

17 августа, воскресенье

# ЗДОРОВЬЕ НА ЧЕТЫРЁХ КИТАХ



Редакция  
Фёдор Николаевич Волков – психофизиолог, реабилитолог, психоаналитик, профессор, автор метода «Очищение организма и восстановление обменных процессов», автор книг «Надо жить» и «Кладовая здоровья», руководитель «Оптималист», г. Челябинск

Работая в сфере практического оздоровления человека на протяжении более 25 лет, я пришёл к выводу, что лечиться и быть здоровым – две противоположности. Испытывая сильную боль, применишь всё, что угодно, чтобы только её убрать. Но причины этой боли человек может устранить сам, основываясь на четырёх правилах, и быть здоровым!

Первый «кит» – позитивное мышление. Как только человек готов к тому, чтобы ему помогли, то есть готов выполнить всё, что

быть здоровым, то результат достигается в несколько раз быстрее, нежели у того, у кого всё плохо, всё не так, все воры, никому верить нельзя и т. д. Очень плохо, если человек живёт с обидами или чувством вины или страха. На семинаре всё это можно убрать.

Второй «кит» – здоровье через движение. Моя задача – научить человека, как дома с помощью гимнастики и применения ручных тренажёров убрать головные боли, боли в пояснице и коленях. Правильные движения лечат, а неправильные – калечат.

Третий «кит» – рациональное питание. Речь не о диетах в питании. Но, соблюдая определённые правила (они очень просты и выполнимы), человек сможет кушать гораздо меньше, а чувство насыщения испытывать всегда после еды.

Четвёртый «кит» – очищение организма от накопившихся шлаков и токсинов, паразитов. То есть провести «уборку» у себя в организме точно также, как хозяйка наводит чистоту в доме. Тогда ей и всем, кто рядом, становится уютнее и светлее. Если у вас есть запоры или понюсы, частые про-

студы, плохой сон, проблемы с кожей, головные боли, хруст в суставах или лишний вес – это стучится беда, и очищение может быть одним из выходов из этих неприятностей. Применяя сборы трав по дате рождения и группе крови, вы поможете навести генеральную уборку своего организма.

Соединив эти четыре «кита», получаем то, что называется здоровьем. Как это сделать? Жду вас на своём семинаре, где вы научитесь правилам быть здоровыми. Всего пять дней без отрыва от производства, учёбы и домашних дел, без клизм и голодания. Вы сможете скорректировать свою фигуру, зрение, слух, улучшить работу всех органов и суставов. Главное, чтобы вы захотели стать (быть) здоровым. Это несложно! Если вы неленивый, я научу, как этого достичь. Приходите.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКОЙ УСЛУГОЙ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



ОРТ Первый Канал

06:00, 10:00, 12:00 Новости  
06:10 Х/ф «Шальная баба» (16+)  
08:10 «Служу Отчизне!»  
08:40 «Смешарики. Пин-код»  
08:55 «Здоровье» (16+)  
10:15 «Непутевые заметки» (12+)  
10:35 «Пока все дома»  
11:25 «Фазенда»  
12:15 «Идеальный ремонт»  
13:10 «По следам великих русских путешественников» (16+)  
14:15 «Что? Где? Когда?»  
15:20 «Среда обитания» (12+)  
16:20 «Минута славы» (12+)  
17:50 «Куб» (12+)  
18:55 «Достояние республики. Расул Гамзатов»  
21:00 «Время»  
21:30 Концерт «Самый лучший день» (16+)  
23:15 Х/ф «Роман с камнем» (16+)  
01:15 Х/ф «В ожидании выдоха» (16+)

РОССИЯ 1 ГТРК «Пермь»

06:00 Х/ф «Мы из джаза»  
07:45 «Планета вкусов»  
08:20 «Смехопанорама»  
08:50 «Утренняя почта»  
09:25 «Свадебный генерал» (12+)  
10:20 «Вести – Пермь. События недели»  
11:00, 14:00, 20:00 «Вести»  
11:10 «Про декор»  
12:10, 14:30 Т/с «Любовь – не картошка» (12+)  
14:20 «Вести – Пермь»  
21:00 «Воскресный вечер» (12+)  
22:50 Х/ф «На всю жизнь» (12+)  
00:40 Х/ф «Там, где живет любовь» (12+)  
02:40 «Моя планета»



НТВ

06:00 Т/с «Порох и дробь» (16+)  
08:00, 10:00, 13:00, 15:00, 19:00 «Сегодня»  
08:15 Лотерея «Русское лото плюс»

08:45 «Их нравы»  
09:25 «Едим дома»  
10:20 «Чудо техники» (12+)  
10:55 «Кремлевские жены» (16+)  
12:00 «Дачный ответ»  
13:15 «Бывает же такое!» (16+)  
13:45 «Следствие вели...» (16+)  
14:40, 17:30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)  
15:20 Согаз – ЧР по футболу 2014/15 г. ЦСКА – «Спартак»  
19:55 Т/с «Мент в законе – 8» (16+)  
23:50 «Враги народа» (16+)  
00:45 «Дело темное» (16+)  
01:35 «Остров» (16+)

ТНТ

07:00 «ТНТ. Mix» (16+)  
07:35 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)  
08:30 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)  
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)  
10:00 «Школа ремонта» (12+)  
11:00 «Перезагрузка» (16+)  
12:00 «Comedy баттл. Супер сезон» (16+)  
13:00, 22:00 «Stand up» (16+)  
14:00 «Белоснежка и охотник» (12+)  
16:35 «Комеди клаб» (16+)  
01:00 Х/ф «Розовая пантера» (12+)  
02:50 Х/ф «Убить миссис Тингл» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

07:00 Концерт «Собрание сочинений» (16+)  
10:00 Т/с «Гаишники» (16+)  
02:45 Х/ф «Очень страшное кино – 3» (16+)  
04:15 Т/с «Настоящее правосудие: призрак» (16+)

РОССИЯ 24 / Vetta

06:00, 12:15, 20:00 РИК «Россия-24»  
08:00 Мультфильмы (6+)  
09:30 Документальная программа (16+)

08:20 «Витрины» (16+)  
10:40 «Любовь нечаянно нагрянет» (16+)  
10:45 «Тот самый вкус» (16+)  
10:50 «Пудра» (16+)  
10:55 «Легенды губернского города» (16+)  
11:00 «Точка печали» (16+)  
11:20 «Тайны здоровья» (16+)  
11:30 «Дополнительное время» (16+)  
11:50 «Эх, дороги!» (16+)

Промышленная компания «ДЭМИ»

примет на постоянную работу:

СВОРЩИК оклад 8840 руб.  
УПАКОВЩИК оклад 9500 руб.  
т. 89129805536, 89504489948

ДЕФЕКТОВЩИК оклад 10 100 руб.  
КОНТРОЛЕР стакочных и слесарных работ т. 89519436103

ОПЕРАТОР стакнов с ЧПУ оклад 10 632 руб.  
СВЕРЛОВЩИК оклад 10 500 руб. т. 89028353198

МАЛЯР порошковой окраски оклад 9707 руб.  
МАЛЯР деревообработки оклад 10 600 руб.  
СВАРЩИК оклад 12 626 руб.  
ГИБЩИК труб оклад 10 574 руб. т. 89082475991

ШТАМПОВЩИК оклад 10 373 руб.  
НАЛАДЧИК штампов оклад 13 800 руб. т. 89223030535

Премия до 50%, СОЦПАКЕТ г. Пермь, ул. Усольская, 15 тел. (342) 298-85-81

11:55 «Лобби-холл» (16+)  
18:00, 18:55 «Своими руками»  
18:05 «Пермский край: история на экране». Д/ф «Близ городской черты»  
18:30 «Мой дом»  
18:40 «Вести ПФО»  
19:00 «Оберегая традиции»  
19:15 «Горячая тема»  
19:25 «Вести. Пермь. События недели»

СТС

06:00 М/ф «Приключения пингвинёнка Лоло» (0+)  
07:35 М/с «Смешарики» (0+)  
07:45 М/с «Пингвинёнок Пороро» (6+)  
08:05 М/с «Макс Стил» (12+)  
08:30 М/с «Флиппер и Лопака» (6+)  
09:00 М/с «Том и Джерри» (6+)  
09:15 М/ф «Скуби Ду и лохнесское чудовище» (6+)  
10:40 М/ф «Скуби Ду и король гоблинов» (6+)  
12:00 «Успеть за 24 часа» (16+)  
13:00, 16:30, 19:25, 22:20 «Шоу Уральских пельменей» (16+)  
16:00 «6 кадров» (16+)  
17:30 Х/ф «Смурфики» (16+)  
20:25 Х/ф «Ведьмина гора» (16+)  
23:20 Х/ф «С меня хватит!» (16+)  
01:30 Т/с «Два короля» (16+)  
02:20 М/с «Клуб Винкс» (12+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)  
07:00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)  
08:00 «Полезное утро» (16+)  
08:30 «Мультифильмы» (0+)  
09:10 Х/ф «Новые приключения неуловимых» (12+)  
10:45, 19:00 Т/с «Великолепный век» (16+)  
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)  
18:55, 23:40 «Одна за всех» (16+)  
22:35 «Сергей Жигунов. Теперь я знаю, что такое любовь» (16+)  
00:30 Х/ф «Вечерняя сказка» (16+)  
02:25 Х/ф «История жизни» (16+)

УИТВ-Пятый канал

08:40 М/ф «Кот Леопольд», «Пес в сапогах», «Ивашка из дворца пионеров», «Коля, Оля и Архимед» (0+)  
10:00 «Обыкновенный концерт»  
10:35 Х/ф «Боржане»  
11:55 «Легенды мирового кино». «Борис Чирков»  
12:25 «Цирк массимо»  
13:20, 01:55 Д/ф «Райский уголок на Земле инков»

СТС

10:20, 18:15 «Партия добрых дел» (12+)  
10:30 «Твоя власть» (12+)  
10:55, 18:10 «Мы вместе» (12+)  
11:10 Т/с «Бандитский Петербург» (16+)  
15:20, 19:00 Т/с «Бандитский Петербург – 2» (16+)  
17:30 «Главная площадь» (12+)  
18:20 «Специальный репортаж» (12+)  
02:05 Х/ф «Мерседес уходит от погони» (12+)

ЦЕНТР ТВЦ

05:25 Х/ф «Корона российской империи, или Снова неуловимые»  
07:35 «Фактор жизни» (6+)  
08:05 Х/ф «Материнский инстинкт» (16+)  
10:05 «Барышня и кулинар» (6+)  
10:35 Д/ф «Владимир Этуш. «Меня спасла любовь» (12+)  
11:30, 14:30, 21:00 «События»  
11:45 Х/ф «Выстрел в тумане» (16+)  
13:25 «Смех с доставкой на дом» (12+)  
14:00 «Приглашает Борис Ноткин» (12+)  
14:50 Муз/ф «Задорнов больше чем Задорнов» (12+)  
16:20 Х/ф «Страшная красавица» (12+)  
18:15, 21:20 Х/ф «Первая попытка»  
22:25 Т/с «Вера» (16+)  
00:15 Х/ф «Невезучие» (12+)  
02:05 Д/ф «Гражданская война. Забытые сражения» (12+)

РОССИЯ 2 КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Европьюс»  
09:00 «Доброе утро, Пермский край!». «Пермский край: история на экране», «Память сердца»  
09:30 «Своими руками»  
09:45 «Оберегая традиции»  
10:00 «Обыкновенный концерт»  
10:35 Х/ф «Боржане»  
11:55 «Легенды мирового кино». «Борис Чирков»  
12:25 «Цирк массимо»  
13:20, 01:55 Д/ф «Райский уголок на Земле инков»

14:15 «Пешком...»  
14:40 «Музыкальная кулинария». Гектор Берлиоз. Жизнь артиста»

15:35 Д/ф «О времени и о себе»  
16:15 Концерт «Признание в любви»

17:05 Д/ф «Поднебесная архитектура»  
17:45 Х/ф «Старомодная комедия»

19:15 «Муслим Магомаев. Шлягеры ХХ века»  
20:40 «Искатели»

21:25 Балет «Анютка»  
22:35 Д/ф «Синее море... Белый пароход... Валерия Гаврилина»

23:30 Х/ф «Тайна Эдварда Друда»

01:15 «Как Лусье. Сольный концерт»

02:50 Д/ф «Навои»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

07:00 «Человек мира». «Мадейра»  
07:55 «Максимальное приближение». «Хорватия»  
08:35 «Мастера». «Шахтер»  
09:00 «Панорама дня. Live»  
10:05 «Моя рыбалка»  
10:35 «Язь против еды»  
11:00 «Рейтинг Баженова» (16+)  
11:35 «Грон»  
12:05 «Полигон»  
12:30, 15:15, 00:45 «Большой спорт»  
12:55 Легкая атлетика. ЧЕ. Марафон. Мужчины  
15:35 Х/ф «Земляк» (16+)  
18:30 «Большой спорт». Летние юношеские Олимпийские игры  
18:55 Легкая атлетика. ЧЕ. Финалы  
21:30 Х/ф «Обратный отсчет» (16+)  
01:15 «Непростые вещи»

Уважаемые телезрители!  
Все возможные изменения в программе передач производятся телеканалами. Редакция «ПЯТНИЦЫ» за эти изменения ответственности не несет.

Спрашивайте в аптеках города!

Телефон «горячей линии»

8-800-333-10-33</p