

ЖИЗНЬ

14 - 20 января 2026 № 1

TELE
программа

С 19 ПО 25 ЯНВАРЯ

16+

ВКУСНАЯ ЖИЗНЬ

с Алёной
Коваленко

САЛАТ «ДАМСКИЙ КАПРИЗ» | Стр. 20

звёзды оторвались на

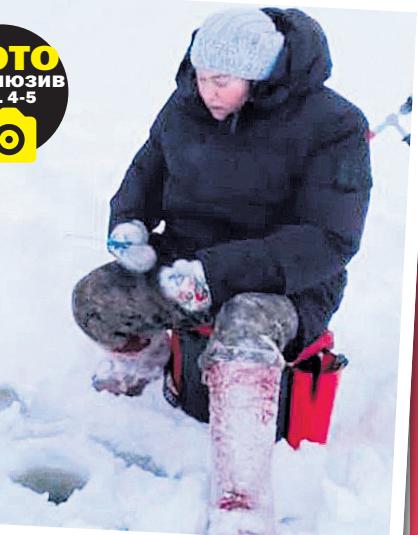
ТЕПЛО ЛИ ТБЕ,

ПРАЗДНИКАХ

ДЕВИЦА?



ФОТО
ЭКСКЛЮЗИВ
Стр. 4-5



БАРАНОВСКАЯ повторила путь Магеллана
ПАВЕЛ ВОЛЯ показал сыну вечную мерзлоту
ГУЗЕЕВА отправилась на зимнюю рыбалку

«ЛЁНЯ ГОЛУБКОВ» теряет зрение
из-за проблемы с хрусталиками

Стр. 5

Сын ЛЕОНИДА ЯКУБОВИЧА спас
его от телефонных мошенников

Стр. 2

шок!

Блогерша занялась интимом на могиле матери...

Стр. 18



долина вывезла вещи и закрыла квартиру

Ключевой вопрос

НАРОДНАЯ АРТИСТКА
НЕ ОТДАЛА КЛЮЧИ ОТ
ПРОДАННОГО ЖИЛЬЯ
НОВОЙ ВЛАДЕЛИЦЕ И
УКАТИЛА ЗА ГРАНИЦУ



ФОТО
РЕПОРТАЖ
Стр. 6





Дима Билан

**Расскажи,
Снегурочка...**

ДИМА Билан записал первый в мире трек с нейросетью. Напарницей артиста стала нейропевица Снегурочка.

— Для нас это волнительный момент. Потому что мы пошли туда, где ещё не было готовых формул, где соединяется виртуальный образ и живой вокал, искусственный интеллект и настоящие эмоции, — поделился 44-летний Билан.

**Подайте,
КТО МОЖЕТ**

73-ЛЕТНИЙ звезда фильма «Девять с половиной недель» Микки Рурк рискует оказаться на улице.

А всё из-за задолженности по аренде дома на сумму 59 тыс. долларов. Подруга актёра открыла сбор средств. Цель — набрать 100 тыс., чтобы Рурк смог расплатиться. Дом в Лос-Анджелесе обходится ему в 7 тыс. в месяц.

ДЕПУТАТ ГОСДУМЫ СОВЕРШИЛ РЕЙД ПО БОРДЕЛЯМ ПИТЕРА

АНДРЕЙ ДЕДОВ

НАРОДНЫЙ избранник Виталий Милонов, известный своей непримиримой борьбой с пороками и извращениями, устроил новогодний рейд по злочным местам северной столицы, где нелегальные мигранты оказывали сексуальные услуги.

51-летний политик в ватнике нагрянул в публичный дом на улице Восстания. По словам Милонова, жители района уже давно жаловались на этот притон, жрицы которого, приехавшие из ближнего зарубежья, буквально «затерроризировали весь подъезд».

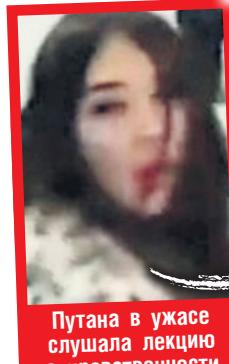
Депутат Госдумы атаковал гнездо разврата вместе с активистами и полицией. И застал местную публику врасплох. Милонов, как обычно, был строг, но справедлив. Он провёл воспитательную беседу с одной из заблудших душ, но так, чтобы слышали все.

ВОСПИТАНИЕ

— Вот ты считаешь, что у тебя жизнь — малина? Деньги достань, чтобы не говорили, что у тебя что-то пропало. Наколки понадела... Откуда у тебя доллары? Шпили-вили? Всё, давай, депорт! — отчитал приступку Виталий Милонов.

«Жрицей любви» в заведении оказалась гражданка одной из стран СНГ, которая жила в Пи-

ЦИГЕЛЬ- ЦИГЕЛЬ, АЙ ЛЮ-ЛЮ



Путана в ужасе слушала лекцию о нравственности



Милонов объявил, что жрицу любви следует депортировать из страны

Виталий Милонов разоблачил путан из ближнего зарубежья, обосновавшихся в центре Петербурга

тере по просроченным документам. Стоимость своих услуг она оценивала в 10 тыс. рублей. Секс-кудесницу и её коллег по «бизнесу» задержали, решается вопрос об их депортации.

Напомним, Виталий Милонов известен в РФ как давний и стойкий борец с извращенцами всех мастей и пропагандирующий

традиционные ценности и здоровый образ жизни. Он выступил одним из авторов закона об «административной ответственности за пропаганду гомосексуализма и педофилии». По этой статье Милонов даже пытался привлечь к ответственности Rammstein, Мадонну и Леди Гагу.

**ВНИМАНИЕ!
МАСШТАБНАЯ АКЦИЯ!**



ХВАТИТ МУЧИТЬСЯ ОТ БОЛИ!



**СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ
ТОЛЬКО ДО 14 ФЕВРАЛЯ 2026 Г.**

Позвоните по телефону горячей линии

1 8-800-555-1336
(звонок бесплатный)

**2 Назовите уникальный
ПРОМОКОД акции**

**3 Получите 2 упаковки
СУСТАФЕРИНА
СОВЕРШЕННО
БЕСПЛАТНО**

Доставка Почтой России за счет завода-производителя

КАК ЗАБЫТЬ О БОЛЯХ В СУСТАВАХ?

- ✗ Боли в суставах ограничивают Ваши движения и полноценную жизнь...
- ✗ Вас беспокоят дискомфорт, хруст и систематические боли...
- ✗ Возможно, Вы перепробовали кучу лекарств, кремов и мазей...
- ✗ Но судя по тому, что Вы читаете эти строки, не сильно они Вам помогли...

Даже при запущенных проблемах с суставами есть решение!

СУСТАФЕРИН – ПРИРОДНЫЙ ХОНДРОПРОТЕКТОР, КОТОРЫЙ СПОСОБСТВУЕТ ЕСТЕСТВЕННОМУ ОБНОВЛЕНИЮ ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

- Способствует купированию воспалительных процессов в суставах;
- Способствует улучшению кровообращения;
- Содействует устранению болевых ощущений;
- Способствует уменьшению скованности в суставах и позвоночнике;
- Оказывает поддержку организму в предотвращении разрушения хряща и прогрессирования артоза;
- Натуральные компоненты помогают запускать обменные процессы укрепления и восстановления хряща;
- Имеет накопительный эффект.

Организатор акции ИП Плещивцев Александр Игоревич, ИНН: 222333580670 ОГРН: 323220200077115 *Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-555-13-36.

© Учредитель АО «Ньюс медиа». Издатель: ООО «Издательство Жизнь». Адрес издателя и редакции: 127015, г. Москва, Бумажный проезд, д. 14, стр. 1, эт. 3, пом. I, ком. 38, 38а. Тел.: 8(499) 455-02-84, 8(495) 663-38-11 (доб. 3021, отдел рекламы). Шеф-редактор А. Якушев. Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций, св-во ПИ № ФС77-55614 от 09.10.2013. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Свободная цена. Перепечатка материалов газеты «Жизнь» производится только с согласия АО «Ньюс медиа». Исследования рынка и СМИ – фирма Comscore, 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(933) 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

Периодическое печатное издание, газета «Жизнь» № 1, 14 - 20 января 2026. Отпечатано в ЗАО «Прим Принт Москва», Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский проезд, 5-В. Заказ № 100



Леонид Яковлевич

**Сектор
«развод»**

СЫН ЛЕОНИДА ЯКОВОВИЧА спас его от телефонных мошенников.

По словам 80-летнего ведущего «Поля чудес», его не раз пытались развестить по телефону.

— Я даже чуть не клюнул на это дело, — поделился шоумен.

Однажды его сын буквально вырвал у него телефон во время одного из таких звонков.

**Глухая
обида**

79-ЛЕТНИЙ Анатолий Васильев, звезда сериала «Сваты», разорвал все связи с сыном Филиппом от Татьяны Васильевой и внуками.

— Дед с внуками не общается! Он заблокировал их. Мирра родилась с дедом в один день, она поздравляет его каждый год, пишет сообщения в никуда, — высказалась невестка актёра Мария Васильева.



реклама

361 188

СКАНДАЛЬНЫЙ РАЗВОД ЗВЕЗДЫ СЕРИАЛОВ

Фото: Кадр из сериала «Букины», 2023-2025.
Реж. Гарик Петросян, Андрей Никифоров, Шабан

**МОЛОДАЯ СУПРУГА
УШЛА ОТ 50-ЛЕТНЕГО
ВИКТОРА ЛОГИНОВА,
ОБВИНИВ ЕГО
В ИЗМЕНАХ И
ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАХ**

Марина
убеждена,
что ей
грозит
страшная
 опасность

Актёр назвал
свою супругу
«психически
нездоровым»
человеком



Я не могу больше спасать.
У меня нет на это ресурсов.

НЕСЧАСТЛИВЫ ВМЕСТЕ

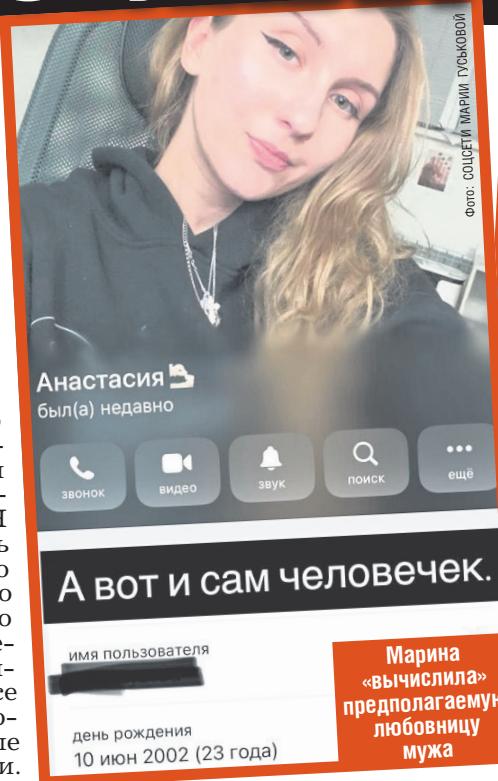
СЕРГЕЙ ЖУКОВ

ЗНАМЕНИТЫЙ Гена Букин из сериала «Счастливы вместе» разводится с молодой (и уже четвёртой по счёту) женой.

27-летняя супруга актёра Виктора Логинова заявила, что тот мучал её и изменял. Доказательства неверности она обнаружила в его смартфоне.

— Я не побоялась — нагло взяла телефон и прочитала... то, что убедило меня подать на развод, — рассказала Мария Гуськова. — Я ещё раз пыталась наладить с ним отношения. Но что делать, если после слов о нежелании разводиться со мной супруг покупает билеты девушке, планирует привести её в наш дом, где все ещё лежат мои драгоценности, личные вещи, которые я ещё не успела перевезти. Это как усидеть на двух стульях... Когда я дала понять, что знаю об этом, услышала никчёмные оправдания...

По словам девушки, она давно живёт словно в аду — на нервах она похудела до 38 кг, ходит к психотерапевтам и пьёт антиде-



прессанты. Всё это якобы из-за изdevательств мужа.

РЕАКЦИЯ

Сам актёр в ответ на эту тираду высказался кратко.

— Я хочу сказать о том, что Мария Гуськова — психически не-

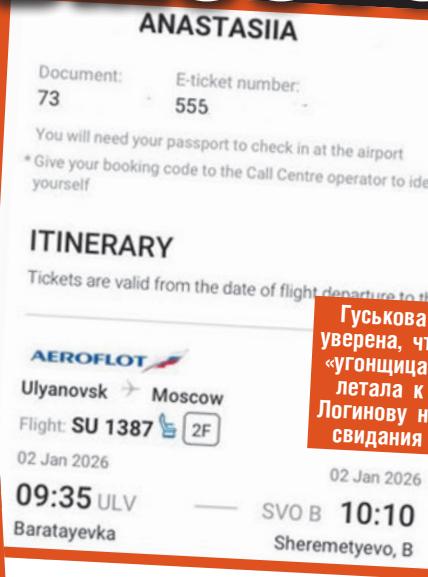


Фото: СОЦСЕТИ МАРИИ ГУСЬКОВОЙ

Гуськова
уверена, что
«угонщица»
летала к
Логинову на
свидания

здоровый человек. И за подробностями вы можете обратиться к ней. И да, мы разводимся, конечно, — заявил Логинов.

Интересно, что сама девушка считает себя не первой «жертвой» актёра.

— Я была глупой, когда пропускала в начале отношений мимо ушей оскорблений в адрес всех бывших жён и женщин. Все поголовно были истеричками, гнидами, воровками и больными на всю голову, которым надо лечиться, — заключила она.

**МУЗЫКАНТЫ
КУЛЬТОВОЙ
ГРУППЫ
«РАМШТАЙН»
КИДАЛИСЬ
В РОССИЯН
ТОРТАМИ И
РЫБОЙ НА
КОНЦЕРТЕ
В ТАИЛАНДЕ**

Какая гадость эта ваша ...

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

УЧАСТНИКИ культовой группы Rammstein во время выступления на Пхукете «обстреляли» туристов продуктами.

Как стало известно, концерт Тилля Линдеманна и его группы прошёл в рамках его мирового тура. Основной частью зрителей были отдыхающие из России.

АТАКА

— Шоу было на высоте, но всё испортил десерт: барабанщик группы Джо Летц неожиданно со всей силы зарядил тортом в лицо россиянину, — рассказали журналисты, описывая неожиданный поворот событий.

Другим повезло ещё меньше. Звезда группы Тилья Линдеманн, который известен своим эпатажным поведением, также не остался в стороне. Фронтмен бросался в толпу рыбой прямо из таза, что только добавило действу скандальности. Перформанс от «металлистов» пострадавшие россияне не оценили.

Линдеманн
бросался рыбой
прямо из таза



Фото: T.MESHOT.SHOT

ПРИКОЛ

В ПИТЕРЕ мужчина купил 13 упаковок скотча, измерил их длину и подал в суд на компанию за несоответствие заявленной длине.

ПРИКОЛ

ТИГРЫ из китайского зоопарка настолько отягались, что отказываются от мяса, которое покупают для них посетители.



Алина Загитова

Тот самый пальчик...

23-ЛЕТНЯЯ фигуристка Алина Загитова намекнула на помолвку.

После Нового года Алина уехала в Сочи кататься на сноуборде, а заодно выложила фото, где на «том самом» пальце блеснуло кольцо. В Сети отметили, что такие подарки просто так не вручают. Впрочем, дары таинственного поклонника Загитова показывает уже давно, но его личность держит в секрете.



Ирина Маирко

Очнулась - гипс!

39-ЛЕТНЯЯ Ирина Маирко, бывшая супруга актёра Виталия Гогунского и мать певицы Миланы Стар, сломала позвоночник на катке в Лужниках в Москве.

— Упала, стоя на ровном месте... Я просто хотела сесть на лавочку. Считаю, что они опасны для жизни... Перелом поперечных отрезков 1 и 2 поясничного позвонка, — сообщила Ирина в соцсети.

ПРИКОЛ

В МОСКВЕ силовики сорвали эротический новогодний спектакль «Недетская ёлка», где голые актёры раздавали зрителям.

КАРЕЛИЯ, ПАТАГОНИЯ И ЯКУТИЯ -

МОРОЗ ПО КОЖЕ



Павел с сыном катались на собачьей упряжке...

ЗВЕЗДА Comedy Club Павел Воля уехал не на юг, а на север. Уже 2 января юморист с сыном были в Якутске: забивали бананом гвозди, посещали музей, катались на собаках и ели мёрзлую лапшу.

— Царство вечной мерзлоты. На улице минус 48, а внутри под горой всегда, и зимой, и летом, минус 12. Мы уже были тут с Робертом летом. Полгода мечтал вернуться, чтобы покататься на любимой горке, — поделился впечатлениями 46-летний шоумен.



...и если замёрзшую лапшу

ТЕПЛО ЛИ ТЕБЕ,

АРТЁМ КОНЕВ

ЕСЛИ взглянуть на то, как российские знаменитости проводят праздничные январские дни в 2026 году, можно сделать любопытное наблюдение — в стране стал популярен «осознанный» отдых.

Ещё несколько лет назад представление о том, как надо проводить каникулы, было просто как три копейки — приезжаяешь в Турцию, Таиланд или на Мальдивы, дорыкаешься до бара, где «всё включено», и уже через полчаса танцуешь на стойке, сверкая труселями. А в перерывах лежишь на шезлонге, томно дыша перегаром в закат. Но теперь нравы изменились, как ни странно, в положительную сторону. Например, Анастасию Волочкову после пары аперолей потянуло в церковь, Павел Воля повёз семью в Якутию — культурно обогащаясь, а Лариса Гузева отправилась с мужем отдохнуть душой на зимнюю рыбалку.

ПОЙМАЛА НА ЖИВЦА

ЛАРИСА Гузева проявила себя как настоящая жена декабриста — отправилась с любимым мужчиной на зимнюю рыбалку. 66-летняя ведущая шоу «Давай поженимся!» поделилась кадрами из их автомобильного путешествия по Карелии. Этим она убила сразу двух зайцев — с одной стороны, отдохнула душой на природе, а с другой — показала всем, что слухи о разрыве с бизнесменом Игорем Бухаровым — всего лишь пустая болтовня.

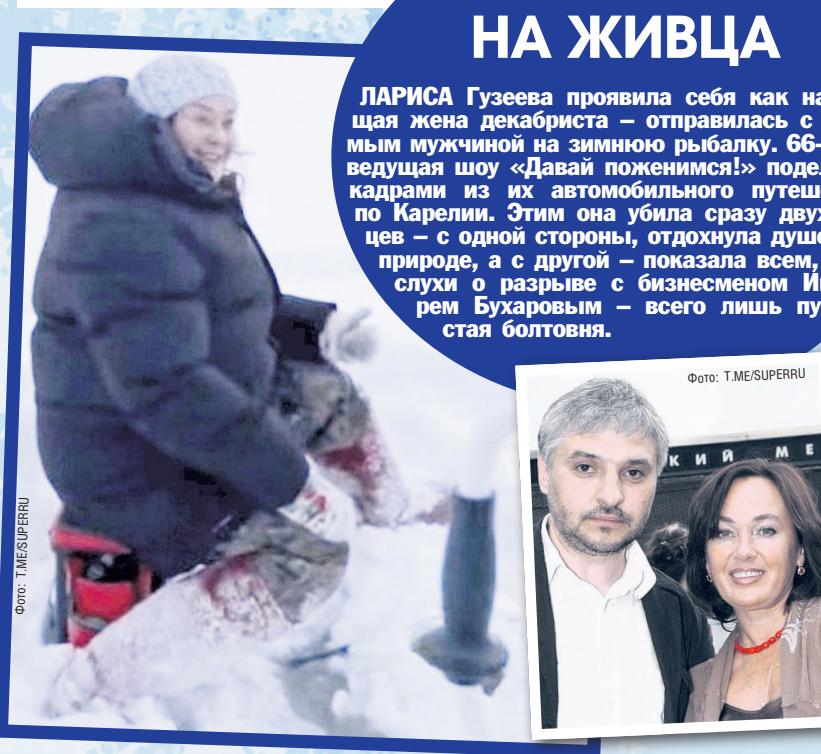


Фото: T.ME/SUPERRU

Гузева отправилась с любимым на зимнюю рыбалку, Воля показал сыну вечную мерзлоту, а Барановская повторила путь Магеллана



НЕ БАРЫ, А КАПИБАРЫ!

КСЕНИЯ Бородина с новоиспечённым мужем и дочками тоже улетела дальше от России — в Таиланд, где организовала семью культурную программу. 42-летняя телеведущая арендовала номера сразу в трёх разных отелях, один из которых расположен на отдельном острове. Всё это только для того, чтобы не сидеть на месте и постоянно переезжать в поисках новых впечатлений. Одним из ярких моментов новогодних каникул для Ксении стало посещение антикафе с живыми капибарами.

— Мечты продолжают осуществляться. Погреть капибару и посидеть с ней вместе, поиграть и покормить, — написала Бородина в соцсети.



Фото: T.ME/SUPERRU

Фото: T.ME/SUPERRU

ГДЕ РОССИЙСКИЕ ЗВЁЗДЫ ОТДЫХАЛИ НА НОВОГОДНИХ КАНИКУЛАХ



Настя совместила отдых на Мальдивах с духовным утешением



ЮНЕЦ ПОД ВЕНЕЦ!

КТО-ТО на Новый год обязательно идёт в баню, а Волочкова – обязательно летит на Мальдивы. За последние 13 лет она посетила этот курорт 28 раз и по праву называет остров своей личной дачей. На этот раз компания Насте составил её юный танцевальный партнёр Марчел Абаби. И 49-летняя Анастасия дала понять, что её намерения относительно 26-летнего юноши весьма серьёзны – на Мальдивах она заглянула в церковь и оттуда поздравила всех россиян с праздниками. А спустя пару дней – выложила «голые» фото с традиционным шпагатом.

ДЕВИЦА?

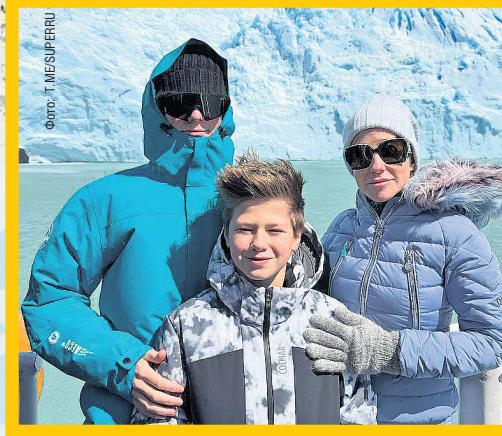
НАЗАД В БУДУЩЕЕ

46-ЛЕТНЯЯ телеведущая Виктория Боня использовала новогодние праздники, чтобы наладить отношения со своим бывшим возлюбленным и отцом её дочери Алексом Смерфитом.

Российская модель и ирландский бизнесмен не общались много лет, однако в последние месяцы они неожиданно сблизились. А теперь и вовсе отправились на совместный отдых в Коста-Рику.

– Был момент, когда мы разошлись. Но сейчас я вижу, как отношения у нас становятся всё теплее и теплее. Мы решили объединиться, – призналась счастливая Боня.

Боне удалось наладить отношения с отцом своей дочери Анджелины



В ЗАТЕРЯННОМ МИРЕ

А ВОТ телеведущая Юлия Барановская вместе с семьёй отправилась не по родным местам, а в одно из красивейших мест планеты – в Патагонию. Туда, где джунгли обрамляют заснеженные вершины и где всё это омывается водами двух океанов.

– Попасть сюда было нашей с детьми давней мечтой, честно говоря, мне до сих пор не верится, что она исполнилась. Вылет из Москвы задержался, на пересадки мы не успевали. Маршируя пришлось менять прямо на ходу, а перед Новым годом, в самый пик сезона, сделать это непросто. Всё сложилось чудом – и вот мы здесь. Мечта сбылась в канун Нового года: рано утром 31 декабря мы сели на лодку, чтобы отправиться к самым известным ледникам Патагонии – завораживающим сокровищам Южной Америки, – поделилась 45-летняя телеведущая.

Фото: СЕРГЕЕВА ВИКТОРИЯ БОНЯ



Актёр уже с трудом ориентируется на улице и не может дойти до дома без помощи



Глазное дно

73-летний актёр Владимир Пермяков, известный по роли Лёни Голубкова, может полностью ослепнуть

СЕРГЕЙ ЖУКОВ

АКТЕР Владимир Пермяков, чей образ Лёни Голубкова из рекламы финансовой пирамиды МММ стал частью российской попкультуры в 90-е, готовится к операции на глазах.

Стало известно, что артист резко начал терять зрение, поэтому обратился к врачам. Читать Владимир Сергеевич, с его слов, уже не может, на улице не ориентируется, не видит указатели и постоянно просит прохожих помочь найти дорогу. Медики заявили, что для восстановления зрения нужно менять хрусталики в обоих глазах.

СТРАХ

Сам Пермяков говорит, что боится делать операцию, так как есть риск полностью ослепнуть. Но выбора у него практически почти нет. Операция – единственный шанс сохранить хотя бы остаточное зрение. Врачи настаивают на её проведении в ближайшее время. Поклонники и коллеги артиста надеются, что процедура пройдёт успешно и позволит ему вернуться к нормальной жизни.



Пермяков стал легендой в 90-е благодаря рекламе в роликах про МММ

ПРИКОЛ

НАКАНУНЕ событий в Венесуэле неизвестный сделал ставку на свержение президента страны и заработал 400 тыс. долларов.

ПРИКОЛ

ЛЮДИ, которые регулярно гуляют зимой, болеют на 30-50 процентов реже. Достаточно всего 30-60 минут в день, считают врачи.



Фото: ТАМЕСУПЕР
Настасья жалуется, что её ванна уже несколько дней забита цветами, и она не может помыться

Розы - НЕ ГРЕЗЫ!

**НАСТАСЬЯ САМБУРСКАЯ ВОЗМУТИЛАСЬ,
КОГДА ЕЙ ПОДАРИЛИ 100 КРАСНЫХ РОЗ**

ОЛЬГА НИКИТИНА

ПОКА одни мечтают, чтобы их завалили цветами, звезда «Универа» решила показать обратную сторону таких эффектных презентов.

38-летняя актриса Настасья Самбурская раскритиковала романтиков, заваливающих любимых красными розами. Из-за проблем с их разбором, она пожаловалась на несколько дней вынужденной работы садовником и невозможность принять ванну.

РАЗДРАЖЕНИЕ

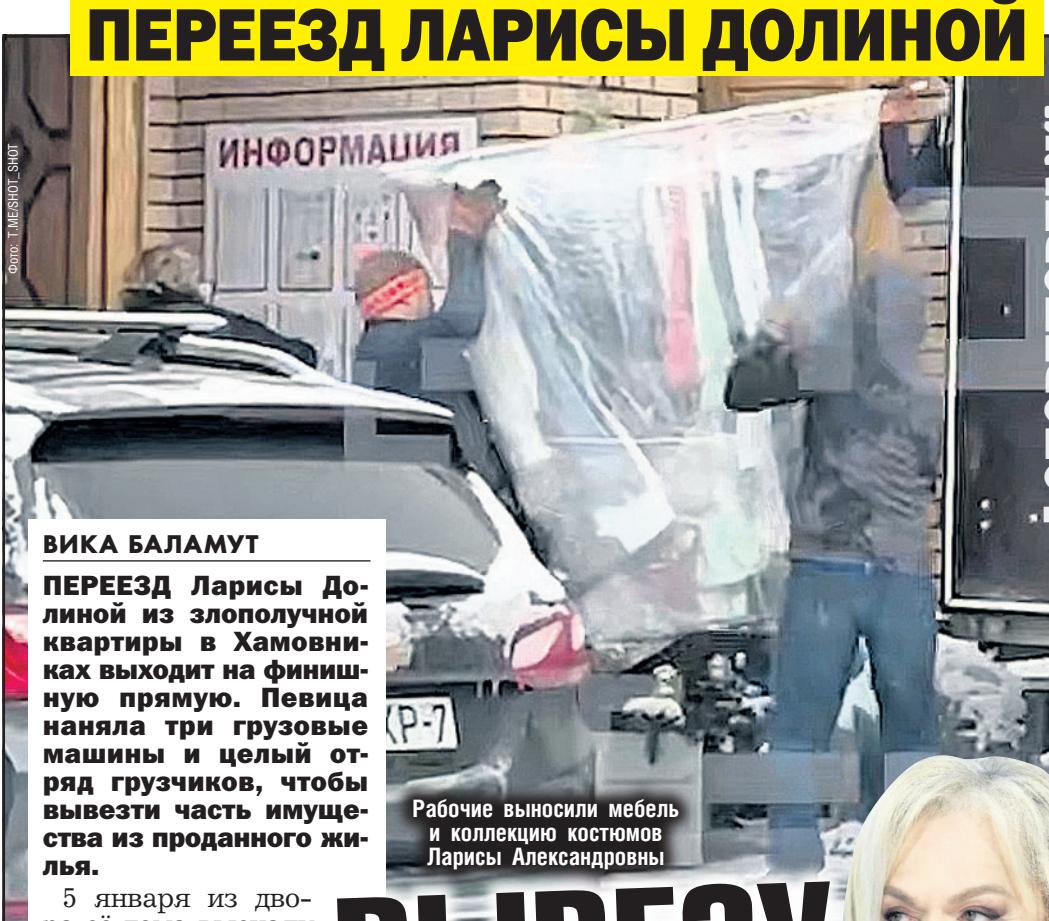
— Всей душой ненавижу красивые розы. И, честно, не понимаю: вы хотите женщину удивить? Количеством? Почему именно количеством? Ведь можно просто подарить красивый букет. У многих мужчин по умолчанию идёт такая вот настройка. Ну, вы же дарите не красоту, вы просто лишаете её нескольких часов жизни. Поэтому что вот это всё надо разобрать. И я два дня не могу ванну принять, — пожаловалась Самбурская в соцсети.

Самбурская устала валандаться с «миллионами» подаренных цветов



Фото: ТАМЕСУПЕР/РУ

ПЕРЕЕЗД ЛАРИСЫ ДОЛИНОЙ



ВИКА БАЛАМУТ

ПЕРЕЕЗД Ларисы Долиной из злополучной квартиры в Хамовниках выходит на финишную прямую. Певица наняла три грузовые машины и целый отряд грузчиков, чтобы вывезти часть имущества из проданного жилья.

5 января из двора её дома выехали две «газели», загруженные костюмными стойками, мешками, коробками и предметами мебели. Но даже этого оказалось далеко недостаточно, чтобы переместить все сокровища народной артистки в её дворец в закрытом поселке Славино.

Работа предстояла огромная — добра у Долиной оказалось немало.

ИМУЩЕСТВО

Тут и стулья ручной работы, обитые золоченым шёлком с фигурной резьбой на спинках. И антикварные шкафчики, уголки, этажерки, которые требуют крайне бережного отношения. И безумное количество ваз, мраморных стоек, неисчислимые картины, миниатюры и фотокарточки, которыми увешаны стены и уставлены все свободные полки, начиная с каминной и кончая туалетным столиком в спальне. Но позвольте, а как же двери? Да, именно — те самые двери из благородного дерева, с золочёными ручками и петлями, со стеклянными витражами, как в викторианской церкви — их-то разве отдать этой проклятой Лурье? А лю-

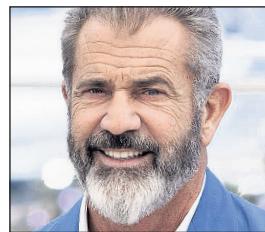
стры, с изгибами и хрустальными висюльками, которые уступают разве что светильникам в обеденном зале британской королевской семьи?

Да ладно уж, бог с ним, с кухонным гарнитуром, но как быть с санузлом? Вот где будуар! Вот где рай земной! Всё там голубой мрамор с прожилками, огромная мозаика из экзотических цветов и сверкающий золотом держатель туалетной бумаги? Как расстаться со всем этим великолепием?! Не отдирать же, в самом деле, плитку со стен? Не выкорчёвывать с мясом родной унитаз?

Как бы то ни было, ког-

да наступило 9-е января, передача ключей новой хозяйке... не состоялась. На встречу с Полиной Лурье приехала не сама Долина, а её представитель. Ключи от квартиры артистки у него были, а вот полномочий передавать их не было никаких. И сторона Лурье попросту отказалась их принимать, опасаясь, что это очередная схема. Адвокат Полины заявила, что примет ключи только от самой Долиной и под видеозапись. Вот только Лариса Александровна уехала из страны. И когда вернётся — непонятно. Говорят, что в конце января.

ФОТОРЕПОРТАЖ!



Мел Гибсон

Грустная роль

70-ЛЕТНИЙ актёр Мел Гибсон расстался с матерью своего девятого ребёнка — 35-летней Розалиндо Росс после девяти лет совместной жизни.

— Грустно закрывать эту главу нашей жизни, но мы были благословлены прекрасным сыном и продолжим быть для него самыми лучшими родителями, — говорится в официальном обращении пары.



Докуган Гюнгер

Доза Клюквы

ЗВЁЗДЫ «Клюквенного шербета» и «Великолепного века» задержаны в Турции.

Догукана Гюнгера и Эзги Эйюбоглу обвиняют в употреблении и распространении наркотиков, подстрекательстве и посредничестве в проституции. Помимо актёров, прокуратура требует задержать ещё 24 человека, среди которых много знаменитостей.

ПРИКОЛ

В МАЛАЙЗИИ супруги из России стали жертвой ограбления: их номер обнесла макака, проникшая внутрь через балкон.



Раньше еда была удовольствием. Простым, естественным, как сон или прогулка. Помните, как раньше? Захотелось борща — наварили на несколько дней, да со сметанкой и с пампушками — и наелись от души. А картошка с грибами? Только представишь — и сразу слюнки текут. Золотистые долбы картошки блестят от масла, а между ними — ароматные грибочки. И запах... Густой, тягучий, как в лесу после дождя. М-м, объедение! А солёные огурчики, помните? Достаёшь из банки один такой — холодный, увесистый, весь в пупырышках. Надкусываешь — и чешуи сводит от кислинки, а хруст такой, что аж в ушах отдается. А к чаю — обязательно пирожки с капустой. Приподнимаешь белое полотенце, достаёшь один такой пирожок, а он ещё горячий. Надкусываешь — и пар от пирожка щекочет лицо, а вкус мгновенно возвращается куда-то в детство. Но годы идут. И вот уже тот же пирожок, который когда-то приносил только радость, способен обернуться тяжестью и болью. Как так вышло? Ведь еда всегда была частью нашей жизни. Самой приятной частью. А потом вдруг что-то сломалось. Всем же знакомо это ощущение: лёгкое жжение после ужина, тяжесть, словно камень проглотили, или внезапный спазм, который скручивает тело и заставляет дышать через силу? Боль со временем может отступить. Но на смену ей приходит тревога. А вдруг это гастрит? Или что похуже?

ПОРА СНЯТЬ «ВНУТРЕННИЙ КОРСЕТ»

А теперь о главном. О том, что врачи не всегда говорят прямо. Наш пищеварительный тракт, этот, по меткому выражению, «второй мозг», порой становится настоящим «Черным ящиком», который копит сбои годами. Итог этой «накопительной системы» пугает.

Статистика говорит без прикрас: каждый второй человек на планете страдает хроническим гастритом. А у людей, кому за 50, эта проблема принимает форму, которую не стоит игнорировать: до 70 % в этой возрастной группе подвержены атрофическому гастриту.

Но самое страшное — это не дискомфорт. Атрофический гастрит врачи называют предраковым состоянием. Да-да, именно так. Истончённая, измученная слизистая желудка — это как трещина в фундаменте дома. Сначала маленькая, незаметная. А потом... Потом она может разрастись во что-то страшное. По медицинским данным, у пациентов с тяжёлой формой атрофического гастрита рак желудка выявляется в 10 % случаев в течение пяти лет. Вот почему врачи называют это состояние «предвестником бури», которую лучше предотвратить.

А проблемы с кишечником при колитах? Думаете, с ними всё так просто? Как бы не так. При атоническом колите кишечник становится вялым, ленивым. При спастическом — наоборот, зажимается в спазме. И в том, и в другом случае результат один: содержимое застаивается, не опорожняется вовремя. А когда это происходит, все токсины, которые должны были покинуть организм, начинают всасываться обратно в кровь.

Отравление идёт изнутри! Головные боли, слабость, тяжесть, плохая кожа, раздражительность — это не возраст, это интоксикация. А ещё, когда кишечник при колите месяцами не может нормально работать, это повышает риск развития дивертикулёза (когда в стенках кишечника образуются мешочки-выпячивания), непроходимости кишечника и — да, снова это слово — рака толстой кишки. У людей, которые из-за большого кишечника не могут нормально ходить в туалет полгода и дольше, шанс заболеть раком почти вдвое выше. А шанс появления доброкачественных опухолей в кишечнике увеличивается втрое по сравнению с теми, кто ходит в туалет регулярно.

Когда воспаление, будь то хронический гастрит, колит или проблемы с желчным пузырём, становится постоянным, оно запускает в организме эффект домино. Застой желчи, вязость кишечника или, наоборот, его лихорадочные спазмы — это сигналы о том, что система работает на износ. Последствия? Они могут быть по-настоящему ужасающими: от язв и постоянной анемии до куда более грозных онкологических рисков.

ТАЖЕСТЬ ПОСЛЕ ПРАЗДНИКОВ?

Новогодний марафон — серьезный удар по здоровью. Салаты с майонезом, жирное, алкоголь... Если желудок молит о пощаде, не терпите! АВРОРА поможет быстро снять спазмы, убрать изжогу и «запустить» ленивый кишечник. Аппарат справится с последствиями переедания и вернет легкость Вам и Вашим близким.

ЖКТ ПОСЛЕ 60: КАК ОСТАНОВИТЬ РЕВОЛЮЦИЮ В ЖИВОТЕ? СЕКРЕТ, О КОТОРОМ НЕ РАССКАЖУТ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ.

Когда организм болеет, он отвлекает все ресурсы, он перестаёт защищаться. Он становится уязвимым. Но представьте себе, что существует нечто, способное вернуть тело его изначальную, природную спланированность. И это не фантастика. Это технология, известная как аппарат «АВРОРА», призванная вновь даровать человеку уверенность в собственном теле.

РЕВОЛЮЦИЯ В ЖИВОТЕ: «АВРОРА» ДАЁТ СИГНАЛ К ЗДОРОВЬЮ

«АВРОРА» действует, используя два фундаментальных элемента природы: свет и звук.

1. Ультразвуковая волна (880 кГц) — это бережный, глубокий массаж на клеточном уровне. Ультразвук обладает мощным спазмолитическим и противовоспалительным действием, снимая те самые неистовые спазмы при колите и дискинезии, а также улучшает питание тканей — это называется трофическим эффектом. Он мягко противодействует застою желчи и восстанавливает нормальную моторику кишечника.

2. Фототерапия (красный и инфракрасный свет). Инфракрасный спектр — это тепло, проникающее глубоко, активирующее репаративно-регенеративные процессы, то есть, по сути, запечатывающее изнутри. А красный свет действует как сосудорасширяющий агент, улучшая кровоснабжение и помогая телу естественным образом бороться с отёками и воспалением.

«АВРОРА» не вмешивается грубо. Она помогает организму вспомнить, как работать правильно, устраняя причину боли, а не только её следствие. Это восстановление внутреннего баланса, которое позволяет желудку, кишечнику и системе желчевыделения функционировать спланированно.

НЕ АППАРАТ, А ЗОЛОТОЙ ЗАПАС ЗДОРОВЬЯ

Когда в жизни человека появляется покой и уверенность в завтрашнем дне, это бесценно. Представьте: аппарат, который, однажды войдя в дом, служит годами, не требуя ничего, кроме бережного отношения. «АВРОРА» — это не одноразовое средство.



Это долговременное вложение в качество своей жизни. Многие считают, что такие технологии доступны только в дорогих стационарах.

Так было раньше! Теперь «АВРОРА» делает эту технологию доступной прямо у Вас дома. Вспомните, сколько денег и времени уходит у Вас на постоянную борьбу с обострениями? Цена «АВРОРЫ» — это не трата, а выкупленные часы спокойствия, которые уже никогда не вернёшь. Это как приобрести один раз надёжный инструмент, который избавляет от необходимости постоянно вызывать платного мастера.

К тому же его уникальность заключается в универсальности. Проблемы с ЖКТ — только начало. Ультразвук и фототерапия, заложенные в основу «АВРОРЫ», успешно применяются для решения десятков других проблем, актуальных для людей зрелого возраста: от болей в суставах и позвоночнике, до снятия отёков и улучшения состояния кожи. Это инвестиция, которая окупается спокойствием, радостью свободного движения и, что самое главное, уверенностью в завтрашнем дне.

ПЕРЕСТАНЬТЕ ТЕРПЕТЬ. НАЧНИТЕ ЖИТЬ!

А теперь закройте глаза. Вспомните тот самый борщ, картошечку с грибами, где каждый кусочек тает на языке, хрустящие огурчики из банки, горячие пирожки... Желудок вздыхает с облегчением, а сердце... сердце бьётся в ритме ликования, потому что еда снова не пытка, а праздник.

Prodex



Жизнь не цепь страданий, а ослепительный дар, который Вы чуть не потеряли навсегда. Откройте глаза... И эта картина растает, как утренний туман. Ещё один день без «АВРОРЫ» — ипустя внутри Вас углубится, края не просто обедны и ужинь, а годы.

Годы смеха с близкими, годы, когда Вы могли бы спокойно радоваться жизни, а не корчиться в постели от боли. Пусть годы вернутся к Вам для здоровья и покоя, а не для вечной борьбы. Не ждите бури. Не отдавайте себя во власть времени, которое работает против Вас.

«АВРОРА» — это не просто аппарат. Это Ваш спаситель, источник новой жизни, Ваш билет в мир, где каждое мгновение — триумф победы над болью. Один звонок — и аппарат уже в Вашем доме. Позвоните сейчас — и почувствуйте, как внутри Вас расцветает вечная весна. Вы достойны этого. Вы заслужите этого. Сделайте шаг. Сделайте звонок. И плачьте от счастья, потому что завтрашний обед станет Вашим личным чудом. Жизнь слишком коротка, чтобы отдавать её болезням — самое время вернуть её себе.

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

РОСТОВ-НА-ДОНЕ	20 ЯНВАРЯ
Аптека «Айболит-Медсервис», ул. Варфоломеева, д. 222А/108А	9.00-12.00
ЧЕЛЯБИНСК	20 ЯНВАРЯ
ДК железнодорожников, ул. Цвиллинга, д. 54	9.00-11.00
КРАСНОДАР	21 ЯНВАРЯ
Магазин «МЕДТЕХНИКА», ул. Московская, д. 50	9.00-11.00
Аптека «ФармАимпекс», ул. Ставропольская, д. 51	12.00-13.00
ТЮМЕНЬ	21 ЯНВАРЯ
Аптека «ФармАимпекс», ул. Челюскинцев, д. 36	9.00-10.30
СТАВРОПОЛЬ	22 ЯНВАРЯ
Дом офицеров, просп. Октябрьской Революции, д. 11	9.00-11.00
ЕКАТЕРИНБУРГ	22 ЯНВАРЯ
Аптека «ФармАимпекс», ул. Челюскинцев, д. 25	9.00-12.00

ЗВОНИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС!
8 (800) 444-86-81

ЗАБРОНИРУЙ СЕЙЧАС,
И МЫ ДОСТАВИМ
АППАРАТ ЗА НАШ СЧЕТ!*

WWW.PRODEX.RU¹

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

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

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

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

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

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:

ЖИЗНЬ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Акция действует с 14.01.2026 по 14.02.2026. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

УТРАТА | НА 84-М ГОДУ ЖИЗНИ УМЕРЛА НАРОДНАЯ

НА СТАЛО одной из самых красивых актрис советского и российского кино **Веры Алентовой**, исполнившей на экране желание тысяч женщин, – влюбиться в мужчину, который берёт всю ответственность за семью на себя. Ей было 83 года.

Последние несколько месяцев Алентова страдала от обострения гипертонической болезни сердца.

Актрисе стало плохо на прощании с Анатолием Лобоцким в театре им Маяковского в Москве. Вера Валентиновну срочно госпитализировали, но, увы, врачи уже ничем не могли помочь – народная артистка РФ умерла в реанимации ГКБ № 1 от острого инфаркта миокарда. Своего знаменитого мужа, актёра и режиссёра Владимира Меньшова Алентова пережила на 4,5 года.

Вера Алентова родилась в Котласе Архангельской области в семье актёров Валентина Быкова и Ирины Алентовой. Отец будущей звезды умер, когда ей было три года. После этого она жила с матерью в Кривом Роге, затем в Узбекской ССР, а среднее образование получила уже в Барнауле. Вера с детства мечтала стать врачом, после школы хотела поступить в Барнаульский медицинский институт, но не срослось. Однажды она увидела, как врач работает с пациентом, у которого воспалился палец, и... потеряла сознание. После этого она отправилась в местный театр, где служила её мама, и стала актрисой вспомогательного состава.

Сценический дебют молодой актриски состоялся в 1960 году – тогда она вошла в состав Орского драматического театра. В начале 1960-х Алентова уехала в Москву и сразу же поступила в Школу-студию МХАТ, которую окончила в 1965 году, после чего присоединилась к труппе Московского драматического театра имени А.С. Пушкина, где проработала до конца своих дней. Кинодебют Алентовой состоялся тоже в 1965 году: она сыграла преподавательницу Лидию Фёдоровну в фильме «Дни лётные».

А в 1975 году она сыграла главную роль в многосерийной ленте «Такая короткая долгая жизнь». Это были её первые шаги в кино, которые отнюдь не принесли ей большую известность. Осле-

СЕРГЕЙ ИВАНОВ

пительный триумф был впереди.

СЛАВА

Всеноардную любовь и славу Алентовой принесла роль Катерины в легендарном фильме её супруга Владимира Меньшова «Москва слезам не верит». Лента стала лидером советского кинопроката 1980 года. Её посмотрело около 90 миллионов зрителей. После выхода киномана Алентова откровенничала журналистам, что её роли в картине могло и не быть. Когда супруг предложил ей роль, она сразу ответила отказом, так как ей категорически не понравился сценарий. Актриса даже отговаривала мужа снимать эту картину, однако Меньшов настаивал, и она в конце концов согласилась.

Съёмки супругам дались нелегко. Позже Владимир Валентинович признавался, что слишком предвзято относился к супруге на съёмочной площадке.

Но со своей ролью Алентова спряталась великолепно. Тысячи женщин, смотревших эту мелодраму в кинотеатрах, плакали, сочувствуя и завидуя главной героине, и их слезам можно было верить. Ещё бы! Алентова «экранизировала» их мечту об ответственном мужчине. Женщины ждали появления в своей жизни кого-то похожего на интеллигентного слесаря Гогу, которого блестательно сыграл Алексей Баталов. «Как долго я тебя искала», – задумчиво говорит Катя своею избраннику, и эти слова – главный эмоциональный нерв фильма. В мировом кино мало найдётся картин, которые бы так зацепили женскую душу. Перед советскими актёрами склонился даже надменный Голливуд. В 1981 году картина была удостоена американской кинопремии «Оскар» в номинации «Лучший фильм на иностранном языке».

СЧАСТЬЕ

Однажды Алентова поделилась, что в её жизни были три самых счастливых дня – поступление в Школу-студию МХАТ, рождение дочери Юли и день присуждения «Оскара». В последние годы



Актрису похоронили на Новодевичьем кладбище рядом с супругом

Вера Валентиновна выходила на театральную сцену до самых последних дней жизни

Фото: ВАДИМ ТАРАКАНОВ/TASS



ЖЕНЩИНА ДОЛЖНА БЫТЬ ВЛЮБЛЁНОЙ

Она не хотела сниматься в фильме «Москва слезам не верит», думала развестись с Меньшовым, но обрела и славу, и любовь

Вера Валентиновна появлялась в проектах «И всё-таки я люблю...», «Дорога без конца», «Любовь как мотив», «С Восьмым марта, мужчины», «Воскресенье», «Московский роман». Кстати, слово «любовь» в названиях этих фильмов и сериалов полностью былоозвучено мироощущению Алентовой. Вера Валентиновна считала, что женщина всегда должна быть влюблённой. Актриса была убеждена, что увлечённость другим человеком или профессией делает человека юным. Её выдают молодые и живые глаза, умение чувствовать и слышать время и с радостью принимать жизненные перемены. Всего актриса снялась более чем в 30 проектах, а на театральную

сцену выходила до последних дней жизни. 17 декабря она сыграла свою последнюю роль – госпожи Аргант в спектакле «Ложные признания» в театре имени А. С. Пушкина.

ЛЮБОВЬ

Актриса была замужем за режиссёром Владимиром Меньшовым, и их творческий и семейный союз стал одним из самых известных в отечественном кинематографе. С буду-

щим супругом они встретились в Школе-студии МХАТ. Алентова считалась



Фото: ТИМЕУЛАНЕШОУ/АЛА

АРТИСТКА ВЕРА АЛЕНТОВА



Рождение Юли было одним из самых счастливых дней пары



Фильм «Москва слезам не верит» сделал Алентову звездой

одной из самых красивых и перспективных студенток. А вот по поводу способностей Меньшова у педагогов были сомнения. Но Алентова говорила, что сразу поняла, насколько её избранник талантлив и интересен. Пара поженилась в 1962 году. После выпуска Веру оставили в Москве, а Владимира распределили в Ставрополь. Но через год Меньшов, решивший стать режиссёром, поступил в ВГИК в мастерскую Михаила Ромма. Алентова поддержала супруга и снялась в его первой учебной работе – короткометражке «К вопросу о диалектике восприятия искусства, или Утраченные грёзы» (1968). В 1969 году у пары родилась дочь Юлия, ныне известная актриса и телеведущая. Всю жизнь Вера Алентова прожила со своим единственным и любимым. Однако нельзя сказать, что их семейная жизнь всегда была безоблачна – в середине 70-х и их семью настиг кризис. Несколько раз они разъезжались по разным домам, но не разводились, слов-

но давая друг другу шанс на воссоединение.

– Обычно я расстаюсь с людьми резко и навсегда. Но мы же раньше писали друг другу письма каждый день, когда были на гастролях. И я нашла эти послания, зачиталась, окунулась в атмосферу горячей большой любви. И всё остальное показалось странным и мелким, это самое ценное, что есть в жизни, – рассказывала позже Алентова.

Воссоединение произошло, когда Юлия пошла в первый класс. С того времени Алентова и Меньшов уже не расставались. В 2021 году обоих супружеских госпитализировали в больницу, вот только Владимир Валентинович оттуда уже не вышел... Вера Валентиновна так сильно любила супруга, что в квартире его кабинет остался прежним, она ничего не тронула, в прихожей, как и раньше, висели плащ и кепка.

– Для меня он не в прошлом, для меня он здесь, – говорила артистка. Теперь они снова воссоединились – уже на небесах.



Сати Казанова

С Рамой в голове

43-ЛЕТНЯЯ певица Сати Казанова, увлекшаяся индуизмом, стала монахиней.

1 января Сати сидела в храме в Германии с ребёнком на руках, когда её позвали к учителю и она стала одной из избранных.

– Нас стало девять – пятеро мужчин и четыре женщины. После ритуалов очищения мы прошли церемонию посвящения, – поделилась певица.



Мэттью Перри

Память о друге

НА МОГИЛЕ звезды культового сериала «Друзья» Мэттью Перри установили табличку с трогательной надписью.

«Мэттью Лэнгфорд Перри. Горячо любимый. Друг», – гласит теперь надпись на плите.

Напомним, что «Друзья» прославили Перри, сделав его одним из самых любимых персонажей поколения. Актёр скончался в октябре 2023-го в возрасте 54 лет.

ПРИКОЛ

МИРОВОЙ рекорд по самому долгому фейерверку установили в новогоднюю ночь в Абу-Даби (ОАЭ). Салют длился 62 минуты.

20-ЛЕТНИЙ РОССИЯНИН СБЕЖАЛ ОТ РОДИТЕЛЕЙ В ТАИЛАНД И «ПОСЕЛИСЯ» В СИЗО, ЧТОБЫ НЕ УМЕРЕТЬ С ГОЛОДУ



На чубчине
Данила
мечтает
о маминих
пирожках

Фото: Т.МЕШКО/SHOT

А В ТЮРЬМЕ СЕЙЧАС УЖИН... Макароны!

ОЛЬГА НИКИТИНА

тов... Два дня Данила ночевал на пляже.

А потом ему пришёл в голову «гениальный» план спасения. Парень заскочил в местную забегаловку, съел пиццу и спагетти, но платить отказался и попросил вызвать полицию. Сработало. Данилу посадили в СИЗО на двое суток, где его поили и подкармливали сокамерники. Но потом бедолагу снова выпустили, и он опять начал скитаться по улицам Паттайи. Спустя сутки парень обратился уже в туристическую полицию. Сейчас Данила ждёт, когда билеты подешевеют, чтобы улететь домой.

За жизнь Дмитрия борются тайские врачи



РОССИЙСКИЙ ТУРИСТ ВПАЛ В КОМУ НА ПХУКЕТЕ ПОСЛЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ БЫВШЕЙ...

ЭМЧЕЭСНИК из Магадана позвал бывшую в Таиланд, чтобы сно-ва с ней сойтись, но во время откровенного разговора потерял сознание.

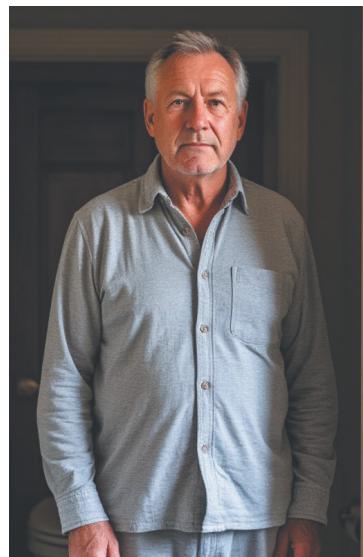
Дмитрий К. перед Новым годом встретился со своей бывшей пассией Екатериной и сказал, что в 2026-м хотел бы начать всё сначала. И предложил ей уехать на Пхукет. Женщина согласилась и полетела с ним. Там Дмитрий встал на колено, сделал повторное предложение и, как только любимая сказала «да», потерял сознание...

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

В больнице у спасателя диагностировали опухоль мозга. Ему сделали дренаж – откачивали лишнюю жидкость. Сейчас россиянин находится в коме. Случай нестраховой. На днях родственники получили разрешение на вылет от тайских врачей, но возникла новая проблема. Екатерина потратила 3 млн рублей на госпиталь, но этих денег оказалось недостаточно для возвращения бывшего в Россию. Собрать больше она не может...



ЭФФЕКТ «ЛЯГУШКИ В КИПЯТКЕ». ПОЧЕМУ МУЖЧИНЫ НЕ МОГУТ ВЫЛЕЧИТЬ ПРОСТАТИТ ГОДАМИ? А ВЕДЬ ВСЁ ТАК ПРОСТО...



Сколько можно терпеть простатит? Почему он возвращается снова и снова, даже после лечения? И что делать, когда привычные средства уже не помогают? Ответы на эти вопросы напрямую связаны с лягушками. Удивлены? Мы удивлены не меньше!

Вот здесь и выручает «ПРОСТАМАГ» — революционная российская разработка. Это не пафосный аппарат для дорогих клиник. А добротная техника для таких, как все мы — для обычных российских мужчин. Компактный, функциональный и простой, чтобы использовать его дома, без заморочек.

С ним появится шанс значительно снизить дискомфорт и перестать считать походы в туалет. Шанс снова почувствовать мощную струю, как в молодости, а не это унизительное выдавливание по капле. А это даёт возможность появлению прежней уверенности и возвращению энергии! Даже внешне будет не узнать: без простатита плечи расправлены, походка уверенная. Вас будто подменили, словно скинули десяток лет, который у Вас отнимал простатит. Одним словом, не ждите, пока станет хуже. Решайте проблему по-мужски, сразу и надолго.

СОВРЕМЕННАЯ ФИЗИОТЕРАПИЯ. МОЖEM, КОГДА ХОТИM!

Так в чём же его функционал? Заглянем вместе, так сказать, под капот этого отличного аппарата.

Можно сказать, что у него не один, а целых три двигателя. Ведь аппарат «ПРОСТАМАГ» оснащён сразу тремя супер-методиками лечения простатита. Первая — бесспорный лидер — лазерная терапия с инфракрасным излучением. А для наилучших результатов её подкрепляет низкочастотный вибрационный микромассаж и магнитотерапия. В итоге получается, что аппарат один, а факторов воздействия много. Причём именно такое сочетание многократно увеличивает шансы на успех в лечении!

«ПРОСТАМАГ» показывает знак «СТОП!» отёку, воспалению и застойным явлениям. И то правда, ведь наш организм не свалка. И самое время заняться его оздоровлением и очисткой.

Представьте эксперимент. Если бросить лягушку в кипяток, она выпрыгнет и попытается спастись. Но если поместить её в холодную воду и начать медленно подогревать, она не заметит угрозы. И в итоге... сварится.

Простатит тоже подкрадывается незаметно. Сначала он маскируется под обычную усталость или последствия стресса.

Учащённое мочеиспускание списываем на лишнюю чашку чая на ночь. Ослабление струи — на усталость. А эректильная дисфункция — ну, так это естественный процесс. Ведь уже не шестнадцать. Это те самые «градусы», которые медленно, но непреклонно повышаются.

И мужчина сам не замечает, как заболевание переходит в хроническую, трудно излечимую форму. Это и есть, так называемый, «синдром лягушке в кипятке». Но главное, пока «вода» ещё не залила. И у Вас есть все шансы вовремя остановить процесс!

МЕДИЦИНСКАЯ РЕВОЛЮЦИЯ, КОТОРУЮ ВСЕ ТАК ДОЛГО ЖДАЛИ.

К счастью, медицина не стоит на месте. Сегодня урологи всего мира признают, что основой успешного комплексного лечения хронического простатита является физиотерапия.

Она позволяет не рисковать здоровьем. Не ждать, пока простатит окончательно подкосит мужскую силу. Пора не просто заглушать симптомы, а уничтожать саму причину болезни!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 14.01.2026 по 14.02.2026. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. 'ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

Чтобы уже совсем скоро наконец сбросить этот груз простатита со своих плеч!

И самое приятное, что «ПРОСТАМАГ» помогает не опустить руки даже при хроническом простатите. Ведь его можно начать применять на любой стадии заболевания. Вот она, настоящая мужская дружба и поддержка!

Но самое лучшее, что сделали разработчики аппарата, — возможность проводить процедуры прямо в домашних условиях. Без лишних глаз и рук.

Вам больше не нужно тратить силы и время на поездки, чтобы посидеть в очереди, а то и постоянно несколько часов. Процедуры можно проводить дома, там, где действительно удобно и можно расслабиться.

Вот, что называется, сделано мужчинами для мужчин!

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ БОЛИ И СТРАДАНИЙ

Многие сталкиваются с тем, что даже после курса лечения симптомы со временем возвращаются.

Почему так происходит? Потому что, помимо обострений, важно работать с самими причинами — тем, что остаётся «под капотом»: застоем в малом тазу, недостаточным кровообращением, ослаблением мышц.

Без этого всё лечение — это равно тому, что пытаться тормозить, прибавляя газку!

А не лечиться нельзя! Особенно, когда цифры говорят сами за себя.

Prodex

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

ВОЛГОГРАД	23 ЯНВАРЯ
Дом офицеров, просп. им. В. И. Ленина, д. 31	9.00-11.00
УФА	23 ЯНВАРЯ
Аптека «Фармамекс», просп. Октября, д. 91	9.00-10.30
Аптека «Экона», ул. Щорсова, д. 85	11.00-12.00
ЧЕБОКСАРЫ	27 ЯНВАРЯ
Аптека «Фармамекс», Московский просп., д. 16	9.00-10.30
ДК тракторостроителей, Эгерский бул., д. 36	11.00-12.00
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	28 ЯНВАРЯ
Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулок, д. 3	9.00-15.00
САМАРА	30 ЯНВАРЯ
Дом офицеров, ул. Шостаковича, д. 7	12.00-13.00
ДК «Металлург», просп. Металлургов, д. 75	14.00-15.00

По которым каждый второй мужчина сталкивался с хроническим простатитом. А тем, кому чуть за 60? Здесь 70 % мужчин знакомы сadenomой простаты.

И никто по добрую воле не хочет оказаться на операционном столе. Или того хуже — дотерпеть до осложнений и уже не встретить очередной юбилей.

«ПРОСТАМАГ» же работает в эпицентре событий. И воздействует на причину, а не на следствие. Кроме того, для человека, принимающего лекарства от давления, сердца и других возрастных недугов, дополнительная медикаментозная нагрузка может быть просто опасна.

ВРЕМЯ ДЕЙСТВОВАТЬ!

Одна из самых страшных казней — это быть сваренным в кипятке. И простатит погружает практически в такие же страдания.

Специалисты бьют тревогу, ведь множество пациентов с хроническим простатитом, в конечном итоге, сталкиваются с серьёзными осложнениями. И разговор не только о кистах и камнях в почках. Это и эректильная дисфункция, и склероз простаты, и хроническая тазовая боль, и воспаление.

Не повторяйте судьбу лягушки из эксперимента. Не ждите печального исхода.

Без радости, без спокойного сна в окружении чужих людей на больничной койке. Аппарат «ПРОСТАМАГ» — это Ваш шанс взять под контроль своё здоровье, прервать череду обострений и забыть о постоянных ограничениях. Верните в свою жизнь крепкий сон, настоящую мужскую силу и свободу от боли. Сделайте первый шаг к жизни без простатита прямо сейчас! Позвоните нам по телефону 8 (800) 444-87-39, получите бесплатную консультацию специалиста и узнайте, как аппарат «ПРОСТАМАГ» может помочь в Вашей ситуации. Не ждите, пока станет слишком поздно — Ваше здоровье бесценно!



ЗАБРОНИРУЙ СЕЙЧАС – ОПЛАТИ ПОЗЖЕ!

РЕШЕНИЕ ЕСТЬ ДАЖЕ ПРИ СКРОМНОМ БЮДЖЕТЕ!

УСПЕЙТЕ ВСЕГО 200 АППАРАТОВ!

Забронируйте аппарат «Простамаг» по акционной цене со скидкой, а оплатить сможете при получении!*



ТЕЛЕФОН ДЛЯ БРОНИРОВАНИЯ!

8 (800) 444-87-39

АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ ПОКА АППАРАТЫ ЕСТЬ В НАЛИЧИИ,
УСПЕЙТЕ ЗАФИКСИРОВАТЬ НИЗКУЮ ЦЕНУ!*

WWW.PRODEX.RU

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

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

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

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

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:

ЖИЗНЬ

Имеются противопоказания. Перед использованием ознакомьтесь с инструкцией.

1 ПЕРВЫЙ

5.00	Доброе утро
	Телеканал
9.00	Новости
	с субтитрами
9.25	Модный
	приговор
10.15	Жить здорово!
	16+
11.00	Время
	покажет
	16+
12.00	Новости
	с субтитрами
12.15	Время
	покажет
	16+
14.00	Большая игра
	16+
15.00	Новости
	с субтитрами
15.15	Давай
	поженимся!
	16+
16.05	Мужское /
	Женское
	16+
17.00	Большая игра
	16+
18.00	Вечерние
	новости
	с субтитрами
18.30	Время
	покажет
	16+
19.50	Пусть говорят
	16+
21.00	Время
22.00	ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ
	Сериал 12+
23.00	Большая игра
	16+
0.10	Время героев
	16+
1.10	ПОДКАСТ.ЛАБ
	16+
3.00	Новости
3.05	ПОДКАСТ.ЛАБ
	16+

1 РОССИЯ

5.00 Утро России
9.00 Вести
9.30 Местное время
9.55 О самом главном
 Ток-шоу 12+

11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 60 минут
 Ток-шоу 12+

14.00 Вести
14.30 РАЙСКИЙ
 Сериал 16+
16.30 Вести
17.00 Малахов 16+
18.00 60 минут
 Ток-шоу 12+

20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 ЛИМИТЦЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ
 Сериал 16+
 На дворе - конец девяностых. Маша стала директором ткацкой фабрики. Предприятие переживает не лучшие времена, проводятся сокращения сотрудников, растёт недовольство. А тут судьба подбрасывает героине новые проблемы: вернувшийся из армии сын Лёша решает заняться бизнесом и связывается с местными авторитетами...

23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым
 12+

2.15 РАЙСКИЙ
 Сериал 16+
3.00 Вести
3.30 РАЙСКИЙ
 Сериал 16+

 HTB

4.45	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	ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ	Сериал 16+
		Брагин получает результаты генетической экспертизы и отметает версию о брате-близнец Радулова. Это просто очень похоже на него человека... Три года державший в страхе криминальный бизнес Петербурга... Шибанов выступает на суде по делу Рожкова в качестве свидетеля...
22.15	МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ	
		Сериал 16+
0.10	Сегодня	
0.30	ПАУТИНА	Сериал 16+
3.55	По следу монстра	16+

The logo consists of the letters "CTC" in a bold, black, sans-serif font. The letter "C" is stylized with a vertical bar on its left side.

6.00	Отель «У овечек»
6.25	Мульти сериал Маша и Медведь
8.20	КАК ПРИРУЧИТЬ МОНСТРОВ Анимационный фильм 6+
9.55	КАК ПОЙМАТЬ ПЕРО ЖАР- ПТИЦЫ Анимационный фильм
11.20	КРЕПОСТЬ. ЩИТОМ И МЕЧОМ Анимационный фильм 6+
12.55	КНЯЗЬ ВЛАДИМИР Анимационный фильм 16+
14.25	ЦАРСТВО ПРОТИВ РАЗБОЙНИКОВ Анимационный фильм 6+
15.50	УЧИТЕЛЬ ГОДА Комедийная драма 12+
17.55	ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА Сериал 16+
20.00	ВОЛНА Фильм-катастрофа 16+
22.05	ТАЙФУН Фильм 16+
23.45	РАЗЛОМ Фильм-катастрофа 16+
1.25	АВАНГАРД. АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ Боевик 16+
3.00	ГЕРАЛ. НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ Фэнтези 16+

The logo for THT, featuring the letters 'THT' in a stylized font where each letter is composed of three horizontal bars of different colors: gold, red, and blue.

7.00	САШАТАНЯ Сериал 16+
9.00	Выжить в Стамбуле 16+
11.30	САШАТАНЯ Сериал 16+
16.30	САШАТАНЯ Сериал 16+
21.00	ПОЛЯРНЫЙ Сериал 16+ Бывший криминальный авторитет девяностых Витя Мясников обжился в современной Москве и занялся легальным бизнесом, но внезапно настигнувшее его прошлое заставляет Витя бежать из полярного круга - Тунгуда, где время как будто остановилось, и до сих пор царят понятия лихого диктаторства...
23.00	ПРИТВОРЬСЬ МОИМ МУЖЕМ Комедийная мелодрама 16+ Успешная бизнесвумен Виктория вся себя посвятила карьере и вот-вот подписывает крупнейший контракт с инвесторами из ОАЭ. Узнав, что те работают только с семейными, она спешно выдаёт за жениха пожилого Романа.
0.50	ЁЛКИ-ИГОЛКИ Комедия 16+
2.30	Однажды в России Юмористическая программа 16+

ТВ ЦЕНТР

6.00	Настроение
8.15	Смех, дрожь и видео 16+
8.50	ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ УБИЛ САМ СЕБЯ
10.50	Детектив 12+ Петровка, 38 16+
11.00	Городское собрание 12+
11.30	События
11.50	СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ДИКАЯ РОЗА
13.45	Детектив 12+ Мой герой. Салават
14.30	Щербаков 12+
14.50	События
15.00	Город новостей Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ОДРЖИМОСТЬ
16.55	Детектив 12+ Актёрские драмы. Любовь с первого кадра 16+
17.50	События
18.10	ЗАГОВОР НЕБЕС
22.00	Детектив 12+ События
22.35	10 самых... Подруги- разлучницы 16+
23.05	Знак качества 16+
0.00	События. 25-й час
0.30	Петровка, 38 16+
0.45	Настоящий детектив. Жемчужная нить 16+

5 КАНАЛ

5.00	Известия	16+
5.25	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4	
	Сериал 16+	
8.05	Фирменный рецепт	12+
8.40	Знание - сила	12+
9.00	Известия	16+
9.30	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4	
	Сериал 16+	
9.35	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6	
	Сериал 16+	
13.00	Известия	16+
13.30	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6	
	Сериал 16+	
14.20	СЛЕД	
	Сериал 16+	
17.00	Известия	16+
17.30	СЛЕД	
	Сериал 16+	
18.10	СЛЕД. СТАТУС	
	Сериал 16+	
19.00	СЛЕД. РАССТРЕЛЯННЫЙ ГОРОД	
	Сериал 16+	
19.50	СЛЕД. СЕЛФИ С ПОКОЙНИКОМ	
	Сериал 16+	
20.40	СЛЕД. ЭПИДЕМИЯ	
	Сериал 16+	
21.25	СЛЕД. Ж	
	Сериал 16+	
22.20	СЛЕД. ПОКОЙНИК-ПАРАНОИК	
	Сериал 16+	
23.05	СЛЕД. В ОДНУ ВОДУ	
	Сериал 16+	
0.00	Известия.	
	Итоговый выпуск	
0.30	ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4	
	Сериал 16+	

РОССИЯ К

6.30	Лето Господне
7.15	Черные дыры.
7.55	Белые пятна
	Невский ковчег.
	Теория
	невозможного
8.25, 22.15 МЕГРЭ	
	Сериал
10.15	Наблюдатель
11.10	XX век
11.45	Кино о кино
12.45	Новости.
	Подробно. АРТ
13.00	Колонна для императора
13.50	Острова
14.30 КАПИТАН НЕМО	
	Фильм
15.45	Вся красота в прямой линии
16.30	Передвижники
17.15	Кристальные истории
17.35	Мастера российской концертной сцены
18.30	Рассказы из русской истории
19.45	Главная роль
20.05	Правила жизни
20.50	Больше, чем любовь
21.35	Сати. Нескучная классика...
0.10	Ступени цивилизации

МАТЧ! МАТЧ ТВ

10.00, 12.55, 15.30
Новости

10.10 Лица страны.
Константин
Игропуло 12+

10.30 Спортивный
дайджест 16+

11.35, 22.00, 0.45
Все на Матч!

12.35 Специальный
репортаж
12+

13.00 Есть тема!

14.25 Лыжная страна
12+

15.00 Лига в лицах
12+

15.35 Громко.

16.55 Флойд Мейвезер
Документальный
фильм 16+

18.05 Бокс Bare Knuckle
FC. Джуллан Лайн
против Дастина
Пейга 16+

19.15 Хоккей Фонбет
Чемпионат КХЛ
СКА (Санкт-
Петербург)
- **Динамо** (Минск)

22.35 Футбол
Чемпионат Италии
Лацио - Комо

1.55 Скелетон
Кубок мира.
Мужчины 6+

The logo consists of a purple triangle containing the number '3' and the letters 'TB3' in white on a red background.

6.00	Мультильмы
8.45	СЛЕПАЯ
	Сериал 16+
9.45	ГАДАЛКА
	Сериал 16+
13.45	ГАДАЛКА. ЖИВУЩИЙ В КАМНЕ
	Сериал 16+
14.15	ГАДАЛКА. ЖГУЧАЯ ИГЛА
	Сериал 16+
15.00	ГАДАЛКА. ФОТО НА ПАМЯТЬ
	Сериал 16+
15.30	СЛЕПАЯ. В НЕВЕДЕНИИ
	Сериал 16+
16.00	СЛЕПАЯ. ЧТО-ТО ОБЩЕЕ
	Сериал 16+
16.30	СЛЕПАЯ. ЧЕТВЕРТЫЙ
	Сериал 16+
17.00	СЛЕПАЯ. ХЛЕБ И МАСЛО
	Сериал 16+
17.30	СЛЕПАЯ. ЗАКОН УЛИЦЫ
	Сериал 16+
18.00	ГЛУХАРЬ
	Сериал 16+
23.15	СОКРОВИЩА ДЖUNGЛЕЙ
	Фильм 18+
1.00	Кадони шоу 16+

The logo consists of a stylized orange letter 'P' inside a white square, positioned above the letters 'PEH' in a bold, black, sans-serif font.

5.00, 18.00, 0.35
Самые
шокирующие
гипотезы 16+

6.00 С бодрым утром!
16+

8.30, 12.30, 16.30,
19.30, 23.00
Новости 16+

9.00 Военная тайна
16+

11.00 Как устроен мир
16+

12.00, 16.00, 19.00
Информационная
программа 112
16+

13.00 Загадки
человечества
16+

14.00 Невероятно
интересные
истории 16+

15.00 Засекреченные
справки
Документальный
спецпроект 16+

17.00, 1.30
Тайны Чапман
16+

19.55 ГРЯЗНЫЕ
ИГРЫ
Триллер 16+

22.20, 23.30
ПОДСТАВА
Боевик 16+

 ДОМАШНИЙ

6.30 **По делам несовершеннолетних**
Судебное шоу 16+

7.25 **Давай разведёмся!**
Судебное шоу 16+

8.25 **Тест на отцовство**
Судебное шоу 16+

10.40, 23.25 ПОНЯТЬ, ПРОСТИТЬ
Докудрама 16+

11.45 **ПОРЧА, ЧУЖИМИ РУКАМИ, НАВАЖДЕНИЕ**
Докудрама 16+

12.55, 1.25 ЗНАХАРКА
Докудрама 16+

13.30, 1.50 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО
Докудрама 16+

14.05, 2.20 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ
Докудрама 16+

14.40 **ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ**
Сериал 16+

19.00 **РОКОВАЯ ПОДМЕНА**
Сериал 16+

0.30 **ПОРЧА**
Докудрама 16+

2.45 **Тест на отцовство**
Судебное шоу 16+

ПЯТНИЦА!

5.00 Секреты на кухне
Хлеб 16+

5.50 Пятница News
16+

6.20 На ножах
Подольск.
Синяя птица 16+

7.20 На ножах
Екатеринбург.
У Вани 16+

8.30 Молодые ножи
Супы разных стран
16+

9.50 Адский шеф
16+

12.50, **15.00**, **17.00**.
19.00, **21.00**
Битва шефов
16+

23.10 Секретный
артист
16+

0.30 Самородки
Юрий Стоянов
и Ида Галич
16+

1.50 Пятница News
16+

2.20 На ножах
Сочи. Сокол 16+

3.10 На ножах
Краснодар. Red
16+

4.00 Секреты на кухне
Быстрый перекус
16+

 ЗВЕЗДА

5.00 БЕЛЫЙ СНЕГ
Фильм 12+
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 Перелом.
Хроника Победы
16+
11.30, 13.25 РАЗМАХ
КРЫЛЬЕВ
Фильм 12+
13.55, 15.05, 17.15
ЖУКОВ
Сериал 16+
15.00 Военные новости
16+
18.50 Специальный
репортаж 16+
19.55 По горячим
следам 16+
20.10 Скрытые угрозы
16+
22.45 Между тем 12+
23.15 СУМКА
ИНКАССАТОРА
Фильм 12+
0.55 БЕСПОКОЙНОЕ
ХОЗЯЙСТВО
Фильм 12+
2.20 Ополченцы.
Мелодия памяти
12+



ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро Телеканал
 9.00 Новости с субтитрами
 9.25 Модный приговор Жить здорово! 16+
 10.15 Время покажет 16+
 11.00 Время покажет 16+
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 Время покажет 16+
 14.00 Большая игра 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.15 Давай поженимся! 16+
 16.05 Мужское / Женское 16+
 17.00 Большая игра 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.30 Время покажет 16+
 19.50 Пусть говорят 16+
 21.00 Время
 22.00 ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ Сериал 12+
 23.00 Большая игра 16+
 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
 3.00 Новости
 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+



РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России Вести
 9.00 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+
 11.00 Вести. Местное время 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
 14.00 Вести 14.30 РАЙСКИЙ Сериал 16+
 16.30 Вести 17.00 Малахов 16+
 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
 20.00 Вести 21.10 Вести. Местное время 21.30 ЛИМИТИЦЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ Сериал 16+
 20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ Сериал 16+
 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
 2.15 РАЙСКИЙ Сериал 16+
 3.00 Вести 3.30 РАЙСКИЙ Сериал 16+



НТВ

- 4.40 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 12+
 14.00 Место встречи Сегодня 16.00 Сегодня 16.45 За гранью 16+
 19.00 Сегодня 20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ Сериал 16+
 22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ Сериал 16+
 0.10 Сегодня 0.30 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
 1.10 ПАУТИНА Сериал 16+



СТС СТС

- 6.00 Отель «У овечек» Мульти сериал 16+
 6.30 Маша и Медведь Мульти сериал 16+
 9.00 ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ Комедия 12+
 10.50 ПУШИСТАЯ ФОРТУНА Фэнтезийная комедия 12+
 12.35 ЛЕССИ - ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ Приключенческий фильм 6+
 14.20 КОРОЛЕВСКАЯ НЯНЬКА Комедийная мелодрама 12+
 16.05 ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ Приключенческая комедия 12+
 17.55 ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА Сериал 16+
 20.00 ВЫШКА Триллер 16+
 22.10 ФУКУСИМА Драма 16+
 0.55 СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО Сериал 16+
 2.40 НОЙ Фэнтези 16+
 2.35 ТАЙФУН Фильм 16+



ТНТ ТНТ

- 7.00 САШАТАНЯ Сериал 16+
 12.00 САШАТАНЯ Сериал 16+
 16.30 САШАТАНЯ Сериал 16+
 21.00 ПОЛЯРНЫЙ Сериал 16+
 23.00 МЭР ПОНЕВОЛЕ Комедия 16+
 0.00 СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО Сериал 16+
 0.30 Однажды в России Юмористическая программа 16+
 10.45, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+
 11.55 ПОРЧА. ПОКАЗАЛОСЬ, ЗОВ СЕРДЦА Докудрама 16+
 13.00, 1.25 ЗНАХАРКА Докудрама 16+
 13.35, 1.50 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+
 14.45 ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ Докудрама 16+
 19.00 ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕРЫ Докудрама 16+
 0.30 ПОРЧА Докудрама 16+
 2.45 Тест на отцовство Судебное шоу 16+



ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение Доктор И... 16+
 8.15 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. РАЗЫСКИВАЕТСЯ ЗВЕЗДА Детектив 12+
 10.35 Олег Басилашвили. Переиграть судьбу 16+
 11.30 События 11.50 СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ Детектив 12+
 13.45 Мой герой. Анастасия Волокова 12+
 14.30 События 14.50 Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ВЗРЫВ Детектив 12+
 16.55 Актёрские драмы. Бремя славы 16+
 17.50 СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА Детектив 12+
 22.00 События 22.35 Закон и порядок 16+
 23.05 Лицей дети звёзд Документальный фильм 16+
 0.00 События 0.30 25-й час Петровка, 38 16+
 0.45 Тайная комната. В постели с тираном 16+



5 КАНАЛ

- 5.00 Известия 16+
 5.40 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
 8.25 Страна советов 16+
 9.00 Известия 16+
 9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
 9.35 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+
 13.00 Известия 16+
 13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+
 14.20 СЛЕД Сериал 16+
 17.00 Известия 16+
 17.30 СЛЕД Сериал 16+
 19.00 СЛЕД. РАСПЛАТА ЗА ДОВЕРИЕ Сериал 16+
 19.50 СЛЕД. ИСКУССТВО УБИВАТЬ Сериал 16+
 20.40 СЛЕД. ПОДЕЛУХА Сериал 16+
 21.25 СЛЕД. РОДИТЕЛЬСКИЕ ОБЯЗАННОСТИ Сериал 16+
 22.20 СЛЕД. СПИСОК ЗАКАЗчиков Сериал 16+
 23.10 СЛЕД. ИНТЕРЕСНО, ВОСКЛЫЦАТЕЛЬНЫЙ ЗНАК Сериал 16+
 0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+



РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных 7.20, 13.00 Ступени цивилизации 8.25, 22.15 МЕГРЭ Сериял 10.15 Наблюдатель 11.10 ХХ век 12.45 Новости. Подробно. Книги 13.50 Николай Голованов. Главный дирижер Советского Союза 14.30 КАПИТАН НЕМО Фильм 15.45 Сати. Нескучная классика... 16.30 Коллекция 17.15 Жил-был царь 17.45 Мастера российской концертной сцены 18.15 Роман в камне 18.45 Семинар 19.45 Главная роль 20.05 Правила жизни 20.35 Спокойной ночи, малышы! 20.50 Искусственный отбор 21.30 Белая студия 0.10 Ступени цивилизации



МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00, 15.00 Лига в лицах 12+ 6.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.30 Новости 7.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч! 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+ 9.25 Команда мечты 12+ 10.30 Футбол Чемпионат Испании. Обзор тур 6+ 13.00 Есть тема! 14.25 Человек из футбола. Дмитрий Хохлов 12+ 16.55 Новак Джокович. Только победа 12+ 18.05 Смешанные единоборства UFC 16+ 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Шанхайские драконы (Шанхай) - Спартак (Москва) 22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов Флойд Мейвезер 0.45 ЗНАКИ СУДЬБЫ Документальный фильм 16+



ТВ З

- 6.00 Мульти фильмы 8.45 СЛЕПАЯ Сериал 16+ 9.45 ГАДАЛКА Сериал 16+ 13.45 ГАДАЛКА. РЕБЕНОК ОТ ЛЮБОВНИКА Сериал 16+ 14.15 ГАДАЛКА. КУРИНАЯ ЛАЛА Сериал 16+ 15.00 ГАДАЛКА. СПОРНЯ НЕВЕСТА Сериал 16+ 15.30 СЛЕПАЯ. ГОРЬКО Сериал 16+ 16.00 СЛЕПАЯ. ДНЕВНИК Сериал 16+ 16.30 СЛЕПАЯ. ЗОНА КОМФОРТА Сериал 16+ 17.00 СЛЕПАЯ. ШИРОКИЕ ШАГИ Сериал 16+ 17.30 СЛЕПАЯ. БОТ ТЕБЕ И РАЗ Сериал 16+ 18.00 ГЛУХАРЬ Сериал 16+ 23.15 ФЛИРТ С ДЬЯВОЛОМ Фильм 18+ 1.00 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+



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 Совбез 16+ 10.00 Военная тайна 16+ 11.00 Как устроен мир 16+ 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+ 13.00 Загадки человечества 16+ 14.00 Невероятно интересные истории 16+ 15.00 100 вопросов обо всем 16+ 17.00, 1.25 Тайны Чапман 16+ 19.55 К ЗВЁЗДАМ Фантастический триллер 16+ 22.10, 23.30 ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ Фантастический боевик 16+ 1.00 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+



ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+ 7.30 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+ 8.30 Тест на отцовство Судебное шоу 16+ 10.45, 23.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+ 11.55 ПОРЧА. ПОКАЗАЛОСЬ, ЗОВ СЕРДЦА Докудрама 16+ 13.00, 1.25 ЗНАХАРКА Докудрама 16+ 13.35, 1.50 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+ 14.10, 2.20 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+ 14.45 ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ Сериал 16+ 19.00 ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕРЫ Сериал 16+ 0.30 ПОРЧА Докудрама 16+ 2.45 Тест на отцовство Судебное шоу 16+



ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне Картофель 16+ 6.00 Пятница News 16+ 6.20 Гастротур Байкал 16+ 7.10 На ножах 16+ 9.30 Молодые ножи Хиты мировой кулинарии 16+ 10.40 Адский шеф 16+ 13.10 Черный список. На кухне 16+ 18.00 Черный список. На кухне Одинцово. Угольки 16+ 19.00 Что я наделала 16+ 20.00 Что я наделала Треугольник смерти 16+ 21.00 Черный список Косметологи на дому 16+ 22.00 Черный список Повара-диетологи 16+ 23.00 Секретный артист 16+ 0.20 Самородки Юрий Стоянов и Валя Карнавал 16+ 1.40 Пятница News 16+



ЗВЕЗДА

- 5.15 ЖУКОВ 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, 18.50 Специальный репортаж 16+ 11.15, 19.55 По горячим следам 16+ 11.35, 13.25 СУМКА ИНКАССАТОРА Фильм 12+ 13.55, 15.05, 17.15 ЖУКОВ Сериал 16+ 15.00 Военные новости 16+ 20.10 Улика из прошлого 16+ 22.45 Между тем 12+ 23.15 ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ Фильм 12+ 0.55 ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ Фильм 12+ 2.20 Шедевры военных музеев Документальный сериал 12+



ПЕРВЫЙ



РОССИЯ 1



НТВ



СТС



ТНТ



ТВ ЦЕНТР



5 КАНАЛ

- 5.00 Доброе утро Телеканал
 9.00 Новости с субтитрами
 9.25 Модный приговор Жить здорово! 16+
 10.15 Время покажет 16+
 11.00 Новости с субтитрами
 12.00 Время покажет 16+
 14.00 Большая игра 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.15 Давай поженимся! 16+
 16.05 Мужское / Женское 16+
 17.00 Большая игра 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.30 Время покажет 16+
 19.50 Пусть говорят 16+
 21.00 Время
22.00 ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ
 Сериал 12+
 23.00 Большая игра 16+
 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
 3.00 Новости
 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

- 5.00 Утро России Вести
 9.00 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+
 11.00 Вести. Местное время
12.00 60 минут Ток-шоу 12+
 14.00 Вести
14.30 РАЙСКИЙ Сериял 16+
 16.30 Вести
 17.00 Малахов 16+
 18.00 60 минут Ток-шоу 12+
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
21.30 ЛИМИТЧИЦЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ
 Сериял 16+ Обманув Ивана, Маша отправляется в срочную командировку. Но на предприятиях в наложенной цепочке бартеров ей отказывают. Их прошлие договорённости больше недействительны. Маше становится плохо, и она попадает в больницу. Иван готов идти в милицию и во всём признаться...
23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
2.15 РАЙСКИЙ Сериял 16+
 3.00 Вести
3.30 РАЙСКИЙ Сериял 16+

- 4.45 **ПЁС** Сериял 16+ Утро. Самое лучшее 16+
8.00 СЕГОДНЯ ПЁС Сериял 16+ Сегодня
 10.00 **СЕГОДНЯ ПЁС** Сериял 16+ Сегодня
 13.00 **СЕГОДНЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ** Анимационный фильм 12+
 13.25 **МЕСТО ВСТРЕЧИ СЕГОДНЯ** Анимационный фильм 6+
 16.45 **ЗА ГРАНЬЮ** За гранью
 17.50 **ДНК** 16+
 19.00 **СЕГОДНЯ ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ** Сериял 16+ Из военной части сбегают два солдата, Лукашов и Столярин, последний при задержании ранит сотрудника патрульной службы, его убивают, а Лукашов убегает. Брагина включают в следственную группу военной полиции для поимки Лукашова. Макс приводит домой девушку, Вера в шоке...
22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ Сериял 16+
 0.10 **СЕГОДНЯ ПАУТИНА** Сериял 16+
 0.30 **АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР** Сериял 16+

- 6.00 **ОТЕЛЬ «У ОВЕЧЕК»** Мульсериал Маша и Медведь
 6.30 **МАША И МЕДВЕДЬ** Мульсериал
8.40 НЕВЕРОЯТНЫЙ БЛИНКИ БИЛЛ Анимационный фильм 6+
10.35 НОВЫЕ БОГИ. ЯН ЦЗЯНЬ Анимационный фильм 12+
13.05 АЙНБО. СЕРДЦЕ АМАЗОНИИ Анимационный фильм 6+
14.40 ЗОВ ПРЕДКОВ Приключенческая драма 16+
16.20 САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ Фильм 12+
17.55 ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА Сериял 16+
20.00 ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ Фантастический боевик 16+ Гигантские инопланетяне захватили Землю. Уже двадцать лет люди вынуждены выживать в подземелье...
21.55 УДАРНАЯ ВОЛНА. БИТВА ЗА ГОНКОНГ Криминальный боевик 16+ Криминальный боевик 16+
0.15 КОНАН-БАРБАР Фэнтези 16+
 1.55 Кино в деталях с Фёдором Бондарчуком 18+
4.05 ДИКАЯ ПАРОЧКА Фильм 16+

- 7.00 **САШАТАНЯ** Сериял 16+
12.00 САШАТАНЯ Сериял 16+
16.30 САШАТАНЯ Сериял 16+
21.00 ПОЛЯРНЫЙ Сериял 16+ В Полярный, после нескольких месяцев отсутствия, возвращаются мужики, работающие вахтовым методом. Город открывает «волной любви». Даже бармен Слава неожиданно для себя просыпается в квартире у Любы. А Витя с Полиной безуспешно ищут место для романтического свидания. Местные гопники Толя и Коля находят диск с серией о Вите Миаснике...
23.00 МИНИСТЕРСТВО НЕДЖЕНТЛЬ-МЕНСКИХ ДЕЛ Комедийный боевик 18+ 1942 год, Великобритания. Они - отпетые авантюристы и первоклассные спецы, привыкшие действовать в одиночку. Но когда на кону стоят сотни судеб, им приходится объединиться...
1.15 РЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ Боевик 16+
2.50 РЭМБО. ПЕРВАЯ КРОВЬ-2 Боевик 16+

- 6.00 Настроение Доктор И... 16+
8.40 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. ЯДОВИТАЯ ДИНАСТИЯ Детектив 12+ Инна Чурикова. Я и так согласна Документальный фильм 16+
10.40 СОБЫТИЯ События
11.50 СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ Детектив 12+ Мой герой. Олег Гаас 12+
13.45 СОБЫТИЯ События
14.30 ГОРОД НОВОСТЕЙ Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. Город новостей
15.05 ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ Детектив 12+ Актёрские драмы. Яблоко от яблони 16+
16.55 СОБЫТИЯ События
17.50 ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ» Детектив 12+
22.00 СОБЫТИЯ События
22.35 Хватит слухов! 16+
23.05 ПРОЩАНИЕ. Прощание. Татьяна Егорова 16+
0.00 СОБЫТИЯ. События.
0.30 ПЕТРОВКА, 38 16+
0.45 Дорогие товарищи. Невозвращенцы 16+

- 5.00 Известия 16+
5.25 ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+ Стройнадзор 16+
8.25 СТРОЙНАДЗОР Известия 16+
9.00 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ Известия 16+
13.00 Известия 16+ ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ Сериал 16+
13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ Сериал 16+
14.20 СЛЕД. Сериал 16+ Известия 16+
17.30 СЛЕД. Сериал 16+ Сериал 16+
18.05 СЛЕД. СМЕРTELНЯЯ ФАНТАЗИЯ Сериал 16+
19.00 СЛЕД. ПРОТЯНУТАЯ РУКА ПОМОЩИ Сериал 16+
19.45 СЛЕД. ДВОЙНОЙ КАМБЭК Сериал 16+
20.40 СЛЕД. ЗЛАЯ КОНСЕРЖКА Сериал 16+ Сериал 16+
21.25 СЛЕД. МУЖСКАЯ РАЗДЕВАЛКА Сериал 16+ Сериал 16+
22.20 СЛЕД. БЕЗНОЖЕНЬКИ Сериал 16+
23.05 СЛЕД. ПРИОРИТЕТЫ Сериал 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+



РОССИЯ К



МАТЧ ТВ



ТВ З



REN ТВ



ДОМАШНИЙ



ПЯТНИЦА



ЗВЕЗДА

- 10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55 Новости культуры
 10.15 Наблюдатель 11.10, 1.10 XX век
 12.15 Кристальные истории
 12.45 Новости. Подробно. Кино
 13.00, 0.10 Ступени цивилизации
 13.50, 2.10 Острова
14.30 КАПИТАН НЕМО Фильм
 15.45 Белая студия
 16.30 Библейский сюжет
 17.15 Жил-был царь
 17.45 Мастера российской концертной сцены
 18.45 Семинар
 19.45 Главная роль
 20.05 Правила жизни
 20.35 Спокойной ночи, малыши!
 20.50 Абсолютный слух Альманах по истории музыкальной культуры
 21.30 Власть факта
22.15 МЕГРЭ Сериал

- 6.00, 15.00 Лига в лицах 12+
6.30 Человек из футбола. Дмитрий Хохлов 12+
 7.00, 9.00, 12.55, 15.30 Новости
 7.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч!
 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+
9.25 Команда мечты 12+
10.30 Футбол Чемпионат Италии. Обзор тура 6+
13.00 Есть тема! Есть тема!
14.25 Вид сверху 12+ Лионель Месси
 16.55 Документальный фильм 12+
18.05 Смешанные единоборства UFC 16+
19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ
22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов
0.45 Новак Джокович. Только победа
23.15 ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО Фильм 18+
1.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ Документальный фильм 12+

- 6.00 Мультфильмы
8.45 СЛЕПАЯ Сериял 16+
9.45 ГАДАЛКА Сериял 16+
13.45 ГАДАЛКА. ПСИНА ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ Сериял 16+
14.15 ГАДАЛКА. УКРАДЕННОЕ ЛИЦО Сериял 16+
15.00 ГАДАЛКА. НЕВЕСТА НАВЫЛЕТ Сериял 16+
15.30 СЛЕПАЯ. ДАЙ МНЕ ПОВОД Сериял 16+
16.00 СЛЕПАЯ. ДОМРАБОТНИЦА Сериял 16+
16.30 СЛЕПАЯ. ГРЯЗНЫЙ СЛЕД Сериял 16+
17.00 СЛЕПАЯ. ЗЛАЯ ВОЛШЕБНИЦА Сериял 16+
17.30 СЛЕПАЯ Сериял 16+
18.00 ГЛУХАРЬ Сериял 16+
23.15 ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО Фильм 18+
1.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ Документальный фильм 12+

- 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 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ Документальный спецпроект 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00 МОМЕНТ В ИСТОРИИ 16+
17.00, 1.40 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
19.55 ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ Триллер 16+
22.10, 23.30 СХВАТКА Триллер 16+

- 6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+
7.15 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! Судебное шоу 16+
8.15 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО Судебное шоу 16+
10.30, 23.30 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Документальная драма 16+
11.40 ПОРЧА. ВОЗДУШНЫЙ ПОЦЕЛУЙ, МРАК Документальная драма 16+
12.45, 1.25 ЗНАХАРКА Документальная драма 16+
13.20, 1.50 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Документальная драма 16+
13.55, 2.20 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Документальная драма 16+
14.30 РЕБЁНОК ПО РАСЧЁТУ Сериал 16+
19.00 ПОДАРИ МНЕ НАДЕЖДУ Сериал 16+
0.30 ПОРЧА Документальная драма 16+
2.45 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО Судебное шоу 16+

- 5.00 Секреты на кухне 16+
5.50 ПЯТНИЦА News 16+
6.10 ГАСТРОТУР Республика Башкортостан 16+
6.50 НА НОЖАХ 16+
9.10 МОЛОДЫЕ НОЖИ Французская кухня 16+
10.20 АДСКИЙ ШЕФ 16+
12.50 НА НОЖАХ Рязань. Базар 16+
14.00 НА НОЖАХ Сочи. Corner Cafe 16+
15.00 НА НОЖАХ Санкт-Петербург. ФилоСовина 16+
16.10 НА НОЖАХ Долгопрудный. Дюшес 16+
17.40 МОЛОДЫЕ НОЖИ Неправильный перевод названий блюд 16+
19.00 ПОСЛЕДНИЙ ШЕФ Шоу 16+
0.10 САМОРОДКИ Ольга Бузова и Регина Тодоренко 16+
1.40 ПЯТНИЦА News 16+

1 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ НТВ	СТС СТС	ТНТ ТНТ	ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
5.00 Доброе утро Телеканал 9.00 Новости с субтитрами 9.25 Модный приговор Жить здорово! 16+ 10.15 Время покажет 16+ 11.00 Новости с субтитрами Время покажет 16+ 12.00 Большая игра 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 Время покажет 16+ 18.30 Время покажет 16+ 19.50 Пусть говорят 16+ 21.00 Время 22.00 ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ Сериал 12+ 23.00 Большая игра 16+ 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+ 3.00 Новости ПОДКАСТ.ЛАБ 16+	5.00 Утро России Вести 9.00 Местное время О самом главном Ток-шоу 12+ 11.00 Вести. Местное время 12.00 60 минут Ток-шоу 12+ 14.00 Вести 14.30 РАЙСКИЙ Сериял 16+ 16.30 Вести 17.00 Малахов 16+ 18.00 60 минут Ток-шоу 12+ 20.00 Вести 21.10 Вести. Местное время 21.30 ЛИМИТЧИЦЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ Сериял 16+ Маша готовит очередную апелляцию в суд, но адвокат отказывается дальше с ней работать. Он уверяет её, что у людей, против которых она идёт, выиграть невозможно. Зоя теперь хозяйка собственного продуктового магазина. Бандиты вымогают у неё деньги, но она отказывается платить... 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+ 2.15 РАЙСКИЙ Сериял 16+ 3.00 Вести 3.30 РАЙСКИЙ Сериял 16+	4.35 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 Место встречи Сегодня 16+ 14.00 За гранью 16+ 17.50 ДНК 16+ 19.00 СЕГОДНЯ 20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ Сериал 16+ Расследование наезда на Шибанова, который отдался небольшими травмами, приводит к психологу главка Стишовой, которая из-за ревности наяла наркомана Валеру, чтобы отомстить Шибанову. Каверин требует у Брагина заняться архивным делом: исчезновением в конце 90-х бандита Сахатова... 22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ Сериял 16+ 0.10 СЕГОДНЯ 0.25 Поздняков 16+ 0.40 ПАУТИНА Сериял 16+ 4.10 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР Сериял 16+	6.00 Отель «У овечек» Мультсериал 6.30 Маша и Медведь Мультсериал 8.30 ТРИ КОТА. ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ВРЕМЕНИ Анимационный фильм 9.55 ДИНОМАМА Анимационный фильм 6+ 11.35 КАПИТАН КРЮК Комедийная мелодрама 6+ 13.35 ХОККЕЙНЫЕ ПАПЫ Комедия 6+ 16.05 ФАНТАСТИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ Приключенческий фильм 12+ 17.55 ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА Сериял 16+ 20.00 ЗНАКОМСТВО РОДИТЕЛЕЙ Комедийная мелодрама 16+ Фёдор выброс в детском доме. О своих родителях он ничего не знает. Ему удалось добиться в жизни успеха и стать бизнесменом... 22.15 СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ Приключенческая мелодрама 16+ 0.45 СТРАСТИ ПО МАТВЕЮ Драматическая комедия 16+ 2.40 ПРИ ЧЁМ ТУТ ЛЮБОВЬ? Комедийная мелодрама 16+	7.00 САШАТАНЯ Сериял 16+ 12.00 САШАТАНЯ Сериял 16+ 16.30 САШАТАНЯ Сериял 16+ 21.00 ПОЛЯРНЫЙ Сериял 16+ Витя приходит в себя в больнице. Артур уже давно в сознании. Правда, не совсем. Удар головой стал причиной того, что Артур забыл последние двадцать пять лет своей жизни. Он уверен, что на дворе лихие 90-е. Витя и все остальные поддерживают эту легенду. А тем временем в Полярный едет те, кому принадлежит общак. До захода солнца Витя должен его вернуть... 23.00 ДОГМЕН Фильм 18+ Он лучше всех на свете понимает собак. А те готовы выполнить любые его задания - украдь, приспугнуть и даже приготовить блинчики. Догмен - не типичный супергерой с обложки комиксов. Его не волнуют проблемы людей, важно лишь одно - дровяна ли стая... 1.10 ПЕПЕЛ Ужасы 18+ 2.40 РЭМБО-3 Боевик 16+	6.00 Настроение Доктор И... 16+ 8.15 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА. СОЦВЕТИЕ СИРЕНИ Детектив 12+ 10.35 Олег Янковский. Тот самый.. 16+ 11.30 События СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ Детектив 12+ 13.45 Мой герой. Евгения Лоза 12+ 14.30 События Город новостей 14.50 Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ОРЕЛ НЕ ЛОВИТ МУХ Детектив 12+ 15.05 Актёрские драмы. Не люблю себя 16+ 16.55 События 17.50 События 18.10 И ТЫ УВИДИШЬ СВЕТ Детектив 16+ 22.00 События 22.35 10 самых... Долгожданная слава 16+ 23.05 Актёрские драмы. Танцевать, тёща! 16+ 0.00 События. 25-й час 0.30 Петровка, 38 0.45 Охота на маньяка. Дело о стаффордширском терьере 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. КРАСОТА Сериал 16+	5.00 Известия 16+ 5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+ 6.15 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ 8.35 День ангела 6+ 9.00 Известия 16+ 9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ 13.00 Известия 16+ 13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+ 14.20 СЛЕД Сериал 16+ 17.00 Известия 16+ 17.30 СЛЕД Сериал 16+ 18.15 СЛЕД. ЛЬВИНОЕ БЕШЕНСТВО Сериал 16+ 19.00 СЛЕД. АЛЕНА Сериал 16+ 19.45 СЛЕД. СЛАВНЫЕ ПАДОНКИ Сериал 16+ 20.40 СЛЕД. ЛУЧШИЕ Сериал 16+ 21.25 СЛЕД. ЧЕМ ДАЛЬШЕ В ЛЕС Сериал 16+ 22.20 СЛЕД. ШАХ ПРАВОЙ Сериал 16+ 23.05 СЛЕД. ЧУВСТВО ДОЛГА Сериал 16+ 0.00 Известия. Итоговый выпуск 0.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6. КРАСОТА Сериал 16+
K РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	3 ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА
6.30 Диалоги о животных 7.20, 13.00 Ступени цивилизации 8.25, 22.15 МЕГРЭ Сериал 10.15 Наблюдатель 11.10, 1.00 ХХ век 12.45 Новости. Подробно. Театр 14.00 Владимир Александров. Корабль судьбы 14.30 КАПИТАН ФРАКАСС Фильм 15.45 2 Верник 2 16.30 Пряничный домик 17.15 Жил-был царь 17.45 Мастера российской концептной сцены 18.45 Семинар 19.45 Главная роль 20.05 Открытая книга 20.50 Кино о кино 21.30 Энigma 0.10 Петра. Секреты древних строителей 2.15 Николай Голованов. Главный дирижер Советского Союза	6.00, 15.00 Лига в лицах 12+ 6.30 Вид сверху 12+ 7.00, 9.00, 12.55, 15.30 Новости 7.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч! 9.05, 12.35 Специальный репортаж 12+ 9.25 Команда мечты 12+ 10.30 Бокс Bare Knuckle FC. Джулапан Лейн против Дастина Пейга 16+ 13.00 Есть тема! 14.25 Формула 1. 16.55 Гаснут огни 12+ 18.05 Смешанные единоборства UFC 16+ 19.15 Хоккей Фонбет Чемпионат КХЛ СКА (Санкт-Петербург) - Спартак (Москва) 22.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов 0.45 Лионель Месси Документальный фильм 12+	6.00 Мульфильмы 8.45 СЛЕПАЯ Сериял 16+ 9.45 ГАДАЛКА Сериял 16+ 13.45 ГАДАЛКА. ВНЕБРАЧНЫЙ ВНУК Сериял 16+ 14.15 ГАДАЛКА. ПОДРУГИ ПО НЕСЧАСТЬЮ Сериял 16+ 15.00 ГАДАЛКА. НЕЗАБЫННАЯ Сериял 16+ 15.30 СЛЕПАЯ. БЕДА НЕ ХОДИТ ОДНА Сериял 16+ 16.00 СЛЕПАЯ. СОБЛАЗН Сериял 16+ 16.30 СЛЕПАЯ. ПЕТУХ ИЛИ КУРИЦА Сериял 16+ 17.00 СЛЕПАЯ Сериял 16+ 18.00 ГЛУХАРЬ Сериял 16+ 23.15 ОБИТЕЛЬ СТРАХА Фильм 18+ 1.00 БЫВШАЯ Фильм 18+ 2.30 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериял 16+	5.00, 18.00, 0.25 Самые шокирующие гипотезы 16+ 6.00 С бодрым утром! 16+ 8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+ 9.00 Документальный спецпроект 16+ 10.00 Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+ 11.00 Как устроен мир 16+ 12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+ 13.00 Невероятно интересные истории 16+ 17.00, 1.20 Тайны Чапман 16+ 19.55 ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ Фантастический боевик 16+ 21.55, 23.30 РЕПРОДУКЦИЯ Фантастический триллер 16+	6.30 По делам несовершеннолетних Судебное шоу 16+ 7.25 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+ 8.25 Тест на отцовство Судебное шоу 16+ 10.40, 23.30 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+ 11.45 ПОРЧА. ПЕРФЕКЦИОНИСТ, ХЛЕБУШЕК Докудрама 16+ 12.50, 1.30 ЗНАХАРКА Докудрама 16+ 13.25, 1.55 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+ 14.00, 2.25 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+ 14.35 РЕБЕНОК ПО РАСЧЁТУ Докудрама 16+ 19.00 НЕВИНОВНАЯ Сериал 16+ 0.35 ПОРЧА Докудрама 16+ 2.50 Тест на отцовство Судебное шоу 16+	5.00 Секреты на кухне Капуста 16+ 5.50 Пятница News 16+ 6.10 Гастротур Республика Алтай 16+ 6.50 На ножах 16+ 8.50 Молодые ножи Блюда в одном цвете 16+ 10.10 Адский шеф 16+ 12.50 Черный список. На кухне 16+ 15.40 Черный список. На кухне 16+ 17.10 Черный список. На кухне 16+ 18.00 Черный список. На кухне 16+ 19.00 Новые четыре свадьбы 16+ 23.00 Секретный артист 16+ 0.20 Самородки Леонид Якубович и Регина Тодоренко 16+ 1.40 Пятница News 16+	5.20 ЖУКОВ 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, 18.50 Специальный репортаж 16+ 11.10 Освобождение Европы. О чём не помнит мир спасенный. 16+ 12.00, 13.25 ОТЧИЙ ДОМ Фильм 12+ 14.30, 15.05, 17.15 ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ Сериал 16+ 15.00 Военные новости 16+ 19.55 По горячим следам 16+ 20.10 Код доступа 12+ 22.45 Между тем 12+ 23.15 РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ Фильм 12+ 0.55 ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА Фильм 12+



ПЕРВЫЙ

- 5.00 Доброе утро Телеканал
 9.00 Новости с субтитрами
 9.25 Модный приговор
 10.15 Жить здорово! 16+
 11.00 Время покажет 16+
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 Время покажет 16+
 14.00 Большая игра 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.15 Давай поженимся! 16+
 16.05 Мужское / Женское 16+
 17.00 Большая игра 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.40 Человек и закон с Алексеем Пимановым 16+
 19.45 Поле чудес 16+
 21.00 Время
 21.45 Голос 12+
23.35 ПОСРЕДНИКИ
 Фильм 16+
 Девушка оставила младенца в беби-боксе при церкви. Дежуривший в ту ночь дьякон Сан-хэн с помощником стёрли видеозапись с камеры наблюдения и забрали ребёнка...
1.50 ПОДКАСТ.ЛАБ
 16+



РОССИЯ 1

- 5.00 Утро России Вести
 9.00 Местное время
 9.30 О самом главном
 9.55 Ток-шоу 12+
11.00 Вести. Местное время
 11.30 Вести. Местное время
 12.00 60 минут Ток-шоу 12+
14.00 Вести
14.30 РАЙСКИЙ
 Сериал 16+
 На бульваре находят тело мужчины, он умер в результате драки, ударившись головой об ограждение. С шеи убитого была сорвана цепочка. На месте драки находят визитную карточку ресторана, где опознают убитого, бизнесмена Леонида Логунова. Свидетелями драки оказываются бывший коллега Райского Фёдор Кулик и местный житель Виктор Суханкин...
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир 16+
18.00 60 минут Ток-шоу 12+
20.00 Вести. Местное время
21.10 Вести. Местное время
21.30 Дуэты
 Музикальное гранд-шоу 12+
0.40 Истории большой страны 12+
1.40 ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛЮБВИ
 Фильм 12+



НТВ

- 4.40 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
16.50 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
19.00 СЕГОДНЯ
20.00 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ
 Сериал 16+
 Брагин советуется с профессором психологии по поводу личности двойника Радулова, и тот дает ему подсказку: это может быть актер. В это время безработный актер Столяров, который играет роль Радулова, напивается и устраивает в магазине драку, его увозят в полицию...
22.15 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ
 Сериал 16+
0.15 Своя правда с Романом
0.40 Бабаяном 16+
2.10 Квартирный вопрос
3.00 ПОГОНЯ ЗА ШЕДЕВРОМ
 Детективная комедия 16+



СТС СТС

- 6.00 Отель «У овечек»** Мультсериал
6.30 Маша и Медведь Мультсериал
8.20 Уральские пельмени.
8.25 Смехbook 16+
13.35 Уральские пельмени 16+
 Передача, созданная неповторимой командой по производству юмора, которая прошла испытание временем и имеет целую армию поклонников. «Пельмени» не перестают удивлять своих зрителей великолепным, всегда свежим, ярким и необычным юмором, который нельзя спутать ни с чем. Это яркие и смешные номера, искрометные шутки и мощный заряд позитива...
19.30 Уральские пельмени
 Цементо море 16+
 При просмотре этой программы хорошее настроение у зрителей будет «вира», а плохое «майна». Поэтому что она наполнена армированым юмором и общита музыкальным группотталкивающим покрытием. А фундамент позволяет выдержать самые громкие аплодисменты...
21.00 Уральские пельмени 16+



ТНТ ТНТ

- 7.00 САШАТАНЯ** Сериал 16+
10.30 САШАТАНЯ Сериал 16+
14.00 Комеди Клаб Юмористическая программа 16+
 Культовое комедийное шоу подготовлено зрителями порцией новых скетчей, шуток, стендапов, выступлений и очень много юмора. Любимые резиденты, специальные гости и принципиально новый подход к смеху - только из-за этого можно всю неделю ждать вечер пятницы. Ведущие разносят звездных гостей, гости своим смехом разносят хорошее настроение, а резиденты Comedy просто продолжают хорошо делать свою очень смешную работу...
18.00 Комеди клаб Юмористическая программа 16+
22.00 Комеди Клаб Юмористическая программа 16+
23.00 Женский Стендап Юмористическая программа 16+
 Для героинь нет запретных тем. Они честно говорят о том, что их не устраивает в отношениях, высмеивают стереотипы семейной жизни...



ТВ ЦЕНТР

- 6.00 Настроение**
8.10 ОТЕЛЬ СЧАСЛИВЫХ СЕРДЕЦ Фильм 12+
11.30 События
11.50 ОТЕЛЬ СЧАСЛИВЫХ СЕРДЕЦ Продолжение фильма 12+
12.25 ЛИШНИЙ Детектив 12+
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 ЛИШНИЙ Детектив 12+
16.55 Актёрские драмы. Чтобы костюмчик сидел 16+
17.50 События
18.10 СЕКРЕТ УПАВШЕЙ ЗВЕЗДЫ Детектив 16+
 Маша и Макс наконец-то жениются. Теперь она совершенно счастлива - но выясняется, что вокруг куча несчастных женщин. Смириться с этим Маша никак не может...
22.00 В центре событий с Анной Прохоровой Хорошие песни 12+
23.05 ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...
2.00 Петровка, 38 16+
2.15 ОЗНОБ Детектив 12+



5 КАНАЛ

- 5.00 Известия** 16+
5.25 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4 Сериал 16+
6.15 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+
8.30 Ваше здоровье! 12+
9.00 Известия 16+
9.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+
13.00 Известия 16+
13.30 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6 Сериал 16+
14.20 СЛЕД Сериал 16+
17.00 Известия 16+
17.30 СЛЕД Сериал 16+
18.05 СЛЕД. ЖАЖДА Сериал 16+
18.45 СЛЕД. МАСКИ Сериал 16+
19.50 СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ. СМЕРТЕЛЬНЫЙ ПОДКАТ Сериал 16+
20.45 СЛЕД. КРАСНАЯ ВДОВА Сериал 16+
21.35 СЛЕД. ТУК-ТУК. СЕРДЦА СТУК Сериал 16+
22.20 СЛЕД. ОСКОРБЛЕНИЕ ЧУВСТВ Сериал 16+
23.10 Светская хроника 16+
0.10 Они потрясли мир 16+
1.50 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4 Сериал 16+



РОССИЯ К

- 6.30 Диалоги о животных**
7.20, 13.15 Петра. секреты древних строителей
8.10 Первые в мире
8.25, 21.25 МЕГРЭ Сериал
10.20 МЕЧТА Фильм
12.00 Роман в камне
12.45 Открытая книга
14.05 Три тайны адвоката
 Плевако
14.30 КАПИТАН ФРАКАСС Фильм
15.45 Энigma
16.30 Письма из провинции
17.15 Жил-был царь
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.45 Семинар
19.45 Искусители
20.35 Владимир Фортов.
 Прикоснуться к солнцу
23.00 2 Верник 2 Ольга Литвинова и Хетаг Хинчагов
0.15 ДЖЕЙН ЭЙР Фильм



МАТЧ! МАТЧ ТВ

- 6.00 Лига в лицах** 12+
6.30 Формула 1. Гаснут огни 12+
7.00, 9.00 Новости
 7.05, 16.55, 19.30, 0.45
9.05 Все на Матч!
9.25 Небесная грация 6+
10.30, 13.00 Лыжные гонки ФосАгроКубок России. Спринт
11.50 Биатлон Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины
15.20 Биатлон Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины
17.25 Футбол BetBoom Глобал Челлендж 2026 Динамо (Москва, Россия) - Шанхай
21.00 Бильярд BetBoom Лига чемпионов
22.35 Футбол Чемпионат Италии Интер - Пиза Евротур 12+
1.55 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+



ТВ З

- 6.00, 8.15, 9.00 Мультифильмы**
9.30 ПОРЧА Сериал 16+
14.45 ПОРЧА. ЗА СПИНУЮ Сериал 16+
15.15 СЛЕПАЯ Сериал 16+
16.15 СЛЕПАЯ. ЧИСТО КОНКРЕТНО Сериал 16+
17.00 СЛЕПАЯ. ЛОДКА БЕЗ МОТОРА Сериал 16+
17.30 СЛЕПАЯ. КАМЕННАЯ СОЛЬ Сериал 16+
18.00 СЛЕПАЯ. КОРЕНЬ ЗЛА Сериал 16+
18.30 СЛЕПАЯ. КОНЕЧНАЯ Сериал 16+
19.00 КОЛОМБИАНА Фильм 16+
21.15 ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО Фильм 16+
23.15 МЭГГИ МУР(Ы) Фильм 18+
1.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ Сериал 16+



РЕН ТВ

- 5.00 Самые шокирующие гипотезы** 16+
6.00 С бодрым утром! 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
9.00 Документальный спецпроект 16+
9.55 Засекреченные списки Документальный спецпроект 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00, 17.00, 3.20 Тайны Чапман 16+
18.00, 2.40 Главные тайны мира 16+
19.55 ВЫЖИТЬ В КАЛАХАРИ Боевик 16+
21.30 ХИЩНИКИ Боевик 16+
23.35 ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА Фантастический боевик 18+
1.20 СТРАНА ЧУДЕС ВИЛЛИ Фильм ужасов 18+



ДОМАШНИЙ

- 6.30 По делам несовершеннолетних**
7.25 Давай разведёмся! Судебное шоу 16+
8.25 Тест на отцовство Судебное шоу 16+
10.40, 23.30 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ Докудрама 16+
11.45, 23.30 ПОРЧА. ЛИПОВЫЙ МЁД, ТАНЦЫ НА КОСТЯХ Докудрама 16+
12.50, 1.25 ЗНАХАРКА Докудрама 16+
13.25, 1.50 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО Докудрама 16+
14.00, 2.20 ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ Докудрама 16+
14.35 ПРИНЦ И НИЩАЯ ОЛ ИНКЛЮЗИВ Сериал 16+
19.00 ВТОРАЯ СТОРОНА ПРАВДЫ Сериал 16+
0.30 ПОРЧА Докудрама 16+
2.45 Тест на отцовство Судебное шоу 16+



ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне** Фритюр 16+
5.50 Пятница News 16+
6.20 На ножах Ростов-на-Дону. Страна Чудес 16+
7.20 На ножах Домодедово. Синий лось 16+
8.30 Молодые ножи Су-вид 16+
9.50 Адский шеф 16+
12.40, 14.40 Битва шефов 16+
16.50 Последний шеф Шоу 16+
19.00, 21.20 Выживали. Змеевы Шоу 16+
0.10 НОВОГОДНИЙ ОЛ ИНКЛЮЗИВ Фильм 16+
2.00 Пятница News 16+
2.30 На ножах Санкт-Петербург. Два хвоста 16+
3.20 На ножах Москва. Айва 16+
4.00 Секреты на кухне Романтика 16+



ЗВЕЗДА

- 6.40 ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ** Сериал 16+
 9.00, 13.00, 17.00, 19.00
9.20 Ищу своих 12+
10.05 ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ Фильм 12+
11.45, 13.25 НА ДРУГОМ БЕРЕГУ Фильм 16+
14.40, 15.05, 17.05 ДОРОГАЯ Сериал 16+
15.00 Военные новости 16+
19.40 Загадки века 12+
20.30 Война миров 16+
21.20 Что русскому смешно... Специальный репортаж 16+
22.00 Здравствуйте, товарищи! 16+
23.30 Музыка+ 12+
0.50 РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ Фильм 16+
2.40 ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА... Фильм 12+

Суббота 24 января

Теле
ЭКРАН

15

1 ПЕРВЫЙ	1 РОССИЯ 1	НТВ	СТС СТС	ТНТ ТНТ	ТВ ЦЕНТР	5 5 КАНАЛ
6.00 Доброе утро. Суббота Телеканал 9.00 Умницы и умники 12+ 9.45 Слово пастыря 10.00 Новости с субтитрами 10.15 От первой до последней ноты К 80-летию со дня рождения Вячеслава Добрынина 12+ 11.10 Вспомнить всё 12+ 12.00 Новости с субтитрами 12.15 Поехали! 12+ 13.10 БЕГ Фильм 12+ Двадцатый год, Гражданская война близится к завершению. После вторжения Красной Армии в Крым начинается исход всех, кто искал спасения от «окаянных дней» революции. В этом страшном течении оказываются рядом самые разные люди... 16.55 Кто хочет стать миллионером? 12+ 18.00 Вечерние новости с субтитрами 18.20 Ледниковый период 12+ 21.00 Время 21.35 Сегодня вечером 16+ 0.10 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+	5.00 Утро России. Суббота Местное время. Суббота По секрету всему свету 9.00 Формула еды 12+ 9.25 Пятеро на одного 10.10 Сто к одному Телегра 11.00 Вести 11.30 Наши. Военкоры 12+ 12.00 Доктор Мясников Медицинская программа 12+ 13.00 Большие перемены Вести 14.00 Вести. Местное время 14.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! Программа Евгения Петросяна 16+ 17.00 Вести 17.50 Привет, Андрей! Вечернее шоу Андрея Малахова 12+ 20.00 Вести 20.50 Вести. Местное время 21.00 ИЗУМРУДНЫЙ РАЙ Фильм 16+ Марина - директор отеля, принадлежащего олигарху Олегу Краснову. В самый разгар туристического сезона у Марины в очередной раз заболевает сын... 0.40 КРЕСТАНЯ Фильм 12+	4.40 НОЛЬ Фильм 16+ 6.20 Жди меня 12+ 7.20 Смотр 8.00 Сегодня 8.20 Поедем, поедим! 12+ 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 Сатья 16+ 14.00 Неограниченные возможности 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 ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ Сериал 16+ 22.40 МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ Сериал 16+ 0.40 Квартирант НТВ у Маргулиса 16+ 2.00 ЧП. Расследование 16+ 2.35 Дачный ответ 3.25 СЛУЖУ ОТЕЧЕСТВУ! Фильм 16+	6.00 Отель «У овечек» Мультсериал 6.30 Маша и Медведь Мультсериал 7.10 ГНОМЫ В ДЕЛЕ! Полнометражный анимационный фильм 6+ 8.40 СУПЕРГНОМЫ Полнометражный анимационный фильм 12+ 10.10 ЛЕНИВАЯ СЕМЕЙКА Полнометражный анимационный фильм 6+ 11.55 ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ Фэнтези 12+ 14.05 ОХОТА НА МОНСТРА-2 Фэнтези 12+ 16.20 ПАНДА ИЗ КОСМОСА Фантастическая комедия 12+ 19.05 МОЙ ШПИОН Комедийный боевик 16+ 21.00 В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ Фэнтезийный боевик 16+ 22.45 ДРУГОЙ МИР Фантастический боевик 16+ 0.50 ДРУГОЙ МИР-2. ЭВОЛЮЦИЯ Фантастический боевик 18+ 2.25 ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ Фантастический боевик 18+ 3.50 Отель «У овечек» Мультсериал	7.00 Однажды в России Юмористическая программа 16+ 11.00, 13.25, 15.55, 18.25 Экстрасенсы. Битва сильнейших 16+ Здесь собираются те, кто уже доказал свою силу. Победители и финалисты снова вступают в борьбу, проходя мистические испытания. Кто окажется сильнейшим среди сильнейших? Эмоции, конфликты и магия... 21.00 Конфетка 16+ Шоу, где звёзды передают песни из интернета. Никому неизвестные авторы песен получают возможность не только рассказать о своем творчестве на большом экране, но и получить из своей песни настоящую «конфетку», которую превращают в нетленку звёзды шоу-бизнеса... 23.40 Женский Стендап Юмористическая программа 16+ 0.40 Конфетка 16+ 2.45 Женский Стендап Юмористическая программа 16+	6.40 Православная энциклопедия 6+ 7.05 МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК Фильм 12+ 9.00 Здоровый смысл 16+ 9.30 Смех, дрожь и видео 16+ 10.05 Мифы о еде. Сыр 16+ 10.55 Просто & вкусно 6+ 11.30 События 11.45 Смешите меня семёро 16+ 12.35 Нехмурье люди Аnekdot-клуб 16+ 13.05 РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА Детектив 12+ 14.30 События 14.45 РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА Продолжение детектива 12+ 17.15 БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ Детектив 16+ 21.00 Постскриптум с Алексеем Пушкиным Право знать! 22.10 События 23.35 События 23.45 Тайная комната. Крысиные тропы фашистов 16+ 0.25 Следствие ведет КГБ. Агент «Прощай» 16+ 0.40 Конфетка 16+ 2.45 Женский Стендап Юмористическая программа 16+	5.00 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4 Сериал 16+ 9.00 Страна советов 16+ 9.30 Страйнадзор 16+ 10.05 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. Сериал 16+ 14.45 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. АДМИНИСТРАТИВНЫЙ РЕСУРС Сериал 16+ 15.45 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ Сериал 16+ 16.40 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. НЕЗАВИДНАЯ ДОЛЯ Сериал 16+ 17.35 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. НАСТОЯЩИЙ ПОЛКОВНИК Сериал 16+ 18.30 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4. ТЫЛОВАЯ КРЫСА Сериал 16+ 19.25 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5 НЕЖДАННОЕ СОСЕДСТВО Сериал 16+ 20.20 УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5 Сериал 16+ 0.00 Известия. Главное 16+ 1.05 Светская хроника 16+ 2.10 ФИЛИН-3 Сериал 16+
К РОССИЯ К	МАТЧ! МАТЧ ТВ	3 ТВЗ	РЕН ТВ	ДОМАШНИЙ	ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА	ЗВЕЗДА
6.30 Библейский сюжет 7.05 Мультифильмы 7.45 ПЕРЕХОДИМ К КЛУБЫ Фильм 9.55 Старейшие музыкальные коллективы России 10.25 ВЕРТИКАЛЬ Фильм 11.40 Коллекция 12.10 Черные дыры. Белые пятна 12.50, 0.55 Водный мир острова Комodo 13.45 Рассказы из русской истории 15.05 Почерк эпохи 15.35 АДМИРАЛ УШАКОВ Фильм 17.20 Больше, чем любовь 18.00 Концерт ансамбля народного танца 19.30 Новости культуры 19.45 Оттепель. В добный час 20.00 ПОД СЕВЕРНЫМ СИЯНИЕМ Фильм 22.00 Агора 23.00 ЦЕРЕМОНИЯ Фильм 1.40 Искаleti	6.00 Смешанные единоборства 8.30 Новости 8.35, 19.35, 22.30, 1.00 Все на Матч! 10.00 Лыжные гонки ФосАгроКубок России. Женщины 10 км 11.50 Биатлон Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины 12.50 Лыжные гонки Кубок России. Мужчины 15 км 15.00 Биатлон Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины 15.55 Баскетбол Единая лига ВТБ ЦСКА - Зенит (Санкт-Петербург) 17.55 Гандбол Чемпионат России. Суперлига. Женщины 20.20 Футбол Чемпионат Испании Севилья - Атлетик 22.50 Футбол Чемпионат Испании Вильярреал - Реал (Мадрид)	6.00, 9.00, 9.30, 10.00 Мультфильмы 8.30 Вкусно с Анфисой Чеховой Аскольд Запашный 16+ 10.45 ЗИП И ЗАП НА ОСТРОВЕ КАПИТАНА Фильм 12+ 12.45 БИБЛИОТЕКАРЬ: ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ ИУДЫ Фильм 16+ 14.45 ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО Фильм 16+ 16.45 КОЛОМБИАНА Фильм 16+ 19.00 ПЛАН ПОБЕГА Фильм 16+ 21.15 СУДЬЯ ДРЕДД Фильм 16+ 23.15 ИСХОДНЫЙ КОД Фильм 16+ 1.15 ЗНАКИ СУДЬБЫ. ПРЕПОД Сериал 16+ 1.30 ЗНАКИ СУДЬБЫ. СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН Сериал 16+ 2.00 ЗНАКИ СУДЬБЫ. ПТЕНЧИК Сериал 16+	5.00, 1.45 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 Добровэйре 16+ 19.55 ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ Комедийный боевик 16+ 22.00 ФОРСАЖ. ПОЛНЫЙ ВПЕРЁД! Боевик 16+ 23.40 ОПАСНЫЙ БИЗНЕС Боевик 18+	6.30 НА ДВОИХ НЕ ДЕЛИТСЯ Сериал 16+ 10.15 ПРО ВЕРУ Сериал 16+ 19.00 ВСЕ СРЕДСТВА ХОРОШИ Сериал 16+ 15.00 КОМИССАР РЕКС. ГРЕХИ ПОКОЙНИКОВ Сериал 16+ 15.50 КОМИССАР РЕКС. ВСЕГДА УМИРАЕТ ОДИН Сериал 16+ 16.50 КОМИССАР РЕКС. БЛОНДИНКА, КРАСИВАЯ, МЕРТВАЯ Сериал 16+ 17.50 КОМИССАР РЕКС. ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ Сериал 16+ 18.50 КОМИССАР РЕКС. ВЛЮБЛЕНА В УБИЙЦУ Сериал 16+ 19.50 КОМИССАР РЕКС. ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ Сериал 16+ 23.00 ПАДЕНИЕ ЛУНЫ Фильм 16+ 1.10 Как люди живут. Исландия 16+	5.00 Секреты на кухне 6.00 Макароны 16+ 6.40 Пятница News 16+ 8.00 Запретная Индия Керала 16+ 9.00 КОМИССАР РЕКС Сериал 16+ 14.00 КОМИССАР РЕКС. ДО ПОСЛЕДНЕЙ ПУЛИ Сериал 16+ 15.00 КОМИССАР РЕКС. ГРЕХИ ПОКОЙНИКОВ Сериал 16+ 15.50 КОМИССАР РЕКС. ВСЕГДА УМИРАЕТ ОДИН Сериал 16+ 16.50 КОМИССАР РЕКС. БЛОНДИНКА, КРАСИВАЯ, МЕРТВАЯ Сериал 16+ 17.50 КОМИССАР РЕКС. ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ Сериал 16+ 18.50 КОМИССАР РЕКС. ВЛЮБЛЕНА В УБИЙЦУ Сериал 16+ 19.50 КОМИССАР РЕКС Сериал 16+ 23.00 ПАДЕНИЕ ЛУНЫ Фильм 16+ 1.10 Как люди живут. Исландия 16+	



ПЕРВЫЙ

- 6.00 Новости
 6.10 Играй, гармонь любимая! 12+
 6.55 Часовой 12+
 7.25 Здоровье 16+
 8.30 Золотая коллекция Союзмультфильма
 9.10 Непутевые заметки 12+
 9.30 Мечтатлон Национальная Лотерея 12+
 10.00 Новости с субтитрами
 10.15 Жизнь других 12+
 11.05 Повара на колесах 12+
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 Будем жить! 16+
 13.10 Больше, чем поэт Ко дню рождения Владимира Высоцкого 16+
15.30 ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ Фильм 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 19.00 Доктор Шлягер Концерт к 80-летию со дня рождения Вячеслава Добрынина 12+
 21.00 Время
 23.00 Своя колея 16+
 0.40 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+



РОССИЯ 1

- 5.20 **ДЕВУШКА В ПРИЛИЧНУЮ СЕМЬЮ** Фильм 16+
 7.20 В кругу друзей 8.00 Местное время. Воскресенье
 8.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
 9.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
 10.10 Сто к одному Телегра
 11.00 Вести
 11.30 Наши. Военкоры 12+
 12.00 Доктор Мясников Медицинская программа 12+
 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 15.00 Парад юмора 16+
 17.00 Вести
 17.50 Песни от всей души Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
 20.00 Вести недели Москва. Кремль.
 22.30 Путин
 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
1.40 ДЕВУШКА В ПРИЛИЧНУЮ СЕМЬЮ Фильм 16+



НТВ

- 5.00 **ТОНКАЯ ШТУЧКА** Фильм 16+
 6.40 Центральное телевидение 16+
 8.00 Сегодня
 8.20 У нас выигрывают! Лотерейное шоу 12+
 10.00 Сегодня
 10.20 Первая передача 16+
 11.00 Чудо техники 12+
 12.00 Дачный ответ 13.00 Нашпотребнадзор 16+
 14.00 Однажды... 16+
 15.00 Своя игра 16.00 Сегодня
 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+
 17.00 Скандалы. Интриги. Расследования 16+
 18.00 Новые русские сенсации 16+
 19.00 Итоги недели с Владимиром Чернышевым
20.20 КРОВЬ ЗА КРОВЬ Боевик 16+
 0.20 Звезды сошлись 16+
 1.55 Основано на реальных событиях 16+



СТС

- 6.00 Отель «У овечек» Мультисериял
 6.30 **Маша и Медведь** Мультисериял
7.30 КОСОЛАПЫЙ АГЕНТ Анимационный фильм 6+
9.25 БЕРНАРД. МИССИЯ МАРС Анимационный фильм 6+
11.20 МАУГЛИ ДИКОЙ ПЛАНЕТЫ Анимационный фильм 6+
13.15 ГОЛОС ИЗ КОСМОСА Фантастико-приключенческий фильм 6+
15.20 МАКС СТИЛ Научно-фантастический боевик 16+
17.10 ПОСВЯЩЕННЫЙ Научно-фантастический боевик 16+
19.05 МОДИФИКАТЫ Фантастический боевик 16+
21.00 МЕГАН. К ВАШИМ УСЛУГАМ Научно-фантастический триллер 16+
22.55 ДИТИЯ РОБОТА Научно-фантастический триллер 16+
0.50 МАРМЕЛАД Драматический триллер 18+
0.25 НЕВЕЗУЧИЕ Криминальная комедия 16+
3.50 ПАПАШИ Криминальная комедия 16+



ТНТ

- 7.00 Однажды в России Юмористическая программа 16+
 10.40, 13.20, 15.55 Экстрасенсы. Битва сильнейших 16+
18.30 ВЫЖИТЬ в Стамбуле 16+
 За приз в 10 миллионов рублей сражаются две команды: звёзды шоу-бизнеса и обычные люди, впервые оказавшиеся за границей. Еженедельные испытания на силу, ловкость и интеллект решают всё: победителей ждёт роскошная вилла, проигравших - лагерь в турецкой глупши. По итогам испытаний один участник покидает проект...
 21.00 Титаны 16+
23.20 ШОУ ВОЛИ 16+
 В гости к Павлу Воли приходят певцы, актёры, спортсмены, комики, астрологи, экстрасенсы и другие интересные люди, которые с удовольствием рассказывают о себе, играют в весёлые игры и пытаются отвечать на подколы Ильи Соболева...
 0.20 Женский Стендап Юмористическая программа 16+



ТВ ЦЕНТР

- 5.45 ДЕТДОМОВКА** Детектив 12+
9.00 СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ Фильм 12+
10.55 Полезная программа 6+
 11.30 События Петровка, 38 16+
11.55 Владимир Высоцкий. Четыре четверти пути Документальный фильм 16+
12.45 ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ... Фильм 12+
14.30 Московская неделя Дорогие товарищи. Сокровища Зыкиной 16+
15.00 Охота на маньяка. Дело кота в цилиндре 16+
15.50 Настиль на маньяка. Дело кота в цилиндре 16+
16.40 Настоящий детектив. Мёртвая зона 16+
17.30 МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ Детектив 12+
21.20 КАИНОВА ПЕЧАТЬ Детектив 12+
 0.00 События КАИНОВА ПЕЧАТЬ Детектив 12+
0.15 КАИНОВА ПЕЧАТЬ Детектив 12+
1.05 ЛИШНИЙ Детектив 12+



5 КАНАЛ

- 5.00 ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ** Сериал 16+
8.05 ПИЛИГРИМ-4. ВОЙНА ДРОНОВ Сериал 16+
9.00 Фирменный рецепт 12+
9.30 ПИЛИГРИМ-4. ВОЙНА ДРОНОВ Сериал 16+
10.20 ПИЛИГРИМ-4. ПАНДОРА Сериал 16+
12.05 ПИЛИГРИМ-4. ЦЕЗИЙ Сериал 16+
13.55 ПИЛИГРИМ-4. ЯБЛОКО ОТ ЯБЛОНИ Сериал 16+
15.40 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПОКЕР ВСЛЕПУЮ Сериал 16+
16.35 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПОДРЫВ Сериал 16+
17.30 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ЗАМЕТАЯ СЛЕДЫ Сериал 16+
18.25 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ОХОТНИКИ ЗА РЕЛИКВИЯМИ Сериал 16+
19.20 НАШ СПЕЦНАЗ-4. НЕИСТОВЫЙ Сериал 16+
20.15 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПОТЕРНА Сериал 16+
21.10 НАШ СПЕЦНАЗ-4. ПЕРЕВОРОТ Сериал 16+
22.05 СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ Сериал 12+
1.35 ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ Сериал 16+



РОССИЯ К

- 6.30 Мультифильмы
7.40 СЕМЬЯ ЗАЦЕПИНЫХ Фильм
 9.55 Тайны старого чердака
10.25 Курсовая работа СЫН Фильм
 11.10 Дом учёных
 12.40 Неизвестные маршруты России
 13.10 Невский ковчег. Теория невозможного
 14.20 Игра в бисер
 15.05 элементы КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ Фильм
 17.10 Пешком...
 17.45 Эстрада, которую нельзя забыть
 18.35 Александр Невский. Между Востоком и Западом
 19.30, 19.45 Новости культуры
20.25 ВЕРТИКАЛЬ Фильм
 21.40 Весна. Любовь. Опера Пласидо Доминго. Гала-концерт
23.55 ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ Фильм
 2.05 Искатели



МАТЧ ТВ

- 6.00 Смешанные единоборства UFC 16+
 8.00 Новости 8.05, 17.25, 22.00, 0.45 Все на Матч!
9.30 ЧЕМПИОНЫ Сериал 6+
 9.55 География спорта. Томск 12+
 10.25 Лыжная страна 10.55 Лыжные гонки Кубок России. Командный спринт Биатлон Кубок Содружества. Смешанная эстафета Биатлон с Дмитрием Губерниевым Баскетбол Единая лига ВТБ Локомотив-Кубань (Краснодар) - Самара
 14.55 Футбол Чемпионат Испании Барселона - Овьедо
 15.25 Футбол Чемпионат Италии Ювентус - Наполи
 18.05 Футбол Чемпионат Испании Рома - Милан



ТВ З

- 6.00, 9.00, 9.30, 10.00, 10.45, 11.15 Мультифильмы
 8.30 Вкусно с Анфисой Чеховой Мария Погребняк 16+
11.45 ТИМ ТАЛЕР ИЛИ ПРОДАННЫЙ СМЕХ Фильм 12+
14.00 БИБЛИОТЕКАРИ Сериал 16+
17.30 БИБЛИОТЕКАРИ. ПОЛНЫЕ ЛЮДИ Сериал 16+
18.30 БИБЛИОТЕКАРИ. АДСКИЙ КОНТРАКТ Сериал 16+
19.15 БИБЛИОТЕКАРИ. ИЗОБРАЖЕНИЕ ЛИЧНОСТИ Сериал 16+
20.15 БИБЛИОТЕКАРИ. ТОЧКА СПАСЕНИЯ Сериал 16+
21.15 БИБЛИОТЕКАРИ. СЧАСТЛИВЫЙ КОНЕЦ Сериал 16+
22.00 БИБЛИОТЕКАРИ Сериал 16+
23.00 ЛУКАВЫЙ Фильм 18+
23.35 ЗНАКИ СУДЬБЫ Чемпионат Италии Рома - Милан



РЕН ТВ

- 5.00, 1.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
6.00 С бодрящим утром! 16+
 8.30, 12.30, 16.30 Новости 16+
 8.55 Самая народная программа 16+
 9.25 Знаете ли вы, что? 16+
10.25 Наука и техника 16+
 11.30 Купи-продай 16+
 12.55 Неизвестная история 16+
 13.55 Легенды и мифы 16+
 15.00 Безумные факты 16+
 16.00 Информационная программа 112 16+
17.00 БАГРОВЫЙ РАССВЕТ Триллер 16+
18.45 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮДИ Триллер 16+
20.40 ВНЕ/СЕБЯ Триллер 16+
 23.00 Итоговая программа с Петром Марченко 16+
23.55 6 кадров Скетч-шоу 16+
3.15 ПРО ВЕРУ Документальный спецпроект 16+



ДОМАШНИЙ

- 6.30 СЕДЬМОЕ НЕБО** Сериал 16+
9.55 ТАКАЯ, КАК ВСЕ Сериал 16+
19.00 АРИНА Сериал 16+
 Домохозяйка Арина с головой погрязла в быту, муж Василий ни во что её не ставит и унижает. Арина считает, что у неё нет другого выбора, кроме как терпеть такое положение. Ситуация меняется, когда супруги попадают в аварию...
23.20 БОЛЬШЕ ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ Сериал 16+
 Бывшая спортивная гимнастка Ника с трудом победила свою травму, и, вопреки прогнозам врачей, снова встала на ноги. Теперь она помогает таким же, как она - работает тренером-реабилитологом...
2.55 6 кадров Скетч-шоу 16+
3.15 ПРО ВЕРУ Сериал 16+



ПЯТНИЦА

- 5.00 Секреты на кухне Зеленый выпуск 16+
6.00, 2.20 Пятница News 16+
6.40 Умнее всех 12+
8.00 Запретная Индия Агра и Джайпур 16+
9.00 Как люди живут Катар 16+
11.20 Погнали! В Данию 16+
13.00 Погнали! В Индию. Жизнь трущоб 16+
15.00 Погнали! В Китай. Подделки 16+
17.00 Погнали! В Мексику. Пугающая жизнь картелей 16+
18.20 Погнали! В США. Лос-Анджелес 16+
20.10 Погнали! В Японию 16+
23.00 ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ Фильм 18+
1.10 Как люди живут. Эфиопия: самое опасное племя Шоу 16+



ЗВЕЗДА

- 5.55 ДОРОГАЯ** Сериал 16+
7.25 ВЕРТИКАЛЬ Фильм 12+
9.00 Новости недели 16+
9.25 Служу России 12+
9.55 Военная приемка 12+
10.40 Легенды армии 12+
11.30 Легенды госбезопасности 16+
12.20 Война миров 16+
13.10 Код доступа 12+
14.00 Улика из прошлого 16+
14.50 Скрытые скрытые материалы 16+
16.30 Загадки века 12+
17.20 Что русскому смешно 16+
18.00 Главное 16+
19.40 Легенды советского сыска 16+
20.10 Погнали! В Японию 16+
23.00 Фетисов Ток-шоу 12+
23.55 Освобождение Европы. О чём не помнит мир спасенный 16+
0.35 ЗАХВАТ Сериал 16+

СЕКС-ВАНДАЛИЗМ НА ПИТЕРСКОМ КЛАДБИЩЕ

ВАСИЛИЙ СТОРОЖЕВ

ШОКИРУЮЩИЙ случай вандализма и попрания всех норм морали произошёл в городе на Неве. 24-летняя жительница Петербурга похвасталась в Сети, что отдалась любовнику на семейном захоронении на Сестрорецком кладбище, осквернив память родственников, за что была привлечена к уголовной ответственности.

Натуральное сожитие у гранитной плиты устроили трешблогерша Юля и её парень Денис. В своём канале безнадёжно тупая 24-летняя девица выложила все доказательства своего кощунства – фото прямо в процессе акта и голосовую запись с деталями.

– Знаете, в каких необычных местах у меня был секс? На маминой могиле. С Денисом... Мамкиных даных на могиле нет, потому что нет бабок, чтобы установить новое надгробие. Получается, что там захоронены три человека – моя бабушка, мать и тётя, – со смехом рассказывала кощунница своим подписчикам.

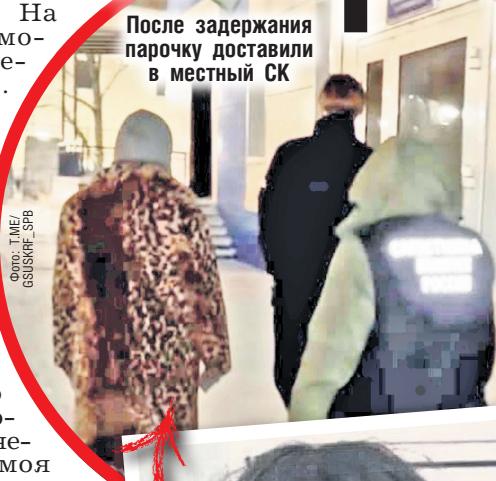
ДЕЛО

И её увидели и услышали... Несмотря на то что весь контент из треш-канала блогерши был спешно удалён, молодые люди были задержаны следователями петербургского СК. Секс на могиле родственников превратился в уголовное дело о над-



Юля и её дружок знатно «повеселились» на могиле родственников

Позор предков



После задержания парочку доставили в местный СК



Блогерше грозит до трёх лет тюрьмы

БЛОГЕРША ИЗ ПЕТЕРБУРГА И ЕЁ БОЙФРЕНД УСТРОИЛИ ОРГИЮ НА ОБЩЕЙ МОГИЛЕ ЕЁ МАТЕРИ, БАБУШКИ И ТЁТИ

ругательстве над местами захоронений. Сначала Юлия пыталась отрицать случившееся и заявляла, что все компрометирующие видео и фотографии были созданы с помощью искусственного интеллекта, то есть являются фейковыми. Однако после того как следствие установило все обстоятельства дела, кощунница признала свою вину и раскаялась в содеянном. Теперь ей и её приятелю грозит до трёх лет лишения свободы.



Томми Ли Джонс

Чёрный день

34-ЛЕТНЮЮ дочь актёра Томми Ли Джонса Викторию обнаружили мёртвой в новогоднюю ночь на 14-м этаже гостиницы в Сан-Франциско.

Неизвестно, была ли она заселена в отель, но её видели принимающей некие вещества. Полиция не раскрывает результаты экспертизы. Напомним, в 11 лет Виктория сыграла с отцом в фильме «Люди в чёрном».



Бриджит Макрон

Сядьте, месье

СУД В Париже признал 10 человек виновными в травле супруги президента Франции Бриджит Макрон.

Они распространяли ложные утверждения о том, что Бриджит якобы является мужчиной. 7 мужчин и 2 женщины получили по 8 месяцев лишения свободы условно и запрет на доступ к соцсетям. Ещё один мужчина получил 6 месяцев тюрьмы.

ПРИКОЛ

МОЛОДАЯ москвичка чуть не умерла, пытаясь проглотить целый мандарин. Друзья спасли девушку, но при этом сломали ей ребро.



Фото: T.ME/MASH_GOR

ВЕТЕРАН СВОИЗ ДАГЕСТАНА СОЗДАЛ ПРИЮТ ДЛЯ БОЛЬНЫХ ЖИВОТНЫХ



Хаскил Амирханов

Братья мои меньшие!

СЕРГЕЙ ЖУКОВ

БЫВШИЙ военный фельдшер и боксёр Хаскил Амирханов из Дагестана, награждённый медалью «За воинскую доблесть», на гражданке посвятил себя лечению животных с тяжёлыми травмами.

Однажды к Хаскилу попала сбитая машиной собака, и он объявил сбор средств на лечение. Так всё и началось. Он начал строить будки для бездомных больных собак – из подручных материалов, без денег и поддержки. После этого к мужчине стали обращаться земляки с просьбами помочь несчастным зверушкам. Теперь он лечит кошек и собак, оплачивает операции (платит из своей пенсии и гонораров за бои на ринге), вытаскивает тех, кто на грани.

ПРИЗВАНИЕ

Хаскил построил небольшой приют-стационар для обездоленных животных. Тянет сам, но помогают и знакомые, а иногда и иностранцы. Останавливаться молодой человек не планирует. Здоровых подопечных не раздаёт принципиально – потому что видел, как их возвращают или вообще выбрасывают.

– Я помогаю бездомным животным. Сначала у меня не было ничего. Теперь мне помогают и мои подписчики. Не было такого случая, чтобы я не смог выплатить животное, – рассказал Хаскил.



Фото: T.ME/MASH_GOR

В приюте боксёра кошки и собаки чувствуют себя как дома

ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО ДЛЯ ВАС!

Реклама



**Гlorия – ясновидящая,
известная предсказательница, эксперт
по Таро и нумерологии.**

Она посвятила себя благим делам
и всегда готова помочь нуждающимся.
Ее способности поражают,
а ее жизненный путь необычен.

Неужели Вы не знаете о знаменитой ясновидящей Гlorии?

Эта женщина, одаренная необыкновенными способностями, помогла огромному числу людей улучшить свою жизнь. Не секрет, что нумерология позволяет извлечь подробную и важную информацию, которая содержится в нашей дате рождения и имени. И вот сейчас Гlorия разыскивает тех, у кого в дате рождения присутствуют хотя бы две приведенные далее цифры. Вы спросите, зачем?

Дело в том, что Гlorия считает, что все люди, чьи даты рождения содержат две и более из приведенных цифр, В ТЕЧЕНИЕ БЛИЖАЙШИХ ДВУХ МЕСЯЦЕВ МОГУТ ВЫИГРАТЬ ОГРОМНЫЕ СУММЫ ДЕНЕГ!

Гигантский дополнительный доход для ВАС?

В этом нет ничего необычного. Гlorия обнаружила, что всем людям, чьи даты рождения содержат две или более из приведенных цифр, в течение ближайших недель суждено пережить

Обратите внимание!

Впишите в клеточки дату Вашего рождения:

<input type="text"/>					
День	Месяц	Год			

Если среди этих цифр есть цифры

5 - 6 - 1 - 9

Вы можете стать счастливым обладателем
БОЛЬШИХ ДЕНЕЖНЫХ ПОСТУПЛЕНИЙ.

НЕВЕРОЯТНОЕ ВЕЗЕНИЕ, особенно в области ФИНАНСОВ.

Так как Гlorия знает, что без ее помощи воспользоваться этой исключительной удачей невозможно, поскольку надо иметь специальные знания, она решила отправить все необходимые разъяснения БЕСПЛАТНО всем тем, кто в них нуждается.

Вы получите деньги, которые Вам предназначены, если успеете воспользоваться БЕСПЛАТНОЙ помощью Гlorии. Но торопитесь!

Помощь, которую предлагает Гlorия, имеет особенный характер. Для того чтобы она могла дать Вам свои рекомендации, ей нужно точно знать дату Вашего рождения. И тогда знаменитая ясновидящая осмыслит нужную информацию и бесплатно предоставит ее Вам.

Сейчас самое важное, что нужно сделать, – это заполнить Купон с указанием даты рождения, которая содержит хотя бы две из приведенных цифр, и как можно быстрее отправить «Купон Притяжения Удачи» по указанному адресу.

Получив Ваш запрос, Гlorия специально отправит вам нужные рекомендации. Воспользуйтесь ими, и крупные финансовые поступления станут для Вас привычными. Вам не придется привлекать специалистов или консультантов – указания Гlorии отличаются простотой в исполнении.

Очень важно – медлить нельзя! Скорее отправьте свой бесплатный «Купон Притяжения Удачи», так как срок, отведенный на возможность получения крупных денежных сумм, ограничен!

СКОРЕЕ ПРОЧТИТЕ

Знаменитая Гlorия подготовила для Вас два подарка. Первый подарок – «Талисман Гарантированной Удачи». Такие талисманы широко известны в мире – они помогли множеству людей решить их самые сокровенные проблемы. У Вас есть возможность получить его СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО!

Ваш второй подарок – специально составленное для Вас «Притяжение Удачи» с рекомендациями, которые позволят Вам кардинально изменить жизнь к лучшему, навсегда избавиться от финансовых, личных и семейных проблем!

Чтобы получить эти подарки бесплатно, Вам нужно только заполнить и отправить нам «Купон Притяжения Удачи».

КУПОН ПРИТЯЖЕНИЯ УДАЧИ

Заполните и отправьте по адресу:
111123, Москва, а/я 41, для Гlorии.

**Бесплатный телефон для заказа
8 (800) 550-16-19**

Да, Гlorия, в дате моего рождения присутствуют две или более из приведенных Вами цифр. Поэтому я вписываю полную дату моего рождения:

<input type="text"/>					
День	Месяц	Год			

Прошу Вас срочно прислать мне «Притяжение Удачи», которое поможет мне получить денежные суммы, предназначенные мне судьбой, и раскроет секреты моей удачи.

Я указываю:

Ф.И.О. _____

Индекс: _____

Адрес: _____

Тел.: _____

E-mail: _____

Уже скоро Вы получите важную секретную информацию.

Настоящим я добровольно предоставляю свои персональные данные фирме «Гlorия» на обработку и хранение для дальнейшего получения коммерческих предложений и участия в рекламных акциях. Срок проведения акции с 14.01.2026 по 28.01.2026 г. Подробности можно узнать по контактным данным, указанным выше. Действительно только для лиц старше 18 лет.

«Жизнь» №1
Подпись _____ Дата _____ 14.01.2026



#ВКУСНАЯ ЖИЗНЬ



В ЭТОТ РАЗ кулинарными секретами с читателями «Жизни» делится Алёна Коваленко – автор блога «Мама готовит» в соцсети «Одноклассники».

Вашему вниманию – шикарный рецепт для тех, кто очень любит салаты, но ошибочно думает, что делать их долго и нудно.

И у нас есть ответ – приготовьте салат «Дамский каприз», тогда ваши кулинарные способности будут весь год боготворить и гости, и близкие.

В чём секрет, спросите вы? А всё очень просто – сочетание нежного куриного филе, сладости чернослива и свежести огурца придаёт этому салату гармоничный и незабываемый вкус. Надеемся, понравится он и вам.

Салат «Дамский каприз» с курицей и черносливом прост в приготовлении, но при этом выглядит очень красиво



СОСТАВ

Куриное филе	300 г
Чернослив	100 г
Огурцы	2 шт
Яйца	4 шт
Сыр	100 г
Соль	по вкусу
Майонез	по вкусу
Орехи	по желанию



ПРИЯТНОГО ВАМ АППЕТИТА!

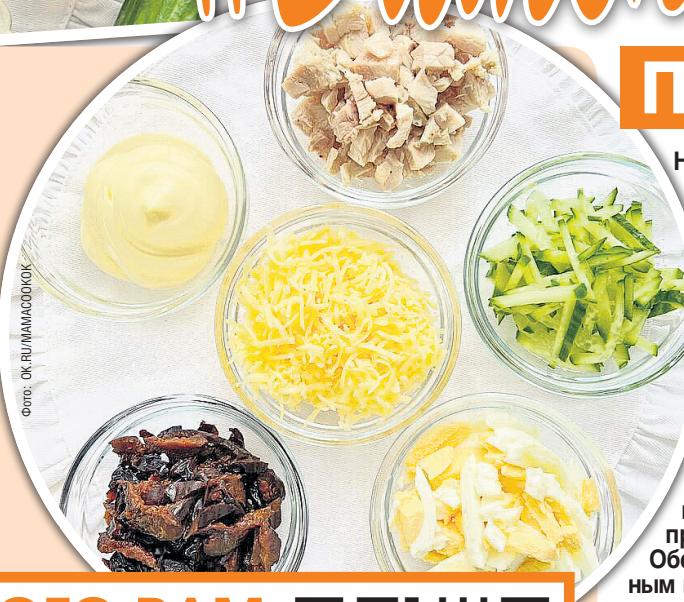
ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, если вам понравился этот рецепт, ставьте лайк и подпишитесь на нашу страничку и блог «Мама готовит» в соцсети «Одноклассники»



Фото: ОК RU/MAMAGOVOK

САЛАТ «Дамский каприз»

ПРИГОТОВЛЕНИЕ



НАЧИНАЕМ. В подсоленной воде отвариваем куриное филе. Я обычно беру филе бёдрышек, но и белое с грудки отлично подойдёт. По желанию можно заменить копчёной курицей.

Чернослив замачиваем и промываем под проточной водой. Обсушиваем бумажным полотенцем. Яйца отвариваем вкрутую.

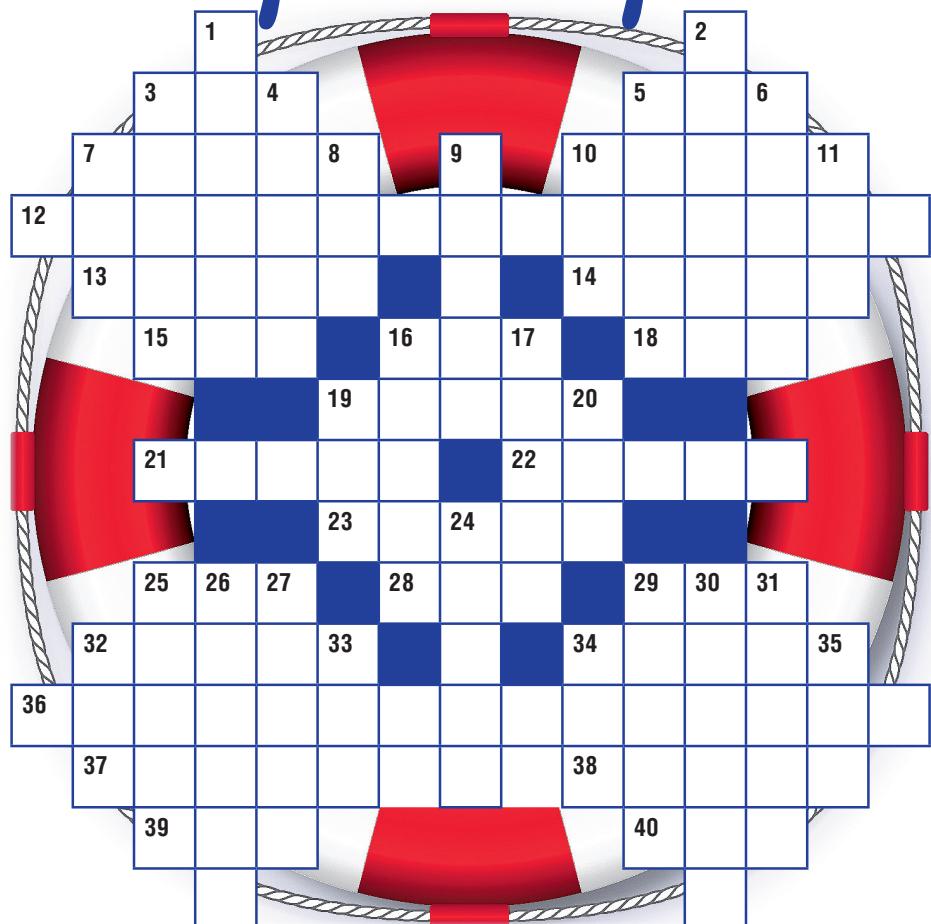


Фото: ОК RU/MAMAGOVOK

Подготовленные ингредиенты нарезаем. Огурец, яйца, чернослив я нарезаю соломкой, куриное филе – кубиком, а сыр натираю на мелкой тёрке. Собираем салат слоями так – курица + майонез (я использую домашний), затем огурец + майонез, затем яйца + майонез, затем чернослив, затем сыр, и сверху по желанию можно посыпать рублеными орешками.

Если вы любите посытнее, то салат можно дополнить слоем грибов, обжаренных с луком. Но совсем не обязательно выкладывать его слоями. Если нарезать и перемешать все ингредиенты, то получится не хуже.

Кроссворд



ПО ГОРИЗОНТАЛИ

3. Всеобщий.
5. Джазовый стиль.
7. Известный американский киноактёр египетского происхождения (фильмы «Доктор Живаго», «Лоуренс Аравийский» и др.).
10. Озеро в Приморье, где шли сражения с обнаглевшими самураями в 30-е годы.
12. Мужчина, который терпеть не может прекрасный пол.
13. Сорт сладких яблок.
14. Трагедия Шекспира «... и Кressida».
15. Крупная индийская кобра.
16. Кудесник, волшебник.
18. Английская мера площади.
19. Французский философ-просветитель, с которым переписывалась российская императрица Екатерина Великая.
21. Навигационный знак на реке.
22. Письменное поздравление юбиляру.
23. Город физиков-ядерщиков в Московской области.
25. Каюк шахматному королю.
28. Теннисная партия.
29. Винсент ... Гог.
32. Лодка индейцев Северной Америки.
34. Навязчивый страх, боязнь.
36. Нанесение побоев.
37. Предмет в коллекции филателиста.
38. Хандра.
39. Питон, друг Маугли
40. Крупный длиннохвостый попугай

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 52

ПО ГОРИЗОНТАЛИ

УГОДНИЧЕСТВО – ПАПЕРНИК – ДОБРЫНИН –
ТОСТ – «МЕТЕЛЬ» – БАЛАБОЛ – ПЛАКАТ – АРКАН
– ДОГА – ЖИГА – РУДАКИ – ОНИ – ШИК – БУКВОЕД
– КОМЕДИЯ – НЮ – ЛЯССЕ – МАКАК – СУП – АХУН
– ФАРАОН – РУБИК – КАМЕРА – ИКС – ИФ – ГРО –
САТИН – ТУЛА – АРОНОВА – ПРЕСНЯКОВ – МАТ

ПО ВЕРТИКАЛИ

1. Символ власти монарха.
2. Космический корабль Гагарина.
3. Изогнутый тропический фрукт.
4. Старинная английская золотая монета.
5. Главный порт Ирака.
6. Вкусный домашний сыр в индийской кухне.
7. Голливудская певица-суперзвезда, в чьих жилах течёт армянская и индийская кровь.
8. Русский поэт, автор строк: «Я пришёл к тебе с приветом».
9. Торжественный показ армейской мощи.
10. Песня или мелодия, получившая популярность и спрос в зрительской среде.
11. Река в Каире.
16. Знак вычитания.
17. Капитан у Жюля Верна, которого искали его дети.
19. Владелец сказочной рабыни.
20. Стихотворение хвалебного жанра.
24. Зверёк, который неустанно вертится в колесе.
25. Примат-резус.
26. Куртка-штурмовка с капюшоном.
27. Паровозная печка.
29. Главный компонент «ёрша».
30. Нелепость, бессмыслица.
31. Верная подруга иголки.
32. Крестный отец по отношению к родному.
33. Масштабный исторический период, эпоха.
34. Вид лица спереди.
35. Остров Индонезии.

ПО ВЕРТИКАЛИ

ПАРИКМАХЕР – УГО – АИД – ОКРИК – АШЕ – АЛКИД
– НОНЕТ – ИКИ – ФОТО – ЯЛТА – ЧАН – РОГА – УСТА –
ОКОП – ТРОПА – БЛЕСНА – РАГУ – ОПТ – КОМПРЕСС
– БАЖОВ – УРАН – ПИАНИНО – БАТЬЯ – ГИЕНА – ИКЕ
– АРМАДА – ДЮК – КИНО – НЕБО – ИТОГ – АИСТ –
АКЕЛА – УМ – УДИЛА – УЛЬТРАМАРИН – ФАТ

С возрастом мозг усыхает, а память стирается...

**Но в Японии нашли способ восстановить
клетки головного мозга!**

Эксперт-натурициолог ПАВЕЛ ЛЕБЕДЕВ: Если здоровье уходит, то все теряет смысл, а если вместе со здоровьем уходит память и сознание? Ко мне часто обращаются те, кто столкнулся с деменцией, Альцгеймером, инсультом за информацией о японском продукте для восстановления головного мозга и когнитивных функций МозгТерапи. Могу сказать с уверенностью, мнение, что нервные клетки не восстанавливаются, уходит в прошлое. Японские ученые доказали, клетки головного мозга можно восстановить, и разработали капсулы для стимулирования роста новых нервных клеток и нейронных связей!

Доказано, что с возрастом, из-за болезней (прежде всего нарушений мозгового кровообращения), травм, лекарств, вредных привычек и стресса – разрушаются клетки головного мозга, нейроны и связи между ними. Мы можем почувствовать, что снижается память и интеллект, появляются тревожность, депрессия, бессонница, головные боли и головокружения, нарушается работа всех внутренних органов. И самое главное – появляются возрастные заболевания головного мозга: деменция, болезнь Альцгеймера, Паркинсона и др. Суть их одна – наступает состояние, не позволяющее людям самостоятельно себя обслуживать. Но в Японии, стране пенсионеров и долгожителей, нашли решение этой проблемы! В университете Кюсю, под руководством профессора Фуджино Такехико, разработали и запатентовали уникальный продукт МозгТерапи на основе плазмалогена – морского гребешка азума пектинида.

Этот плазмалоген отличает 100% биодоступность: он полностью усваивается организмом и является эффективнейшим средством по восстановлению работы головного мозга. Он запускает нейрогенез – образование новых нервных клеток и нейронных связей, которые берут на себя функции поврежденных и погибших. Именно нейрогенез делает этот продукт уникальным для восстановления головного мозга.

**Результатом курсового приема
МозгТерапи является:**

- ✓ **ВОССТАНОВЛЕНИЕ** когнитивных функций, утерянных при деменции;
- ✓ **серъезное УЛУЧШЕНИЕ** психического и физического состояния человека;
- ✓ **НОРМАЛИЗАЦИЯ** работы отдельных органов человеческого организма.

МозгТерапи

• ЭКСТРАКТ МОРСКИХ ГРЕБЕШКОВ
• АЛЬФА-ТОКОФЕРОЛА АЦЕТАТ
• ФОСФАТИДИЛЕРИН
• ВИТАМИН Е

20 капсул

4 ПОДАРКА*
в течение 7 дней

Здоровый мозг – это долгие годы счастливой, независимой, свободной жизни без мучений!

Звоните бесплатно прямо сейчас
8-800-100-55-60

и получите:

- **ПОДАРОК** за первую покупку;
- дополнительная **СКИДКА**;
- бесплатная **КОНСУЛЬТАЦИЯ**;
- бесплатная **ДОСТАВКА** день в день.

Код на получение **подарков**
«Терапия мозга»



#САДОВАЯ ЖИЗНЬ

С ОКТЯБРИНОЙ
ГАНИЧКИНОЙ



Сеем петунью и лук

ДОРОГИЕ садоводы и огородники! Сейчас меня часто спрашивают, что можно посеять для домашнего выращивания в январе (с 20 числа) из цветочных и овощных культур?

Отвечаю – в конце января огородники и садоводы могут приступить к посеву таких цветов, как пеларгония (герань) и петуния, а из овощных

культур для получения зелени подойдут лук-севок или репчатый лук на перо, а также зубки чеснока. Из зеленных культур можно посеять также кресс-салат, рукколу, редис и редьку на зелень, а также мангольд.

При наличии отапливаемых теплиц можно будет начинать посев индетерминантных томатов (высокорослых сортов), а также высокорослых перцев и баклажанов.

ДЛЯ ПОСЕВА петунии подготавливаем кашпо, которое заполняем готовым субстратом для комнатных растений. В почву рекомендуется добавить 3 столовые ложки питательной добавки «Цион» – это обеспечит обильное цветение и позволит избежать дополнительных корневых подкормок.

Перед посевом субстрат необходимо хорошо пролить тёплой водой (35–40 °C). Семена равномерно распределяем по ровной и влажной поверхности почвы. Для более декоративного эффекта можно одновременно посеять 3–5 разных сортов. Семена не засыпаем землёй, а лишь слегка прижимаем к поверхности.

АГРОТЕХНИКА ДЛЯ ПЕТУНИИ

После посева ёмкость накрываем плёнкой и ставим на самый светлый подоконник при температуре 24–26 °C. Важно регулярно удалять образующийся конденсат, протирая или заменяя плёнку.

После появления всходов плёнку убираем, а температуру снижаем до 18–20 °C. В одном кашпо оставляем не более 10 растений, проводя прореживание. Полив осуществляем аккуратно, увлажняя только почву и не попадая на растения.

Когда побеги достигнут высоты 10–12 см, верхушки прищипываем – это стимулирует образование боковых побегов и увеличивает количество цветков.

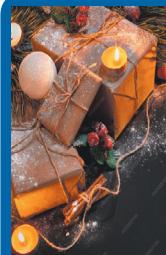


ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ. МАГИЯ



(495) 663-38-15 доб.3021

Реклама
Не мед.услуги



РОЖДЕСТВЕНСКИЕ БЕСПЛАТНЫЕ ГАДАНИЯ

ПРАВДИВЫЕ ГАДАНИЯ О ПРОШЛОМ НАСТОЯЩЕМ И БУДУЩЕМ!
ПОМОЖЕТ ВЕРНУТЬ И СОЕДИНИТЬ
СЛЮБИМЫМИ, ОТСТРАНИТЬ

СОПЕРНИКОВ, ПОДНЯТЬ МУЖСКУЮ СИЛУ ЛЮБОЙ
ДАВНОСТИ И СЛОЖНОСТИ, ПОТУШИТЬ ЗАПОЙ
НАВСЕГДА. ОТВЕДЕТ ОТ ВАС ВСЯКУЮ НЕЧИСТЬ, ВСЕ
ЗА ОДИН ОБРЯД И МН. ДР. БЛАГОДАРНОСТЬ ПО
ВОЗМОЖНОСТИ.

T. 8 937 030 25 46

ЯСНОВИДЯЩАЯ БАБУШКА ТАНЯ

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

T. 8 962 624 76 72



ЛЕГЕНДАРНАЯ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА СЕРАФИМА

УБЕРЕТ РАЗДОР И НЕГАТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ,
УСТРАНИТ РАЗЛУЧНИЦУ, ИЗБАВИТ ОТ ДУРНЫХ
ПРИВЫЧЕК. СНИМЕТ ВУАЛЬ ОДИНОЧЕСТВА И
ОТКРОЕТ ДЕНЕЖНЫЙ ПОТОК.

T. 8 910 086 65 25

БАБУШКА СОНЯ

ОПЫТ 55 ЛЕТ. АДЕПТ БЕЛОЙ И ЧЕРНОЙ
МАГИИ. ПРИВОРОТ. ОБРЯДЫ. ВИНОВО-
ВОРОТ. ЗАЩИТА. ВЕРНУ ЛЮБИМОГО.
ОПЛАТА П/РЕЗУЛЬТАТА.

T. 8 909 944 72 12

ТРЕТЬЯКОВА НАТАЛЬЯ МИХАЙЛОВНА НАСТОЯЩАЯ КОЛДУНЬЯ

ДЕНЕГ НЕ БЕРЕТ.
18 ЛЕТ БЕЗУПРЕЧНОЙ РАБОТЫ.

T. 8 985 769 84 60

«Найдите мне средство, чтобы помогло ногам!»

— отчаянно кричала Екатерина II на весь дворец.

Императорский дворец замирал, когда Императрица не могла подняться по лестнице. Говорят, однажды, схватившись за колени, Екатерина II выкрикнула:

«Да найдите же мне средство, чтобы помочь ногам!» В такие моменты придворные слуги пытались не попадаться царице на глаза, чтобы не навлечь на себя ее гнев.

Тогда на помощь пришло растение, известное еще с глубокой древности, — живокост. Историки уверяют: именно с помощью живокоста Екатерина II смогла помочь своим коленям и отказаться от трости, снова вернув себе уверенную, твердую походку хозяйки империи.

Прошли века, а живокост не ушел в историю. Сегодня он снова на передовой в сфере помощи опорно-двигательному аппарату. Особенно ценится таёжный живокост. Мы обратились к специалисту по здоровью Олегу Ермолаевичу Конопатину, чтобы узнать, почему живокост до сих пор творит чудеса и при каких проблемах с суставами он может помочь.

Экспертное мнение специалиста в области здоровья Олега Конопатина:

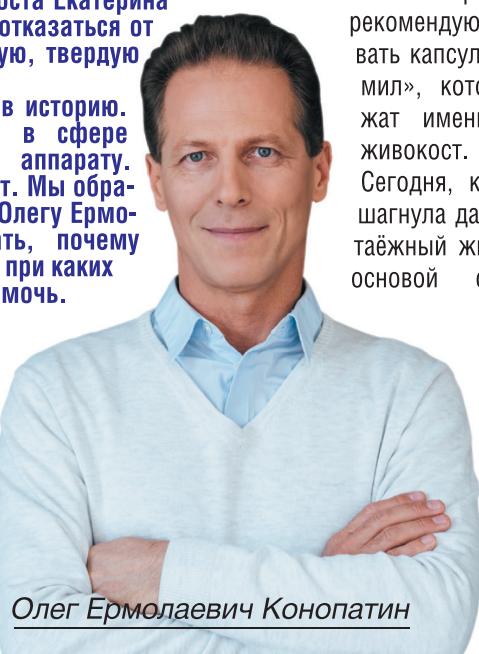
«В своей практике я использую именно таёжный живокост. В нём содержится огромное количество аллантоина. Когда растение повреждается, аллантоин устремляется в место травмы и запускает восстановление. Проще говоря,

растение лечит себя само — и по такому же принципу помогает сохранять здоровье хрящевой и суставов человека. Таёжный живокост помогает формировать новые хрящевые клетки на поврежденных участках. Получаются своего рода „заплатки“, которые ремонтируют сустав. Чтобы помочь людям, которые ко мне обращаются, я рекомендую использовать капсулы «Глюкозамил», которые содержат именно таёжный живокост.

Сегодня, когда наука шагнула далеко вперед, таёжный живокост стал основой современных



Екатерина II



Олег Ермолаевич Конопатин

средств, которые помогают людям возвращаться к активной жизни — без мучительных ночей и без страха сделать лишний шаг. Но компонент этот достаточно редкий, кто успеет включиться в реестр до 11 и в свободный доступ его попадает лишь февраль 2026 года. Чтобы узнать, есть ли ограниченное количество.

Как попасть в число тех, кто успеет?

По имеющейся информации, сейчас телефону: 8-800-303-05-55. Сообщите формируется ограниченная партия капсул оператору, номер для записи в реестр «Глюкозамил с таёжным живокостом». очередь: 2627.

Список желающих получить данное

средство ведётся в виде строгой очереди

ещё свободные места в очереди и входит

ли ваш регион в программу, позвоните по

Прощай проблемы с кишечником: кишечный лаваж становится доступным каждому



СУБСИДИЯ
ВСЕГО
10 РУБ.
ЗА 1 УП.

Даже разовый запор — это удар по здоровью. Не говоря уже о хронических запорах. Ведь наш организм как химический завод. В процессе работы он выделяет много токсичных отходов. Если они не выводятся кишечником, то всасываются обратно в кровь. И этот «яд» разносится по всем органам.

— Все знают о том, что слабительные это не выход для решения проблемы. А как иначе наладить стул?

— Лучший способ, который может помочь избежать запоров, — применить кишечный лаваж. Это современно, эффективно и безопасно.

— Что такое кишечный лаваж?

— Кишечный лаваж — это прием средства в жидкой форме, которое воздействует на отделы кишечника, где и зарождаются причины запора. Очищение происходит в естественном направлении — от ротовой полости до анального отверстия. Помимо каловых масс и токсинов удаляются болезнетворные микроорганизмы, а полезные бактерии остаются

невредимыми.

— А что говорит наука?

— Кишечный лаваж — это запатентованный метод, разработанный токсикологами НИИ скорой помощи им. Склифосовского и разрешенный к применению Росздравнадзором, удостоен премии мэрии Москвы. Он несколько лет апробировался ведущими медицинскими учреждениями, есть множество научных публикаций, подтверждающих эффективность метода.

— Допустим, у меня запоры и мне нужен кишечный лаваж. Что я должен сделать?

— Можно пропить эликсир «Дефекорт». Это комплекс натуральных экстрактов, которые работают по методу кишечного лаважа. А именно: способствуют хорошей перистальтике, качественной работе пищеварительных органов, хорошему увлажнению и формированию каловых масс, устранению болезнетворных микроорганизмов, могут помочь сохранить

здоровую микрофлору и обеспечить легкую эвакуацию отходов.

— Как он может помочь?

— Хорошая работа и чистота кишечника. А значит, ваш стул может стать мягким и ежедневным. Регулярное опорожнение сразу сказывается на самочувствии — вы почувствуете свежесть, легкость, ясность в голове, настроение. Как будто приняли освежающий душ, только изнутри. Принимая «Дефекорт», вы заботитесь не только о нормальном опорожнении, но и о здоровье всего организма.

Домашний доктор

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ

«Каждому пенсионеру — здоровый кишечник»

Страдаете от запоров или имеете другие проблемы с кишечником? Тогда вы имеете право на субсидирование расходов по приобретению эликсира «Дефекорт». Субсидия действует до 11 февраля 2026 года.

Чтобы воспользоваться субсидией:

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

2. Продиктуйте код **6476**

и получите эликсир «Дефекорт» ВСЕГО ЗА 10 РУБЛЕЙ!

Звонки и доставка бесплатные!