

ПРЕМЬЕРНЫЕ ВЫПУСКИ

## Бабушки против педиатров

### По понедельникам в 18:00

Нет более участливого человека в жизни ребенка, чем бабушка. Бабушки знают все - как жить, есть, учиться, а главное - ЛЕЧИТЬСЯ! Каждая бабушка в душе - «дипломированный врач», а внуки - «пациенты». Банки, горчичники, барсучий жир на грудь, масло в нос, чеснок в уши... А точно ли эти лекарства помогут ребенку, может правда травой-муравой эффективней лечить? Чтобы развеять сомнения миллионов мам и разрешить этот вечный конфликт, на откровенный диалог о принципах лечения детей выйдут врачи и бабушки. Каждая сторона попробует отстоять свою позицию.

Россия

### По вторникам в 18:00

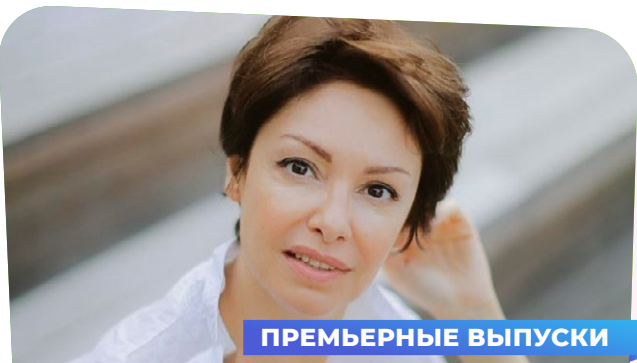
Сергей Длин - невролог, мануальный терапевт, остеопат, автор эксклюзивного метода безоперационного лечения межпозвонковых грыж проведет свой прием по самым разным вопросам вашего здоровья. Как в домашних условиях улучшить состояние при артрите и артрозе и вовремя заметить заболевание, как сохранить здоровье суставов и избавиться от боли, как вернуть свободу движений и включить в распорядок дня полезные привычки, чтобы стать здоровее. Вас ждут простые и легкие в повторении упражнения, уникальные способы профилактики, советы по правилам питания и режиму дня. Принимайте с удовольствием!

Россия



ПРЕМЬЕРНЫЕ ВЫПУСКИ

## Доктор Длин. Приём!



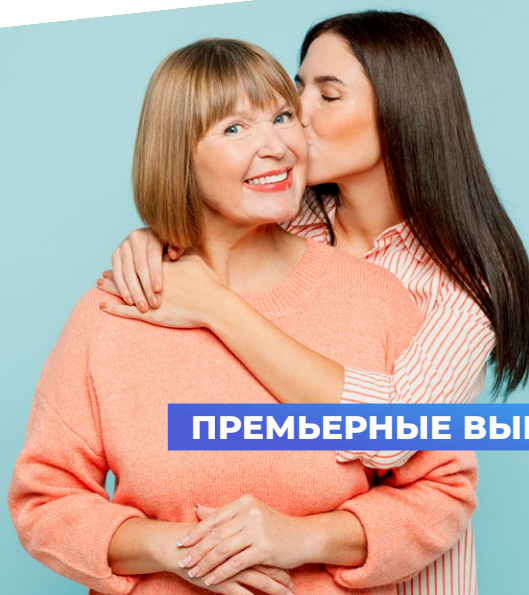
ПРЕМЬЕРНЫЕ ВЫПУСКИ

## 45+ Возраст счастья с Яной Павлидис. 2 сезон

### По средам в 18:00

45+ - новое состояние женщины со множеством неизвестных. 45+ - возраст перемен, уже отыграны многие социальные роли и важно осознать, кто ты здесь и сейчас. 45+ - это возможность превратить кризис возраста в возраст счастья. Вместе с лучшими экспертами, вдохновляющими историями, уникальными рекомендациями мы расскажем про сохранение красоты и молодости, про эмоциональную гармонию и самооценку, про любовь и отношения.

Россия



ПРЕМЬЕРНЫЕ ВЫПУСКИ

## Здоровье со смыслом

По четвергам в 18:00

Уникальный цикл программ, посвященный превентивной и антивозрастной медицине. Как продлить молодость и ментальное здоровье, питаться осознанно, наладить сон и циркадные ритмы, сохранить женское здоровье, избежать гормональных сбоев, принимать витамины, наладить микробиом и ЖКТ, улучшить работу мозга, снизить вес. Эксперты программ - выдающиеся российские учёные, врачи доступно расскажут о главных принципах своевременной диагностики и профилактики болезней.

Россия