

30 января Понедельник

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Телеканал "Доброе утро"', 'Новости', 'Контрольная закупка'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Утро России', 'С новым домом!', 'Вести-Урал'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'НТВ утром', 'Т/с "Морские дьяволы"', 'Обзор. Чрезвычайное происшествие'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'События. Итоги недели', 'Патрульный участок. На дорогах', 'Погода на "ОТВ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Евроночь', 'Наблюдатель', 'Драма "ХОЛОДНЫЙ ДОМ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Служба спасения "Сова"', 'Бизнес сегодня', 'Утренний экспресс'.

РОССИЯ 24

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Вести', 'Вести регион', 'Вести. Коротко о главном'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Тысяча мелочей', 'Соседи'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Т/с "Моя прекрасная няня"', 'М/с "Соник Икс"', 'М/с "Приключения Вуди и его друзей"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Настроение', 'Врачи', 'Драма "НАГРАДЫ (ПОСМЕРТНО)"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Необыкновенные животные', 'Роботам о зверятах'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Необыкновенные животные', 'Роботам о зверятах'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'М/с "Тасманский дьявол"', 'Новости 24', 'Знавший ужин'.

РОССИЯ 2

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Банковский счет', 'Рязловский вестник', 'Стрим вместе'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Одна за всех', 'Погода', 'Кухня'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Необъяснимо, но факт', 'М/с "Эй, Арнольд"', 'М/с "Покемоны: алмаз и жемчуг"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'М/с "Жизнь и приключения робота-подростка"', 'Т/с "Универ"', 'Т/с "Счастливы вместе"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мысли о прекрасном', 'Православное Подосмождение', 'Плод веры'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Необыкновенные животные', 'Роботам о зверятах'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Необыкновенные животные', 'Роботам о зверятах'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes programs like 'Мультифильмы', 'Необыкновенные животные', 'Роботам о зверятах'.



ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Апчхи-и-и! Как можно и как нельзя лечить грипп и простуду

В офисе, транспорте, магазине нетрудно заметить чихающих и кашляющих, но пока врачи говорят о сезонном подъеме заболеваемости...

О том, как противостоять ОРВИ, как помочь организму избавиться от болезни, сегодня рассказывает врач-инфекционист ГКБ №40 Екатеринбург Наталья БАЦКАЛЕВИЧ...



Чеснок и лимоны, проветривание помещений и мытье рук - полезны абсолютно всем

-Наталья Александровна, нередко можно услышать: «Поставил прививку от гриппа, но все равно заболел»...

-Леченный насморк пройдет за семь дней, не леченный - за неделю? -Это относится именно к простуде, лёгкому насморку...

-Повышенную температуру надо сбивать и начать пить антибиотики? -Температура - это защитная реакция организма...

-Если носить медицинскую маску, можно уберечься от простуды? -Маску важно правильно использовать - менять её надо каждые два-три часа!

-В случае переохлаждения, начала болезни эффективно принять 30-50 граммов алкоголя? -Если не совмещать с парацетамолом и не злоупотреблять...

-Есть больше лука, чеснока, квашенной капусты и лимон, и ты не заболеешь? -Замечательные народные средства, которые имеют хорошее общеукрепляющее действие...

-Грипп опасен только для пожилых людей? -Вирус гриппа представляет опасность абсолютно для всех, он способен уложить в постель даже самых крепких мужчин...

Если подойти к спящему человеку и изо всей силы гаркнуть ему на ухо: «Тринадцать!» - то он тут же подскочит и начнёт охотливо озираться по сторонам...

Анекдот