

10 мая, воскресенье

**1** ОРТ Первый Канал

**05:40, 06:10** Великая война  
**06:00, 10:00, 12:00, 15:00** Новости.  
**06:45** Военный фильм «Баллада о солдате». (12+)  
**08:25** «Кино в цвете». Музыкальная комедия «Небесный тихоход». (6+)  
**10:15, 12:15, 15:15, 18:15** Т/с «Диверсант. Конец войны». (16+)  
**18:00** Вечерние новости.  
**21:00** «Время».  
**21:30** Военный фильм «Перед рассветом». (12+)  
**23:15** Хоккей. Чемпионат мира. Сборная России — сборная Словакии.  
**01:25** Х/ф «Потомки». (16+)  
**03:30** Комедия «Портрет совершенства». (12+)  
**05:20** «Контрольная закупка».

**РОССИЯ 1** ГТРК «Пермь»

**05:40** Х/ф «Один из нас».  
**07:40** Х/ф «Горячий снег».  
**09:45, 14:20** Т/с «Людмила». (12+)  
**14:00, 20:00** «Вести».  
**16:55** «Один в один». (12+)  
**21:10** «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)  
**23:15** Большой праздничный концерт Дмитрия Хворостовского «Песни Великой Победы».  
**01:05** Х/ф «Командир счастливой «Шуки». (12+)  
**03:15** Х/ф «Штурм Берлина. В логове зверя». (12+)  
**04:25** «Комната смеха».

**НТВ**

**06:10, 01:00** Т/с «Хозяйка тайги-2. К морю». (16+)  
**08:00, 10:00, 13:00, 17:30, 19:00** «Сегодня».  
**08:15** Лотерея «Русское лото плюс».  
**08:50** «Их нравы».  
**09:25** «Едим дома!»  
**10:20** «Главная дорога». (16+)  
**11:00** «Чудо техники». (12+)  
**11:50** «Квартирный вопрос».

**13:20** «Вторая мировая. Великая Отечественная». «Неизвестный Гитлер. Личный доклад для Сталина». (16+)  
**14:30, 17:50** Т/с «Улицы разбитых фонарей». (16+)  
**15:20** СОГАЗ — чемпионат России по футболу 2014 г. / 2015 г. «Локомотив» — ЦСКА. Прямая трансляция.  
**19:25** Т/с «Лесник». (16+)  
**23:10** Х/ф «Ветер северный». (16+)  
**02:50** Т/с «Катя. Продолжение». (16+)  
**04:45** Т/с «Москва. Три вокзала». (16+)

**ТНТ**

**07:00** «ТНТ. MIX». (16+)  
**07:35** М/ф «Губка Боб Квадратные штаны. Девичник. Выставка домашних питомцев». (12+)  
**08:00** М/ф «Губка Боб Квадратные штаны и большая волна». (12+)  
**08:30** М/ф «Губка Боб Квадратные штаны. Полезные ископаемые. Хоровое пение». (12+)  
**09:00, 09:30** Т/с «Деффчонки». (16+)  
**10:00** «Дом-2. Lite». (16+)  
**11:00** «Сделано со вкусом». (16+)  
**12:00** «Перезагрузка». (16+)  
**13:00, 14:00, 15:30, 17:00, 18:30, 19:30, 20:00** «Битва экстрасенсов». (16+)  
**21:30** «Холостяк, 3 сезон». (16+)  
**23:00** «Дом-2. Город любви». (16+)  
**00:00** «Дом-2. После заката». (16+)  
**01:00** «Безумный Макс». (18+)  
**02:55, 03:45, 04:35** Т/с «Без следа-5». (16+)  
**05:25** «Женская лига: парни, деньги и любовь». (16+)  
**06:00** М/ф «Турбо-агент Дадли». (12+)  
**06:30** М/ф «Кунг-фу панда: удивительные легенды». (12+)

**РЕН ТВ / Рифей**

**05:00, 23:30** «Легенды Ретро FM». (16+)  
**09:10** Х/ф «Карлик Нос». (6+)  
**10:45** Х/ф «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)

**12:15** Х/ф «Три богатыря на дальних берегах». (6+)  
**13:30** Х/ф «Три богатыря: ход коном». (6+)  
**15:00** Х/ф «Как поймать перо Жарптицы». (0+)  
**16:20** Х/ф «Алеша Попович и тугарин Змей». (6+)  
**17:45** Х/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)  
**19:00** Х/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (6+)  
**20:30** Х/ф «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)  
**22:10** Х/ф «Иван Царевич и Серый Волк 2». (6+)

**РОССИЯ 24** РОССИЯ 24 / Vetta

**06:00, 12:15, 20:00** РИК «Россия-24».  
**08:00** Мультфильмы. (0+)  
**10:00** «Воскресная проповедь». (16+)  
**10:10** «Витрины». (16+)  
**10:30** «Тот самый вкус». (16+)  
**10:35** «Пудра». (16+)  
**10:40** «Легенды губернского города». (16+)  
**10:45** «Тайны здоровья». (16+)  
**10:55** «Музыкальная программа». (16+)  
**11:30** «Дополнительное время». (16+)  
**11:45** «Эх, дороги!» (16+)  
**11:50** «Высокий бизнес». (16+)  
**11:55** «Лобби-холл». (16+)  
**18:00** «Понохать пороху». Последствие к проекту  
**19:00** Телеверсия праздничного концерта в Перми, посвященного 70-й годовщине Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов.

**СТС**

**06:00** М/с «Чаплин». (6+)  
**07:35** М/с «Пингвинёнок Пороро». (0+)  
**07:55** М/с «Барашек Шон». (0+)  
**08:30** М/с «Приключения Тома и Джерри». (6+)  
**09:00** М/с «Драконы и всадники Олуха». (6+)  
**09:25** М/ф «Князь Владимир». (0+)  
**11:00** «Успеть за 24 часа». (16+)

**12:00** Эпизод «Реальная сказка». (12+)  
**14:00** Комедия «Пять невест». (16+)  
**16:00** «Ералаш».  
**16:30** Х/ф «Бой с тенью-3: последний раунд». (16+)  
**18:55** Х/ф «Чёрная молния». (0+)  
**20:55** Х/ф «План побега». (16+)  
**23:00** Х/ф «Неудержимый». (16+)  
**00:40** Х/ф «Тайна Рагнарока». (16+)  
**02:30** Х/ф «Человек-волк». (16+)  
**04:45** «Животный смех». (0+)  
**05:45** «Музыка на «СТС». (16+)

**ДОМАШНИЙ**

**06:30, 06:00** «Джейми: обед за 30 минут». (16+)  
**07:30** «Секреты и советы». (16+)  
**08:00** «Домашняя кухня». (16+)  
**09:00** Х/ф «Моя новая жизнь». (16+)  
**12:35** Х/ф «Возвращение в Эдем». (0+)  
**18:00** Т/с «Она написала убийство». (16+)  
**18:55, 23:35** «Одна за всех». (16+)  
**19:00** Х/ф «Будет светлым день». (12+)  
**22:35** Д/ф «Звёздная жизнь». (16+)  
**00:30** Х/ф «Тропинка вдоль реки». (12+)  
**02:25** Д/ф «Звёздные истории». (16+)

**5** УИТВ-Пятый канал

**09:00** М/ф «В синем море, в белой пене», «Сказка о царе Салтане». (0+)  
**10:00, 18:30** «Сейчас».  
**10:10** Т/с «След. Цена ошибки». (16+)  
**10:55** Т/с «След. Ошибка киллера». (16+)  
**11:40** Т/с «След. Горная болезнь». (16+)  
**12:20** Т/с «След. Свобода стоит риска». (16+)  
**13:10** Т/с «След. Вторая жертва». (16+)  
**13:55** Т/с «След. Другая сторона луны». (16+)  
**14:40** Т/с «След. Летучая мышь». (16+)  
**15:20** Т/с «След. Харинский треугольник». (16+)  
**16:10** Т/с «След. Язва». (16+)  
**16:55** Т/с «След. Баба Егэ». (16+)  
**17:40** Т/с «След. Сердцеед». (16+)  
**18:40, 19:40, 20:40, 21:45, 22:40, 23:45** Х/ф «Сын отца народов». (16+)  
**00:45, 02:20, 04:05, 05:40** Военный фильм «Битва за Москву». (12+)

**ЦЕНТР** ТВЦ

**06:35** Военный фильм «Парень из нашего города». (6+)  
**08:00** Военный фильм «Добровольцы». (12+)  
**09:55** Х/ф «Отряд Трубочева сражается». (12+)  
**11:30, 14:30** «События».  
**11:45** «Петровка, 38».  
**11:55** Комедия «Улица полна неожиданностей». (12+)  
**13:20, 14:45** Х/ф «Пираты XX века». (16+)  
**15:20** Х/ф «Не могу сказать «Прощай»». (12+)  
**17:05, 21:00** Ток-шоу «Право знать!» (16+)  
**17:25** Х/ф «Снег и пепел». (12+)  
**22:00** «Приют комедиантов». (12+)  
**23:55** Х/ф «Благословите женщину». (12+)  
**02:05** Военный фильм «Привет от «Катюши». (12+)

**РОССИЯ К** КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

**06:30** «Евроноьюс».  
**10:00** «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириковым».  
**10:35** Комедия «Через Париж». (12+)  
**11:55** «Легенды мирового кино. Жан Хабен».  
**12:25** «Россия, любовь моя!» «Саамы: люди восьми сезонов».  
**12:55** Х/ф «Долгая счастливая жизнь». (12+)  
**14:10** «Пешком...» «От Москвы до Берлина».  
**14:40** К 70-летию Великой Победы. Благотворительный концерт «Посвящение».  
**16:10** Д/ф «Последний поэт великой войны. Ион Деген». (12+)  
**16:50** «Романтика романа. Евгению Долматовскому посвящается...»  
**17:40** «Острова». (12+)  
**18:25** Стас Намин и группа «Цветы». Юбилейный концерт.  
**19:50** Юбилей Натальи Бондарчук. «Линия жизни».  
**20:40** Х/ф «Исполнение желаний». (12+)  
**22:15** Закрытие XIV Московского пасхального фестиваля

**00:00** Х/ф «Город зажигает огни». (12+)  
**01:30** М/ф «Ограбление по...-2».  
**01:55** «Искатели. Зодчий нестроеного храма».  
**02:40** Д/ф «Колония-дель-Сакраменто. Долгожданный мир на Рио-де-Ла-Плата». (12+)

**РОССИЯ 2** РОССИЯ СПОРТ

**08:30** «Панорама дня. Live».  
**10:30** Хоккей. Чемпионат мира. Сборная России — сборная Белоруссии.  
**12:40, 16:20** «Большой спорт».  
**13:00** Х/ф «След пираний». (16+)  
**16:45, 05:25** «Формула-1». Гран-при Испании.  
**19:10** Хоккей. Чемпионат мира.  
**21:35** «Большой футбол» с Владимиром Стогниенко.  
**22:20** «Диверсанты». «Ликвидатор».  
**23:05** «Диверсанты». «Полярный лис».  
**23:50** «Диверсанты». «Убить Гаулятера».  
**00:45** «Диверсанты». «Противостояние».  
**01:35** Хоккей. Чемпионат мира.  
**03:50** «Основной элемент». «Крутые стволы».  
**04:20** «Основной элемент». «Поисковики».  
**04:50** «Мастера». «Золотоискатель».  
**06:30** Хоккей. Чемпионат мира.

В челябинских ресторанах посетители вместо чаевых просто не доедают порцию.

— Как дела?  
 — Пока отлично. Я их ещё не делал.

anekdot.ru

# Дорогое здоровье

Около 20% россиян относятся к категории лиц с высоким риском смерти при скрытом течении болезни, 46% имеют хронические заболевания. Такие данные приводит Минздрав по итогам диспансеризации более 40 млн жителей нашей страны. Здоровье остаётся самым дорогим ресурсом человека, причём с учётом повышающихся цен на лекарства — дорогим не только в значении «важный».

Медицинская практика давно доказала, что предупредить болезнь значительно дешевле и эффективнее, чем её лечить. Оплата больничного листа не сопоставима с реальной зарплатой, к тому же захворавший человек вынужден тратить большие суммы на лекарства. Ежедневно около 3 млн россиян не выходят на работу по причине болезни, ещё 20–30 млн находятся в пред- или постболезненном состоянии. Это колоссальные убытки как для самих сотрудников, так и для их работодателей.

На I Международном конгрессе «Санаторно-курортное лечение», который прошёл в Москве 18–19 марта 2015 года, лучшие эксперты страны вместе с врачами говорили о необходимости шире применять методы лечения, которые позволяют повысить адаптационные возможности организма.

«Организм человека способен к саморегуляции и при создании определённых условий сам настраивается на предупреждение болезней или реабилитацию после них», — поясняет участник конгресса, директор санатория «Демидково» Елена Гринько.

К наиболее эффективным условиям для самонастройки организма врачи относят климатотерапию, природные факторы и индивидуально подобранные процедуры, которые не пересекаются с мощным медикаментозным вмешательством и применением лекарств. Подобные механизмы уже успешно внедрены в пермских санаториях и на курортах.

Как отметила на конгрессе заместитель министра здравоохранения и социального развития РФ Татьяна Яковлева, в скором времени медицинскую отрасль ждут активная разработка и внедрение научных исследований в области

курортологии, апробация современных моделей оказания санаторно-курортного лечения.

Согласно данным, приведённым на конгрессе, анализ эффективности санаторно-курортного лечения показывает, что гости здравниц в 1,5–2,5 раза быстрее возвращаются на работу после болезней, а длительность временной нетрудоспособности сокращается на 25–30%. После санаториев у людей от двух до шести раз уменьшается число обострений хронических заболеваний и в два–три раза — потребность в госпитализации.

При оздоровительных процедурах врачи рекомендуют применять только проверенные механизмы восстановления и реабилитации. Наибольшее распространение среди них получили йодобромные ванны, грязелечение, терренкуры, лечебные пляжи, арома- и акватерапия, пантовые ванны, квантовые технологии и фотокриотерапия.

Почти все эти современные методы восстановления ресурсов организма доступны жителям Пермского края, отмечают специалисты. Несмотря на то



• профилактика

что Прикамье часто ассоциируют с уральским климатом, на географической карте региона есть точки, где природные факторы играют важнейшую роль в оздоровлении.

В «Демидково» в оздоровительные программы включают пешие прогулки в сосновом бору, где влажный воздух Камского водохранилища обогащён фитонцидами вековых сосен; применение собственных источников минеральных вод и привезённых из Крыма целебных сакских грязей, в которых витаминов, антиоксидантов, аминокислот больше, чем в грязях Мёртвого моря, фиточаёв и других подарков природы, благотворно влияющих на здоровье человека.

Стоит отметить, что в 2014 году у каждого

12-го взрослого россиянина выявлены сердечно-сосудистые заболевания, у каждого 100-го — хронические бронхолёгочные заболевания, у каждого 200-го — сахарный диабет. Профилактические мероприятия актуальны и для жителей Пермского края. Согласно статистике в 2013 году на 100 тыс. пермяков приходилось более 192 тыс. случаев зарегистрированных болезней — это один из самых высоких показателей в Приволжском федеральном округе. Пермский край в расчёте на 100 тыс. человек остаётся одним из лидеров в ПФО по количеству болезней у детей и пенсионеров.

Специалисты пермских санаториев для эффективного оздоровления и реабилитации уже сей-

час используют исследования в медицинской климатологии, активно внедряют профилактику профессиональных заболеваний и климатотерапию.

«В Пермском крае для детей, будущих мам, людей уважаемого возраста и сотрудников промышленных предприятий мы разрабатываем программы, рассчитанные на оздоровление не усреднённых статистической людей, а конкретного человека, — говорит Елена Гринько. — В «Демидково» мы внедряем новую модель лечения. Вместо минимизации ущерба, нанесённого болезнью, повышаем сам ресурс здоровья, восстанавливаем утраченную функцию, стараясь убрать или предотвратить инвалидность и хронические заболевания».

ПЕРЕД ПОЛУЧЕНИЕМ УСЛУГ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА