дают результата. Организм просто нагружается, а жир не сжигается. Нужно заниматься еще усерднее, соблюдать еще более строгую диету. Но это под силу далеко не

вам, да и до истощения так можно себя довести.

Что Вы тогда посоветуете? Как сбросить лишний вес?
- Существует прекрасный натуральный жиросжигатель – капсулы «Липоземпик» с берберинном. Это настоящий прорыв в диетологии! Берберин – это алкалоид, содержащийся в растениях вроде барбариса и куркумы. Он способствует выведению жидкости из жировых клеток, активации АМРК (фермента стройности), запускающего процесс жиросжигания. Кроме того, он содействует снижению аппетита, нормализации работы желудочно-кишечного тракта. Может помочь разогнать метаболизм, как после тренировки, а также подавить генетические сигналы, отвечающие за образование новых жировых клеток.

- Какие изменения могут быть после приема капсул «Липоземпик» с берберинном?

- Берберин в среднем может помочь избавиться от 5 кг жира и 4 см талии за первые 10 дней приема. Полный же курс способствует похудению

которое в некоторых случаях может достигать 15-20 кг и более, особенно в сочетании с физическими упражнениями. Кроме того, он благотворно влияет на поддержание в норме уровня сахара и инсулина, а также способствует росту гормона адипонектина – основного маркера жиросжигания. Принимая «Липоземпик», люди не только могут похудеть, вернуть стройность и красоту, но и часто начинают лучше себя чувствовать по всем фронтам. У них снижается аппетит, улучшается настроение, появляется больше энергии и легкость в теле. Вот почему я советую «Липоземпик» всем своим клиентам!



100% ФИНАНСИРОВАНИЕ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

Первые 250 человек, которые позвонят до 15 апреля 2026 года получат 1 упаковку «Липоземпик» в ПОДАРОК.

Звоните **8-800-303-05-55** и забирайте свой подарок совершенно бесплатно.

Звонки и доставка **БЕСПЛАТНЫЕ** ПРОМОКОД **9571**

Хотите сохранить здоровье сосудов и отличное самочувствие?

НЕ ТЕРЯЙТЕ ВРЕМЕНИ!



Известно ли вам, что от оторвавшихся тромбов люди гибнут чаще, чем от рака и автокатастроф вместе взятых? К сожалению, часто многие даже не догадываются, что у них есть тромбы, пока не случается сосудистая катастрофа. О том, как распознать предпосылки образования тромбов и не допустить трагического финала, нам рассказал специалист в этой области Александр Павлович Лоскутов.

- Александр Павлович, откуда вообще берутся тромбы?

- Они появляются, когда повреждается сосудистая стенка. У вас наверняка были ранки на коже. Помните, как они заживали? Кровь сворачивалась, и появлялся тот же тромб, который останавливал кровотечение. Аналогичный процесс происходит внутри организма, когда повреждается стенка сосуда. Но если сгусток на коже в дальнейшем отваливался без всяких последствий, то тромб внутри сосуда после отпадания попадает в кровотоки и может перекрыть более узкий сосуд, обычно в мозге, легких или сердце. Такая ситуация смертельно опасна.

- У кого наибольший риск появления тромбов?

- У людей, страдающих гипертонией или скачками давления, имеющих атеросклероз, проблемы с сердцем,

варикозную болезнь, густую кровь. Часто они жалуются на головные боли, головокружения, шум в ушах, туман в голове, шаткость походки, учащенное сердцебиение или боли в области в груди. Но бывает и так, что человек не испытывает никаких симптомов, а потом у него внезапно отрывается тромб и он умирает. Часто такое случается с людьми старше 50 лет. Поэтому я бы рекомендовал осуществлять профилактику их появления, правильно питаться и при первых же симптомах обращаться к врачу.

- А какие меры можно предпринять, чтобы сохранить здоровье и уменьшить риск?

- Пропить хотя бы один курс очищающего комплекса «Мозгофлекс». Это средство, которое способствует уменьшению сворачиваемости крови, содействует ее разжижению и может способствовать растворению кровяных сгустков, и нормальной работе мозга. Комплекс также позитив-

но влияет на сон и настроение. Если вам больше 50 лет и тем более, если вы испытываете что-то из следующих симптомов: головокружения, скачки артериального давления, онемение конечностей или чувство холода в них, проблемы с памятью, концентрацией внимания, сном, настроением, чувствуете неуверенность в себе, стоит обратить внимание на «Мозгофлекс». Это средство может помочь улучшить ваше состояние и повысить качество жизни. Начните действовать, и здоровье станет вашей наградой. С «Мозгофлексом» иметь здоровое сердце, чистые сосуды, ясный ум и хорошую память вполне возможно!

СРОЧНАЯ НОВОСТЬ!

ПРОГРАММА «ЗДОРОВАЯ СТРАНА»

С заботой о вашем здоровье производитель капсул «Мозгофлекс» покрывает расходы. Данное предложение действует только до 15 апреля 2026 года

Звоните **8-800-302-30-30** и получите «МОЗГОФЛЕКС» всего по 9 руб. за 1 уп.

Звонок и доставка **БЕСПЛАТНЫЕ!**

промокод **акции 8365**

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ЭКСКЛЮЗИВ! ИНТЕРВЬЮ СО ЗВЕЗДОЙ

ОН – ЧЕЛОВЕК-ОРКЕСТР. Актер театра и кино, сыгравший более 150 ролей, поэт, чьи ролики со стихами собирают миллионы просмотров, фотограф, художник, иллюзионист, спортсмен и просто человек, который строит дом для мамы и чистит снег по утрам.

Данила Якушев – редкий пример артиста, который не боится быть собой: сложным, рефлексивным, но при этом невероятно деятельным.

– Я всегда начинаю свои интервью с вопроса об истории любви родителей. Вы ее знаете?

– Думаю, что каждый человек просто обязан это знать, даже если его отец серийный убийца. Мои родители познакомились на киностудии имени Горького. Мама была художником по костюмам, отец – звукооператором. Так что можно сказать, что я еще до рождения был энергетически причастен к атмосфере кино. Им было по 20–22 года, совсем молодые. Весьма романтическая история.

– Но вместе они были недолго?

– Мой отец просто недолго был на этой земле. А мама с ним не развелась. Хотя он жил с нами как на качелях: то уходил, то возвращался, раз шесть она его принимала обратно.

– Каким Вы его помните?

– Таким безнадежным романтиком, которому очень сложно было выживать в девяностые. Надо было воровать, крутиться, работы не было, а он – с обостренным чувством справедливости. Если видел, что начальство ворует, он мог начать протестовать, полезть в драку. Его часто увольняли. Отсюда – депрессия, алкоголь...

– Но что-то доброе в памяти осталось?

– Мы провели мало времени вместе, но, наверное, я смог перенять у папы его лучшие качества. Он хорошо фотографировал – и я работал фотографом, сейчас снимаю свои ролики как оператор. Он рисовал, хотя нигде не учился, – я написал больше двухсот картин. Он писал стихи и зарисовки – я выпустил книгу. А вот проблем с алкоголем, которые были у отца, у меня нет. Так что да, наверное, я действительно забрал только лучшее у него.

ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА

– Ваш дедушка был летчиком-испытателем. Расскажите его историю!

– Его звали Петр Семенович Калашников. Когда я пошел учиться в первый класс, то неожиданно увидел, что в школьном коридоре висит его портрет. Помню, меня это очень удивило. Потом, правда, Советский Союз развалился, стены покрасили, портреты сняли. Но история его жизни – готовый сценарий для исторической драмы. Когда началась Великая Отечественная, ему было 17 лет, но он добавил себе возраст и ушел на фронт. Был он радистом. Летал над Черным морем на военном самолете. И во время полета произошло ЧП – нужно было запустить сигнальную ракету. Но по вине другого солдата ракета полетела не наружу, а начала метаться по салону и попала в него. Самолет летел невысоко над морем. Дедушка чудом остался жив, но ракета сильно обожгла ему живот, и он выпал в море. Двое суток он провёл в воде, а потом его чудом нашли рыбаки почти без сознания и откачали. Он молился и просил Бога дать ему жизнь, потому что очень хотел детей. Эта история реальная, у меня даже есть старая газета с заметкой о нем.

И дедушка выжил, а потом встретил мою бабушку. И у них родились две дочери Татьяна и Ольга. Он назвал их в честь героинь пушкинского романа «Евгений Онегин». И каждый День Победы он заказывал в ресторане рыбу или приносил с собой консервы и ел, вспоминая эту историю.

– Как сложилась его судьба после войны?

– Он стал летчиком и участвовал в испытании ядерного оружия на Новой Земле. Это было задание смертников – летчики не успевали вылететь из зоны поражения. Все его напарники умерли до 50 лет от рака и лучевой болезни. И у него самого была лейкемия. Мне было 8 лет, когда он умер в 65 лет. Я запомнил его серьезным и суровым мужчиной. Хотя бабушка рассказывала, что в молодости он был тамадой, за-

водилой, они ходили на танцы и дом всегда был полон гостей. Я помню, что в 90-е мы какое-то время даже жили с бабушкой – когда мама разошлась с отцом и переехала к родителям. Конечно, поводов радоваться у него тогда уже не было – болезнь, да еще у дочери в семье несчастье...

– Насколько трудно Вашей семье пришлось в 90-е?

– Работы не было, и мама ездила торговать на рынки: купит одежду на одном, продаст



Данила сделал предложение любимой девушке во время поездки на Алтай

подороже на другом. Я в школе учился, чем я мог помочь? Потом, в двухтысячных, страна ожила, кино тоже. Мама вернулась в профессию. Работала в Португалии, в Париже, уезжала на съемки на два-три месяца. Сейчас она давно не работает, я ее обеспечиваю. Вот строю для нее дом.

– Спорт в Вашей жизни появился благодаря маме? Чтобы не болтались по дворам в ее отсутствие?

– Именно. Чтобы я не курил и не пил в подъездах. Лишь бы я не пропал. Сначала было водное поло. Потом был баскетбол. На горизонте уже маячил институт физкультуры... Но судьбу решил случай. Мама торговала на рынке и иногда работала стилистом,

хотя тогда это так не называлось. Так она познакомилась с директрисой одного ДК на Шелковской. Та сказала: «Оля, зачем вам институт физкультуры? Первая травма – и он тренер на всю жизнь. Он же не Майкл Джордан. Давайте его к нам». Так я поехал в творческий лагерь на море. Там были дети из кружка, сплошная эстрада, и я, баскетболист. Там я влюбился в девочку по имени Лена. Нам было по 14. Нам нужно было сделать номер, и она предложила: «Давай сыграем Эсмеральду и Квазимодо».

Под модную тогда песню. И вот тогда я впервые в жизни услышал аплодисменты. И кроме того подумал: «Надо доказать Лене, что я тоже могу быть актером. Тогда она меня, наверное, поцелует!» В итоге я поступил в театральный сразу после школы, а она так и не смогла, сколько ни пыталась. Сейчас у нее, кажется, пятеро детей, она пожила в Америке, развелась, вернулась. Мы не виделись давно.

– Итак, давайте про актерство! Ваш первый педагог актерского мастерства – Евгений Школяр. Говорят, он сравнивал Вас с легендарным артистом Александром Кайдановским?

– Он готовил меня к поступлению. Уникальный человек-энциклопедия, но после аварии у него были проблемы со слухом и зрением. В тусклом свете он почти ничего не видел. Он готовил меня... на ощупь. Чувствовал. До сих пор преподает, недавно я читал свои стихи на его юбилее.

– В театральный Вы поступили. Но путь в профессию оказался тернист. Сейчас у Вас больше 150 фильмов, но, судя по разговору, Вы к ним относитесь... сложно.

– Это правда. 150 фильмов, 20–30 полнометражных. Но русское кино сейчас, к сожалению, часто превращается в насмешку. Много плохого, много

стыдного. Продюсеры верят только в десяток фамилий – Кологривый, Прилучный, Петров, Борисов – и будут продвигать их еще лет 20. А режиссерами часто становятся люди, которые не закончили курсы, но у них есть деньги. Я прихожу на съемочную площадку и понимаю: это проходной проект. Но я подписал контракт, я исполнитель. Я стараюсь сделать свою роль классно, продаю эмоции, получаю деньги и вкладываю их в свое творчество. Не пропиваю и не разбазариваю, как некоторые, а строю дом маме, делаю мебель в своей мастерской.

– Но ведь были и интересные работы. «Филин», например. Вы говорили, что этот персонаж отражает Вас...

– «Филин» – да, там была свобода. Продюсеры поняли, кто я такой, и дали возможность импровизировать, привносить свои хобби, монологи, диалоги. А когда у режиссера есть амбиции, но нет таланта, актер ничего не выгадит. Я часто слышу: «Фильм – чушь, но твоя сцена – пушка». И все спрашивают: «Зачем ты там снимаешься?» А я отвечаю: «Давай вернемся к вопросу, почему деньги дают только десятичным».

– Переломный момент наступил, когда Вы начали писать стихи и снимать ролики в соцсетях. Что изменилось?

– Я долгие 13 лет думал, как реализовать себя. И все мои фильмы не принесли мне любви зрителя. А потом я начал рассказывать свои истории. О том, что я пережил сам. Не выдумывал. Когда мне исполнилось 40, я сделал трехминутное видео, все говорили, что это мертвый формат, никто не будет смотреть.



Сейчас актер строит дом для мамы, которой пришлось растить его практически в одиночку

СЕРИАЛА «ФИЛИН»



Якушев активно занимается спортом и закаляется в холодной воде

Данила сыграл больше 150 ролей в кино, но народную любовь ему принесли его стихи

НЕ КАЖДОМУ ИЗ НАС БОГАТСТВОМ ПУТЬ ИЗМЕРЯН...



40-летний Данила Якушев попал на сцену из-за юношеской любви, стал поэтом и нашел себе невесту, благодаря видеоролику

Данила считает, что сериал «Филин» – это тот редкий случай, когда продюсеры позволили ему раскрыться по-настоящему

Но за 4 дня – миллион просмотров. Я вошел в тридцатку самых востребованных блогеров России. Мои ролики собирают до 20 миллионов просмотров. И это без обнаженной груди или каких-то шуток, дурного юмора. Это стихи. В 20 лет я писал сложно, с метафорами, про болезненную любовь. А потом сказал себе: хватит. И вот три года назад написал простое стихотворение, которое нашло отклик. И понеслось. 1 февраля у меня состоялся юбилейный, десятый творческий вечер, где я полтора часа читаю свои стихи.

– А что Вас заставило вернуться к поэзии?

– История с девушкой.

Всё было хорошо, а потом я в ней ошибся. И написал стихотворение. Просто выплеснул боль.

– Но отклик от зрителей, наверное, Вас удивил?

– Шокировал. Мы едем со спектаклем по России: Владивосток, Камчатка, Биробиджан, Комсомольск-на-Амуре – 75 городов.

Люди подходят к моему партнеру Паше Майкову и говорят: «О, вы же в «Бригаде» играли!» А ко мне подходят и говорят: «Спасибо за это стихотворение». Мужик 50 лет, металлург из Саратова, говорит: «Я про сына стихотворение выучил». А в Сочи подошел олигарх в дорогом ресторане и тоже говорит: «Я записал ваше «Про сына», отправил ему. Мы 10 лет не общались. помирились». Вот скажите, какой мой фильм помирят отца с сыном? Да никакой.

– Прочитайте, пожалуйста, отрывок одного из Ваших стихотворений.

– Выберу отрывок из стиха «Не каждому из нас богатством путь измерян».

...Всего нам мало, всем нам скучно.

Закрыв вновь солнце шторой, тянем сон.

И на закат мы смотрим равнодушно.

Хотя когда-нибудь последним станет он.

Мы все, по сути, ждем финальной точки.

Нам стоит лишь найти, с кем ждать теплей, Да сыну рассказать и объяснить всё дочке, Что, кроме «Время жить», нет ничего важнее.

– Давайте о личном. Это правда, что Вы скоро женитесь? Как Вы познакомились со своей невестой?

– Да. Летом будет два года, как мы встречаемся. Я впервые в жизни подошел к этому шагу осознанно.

«Ко мне подошел мужик 50 лет, металлург из Саратова и говорит: «Я ваше стихотворение про сына выучил»»

Сделал предложение на Алтае, на священной горе. Все снято на видео. А познакомились мы случайно. Ее остановили на улице корреспонденты и спросили про заработок и про то, каким она видит мужчину.

Знаете, обычно в таких опросах девушки говорят: «Два миллиона в неделю, сто семнадцать в месяц». А она сказала честно: «Я мастер маникюра, зарабатываю 40 тысяч (сейчас уже 120–150). Хочу рано выйти замуж. Чтобы мужчина жил в своем доме, был ответственным, высоким, мог обеспечить детей». У меня рост 194 см, у нее – 160 см. Именно такую жену я себе всегда и представлял. И я ей написал. Ей писали потом и футболисты сборной, и известные медийные лица – то видео собрало 10 миллионов просмотров. Но я встретился с ней на Арбате и забрал ее у всех. Теперь она путешествует со мной, мы снимаем ролики, я помогаю ей как продюсер. Думаю, скоро она заменит Валю Карнавал.

– Вы недавно переехали за город. Чем Вы сейчас живете?

– Я хочу выходить и видеть лес. Чтобы была моя земля: здесь посадить, здесь построить. В мастерской у меня баскетбольное кольцо. Ролик про то, как я его сделал, собрал полмиллиона просмотров. Людям важны не просто гвозди, а мысли, которые я вкладываю.

– Ну и напоследок – дайте свое определение жизни.

– Три слова: наслаждаться течением времени.



Ирина Алферова

Искренне любим

ПРЕЗИДЕНТ России Владимир Путин поздравил народную артистку Ирину Алферову с 75-летним юбилеем и выразил восхищение ее талантом.

– Вы по праву пользуетесь признанием коллег и искренней любовью публики. Они высоко ценят ваш талант, актерское мастерство, творческую самоотдачу, – говорится в послании главы государства.



Валерий Карпин

К дочкам бы сыночка

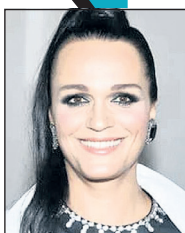
57-ЛЕТНИЙ главный тренер сборной России по футболу Валерий Карпин в шестой раз станет отцом. О своей беременности сообщила в соцсети его супруга Дарья.

У Валерия Георгиевича на данный момент пять дочерей: Мария и Валерия – от первого брака, внебрачная дочь Вероника и Дарья и Александра, которых ему родила нынешняя жена.

ПРИКОЛ

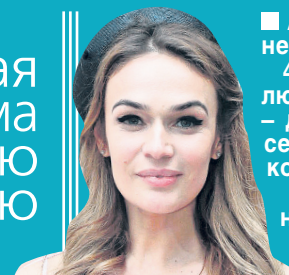
УЧЕННЫЕ выяснили, что мозг медленно умирает от просмотров коротких видео, взы в а ю щ и х выбросы гормона дофамин.

■ **45-ЛЕТНЯЯ** певица Слава не отказалась от вина и виски в райдере после неудачного концерта в Пензе. Стоимость райдера осталась та же - 3,5 миллиона рублей за концерт. В эту сумму входит зарплата команды из 12 человек, плюс в гримерке у артистки должны стоять по две бутылки красного и белого вина, виски «Чивас» и пачка сигарет.



ТВ

Полная программа на всю неделю



■ **АЛЕНА** Водонаева рассказала о жизненных приоритетах. 43-летняя телеведущая отметила, что любовь ее не интересует, а вот деньги – да. По ее мнению, романтическая и семейная сферы без поддержки крепкой монеты не могут существовать. – Деньги – это главное на сегодняшний день, – уверена экс-участница шоу «Дом-2».



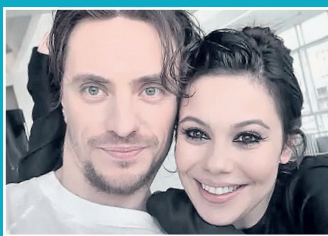
Сергей Бурунов

Градус неприязни

49-ЛЕТНИЙ актер Сергей Бурунов откровенно рассказал о том, что вырос в пьющей семье и до сих пор не может простить за это родителей.

По словам Бурунова, в детстве ему очень не хватало любви, поддержки, одобрения и признания от папы и мамы.

– Я им буду помогать – издали. Не могу долго находиться с ними, – признался артист.



Сергей и Елена

Четыре оборота

36-ЛЕТНИЙ артист балета Сергей Полунин стал отцом в четвертый раз.

Он опубликовал фото с новорожденной дочерью, которую супруги назвали Руна. Полунин начал встречаться с российской фигуристкой Еленой Ильиных в 2018 году. Через два года у них родился первенец. В 2022 году у пары появился второй сын, а в феврале 2024-го – третий.

Ваша роль – кухарка

38-ЛЕТНИЙ актер впервые рассказал о фундаментальных проблемах, которые привели к краху его брака с красавицей-актрисой **Агатай Муцениеце**.

Оказалось, что это не измены, не побои и даже не проблемы Павла с алкоголем. Всё куда страшнее – дело в том, что Агата... работала!

38-летний артист в интервью Лануре Джугелии рассказал, что ему была невыносима сама мысль, что супруга вместо воспитания детей решила строить карьеру. По его мнению, в паре работать должен именно мужчина, а женщина – заниматься домом.

– Приоритет женщины – семья, а мужчина должен работать, – считает Павел. – Она еще была студенткой, а я уже был достаточно известный. Когда она забеременела Тимофеем, начались конфликты. Она теряла какую-то работу из-за беременности. И на второй-третий месяц она сразу выбежала работать. Я, конечно, был сильно против. У нее же был приоритет – работа. Для нее была важна карьера, она хотела

ОЛГА НИКИТИНА

ее себе сделать. Я ее в этом не особо поддерживал. Логичнее было на тот момент работать мне. У меня было больше работы, я был известнее чуть-чуть. Ее тоже можно понять: у нее отца не было, мама там постоянно работала.

ДРАКА

Коснулся артист и громкого скандала 2020 года, когда Муцениеце обвинила его в избиении. По заверению последней, Павел выкинул ее телефон, избил и выгнал на мороз. Прилучный, имеющий звание кандидата в мастера спорта по боксу, заявил, что при его тяжелой руке следы от ударов были бы очевидны, и Агата непременно обратилась бы в полицию и сняла побои. Поскольку этого не произошло, он считает все обвинения беспочвенными. Актер подчеркнул, что никогда не поднимал руку на женщину, признав при этом свою импульсивность и способность повесить голос.

– Когда я понял, что это хорошо спланированная акция и пиар-кампания, мне стало больно, – заключил он.

Павел винит бывшую жену в крахе их брака



ПАВЕЛ ПРИЛУЧНЫЙ РАЗВЕЛСЯ С АГАТОЙ МУЦЕНИЕЦЕ ИЗ-ЗА ТОГО, ЧТО «ТА ХОТЕЛА РАБОТАТЬ И НЕ ЗАНИМАЛАСЬ СЕМЬЕЙ»

СЕРГЕЙ ЖУКОВ

52-ЛЕТНИЙ артист Станислав Дужников, прославившийся ролью обаятельного увальня Лени в сериале «Воронины», опубликовал свежее видео, которое повергло подписчиков в шок.

В юмористическом ролике он чистит картошку, всем своим видом показывая, что делает это из-под палки. Но страдавший раньше от полноты, он сейчас выглядит достаточно постройневшим. Подписчики в комментариях не могли это не отметить. «Как вы хорошо выглядите! Как постройнели!»; «Раскройте секрет преображения, мы тоже хотим»; «Красавчик! Не узнать! Как похудел», – вот лишь некоторые из отзывов.

Кстати, актера увидели похудевшим еще на премьеры фильма «Сказка о царе Салтане» в феврале. Но тогда его преображение не так сильно бросилось в глаза.

Напомним, когда-то Дужников весил более 200 кг, но смог похудеть



фото: T.MESTAS_DUZHNIKOV



Судя по фото разных лет, Стас сбросил больше половины прежнего веса

НЕ ЩАДЯ ЖИВОТА

Актер СТАС ДУЖНИКОВ удивил поклонников постройневшей фигурой после резекции желудка

на 60. Однако стабильно зафиксировать свой вес артист не смог – он периодически набирал килограммы, потом снова пытался их сбросить, и так по кругу. А ради роли Лени в сериале «Воронины» ему даже пришлось специально обрасти жирком, как того требовал образ добродушного толстячка. В прошлом году Стас решился на радикальную меру – резекцию желудка. Хирургическое вмешательство потребовалось из-за проблем со здоровьем: избыточный вес осложнял течение сахарного диабета.

ДИЕТА

Кроме операции прийти к комфортному весу звезде помогла дополнительная физическая активность и ограничения в питании.

– У каждого своя диета. Меня, например, спасают бассейн, тренажерный зал и отсутствие плотного ужина. Возвращаюсь домой после спектакля, пью кефир или чай с ложкой меда, – и голод отступает, – говорил артист.

7 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС	ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
5.00 Доброе утро Телеканал	5.00 Утро России	4.45 ПЁС	6.00 РОК ДОГ-2	7.00 САШАТАНЯ	6.00 Настроение	5.00 Известия 16+
9.00 Новости с субтитрами	9.00 Вести	6.30 Утро. Самое лучшее 16+	6.35 ДОМОЧАТЦЫ	8.55 Выжить в Стамбуле 16+	8.10 Смех, дрожь и видео 16+	5.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3
9.25 Модный приговор	9.30 Местное время	8.00 Сегодня	6.45 100 мест, где поесть	11.30 САШАТАНЯ	8.45 ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ	8.05 Фирменный рецепт 12+
10.15 Жить здорово! 16+	9.55 О самом главном Ток-шоу 12+	8.25 ПЁС	7.35 Тайный миллионер	16.00 ПРАЗДНИКИ	10.40 Петровка, 38 16+	8.40 Знание - сила 12+
11.00 Время покажет 16+	11.00 Вести	10.00 Сегодня	10.00 ГРАНИЦА МИРОВ	19.00 ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ	10.50 Городское собрание 12+	9.00 Известия 16+
12.00 Новости с субтитрами	11.30 Вести. Местное время	10.35 ПЁС	19.00 ГРАНИЦА МИРОВ	21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ	11.30 События	9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3
12.15 Время покажет 16+	12.00 60 минут	13.00 Сегодня	21.00 МАСТЕР	23.00 БЫТЬ	11.50 ТАЕЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ	9.45 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4
14.00 Большая игра 16+	14.00 Вести	13.25 Чрезвычайное происшествие	23.25 КРУШЕНИЕ	0.00 События.	13.45 Мой герой. Николай Сергиенко 12+	13.00 Известия 16+
15.00 Новости с субтитрами	14.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ	16.00 Место встречи	1.30 ЧУЖАК	0.35 Петровка, 38 16+	14.30 Город новостей	13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4
15.15 Давай поженмся! 16+	16.30 Вести	16.45 За гранью 16+	3.00 ТАНЦЫ	0.50 Тайная комната. Скандал в благополучном семействе 16+	14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ	17.00 Известия 16+
16.05 Мужское / Женское 16+	17.00 Малахов 16+	17.50 ДНК 16+	3.00 ПОТЕРЯННЫЕ	1.30 Погасить звезду	15.05 КОЧЕВНИЦА	17.30 СЛЕД
17.00 Большая игра 16+	18.00 60 минут	19.00 Сегодня	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Тайная комната. Скандал в благополучном семействе 16+	16.55 Легенды эстрады. Размер имеет значение 16+	19.05 СЛЕД. БОННИ И КЛАЙД
18.00 Вечерние новости с субтитрами	20.00 Вести	20.00 МЕРТВАЯ ТОЧКА	2.45 ОДНАЖДЫ В РОССИИ	0.50 Тайная комната. Скандал в благополучном семействе 16+	17.50 События	19.45 СЛЕД. ТО ВЫРОСЛО, ТО ВЫРОСЛО
18.30 Время покажет 16+	21.10 Вести. Местное время	22.10 КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА.	2.45 ОДНАЖДЫ В РОССИИ	0.35 Петровка, 38 16+	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	20.40 СЛЕД. ТЕНИ СЕВЕРНЫХ ВОД
19.50 Пусть говорят 16+	21.30 АЛЛА-ТАКСИ	0.15 Сегодня	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	0.50 Тайная комната. Скандал в благополучном семействе 16+	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	21.25 СЛЕД. ТАНЦЫ ВОКРУГ ПИЛОНА
21.00 Время ПАВЕЛ.	23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+	0.35 Ч.Т.Д.	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
22.00 ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ	2.15 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
23.00 Большая игра 16+	3.00 Вести	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
0.05 Время героев 16+	3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
1.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+	Сериал 12+	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
3.00 Новости	Сериал 12+	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+	Сериал 12+	1.10 ПОТЕРЯННЫЕ	1.10 ТАИНСТВЕННЫЙ САД	1.30 Погасить звезду	18.10 ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ	22.20 СВОИ-7.
6.30 Диалоги о животных	6.00 Непобедимый 12+	6.00, 8.30 Мультфильмы	5.00, 18.00, 0.55 Самые шокирующие гипотезы 16+	6.30 Одна за всех	5.00 Секреты на кухне	5.50 Герой 115
7.15 Первые в мире	6.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым 12+	9.00 СЛЕПАЯ	6.00 С бодрым утром! 16+	6.55 По делам несовершеннолетних	5.50 Пятница News 16+	7.00 Сегодня утром 12+
7.35 Черные дыры. Белые пятна	7.00, 9.00 Новости	10.00 ГАДАЛКА	8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+	8.00 Давай разведёмся!	6.10 Гастротур	9.00, 13.00, 17.00, 19.00
8.15 ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА... Фильм	7.05, 11.45, 15.05, 23.35 Все на Матч!	13.45 ГАДАЛКА. ОТКУПНОЙ РЕБЕНОК	9.00 Военная тайна 16+	8.00 Давай разведёмся!	7.00 Гастротур	9.15, 21.00
10.15 Наблюдатель	9.05 Бокс Кубок России. Мужчины. Финалы 16+	14.15 ГАДАЛКА. ВЕРЬ МНЕ	11.00 Как устроен мир 16+	9.00, 2.30 Тест на отцовство	7.00 Битва шефов 16+	Открытый эфир
11.15 ХХ век	9.55, 17.15 Футбол МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура 6+	15.00 ГАДАЛКА. ЗОЛОТОЙ ЗУБ	12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+	9.00, 2.30 Тест на отцовство	9.00 Гастротур 16+	Ток-шоу 16+
11.45 ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА Фильм	10.55, 12.10 Скелетон Чемпионат России. Мужчины	15.30 СЛЕПАЯ	13.00 Загадки человечества 16+	11.05, 23.05 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ	10.00 Адский шеф 16+	11.00 Тайны военной разведки 16+
13.00 Дмитрий Блохинцев. Человек эпохи	13.00 Есть тема!	16.30 СЛЕПАЯ. ПОТЕРЯННОЕ ПРОШЛОЕ	14.00 Невероятно интересные истории 16+	12.05 ПОРЧА. К ОТВЕТУ, С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	11.50, 13.25, 1.20
14.00 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА Фильм	14.25, 15.30 Бобслей Чемпионат России. Мужчины. Двойки	17.00 СЛЕПАЯ. ОБНИМАШКИ	15.00, 20.00 Безумные факты 16+	13.10, 1.10 ЗНАХАРКА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	14.20, 15.05, 17.15
15.05 Дмитрий Кузнецов. Где гуляет душа обнаженной...	16.15 Неймар. Номер один в Бразилии	17.30 СЛЕПАЯ. ЛИШНЯЯ КОМНАТА	17.00, 1.50 Тайны Чапман 16+	13.45, 1.35 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	15.05, 17.15 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»
15.55 Агора	18.15 Громко	18.00 ЛИСА	20.25 ПЕРЕКРЕСТОК	14.20, 2.05 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	15.00 Военные новости 16+
17.15 Линия жизни	19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала	20.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ	22.35, 23.25 КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД.	14.55 СМЕРТЕЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	18.50 Специальный репортаж 16+
18.05 Роман в камне	22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	19.00 ПОМОГИ СЕБЕ САМА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	19.55 По горячим следам 16+
18.35 Рассказы из русской истории	0.30 Футбол	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	20.10 Скрытые угрозы 16+
19.45 Главная роль	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	22.45 Между тем 12+
20.05 Монолог в 4-х частях	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	23.15 КАТЯ И БЛЭК
20.50 Не забудьте наши голоса	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	Сериал 16+
21.30 Сати. Нескучная классика...	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	2.55 Шедьеры
22.15 ПАССАЖИРКА Фильм	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	военных музеев
0.10 Дубна. Рождение мира	Сериал 12+	23.00 НЕЧИСТЬ	1.00 Кадони шоу 16+	0.15 ПОРЧА	12.50, 14.50, 16.50, 19.00, 20.50 Битва шефов 16+	Документальный сериал 12+

7 ПЕРВЫЙ

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

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести
- 9.30 Местное время
- 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ
- 16.30 Вести
- 17.00 Малахов 16+
- 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 АЛЛА-ТАКСИ
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
- 2.15 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ
- 3.00 Вести
- 3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ

НТВ НТВ

- 4.40 ПЁС
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня
- 8.25 ПЁС
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ПЁС
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 МЁРТВАЯ ТОЧКА
- 22.10 КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ
- 0.15 Сегодня
- 0.35 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
- 1.05 ПОТЕРЯННЫЕ

СТС СТС

- 6.00 100 мест, где поест
- 8.35 МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ
- 10.25 СОЛНЦЕ, МОРЕ, ДВА СТВОЛА
- 16.55 ГРАНИЦА МИРОВ
- 21.00 ГНЕВ
- 0.05 ПЕРЕГОВОРЩИК
- 2.30 БЕЛЫЙ СЛОН

ТНТ ТНТ

- 7.00 САШАТАНЯ
- 11.30 САШАТАНЯ
- 16.20 ПРАЗДНИКИ
- 19.00 ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ
- 21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ
- 23.00 ГОРЬКО!
- 0.55 НЕ ОДНА ДОМА
- 2.15 Однажды в России

ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.10 Доктор И...
- 8.40 ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ
- 10.35 Актёрские драмы.
- 11.30 События
- 11.50 ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ. ТАИНА ЧЁРНОГО БОЛОТА
- 13.45 Мой герой.
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 КОЧЕВНИЦА
- 16.55 Легенды эстрады. В кругу измен 16+
- 17.50 События
- 18.10 ЧЁРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ПОКЕРФЕЙС
- 22.00 События
- 22.35 Закон и порядок 16+
- 23.05 Плохие парни
- 0.00 События.
- 0.35 Петровка, 38 16+
- 0.50 Следствие ведёт КГБ. «Медовая ловушка» для Этьена 16+
- 1.30 90-е. Атака целителей 16+

5 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.25 КЛАССИК
- 6.35 Они потрясли мир 16+
- 8.05 Страна советов 16+
- 8.40 Знание - сила 12+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 СЛЕД
- 19.00 СЛЕД. МУЖЧИНА НА МИЛЛИОН
- 19.50 СЛЕД. ПЕРСОНАЛЬНЫЙ УЖАС
- 20.40 СЛЕД. УРОКИ КАРТОГРАФИИ
- 21.25 СЛЕД. МУЖЕГОНЫ
- 22.20 СВОИ-7. ОТ СУМЫ ДО ТЮРЬМЫ
- 23.05 СВОИ-5. НА ОДНОЙ ВОЛНЕ
- 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
- 0.30 СВОИ-5. ПИСЬМО ДЕДУ МОРОЗУ

РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных
- 7.15 Театральная летопись
- 7.45, 18.45, 0.15 Дубна. Рождение мира
- 8.25 ПАССАЖИРКА
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 0.55 ХХ век
- 12.45 Новости. Подробно. Книги
- 13.00 Николай Боголюбов. Два храма
- 13.45 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА
- 14.50 Линия жизни
- 15.45 Сати. Нескучная классика...
- 16.30 Эрмитаж
- 17.15 Музыка эпохи барокко
- 18.05 Алексей Бартошевич. Сладкий яд театра
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Монолог в 4-х частях
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.30 Белая студия
- 22.15 ДЕНЬ АНГЕЛА
- 23.30 Рассекреченная история

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Непобедимый 12+
- 6.30 Неизвестные страницы Кубка мира 12+
- 7.00, 9.00 Новости
- 7.05, 11.35, 15.05, 23.35 Все на Матч!
- 9.05 Специальный репортаж 12+
- 9.25 География спорта. Братск 12+
- 9.55 Футбол Чемпионат Испании. Обзор тура 6+
- 10.55, 12.20 Скелетон Чемпионат России. Женщины
- 13.00 Есть тема!
- 14.25, 15.30 Бобслей Чемпионат России. Женщины. Монобоб
- 16.15 Пеле. Король футбола.
- 17.15 Мир РПЛ
- 19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала
- 22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов
- 0.30 Футбол Чемпионат Италии. Обзор тура 6+

3 ТВ3

- 6.00, 8.30 Мультфильмы
- 9.00 СЛЕПАЯ
- 10.00 ГАДАЛКА
- 13.45 ГАДАЛКА. ИГРА В ЖИЗНЬ
- 14.15 ГАДАЛКА. ДОМ С ТАЙНОЙ
- 15.00 ГАДАЛКА. ДОЧЬ ОХОТНИКА
- 15.30 СЛЕПАЯ
- 16.30 СЛЕПАЯ. ЖИЛИ-БЫЛИ ЕЖИКИ
- 17.00 СЛЕПАЯ. ЧУЖОЙ ПОРОГ
- 17.30 СЛЕПАЯ. ДИМКА-НЕВИДИМКА
- 18.00 ЛИСА
- 20.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ
- 23.00 НЕКРОМАНТ
- 1.00 Дневник экстрасенса 16+

4 РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 0.30 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, 1.30 Тайны Чапман 16+
- 20.00 ОПЕРАЦИЯ «НАПОЛЕОН»
- 22.15, 23.25 КРОВЬ ЗА КРОВЬ

ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних
- 7.40 Давай разведёмся!
- 8.40 Тест на отцовство
- 10.45, 23.00 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ
- 11.50 ПОРЧА. ПОЖАР, ИГРА В ПРЯТКИ
- 12.55, 1.05 ЗНАХАРКА
- 13.30, 1.30 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО
- 14.05, 2.00 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ
- 14.40 ОДНОКЛАССНИКИ СМЕРТИ
- 19.00 ПОМОГИ СЕБЕ САМА
- 0.05 ПОРЧА
- 2.25 Тест на отцовство

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне 16+
- 5.50 Пятница News 16+
- 6.10 Гастротур
- 6.50 Битва шефов 16+
- 9.10 Молодые ножи
- 10.30 Русский шеф 16+
- 13.20 Черный список
- 14.20 Черный список. На кухне 16+
- 16.50 Черный список. На кухне
- 17.50 Черный список. На кухне 16+
- 20.00 Черный список
- 21.00 Черный список. На кухне
- 21.50 Что я наделала?! 16+
- 22.50 Выживалити. Миссия Альфа 16+
- 1.50 Пятница News 16+

★ ЗВЕЗДА

- 5.30 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»
- 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 Тайны военной разведки 16+
- 12.00, 13.25, 1.20 ОТВЕТНЫЙ ХОД
- 14.20, 15.05, 17.15 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»
- 15.00 Военные новости 16+
- 18.50 Специальный репортаж 16+
- 19.55 По горячим следам 16+
- 20.10 Улика из прошлого 16+
- 22.45 Между тем с Наталией Метлиной 12+
- 23.15 КАТЯ И БЛЭК
- 2.45 ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ

7 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ НТВ	СТС СТС	ТНТ ТНТ	ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР	5 КАНАЛ 5 КАНАЛ
5.00 Доброе утро Телеканал	5.00 Утро России	4.30 ПЁС Сериал 16+	6.00 100 мест, где поест Кулинарное тревел-шоу 16+	7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+	6.00 Настроение	5.00 Известия 16+
9.00 Новости с субтитрами	9.00 Вести	6.30 Утро. Самое лучшее 16+	9.40 МИТРИЧ Сериал 16+	11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+	8.10 Доктор И... 16+	5.50 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3 Сериал 16+
9.25 Модный приговор	9.30 Местное время	8.00 Сегодня	14.50 ГРАНИЦА МИРОВ Сериал 16+	16.20 ПРАЗДНИКИ Сериал 16+	8.40 ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ Сериал 16+	8.25 Стройнадзор 16+
10.15 Жить здорово! 16+	9.55 О самом главном Ток-шоу 12+	8.25 ПЁС Сериал 16+	19.00 ГРАНИЦА МИРОВ Сериал 16+	19.00 ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ Сериал 16+	10.35 Актёрские драмы. Предательское лицо 16+	9.00 Известия 16+
11.00 Время покажет 16+	11.00 Вести	10.00 Сегодня	21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ Сериал 16+	21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ Сериал 16+	11.30 События	9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3 Сериал 16+
12.00 Новости с субтитрами	11.30 Вести. Местное время	10.35 ПЁС Сериал 16+	21.00 СТУКАЧ Драматический триллер 16+	21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ Сериал 16+	11.50 ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ. ОХОТА НА МАМОНТА Фильм 16+	9.55 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
12.15 Время покажет 16+	12.00 60 минут Ток-шоу 12+	13.00 Сегодня	23.20 72 ЧАСА Криминальный триллер 16+	23.00 ГОРЬКО!-2 Комедия 16+	13.45 Мой герой. Людмила Чиркова 12+	13.30 Известия 16+
14.00 Большая игра 16+	14.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	13.25 Чрезвычайное происшествие	1.05 88 МИНУТ Триллер 16+	0.55 ГОРЬКО! Комедия 16+	14.30 События	17.00 Известия 16+
15.00 Новости с субтитрами	16.30 Вести	14.00 Место встречи	2.45 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком 18+	2.30 Однажды в России Юмористическая программа 16+	14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ	17.30 СЛЕД. ПОВОРОТ НЕ ТУДА Сериал 16+
15.15 Давай поженемся! 16+	17.00 Малахов 16+	16.00 Сегодня	3.35 СЛОН ПО ИМЕНИ БЕНДЖАМИН Комедия 12+	23.05 Хроники московского быта. Сиделка для звезды 16+	15.05 КОЧЕВНИЦА. ОРФЕЙ ИЗ РЫБИНСКА Детектив 16+	18.20 СЛЕД. ЛИХОМАНКА Сериал 16+
16.05 Мужское / Женское 16+	18.00 60 минут Ток-шоу 12+	16.45 За гранью 16+		23.05 Хроники московского быта. Сиделка для звезды 16+	16.55 Легенды эстрады. Хит по наследству 16+	19.05 СЛЕД. ПИКНИК Сериал 16+
17.00 Большая игра 16+	20.00 Вести	17.50 ДНК 16+		0.00 События. 25-й час	17.50 События	19.45 СЛЕД. БЕЗМОЗГЛЫЙ Сериал 16+
18.00 Вечерние новости с субтитрами	21.10 Вести. Местное время	19.00 Сегодня		0.35 Петровка, 38 16+	18.10 СЛЕД. ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. МАСТЕР ИГРЫ В ГО Детектив 16+	20.40 СЛЕД. ВЕРА В СУДЬБУ Сериал 16+
18.30 Время покажет 16+	21.30 АЛЛА-ТАКСИ Сериал 12+	20.00 МЁРТВАЯ ТОЧКА Сериал 16+		0.35 Петровка, 38 16+	18.10 СЛЕД. ЧЕРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. МАСТЕР ИГРЫ В ГО Детектив 16+	21.25 СЛЕД. ВКУС ЧЕРАШНИХ УСТРИЦ Сериал 16+
19.50 Пусть говорят 16+	23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+	20.00 КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ Сериал 16+			22.00 События	22.20 СВОИ-7. АБОНЕНТ НЕИЗВЕСТЕН Сериал 16+
21.00 Время	2.15 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	0.15 Сегодня			22.35 Хватит слухов! 16+	23.05 СВОИ-5. ОБОРОТЕНЬ Сериал 16+
22.00 ПАВЕЛ. ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ Сериал 16+	3.00 Вести	0.35 Мы и наука. Наука и мы 12+			23.05 Хроники московского быта. Сиделка для звезды 16+	0.00 Известия. Итоговый выпуск
23.00 Большая игра 16+	3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+	1.35 ПОТЕРЯННЫЕ Сериал 16+			0.00 События. 25-й час	0.30 СВОИ-5. МОЙ НАПАРНИК-СОМЕЛЬЕ! Сериал 16+
0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+						
3.00 Новости						
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+						
РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА
6.30 Диалоги о животных	6.00 Непобедимый 12+	6.00, 8.30 Мультфильмы	5.00, 18.00, 0.40 Самые шокирующие гипотезы 16+	6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+	5.00 Секреты на кухне Готовит Владимир Селиванов 16+	5.30 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» Сериал 16+
7.15 Театральная летопись	6.30 География спорта. Братск 12+	9.00 СЛЕПАЯ Сериал 16+	6.00 С бодрым утром! 16+	7.30 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+	5.30 Пятница News 16+	7.00 Сегодня утром 12+
7.45, 18.45, 0.15 Дубна. Рождение мира	7.00, 9.00 Новости	10.00 ГАДАЛКА Сериал 16+	8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+	8.30, 2.25 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	6.00 Гастротур Москва 16+	9.00, 13.00, 17.00, 19.00, 21.00 Новости дня 16+
8.30 ДЕНЬ АНГЕЛА Фильм	7.05, 10.55, 15.05, 16.10, 17.20, 18.30, 23.35 Все на Матч!	13.45 ГАДАЛКА. ЛЮБИМЫЙ ПАПА Сериал 16+	9.00 Документальный спецпроект 16+	8.30, 2.25 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	6.40 Битва шефов 16+	9.15, 21.00 Открытый эфир Ток-шоу 16+
9.40 Кристальные истории	9.05 Специальный репортаж 12+	14.15 ГАДАЛКА. ДЕД-ВОРОН Сериал 16+	10.00 Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+	10.30, 22.55 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+	8.50 Молодые ножи Блюда в одном цвете 16+	11.00 Тайны военной разведки 16+
10.15 Наблюдатель	9.25 Вид сверху 12+	15.00 ГАДАЛКА. ПУСТОДОМ Сериал 16+	11.00 Как устроен мир 16+	11.35 ПОРЧА. МАЛО ВРЕМЕНИ, ТИХАЯ СМЕРТЬ Докудрама 16+	10.20 Молодые ножи. Новая кровь 16+	11.55, 13.25, 1.20 КУРЬЕР Фильм 12+
11.15, 0.55 ХХ век	9.55 Футбол Чемпионат Италии. Обзор тура 6+	15.30 СЛЕПАЯ Сериал 16+	12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+	12.40, 1.05 ЗНАХАРКА Докудрама 16+	13.00, 15.10 Битва шефов Звезды 16+	14.15, 15.05, 17.15 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2 Сериал 16+
13.00 Михаил Мещеряков. Монумент	11.45 Скелетон Чемпионат России. Смешанные команды	16.30 СЛЕПАЯ. МАСЛО В ОГОНЬ Сериал 16+	13.00 Загадки человечества 16+	13.15, 1.30 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+	17.20 Битва шефов 16+	15.00 Военные новости 16+
13.55 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА Фильм	13.00 Есть тема!	17.00 СЛЕПАЯ. ОСТАТЬСЯ ПОСЛЕ Сериал 16+	14.00 Невероятно интересные истории 16+	13.50, 2.00 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+	19.00 Молодые ножи. Новая кровь 16+	18.50 Специальный репортаж 16+
15.05 Эпизоды	14.25, 15.30 Бобслей Чемпионат России. Женщины. Двойки	17.30 СЛЕПАЯ. ШАПКА В ПОЛОСКУ Сериал 16+	15.00 Момент в истории 16+	14.25 Красивая и счастливая 45+ 16+	21.40 Черный список. На кухне 16+	19.55 По горячим следам 16+
15.45 Белая студия	16.35, 17.45 Бобслей Чемпионат России. Мужчины. Четвёрки	18.00 ЛИСА Сериал 16+	17.00, 1.40 Тайны Чапман 16+	14.40 ТОТ, КТО РЯДОМ Сериал 16+	22.40 Миссия Альфа 16+	20.10 Секретные материалы 16+
16.30 Библейский сюжет	19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала	20.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+	20.00 АВТОБАН Боевик 16+	19.00 ИЗ СЕРДЦА ПРОЧЬ Сериал 16+	1.40 Пятница News 16+	22.45 Между тем с Наталией Метлиной 12+
17.15 Музыка эпохи барокко	22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов	23.00 МАЖОР. ФИЛЬМ Фильм 18+	21.45, 23.25 ФЕРРАРИ Драма 16+	0.05 ПОРЧА Докудрама 16+	2.10 Черный список Электрики и девичники 16+	23.15 КАТЯ И БЛЭК Сериал 16+
18.00 Давид Смелянский. Авантюрист поневоле	0.30 Неймар. Номер один в Бразилии Документальный фильм 12+	1.00 Дневник экстрасенса 16+			3.20 Черный список Клининг и Такси 16+	2.50 Шедеры военных музеев Документальный сериал 12+
19.45 Главная роль						
20.05 Монолог в 4-х частях						
20.50 Абсолютный слух						
21.30 Власть факта						
22.15 ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО Фильм						

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 поженемся! 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 ПАВЕЛ. ПЕРВЫЙ И ПОСЛЕДНИЙ Сериал 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
- 3.00 Новости
- 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России
- 9.00 Вести
- 9.30 Местное время
- 9.55 О самом главном Ток-шоу 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+
- 16.30 Вести
- 17.00 Малахов 16+
- 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 АЛЛА-ТАКСИ Сериал 12+
В таксопарк не вышли на работу из-за болезни два таксиста, и Алла решает сама сесть за руль. Во время очередного заказа в её машину садится странный молодой человек из Владивостока – Игнат. Он ищет дома с колонками для питьевой воды...
- 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+
- 2.15 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+
- 3.00 Вести
- 3.30 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ Сериал 12+

НТВ

- 4.50 ПЁС Сериал 16+
- 6.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 8.00 Сегодня
- 8.25 ПЁС Сериал 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ПЁС Сериал 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 МЁРТВАЯ ТОЧКА Сериал 16+
Жена бизнесмена Ильи Зобнина вместе с любовником найдены убитыми в номере отеля. Муж погибшей обращается к Козаку за помощью, поскольку шантажируют видеозаписью из номера, на которой он роется в их вещах...
- 22.10 КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА. БОЛЬШОЙ ПЕРЕДЕЛ Сериал 16+
- 0.15 Сегодня
- 0.35 Поздняков 16+
- 0.50 ПОТЕРЯННЫЕ Сериал 16+
- 4.15 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР Сериал 16+

СТС

- 6.00 ЛЮБОВЬ ОТ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ Комедия 16+
- 6.40 ДОМОЧАТЦЫ Сериал 16+
- 6.50 100 мест, где поест Кулинарное тревел-шоу 16+
- 9.40 МИТРИЧ Сериал 16+
- 12.40 ГРАНИЦА МИРОВ Сериал 16+
- 19.00 ГРАНИЦА МИРОВ Сериал 16+
Илона с Наташей отправляются в Тёмный мир, на помощь Лёхе. Владислав пятого сына Каина можно только в Аркаиме...
- 21.00 ДОСПЕХИ БОГА-3. МИССИЯ ЗОДИАК Приключенческая комедия 16+
Пекин. Строительство Летней резиденции императора началось в 1709 году и длилось более 150-ти лет. В одном из залов дворца находились бронзовые статуи 12-ти знаков восточного зодиака...
- 23.35 ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА Боевик 18+
- 1.25 ПАДЕНИЕ ОЛИМПА Боевик 16+
- 3.10 НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ Комедия 16+

ТНТ

- 7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+
- 11.30 САШАТАНЯ Сериал 16+
- 16.00 ПРАЗДНИКИ Сериал 16+
- 19.00 ГУЛЯЙ, ШАЛЬНАЯ Сериал 16+
Лиза готовится к приезду скандально известного подполковника Гайкова, а отдел занят странной активностью и проверкой «золотой» земли. Команда устраивает инсценировку ДТП и ловит садовника-воришку, успешно проходя проверку. Лиза получает предложение о повышении...
- 21.00 ТЕЛОХРАНИТЕЛИ Сериал 16+
В Москву приезжает Тренер и просит помочь выбрать машину. В это же время Адвокат с охраной оказываются в смертельной ловушке, а Папа отправляется в Сочи прожигать жизнь на чужие деньги...
- 23.00 ШПИОНСКАЯ СВАДЬБА Комедийный боевик 18+
- 1.00 РУБЕЖ ВЫЖИВАНИЯ Триллер 18+
- 2.50 Однажды в России Юмористическая программа 16+

ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение
- 8.15 Доктор И... 16+
- 8.40 ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ Сериал 16+
- 10.35 Актёрские драмы. Обманутые жёны 16+
- 11.30 События
- 11.50 ТАЁЖНЫЙ ДЕТЕКТИВ. ОХОТА НА МАМОНТА Фильм 16+
- 13.45 Мой герой. Сергей Бугаев 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 КОЧЕВНИЦА. ПРЕДСКАЗАНИЯ ПЕРЕСЛАВЛЯ Детектив 16+
- 16.55 Легенды эстрады. Битва за хит 16+
- 17.50 События
- 18.10 ЧЁРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. ЖРЕБИЙ БРОШЕН Детектив 16+
- 22.00 События
- 22.35 10 самых... Звёзды-однофамильцы 16+
- 23.05 Русские тайны. Кремлёвские жёны 16+
- 0.00 События. 25-й час
- 0.35 Петровка, 38 16+

5 5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
- 5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3 Сериал 16+
- 8.25 Ваше здоровье! 12+
- 9.00 Известия 16+
- 9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3 Сериал 16+
- 9.45 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
- 13.00 Известия 16+
- 13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
- 17.00 Известия 16+
- 17.30 СЛЕД. ИНСЕКТЫ Сериал 16+
- 18.20 СЛЕД. ОПИЛКИ СУДЬБЫ Сериал 16+
- 19.05 СЛЕД. БИОХАКЕР Сериал 16+
- 19.50 СЛЕД. КЛАДБИЩЕНСКИЙ РОМАН Сериал 16+
- 20.40 СЛЕД. ВИЛАМИ ПО ВОДЕ Сериал 16+
- 21.25 СЛЕД. РОМАН МЯСА И СТАЛИ Сериал 16+
- 22.20 СВОИ-7. КВИЗ Сериал 16+
- 23.05 СВОИ-5. ПЛЕННИЦА Сериал 16+
- 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
- 0.30 День ангела 6+
- 0.55 СВОИ-5. КОНЕК-ГОРБУНОК. НОВОГОДНИЕ Сериал 16+

РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных
- 7.15 Театральная летопись
- 7.45, 18.45, 0.15 Дубна. Рождение мира
- 8.30 ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО Фильм
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 0.55 ХХ век
- 13.00 Илья Франк. Нобелевские победы российской науки
- 13.45 В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА Фильм
- 14.55 Роман в камне
- 15.25 2 Верник 2
- 16.30 Моя любовь - Россия!
- 17.15 Музыка эпохи барокко
- 18.05 Борис Любимов. Фильмтургия одной судьбы
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Монолог
- 20.50 В 4-х частях
- 21.30 Кино о кино
- 21.30 Энигма
- 22.15 ВЕРТИКАЛЬ Фильм
- 23.30 Рассекреченная история

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Непобедимый 12+
- 6.30 Вид сверху 12+
- 7.00, 9.05 Новости
- 7.05, 10.50, 14.55, 23.35 Все на Матч! Специальный репортаж 12+
- 9.30, 11.30 Биатлон Альфа-Банк Чемпионат России. Суперперсыют. Мужчины
- 13.00 Есть тема! Формула-1.
- 14.25 Гаснут огни 12+
- 16.10 Конор Макгрегор - ирландец Документальный фильм 16+
- 17.15 Смешанные единоборства UFC. Мовсар Евлоев против Лерона Мёрфи 16+
- 19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала
- 22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов
- 0.30 Пеле. Король футбола. Документальный фильм 12+

3 ТВ3

- 6.00, 8.30 Мультфильмы
- 9.00 СЛЕПАЯ Сериал 16+
- 10.00 ГАДАЛКА Сериал 16+
- 13.45 ГАДАЛКА. НЕ ИГРУШКА Сериал 16+
- 14.15 ГАДАЛКА. ПИВНОЙ КЛЕЩ Сериал 16+
- 15.00 ГАДАЛКА. ДУБЛИКАТ Сериал 16+
- 15.30 СЛЕПАЯ Сериал 16+
- 16.30 СЛЕПАЯ. ДЛЯ ТЕБЯ Сериал 16+
- 17.00 СЛЕПАЯ. ВТОРАЯ ВЕСНА Сериал 16+
- 17.30 СЛЕПАЯ. УЧИТЕЛЬ ТАНЦЕВ Сериал 16+
- 18.00 ЛИСА Сериал 16+
- 20.00 ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ Сериал 16+
- 23.00 ПАТХАН. СХВАТКА СО СМЕРТЬЮ Фильм 18+
- 1.45 Дневник экстрасенса 16+

4 РЕН ТВ

- 5.00, 18.00, 0.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 6.00 С бодрым утром! 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 9.00, 11.00 Как устроен мир 16+
- 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
- 13.00, 14.00, 15.00 Невероятно интересные истории 16+
- 17.00, 1.50 Тайны Чапман 16+
- 20.00 ПЫЛАЮЩЕЕ МОРЕ Фильм-катастрофа 16+
Мощный взрыв затягивает огромную нефтяную платформу на дно Северного моря. Выяснив причину катастрофы, ученые понимают - это лишь начало...
- 22.00, 23.25 ДЕЛО ХРАБРЫХ Триллер 16+

О ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+
- 8.10 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+
- 9.10 Тест на отцовство Судебное шоу 16+
- 11.15, 23.15 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+
- 12.15 ПОРЧА. ЦЕЛЬ ОДНА, СЕСТРЁНКА Докудрама 16+
- 13.20, 1.15 ЗНАХАРКА Докудрама 16+
- 13.55, 1.40 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+
- 14.30, 2.10 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+
- 15.05 БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН Сериал 16+
- 19.00 ИЗ СЕРДЦА ПРОЧЬ Сериал 16+
- 0.20 ПОРЧА Докудрама 16+
- 2.35 Тест на отцовство Судебное шоу 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне Дача 16+
- 5.50 Пятница News 16+
- 6.20 Битва шефов 16+
- 8.30 Молодые ножи Су-вид 16+
- 9.50 Молодые ножи. Новая кровь 16+
- 12.50 Новые четыре свадьбы 16+
- 14.50 Новые четыре свадьбы Армянская свадьба vs Королевская свадьба 16+
- 17.00 Новые четыре свадьбы 16+
- 19.00 Новые пацанки 16+
- 22.00 Умнее всех 12+
- 23.40 Новые пацанки 16+
- 2.20 Пятница News 16+
- 2.50 Черный список Клининг и Корпоративы 16+
- 3.20 Черный список Помощники в доме и Сметы ремонта 16+

★ ЗВЕЗДА

- 5.30 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2 Сериал 16+
- 7.00 Сегодня утром 12+
- 9.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
- 9.15, 21.00 Открытый эфир Ток-шоу 16+
- 11.00 Тайны военной разведки 16+
- 11.55, 13.25, 1.20 БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН! Фильм 12+
- 14.15, 15.05, 17.15 ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2 Сериал 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 18.50 Специальный репортаж 16+
- 19.55 По горячим следам 16+
- 20.10 Код доступа 12+
- 22.45 Между тем с Наталией Метлиной 12+
- 23.15 КАТЯ И БЛЭК Сериал 16+
- 2.40 ДОБРОЕ УТРО Фильм 12+

7 ПЕРВЫЙ

- 6.00 Доброе утро. Суббота
- 9.00 Умницы и умники 12+
- 9.45 Слово пастыря
- 10.00 Новости с субтитрами
- 10.15 Оставьте ненужные споры... К 90-летию со дня рождения Станислава Говорухина 12+
- 11.10 Щелкунчик. В ожидании чуда
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Рокот космодрома 12+
- 13.10 Ну вы, блин, даете! К юбилею Алексея Булдакова 12+
- 14.20 **ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД** Фильм 16+
- 15.50 Наше всё. Сделано в России 12+
- 16.45 Кто хочет стать миллионером? 12+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.20 Ледниковый период 12+
- 21.00 Время
- 21.35 Клуб веселых и находчивых Высшая лига 16+
- 23.55 **АССА** Фильм 16+
- 2.30 **ПОДКАСТ.ЛАБ** 16+

1 РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России. Суббота
- 8.00 Местное время. Суббота
- 8.35 По секрету всему свету
- 9.00 Формула еды 12+
- 9.25 Пятеро на одного
- 10.10 Сто к одному Телеигра
- 11.00 Вести
- 11.30 Наши. Военкоры 12+
- 12.00 Доктор Мясников Медицинская программа 12+
- 13.00 **МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ** Сериал 12+
- 17.00 Вести
- 17.50 Привет, Андрей! Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
- 20.00 Вести
- 20.50 Вести. Местное время
- 21.00 **ОБЪЯВЛЯЮ ВАС МУЖЕМ И ЖЕНОЙ** Фильм 16+
- Продавщица деревенского магазина Марго и тракторист Максим живут вместе уже несколько лет, но до сих пор не поженились. Максим мечтает о настоящей семье и детях, но Марго тянет время и не соглашается выходить замуж...
- 0.45 **СВАДЕБНЫЙ МАРШ** Фильм 16+

НТВ НТВ

- 4.40 **ЧУЖОЙ ДЕД** Фильм 16+
- 6.20 **ЖДИ МЕНЯ** 12+
- 7.20 **СМОТР**
- 8.00 **СЕГОДНЯ**
- 8.20 **НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ** 16+
- 9.20 **ЕДИМ ДОМА**
- 10.00 **СЕГОДНЯ**
- 10.20 **ГЛАВНАЯ ДОРОГА** 16+
- 11.00 **ЖИВАЯ ЕДА** с Сергеем Малозёмовым 12+
- 12.00 **КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС**
- 13.00 **САТЯ** 16+
- 14.00 **ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!** 16+
- 15.00 **СВОЯ ИГРА**
- 16.00 **СЕГОДНЯ**
- 16.20 **ЧП. Расследование** 16+
- 17.00 **СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ...** 16+
- 19.00 **ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ** с Вадимом Такменевым
- 20.20 **ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ!** 16+
- 21.20 **СУПЕРСТАР!** Битва сезонов. Финал 16+
- 1.05 **КВАРТИРНИК НТВ у Маргулиса.** Калинов мост 16+
- 2.25 **ДАЧНЫЙ ОТВЕТ**
- 3.15 **РОЗЫ ДЛЯ ЭЛЬЗЫ** Фильм 16+

СТС СТС

- 6.00 Уральские пельмени 16+
- 8.50 Просто кухня Кулинарное шоу 12+
- 10.00 100 мест, где поест Кулинарное тревел-шоу 16+
- 12.05 **ЭЛВИН И БУРУНДУКИ** Комедия 12+
- 13.55 **ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2** Комедия
- 15.40 **МЛАДЕНЕЦ НА 30 000 000** Комедийный боевик 16+
- 18.15 **БОЛЬШОЙ СТЭН** Комедия 16+
- Стэн в панике - его ждёт срок за мошенничество. И его очень пугает надвигающееся тюремное заключение. Чтобы обезопасить себя от разного рода неожиданностей, Стэн обращается за помощью к Мастеру боевых искусств, который сможет научить его паре приёмов...
- 20.10 **ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ. КОРЕНЬ ЗЛА** Фэнтези 12+
- 22.40 **МАСТЕР** Триллер 16+
- 1.00 **ГНЕВ** Криминальная драма 16+
- 3.20 **72 ЧАСА** Криминальный триллер 16+

ТНТ ТНТ

- 7.00 Однажды в России Юмористическая программа 16+
- 9.00 Время завтрака 16+
- 9.30, 11.00, 12.40, 14.20 **Битва экстрасенсов** Паранормальное шоу 16+
- 15.55, 18.30 **Новая битва экстрасенсов** Паранормальное шоу 16+
- Новые лица, новые герои, новые испытания и душераздирающие истории из жизни зрителей. Участники проекта должны доказать, что они настоящие экстрасенсы и продемонстрировать свои необычные способности...
- 21.00 **Музыкальная интуиция** Развлекательная программа 12+
- Звёздные участники снова попробуют угадать, кто перед ними - профессиональный певец или человек, который никогда не брал в руки микрофон...
- 23.00 **Женский Стендап** Юмористическая программа 18+
- 0.00 **Конфетка. Финал** 16+
- 2.20 **Женский стендап** Юмористическая программа 18+

ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

- 6.40 Православная энциклопедия 6+
- 7.05 **ЧЁРНЫЕ НАЧИНАЮТ - БЕЛЫЕ ВЫИГРЫВАЮТ. МАСТЕР ИГРЫ В ГО** Детектив 16+
- 10.55 **Просто & вкусно** 6+
- 11.30 **События**
- 11.45 **Смешите меня семеро** 16+
- 12.35 **Нехмурые люди** Анекдот-клуб 16+
- 13.10 **ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ** Детектив 16+
- 14.30 **События**
- 14.45 **ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ** Детектив 16+
- 17.10 **СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ** Детектив 16+
- 21.00 **Постскриптум** с Алексеем Пушковым
- 22.10 **Право знать!** Ток-шоу 16+
- 23.30 **События**
- 23.45 **Обжалованию не подлежит.** Ироды 16+
- 0.35 **90-е. Генералы** 16+
- 1.15 **10 самых...** Звёзды-однофамильцы 16+
- 1.40 **Хватит слухов!** 16+
- 2.10 **Легенды эстрады.** Хит по наследству 16+

5 5 КАНАЛ

- 5.00 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 9.00 **Страна советов** 16+
- 9.30 **Стройнадзор** 16+
- 10.05 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 14.45 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. КВЕСТ ПО ГОРОДУ** Сериал 16+
- 15.45 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ДОМИК У МОРЯ** Сериал 16+
- 16.40 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ПОДАРОК НА СВАДЬБУ** Сериал 16+
- 17.35 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ВОРОН В ОВЧЕЙ ШКУРЕ** Сериал 16+
- 18.25 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ПОСЛЕДНИЙ ПРАЗДНИК** Сериал 16+
- 19.25 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. ВОРОН НА ПРОРОДЕ** Сериал 16+
- 20.20 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6. КЛЮЧ К РАССЛЕДОВАНИЮ** Сериал 16+
- 21.15 **УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6** Сериал 16+
- 0.00 **Известия.** Главное 16+
- 1.05 **Светская хроника** 16+

РОССИЯ К

- 6.30 Библийский сюжет
- 7.05 Мультфильмы
- 7.50 **ОСЕННИЕ УТРЕННИКИ** Фильм
- 10.05 Мы - грамотеи!
- 10.45 Разные судьбы
- 11.25 **СТРАННАЯ ИСТОРИЯ ДОКТОРА ДЖЕКИЛА И МИСТЕРА ХАЙДА** Фильм
- 13.00 Земля людей
- 13.30 Черные дыры. Белые пятна
- 14.10 Эрмитаж
- 14.40, 0.40 **Заповедное** Документальный сериал
- 15.25 **Рассказы из русской истории**
- 16.35 **ЖИЗЕЛЬ** Фильм-балет
- 18.00 **ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ** Фильм
- 19.30 **Новости культуры**
- 19.50 **ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ** Фильм
- 22.00 **Агора**
- 23.00 **ЖЕНИТЬБА** Фильм
- 1.20 **Искатели**

МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Смешанные единоборства UFC. Алекс Перейра против Исраэля Адесаны 16+
- 7.00, 9.05 **Новости**
- 7.05, 13.00, 17.00, 23.00 **Все на Матч!**
- 9.10 **ЧЕМПИОНЫ** Сериал 6+
- 9.30 **Формула-1. Гаснут огни** 12+
- 10.00 **Биатлон** Альфа-Банк Чемпионат России. Марафон. Мужчины
- 14.15 **Хоккей** Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала
- 18.55 **Футбол** Товарищеский матч **Зенит - Кайрат** (Казахстан)
- 21.00 **Смешанные единоборства** Бетсити Fight Nights 16+
- 1.00 **Волейбол** Чемпионат России. Суперлига. Женщины. 1/2 финала 6+

3 ТВЗ

- 6.00 Мультфильмы
- 8.00 **Новый день** 16+
- 9.00 **МИЛЫЙ ДРУГ** Фильм 16+
- 11.00 **СЕМЕЙКА ВАМПИРОВ** Фильм 12+
- 13.00 **СЕМЕЙКА ВАМПИРОВ 2** Фильм 12+
- 15.00 **СЕМЕЙКА ВАМПИРОВ 3** Фильм 12+
- 17.00 **КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ** Фильм 16+
- 19.00 **ВЕДЬМИНА ДОСКА** Фильм 16+
- Эмили вместе с женой Кристианом собираются открыть кафе. Во время реставрации старого сарая они обнаружили спиритическую доску...
- 21.15 **СТРАШНЫЕ СКАЗКИ** Фильм 16+
- 0.00 **ОХОТНИЦА ЗА ВРЕМЕНЕМ** Фильм 18+
- 1.30 **Дневник экстрасенса** 16+

4 РЕН ТВ

- 5.00, 1.30 **Самые шокирующие гипотезы** 16+
- 6.00 **С бодрым утром!** 16+
- 8.30, 12.30, 16.30, 19.30 **Новости** 16+
- 9.00 **Минтранс** 16+
- 10.00 **Самая полезная программа** 16+
- 11.00, 13.00 **Военная тайна** 16+
- 15.00 **Совбез** 16+
- 16.00 **Информационная программа** 112 16+
- 16.55 **Документальный спецпроект** 16+
- 18.00 **Засекреченные списки** Документальный спецпроект 16+
- 19.00 **Добровэфире** 16+
- 19.55 **СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА** Боевик 16+
- 21.45 **ПЛЕТЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК** Триллер 16+
- 23.45 **СУДНАЯ НОЧЬ В АРКАДИИ** Триллер 18+

ДОМАШНИЙ

- 6.30 **ВЕРНУТЬ ЖИЗНЬ** Сериал 16+
- 10.00 **Уютное утро** 16+
- 10.35 **МАРАФОН СЕРДЦА** Сериал 16+
- 14.40 **ЗВОНОК ИЗ ПРОШЛОГО** Сериал 16+
- Спокойная, полная любви жизнь Кати и Вадима оказывается под угрозой: неожиданно объявляется Лина, бывшая Катиного мужа...
- 19.00 **НЕВЕСТА ПОНЕВОЛЕ** Сериал 16+
- Виктория Никитина работает горничной в провинциальном отеле и мечтает уехать из родного города в надежде скрыться от преследований бывшего мужа-тирана...
- 23.15 **ЛЮБОВЬ НАПРОКАТ** Фильм 16+
- 1.15 **РОКОВОЕ SMS** Детектив 16+
- 2.45 **БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН** Сериал 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 **Секреты на кухне** Рис 16+
- 5.50 **Секреты на кухне** Закуски 16+
- 6.30 **Пятница News** 16+
- 7.00 **Умнее всех** 12+
- 8.30 **Мамы Пятницы** 16+
- 9.00 **Прекрасное далёко.** Китай 16+
- 10.00 **Как люди живут.** Сомали 16+
- 11.20 **Как люди живут.** Куба 16+
- 13.40 **Как люди живут.** Грузия 16+
- 14.50 **Экспедиция с Алексеем Столяровым** 16+
- 16.00 **Погнали!** На Бали 16+
- 17.10 **Погнали!** В Малайзию 16+
- 18.50 **Погнали!** В Узбекистан 16+
- 20.50 **Погнали!** В Южную Корею 16+
- 23.00 **КОМИССАР РЕКС** Сериал 16+
- 1.50 **Черный список** Сантехники 16+
- 2.20 **Черный список** Муж на час 16+

★ ЗВЕЗДА

- 6.10 **К ЧЕРНОМУ МОРЮ** Фильм 12+
- 7.35 **ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ** 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** Эрнст Неизвестный 12+
- 12.00 **Народный ВПК** 12+
- 12.30 **Любовь на линии огня** 16+
- 13.20, 17.05, 19.25 **БИТВА ЗА МОСКВУ** Сериал 12+
- 21.25 **СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДЕТЕЛЯ** Сериал 16+
- 1.20 **ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА** Фильм 12+
- 2.50 **ОПАСНЫЕ ТРОПЫ** Фильм 12+

ИНТЕРВЬЮ С ЧЕЛОВЕКОМ, КОТОРЫЙ ВЫБИВАЛ ДОЛГИ

Даже у коллектора должно быть чувство справедливости

ЮЛИЯ ЯГАФАРОВА

ПОГОНИ, бои на топорах, больничные палаты и шпионские игры. Нет, это не трейлер боевика. Это будни коллектора начала 2010-х.

Наш герой Вадим М. пришёл в профессию по знакомству, думая, что будет просто разговаривать с людьми. А попал в мир, где каждый день проверяет тебя на прочность. Как выбить долг из человека, который прячется? О чём молчат люди, которые выбивают эту работу? Самые откровенные и драматичные истории – в нашем материале!

– Вадим, расскажите, как вообще попадают в эту профессию?

– Сразу оговорюсь: всё, о чём я расскажу, было актуально примерно до 2016–17 года. Потом вышел закон № 230-ФЗ, который всё изменил. А попал я туда по знакомству. Друг сказал: «Есть вакансия, есть драйв». Я тогда закончил колледж по специальности «гостиничный сервис» и понятия не имел, чем хочу заниматься. О работе коллектора я не знал ничего. Думал, буду просто общаться с людьми. Но первое же задание на собеседовании было... необычным. Мне дали анкету девушки-должницы и сказали: «Телефон отключен, по адресу не появляется, с работы в магазине уволилась. Найди ее до семи вечера. Любыми способами». Я изучил данные и понял, что напрямую ее не достать. И тогда я пришел на ее бывшую работу и притворился ее влюбленным парнем. Приставал к ее бывшим коллегам примерно с такими словами: «Она такая классная, куда она перевелась? Помогите, хочу сделать сюрприз». В итоге прошел по четырем точкам, но нашел ее. Это был экзамен.

– В чём заключалась Ваша работа? Это было психологическое давление?

– По-разному. Иногда достаточно было просто найти человека. Многие должники наивно полагают, что если сменили сим-карту и не открывают дверь, то они «ушли в тень». Это не так. Вот случай: пенсионерка, третий месяц не платит долг. Еду по адресу прописки – там новые жильцы, соседи молчат. Выхожу расстроенный, но тут ко мне подходит парень и говорит: «Вы мою бабушку ищите?» Оказалось, внук. И он такой: «У нас с ней плохие отношения. Она с

моим отцом пыталась у меня квартиру отжать, из-за них я стал инвалидом». После чего он сел ко мне в машину и показал дорогу к ее работе – она трудилась на очистных сооружениях. Там я через ее коллегу попросил позвонить ей домой со стационарного телефона. Представляете: сидит она вечером дома, вдруг звонок с работы. Снимает трубку, а там... я.

– Вы же наверняка сталкивались и с агрессией?

– Постоянно. Первая реакция – угроза расправой: «Я тебя сейчас найду, убью!» Когда понимают, что это не работает, начинается вторая волна: «Вы знаете, кто я? У меня дядя в прокуратуре!» Я обычно отвечал так: «Вы уж определитесь, вы меня убить хотите или посадить?» Но были и по-настоящему страшные моменты. Пытались зарезать, зарубить топором. Это не потому, что люди такие злые, просто у них шок. Человек в аффекте, видит чужого на своей территории, который лезет в его жизнь. Страшно, да, но это часть нашей работы.

– Слушая Вас, кажется, что в этой профессии люди вообще без принципов. Давите на человека, у которого горе, на его родственников...

– Нет, это не так. Но смысл один – выполнить план. А клиенты бывают разными. Был случай с женщиной-нейрохирургом. Ее сын стал лудоманом (игроманом), набрал долгов у опасных людей. Чтобы его спасти, она набрала кредитов сама. А потом поскользнулась, сломала руку и больше не могла оперировать. Денег нет. И что ты ей сделаешь?

– Но ведь часто коллекторы терроризируют родственников, которые ни при чем. Звонят бывшим женам, детям, пенсионерам.

– Просто так терроризировать бессмысленно. Если человек прячется, единственная ниточка к нему – это круг общения. Я не угрожал, я искал информацию. Кому-то достаточно сказать: «Я приду к тебе на работу и расскажу про долги». Для многих это страшнее физической расправы. А вот бесконечные звонки с угрозами бывшим женам –

это, согласен, бесполезная жестокость. Я так не делал.

КУРЬЕЗЫ

– А какие-то курьезные случаи были?

– Как же без этого! Коллега зимой ловил такси (агрегаторов тогда не было). Когда машина подъезжала, он поскользнулся и влетел лицом в капот, сломал руку и разбил лицо. На следующий день к нему приходят должники, которых он давно искал. А он сидит перед ними с переломанной рукой, в синяках. Они в шоке: «Что с вами?» А он им: «Видите? Это всё из-за вас! Я за вас поручился начальству, что вы заплатите. А вы не пьяный брат. Вот что со мной сделали!» Им стало искренне его жалко, и они тут же внесли деньги.

– Вы упомянули случай с топором. Расскажите?

– Это было чуть ли не в первую неделю работы, почти в центре города. Мы пришли к женщине-должнице, а дверь открыл ее пьяный брат. Сначала он просто вышел, а потом вернулся с топором. Я топор этот отнял, стою над ним, прижимаю к земле, ору, чтобы успокоился. И тут приходит его мама. И, по случайности, она оказалась знакомой кого-то из моих знакомых. Узнала меня, ситуация разрешилась, договорились.

– Скажите, а бывало такое, что Вы отпускали человека? Жалели его и не давили?

– Конечно. Например, был парень, которому не платили зарплату. Реально должны были, а он сидел без денег и не мог платить по кредиту. Я поехал не к нему, а к его директору. Решил вопрос с зарплатой, и тогда парень рассчитался с банком. Мне главное – результат. А чувство справедливости... оно должно быть у каждого, даже у коллектора

– А если бы Ваш друг попал в долговую яму и столкнулся с давлением, что бы Вы ему посоветовали?

– Если по делу... Не брать трубку с неизвестных номеров. Сразу в блок. Если проблема с номером – сменить его. Оформить симку на другого человека. Сейчас с этим проще.



Татьяна Буланова

Ясный мой амулет

57-ЛЕТНЯЯ певица Татьяна Буланова связала вторую волну популярности с магическим амулетом, который сделала ее близкий друг, известный в «оккультных кругах».

– Я не знаю, помогает этот атрибут или нет, но такое впечатление, что ко мне вернулась слава как раз после того, как появился этот повторный символ, – заявила Буланова.



Аскольд Запашный

Зубы на полку

АСКОЛЬД Запашный едва не лишился зубов после травмы на хоккейной тренировке. Ему пришлось потратить на ремонт винира 150 тысяч рублей. 48-летний дрессировщик рассказал, что все произошло случайно во время занятия любительской команды. Одного из игроков толкнули на борт, и при падении тот случайно попал ему клюшкой по лицу.

ПРИКОЛ

ПИНГВИНАМ из Эдинбургского зоопарка привезли цветные камешки, и самцы тут же бросились дарить их своим подругам.

ВЛАДЕЛЕЦ «СТОЛИЧНОЙ» ИЗБАВЛЯЕТСЯ ОТ АКТИВОВ ЗА РУБЕЖОМ

СЕРГЕЙ ЖУКОВ

ПОХОЖЕ, у поддержавшего Украину и сбежавшего из России 58-летнего водочного бизнесмена Юрия Шефлера на Западе начались финансовые проблемы – он выставил на продажу приобретенное им в 2017 году историческое поместье, где жили короли и президенты.

Шефлер продает поместье в долине реки Спей, которое признано лучшим в Европе местом для ловли лосося.

По данным британской прессы, это самое дорогое в Шотландии охотничье хозяйство. Оно примыкает к национальному парку Cairngorm и находится в районе, который славится производством виски, охотой и обилием рыбы в местной реке Спей. Площадь угодья Шефлера составляет 85 кв. км, на его территории находятся место для охоты на бекасов и вальдшнепов, пять ферм и производство говядины и баранины. Раньше здесь обитала шотландская аристократия, в поместье бывали короли Эдуард VII, Георг V и Георг VI, бывший президент США Теодор Рузвельт и король Бельгии Леопольд. А с 2017 года оно находится под контролем беглого российского бизнесмена – предположительно, Шефлер выкупил его за 25 млн фунтов стерлингов (33,5 млн долларов по курсу). А теперь продаёт за 90 млн долларов.

БОГАТСТВО

Юрию Шефлеру 58 лет, он бизнесмен из 90-х. Известен тем, что владел блокирующим пакетом акций авиакомпании «Внуковские авиалинии», акциями ГУМа, ЦУМа и российского холдинга «Нафта Москва». Но главное достижение коммерсанта – водочный бизнес. В 90-е он сумел завладеть известными с советских времен алкогольными товарными знаками «Столичная», «Московская» и «Рижский балзам». После распада Союза легендарные бренды принадлежали ВАО «Союзплодоимпорт», но Шефлер воспользовался их неопределенным статусом, продал все свои активы за 45 млн долларов и потратил эти деньги на перерегистрацию торговых марок. В России это было воспринято как мошенничество, и против Шефлера возбудили уголовное дело аж по шести статьям УК. Коммерсант сбежал в Латвию, а через нее

ФОТО: FARMINGBOOK.COM



Сбежавший из России водочный король Шефлер продает свой дворец в Шотландии за 90 млн долларов

Алкогольный бизнес Шефлера переживает не лучшие времена

ФОТО: RU.RUWIKI.RU

Тортыкое ПОХМЕЛЬЕ



отправился в Лондон, где в итоге и получил британское гражданство. Позже к этому паспорту добавился еще и израильский. Сейчас бизнесмен живет между Великобританией и Швейцарией, ряд его бизнес-активов, включая алкогольный бизнес, зарегистрирован в Люксембурге.

ПРИЕМ

Кажется, Европа приняла Шефлера с распростертыми объятиями. Например, в 2006 году группа SPI, контролируемая предпринимателем, приобрела блокирующий пакет акций знаменитого итальянского винного дома Tenute di Toscana. А в 2021 году Шефлер сумел войти в бизнес семьи Брэда Питта и Анджелины Джоли. В 2008 году тогда еще супруги приобрели контрольный пакет акций винодельни на юге Франции

Chateau Miraval. Покупка состоялась в том числе потому, что в комплексе с бизнесом шел средневековый замок, в котором, кстати, актеры и поженились. Когда их брак распался, как писала американская пресса, Джоли намеренно – из мести – продала свою долю в бизнесе Юрию Шефлеру, зная, что российский бизнесмен будет стремиться по-

лучить весь бизнес целиком и однажды вытеснит из него и Питта. В качестве мерила успеха на Западе можно перечислить и недвижимость бизнесмена. Кроме выставленного на продажу поместья ему с начала нулевых годов принадлежит огромный замок в английском графстве Суррей стоимостью 14,5 млн фунтов стерлингов, или почти 20 млн долларов по курсу. У бизнесмена также есть недвижимость в Лондоне, Майами, Юрмале и на Лазурном Берегу Франции.

АКТИВЫ

Несмотря на уголовное преследование в России, до самого недавнего времени Шефлер продолжал контролировать спиртовой завод под Тамбовом, а также калининградскую фирму по производству водки, где разливают популярные марки «Столичная» и «Московская». При этом суммарные доходы этих предприятий достигают миллиардов рублей, и, как сообщали СМИ, дивиденды не выплачивались. Возможно, прибыль оседала на Западе. Более того, с началом СВО Шефлер через свои люксембургские конторы стал активно поддерживать Украину. По данным Генпрокуратуры РФ, структуры предпринимателя только в 2022–2023 годах направили в поддержку ВСУ 38 млн евро. Кроме того, его зарубежный бизнес проводил маркетинговые кампании в поддержку ВСУ. В первый же день СВО они опубликовали осуждение спецоперации, следом сменили название основной хитовой водки Stolichnaya на Stoli, чтобы меньше ассоциироваться с Россией, а потом выпустили заявление, где утверждается, что их вторая по популярности водка – Moskovskaaya – «решительно не русская, а латвийская». Наконец, компании Шефлера начали продавать лимитированную серию алкоголя, все доходы от продажи которого пошли на Украину.

В итоге в 2024 году тамбовский райсуд Тамбовской области удовлетворил иск генпрокурора и обратил в доход России российские активы Шефлера. Возможно, после этого бизнесмен сильно и потерял в доходах, так как именно российский водочный бизнес был основой его состояния.



Андрей Данилко

Попала на нелюбовь

СТАЛО известно возможное наказание 52-летнему украинскому певцу Андрею Данилко, известному как Верка Сердючка, в России.

По мнению юристов – до 6 лет колонии по статье 282 «Возбуждение ненависти или вражды, унижение человеческого достоинства» и статье 280 «Призывы к осуществлению экстремистской деятельности».



Аврил Лавин

В клещах страха

КАНАДСКАЯ певица Аврил Лавин отказалась выступать в России из-за проснувшихся клещей.

Организаторы связались с артисткой и предложили дать концерт в Москве. Аврил ответила, что «ни в коем случае». СМИ сразу же предположили, что 41-летняя Лавин отказалась из-за боязни клещей. В 2014 году их укусы вызвали у певицы инфекционное заболевание.

ПРИКОЛ

В КЕМБРИДЖСКОМ университете провели исследование и пришли к выводу, что подростковый возраст человека длится до 32 лет.



Олигарх приобрел часть винодельни Джоли и Питта

СПИНА ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ТРУХУ? ВРЕМЯ НАЧИНАТЬ КАПИТАЛЬНЫЙ РЕМОНТ

Представим себе дом, который с виду ещё кажется крепким. Но, если спуститься в подвал, откроется ужасная картина: фундамент, на котором держатся тонны кирпича, пошёл глубокими трещинами и начал крошиться в труху. Любой строитель скажет: «Это начало конца». Человеческое тело — это и есть такой дом. А его фундамент, его единственный несущий стержень, на котором держится вся конструкция, — это позвоночник. Закон стройки жесток: повело фундамент — рухнет всё.

Согласитесь, страшно осознавать, что твоя главная опора уходит из-под ног. Ведь если «фундамент» рассыплется окончательно, то под обломками окажется вся Ваша жизнь.

Горько, когда поездка на дачу становится несбыточной мечтой, а поход в магазин — непреодолимой полосой препятствий.

И по-настоящему жутко, когда наступает полная зависимость.

Стать неподвижным «предметом интерьера», обузой для детей, видеть в их глазах усталую обречённость — вот истинный кошмар, от которого хочется лезть на стену.

КАПИТАЛЬНЫЙ РЕМОНТ: НЕ МАСКИРОВКА, А ЛЕЧЕНИЕ!

Врачи говорят: «У восьми из десяти пожилых людей — больная спина». Восемь из десяти! Просто вдумайтесь в эту цифру. Но у нас есть для Вас другая информация к размышлению. Оказывается, заболевания спины и суставов — это главная причина, по которой люди становятся инвалидами. Не инфаркты. Не диабет. Не онкология. А спина. Именно больная спина чаще всего превращает человека в пленника собственной квартиры.

Представьте: вчера Вы гуляли в парке, ездили на дачу, нянчили внуков. А сегодня утром не можете встать с кровати. Просто не можете.

Позвоночник отказывается слушаться, колени подгибаются, каждое движение отдаётся такой болью, что хочется кричать. И вот Вы лежите, уставившись в потолок, и понимаете: неужели это всё?

В таком состоянии организм похож на заброшенную стройку, где отключили коммуникации. Чтобы вернуть этот дом к жизни, нужен не маляр с кисточкой, а бригада тяжелой техники. Именно для таких задач, для глубокого капитального ремонта «несущих конструкций» организма, и был создан электростимулятор МВ 6.03, известный как «Тренажёр Маркелова»². Это не игрушка-массажёр, которая лишь щекочет кожу. Это серьёзная инженерная система для тех, кто решил отвоевать свой фундамент у старости и разрухи.

ФИЗИКА СПАСЕНИЯ: ЭЛЕКТРИЧЕСТВО ВМЕСТО ХИМИИ

За каждой великой технологией стоит Личность. Вадим Евгеньевич Маркелов, создатель аппарата, — это человек, который построил свою империю здоровья с нуля ещё в суровые 90-е, когда всё вокруг рушилось. Сегодня его завод в Карелии — это гордость отечественной индустрии.

Вадим Маркелов знает о механике тела больше, чем многие академики. Он создавал этот электростимулятор не как бизнесмен, желающий продать «чудо-таблетку», а как главный конструктор, решающий инженерную задачу: восстановить каркас человека, когда тот начинает рассыпаться.

Для капитального ремонта «фундамента» — позвоночника — используется специальный электрод «Лепесток».

Он масштабный, словно защитный щит, и укрывает сразу всю аварийную зону — поясницу или грудной отдел целиком. При этом всё сделано для Вашего удобства: не нужно ничьей помощи или сложных настроек. Вы просто смачиваете электрод водой и ложитесь на него спиной. Всё! Ремонт начался.

Уже после первого курса (10 дней по 5 минут) тренажёр помогает шаг за шагом возвращать утраченный комфорт. Чтобы можно было спокойно встать со стула. Без рук и подручных предметов. Просто встать. Легко. Не боясь, что спина «выстрелит», а колени подогнутся. Чтобы вы могли стоять. И сделать шаг. И ещё один. Без страха. Без этого проклятого расчёта: «А хватит ли сил дойти обратно?»

Вы снова можете жить.

Не просто дышать, есть, спать, а жить. Пойти туда, куда хочется. Навестить детей, чтобы просто обнять их и провести вечер в тёплом семейном кругу. Поехать на дачу и вновь заняться своими грядками. Проводить внука до школы — и всё это не в мечтах, а по-настоящему.



НЕ ЖДИТЕ, ПОКА ФУНДАМЕНТ РАЗВАЛИТСЯ ОКОНЧАТЕЛЬНО

Вы дочитали до этих строк. Значит, где-то внутри тлеет надежда. Надежда, что можно жить без этой проклятой боли. Сейчас перед Вами два пути. Первый — перевернуть эту страницу и оставить всё как есть. Жить и надеяться, что «само пройдёт». Хотя кого Вы обманываете?! Сами себя. Вы уже знаете — не проходит. Эти бессонные ночи, когда тело ноет так, что хочется выть. Когда понимаешь: с каждым месяцем становится хуже. А впереди — только инвалидное кресло и чужие руки, которые будут поднимать Вас с постели. Второй путь — взять телефон и прямо сейчас позвонить по номеру: 8-800-444-86-53. Понимаете, в чём дело? Тренажёр Маркелова — это не волшебная таблетка.

Он не вернёт Вам тело двадцатилетнего. Но он даст то, без чего жизнь превращается в существование: возможность двигаться без страха. Сколько лет Вам осталось? Десять? Двадцать, если повезёт? И как Вы хотите их прожить — хозяином своего тела или его заложником? Не дарите эти годы боли и немощи. Они и так заберут своё. Но пусть они заберут как можно меньше. Возьмите телефон. Наберите: 8-800-444-86-53. Это займет три минуты. Всего три минуты, которые могут подарить Вам годы нормальной жизни. А если не позвоните — ничего не случится. Просто завтра будет так же больно, как сегодня. И послезавтра. И через месяц. Пока однажды утром Вы не поймете, что больше не можете встать. Тогда будет поздно. Сейчас — ещё нет. Ваша спина молит о помощи. Спасите себя, пока это ещё возможно.

БЕСПЛАТНАЯ ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

для консультирования и оформления заказа:

8 (800) 444-86-53



**ВЫБИРАЙТЕ УДОБНУЮ ДОСТАВКУ:
ПОЧТОЙ РОССИИ ИЛИ КУРЬЕРОМ ДО ДВЕРИ,
А МЫ ОПЛАТИМ ЕЁ ЗА СВОЙ СЧЁТ!**

WWW.PRODEX.RU

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК!¹ 0+

УЛЬЯНОВСК ДК ВОС, ул. Гагарина, д. 18	23 МАРТА 10.00-12.00	РОСТОВ-НА-ДОНУ Аптека «Айболитмедсервис», ул. Варфоломеева, д. 222А/108А	25 МАРТА 9.00-12.00	САМАРА Дом офицеров, ул. Шостаковича, д. 7	27 МАРТА 9.00-10.00
ЧЕБОКСАРЫ Аптека «Фармаимплекс», Московский просп., д. 16	24 МАРТА 9.00-10.30	НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ Аптека «Фармаимплекс», просп. Раиса Беляева, д. 12	26 МАРТА 9.00-10.00	ДК «Металлург», просп. Металлургов, д. 75	11.00-12.00
ВОРОНЕЖ Аптека «Фармаимплекс», ул. Плехановская, д. 33	24 МАРТА 11.00-12.00	НИЖНЕКАМСК Аптека «Фармаимплекс», просп. Химиков, д. 53/1	26 МАРТА 11.00-12.00	ТОЛЬЯТТИ ДК «Тольятти», бул. Ленина, д. 1	27 МАРТА 14.00-15.00
ЙОШКАР-ОЛА Аптека «Фармаимплекс», ул. Кирова, д. 13	25 МАРТА 9.00-10.00	КРАСНОДАР ДК ВОС, ул. Московская, д. 65А	26 МАРТА 9.00-11.00	ВОЛГОГРАД Дом офицеров, просп. им. В.И. Ленина, д. 31	27 МАРТА 9.00-11.00
Аптека «Фармаимплекс», ул. Первомайская, д. 158	11.00-12.00			СЫКТЫВКАР ДК Строитель, ул. Клары Цеткин, д. 80	31 МАРТА 9.00-11.00
				ПЕРМЬ ДК ВОС, ул. Краснова, д. 18	2 АПРЕЛЯ 9.00-10.00
				Аптека «Фармаимплекс», ул. Мира, д. 71А	10.30-12.00

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:

- г. Москва** • м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
• м. «Лермонтовский проспект», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1 • м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
- г. Санкт-Петербург** • аллея Поликарпова, д. 2А

! (Вход со стороны мед. анализов КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10% по промокоду: **ЖИЗНЬ**



Prodex

ТОЛЬКО ДО 15 АПРЕЛЯ 2026 ГОДА ПРИ ЗАКАЗЕ АППАРАТА
«ТРЕНАЖЁР МАРКЕЛОВА» - ТУРМАЛИНОВЫЕ СТЕЛКИ В ПОДАРОК!³

**1 790 РУБ.
БЕСПЛАТНО**

- Улучшение кровообращения
- Профилактика грибковых заболеваний

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 18.03.2026 г. по 18.04.2026 г. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ¹ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод на упаковку: селфдокс, здравоохранение, турмалин, продекс. ²Электростимулятор МВ6.03 Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



#САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ
ГАНИЧКИНОЙ



1 СЕМЕНА капусты лучше сначала высевать в специальную рассадную грядку (школку), а затем пикировать в отдельные горшочки. Для посева берем ёмкость и заполняем ее готовым универсальным грунтом, добавляем 1 столовую ложку Циона (ионитного субстрата). Слой почвы должен быть примерно 5 см.

2 ДАЛЕЕ делаем бороздки глубиной около 0,5 см, располагая их на расстоянии 5 см друг от друга. Семена высеем сухими, оставляя между ними промежутки 1,5 см.

3 ПОСЛЕ посева ёмкость накрываем пленкой или стеклом и ставим в теплое место с температурой 20–22°C. Первые всходы обычно появляются через 3–5 дней. Важно вовремя заметить их появление, иначе ростки могут сильно вытянуться.

4 КАК только появляются первые всходы, рассаду переносят в более прохладное место: ночью температура должна быть 10–13°C, а днем 15–17°C.

5 ПОСЛЕ того как появится первый настоящий лист, рассаду пикируют в отдельные горшочки размером 6x6 или 8x8 см. При пересадке стебель заглубляют в почву до семядольных листьев.



Правильная КАПУСТА

■ **ОСНОВНОЙ** уход за рассадой заключается в регулярном поливе и закаливании растений. Если температура на улице поднимается выше +5°C, рассаду можно выносить на балкон для закаливания.

ДОРОГИЕ садоводы и огородники! Сегодня поговорим о том, как правильно вырастить капусту, поговорим о сортах, которые предпочитаю я.



СОРТА

А теперь, как и обещала, — о сортах.

Казачок — раннеспелый сорт. Период созревания составляет примерно 100–112 дней. Вес одного кочана около 1 кг. Этот сорт лучше всего подходит для употребления в свежем виде.

РИНДА — сорт с высокой урожайностью и хорошей устойчивостью к болезням. Средний вес кочана достигает 3,5 кг. Отлично подходит для квашения.

СЛАВА 1305 — созревает примерно за 120–130 дней. Кочаны плотные, весом 2,5–4 кг, на срезе имеют белоснежную мякоть.


АМАГЕР 611 — поздний и морозоустойчивый сорт. От появления всходов до полного созревания проходит 120–140 дней. Кочаны овальной формы, средний вес около 2,5 кг. Этот сорт хорошо подходит для длительного хранения до весны.

Среди сортов цветной капусты можно выделить **СНОУБОЛЛ 123**. Это холодостойкий сорт, устойчивый к фузариозу и точечному некрозу. От всходов до созревания проходит 85–100 дней, средний вес головки около 1 кг.

Хороших Вам урожаев капусты!

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

ЛЮБОВЬ РОМАНОВНА



ПОТОМСТВЕННАЯ ЗНАХАРКА И ЯСНОВИДЯЩАЯ. ОБЛАДАЕТ ЗНАНИЯМИ И МАСТЕРСТВОМ 12 ПОКОЛЕНИЙ, ИСПОЛЗУЯ СТАРИННУЮ КНИГУ ЖИЗНИ, КОТОРОЙ НЕТ ЦЕНЫ! ЛЮБОВЬ РОМАНОВНА МОЖЕТ ПОМОЧЬ КАЖДОМУ, КТО НУЖДАЕТСЯ В ЕЁ ПОМОЩИ И СОВЕТЕ. СТОИТ ЕЙ ОТКРЫТЬ КНИГУ, ОНА ВАМ ДАСТ ДЕЙСТВЕННЫЙ СОВЕТ – КАК ПОСТУПИТЬ В ВАШЕЙ СИТУАЦИИ. УВИДИТ: ЕСТЬ ЛИ НА ВАС ИЛИ БЛИЗКИХ НАВЕДЕННАЯ ПОРЧА, СГЛАЗ, ПРОКЛЯТЬЕ И ПОМОЖЕТ СНЯТЬ ВЕСЬ ЭТОТ НЕГАТИВ БЫСТРО, БЕЗ ВАШЕГО ПРИСУТСТВИЯ. ВЕРНЁТ ЛЮБОВЬ И УВАЖЕНИЕ ДЕТЕЙ К РОДИТЕЛЯМ, ВОССОЕДИНИТ И СОХРАНИТ СЕМЬЮ, УБЕРЁТ СТРАХ, ПАНИКУ. МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВАШИМ БЛИЗКИМ ОТ ДУРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ, ВОССТАНОВИТЬ МУЖСКУЮ ЭНЕРГЕТИКУ.

РАБОТА НА РАССТОЯНИИ И ЛИЧНО. БЕСПЛАТНО! Т.8-920-341-45-94

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.

МАГ ОКАЗЫВАЕТ ПОМОЩЬ.
ЗВОНИ. РИДА
Т.8-995-020-12-23

ТРЕТЬЯКОВА НАТАЛЬЯ

МИХАЙЛОВНА

НАСТОЯЩАЯ КОЛДУНЯ

ДЕНЕГ НЕ БЕРЕТ.

18 ЛЕТ БЕЗУПРЕЧНОЙ РАБОТЫ.

Т.8 985 769 84 60

ГАДАНИЕ, ПРЕДСКАЗАНИЯ. РЕШЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМ. ОПЛАТА ПОСЛЕ РЕЗУЛЬТАТА.
ТЕЛ. 89869870714

Реклама

ДРЕВНЕКИТАЙСКИЙ МЕТОД – ПРОРЫВ В БОРЬБЕ СО СКОВАННОСТЬЮ В ДВИЖЕНИИ

Алексей Иванович (67 лет) из Ростова просто рассмеялся, когда жена купила ему магнитные стельки для борьбы с чувством скованности в коленях. Но когда стало совсем тяжело...

Алексей Иванович в отчаянии использовал их. К его удивлению – неприятные ощущения прошли!

«Я бы отдал последний грош за легкость в движении. Я пробовал все. Безрезультатно. Жена дала мне пару биомагнитных стелек с неодимовыми магнитами (в 100 раз сильнее чем те, которые вешают на холодильник), воздействующими на нервные окончания нижней части стопы. У меня в голове не укладывалось, что это может облегчить ощущение скованности и даже устранить навсегда. Сначала я положил стельку только в левый ботинок. Я хотел посмотреть, может ли воздействие магнитных импульсов действительно улучшить мое состояние. Правую ногу для сравнения я оставил без стельки. Через пару минут теста я подумал, что это не могло сработать. Но терпеливо держал биомагнитную стельку в ботинке – точно так, как указано в инструкции. Время от времени я делал несколько шагов.

Внезапно я понял, что чувство скованности в колене отступает. Сверление в левом колене уменьшалось, с каждым шагом я чувствовал, что нога становится сильнее, а сустав более подвижным. Я недоверчивый, однако быстро сообразил, что в этом что-то есть. Как можно скорее я вложил стельку в дру-

гой ботинок и начал медленно ходить по квартире. Уже через несколько минут перестало стрелять и в этой ноге! С тех пор я использую стельки от любого дискомфорта и скованности. **И не только в коленях.** Акупунктура влияет на нервные окончания на нижней стороне ступней. Давление на эту область помогает уменьшить болевые ощущения и скорректировать работу каждого органа!»

НА ЧЕМ ОСНОВАН НОВЫЙ МЕТОД УМЕНЬШЕНИЯ БОРЬБЫ СО СКОВАННОСТЬЮ ДВИЖЕНИЙ?

Для 30-дневных наблюдений были отобраны случаи жалоб на дискомфорт, в которых уже ничего не помогало. В большинстве случаев дискомфорт исчезал уже после первого дня использования биомагнитных стелек. Через неделю еще **больше участников полностью возвращали легкость в движениях.** Независимо от того, были у них жалобы на коленные суставы, общее чувство тяжести и дискомфорт в спине.

Магнитное поле проникает в больные ткани и не позволяет электрическим импульсам боли вырваться из клеток. Сигнал боли гаснет моментально. Более того, магнитные силы способствуют притоку эритроцитов в самые тонкие капилляры. Увеличивается оксигенация, клеточное питание тканей и выведение токсинов. **Заживление воспалительных процессов ускоряется.** Отеки, опухоли, гиперчувствительность имеют возможность уменьшиться, положительные эффекты накапливаются на клеточном уровне и после нескольких дней ношения боль может исчезнуть на длительное время.

ВКЛАДЫВАЕТЕ И ЗАБЫВАЕТЕ О СКОВАННОСТИ!

Для облегчения движений достаточно положить биомагнитные стельки в обувь и регулярно ходить с ними. Безопасно подобранная сила магнитного поля позволяет использовать стельки



**Только сейчас
на 70% дешевле!**

Магнитные стельки – это биомагниты многократного использования емкостью 970 ГАУССОВ. Терапевтическое магнитное поле на 100% безопасно для организма! Подходят для всех видов обуви.

«Я СПАСЛА СВОЙ ПОЗВОНОЧНИК»



«Неприятные ощущения в спине у меня были практически с детства. И что? Вообще никаких результатов! Я страдала от этого 35 лет! Если бы не биомагнитные стельки, возможно, все бы так и осталось. Согнутая, кривая... Но эти стельки сработали феноменально. Через три дня я почувствовала значительное облегчение. Еще через пять дискомфорт практически отступил. У меня появилось ощущение, будто я заново родилась».

Ева Б. (72 года), г. Пермь

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:
115088, МОСКВА,
А/Я №121,
ООО «МЕД КОМПЛЕКС».
www.betaprotect.ru
betalaklim@mail.ru

АКЦИЯ – ПЕРВЫЕ 100 ПОКУПАТЕЛЕЙ

получат скидку 70%!

ПОЗВОНИВ В ТЕЧЕНИЕ 10 ДНЕЙ, ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ ГАРАНТИЮ

МИНИМАЛЬНОЙ ЦЕНЫ: **1499 руб. ВМЕСТО 5000 руб.**

КОД ТОВАРА: 11 85 439

Семейный комплект – 2 пары за 2500 руб.

КОД ТОВАРА: 11 85 461

Позвоните сейчас! 8 (495) 781-42-14

8 (800) 250-77-69 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ)

ИЛИ ОТПРАВЬТЕ СМС НА НОМЕР **+7 (925) 007-30-03**



* Делая заказ, вы предоставляете продавцу ООО «МЕД КОМПЛЕКС», юридический адрес: 123557, г. Москва, Большой Тишинский пер., 43, ОГРН 1027700528591, право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии носят иллюстративный характер, ваши результаты могут отличаться. Сертификат соответствия РОСС CN.AM05.H18108. Акция действует в течение 2026 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

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**.



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

БОЛИТ И КРУЖИТСЯ ГОЛОВА? БЕСПОКОИТ СЕРДЦЕ И ДАВЛЕНИЕ? ЧУВСТВУЕТЕ ПЕРЕПАДЫ ПОГОДЫ? УХУДШАЕТСЯ ПАМЯТЬ, ЗРЕНИЕ И СЛУХ?

Кардис NEW* 100% натуральное средство, чтобы сосуды остались чистыми, память ясная, а сердце здоровым!

СКИДКА 50%

Его активные компоненты способствуют повышению упругости и эластичности сосудов, улучшению кровообращения по всему организму, используются как профилактическое средство для предотвращения шума в ушах и уменьшения метеочувствительности. Могут помочь предотвратить появление сердечно-сосудистых заболеваний, заболеваний крови, возрастного снижения зрения и слуха.

«КАРДИС NEW»* способствует:

- Поддержанию нормального артериального давления (профилактика инсультов и инфарктов)
- Нормализации сердечного ритма, предотвращению аритмии, стенокардии
- Улучшению состояния при спазмах сосудов головы, головных болях, головокружении, одышке
- Устранению чувства страха и тревоги
- Снижению метеозависимости и вегетососудистой дистонии
- Укреплению памяти и улучшению умственной активности, в том числе при деменции (старческом склерозе)
- Улучшению капиллярного кровообращения, что способствует улучшению памяти, зрения и слуха
- Улучшению кровоснабжения тканей и сосудов: улучшает подвижность суставов, активизирует кровообращение нижних конечностей
- Увеличению «хорошего» холестерина и снижению «плохого»
- Очищению сосудов от бляшек, улучшению эластичности, устранению венозного застоя и варикозного изменения вен, сосудистых сеточек (проходит отек, ноги становятся гладкими и красивыми)
- Улучшению при заболевании органов дыхания (бронхитах, воспалении лёгких)



Декларация ЕАЭС № RU Д-РУ.РА04.В.68353/22

КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ ЧЕЛОВЕК В МИРЕ УМИРАЕТ ОТ ПАЗАРИТАРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

СКИДКА 70%**

В человеческом организме могут обитать более 100 видов паразитов – от микроскопических амёб до глистов длиной в несколько метров, способных отложить 250 яиц за 1 раз.

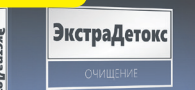
Некоторые признаки поражения гельминтами:

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

«ЭкстраДетокс»* – это натуральный эффективный комплексный препарат, разработанный для помощи в **очистении организма** от различных **паразитов и продуктов их жизнедеятельности, обезвреживания яиц паразитов, выведения грибов и токсинов**. Способствует нормальной работе **функции ЖКТ**, улучшает **обмен веществ** и общее **самочувствие**, а также способствует укреплению функций **иммунной системы**.

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

АКЦИЯ! В течении 10 дней 2 упаковки совершенно БЕСПЛАТНО! **



АДЕНОМА? ПРОСТАТИТ? ИМПОТЕНЦИЯ?

СКИДКА 50%

Чтобы избавиться от простатита, аденомы предстательной железы и предотвратить импотенцию – **НУЖНО** восстановить кровообращение в органах малого таза, устранить застой и снять воспаление.

ЭректNEW* это великолепное средство вмещающий в себя силу экстрактов целебных растений и афродизиаков, которые оказывают мощное комплексное действие на организм мужчины – мочеполовую, гормональную и нервную систему, нормализуют кровообращение, очищают капилляры способствуя притоку крови в органы малого таза, восстанавливаются прежние силы, мощь и мужской ресурс. У мужчин нормализуется мочеиспускание, проходит дискомфорт, усиливается половое влечение, повышается эрекция.

Курсовой прием способствует решению проблем:

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



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

ЦЕЛИТЕЛЬ – ГРИБНОЙ БАЛЬЗАМ, СОЗДАННЫЙ ПО РЕЦЕПТАМ СИБИРСКИХ ЗНАХАРЕЙ!

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

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

Спектр полезного воздействия грибного бальзама «ЦЕЛИТЕЛЬ»:

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

15 В составе уникальных чудодейственных грибов Сибири!

СКИДКА 70%

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



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

Сделать заказ и получить консультацию можно по бесплатному телефону:

8 800 600 20 92

Бесплатная доставка

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

**Срок акции с 17.03.2026 по 30.04.2026 г. Информация об организаторе акции: ИП Курбатов А. В., ОГРНИП 313183121100028. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве призов, месте и порядке их получения по телефону 8 8006002092. Реклама.