

18 сентября, четверг

11:25 Х/ф «Тройной форсаж: токийский дрейф» (16+)
13:20, 00:00 «б кадров» (16+)
14:00 Т/с «Кухня» (16+)
22:00 Х/ф «Форсаж-4» (16+)
00:30 Т/с «Студенты» (16+)
01:30 «Хочу верить» (16+)
02:30 «Не может быть!» (16+)
04:10 «Животный смех» (16+)
04:40 М/ф «Смех и горе у бела моря» (6+)
05:50 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00 «Пир на весь мир» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40 «Мультфильмы» (0+)
09:10 «По делам несовершеннолетних» (16+)
11:10 «Снимите это немедленно!» (16+)
12:05, 03:20 «Домашняя кухня» (16+)
13:05, 02:20 «Астролог» (16+)
14:05 Т/с «Две судьбы» (16+)
17:00, 20:40 Т/с «Мои восточные ночи» (16+)
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)
18:55, 00:00 «Одна за всех» (16+)
19:00 Т/с «Не родился красивой» (16+)
21:35 Т/с «Доктор Хаус» (16+)
00:30 Х/ф «Здравствуй и прощай» (16+)
04:20 «Мужская работа» (16+)
05:20 «Тайны еды» (16+)
05:30 «Джейми у себя дома» (16+)

5 УИТВ-Пятый канал

06:00, 00:05 «Без посредников» (12+)
06:10, 12:10, 15:25, 00:00 «Партия добрых дел» (12+)
06:15, 15:20 «Приумножай» (12+)
06:20, 12:00, 15:05, 15:50, 23:20 «Специальный репортаж» (12+)
06:30, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
07:00, 10:00, 18:30, 22:00 «Сейчас»
07:10 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30 «Место происшествия»
10:30, 02:30 Х/ф «Фронт без флангов» (12+)
11:50, 12:30, 04:10 Х/ф «Фронт в тылу врага» (12+)
12:15 «Приглашайте в гости Машу» (12+)
12:25, 15:00, 19:55, 23:15 «Мы вместе» (12+)
16:00 «Открытая студия»
16:50 Х/ф «Добровольцы» (12+)
19:30 «Пермское времечко» (12+)
20:00 Т/с «Детективы» (16+)
20:30, 22:25, 00:15 Т/с «След» (16+)
01:00 Х/ф «Дети Дон Кихота» (12+)

ЦЕНТР ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:15 Х/ф «Урок жизни» (12+)
10:20 Д/ф «Надежда Румянцева. Во всём прошу винить любовь» (12+)
11:10, 21:45 «Петровка, 38»
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 23:50 «События»

11:50 Х/ф «Хроника гнусных времён» (12+)
13:35 «Простые сложности» (12+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:10 «Хроники московского быта» (16+)
15:55, 17:50 Т/с «Чисто английское убийство» (12+)
18:25 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Мать-и-мачеха» (16+)
22:20 «Истории спасения» (16+)
22:55 Х/ф «Знаменитые соблазнитель. Джейсон Стэтхэм» (12+)
00:25 Х/ф «Чёрные береты» (12+)
01:50 Д/ф «Владимир Меньшов. Один против всех» (12+)
02:40 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
03:35 Д/ф «Смех. Секретное оружие» (12+)
04:30 «Линия защиты» (16+)
05:05 Т/с «Энциклопедия. Муравьи» (12+)

РОССИЯ КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроныус»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!»
10:00, 15:00, 19:00, 23:40 Новости культуры
10:20, 01:55 «Наблюдатель»
11:15, 00:00 Муз/ф «Багси Мэллоун»
12:50 Д/ф «Негев – обитель в пустыне»
13:05 «Россия, любовь моя!» «Семейные обряды адыгейцев»
13:40 Т/с «Хождение по мукам»
14:45 Д/ф «Старый город Гаваны»
15:10 «Academia». «Солнечная система». 2-я лекция
15:55 «Абсолютный слух»
16:40 Д/ф «Мазстро Арнольд Кац»
17:35 Международный музыкальный фестиваль в Вербье. Сольный концерт Даниила Трифонова
18:10 Д/ф «Крепость Бахрейн. Жемчужина персидского залива»
18:30 Д/с «Запечатленное время». «Крылатый корабль»
19:15 «Главная роль»
19:30 Д/ф «То падаешь, то летишь»
20:10 «Правила жизни»
20:40 «Спокойной ночи, малыши!»
20:55 «Кто мы?»
21:30 «Владимир Меньшов. Монолог в 4-х частях»
22:00 «Культурная революция»
22:45 Д/ф «В поисках происхождения жизни»
01:30 Л. Ван Бетховен. «Соната №5 для скрипки и фортепиано»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

07:10 Х/ф «Лектор» (16+)
09:00 «Панорама дня. Live»
10:45, 06:15 Т/с «Такси» (16+)
11:40, 02:10 «Эволюция»
14:00 «Большой футбол»
14:25 Хоккей. «Адмирал» – «Барыс»
16:45, 23:55 «Большой спорт»
17:05 Х/ф «Марш-бросок. Особые обстоятельства» (16+)
20:55, 04:15 «Полигон»
21:25 Х/ф «Слуга государев» (16+)
00:20 Волейбол. ЧМ. Мужчины

ОРТ Первый Канал

05:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:20 Т/с «Обнимая небо» (16+)
14:25 «Добрый день»
15:15 «Время покажет» (16+)
16:00 «Заговор диетологов» (12+)
17:00 «Жди меня»
18:45 «Человек и закон» (16+)
19:50 «Поле чудес»
21:00 «Время»
21:45 «Голос» (12+)
23:55 «Вечерний Ургант» (16+)
00:50 Д/ф «Дэвид Боуи» (16+)
02:00 Х/ф «Канкан»
04:30 «В наше время» (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

05:00 «Утро России»
05:07, 05:35, 06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45, 19:35 «Вести – Пермь»
08:55 «Мусульмане»
09:10, 03:10 «Жизнь в ритме марша. Сага о покрассах»
10:05 «О самом главном»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 «Вести»
11:50, 18:05 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
14:50 «Вести. Дежурная часть. Пермь»
15:00 Т/с «Сердце звезды» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:15 «Прямой эфир» (12+)
21:00 Х/ф «Крепкий брак»
23:00 «Артист»
02:05 «Горячая десятка» (12+)
04:05 «Комната смеха»

НТВ НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:10 «До суда» (16+)
09:05, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
11:30, 14:30, 17:30 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
11:55, 13:20 «Суд присяжных» (16+)
14:55 «Прокурорская проверка» (16+)
16:30 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)
18:00 «Говорим и показываем» (16+)
19:45 Т/с «Брат за брата» (16+)
22:30 «Брат за брата». Послесловие» (16+)
23:30 «Список Норкина» (16+)
00:20 Т/с «Глухарь. Возвращение» (16+)
02:20 «Авиаторы» (12+)
02:50 Т/с «Ржавчина» (16+)
04:45 Т/с «Супруги» (16+)

ТНТ ТНТ

07:00 Т/с «Юная лига справедливости» (12+)
07:30 М/с «Рыцари тенкай» (12+)
07:55 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
08:20 М/с «Озорные анимашки» (12+)
09:00, 23:00, 03:40 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
12:00 «Танцы» Шоу (16+)
13:30 Т/с «Универ» (16+)
19:30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
20:00 «Comedy woman» (16+)
21:00 «Комеди клуб в Юрмале» (16+)
22:00 «Comedy баттл. Суперсезон» (16+)
01:00 «Не спать!» (18+)
02:00 Х/ф «Рыцари королевства крутизны» (16+)
04:40 Т/с «Салон Вероники» (16+)
05:10 Т/с «Только правда» (16+)
06:05 Т/с «Джоуи-2» (16+)
06:30 Т/с «Саша + Маша» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «Новый день»
08:30, 12:30 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «Титаник». Секрет вечной жизни» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
13:00 «Званный ужин» (16+)
14:00 «Тотальная распродажа» (16+)
15:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее» (16+)
20:00 «Тайны мира» (16+)
21:00 «Странное дело» (16+)
22:00 «Секретные территории» (16+)
23:00 «Смотреть всем!» (16+)
23:30 «ТСН» (16+)
00:00 Х/ф «Опасный человек» (18+)
01:50 Х/ф «Эквилибрум» (16+)
03:50 Х/ф «Чёрный Орёл» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 «Лобби-холл» (16+)
10:20 Т/с «Заяц, жаренный по-берлински» (16+)
11:20 Мультфильмы (6+)
12:05 «Специальный репортаж» (16+)
12:15 «Дневной вестник» (16+)
12:55 «Эх, дороги!» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:50 «Вести. Сейчас»
18:10 «ProApt»
18:25, 22:35 «Вести. Культура»
18:40, 21:50 «Вести. Интервью»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:20, 21:20 «Пудра» (16+)
19:25 «В коридорах власти» (16+)
19:35 «Мы мирные люди...» (16+)
19:55, 20:55 Астрологический прогноз

20:00 «Музыкальная программа» (16+)
21:25 «Тайны здоровья» (16+)
21:40 «Вести. Погода»
21:45 «Стиль большого города»
22:00, 22:45 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:15 «Вести. Дежурная часть. Пермь»

СТС СТС

06:00 М/ф «Следы на асфальте», «Мойдодыр» (0+)
06:40 М/с «Миа и я» (6+)
07:00 М/с «Пингвинёнок Поро» (6+)
07:30 М/с «Клуб Винкс – школа волшебниц» (12+)
08:00, 13:30, 18:30 Т/с «Воронины» (16+)
10:30 Т/с «Восьмидесятые» (16+)
11:00, 16:00 Т/с «Семейный бизнес» (16+)
11:25 Х/ф «Форсаж-4» (16+)
14:00 Т/с «Кухня» (16+)
16:30, 19:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
23:50 Т/с «Студенты» (16+)
01:20 «Хочу верить» (16+)
02:50 Х/ф «Мантикора» (16+)
04:50 М/ф «Двенадцать месяцев» (0+)
05:50 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 05:30 «Жить вкусно» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40 «Мультфильмы» (0+)
09:10, 23:00 «Звёздная жизнь» (16+)
10:10 Х/ф «Семь жён одного холостяка» (16+)
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)
18:55, 00:00 «Одна за всех» (16+)
19:00 Х/ф «Дом-фантом в приданое» (16+)
00:30 Х/ф «Любовь одна» (16+)
02:25 «Мужская работа» (16+)

5 УИТВ-Пятый канал

06:00 «Приглашайте в гости Машу» (0+)
06:10, 19:55, 23:25 «Мы вместе» (12+)
06:15 «Партия добрых дел» (12+)
06:20, 15:50, 20:50, 00:00 «Специальный репортаж» (12+)
06:30, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
07:00 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30, 18:00 «Место происшествия»
10:00, 18:30 «Сейчас»
10:30, 12:30, 16:00 Х/ф «Освобождение» (12+)
12:00 «Пермское времечко» (12+)
19:30 «Акценты» (12+)
20:00 «Главная площадь» (12+)
20:35 «Здравый смысл» (12+)
21:05, 00:25 Т/с «След» (16+)
00:10 «Без посредников» (12+)
03:35 Т/с «Детективы» (16+)

ЦЕНТР ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:10 Х/ф «Игра без правил»
10:05 Д/ф «Зоя Фёдорова. Неоконченная трагедия» (16+)
11:10, 21:45 «Петровка, 38»
11:30, 14:30, 17:30, 22:00 «События»
11:50 Х/ф «Хроника гнусных времён» (12+)
13:35 «Простые сложности» (12+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:10 Х/ф «Знаменитые соблазнитель. Джейсон Стэтхэм» (12+)
15:55, 17:50 Т/с «Чисто английское убийство» (12+)
18:25 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (12+)
22:20 «Приют комедиантов» (12+)
00:15 Т/с «Мисс Фишер» (16+)
01:25 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать» (16+)

РОССИЯ КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроныус»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!»
10:00, 15:00, 19:00, 23:00 Новости культуры
10:20 Х/ф «Джамия»
11:50, 02:40 Д/ф «Ваттовое море. Зеркало небес»
12:05 Д/ф «Странник. Илес Татаев»
13:05 «Письма из провинции». «Меленки (Владимирская область)»
13:35 Х/ф «Залив счастья»
15:10 Д/ф «То падаешь, то летишь»
15:50 «Кто мы?»
16:15 «Царская ложа». «Мариинский театр»
17:00 Открытие «Золотого абонемена» БСО и Владимира Федосеева в золотом зале «Musikverein»
18:50 Д/ф «Фидий»
19:15 «Смехоностальгия». «Евгений Весник»
19:45, 01:55 «Искатели». «Печать хана Гирея»
20:30 Х/ф «Человек на своем месте»
22:05 «Линия жизни». «Леонид Десятников»
23:20 Х/ф «Мамарош»
01:15 «Российские звезды мирового джаза»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

07:10 Х/ф «Платон» (16+)
09:00 «Панорама дня. Live»
10:45 Т/с «Такси» (16+)
11:35, 02:20 «Эволюция» (16+)
13:45 «Большой футбол»
14:05 Х/ф «Погружение» (16+)
17:45, 02:00 «Большой спорт»
17:55 Хоккей. «Сибирь» – «Салават Юлаев»
20:15 Х/ф «Ключ саламандры» (16+)
22:20 Смешанные единоборства. Денис Гольцов – Бретт Роджерс

ОМЕГАНОЛ — СОСУДЫ СКАЖУТ СПАСИБО!

Можно ли после пятидесяти лет говорить о ясной памяти, крепком сердце, молодой внешности, общем тонусе? Можно, если человек внимательно относится к своей сосудистой системе. Безусловно, не существует магии, которая в миг превратит наши сосуды в новенькие, но все же есть способы, которые помогут сохранить их здоровыми на долгие годы!

Полезной, укрепляющей сосуды мерой является контрастный душ. Утренние три минуты станут замечательной тренировкой. Введите в свой рацион овощи и растительное масло. Так вы сохраните внутреннее состояние со-

судов в норме. Следите за весом – он провоцирует изменения в работе сосудов. И принимайте комплекс **ОМЕГАНОЛ** на основе полиненасыщенных жирных кислот.

ОМЕГАНОЛ: ЗАБОТИТСЯ О СОСТОЯНИИ СОСУДОВ

ОМЕГАНОЛ – результат трехлетнего труда ученых. В его состав входят полиненасыщенные жирные кислоты Омега-3, которые

помогают сохранить стенки сосудов свободными от образований. Омега-3 контролируют уровень холестерина в крови, благодаря чему сосуды остаются чистыми и эластичными. Мощнейшие антиоксиданты в составе **ОМЕГАНОЛА** – аллицин и красное пальмовое масло – полезны для кровотока, который, усиливаясь, выводит токсичные вещества, ежедневно образующиеся в организме. Также антиоксиданты «работают» над поддержанием нормального обмена веществ и состоянием иммунитета. Сочетание витаминов А и Е помогают сохранить стенки сосудов крепкими.



Спрашивайте в аптеках города!

Перед применением проконсультируйтесь со специалистом. Реклама. БАД.

ОМЕГАНОЛ: ЗДОРОВЫЕ СОСУДЫ СКВОЗЬ ГОДЫ!

Телефон «горячей линии»: 8-800-333-10-33

(звонок по России бесплатный, часы работы: пн.–пт. 08.00–20.00; сб., вс. – выходной) | www.riapanda.ru

Дополнительная информация: Планета здоровья 8 (342) 219-84-84; Аптека от склада 8 (342) 214-47-48; Таймер 8 (342) 214-47-48

МОЖНО ЛИ ПОСЛЕ ПЯТИДЕСЯТИ ЛЕТ ГОВОРИТЬ О ЯСНОЙ ПАМЯТИ, КРЕПКОМ СЕРДЦЕ, МОЛОДЖАВОЙ ВНЕШНОСТИ, ОБЩЕМ ТОНУСЕ? МОЖНО, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ВНИМАТЕЛЬНО ОТНОСИТСЯ К СВОЕЙ СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЕ. БЕЗУСЛОВНО, НЕ СУЩЕСТВУЕТ МАГИИ, КОТОРАЯ В МИГ ПРЕВРАТИТ НАШИ СОСУДЫ В НОВЕНЬКИЕ, НО ВСЕ ЖЕ ЕСТЬ СПОСОБЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ СОХРАНИТЬ ИХ ЗДОРОВЫМИ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ! ПОЛЕЗНОЙ, УКРЕПЛЯЮЩЕЙ СОСУДЫ МЕРОЙ ЯВЛЯЕТСЯ КОНТРАСТНЫЙ ДУШ. УТРЕННИЕ ТРИ МИНУТЫ СТАНУТ ЗАМЕЧАТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ. ВВЕДИТЕ В СВОЙ РАЦИОН ОВОЩИ И РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО. ТАК ВЫ СОХРАНИТЕ ВНУТРЕННЕЕ СОСТОЯНИЕ СО-