

## Юрий Быков:

### «Метод» – это шок, это вызов зрителю. Но чтобы справиться со злом, надо понять его первопричину

На Первом канале выходит сериал «Метод». В каждой его серии странный, из ряда вон следователь-одиночка Родион Меглин раскрывает преступления, совершенные серийными убийцами. В чем заключается метод, позволяющий ему безошибочно вычислять маньяков, не знает никто... Режиссер фильма Юрий Быков до сих пор был известен зрителю и критикам как создатель авторского кино. И вот кульбит – из кинозала на телеэкран, да еще в прайм-тайм. Нание методы использовал режиссер для такого превращения, Юрий Быков рассказал «Труду».

АННА ЧЕПУРОВА

**Ю**рий, что вас побудило взяться за проект для Первого канала, ведь для артхаусного режиссера работа в студийном кино – это, по сути, переквалификация? – Мне необходим подобный опыт. Видите ли, чтобы быть и оставаться артхаусным режиссером в чистом виде, нужно иметь мецената или спонсора. Ведь авторское кино, как правило, дивидендов не приносит, это весьма неприбыльное дело, даже если твой фильм отмечают на фестивалях и посылают в Канны. А человек периферийный, мне некомфортно зависеть от кого-то, поэтому я абсолютно осмысленно веду параллельную ремесленную жизнь. Хотя, конечно, и здесь стараюсь не терять лица. В случае с «Методом» предложенный продюсером Александром Цекало материал мне сразу понравился. Сценарий Дмитрия Иванова и Олега Маловичко – рискованный, смело рассказанный. Я вообще-

то удивляюсь, что такую историю решили показывать на федеральном канале, да еще и в прайм-тайм.

– Вы говорили, что в «Метод» «неординарная планка дозволенности...». Можете прояснить, что имеете в виду?

– Да то, что этот сериал и с чисто драматургической, и с образовательной точки зрения – это шок, это настоящий вызов зрителю. И не только потому, что там вполне откровенно отражены такие стороны жизни, как насилие и секс. Сама драматургия фильма выстроена на изучении природы человека с патологиями, то есть маньяка. И на попытке исследовать, как и почему он дошел до жизни такой. Хотя в нашем обществе не принято задаваться подобными вопросами. Гораздо проще поделить все в мире на черное и белое, на хороших и плохих – и принять это как данность. Плохих надо наказывать, сажать, уничтожать. Но, убежден, такое упрощение на самом деле ведет в тупик. Мы прячем голову в песок. Чтобы справиться со злом, необходимо прежде всего понять его первопричину.

– «Метод» в «Википедии» называют ремейком американского сериала «Декстер». Так ли это на самом деле?

**ЗА ОСНОВУ  
ВЗЯТЫ  
реальные истории  
– например,  
из дела Сливко  
и липецкого  
душителя**



СТР. 2

### ВЗГЛЯД

Гузель АГИШЕВА

редактор  
отдела  
«Общество»



### Под знаком пи-пи

Отечественное Министерство здравоохранения наконец-то сделало шаг навстречу людям: разродилось постановлением №102, коим обязало магазины, станции техобслуживания и общепит разрешать отныне россиянам пользоваться служебными туалетами, если там отсутствует туалет общественный.

**Ч**то называется, лучше поздно, чем никогда. Хотя сильно усеченный список точек (общепит, магазин да станция техобслуживания) оставляет здравоохранителям простор для фантазии. А если человеку приспичило, скажем, в юридической консультации, в райотделе Пенсионного фонда или в муниципальном Центре государственных слуг? Лететь перепелкой до ближайшего центра техобслуживания?

Недавно была свидетелем подобной сцены: двое пожилых супругов, отсидевшие 3 часа в очереди к нотариусу, конфузливо выясняли у сотрудницы, куда же им можно сходить по нужде, хотя бы по малой. А та лишь участливо пожимала плечами: «Ну, не знаю. Может, в «Макдоналдс» или в какой-то торговый центр». – «Так очередь же пройдет», – заикнулась старушка. «А я что сделаю?» – отвечают ей уже с вы-

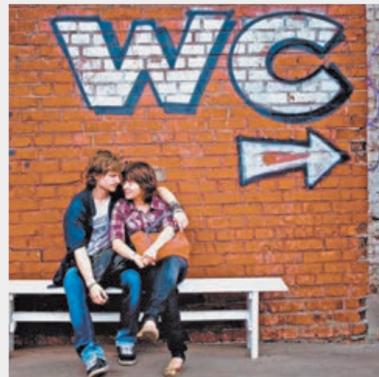


ФОТО АЛЕКСАНДР ВЕВЕРНИЧ/ИНТЕРПРЕСС/ТАСС

зовом в голосе. – Бойтесь потерять очередь – бегите в кусты!» После этих слов невозмутимая дама процокала на каблучках к туалету, достала ключ и, отперев дверь, скрылась в помещении, а притихшая очередь слушала, как она там сливает воду из бачка.

Стала думать: почему в других странах такой проблемы не существует? Почему там у всех без исключения наших геополитических «коллег» вас с милой готовностью и без малейшего намека на одолжение проведут в туалет, где бы то ни было? Регламентируется ли это постановлением местной власти или просто человеческим отношением друг к другу? А у нас, в наихристианнейшей с некоторых пор державе, нет и в помине такого? Когда-то мой друг, писатель и кинокритик Александр Липков даже написал целую книгу о цене сортирного вопроса в мировой культуре. Ясно же, что степень цивилизованности измеряется не только переходом к изготовлению железных орудий труда, изобретением бумаги или вот, как нынче, успехами в создании крылатых ракет «Калибр», но и достижениями в сортировании сортиров.

СТР. 2

### ВОПРОС НА ЗАСЫПКУ

## Армата поедет без мата?

Знаковая новость пришла на этой неделе из Минобороны России. Оказывается, готово обучающее пособие для военнослужащих, в котором будут разъяснены правила поведения людей в погонах в повседневной жизни. Книга уже практически готова и носит модное название: «Вежливые люди». И главной мишенью в ней стал великий и могучий русский... мат.

МАНСИМ БАШКЕЕВ

**П**оявление на свет учебного пособия по этике обязательного обращения общественного движения «Всероссийское родительское собрание» в адрес министра обороны Сергея Шойгу с просьбой искоренить мат в войсках. «Не подбает, чтобы военнослужащие, от генералов и адмиралов до рядовых и матросов, сквернословили и позорили честь мундира и русского воина», – говорится в обращении общественников.



ФОТО ФАКОТ/АГФ/ТАСС

Из ответа оборонного ведомства следует, что уже сейчас на занятиях по общественно-государственной подготовке и воспитательных мероприятиях со всеми категориями личного состава ведется разъяснительная работа о недопустимости употребления ненормативной лексики. Так и вижу бравого капитана, грозно рычащего на подчиненных: «Я вас, сукиных детей, отучу материться по матушке!» А теперь вот в свет выйдет пособие по этикету для военнослужащих.

Итак, издание «Вежливые люди. Этикет как система эффективного общения» под редакцией специалиста в области протокола Центра эффективных технологий Ивана Арцишевского – это образовательное пособие, адресованное военнослужащим и членам их семей, в котором в краткой и доступной форме изложены правила поведения человека в быту, в повседневной жизни, на культурных и общественных мероприятиях.

СТР. 2



## Препаратов с кальцием много, а «Горный кальций» один!

В отличие от других препаратов, «Горный кальций Д<sub>3</sub>» с мумие насыщает кости не только кальцием и витамином Д<sub>3</sub>, но и природными минералами, входящими в состав мумие. Мумие содержит более 30 микро- и макроэлементов, которые способствуют повышению прочности костей и выработке коллагена для придания костям упругости и эластичности, что снижает риск

возникновения травм. Недаром мумие издавна считали лучшим средством для укрепления костей. Именно сочетание мумие и кальция в 1 таблетке обеспечивает лучшее их усвоение, что способствует укреплению костей, волос, ногтей, зубов и более быстрому восстановлению костной ткани при травмах. «Горный кальций» Эвалар – чтобы кости стали крепче гор!

Качество Эвалар: гарантировано международным стандартом GMP.



Спрашивайте в аптеках!  
«Линия здоровья Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).  
БАД. Реплама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар»,  
ОПРН 1022200553760

Заказывайте на сайте **apteka.ru**  
с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.



Теперь в новой упаковке

Кроссворд, сканворд, загадки, конкурсы

игры: 8



## Под знаком пи-пи

Первопроходцами тут были индусы и пакистанцы — задумаемся! — еще 4 тысячи лет назад. А великий Лютер 450 лет назад сумел поднять сортирные технологии на принципиально новую высоту: построил немислимый по тем временам подогреваемый клозет. Он часами сидел в этом чудном помещении и именно там написал все 95 тезисов своего «Диспута о прояснении действительности индугендий», положившего начало реформации церкви.

Советская «сортирная докторина» была куда более спартанской. Помните, как идеологически весьма чуткая Коллонтай в фильме «Посол Советского Союза» парюрует в большевистском кураже вопрос буржуазного журналиста

«**Когда в одночасье «товарищи» поголовно превратились в «господ», появился анекдот от Юрия Никулина: «Господа, не писайте в подъездах!»**

об отсутствии в Москве общественных туалетов? «Каждый говорит о том, что его больше всего волнует!» Действительно, разве можно было в пору всеобщего революционного энтузиазма спрашивать о такой ерунде, не рискуя стать всеобщим посмешищем? Думать надлежало исключительно об электрификации всей страны и грядущих пятилетках.

В перестройку, ознаменовавшуюся разлукой в первую очередь именно в клозетах, когда в одночасье «товарищи» поголовно превратились в «господ», появился анекдот от Юрия Никулина: «Господа, не писайте в подъездах!» Воспитание ли у господ было такое или далеко им было бежать до единственного в ту пору «Макдоналдса», но «туалетная тема» слышалась из каждой подворотни. И вот прошло каких-то 30 лет, и мы благодаря нашему Минздраву начали — таки приобщаться к цивилизации: имеем теперь право, пусть пока лишь кое-где у нас порой.

Юрий Быков:

# «Метод» — это шок, это вызов зрителю. Но чтобы справиться со злом, надо понять его первопричину

То есть «Метод» — это такая страшная сказка. По выражению Александра Цекало, мы показываем «эффектных людей в эффективных обстоятельствах». Например, главный герой, которого играет Константин Хабенский, — это выдумка, у него нет реального прототипа. Нашей задачей было «напугать зрителя красиво» и дать яркую субъективную оценку событиям, о которых идет речь в фильме.

— Но все-таки в сериале зачастую пугают не только поступки героев, но и сама реальность, в которой они живут. В одном из эпизодов действие разворачивается на фоне домов с ужасающе ободранными стенами, одним своим видом способных ввести в состояние депрессии. И мне показалось, что это не декорация.

— Вы правы, эти здания я нашел в самом центре Нижнего Новгорода. Я вообще не понимаю, как можно снимать в декорациях кино по современности. Потому что фактура сама многое подсказывает, а реконструировать ее, на мой взгляд, большая ошибка. Хотя, конечно, технологически это проще.

— В «Метод» действие большей частью разворачивается в провинции — как, впрочем, и во всех ваших авторских фильмах. Почему вы не любите снимать кино в столице?

— Действительно, я считаю, что снимать фильмы о нашей российской жизни нужно не в Москве. Хотя бы потому, что на сегодняшний день она не является типичным российским городом. Жизнь здесь кардинально отличается от той, что идет в других городах нашей страны, даже самых крупных. И нельзя сказать, что Москва является отражением всей страны, потому что люди, которые стекаются сюда со всей России, тут унифицируются. А ведь в разных российских городах менталитеты друг от друга сильно отличаются. Россия, конечно же, гораздо более многогранна, чем Москва. И темы по-настоящему драматические, мне кажется, следуют искать именно на периферии.

## Голоса

● **КОНСТАНТИН ХАБЕНСКИЙ** исполнитель главной роли  
— Моим героем движет чутье, порой какое-то животное. А потом уже моральные, человеческие импульсы. Очень интересно и временами просто жутковато было пропускать через себя такой материал. История жесткая, кровавая, ни с чем подобным я раньше в своих ролях не сталкивался. В чем главный посыл этой картины? Мы сами порой не обращаем внимания на то, как внутри нас растет чудовище. И такая беспечность обращается потом чем-то действительно страшным.

● **ПАУЛИНА АНДРЕЕВА** исполнительница одной из главных ролей  
— В фильме не сглаживаются углы — и в этом отличие нашего сериала от других. Моя героиня меняется на протяжении 16-серийного фильма, это было очень интересно играть. К тому же для меня это первая творческая встреча с Хабенским. Как в сюжете герой шефствует над своей помощницей, так и Константин шефствовал надо мной в течение всех съемок, причем делал это деликатно. За что я очень благодарна и ему, и режиссеру Юрию Быкову, отнесившемуся ко мне неравнодушно все полгода, что мы снимали картину в Нижнем Новгороде.

— Хотя вы сами живете в Москве уже 14 лет и заработали здесь себе имя в кинематографе, тем не менее продолжаете называть себя периферийным человеком. Почему?  
— Я действительно остаюсь периферийным человеком — такова моя система координат и ценностей. Во взглядах на жизнь, на искусство, на



Юрий Быков и актеры Константин Хабенский с Евгением Мироновым на съемках фильма «Время первых».

человеческое поведение я достаточно консервативен, а Москва — я имею в виду Москву киношного круга — все-таки либеральна и фривольна. И поэтому у меня здесь обособленное существование, я не вовлечен в тусовочный процесс.

— По-моему, еще перед вашим прошлогодним фильмом «Дурак» вы в одном из интервью пообещали больше не делать картины с ощущением безысходности, безнадеги. Пока не получается?

— Никогда не говори «никогда»... В «Дураке» у меня этого не получилось. Поясно, что я тогда хотел сказать. Дело в том, что я вышел из возраста, когда принято быть максималистом, анархистом и идеалистом в одном флаконе и кричать во всю глотку, что весь мир — говно и не стоит дергаться в попытках его переустройства. Когда взрослеешь, понимаешь все отчетливее, что жизнь коротка и что не хочется жить быстро и умирать молодым. И весь этот рок-ролл отходит на второй план, и ты начинаешь оглядываться по сторонам в поисках тоненького лучика надежды... Так я теперь понимаю свою моральную и чисто человеческую ответственность перед аудиторией, с которой разговариваю. Не хочется только

пугать людей и ввергать их в ощущение абсолютной бессмысленности и опасности. Кажется, этот этап в моем творчестве уже проходит.

— То есть «Метод», несмотря на то что иногда его смотреть по-настоящему страшно, все-таки не оставляет чувства беспросветности?  
— Я на это надеюсь. Потому что ко всему это еще фильм о любви и о преодолении одиночества. На излете жизни уникальный специалист передает свой опыт молодой женщине и его существование обретает смысл. Одинокий отшельник становится кому-то нужен, кем-то понимаем и любим.

— Одинокого отшельника играет Константин Хабенский. Насколько я знаю, он был уже утвержден на роль, когда вас пригласили в проект. Как вам работало с этим актером?

## Штрихи к портрету

Юрий Быков родился в 1981 году в Новомичуринске Рязанской области. В 2005 году окончил актерский факультет ВГИКа. Играл небольшие роли в кино и телесериалах, а также в театрах. В 2009 году снял короткометражный фильм «Начальник», за который получил главный приз в конкурсе «Нинотавр».

— Могу сказать, что мне очень повезло с ним, потому что Константин — очень деликатный человек. Он прислушивался к моему мнению, своего не навязывал, а если хотел что-то подкорректировать, то делал это очень аккуратно. Если бы на его месте оказалась, скажем так, более проблемная звезда, то, думаю, мне пришлось бы тяжело, ведь в роли студийного режиссера я выступал впервые.

— Интересно, что Хабенский играет и одну из главных ролей в космической драме «Время первых», которую вы сейчас снимаете. Правда, начинал этот проект Сергей Бодров. Почему потом он ушел, а пригласили вас?

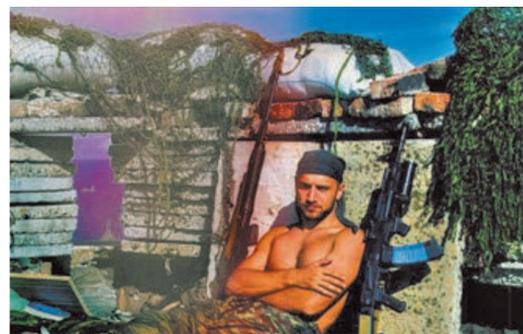
— В какой-то момент продюсеры решили, что картине нужна свежая кровь — человек, для которого съемки этого фильма станут, что называется, делом чести, доказательством, что он способен работать с такими крупными и высокобюджетными проектами. А Сергею Владимировичу уже никому и ничего доказывать не надо. Знаю, что он ушел с легким сердцем, наверняка у него есть какие-то свои планы.

— Расскажите что-то про «Время первых»?

— Пока еще слишком рано, премьера этого фильма должна состояться только через год. Скажу только, что задуманы много эффектных сцен в космосе и большая «предполетная» драматическая часть. Надеюсь, нам удастся выполнить все то, что было намечено.

Короткий метр». В фильмах «Нить», «Майор», «Дурак» Юрий Быков выступал как сценарист, режиссер и композитор, а в «Майоре» еще и как актер. Эти картины стали призерами на многих российских и международных фестивалях. Быков является лауреатом премий «Ника-2014» и «Ника-2015».

## Армата поедет без мата?



Книга состоит из нескольких разделов: хорошие и плохие манеры, имидж и внешний вид, приветствия, поведение в общественных местах, галантность, светские обязанности, обязательность, пунктуальность, телефонные разговоры, извинения... Из пособия можно будет узнать, как правильно здороваться, представляться, пользоваться столовыми приборами, вести себя с женщиной или в общественном транспорте. По словам автора издания Ивана Арцишевского, книга уже готова, получила положительный отзыв в Минобороны и готова к отпавке в типографию. Это радует автора и всех причастных к идее.

Правда, кое-кто до кое-где у нас порой норовит встретить у выходе в свет пособия по этике для людей в погонах с иронией. Ободряющие комментарии в поддержку начинания утонули в море шуток-прибауток от скептиков. Я же, как человек слышавший и до сей поры от дел обо-

ронного ведомства не совсем далекий, могу сказать осторожно: борьба со сквернословием — это далеко не самая первоочередная задача, которая стоит сегодня перед российскими военными. Более того, исходя из личного опыта могу сказать прямо: как поэт в России больше, чем поэт, так и мат в армии больше, чем просто сквернословие. Ведь часто качество приходящего в части пополнения таково, что добиться адекватных реакций от молодых людей можно только после сильнейшей эмоциональной накачки. К тому же далеко не все новобранцы в совершенстве владеют русским литературным языком, а вот с нецензурной лексикой (все вопросы к школе и семье!) знакомое подавляющее большинство.

То есть мат в армии имеет, на мой взгляд, право на существование. Другой вопрос, когда военнослужащие выносятся нецензурно брань из казарм и с плаца домой. Но это опять-таки больше проблема не Министерства обороны. В конце концов, не надо строить иллюзий: материться люди начинают не после поступления на военную службу, а гораздо раньше. Так что книжкой, даже самой правильной с научной точки зрения, мат от казармы не отпугнуть. Тщательнее надо бороться — с детского сада или даже чуть-чуть пораньше.

## Кстати

● После окончания Второй мировой войны американские историки обратили внимание на то, что исход внезапных бестолковых с противником напрямую зависит от скорости принятия решений и отдачи приказов командиром. Средняя длина слова в английском языке составляет 5,2 буквы, а в японском — 10,8. Соответственно, приказ американского офицера доходил до солдата вдвое быстрее, чем японского. Для чистоты эксперимента

историки вычислили среднюю длину слова в русском языке — 7,2 буквы. Однако эта информация им ничем не помогла, поскольку выяснилось, что в критических ситуациях русские военные литературным языком не пользуются, а переходят на ненормативную лексику, средняя длина слова в которой составляет 3,2 буквы. Так что, если следовать этой логике, с такой скоростью подачи команд Российской армия просто непобедима.

С 1 СЕНТЯБРЯ  
АКЦИЯ  
ПО 30 ОКТЯБРЯ

**СОЧИНИ СВОЁ ЛЕТО**  
Суперпризы — путевки в СОЧИ!

**ВБРР**  
Потребительские кредиты  
Рефинансирование  
Ипотека

С ДНЕМ НЕФТНИКА

Банк «ВБРР» (АО)  
Генеральная лицензия Банка России № 3287

8 (800) 555-01-65  
кредитно-сберегательный банк с РНФ. Бесплатный

**VBRR.RU**

Период проведения акции (принимая заявки) с 01.09.2015 по 30.10.2015. На период проведения акции процентные ставки по программам потребительского кредитования «Персональный», «Семейный», «Партнерский» и «Рефинансирование. Персональный», «Рефинансирование. Семейный», «Рефинансирование. Партнерский» снижаются (при наличии информации о снижении на специально изготовленной «сертификат» карты) на 1,0 процентный пункт от действующей тарифной на весь срок действия кредитного договора, по продуктам «Открытая ипотека — готовое жилье» — на 0,1 процентного пункта от действующей тарифной на первый год срока действия кредитного договора. Кредиты предоставляются в рублях РФ физическим лицам, подавшим заявку на получение кредита с 01.09.2015 по 30.10.2015 и заключившим с Банком не позднее 30.11.2015 заключившим с Банком «ВБРР» (АО) в рамках акции кредитный договор. Совместные применения условий акции и программы «Бонус» не допускаются. Полная стоимость кредита по акции составляет от 16,09% до 24,487% годовые в зависимости от вида кредитного продукта (ипотека, рефинансирование, потребительский кредит) и срока кредитования. При подаче заявки на кредит клиенту предоставляется возможность выбора специально подготовленной для акции «сертификат» карты, содержащей под защитным слоем информацию либо об уменьшении базисной ставки по кредиту, либо о получении подарка. Заявщик имеет право на получение только одного подарка или уменьшение базисной ставки по кредиту, независимо от количества заключенных с Банком «ВБРР» (АО) в период проведения акции кредитных договоров. Общее количество сертификатов ограничено и составляет 3 000 штук. В качестве подарка заявителю, заключившему с Банком «ВБРР» (АО) в рамках акции кредитный договор, получает «Набор путешествий» (включает: авиа, поездку для путешествий и безвиз; размер 18x11 см, материал: ПВХ, флуоресцентный). Общее количество подарков «Набор путешествий» ограничено и составляет 1 500 штук. Выдача подарков производится во всех офисах Банка «ВБРР» (АО) с 01.09.2015 по 30.11.2015. Банк «ВБРР» (АО) оставляет за собой право замены подарка в случае его полного расходования в офисе оформления кредитного договора. Заявщик, заключивший с Банком «ВБРР» (АО) в рамках акции кредитный договор, могут претендовать на получение суперприза — «Подарочный сертификат на предоставление путевки в Отель SEA GALAXY CONGRESS & SPA, в Сочи на сумму 100 000 рублей и денежную сумму в размере 11 692,31 рублей. По факту отбора участников акции за период ее проведения формируются списки, в котором они следуют в порядке очередности заключения кредитных договоров, по данным автоматизированной банковской системы Банка «ВБРР» (АО). Затем организатор акции осуществляет отбор победителей акции путем выбора из списка участников, чей порядковый номер в базисном списке кратен числу, определенному по следующей формуле: 10-Q/3, где Q — определенное число, Q — количество участников акции, заключивших с Банком в период ее проведения кредитный договор и изъявивших желание участия в ней. P — количество суперпризов, при этом N округляется до целого числа и минимуму стороны. Выдача призов осуществляется во всех офисах Банка «ВБРР» (АО) с 01.12.2015 по 30.12.2015. Количество суперпризов ограничено и составляет 3 штуки. Выплата денежного эквивалента стоимости подарка и суперприза, либо его части Банком не производится. Подробную информацию об организаторе акции, условиях ее проведения, призовом фонде, сроках, месте и порядке получения призов можно узнать на сайте www.vbrr.ru

Реклама



Народная артистка РСФСР Ирина Мирошниченко в программе «Мой герой» расскажет, почему считает свое рождение чудом и что ее огорчает в современных девушках

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Пенелопа Крус «Сахара», Ср, 20.00, РЕН ТВ

Валентин Гафт «Воры в законе», Вт, 10.30, 5-й канал

Лариса Гузеева «Жестоний романс», Сб, 12.10, «Первый»

Майкл Дуглас «Stamperцы», Сб, 23.35, НТВ

ДО И ПОСЛЕ ЭФИРА

Еще одна жертва семейки

Противоречивые сведения поступают о состоянии 35-летнего Ламара Одома, экс-звезды НБА и мюна, танце с приставной «анкс»...

которые бунвально озверели от этого звездного семейства, легко в таной вариант событий поварили.



Гоцман возвращается?

Хорошая новость для многочисленных поклонников сериала «Линвидация»: возможно, у него будет продолжение.



этом сообщил глава кинокомпании «Марс Медиа» Рубен Дишдишян. Идея второго сезона давно витала в воздухе...

ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Неловкая «Сцена»

Наверное, конкуренцию между Первым каналом и «Россией 1» и так называемое контрпрограммирование...

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

Что характерно, в этой борьбе за аудиторию «Россия» в большинстве случаев, увы, уступала. Но каждый раз снова рвалась в бой...

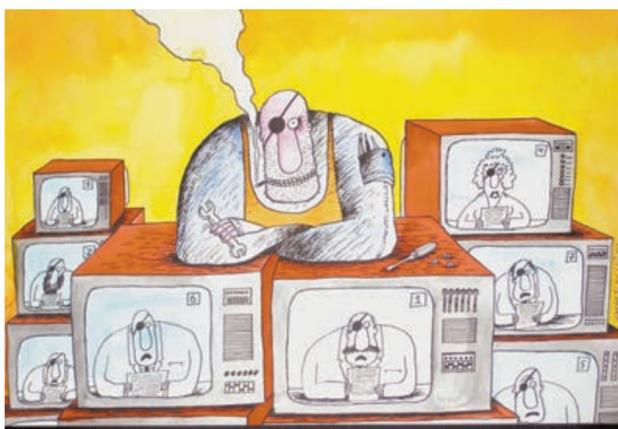


ИЛЛЮСТРАЦИЯ ВЕЩЕБЛАГ/ЛИТЕВ/CARTOONBANK.RU

дти и сегодня, а на месте «русского» конкурента пошли сериалы. Но, конечно, главная схватка в этом сезоне...

таким образом конкурентов, которых не раз упрекали в том, что в нашей версии иностранной франшизы большинство участников предпочитает английский.

пула неловко. Сочиненные сценаристами шутки в его устах не искрили, между ним и его коллегой не было живого человеческого контакта...

19 октября ПОНЕДЕЛЬНИК

ТВ-программа for ПЕРВЫЙ channel.

ТВ-программа for РОССИЯ 1 channel.

ТВ-программа for НТВ channel.

ТВ-программа for ТВ-ЦЕНТР channel.

ТВ-программа for 5-Й КАНАЛ channel.

ТВ-программа for СТС channel.

ТВ-программа for ТНТ channel.

ТВ-программа for РЕН ТВ channel.

ТВ-программа for МОСКВА 24 channel.

ТВ-программа for ДОМАШНИЙ channel.

ТВ-программа for ЗВЕЗДА channel.

ТВ-программа for РОССИЯ 2 channel.

ТВ-программа for ТВ-3 channel.

ТВ-программа for РОССИЯ К channel.

20 ОКТЯБРЯ ВТОРНИК

ПЕРВЫЙ

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 Контрольная закупка
09.50 «Жить здорово!». 12+
10.55 Модный приговор
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 СЕРИАЛ «ПАУК». 16+
14.25 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.45 «Давай познакомимся!». 16+
19.50 «Пусть говорят». 16+
21.00 «Вести»
21.35 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ПАУК». 16+
23.40 «Вечерний Ургант». 16+
00.15 Ночные новости
00.30 «Структура микрита». 16+
01.35, 03.05 «С ДВУМЯ ДО ПЯТИ». Комедия (США). 16+
03.00 Новости
03.45 СЕРИАЛ «ВЕГАС». 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.15 Утро России
09.55 «О самом главном»
11.00 Вести
11.35 Местное время. Вести-Москва
11.55 СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». 12+
14.00 Вести
14.30 Местное время. Вести-Москва
14.50 Вести. Денатурная часть
15.00 СЕРИАЛ «СКЛИФОВСКИЙ». 12+
17.00 Вести
17.30 Местное время. Вести-Москва
17.50 Вести
18.15 «Прямой эфир». 12+
19.35 Местное время. Вести-Москва
20.00 Вести
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ГОД ТОСНАНЬ». 12+
22.55 Вести. doc. 16+
00.35 СЕРИАЛ Ночная смена. «Русский ум и тайны мироздания». 12+
01.20 ПРЕМЬЕРА Ночная смена. «За гранью. Синтетическая жизнь». 12+
02.05 СЕРИАЛ «ЧЕЛОВЕК-ПРИМАНА». 12+
03.55 Комната смеха

НТВ

05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ». 16+
06.00 «НТВ Утро»
07.10 СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». 16+
08.00 Сегодня
08.05 СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». 16+
09.00 «Утро с Юлией Высоцкой». 12+
10.00 Сегодня
10.20 «Лопита». 16+
11.15 СЕРИАЛ «ЛЕСНИК». 16+
13.00 Сегодня
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 СЕРИАЛ «ЛИТЕЙНЫЙ». 16+
16.00 Сегодня
16.20 СЕРИАЛ «ЛИТЕЙНЫЙ». 16+
18.00 «Говорим и показываем». Тон-шоу с Леонидом Занюханским. 16+
19.00 Сегодня
19.40 СЕРИАЛ «ДЕЛЬТА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». 16+
21.30 Футбол. Лига чемпионов УЕФА. «Зенит» (Россия) – «Лион» (Франция). Прямая трансляция
23.40 «Анатомия дня»
00.05 СЕРИАЛ «ДЕЛЬТА». 16+
02.00 «Виртуальный вопрос». О+

ТВ-ЦЕНТР

06.00 «Настроение»
08.10 «В ДОБРЫЙ ЧАС». Комедия
10.05 «Олег Анфранив. Первый на вторых ролях». Док. фильм. 16+
10.55 «Доктор И...». 16+
11.30, 14.30, 17.30, 22.00 События
11.50 «ОПАСНАЯ КОМБИНАЦИЯ». Детектив. 16+
13.40 «Мой герой». Тон-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.50 Без обмана. Фильм 1-й. 16+
15.40 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ЖЕНЩИНА-КОНСТЕЛЬ». 16+
18.00 «Право голоса». 16+
19.30 Город новостей
19.45 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». 12+
21.45 «Петровка, 38». 16+
22.35 «Осторожно, мошенники!». 16+
23.10 «Формула успеха». Док. фильм
00.00 События. 25-й час
00.30 «Право знать!». Тон-шоу. 16+
02.00 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». Приключенческий фильм. 16+
03.35 «Ничита Михалков. Территория любви». Док. фильм. 12+
04.15 «БЕЗ ВЕСТИ ПРОПАШЬИ». Героическая киноповесть

5-Й КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 «Сейчас»
06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на «5». 6+
09.30 «Место происшествия»
10.30, 12.30 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». Криминальная драма. 16+
13.25 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». Криминальный боевик. 16+
16.00 «Открытая студия»
16.50 СЕРИАЛ «ОСА». 16+
19.00 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ». 16+
20.25 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+
00.00 «СТАРЫЕ КЛЮЧИ». Комедия. 12+
02.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». Криминальная драма. 16+
04.15 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». Криминальный боевик. 16+

СТС

06.00 «Том и Днерри. Детские годы». О+
06.30 «Смешарика». О+
07.00 ПРЕМЬЕРА «Нолбанга. Только для ползателей интернета!». 6+
07.15 «Янгри пердзэ – сердитые птички». 12+
07.30 «Глуб Вичис – школа волшебниц». 12+
08.00 «Смешарика». О+
08.05 СЕРИАЛ «ЗАЧАРОВАННЫЕ». 16+
09.00, 00.00 «Давешь молодень!». 16+
09.30 СЕРИАЛ «МАРГОША». 16+
10.30, 22.00 СЕРИАЛ «ЛОНДОНГРАД. ЗНАЙ НАШИХ!». 16+
11.30, 21.00 СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». 16+
12.00, 14.00 СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ». 16+
13.30 «Бралаш». О+
16.00, 20.00 СЕРИАЛ «НУХНЯ». 16+
17.00, 23.00 Шоу «Уральских пельменей»: «Люди в белых зарплатах». Часть I, часть II. 16+
18.00, 18.30 «Уральские пельмени»: «О полиции»; «Собрание сказок». 16+
19.00 СЕРИАЛ «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». 16+
01.00 СЕРИАЛ ЗАКОН И ПОРЯДОК. СПЕЦИАЛЬНЫЙ КОРПУС». 16+
01.50 «6 кадров». 16+
С 02.00 – профилактика

ТНТ

07.00, 07.30, 07.55, 08.25 Мультсериалы. 12+
08.00 «Дом-2. Лтв». 16+
10.30 «Битва экстрасенсов». 16+
11.30 «НАК ОТДЕЛАСЯ ОТ ПАТРИЯ ЗА 10 ДНЕЙ». Комедия (Германия-США). 12+
13.25 СЕРИАЛ «УНИВЕР». 16+
14.30 СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». 16+
21.00 «А ВОТ И ПОЛЛИ». Комедия (США). 12+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
00.00 «Дом-2. После заката». 16+
01.00 СЕРИАЛ «СТРЕЛА-3». 16+

РЕН ТВ

05.00 «Территория заблуденный» с Игорем Прокопенко. 16+
06.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
07.00 ПРЕМЬЕРА «С Бодрым утром!». 16+
08.30, 12.30 «Новости». 16+
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+
11.00 «Документальный проект»: «Рейнхардация. Путешествие души». 16+
12.00, 15.55, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
13.00 Звонки унин. 16+
14.00 «ГЕРАНЬ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». Боевик (США-Болгария). 16+
16.30, 19.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны мира с Анной Чапман»: «Нанда». 16+
18.00 ПРЕМЬЕРА «Самые шокирующие гипотезы». 16+
20.00 «10 000 ЛЕТ ДО Н.Э.». Боевик (США). 16+
22.00 ПРЕМЬЕРА «Знай наших!». 16+
23.00 «Новости». 16+
23.25 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СЫНЫ АНАРХИИ». 16+
03.00 «Странное дело». 16+
04.00 «ЭТА ВЕСЕЛАЯ ПЛАНЕТА». Фантастическая комедия. О+

МОСКВА 24

06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости
06.15, 06.45, 07.15, 07.45, 08.15, 08.45, 09.15, 09.45 Утро
10.15, 13.15, 17.35, 22.45, 02.15, 05.15 Специальный репортаж. 12+
10.45, 13.45, 21.45, 00.15, 05.45 Московский патруль. 12+
11.15, 14.15, 17.15, 23.45, 03.15 Афиша. 6+
11.45, 14.45, 19.45, 01.15, 04.15 Простые решения. 6+
12.30 Рулевые игры. 6+
12.45 Понаехали. 6+
15.30, 00.30 Строительство в деталях. 6+
16.15, 17.45 Интервью. 6+
16.30 Эволюция Москвы. 6+
18.30 Москва в деталях. 6+
19.00, 20.15 Москва сегодня
20.30, 01.30, 04.30 В теме
21.00, 22.00, 23.00 Вечер с...
02.30 Безопасность. 6+
03.30 Без церемоний. 6+

ДОМАШНИЙ

06.30 СЕРИАЛ «АЛЬФА». О+
07.30 «Одна за всех». 16+
07.50 «По делам несовершеннолетних». 16+
09.50 «Давай разведемся!». 16+
10.50 «Почтай. Простить». 16+
12.00 «Эффект Матроны». Док. сериал. 12+
13.00 «Сдается! Ремонт». 16+
14.00 СЕРИАЛ «ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ». 16+
15.50 СЕРИАЛ «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». 16+
17.50 «Одна за всех». 16+
18.05 СЕРИАЛ «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». 12+
19.00 СЕРИАЛ «БРАМ ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». 16+
21.00 СЕРИАЛ «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». 16+
23.00 «Рублево – Бирюлево». 16+
00.00 «Одна за всех». 16+
00.30 «ОСЕННЯЯ МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». Мелодрама (Россия-Украина). 12+
С 01.45 – профилактика

ЗВЕЗДА

06.00 «ЧУНАЯ». Мелодрама. 6+
07.40, 09.15 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». Военная драма. 12+
09.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня
10.00, 14.00 Военные новости
10.05 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». Военная драма. 12+
11.55 «Процесс». Тон-шоу. 12+
13.25, 14.05 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ИЗЮБЯ». 5–8-я серии. 16+
18.30 «Холодная война». Док. сериал. 2-я серия. 6+
19.15 «СЛЕДИТЕМ УСТАНОВЛЕННО». Детектив. 6+
21.15 «ЧУНКЕ ЗДЕСЬ НЕ ХОДЯТ». Детектив. 6+
23.20 «Легенды советского сыска». Док. сериал. 16+
01.00 «Военная приемка». 6+
С 02.00 – профилактика

РОССИЯ 2

05.45 СЕРИАЛ «ДРУЖИНА». 16+
07.20 «Эволюция». 16+
08.55 Большой спорт
09.20 «Приключения тела»
10.20 СЕРИАЛ «ДВЕ ЛЕГЕНДЫ». 16+
12.05 СЕРИАЛ «ПРАВИЛА ОХОТЫ». 16+
15.30 «Последняя миссия («Хотина»)»
16.25 «Мастера». Военный доподз
16.55 Хончей. НХЛ. «Салават Юлаев» (Уфа) – «Ак Барс» (Назаян). Прямая трансляция
19.15 Большой спорт
19.30 Теннис. Кубок Кремля. Прямая трансляция
21.10 «Россия без террора. Дагестан. Война и мир». 16+
22.05 СЕРИАЛ «ДВЕ ЛЕГЕНДЫ». 16+
23.50 «Эволюция»
01.25 «Рейтинг Баженова». Война миров. 16+

ТВ-3

06.00 «Мультфильмы» СМФ. О+
09.00 «Слепа». Док. сериал. 12+
10.30 «Г адальна». Док. фильм. 12+
11.30 «Городские легенды. Москва. Площадь трех вокзалов». Док. фильм. 12+
12.30 «Охотники за привидениями». Док. фильм. 16+
13.30 «Х-версии. Другие новости». 12+
14.00 СЕРИАЛ «ЧТЕЦ». 12+
15.00 «Мистические истории». 16+
16.00 «Г адальна». Док. фильм. 12+
17.00 «Слепа». Док. сериал. 12+
18.00 «Х-версии. Другие новости». 12+
18.30 СЕРИАЛ «ПЯТАЯ СТРАНА». 16+
19.30 СЕРИАЛ «НАСЛЬ». 12+
21.15 СЕРИАЛ «НОСТИ». 12+
23.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ». Боевик (США). 16+
01.00 «Х-версии. Другие новости». 12+
01.30 «НОЛЬ ШАРЛОТТЫ». Криминальная драма. О+
03.00 СЕРИАЛ «В ПОЛЕ ЗРЕНИЯ». 16+

РОССИЯ К

06.30 «Евроноьюс»
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.15, 22.00 СЕРИАЛ «САГА О БОРСАЙТАХ»
12.15 «Вологодские мотивы»
12.25 «Эрмитан»
12.50 «Правила жизни»
13.20, 23.50 «НЕ САМЫЙ УДАЧНЫЙ ДЕНЬ». Немецкий фильм
14.50 «Тихо Браге»
15.10 «Г ергой Семенов. Знак вечности»
15.50 «Нинесон!» с П. Шепотинином. Кинофестиваль в Сан-Себастьяне
16.30 «Сати. Нескучная классика...»
17.10 «Г радияна» в стране большевиков. Александр Хохлов»
17.50 Мастера фортепианного искусства. Элисо Вирсаладзе
18.50 «Буни»
19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
19.45 Главная роль
20.05 Искусственный отбор
20.45 «Правила жизни» (США). 16+
21.15 «Игра в бисер»
23.00 «Исторические путешествия Ивана Толстого». «Ничги с ключом. Двойник/Мартына»
23.45 Худсовет
01.20 А. Ханатурян. Концерт для фортепиано с оркестром. Салист Т. Алиханов. Дирижер С. Сибатян



«Соленое и острое»
Документальный фильм из цикла «Без обмана»
Миллионы россиян каждый день поглощают маринованные огурцы и квашеную капусту, корейские салаты и оливки из банок, всевозможные лечо и закатки фабричного и домашнего производства. Как правильно выбирать соленья, чтобы не обмануться в ожиданиях? Для чего на самом деле нужен уксус в маринадах?



Денис Мацуев
Из цикла «Мастера фортепианного искусства»
Сольный концерт Дениса Мацуева в рамках фестиваля в Вервье. 2012 год. В программе: Сергей Рахманинов. Соната №2, Этюды-картины соч. 39, Прелюдии соч. 23 и 32; Родион Шедрин «Юмореска»; Россини – Гинзбург. Фантазия на тему наватины Фигаро из оперы «Севильский цирюльник».

21 ОКТЯБРЯ СРЕДА

ПЕРВЫЙ

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 Контрольная закупка
09.50 «Жить здорово!». 12+
10.55 Модный приговор
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 СЕРИАЛ «ПАУК». 16+
14.25 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.45 «Давай познакомимся!». 16+
19.50 «Пусть говорят». 16+
21.00 «Вести»
21.35 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ПАУК». 16+
23.40 «Вечерний Ургант». 16+
00.15 Ночные новости
00.30 «Лопитана». 16+
01.35, 03.05 «МОЙ НУСОН ПИРОГА». Немецкий фильм (Франция). 16+
03.00 Новости
03.40 СЕРИАЛ «ВЕГАС». 16+
04.30 Контрольная закупка

РОССИЯ 1

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.15 Утро России
09.55 «О самом главном»
11.00 Вести
11.35 Местное время. Вести-Москва
11.55 СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». 12+
14.00 Вести
14.30 Местное время. Вести-Москва
14.50 Вести. Денатурная часть
15.00 СЕРИАЛ «СКЛИФОВСКИЙ». 12+
17.00 Вести
17.30 Местное время. Вести-Москва
17.50 Вести
18.15 «Прямой эфир». 12+
19.35 Местное время. Вести-Москва
20.00 Вести
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ГОД ТОСНАНЬ». 12+
22.55 ПРЕМЬЕРА «Ничита Михалков». 12+
00.15 «Родня». Комедийная драма. 12+
02.15 СЕРИАЛ «ЧЕЛОВЕК-ПРИМАНА». 12+
04.10 Комната смеха

НТВ

С 05.00 до 10.00 – профилактика
10.00 Сегодня
10.20 «Лопита». 16+
11.15 СЕРИАЛ «ЛЕСНИК». 16+
13.00 Сегодня
14.00 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 СЕРИАЛ «ЛИТЕЙНЫЙ». 16+
16.00 Сегодня
16.20 СЕРИАЛ «ЛИТЕЙНЫЙ». 16+
18.00 «Говорим и показываем». Тон-шоу с Леонидом Занюханским. 16+
19.00 Сегодня
19.40 СЕРИАЛ «ДЕЛЬТА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». 16+
21.30 Футбол. Лига чемпионов УЕФА. ЦСКА (Россия) – «Манчестер Юнайтед» (Англия). Прямая трансляция
23.40 «Анатомия дня»
00.05 СЕРИАЛ «ДЕЛЬТА». 16+
02.05 «Лига чемпионов УЕФА. Обзор»
02.35 «Главная дорога». 16+
03.15 СЕРИАЛ «ПРЕСТУПЛЕНИЕ БУДЕТ РАСКРЫТО». 16+

ТВ-ЦЕНТР

05.30 «Год золотой рыбки». Мелодрама (Россия-Украина)
07.15 «ВСЕ БУДЕТ ХОРОШО!». Мелодрама. 12+
09.00 «Половинки невозможного». Детективная мелодрама. 12+
12.00 «ГРЕХИ НАШИ». Мелодрама. 16+
13.45 «Мой герой». Тон-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30, 17.30, 22.00 События
14.50 «Формула успеха». Док. фильм
15.40 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ЖЕНЩИНА-КОНСТЕЛЬ». 16+
18.00 «Право голоса». 16+
19.30 Город новостей
19.45 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». 12+
21.45 «Петровка, 38». 16+
22.30 «Линия защиты». 16+
23.05 «Хроники московского быта. Внебрачные дети». 12+
00.00 События. 25-й час
00.25 «Скорый вопрос». 12+
01.10 «ПРИПЕТИ ВДРУГ ВОЛШЕБНИК!». Мелодрама
03.05 СЕРИАЛ «РАСПЕДОДАНИЯ МЕРДОКА». 12+
05.00 «Как это работает в дикой природе». Док. сериал (Великобритания). 1-я серия. 12+

5-Й КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 «Сейчас»
06.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на «5». 6+
09.30 «Место происшествия»
10.30, 12.30 «ГОРЧАЯ ТОЧКА». Приключенческий боевик. 16+
12.30 «КРУТОЙ!». Боевик. 16+
14.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». Комедия. 16+
16.00 «Открытая студия»
16.50 СЕРИАЛ «ОСА». 16+
19.00 СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ». 16+
20.25 СЕРИАЛ «СЛЕД». 16+
00.00 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». Историческая драма (Россия-Франция-Италия-Чехия). 16+
03.30 «ГОРЧАЯ ТОЧКА». Приключенческий боевик. 16+
04.55 «Право на защиту. Вторая семья». 16+

СТС

06.00 «Том и Днерри». О+
08.20 «Смешарика». О+
09.00, 00.00 «Давешь молодень!». 16+
09.30 СЕРИАЛ «МАРГОША». 16+
10.30, 22.00 СЕРИАЛ «ЛОНДОНГРАД. ЗНАЙ НАШИХ!». 16+
11.30, 21.00 СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». 16+
12.00, 13.30 СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ». 16+
12.30 Шоу «Уральских пельменей». «Люди в белых зарплатах». Часть II. 16+
16.00, 20.00 СЕРИАЛ «НУХНЯ». 16+
17.00 Шоу «Уральских пельменей». «Забудь – Невоспешнее». Часть I. 16+
18.00 «Уральские пельмени». «Собрание сказок». 16+
18.30 «Уральские пельмени». «Детское». 16+
19.00 СЕРИАЛ «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». 16+
23.00 «Диче игры». 16+
00.30, 03.25 «Большая разница». 12+
02.30 СЕРИАЛ ЗАКОН И ПОРЯДОК. СПЕЦИАЛЬНЫЙ КОРПУС». 16+
04.35 «6 кадров». 16+
05.35 Музыка на СТС. 16+

ТНТ

С 07.00 до 14.00 – профилактика
14.00 СЕРИАЛ «УНИВЕР». 16+
14.30 СЕРИАЛ «ДЕФОЧНИК». 16+
20.00 СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». 16+
21.00 «ЗОЛОТО ДУРАКОВ». Комедия (США). 16+
23.15 «Дом-2. Город любви». 16+
00.15 «Дом-2. После заката». 16+
01.15 СЕРИАЛ «СТРЕЛА-3». 16+
03.05 «УБИЙСТВО В БЕЛОМ ДОМЕ». Триллер (США). 18+
05.15 «Холощан». Пост-шоу. «Что хотят мужчины». 16+
06.15 СЕРИАЛ «ПРИГОРОД». 16+

РЕН ТВ

05.00 «ЭТА ВЕСЕЛАЯ ПЛАНЕТА». Фантастическая комедия. О+
06.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
07.00 «Смотреть всем!». 16+
08.30 Документальный проект. «Хотят ли русские войны». 16+
10.00 «Территория заблуденный» с Игорем Прокопенко. 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30, 16.30 «Новости». 16+
14.00 Звонки унин. 16+
14.00 «10 000 ЛЕТ ДО Н.Э.». Боевик (США). 16+
17.00 «Тайны мира с Анной Чапман»: «Носмос. Битва за власть». 16+
18.00 ПРЕМЬЕРА «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30, 23.00 «Новости». 16+
20.00 «САХАРА». Боевик (США). 16+
22.20 ПРЕМЬЕРА «М и Н». 16+
23.25 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «СЫНЫ АНАРХИИ». 16+
03.00 «Странное дело». 16+
04.00 «Территория заблуденный» с Игорем Прокопенко. 16+

МОСКВА 24

06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.15, 20.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30 Новости
06.15, 06.45, 07.15, 07.45, 08.15, 08.45, 09.15, 09.45 Утро
10.15, 13.15, 17.45, 22.45, 02.15, 05.15 Специальный репортаж. 12+
10.45, 13.45, 21.45, 00.15, 05.45 Московский патруль. 12+
11.15, 14.15, 17.15, 23.45, 03.15 Афиша. 6+
11.45, 14.45, 19.45, 01.15, 04.15 Простые решения. 6+
12.30 Сделано в Москве. 12+
15.30, 16.30, 00.30 Эволюция Москвы. 6+
16.15 Интервью. 6+
18.30 Москва в деталях. 6+
19.00, 20.15 Москва сегодня
20.30, 01.30, 04.30 В теме
21.00, 22.00, 23.00 Вечер с...
02.30 До звезды. 16+
03.30 Страсти большого города. 18+

ДОМАШНИЙ

06.30 СЕРИАЛ «АЛЬФА». О+
07.30 «Одна за всех». 16+
08.00 «По делам несовершеннолетних». 16+
10.00 «Давай разведемся!». 16+
10.50 «Почтай. Простить». 16+
12.00 «Эффект Матроны». Док. сериал. 12+
13.00 «Сдается! Ремонт». 16+
14.00 СЕРИАЛ «ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ». 16+
15.50 СЕРИАЛ «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». 16+
17.50 «Одна за всех». 16+
18.05 СЕРИАЛ «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». 12+
19.00 СЕРИАЛ «БРАМ ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». 16+
21.00 СЕРИАЛ «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». 16+
23.00 «Рублево – Бирюлево». 16+
00.00 «Одна за всех». 16+
00.30 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВНИМАТЬ ПЛАУН». Мелодрама. О+
02.00 СЕРИАЛ «СДЕЛКА». 16+
04.45 «Звездные истории». Док. фильм. 16+
05.45 «Тайны еды». 16+
06.00 «Домашняя кухня». 16+

ЗВЕЗДА

С 06.00 до 14.00 – профилактика
14.00 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ИЗЮБЯ». 9–12-я серии. 16+
18.00, 23.00 Новости дня
18.30 «Холодная война». Док. сериал. 3-я серия. 6+
19.15 «ИНСПЕКТОР ГАИ». Драма. 12+
20.55 «НОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБИНОВА». Военный фильм. 12+
23.20 «Легенды советского сыска». Док. сериал. 16+
01.00 СЕРИАЛ «ОХОТА НА ИЗЮБЯ». 5–8-я серии. 16+
05.15 «Слабость силы». «Маннергейм и Шувалова». Док. сериал. 12+

РОССИЯ 2

Канал начинает вещание с 10.00
10.00 «Эволюция»
12.00 СЕРИАЛ «ПРАВИЛА ОХОТЫ. ОТПУШНИК». 16+
15.30 Профессиональный бокс. Сергей Хомичев против Альфонсо Бланко
16.25 Хончей. НХЛ. «Сибирь» (Новосибирская область) – ЦСКА. Прямая трансляция
18.45 Большой спорт
19.00 Теннис. Кубок Кремля. Прямая трансляция
20.40 «Россия без террора. Мусульманские святые». 16+
21.35 СЕРИАЛ «ДВЕ ЛЕГЕНДЫ». 16+
23.25 «Эволюция»
01.00 «Диалог о рыбалке»
02.05 «Моя рыбалка»
0

22 ОКТЯБРЯ ЧЕТВЕРГ

Grid of TV channels and their programs for Thursday, October 22. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, НТВ, ТВ-ЦЕНТР, 5-Й КАНАЛ, СТС, and ТНТ. Programs listed include news, entertainment, and documentaries.

Grid of TV channels and their programs for Thursday, October 22. Channels include РЕН ТВ, МОСКВА 24, ДОМАШНИЙ, ЗВЕЗДА, РОССИЯ 2, ТВ-3, and РОССИЯ К. Programs listed include news, sports, and entertainment.



«Пространство жизни Бориса Эйфмана»

Документальный фильм
Борис Эйфман расскажет, что стоит за его грандиозным успехом, как он сочинял и ставил свои знаменитые балеты, какие драмы разыгрывались в его жизни за пределами сцены, в чем природа особой «эйфмановской» сценической философии...



Ольга Кормухина

Из цикла «Жена. История любви»

В судьбе певицы Ольги Кормухиной были крутые повороты, взлеты и падения. Она училась на архитектора, пела в ресторане, окончила с красным дипломом Гнесинку, выступала с Олегом Лундстремом и лучшими рок-группами страны, но в 1993 году неожиданно для всех ушла со сцены, чтобы обратиться к вере.

23 ОКТЯБРЯ ПЯТНИЦА

Grid of TV channels and their programs for Friday, October 23. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, НТВ, ТВ-ЦЕНТР, 5-Й КАНАЛ, СТС, and ТНТ. Programs listed include news, entertainment, and documentaries.

Grid of TV channels and their programs for Friday, October 23. Channels include РЕН ТВ, МОСКВА 24, ДОМАШНИЙ, ЗВЕЗДА, РОССИЯ 2, ТВ-3, and РОССИЯ К. Programs listed include news, sports, and entertainment.



24 ОКТЯБРЯ СУББОТА

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.30, 06.10 «Наедине со всеми», 16+ 06.00 Новости 06.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ».

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 04.50 «НЕЖДАНО-НЕГАДАНО», Комедия 06.35 «Сельское утро»

ТВ-канал НТВ. Программа: 04.40 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+ 06.30, 01.40 СЕРИАЛ «ЛУЧШИЕ ВРАЧИ», 16+

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 05.55 «Марш-бросок», 12+ 06.30 АБВГДейна 07.00 «ТЕТЯ И НАВА ФОН ГЕТТЕН».

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 05.55 «Сюро будет донд», «Бернети Ренса», «Ровно в 3.15».

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Том и Джерри. Детские годы», 0+ 06.55 «Том и Джерри», 0+

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «Comedy Club. Exclusive», 16+ 07.35, 08.00, 08.30 Мультсериалы, 12+

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «МАЧЕТЕ», Боевик (США), 16+ 06.00 «ОДИН МЕНЬШЕ», Боевик (США), 16+

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 08.00, 08.30, 09.00, 10.00, 10.30, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 05.30

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 07.00 «Домашняя кухня», 16+ 07.30 «Одна за всех», 16+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «СТРАХОВОЙ АГЕНТ», Лирико-эксцентрическая комедия, 0+

ТВ-канал РОССИЯ 2. Программа: 06.00 Смешанные единоборства, 16+ 07.45 «В мире животных» с Николаем Дроздовым

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00 «Мультфильмы» СМФ, 0+ 09.00 «Школа доктора Номаровского», 12+

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроьюс» 10.00 Библиейный сюжет 10.35 «ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ», Комедия



«Чужой среди своих»

К 70-летию Никиты Михалкова

Никита Сергеевич не ндт традиционных приятных слов от друзей и коллег — ему гораздо интереснее выслушать критику в свой адрес.



«Есть такая буква!»

К юбилею легендарной программы

«Поле чудес» — особенная, уникальная программа. Одна из немногих передач-долгожителей, переживавших рубен в 25 эфирных лет!

25 ОКТЯБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.35, 06.10 «НАК УХРАСТЬ МИЛЛИОН», Лирическая комедия (США), 12+

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.30 «Слово для защиты», Драма 07.30 «Сам себе режиссер»

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+ 06.00, 00.20 СЕРИАЛ «ЛУЧШИЕ ВРАЧИ», 16+

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 05.45 «ЕВДОНИЯ», Мелодрама 07.45 «Доктор ничин», 12+

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 07.10 «По дороге с облаками», «В синем море, в белой пене», «Волшебный клад», «Молодые яблоки», «Летушон»

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Том и Джерри. Детские годы», 0+ 06.55 «Том и Джерри», 0+

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. MIX», 16+ 07.35, 08.00, 08.30 Мультсериалы, 12+

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 «ПЮРЯГ», Боевик (США), 16+ 07.00 «НОБРА», Боевик (США), 16+

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 08.00, 08.30, 09.00, 10.00, 10.30, 11.00, 12.00, 13.00, 13.40, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 07.00 «Домашняя кухня», 16+ 07.30 «Одна за всех», 16+

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «ТАЙНА ЖЕЛЕЗНОЙ ДВЕРИ», Сказка, 0+

ТВ-канал РОССИЯ 2. Программа: 04.25 Смешанные единоборства, 16+ 07.20 «Моя рыбалка»

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00 «Мультфильмы» СМФ, 0+ 07.30 «Школа доктора Номаровского», 12+

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроьюс» 10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным»

ИЗ СЕМЕЙНОГО АЛЬБОМА

# «Тобой и Господом храним...»

Почему Марина Влади продает посвященное ей стихотворение Высоцкого

**Вдова Владимира Высоцкого Марина Влади решила продать дом и часть личных вещей. Сообщение об этом появилось на сайте французского аукционного дома Drouot. Среди того, что должно уйти с молотка 24-25 ноября, — посмертная маска Высоцкого, множество их фотографий с Мариной, письма и автограф стихотворения «И снизу лед, и сверху». Все нормально, это частная собственность. Но достояние — не только частное.**

СЕРГЕЙ БИРЮКОВ



ФОТО СЕРГЕЯ БИРЮКОВА / ИНТЕРПРЕСС / ТАСС

Роман Высоцкого и Влади — один из тех, которые входят в хрестоматию о страстях и драмах любви. Дюжина лет жизни с Высоцким, а потом 35 лет красивого вдовства (книга-воспоминание «Владимир, или Прерванный полет» и другие знаки верной памяти) — этого достаточно, чтобы считать Марину спутницей, а потом хранительницей духа великого барда.

Но сегодня Марине Влади 77 лет. Умерли самые близкие ей люди — сестры, сводный брат, давние друзья. Трое сыновей от двух первых браков живут далеко: Петр и Игорь — в Пиренейских горах, Владимир — на Таити. Ей стало одиноко в большом поместье в пригороде Парижа Мезон-Лафит, которое она купила на свои первые кинематографические гонорары еще в 1950-х. «Поэтому я решила все круто изменить, — заявила Влади на днях российской прессе, — перестать жить прошлым, нырнуть в будущее. Продаю не только дом, но и картины, литографии, скульптуры, книги, фотографии, драгоценности, личные вещи. Все уйдет с молотка. В общей сложности моя коллекция насчитывает 150 лотов. Так что добро пожаловать, покупатели!»

Что ж, Марина Владимировна вправе принимать такие решения. В конце концов, она тоже творческий человек, строит собственные планы: съемки в сериале «Сам» и кинофильмах «Путешествие Фанни» и «Любовная пудра» (где она, кстати, играет женщину, встретившую бывшего мужа (роль актера Макса фон Сюдова) через 30 лет после расставания). Ездить далеко ей уже тяжело. Собирается переехать в квартиру в парижском районе Иври-сюр-Сен, где издавна селились люди ее круга — русские эмигранты: артисты, художники, аристократы...

Но трудно читать равнодушно список продаваемых ею вещей, где помимо просто драгоценностей — ценности культурные, в том числе имеющие отношение к России. Например, произведе-

ния художника и скульптора Михаила Шемякина. Одна из шести посмертных масок Высоцкого. И даже автограф стихотворения, некоторыми исследователями считающегося последним в творчестве Высоцкого: Владимир Семенович набросал его на автобусном билете 11 июня 1980 года, за полтора месяца до смерти. Того самого, со знаменитыми строками: «Я жив, тобой и Господом храним. / Мне есть что спеть, представ перед Всевышним, / Мне будет чем ответить перед Ним». Да и сам Мезон-Лафит — тоже свидетель жизни Высоцкого: там он останавливался во время визитов во Францию, там собирался уединиться, чтобы написать роман...

Можно ли спасти от исчезновения в частных коллекциях хотя бы наиболее ценное из продаваемого наследия? С этим вопросом «Труд» обратился к директору Государственного культурного центра-музея Высоцкого, сыну поэта Никите Высоцкому.

«Прежде всего надо выяснить, что именно продается, — был ответ. — Вы же понимаете, что пока лишь произошел первый информационный вброс. В сообщении аукционного дома нет ни подробного списка предметов, ни цен. Опубликуют каталог — тогда можно будет говорить более конкретно. Вообще, насколько знаю, Марина Влади несколько лет назад передала наиболее значительную часть своей коллекции, имеющую отношение к русской культуре, в РГАЛИ совершенно бесплатно. То, что осталось, думаю, представляет более личный интерес.

В нашем музее жизнь и творчество Высоцкого отражены очень полно. Что касается нашей семьи, то в фонд музея отдано все до последнего клочка бумаги. Конечно, что-то — например, записи — иногда представлено не в том качестве, в каком хотелось бы. Если на аукционе будет предложено такое, мы обратимся и в Министерство культуры, и к частным лицам, которые, как правило, более оперативны, чем государственные

«Я решила все круто изменить, — заявила Влади на днях российской прессе, — перестать жить прошлым, нырнуть в будущее. Продаю не только дом, но и картины, литографии, скульптуры, книги, фотографии, драгоценности, личные вещи. Все уйдет с молотка»

структуры, зато те потом смогут возместить этим частным лицам затраты.

Ну и по поводу «последнего стихотворения». Конечно, мы бы не возражали против приобретения автографа знаменитой вещи. Но хочу уточнить, что и после 11 июня 1980 года отец продолжал сочинять и записываться. По моим сведениям, реально последнее, что он создал, были строки, заказанные к фильму Геннадия Полоки «Наше призвание», он это написал за два дня до того, как его не стало.

Тем временем к Марине Влади обратился через прессу бывший директор Театра на Таганке Николай Дунак с просьбой не выставлять посмертную маску Высоцкого на аукцион. Он считает, что место этой реликвии — в родном коллективе Владимира Семеновича. И даже предположил, что актеры скинутся и соберут нужную сумму. Иное мнение высказала «Труд» Каталин Любимова — вдова создателя и многолетнего руководителя Театра на Таганке Юрия Любимова.

«Мне кажется неэтичным комментировать поступок Марины Влади, это ее личное решение, — заметила госпожа Любимова. — Могли только сказать, что сама на подобное не пошла бы, как бы тяжело мне ни было, по моральным принципам, в соответствии с которыми живу. Это первое. Второе: на аукционные цены могут значительно превысить исходные значения, и люди со средними возможностями — такими, например, как у актеров театра, — требуемую сумму не наберут. Третье: художник Юрий Васильев, большой друг Юрия Петровича Любимова, которого тот пригласил делать посмертную маску, предупредил, что процесс очень сложный, и бывает, что усопший «не отдает» маску, она не отделяется от его лица. Так и произошло с Высоцким — Юре пришлось три раза начинать тот же самый процесс. Из этих трех масок одну он отдал Юрию Петровичу, другую оставил себе, а третью передал Марине Влади. Маска Юрия Петровича все эти десятилетия хранилась у него в сейфе в рабочем кабинете в театре. Надеюсь, что при всех катаклизмах, которые с 2011 года потрясают этот несчастный театр, столь драгоценной реликвии никакие потрясения никогда не коснутся».

Итак, подождем до конца октября, когда аукционный дом Drouot объявит уточненный список лотов. Тогда будет понятно, что приобретет или по-

ЗДОРОВЬЕ

## Что-то руки-ноги зябнут...

**Знакомая ситуация, когда в холодное время стынут руки или ноги даже в теплом помещении? Некоторым бывает трудно согреться даже ночью под одеялом. Попробуем разобраться в причинах такого состояния.**

ВИКТОРИЯ НАЛИНЕВИЧ

У врачей, как водится, на все есть готовый диагноз. Только вот очевидно, что холодные конечности, возможно, могут быть симптомом какого-либо заболевания. Сам факт, что пальцы рук или ног замерзают быстрее, вполне естественный. Объясняется это тем, что в этих частях тела меньше мышечной ткани, в которой происходит активное «согревающее» кровообращение. К тому же сосуды здесь тоненькие, а на холоде сужаются еще больше, затормаживая энергообмен.

Однако причины сужения сосудов могут быть разные. Например, такие спазмы часто бывают связаны сустальностью и стрессом. Привести к такому состоянию может также пониженное давление, которое снижает тонус сосудов. Уменьшают диаметр сосудов и атеросклеротические бляшки.

Если речь идет о локальном нарушении кровообращения в ногах или руках, еще один очевидный диагноз, объясняющий этот недуг, по мнению врачей, — варикозное расширение вен. Как правило, оно сопровождается еще и отеком стоп, при этом чувствуется тяжесть в ногах, иногда при движениях ощущается боль в коленях.

Слабость всей системы кровообращения, которое также приводит к ледяным рукам и ногам, — это уже следствие нарушений работы сердца. Сигнализировать об этом может усталость даже при незначительной физической нагрузке. Человек может, к примеру, задышаться, просто поднимаясь по лестнице. При сосу-

стой дистонии в последующем может ухудшиться память или появиться отечность стоп. Из-за слабого кровотока кожа становится прохладной, иногда руки бывают не только холодными, но и влажными.

Нарушение периферического кровообращения может быть связано со сбоем передачи импульсов тонкими нервными сплетениями конечностей. Такое состояние характерно при диабете. Слабые сосуды и следующее за этим недомогание могут быть при анемии, к которой приводит недостаток железа.

Наконец, одной из причин замедления кровообращения считается синдром Рейно. Это очень коварное заболевание. Переохлаждение или стресс приводит к тому, что пальцы ног или рук из-за сбоя кровообращения начинают неметь, а в тяжелых случаях приобретают синюшный оттенок. Такие спазмы могут продолжаться всего несколько минут или затянуться на несколько часов. У больных, страдающих часто бывают связаны сустальностью и стрессом. Привести к такому состоянию может также пониженное давление, которое снижает тонус сосудов. Уменьшают диаметр сосудов и атеросклеротические бляшки.

Если речь идет о локальном нарушении кровообращения в ногах или руках, еще один очевидный диагноз, объясняющий этот недуг, по мнению врачей, — варикозное расширение вен. Как правило, оно сопровождается еще и отеком стоп, при этом чувствуется тяжесть в ногах, иногда при движениях ощущается боль в коленях.

Слабость всей системы кровообращения, которое также приводит к ледяным рукам и ногам, — это уже следствие нарушений работы сердца. Сигнализировать об этом может усталость даже при незначительной физической нагрузке. Человек может, к примеру, задышаться, просто поднимаясь по лестнице. При сосу-

звана с эмоциональностью женщины. При стрессе, к примеру, происходит спазм сосудов из-за выброса адреналина, нарушается кровоток — и ноги и руки холодеют.



ФОТО PHOTOPRESS

### На заметку

Чтобы укрепить стенки капилляров, врачи советуют придерживаться специальной диеты, богатой минералами и витаминами. Они рекомендуют налегать на орехи, семена тьквы и подсолнуха, проросшие зерна. Нервное напряжение регулируют продукты, содержащие витамин PP, которыми богаты яйца, зерновой хлеб, гречка и мясо. Кроме того, нужно учитывать, что жирная и копченая пища требует большого количества энергии для переваривания, поэтому лучше выбирать более легкую еду. Большое количество полезного для организма железа содержится в яичных желтках, яблоках, изюме, черносливе, дынях, жирной рыбе. Кровеносные сосуды также укрепят апельсины, ниви, черная смородина, шиповник, богатые витамином С. Они положительно влияют на свертываемость крови и повышают эластичность тканей.



ФОТО ИЗ АРХИВА «ТРУДА»

# С «Формулой сна» от компании «Эвалар» лучше сон и лучше жизнь!

Недостаток сна может отнять несколько лет жизни. Не допускайте этого! Пробуйте наладить сон естественным способом — с помощью растительного комплекса «Формула сна» от компании «Эвалар».

В одной таблетке «Формулы сна» сочетаются экстракты алтайских трав: **пустырник, зшшольция (калифорнийский мак) и хмель**. Травы дополнительно усилены «элементами спокойствия» — магнием и витамином B6, от которых также зависит идеальный сон. Принимайте «Формулу сна» за 30 минут до сна не менее 20 дней. При регулярном приеме ваш сон станет спокойным и глубоким, а пробуждение — радостным и легким.

Если вы очень заняты, и вам не хватает времени для сна, вам подойдет новинка — «Формула сна усиленная» **фито-мелатонином**, с которой вы сможете высыпаться за более короткое время. В ней алтайские травы дополнительно усилены **фито-мелатонином**, который способствует естественной выработке в организме мелатонина — «гормона сна». Все это позволяет обеспечить полноценный сон и отдых за более короткое время.

Если же у вас прерывистый сон, и вы часто просыпаетесь по ночам, то дополнительно принимайте «ФитоГипноз». Пожалуй, это первое средство для прерывистого сна<sup>1</sup>. Таблетки для рассасывания «ФитоГипноз» удобны в применении и не требуют записывания водой. Держите их под рукой, чтобы снова быстро заснуть.

Наладьте сон естественным способом с помощью фито-комплексов от компании «Эвалар».

С «Формулой сна» от компании «Эвалар» лучше сон и лучше жизнь!

**Качество Эвалар: гарантировано международным стандартом GMP.**

Спрашивайте в аптеках! [www.evalar.ru](http://www.evalar.ru)  
«Линия здоровья» «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).  
<sup>1</sup>В ассортименте ЗАО «Эвалар»: БАД Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200533760

Заказывайте на сайте [apteka.ru](http://apteka.ru) с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

