

ГОДОВЩИНА

ЛЮБИМЫЕ АКТЕРЫ
ГЕОРГИЙ БУРКОВ:
ПРАВДА И МИФЫ **с. 34**



АЛЕКСАНДРИН / ГЛАС

ТАЙНЫ ИСТОРИИ

СИМВОЛЫ
АВТОР БУДЕНОВКИ
НЕ БУДЕННЫЙ **с. 26**

НЕДЕЛЯ МЭРА

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
ГОРОД СТАЛ
В 2 РАЗА СВЕТЛЕЙ **с. 4**



ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

25.05-01.06

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

VM.RU № 20 (29431)

ТВ

ГАЗЕТА ДЛЯ СЕМЕЙНОГО ЧТЕНИЯ

БУДЕТ ЛИ ЛЕТОМ САХАРА В СТОЛИЦЕ

с. 14

Климатологи различных международных организаций дают противоречивые прогнозы на ближайшие месяцы. Разбираемся с метеорологом, какую погоду ждать в Москве



АГНА МАЛАРМАДВЕ

Способность современных социологов преподносить в качестве сенсации результаты любых опросов не перестает удивлять. А парадоксальность их выводов и вовсе порой ставит в тупик. Недавно Всероссийский центр изучения общественного мнения, попытавшись вычислить российскую формулу успеха, заявил, что для его достижения россияне стали в два раза чаще говорить о важности образования, подвинувшего деньги и связи в рейтинге приоритетов. При этом авторы исследования утверждают, что лидирующая десять лет назад формула «деньги-работа-семья» — не что иное, как «результат навязанных обществом представлений об успехе». Сейчас, мол, все прозрели и поняли, что важнее быть довольным собой, чем соответствовать ожиданиям общества. И на смену «человеку материально обеспеченному» приходит «человек образованный». Его, максимально к тому же целеустремленного, окружающие нынче охотнее признают успешным. Вопрос «в чем?», однако, остается открытым, поскольку в топе характеристик преуспевающего гражданина в представлении масс материальное благополучие фигурирует, а вот наличие каких-либо



Пахать тоже надо уметь

МНЕНИЕ

Наталья Покровская nedelya@vm.ru

фундаментальных знаний — нет. Как бы ни пытались убедить в обратном социологи, подтаскивая в качестве убойных аргументов растущую потребность россиян в удовлетворенности своим личностным эго.

Образование, ясное дело, самооценку повысит куда лучше, нежели блатная связь, позволившая пристроиться в вуз или на престижную работу. Соответствовать-то протезированию все равно придется, исходя из собственных сил и возможностей. Поэтому учиться и бесконечно перечувствовать, пытаясь попасть в струю гарантированной успешности, сегодня становится модно. Вот и оканчивающая 11-й класс дочка моей знакомой планирует поступить в вуз сразу на несколько факультетов, потом до кучи освоить пару-тройку смежных профессий «на всякий случай», а в идеале — получить второе-третье высшее образование. Поинтересовалась, когда же она при таких наполеоновских планах начнет радовать ударным трудом — девушка лишь пожимает плечами. Не думает она о работе, ей учиться нравится. И уверена ведь, дуреха, что ее, в далеком будущем обладательницу толстой папки с дипломами и сертификатами, работодатели примут с распростертыми объятиями и как перспективного специалиста тут же отправят куда-нибудь на стажировку, разумеется, ее оплатив.



Мнение колумниста может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»

Чтобы успешно освоить современные профессии, иметь за плечами хорошее образование, учитывая грандиозный скачок прогресса, конечно, необходимо. Только и про труд, способный прокормить семью, забывать не стоит. Пахарь, знающий свое дело и вкалывающий от зари до зари, разломив краюху хлеба, испеченного из выращенной его руками пшеницы, тоже, знаете ли, вполне может быть удовлетворен и собой, и своей жизнью.

ЗАКОН

УКУСИЛА СОБАКА — ВЛАДЕЛЬЦУ ШТРАФ

Если питомец покусал прохожего или соседа, хозяина животного смогут оштрафовать на сумму до 200 тысяч рублей. А за выброшенную на улицу собаку или кошку — на 30 тысяч. Такой законопроект вчера приняла Госдума. Причем сразу во втором и в третьем чтении. Устанавливается также ответственность за жестокое обращение с животными.

Как рассказали «ВМ» в Госдуме, новый закон устанавливает административную ответственность владельца животного за укусы, причинившие вред жизни или здоровью граждан либо имуществу — если нет признаков уголовно наказуемого деяния (например, собака нанесла тяжкий вред здоровью или вообще загрызла человека). Для граждан, согласно закону, вводится штраф от 10 тысяч до 30 тысяч рублей, для должностных лиц — от 50 тысяч до 100 тысяч рублей, для юридических лиц — от 100 тысяч до 200 тысяч рублей.

— Простой пример: человек зашел на территорию гаражного кооператива и его покусала собака, которую там сторож прикармливает. Кооператив как юрлицо может заплатить штраф до 200 тысяч рублей. Плюс пострадавший может требовать возмещения ущерба и морального вреда — уже в порядке гражданского су-



Теперь человек, который пострадал от укуса собаки, сможет требовать возмещения ущерба и морального вреда

допроизводства, — пояснил юрист Московской коллегии адвокатов Андрей Сидорин. — Для граждан штраф меньше, но требовать возмещения ущерба покусаный тоже вправе. Помимо этого, за жестокое обращение с животными —

да, вас наверняка оштрафуют, — пояснил юрист. За несоблюдение требований к содержанию животных граждан, в свою очередь, могут оштрафовать на 1,5–3 тысячи рублей, должностных лиц — на 5–15 тысяч, компании — на 15–30 тысяч рублей. Речь идет в том числе о случаях, когда люди выбрасывают своих питомцев на улицу.

— Принятие законопроекта, вводящего штрафы за несоблюдение требований к содержанию домашних животных, будет способствовать более гуманному обращению с питомцами, — убежден один из авторов законопроекта, глава Комитета по государственному строительству и законодательству Госдумы Павел Крашенинников.

Никита Миронов nedelya@vm.ru

Наконец-то нерадивых хозяев собак и кошек смогут призвать к ответственности

при отсутствии признаков уголовно наказуемого деяния — граждане должны будут выплатить до 15 тысяч рублей, должностные лица — до 30 тысяч, юрлица — до 100 тысяч.

— Если вы, например, пнете собаку, и этот факт, скажем, попадет на камеру у подъез-

ДЕНЬГИ

Не бери кредит, если не получится отдать: Центробанк тормозит сомнительных заемщиков

Банк России уже второй раз в этом году пытается ограничить кредитование граждан, имеющих высокую задолженность перед банками.

С июля 2023 года ЦБ сократит на 5 процентных пунктов лимиты по необеспеченным кредитам и займам для заемщиков с высокой долговой нагрузкой. Потребительские

кредиты с долговой нагрузкой свыше 80 процентов от совокупного дохода заемщика ограничат лимитом в 20 процентов выдач против нынешних 25. Для микрофинансовых организаций (МФО) он составит 30 процентов против 35. Доля потребкредитов сроком более пяти лет ограничивается 5 процентами против сегодняшних 10.

— Это значит, что Центробанк пытается уменьшить



Не стоит брать один кредит, чтобы погасить другой

число заемщиков, которые отдадут по кредитам практически весь свой доход, — пояснил эксперт комитета Госдумы по финансовому рынку Ян Арт. — Фактически это социально-экономическая мера, призванная ограничить число людей, буквально погрязших в кредитах и, как следствие, потенциальных банкротов. Россияне, увы, обращаются за кредитами все чаще. По

данным ЦБ, число же по-

данных заявок на кредит в первом квартале этого года увеличилось по сравнению с четвертым кварталом 2022-го на 15 процентов.

— Люди нередко берут новые кредиты, чтобы погасить старые. Это не очень здоровая для экономики ситуация, — пояснил Ян Арт. — Поэтому наш Центробанк и пытается ее как-то исправить.

Борис Орлов nedelya@vm.ru



ФОТО НЕДЕЛИ

20 мая, суббота, 16:49

В музее-усадьбе «Остафьево», которая находится на территории Новой Москвы, прошел невероятно красивый праздник — День сирени. Его участникам (а их было четыре тысячи) была представлена большая развлекательная программа. А те из гостей, кто пришел на праздник в сиреневых нарядах, могли, как Ольга Бескорованная, принять участие в фотосессии с охапками ароматных цветов.

ВИКТОР ЗАБАТОВ

ГЛАВНОЕ

СЫТЫ БУДЕМ

В России нет проблем с удовлетворением спроса на сахар, зерно, растительное масло, мясо и рыбу. Премьер-министр Михаил Мишустин заявил, что страна выросла по нескольким экономическим параметрам, а в прошлом году собрали рекордный урожай зерновых.

ДОСТУП ОТКРЫТ

Мобильные операторы продлили до семи дней действие опции «Доступный интернет», благодаря которой пользователи могут войти в аккаунты на «Госуслугах» и «ВКонтакте» даже при нулевом балансе на счету. Минцифры сообщает, что раньше услуга работала только сутки, дальше ее нужно было продлевать.

ШАГ В ПРОФЕССИЮ

Парламентарии предложили позволить студентам вузов работать лаборантами, техниками и научными работниками. А ученикам последних курсов педагогических колледжей, при условии успешной сдачи аттестации, хотя бы разрешить работать в детских садах. Сейчас такая возможность есть только у студентов выпускных курсов высших учебных заведений. По мнению авторов инициативы, так студенты смогут получить опыт и выпуститься уже с трудовой книжкой, а руководители — подобрать и вырастить достойные кадры. Также законопроект, если его примут, позволит



1

Чтобы не греть воду в чайниках и кастрюлях, многие на период отключения горячей воды уезжают в отпуск или на дачу (1). Пока английский наиболее популярный для изучения среди иностранных языков (2)

активнее использовать институт наставничества: если у молодого специалиста будут вопросы, связанные с работой и организацией процесса, он сможет консультироваться у своего преподавателя.

ХОЛОДНЕНЬКАЯ ПОЙДЕТ

В Москве начались плановые отключения горячей воды. Они нужны, чтобы подготовить системы к новому отопительному сезону. Заммэра Москвы по вопросам ЖКХ и благоустройства Петр Бирюков сообщил, что все гидравлические испытания завершат к началу сентября. График отключения горячей воды в доме можно посмотреть на официальном портале мэра и правительства Москвы, а также в мобиль-



2

ном приложении «Моя Москва», на сайте МОЭК или позвонить в единую справочную службу. Продолжительность отключений составляет не более 10 дней.

ВАШ ПАСПОРТ НЕ ДЕЙСТВУЕТ

В России скорректировали порядок признания заграничного паспорта недействительным. Таковым его признают, если владелец изменил имя, отчество, фамилию, сведения о дате или месте рождения, пол. Закон в окончательном чтении приняла Госдума. Также документ будет считаться недействительным в случае прекращения гражданства и если он был оформлен на утраченном или похищенном бланке или срок действия паспорта истек.

ОТ ГОЙ ЕСИ ДО НИХАО

Каждый второй россиянин, участвовавший в опросе ВЦИОМ, ответил, что нормой русского языка должно считаться то, что отражено в словарях. И только 37 процентов респондентов считают, что в этом вопросе нужно ориентироваться на то, как говорят большинство жителей страны. В пятерку языков мирового значения участники включили английский, русский, китайский, немецкий и французский. Результаты опроса говорят, что представления о значимых иностранных языках за последние пять лет изменились. Сейчас респонденты чаще считают таким китайский.

Вера Голубкина
nedelya@vm.ru

PHOTOPRESS

НЕДЕЛЯ МЭРА

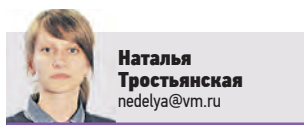


ВЛАДИМИР НОВИКОВ/ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

21 мая 2022 года. Мэр Москвы Сергей Собянин во время посещения парка «Покровское-Стрешнево»



Таким станет Покровское-Стрешнево после реконструкции



Наталья Тростьянская
nedelya@vm.ru

Осмотр строительства южного участка Московского скоростного диаметра, а также публикации в блоге sobyain.ru о поездах «Иволга», реставрации усадьбы Покровское-Стрешнево и находках археологов — такой была рабочая неделя мэра Москвы Сергея Собянина.

Южный участок

Строительство южного участка Московского скоростного диаметра завершится до конца года. Он пройдёт от Павелецкого направления железной дороги до Московской кольцевой автомобильной дороги. Вместе с дорогами здесь строят

две эстакады: возле станции Красный Строитель и в районе станции Покровское. Кроме того, на пересечении с путями Павелецкого направления появится тоннель. — Этот участок улучшит транспортную доступность районов Чертаново, Бирюлево и Царицыно, где живут 630 тысяч человек, — сказал Сергей Собянин. — Появится удобный выезд с Московского скоростного диаметра на МКАД. По оценке специалистов, после открытия южного участка поток машин на скоростном диаметре увеличится до 400 тысяч в сутки.

Полетели!

До 2025 года Москва купит 95 поездов «Иволга». Они созданы специально для наземного метро, поэтому курсируют по Московским центральным

диаметрам (МЦД). В этом году должны запустить третий и четвертый маршруты. — Пассажиры привыкли к тому, что МЦД — это доступные тарифы, удобные пересадки и — не в последнюю очередь — современный подвижной состав, повышающий комфорт поездов, — заметил Сергей Собянин. По мере развития МЦД меняются и сами поезда. Как сообщил мэр, на заводе в Твери уже приступили к созданию новейшей модели «Иволга 4.0». — Четвертое поколение получит третью дверь в промежуточных вагонах, как в метро, — рассказал глава города. — Посадка на поезд и выход из него станут гораздо быстрее и удобнее. Первые трехдверные составы появятся на МЦД-4 в конце 2023-го — начале 2024 года.

Достояние

В этом году планируют завершить реставрацию усадьбы «Покровское-Стрешнево». Мастера вернут исторический облик главному дому, оранжерее и ограде с башенками. — Памятник архитектуры XVIII–XIX веков дошел до наших дней в плачевном состоянии, — напомнил Сергей Собянин. — Начиная с 1981 года усадьба переходила из рук в руки, какое-то время была бесхозной, пережила несколько пожаров. В главном доме уже привели в порядок кирпичные фасады пристроек. В центральной части воссоздали полукруглые белокаменные лестницы, цоколь здания и лепнину. Продолжаются работы в интерьерах дома. Оранжерея скоро вернут двери и окна, которые полностью соответствуют тем,

что стояли здесь пару веков назад. Кроме того, по фотографии 1930-х годов и военно-топографической съемке 1838 года специалисты воссоздадут регулярный сад старинной усадьбы.

Находки

За последние 12 лет московские археологи сделали около 90 тысяч находок. Только в прошлом году специалисты обнаружили примерно 12 тысяч различных предметов и в этом — уже более 4 тысяч артефактов. Одни из самых интересных находок сделаны на территории больницы имени Давыдовского. Так, совсем недавно археологи обнаружили там медную медаль в память о коронации императрицы Анны Иоанновны. Ее отчеканили на Московском монетном дворе в 1730 году.

ЦИФРА

3 900

решений, принятых в проекте «Активный гражданин», уже реализованы. Проект существует девять лет. За это время он объединил больше 6,4 миллиона москвичей. Они помогли назвать улицы и бульвары, выбрать цвет для Некрасовской линии метро и многое другое.



СОЦСЕТИ



Сергей Собянин
@MosSobyanin

Приступаем ко второму этапу благоустройства Южного речного вокзала: закончим обновление набережной и организуем комфортное общественное пространство. Основные работы планируем завершить к сентябрю.

Счетчик посетителей, распылитель запахов и навигатор: в московских культурных и творческих пространствах тестируют передовые разработки. Финалистом конкурса «Новатор» в 2022 году стало мобильное приложение «Турфон», которое превращает телефон гида в передатчик, а смартфоны туристов — в приемники.

В Московском метрополитене на всех турникетах разместили тактильные надписи для слабовидящих пассажиров. На них нанесен указатель «Вход» шрифтом Брайля. Тактильные надписи появились также на колоннах экстренного вызова метро и МЦД.

Только за последние три года медики провели больше 500 исследований новых лекарственных препаратов — в условиях импортозамещения это важная цифра.

За 12 лет уровень освещенности Москвы вырос в два раза. Сегодня мы входим в пятерку самых ярких городов мира.

Судно «Экопатруль» каждый день проходит до 100 километров акватории Москвы-реки, чтобы проверить качество воды.

ЦЕНТРЫ ПРИТЯЖЕНИЯ

ЕСТЬ В КАЖДОМ РАЙОНЕ ГОРОДА: ЭТО ПАРКИ И ЗОНЫ ОТДЫХА, ДЕТСАДЫ И ШКОЛЫ, ГАЛЕРЕИ И МУЗЕИ, ОФИСЫ И ЗАВОДЫ, ВЫСТАВОЧНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ПРОСТРАНСТВА. СОЗДАНИЕ КАЖДОГО ТАКОГО ОБЪЕКТА СТАНОВИТСЯ БОЛЬШИМ СОБЫТИЕМ

ПРОЙДЕТ СВИДАНИЕ НА ВЫСОТЕ

ОТРАДНОЕ

Новая захватывающая точка притяжения появилась у жителей района Отрадное. Здесь, на улице Хачатуряна, в рамках фестиваля «Московские сезоны» открылось колесо обозрения. Размещение 32-метровой конструкции организовал Департамент торговли и услуг. Он же курирует расположенную в непосредственной близости ярмарку фермерских продуктов. Посмотреть на местные достопримечательности с высоты птичьего полета всего за пять минут и бесплатно можно ежедневно с 11:00 до 22:00. Но перед поездкой придется вникнуть в непростые правила техники

безопасности. Самостоятельно прокатиться на аттракционе можно с 14 лет. Детишек помладше должны сопровождать взрослые.

ТАГАНСКИЙ

Жители первых пяти домов, включенных в программу реновации столичного жилфонда в Таганском районе, стали новоселами. При этом москвичам на выбор предлагалось три адреса в пределах родного места жительства. По словам заместителя мэра по вопросам градостроительной политики и строительства Андрея Бочкарёва, всего в районе в городскую программу попало 16 зданий.

Программа реновации жилищного фонда была утверждена мэром Москвы Сергеем Собяниным в августе 2017 года. Она предусматривает расселение более 5 тысяч домов.

ХОРОШЕВО-МНЕВНИКИ

Новая пекарня открылась на улице Народного Ополчения на северо-западе столицы. Примечательно ее появление прежде всего тем, что до недавнего времени здание было ветхим и заброшенным. Однако, как рассказал начальник Госинспекции по контролю за использованием объектов недвижимости города

Иван Бобров, совместно с собственником был разработан план по восстановлению строения. В итоге по утвержденной дорожной карте здание было отремонтировано и приведено в порядок. Всего, по словам Боброва, в административном округе в первом квартале выявлено 12 ветхих построек. По ним также разработаны дорожные карты восстановительных работ.

ОРЕХОВО-БОРИСОВО

После длительной прогулки на свежем воздухе у любого разыграется аппетит. А уж четвероногого активного друга — и вовсе!

Проблемы с отсутствием уличной еды для собак в музее-заповеднике «Царицыно», который располагается в районе Орехово-Борисово Северное, вскоре не будет. На территории установят два вендинговых аппарата по продаже кормов для животных. Право на реализацию данного проекта отдадут победителю открытых городских торгов.

— Победитель сможет продавать корма для домашних животных, птиц и рыб в течение пяти лет, — отметил руководитель Департамента по конкурентной политике Иван Щербаков.

При этом в ассортимент, помимо кормов, можно добавить средства по уходу за животными и другие зоотовары.

— Проектными решениями предусмотрена реставрация фасада дома, замена цементно-песчаной стяжки переходного балкона, а также обновление облицовки цоколя. Основной акцент проекта — реставрация штукатурного слоя, венецианского, лепного, профилированного и плоского карнизов, филленчатых лопаток, пилястр, поверхностей из кирпича, фигурных кронштейнов окон, декоративных элементов, розеток, оконных откосов. Будут воссозданы порталы парадных входов, а также декор на центральном эркере, — рассказала председатель Москомэкспертизы Анна Яковлева.

ИЗМАЙЛОВО

Первые бельчата были замечены в Измайловском парке. Любопытные малыши уже начали изучать большой окружающей мир — вылезают из уютного домика, чем вызывают неподдельное волнение у своей мамы. Всего месяц назад эти непоседы были слепыми и совершенно беспомощными. Но время прошло, и мир поманил в путешествие. Специалисты Мосприроды напоминают, что при обнаружении бельчонка его нельзя трогать: мама-белка обязательно придет за ним.

ПРЕСНЕНСКИЙ

Объект культурного наследия регионального значения «Доходный дом М. П. Кочубея, 1905 год, архитектор О. О. Шишковский» капитально отремонтируют. Два года, с 1913-го по 1915-й, в четырехкомнатной квартире № 24 на первом этаже жил поэт Владимир Маяковский. Именно здесь, по предположению исследователей его творчества, написана поэма «Облако в штанах».

Подготовила
Ольга Маркова
nedelya@vm.ru

Москвичка Полина Чистякова прокатилась на аттракционе



Колесо обозрения работает бесплатно на улице Хачатуряна

ВЫБЕРИ СВОЙ АДРЕС СЧАСТЬЯ

Александр Миронов и Алина Евсюкова поженились на станции метро «Маяковская»



АЛЕКСАНДР РОЧУБЕЙ

СВАДЬБА — ВАЖНЫЙ ПРАЗДНИК СЕМЬИ, И КОНЕЧНО, МОЛОДОЖЕНАМ ХОЧЕТСЯ, ЧТОБЫ ОН СТАЛ НЕЗАБЫВАЕМЫМ. ПОМОЧЬ ИМ В ЭТОМ ПРИЗВАН ПРОЕКТ «НОВЫЕ АДРЕСА СЧАСТЬЯ», КОТОРЫЙ СТАРТОВАЛ В СТОЛИЦЕ УЖЕ В ПЯТЫЙ РАЗ

Начиная с 2019 года у тысяч пар столичных молодоженов появилась возможность выбрать свой личный адрес счастья на карте большого города. По сложившейся традиции свадебный сезон стартовал накануне праздника Красная горка — по народному поверью браки, заключенные в этот период, считаются самыми счастливыми. Но в какой бы день влюбленные ни решили вступить в официальный союз, в столице для них открыты самые невероятные возможности. Самый романтичный проект «Новые адреса счастья» предлагает для выездной регистрации брака более 30 оригинальных площадок. — В 2019 году, когда проект «Новые адреса счастья» только стартовал в Москве, в него вошли 20 локаций. За пять лет их количество увеличилось в полтора раза, — говорит начальник управления ЗАГС Москвы Светлана Уханева. Вот как вспоминает семья москвичей, Александр и Евгения Майоровы, один из самых главных дней в жизни. Пять лет назад они стали одной из первых пар, чья

свадьба прошла в необычном месте. — Изначально мы планировали торжественную регистрацию в загсе. Однако его сотрудники рассказали о возможности пожениться на необычной площадке. Тогда мы впервые и узнали о свадебном проекте «Новые адреса счастья», — вспоминает Евгения Майорова. — А когда речь зашла непосредственно о площадках, где можно пожениться, и я увидела в списке стадион «Спартак», решение было принято мгновенно. Выбор объясняется просто. Мой на тот момент будущий супруг Александр с детства — ярый болельщик команды «Спартак». День свадьбы стал для пары незабываемым событием вдвойне. — Это была свадьба мечты. Просто буря невероятных эмоций! — делится

Нина и Валерий Скворцовы расписались на колесе обозрения



Я так люблю

впечатлениями Евгения. — Стадион «Спартак» был предоставлен только нам, а песню для свадебного танца исполнила Анна Семенович. Популярность проекта «Новые адреса счастья» растет год от года. В этом сезоне более восьми тысяч молодоженов планируют зарегистрировать отношения в необычном месте лучшего города Земли. И иметь из чего выбирать — сегодня в список «адресов счастья» входят исторические усадьбы и музеи, небоскребы и храмы, станция метро «Маяковская», Московская канатная дорога, Останкинская телебашня, Москвариум и Северный речной вокзал.

— Молодожены могут оставить выбор и на новых площадках: колесе обозрения «Солнце Москвы» и оперном доме музея «Царицыно», — говорит Светлана Уханева. — А тех, кто хочет отметить заключение брака особенным танцем, ждет площадка в бальном зале «Хилтон Москва Ленинградская». При выборе места торжественной регистрации молодожены в первую очередь ориентируются на его связь сличной историей любви. Москвичи Валерий и Нина Скворцовы для встреч часто выбирали территорию ВДНХ. Неудивительно, что другое место для праздника даже не рассматривалось. — Поэтому и пожениться мы на колесе обозрения «Солнце Москвы», — объясняет выбор глава семейства. — После торжественной церемонии мы с Ниной смотрели на те места, где когда-то проходили наши свидания. Ведь Москва из кабинки колеса обозрения видна вся как на ладони!

Дженни Самойлова nedelya@vm.ru

КСТАТИ

Подать заявку о заключении брака можно лично во дворцах бракосочетания, в центрах госуслуг «Мои документы» или онлайн. Госпошлина за регистрацию брака составляет 350 рублей.

МЕДИЦИНА

Проверить здоровье можно по пути на работу или во время прогулки по парку

В столице в четвертый раз открылись павильоны «Здоровая Москва».

Пройти обследование жители могут в более чем 40 парках и зонах отдыха, например, в Таганском, Измайловском, Лианозовском и других. Они работают с 8 утра до 8 вечера каждый день. Запись не требуется, нужны только паспорт и полис ОМС.

— Пройти обследование можно по пути на работу, во время прогулки, в конце спортивной пробежки или гуляя с собакой. Мы фактически перенесли поликлинику в условия парка, — отметила заммэра Москвы по вопросам соцразвития Анастасия Ракова. Проект способствует выявлению на ранних стадиях различных заболеваний: от болезней сердца до онкологии. Всего за час в па-

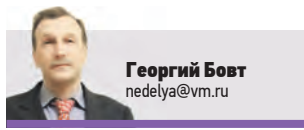


Елена Соловьева прошла обследование в «Здоровой Москве»

виллоне можно проверить ключевые показатели, выявить признаки хронических неинфекционных заболеваний и факторы риска их развития, проконсультироваться со специалистами о способах профилактики и узнать, здоров ли ты, или, в случае выявленных отклонений, получить необходимые рекомендации от врача. У посетителей возьмут кровь на общий анализ, измерят вес, рост, индекс мас-

сы тела, объем талии, сделают экспресс-тест на сахар и холестерин, проведут ЭКГ и биоимпедансометрию, которая показывает мышечный и жировой состав тела. Также выдадут направление на флюорографию. При необходимости терапевт назначит УЗИ щитовидной и молочной железы, брахиоцефальных артерий и нижних конечностей.

Марьяна Шевцова nedelya@vm.ru



Георгий Бост
nedelya@vm.ru

Во втором туре во многом будут происходить соревнования антирейтингов. И по этому показателю позиции действующего президента хуже. Для Москвы наиболее предпочтительный кандидат, конечно, Эрдоган, хотя отношения с ним у российского президента выстраивались непросто. Своей ставки Россия и не скрывает. На днях была продлена, в частности, так называемая зерновая сделка, предусматривающая экспорт украинского зерна из черноморских портов. Это откровенный пред-

выборный подарок именно Эрдогану. В свою очередь, оппозиционный кандидат в последнее время усилил антиросийскую риторику, хотя до первого тура он заверял посредством социальных сетей россиян в своих дружеских намерениях. Теперь же Кылычдароглу заявляет, что Эрдоган является чуть ли не агентом Москвы и вообще продался России. Лидер оппозиции собирается, как уже очевидно, проводить более прозападную политику, хотя и говорит о равных отношениях с ЕС, США и Россией. Он уже высказался за возобновление переговоров с США о поставках американских истребителей F-35 — сделка была заморожена Вашингтоном



Митинг в поддержку Кемаля Кылычдароглу в Анкаре

после того, как Эрдоган купил у России комплекс ПВО С-400. Кылычдароглу также снимет возражения Анкары против вступления Швеции в НАТО. Самое главное, что

рооборот между Турцией и Россией в прошлом году достиг 62 миллиардов долларов, против 35 миллиардов, которые Турция имеет с США. Существенную часть

го газового хаба в Турции, чтобы в том числе с его помощью восстановить хотя бы частично экспорт российского газа в западном направлении. Кстати, газопровод «Турецкий поток» остается на сегодня единственным направлением, по которому «Газпром» поставляет газ в Европу в прежних объемах. В знак закрепления дружбы «Газпром», по некоторой информации, даже пошел на отсрочку платежей за уже поставляемый в Турцию газ не менее чем на 4 миллиарда долларов, из которых 600 миллионов отсрочены на период после 2024 года. Впрочем, поскольку офи-

Еще одной сферой сотрудничества стала атомная энергетика. Кстати, благодаря этому инфляция в Турции за год сократилась с 85 процентов до вышеупомянутых 43. А все потому, что Россия перевела в виде кредита 15 миллиардов долларов на счета турецкой компании, которая строит АЭС «Аккую». В конце апреля состоялось открытие первого блока. В то же время

Я так объясняю

можно с уверенностью говорить, что даже в случае избрания президентом Кемаля Кылычдароглу полностью российско-турецкие отношения разрушены все же не будут. При этом стоит учитывать, что в ходе парламентских выборов, состоявшихся одновременно с первым туром, партия Эрдогана все же получила большинство в парламенте, что важно в свете обещаний лидера оппозиции вернуть Турцию к парламентской республике вместо президентской. Турция объективно заинтересована в сохранении торгового партнерства с Россией, равно как она заинтересована в том, чтобы в Турцию продолжали ездить российские туристы, которых в прошлом году там побывало около четырех миллионов человек. Однако какое-то отступление от достигнутых позиций в случае избрания Кемаля Кылычдароглу все же, видимо, неизбежно.

28 МАЯ В ТУРЦИИ ПРОЙДЕТ ВТОРОЙ ТУР ВЫБОРОВ С УЧАСТИЕМ ЭРДОГАНА, НЫНЕШНЕГО ПРЕЗИДЕНТА, НАБРАВШЕГО В ПЕРВОМ ТУРЕ 49,45% ГОЛОСОВ, И ЛИДЕРА ОППОЗИЦИИ КЫЛЫЧДАРОГЛУ — 45% ГОЛОСОВ

КАК НАМ ЖИТЬ БЕЗ ЭРДОГАНА



Эрдогану есть о чем задуматься перед вторым туром

он, похоже, готов будет если не полностью, то частично присоединиться к западным санкциям против России. На протяжении всего прошлого года Турция в значительной мере помогала России их обходить. Благодаря этому к концу прошлого года страна вышла на второе место среди российских внешнеторговых партнеров, тогда как годом ранее она даже не входила в десятку. Турецкие аэропорты стали настоящим хабом для международных полетов из России на фоне санкций против российской авиации и прекращения полетов в РФ западных авиакомпаний. Взаимный това-

«турецкого экспорта» составили товары, реэкспортируемые из европейских стран. Точной статистики не существует, но по утверждению Европейского банка реконструкции и развития по состоянию на конец осени прошлого года преимущественно через Турцию, хотя не только, в Россию поступило компьютерного и электронного оборудования на 2,6 миллиарда долларов. Экспорт из России в Турцию также более чем удвоился. Турция стала важным логистическим хабом для российских перевозчиков и тех, кто везет грузы в Россию. Правда, под давлением Запада Эрдоган уже с начала марта существенно ограничил транзит товаров в Россию через турецкую территорию, фактически запретив его в части попавшей под санкции продукции. Однако при этом по-прежнему сохраняется экспорт из Турции даже тех товаров, которые определены Западом как санкционные, если они произведены в самой Турции.

У двух стран за время правления Эрдогана появились масштабные общие интересы в энергетической сфере. В прошлом году российский президент выдвинул идею создания так называемо-

циального соглашения не заключено, то в случае победы оппозиции российский газовый монополист может легко забыть о своих обещаниях, и это станет уже предметом торга с новыми турецкими властями.

ШЕСТЬ ПРОБЛЕМ, ОДНО РЕШЕНИЕ

1. Кисти рук
2. Колени
3. Стопы
4. Плечевые суставы
5. Локтевые суставы
6. Тазобедренные суставы

НЕ ВОСПРИНИМАЙТЕ СВОИ СТРАДАНИЯ КАК ДОЛЖНОЕ! ВЫХОД ЕСТЬ!

Сустолад - разработан для здоровья костей и суставов из природного сырья высшего качества, ведущими технологами Алтая!

Получите 2 упаковки Сустолада В ПОДАРОК

Чтобы получить подарок:

1. Позвоните **8 (800) 200-17-21**
2. Сообщите код **2 4 3 3**

ВНИМАНИЕ!
Акция действует до 24 июня 2023 года.

Реклама. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, дате можно узнать по телефону 88002001721. Реклама. Только для жителей РФ. ИП Фатахова М.В. ИНН 591154295702 ОГРН 319494800079759 от 07.12.2022г. 1 Melanex Sustolad. Пищевой продукт. Не является лекарством. Не является БАД. Юридический адрес: 617032, Россия, Пермский край, Ильинский район, с.Васильевское, ул.60 лет октября д.2 кв.2.

ОТСУТСТВИЕ ПЕРЕМОГ

Крепость Бахмут, которую руководство ВСУ объявляло неприступной, была взята. А город Артемовск, потому что называть Бахмут теперь нужно именно так, был освобожден штурмовиками «Вагнера». Этот неприятный для них факт признали западные СМИ, но только не ВСУ. Замминистра обороны Украины Анна Малиар в соцсетях продолжает отбивать атаки и держать оборону Бахмута. Потерпев громкое поражение на одном участке, ВСУ попробовали реалитироваться на другом, атаковав приграничные поселки в Белгородской области и международный пункт пропуска «Козинка». Попытка была отбита совместными усилиями армии, ФСБ и Нацгвардии. По сводкам Минобороны, было уничтожено до 70 бойцов

ВСУ и нацбатальонов. Нигде не получив выгоды, военное и политическое руководство Украины снова просит от союзников авиации. Пентагон уже отреагировал на очеред-



Украинское правительство снова просит от союзников авиацию

ные поползновения Зеленского. Американские военные считают, что присылка на Украину истребителей F-16 едва ли способна изменить ситуацию для ВСУ.

свои самолеты. Появились сообщения, что уже началось обучение украинских пилотов.

Серьезная ли эта угроза? С одной стороны, недооценивать военную технику в любом случае не стоит. С другой — с таким тру-

дом полученные западные танки и в таких относительно небольших количествах заставляют украинских военных беречь дефицитную технику и семь раз поду-

мом полученные западные танки и в таких относительно небольших количествах заставляют украинских военных беречь дефицитную технику и семь раз поду-

мать, прежде чем бросать ее в бой. Если сожгут эти «Леопарды», где гарантия, что дадут новые?

Так и с самолетами. Понятно, что иностранные истребители станут приоритетной целью для ВКС и вообще всех видов зенитного оружия. Так что в бой их будут вводить либо редко, либо не вводить вообще. Тем более даже президент Байден заявил, что самолеты могут быть переданы только на условиях нанесения ударов по России. И хоть Крым в Белом доме Россией не считают, такие оговорки делают передачу самолетов Украине бессмысленной. Все равно что подарить паровоз и не дать угля.

В Венгрии очень обеспокоены планами Киева ударить по трубопроводу «Дружба», поскольку именно по нему углеводороды продолжают питать экономики европейских стран. Главы внешней политики ФРГ и Венгрии — Анналена Бербок и Петер Сийярто поругались во время личной встречи из-за блокировки Будапештом пакетов помощи Украине. Венгрия, похоже, остается единственной страной ЕС, которая пытается сохранить подлинный суверенитет.

Геннадий Окоороков
nedelya@vm.ru

НАШИ ГЕРОИ

Рискуя жизнью, спасают товарищей и выводят из-под огня технику



Лейтенант Никита Мушлантов в рамках спецоперации руководит танковым взводом. На одном из заданий Мушлантов вместе со своими подчиненными прикрывал союзные подразделения во время освобождения очередного населенного пункта от солдат ВСУ. Однако, несмотря на шквальный огонь со стороны противника, лейтенант вместе с товарищами уничтожил до 10 боевиков, пять танков, два БМП и три вражеских автомобиля. В дальнейшем благодаря самоотверженным действиям Никиты Мушлантова удалось освободить населенный пункт.



Рядовой Ценд-Аур Динчит участвует в спецоперации и действует в составе подразделения, которое на одном из заданий освобождало населенный пункт от солдат ВСУ. Не желая уступать, противник открыл огонь, однако отважный рядовой вместе с товарищами пошел на штурм, во время которого Ценд-Аур Динчит уничтожил огнем из стрелкового оружия семь боевиков ВСУ и подавил две минометные позиции врага. Помимо этого, Динчит, рискуя жизнью, вытащил из-под огня противника троих раненых товарищей и оказал им первую медицинскую помощь.



Рядовой Денис Шептунов в рамках спецоперации командует артиллерийским расчетом, который поддерживает огнем союзные подразделения во время наступательных действий. Несмотря на ожесточенное сопротивление украинских подчиненных в ходе боя удалось уничтожить боевую машину пехоты с экипажем, два внедорожника, а также большое количество живой силы врага. Благодаря профессионализму расчета под командованием рядового Шептунова российским военнослужащим удалось разгромить группировку украинских националистов.



Рядовой Артем Черкасов служит механиком-водителем реактивного артиллерийского дивизиона. На одном из заданий Черкасов выполнял задачу по ликвидации противника, который в попытке переломить ход сражения начал обстреливать местоположение машины рядового. Несмотря на это, Черкасов, умело маневрируя на местности, вывел технику в безопасное место, что позволило продолжить наносить огневые удары по врагу. В результате подразделения ВСУ понесли потери и спешно отступили с поля боя.

Денис Власенко
nedelya@vm.ru

ПОЛИТИКА: ВАЖНОЕ ЗА НЕДЕЛЮ

Как обычно, европейские члены НАТО во всем стараются быть еще более решительными, чем США. Нидерланды уже заявили, что готовы предоставить Украине

дом полученные западные танки и в таких относительно небольших количествах заставляют украинских военных беречь дефицитную технику и семь раз поду-



СВО: ФОТОФАКТ

20 мая, суббота, 21:39

Победой наших войск завершилось сражение за Артемовск (Бахмут) — одно из самых продолжительных с начала СВО. На снимке — военнослужащие ЧВК «Вагнер» во время установки российского флага в честь взятия города.

ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ЛЕКАРСТВА БОЛЬШЕ НЕ ПОМОГАЮТ?

ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

«Болит, ничего не помогает». Или «Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо?

Особенно если тебе далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуешь, как с каждым днём всё больше превращаешься в комок застарелых болячек. И не спишь по ночам...

Но не спешите ругать докторов. Или обвинять аптеки, что продают нам неэффективные «пустышки».

Российские учёные нашли причину, почему лекарства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!

ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ?

Вы удивитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, Вы не ослышались.

Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать инсульт, гипертонический криз, нарушение памяти, заболевания сердца и даже сахарный диабет.

А всё потому, что при дефиците ночного сна активность Вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать. Это как резервная электрическая станция у человека.

Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки. Вы понимаете? Так ведь и до болезни Альцгеймера недалеко... Сойти с ума на старости лет?! Что может быть хуже?

Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если Вы спите мало? Или сон чуткий, прерывистый? Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат Ваши суставы и позвоночник. Страдают все без исключения!

А сосуды? Они становятся зажаты мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества.

Следовательно, и лекарства при нарушенном кровотоке могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО?

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «мне прописали таблетки, а они не действуют». Да, не помогают. Потому что у Вас проблемы со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря грамотные врачи первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог один: пока Вы страдаете нарушениями сна — болезни не уйдут!

Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку.

Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся сами собой!

Так сказать, «одним ударом убить семерых». Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена наша физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает.

Вот тут и требуется помощь профессионала!

В результате многолетних исследований был создан первый аппарат для лечения нарушений сна — «Selfdocs Vizion» («Вижн»). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- Стресс и эмоциональные нагрузки;
- Психосоматические расстройства;
- Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;
- Депрессия.

МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился впервые. Можно сказать, что он эксклюзивен!

«Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может то, что не могут другие, — вернуть Вам потерянный сон!

Аппарат прошёл все клинические испытания, одобрен Росздравнадзором и является медицинским изделием. Это значит, что Вы можете быть уверены: качество — на высоте!

А недавно «Вижн» был представлен на Российской неделе здравоохранения — 2022. Самой значимой выставке достижений отечественной медицины. Где произвёл полнейший фурор. Как среди медиков, так и среди простых людей. Всё потому, что помимо улучшения качества сна у «Вижн» есть дополнительные супервозможности.



ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительным образом воздействует и на органы зрения.

Это приятный бонус, который способствует улучшению зрения при таких заболеваниях, как:

- **Близорукость (миопия):** профилактика и лечение близорукости;
- **Дистрофия сетчатки:** снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- **Астигматизм:** стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- **Глаукома:** нормализация внутриглазного давления;
- **Катаракта:** профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- **Атрофия зрительного нерва:** профилактика дегенерации зрительного нерва;
- **Спазм аккомодации:** расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- **Астения (зрительная усталость):** устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и улучшить зрение. Здорово? Такого пока не могут предложить даже частные клиники! Не говоря уж о простых офтальмологах в поликлиниках.

ПРОСТО, НЕДОРОГО, ЭФФЕКТИВНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа. И для того чтобы начать лечение, достаточно просто надеть аппарат на голову и нажать кнопку. Эластичные крепления подойдут на любой объём головы. Это не Вы подстраиваетесь под аппарат, а аппарат подстраивается под Вас! Ещё никогда лечение не было таким простым и комфортным.

Процедуры легко можно проводить дома, самостоятельно.

Согласитесь, это очень удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что Ваш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работа внутренних органов. Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром Вы встали бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отёков и мешков под глазами.

Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха. А в случае пробуждения быстро засыпаете снова.

Наутро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур!

ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТАБЛЕТКИ

Очень многие люди (возможно, и Вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьёзную ошибку. Это снотворные! А больше, как правило, врачи ничего не выписывают.

На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными. Они помогают справиться с нарушениями сна и невротами.

Но в действительности большинство из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсическое действие и со временем разрушают организм. Они могут даже вывести из строя целые органы (печень, сердце, почки, а главное — головной мозг). И чем дольше Вы их принимаете, тем последствия страшнее.

«ВИЖН» ЖЕ ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО

- **Лечебный эффект часто наступает уже после первого применения;**
- **Нормализует и улучшает качество сна;**
- **Снижает общее напряжение и чувство усталости;**
- **Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;**
- **Дополнительно улучшает ещё и работу органов зрения;**
- **В отличие от снотворных, можно совмещать с любыми лекарственными препаратами;**
- **Отечественного производства, одобрен Росздравнадзором и имеет статус медицинского изделия.**

Сколько Вы уже лечите свои заболевания? Месяц, год, а может, больше? Сколько уже потратили на таблетки, которые не помогают?

И не помогут. К сожалению. Потому что Вы идёте не тем путём. Выход в другой стороне!

Только вздумайте! Ещё год назад для людей с нарушениями сна альтернативы практически не было. А сейчас у Вас есть выбор! Российские учёные сделали Вам поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн».

Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не мучайтесь, хватит страдать. Подарите себе наконец шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн».

А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены. Звоните 8-800-511-67-08. И помните, жизнь одна. Запасной не будет!

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА* от производителя



ЗАКАЗЫВАЙТЕ АППАРАТ «ВИЖН»

по телефону горячей линии:

8 (800) 511-67-08

Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**

Также Вы можете сделать заказ на сайте prodex.ru

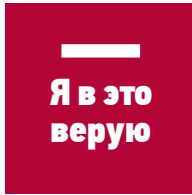
ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+

27 мая	МОСКВА	Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-15:00
--------	--------	--	-------------

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Димитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 25.05.2023 г. до 25.06.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Телеведущая Ксения Собчак для своей авторской программы «Осторожно, Собчак!» взяла интервью у митрополита Псковского и Порховского Тихона (Шевкунова), одного из самых влиятельных пастырей Русской православной церкви. Владыка Тихон — ответственный секретарь Патриаршего совета по культуре, он курирует строительство историко-археологического парка Херсонес Таврический. Приводим некоторые высказывания митрополита Тихона из этой беседы.



Трагедия Украины

— Мы просыпаемся с этой мыслью (о том, что на Украине идут военные действия. — «ВМ») и засыпаем. Для меня это в первую очередь огромная трагедия и общая незаживающая рана. Причина — это особый разговор. Но вот это

оружие. Если Украина создаст армию, она ее обязательно пустит в ход. Я в этом ни минуты не сомневаюсь и считаю, что сегодня мы закладываем мину под не только наше будущее, но и будущее всего человечества». Украинские политики считают, что Россия пытается захватить Украину и возродить Советский Союз. Но наш президент ведь говорил: кто не скорбит о разрушении Советского Союза, у того нет сердца, а кто мечтает его возродить — у того нет ума. Представить себе, что можно возродить СССР, затолкать пасту обратно в тюбик — никакой мыслящий человек не поставит это своей целью.

Естественная империя

— Свергли царя, пришли большевики, а когда немножко «очухались» после Гражданской войны, мы с неистовой энергией стали

нам империи — хотим мы этого или нет. Таков наш орголизм.

О Крыме

— Что такое был Крым, когда объявляли о том, что «поезда дружбы» снайстами едут в Крым вырезать всех русских? Когда пообещали запретить русский язык? 98 процентов крымчан проголосовали за объединение с Россией — я верю в эту цифру. Потому что я часто бывал в Крыму и знаю, с какой радостью люди встречали это (вхождение в состав Российской Федерации. — «ВМ»). Тем более непонятно — многие украинцы говорили мне об этом, — почему Украина не приняла Минские соглашения. Ведь Минские соглашения предполагали следующее: Донбасс и Луганск остаются в составе Украины, им разрешается наряду с украинским русский язык и дается частичная автономия в рамках своих республик, то есть главу Донецка не назначают с Западной Украины, а граждане выбирают его сами. В Канаде автономия имеет

вать мягко — но вмешалась «третья сила». Крымчане рассказывали мне, по каким учебникам они учились: в них была ненависть к России. К ним приезжали агитаторы — и это только в Крыму, что уж говорить об Украине!

Государство и Церковь

— Взгляды Церкви, которые выражает сейчас Святейший патриарх Кирилл, выслушиваются и учи-

тываются. Он регулярно встречается с Владимиром Владимировичем (Путинным. — «ВМ») по церковным делам. Я уверен, что, кроме вопросов церковно-государственных отношений, там идут разговоры о важном. Что касается других священников, то я знаю, что президент бывает на Валдае. И знаю, как он переживал, когда умер от ковида один из монахов Валдайского монастыря Панкратий. Что касается меня, то я знаю Владимира Владимирови-

ча с 1998 года, он работал рядом со Сретенским монастырем на Лубянке и заходил иногда в храм. И сейчас нам удается иногда поговорить. В любом случае, люди на самой высоте — они очень одиноки. Мы даже не можем знать, какая колоссальная ответственность лежит на этом человеке.

Об СВО

— Мы, православные люди, знали давно, что все это будет. У нас есть такое явление, сокровище, ин-



Митрополит Псковский и Порховский Тихон

РОССИЯ УСТОИТ ПРОТИВ АНТИХРИСТА

МИТРОПОЛИТ ТИХОН (ШЕВКУНОВ) — О НАЦИЗМЕ НА УКРАИНЕ, НЕИЗБЕЖНОСТИ СВО И ОБ ИСТОРИЧЕСКИХ КОРНЯХ НЕНАВИСТИ КОЛЛЕКТИВНОГО ЗАПАДА К РОССИИ

ощущение, что такого не должно было бы быть ни в коем случае, и мысли о том, что не все сделано для того, чтобы этого не случилось, конечно, они посещают все время... Но я вспоминаю слова вашего отца (Анатolia Собчака. — «ВМ») в 1992 году, когда он предупреждал о нынешних событиях: «Я не сомневаюсь в том, что завтра они предъявят претензии на ядерное

строить новую империю. Россия — имперская страна. Здесь нужно посмотреть, что такое империя. Это страна, которая объединяет многие народы на одной государственной территории — единая экономика, единая власть и единый язык. Россия объединяет и татар, и башкир, и якутов, и русских, и другие народы. Мы не можем строить свою жизнь иначе, чем по зако-

Квебек, во Франции — Эльзас и Лотарингия. Это обычная практика. И почему <украинские власти> терзали людей и не давали это сделать? Ведь Россия все подписала — и больше ничего не требовала. Мы старались действо-

В 2002 году скончался схимандрит (высший сан черного монаха. — «ВМ») Зосима Сокур — в построенном им самим в 90-е годы Успенском Николо-Васильевском монастыре в Донецкой области (его почти весь разбомбили). «Сейчас, в наше время колотня с Киева вся начнется, с матери городов русских, с колыбели. И оттуда покажется эта колотня по всей земле русской, не минует и Россию, кругом будет беснование. Но Россия устоит, даже силы антихриста не одолеют Русской православной церкви». И в завещании своем он писал только одно — будут расколы: «В случае отхода Украины от Мо-

сква — какая бы ни была автокефалия (самостоятельность Церкви) — беззаконная или «законная», — автоматически прерывать связь с митрополитом киевским».

Иов мог счастливо жить, забыв о детках, которые у него умерли, и так далее... А вы знаете, человек очень быстро привыкает к новым, посылаемым Господом, благам. Новые дети — это заботы, пеленки, накормить, выучить, одно-другое, третье... Верблюды — на выпас их вывести, подонить и так далее. Мы видим такое и в нашей жизни. Конечно, скорбь остается. Но жизнь прорастает и становится доминирующей. А светлая печаль остается как огромная часть опыта, но она лишена жуткого трагизма. Она полна веры и доверия к человеку пониманию промысла Божия.

ститут внутри Церкви — так называемые старцы. Это такие духовники, как правило, священники. Они настолько преуспели в духовной жизни, настолько соединились с Богом, что прошлое, настоящее и будущее для них не как для нас — закрыто, оно приоткрывается. И вот именно украинские старцы — еще с сороковых годов — предупреждали о том, что будет война между Украиной и Россией. Был такой Лаврентий Черниговский, он скончался в 1950 году. Он говорил об этих страшных настроениях, о том, что будет раскол в Русской церкви, о том, что России, Украине и Белоруссии надо держаться вместе, грядут страшнейшие события. Мы, честно говоря, когда читали это в 80-е годы, еще в списках, думали: ну, какой-то бред. Советский Союз, а тем более человек писал это в сталинское время...

Но потом стало появляться все больше и больше такого же рода пророчеств — от людей, старцев, заслуживающих самого высокого доверия.

О тяжелых временах и будущем

— Конечно, обидно (наблюдать процесс раскола Православной церкви. — «ВМ»). Но мы же понимаем, что это промысел Божий. Это тот путь — через болезни, испытания, который человек неизбежно должен пройти для своего становления. Ведь в комфортных условиях человек превратится просто в животное, а преодолевая беды и невзгоды, человек становится человеком.

Есть древняя Книга Иова — о том, как праведник претерпевает самые страшные испытания, смерть самых близких людей... В испытаниях узнается Бог. Мой духовник, старец отец Иоанн Крестьянкин, вспоминая о сталинской тюрьме, говорил: это было самое счастливое время моей жизни. Бог был рядом. И Иов обрел бога в испытаниях. Федор Достоевский очень любил Книгу Иова, но не понимал конюшки этой Книги: почему Иов прожил еще долгие годы, снова у него родились дети, снова у него появились верблюды, овцы и так далее. И, «насытившись днями», он умер. Достоевский удивлялся, как



18 марта 2023 года. Митрополит Тихон, Владимир Путин и губернатор Севастополя Михаил Развозжаев (слева) в Херсонесе Таврическом



Свято-Успенский Псково-Печерский монастырь, вид сверху

Иов мог счастливо жить, забыв о детках, которые у него умерли, и так далее... А вы знаете, человек очень быстро привыкает к новым, посылаемым Господом, благам. Новые дети — это заботы, пеленки, накормить, выучить, одно-другое, третье... Верблюды — на выпас их вывести, подонить и так далее. Мы видим такое и в нашей жизни. Конечно, скорбь остается. Но жизнь прорастает и становится доминирующей. А светлая печаль остается как огромная часть опыта, но она лишена жуткого трагизма. Она полна веры и доверия к человеку пониманию промысла Божия.

Когда утихнет ненависть между русскими и украинцами

— Может быть по-разному. Если ненависть будет возгравать постоянно, то это надолго. Я вспоминаю, ко мне приехал в Печору наш прихожанин, мальчик, выпускник класс. И говорит: «Владыко, я понять не могу, как жетак, разве украинцы — фашисты? Я же переписываюсь с ребятами в соцсетях, один в Харькове, другой в Киеве, они такие же, как мы». Я ничего ему не мог объяснить.

только видим по телевизору, умозрительно, а они там знают очень хорошо... Нам ведь не нужна победа над Украиной. Нам нужна победа правды божьей в этой «многосторонней» ужасной ситуации.

О долгой истории противостояния России и Запада

— В 1990-е и 2000-е годы нас любезно пригласили в западное сообщество. И, конечно же, все были безумно рады. Все воспринимали это как самый правильный и счастливый выбор, кроме тех, кто хорошо знал историю взаимоотношений глобального Запада и России. Глобальный Запад воспринимал Россию не как партнера, а как средство для использования. Об этом писали Пушкин, Тютчев, Достоевский, многие мыслители, политики, от Александра III до славянофилов и даже западников.

Мое глубокое убеждение, что дело идет от древних времен. Византийский Восток, наследниками которого мы стали, и Запад, который долгое время уступал Византии в развитии, в науке, культуре, в могуществе, — противостояние этих двух миров было непримиримым именно с точки зрения Запада.

Людам из Донбасса ничего объяснять не нужно: они столкнулись с фашизмом наяву

«Как вы объясняете своим ученикам, которые сидят под бомбежками, необходимость спецоперации?» Они мне сказали: «А им не надо ничего объяснять. Они и так знают, что столкнулись с фашистами, с инфернальной, страшной силой ненависти, которая только уничтожает». Я был поражен. И второе мне сказали в Крыму. Один священник местный — у него родственники выезжали с Украины в Россию. Он рассказал, как первый автобус прошел, а второй остановили украинские военные и расстреляли всех, включая женщин, детей, и две собаки были там... И этот священник спокойно говорит: «Мы знаем, что это за страшная дикая сила, это нацисты». Если бы я не услышал это своими ушами, я бы не поверил. Мы этого не знаем —

только видим по телевизору, умозрительно, а они там знают очень хорошо... Нам ведь не нужна победа над Украиной. Нам нужна победа правды божьей в этой «многосторонней» ужасной ситуации.

О долгой истории противостояния России и Запада

— В 1990-е и 2000-е годы нас любезно пригласили в западное сообщество. И, конечно же, все были безумно рады. Все воспринимали это как самый правильный и счастливый выбор, кроме тех, кто хорошо знал историю взаимоотношений глобального Запада и России. Глобальный Запад воспринимал Россию не как партнера, а как средство для использования. Об этом писали Пушкин, Тютчев, Достоевский, многие мыслители, политики, от Александра III до славянофилов и даже западников.

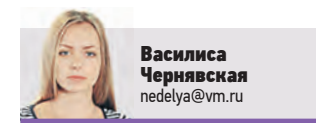
Мое глубокое убеждение, что дело идет от древних времен. Византийский Восток, наследниками которого мы стали, и Запад, который долгое время уступал Византии в развитии, в науке, культуре, в могуществе, — противостояние этих двух миров было непримиримым именно с точки зрения Запада.

Людам из Донбасса ничего объяснять не нужно: они столкнулись с фашизмом наяву

Кроме того, есть мировая борьба за римское наследие. В Вашингтоне — вы заметили, какое там количество римских орлов? Демократическая страна — и вдруг «имперские» орлы на каждом шагу. А как называется их законодательный институт? Сенат? Стоит он на холме Капитолий, а рядом протекает речка Тибр. Зачем им это все надо? Что за игры? Задача России в содружестве восьми государств была стать «Украиной» против Китая. Но нам стало понятно, что нас готовят и направляют к противостоянию с Китаем, и Россия этого не захотела.

НАВЕДЕМ МОСТЫ

СОЗДАНИЕ МОСТОВ В ГОРОДЕ РЕШАЕТ СРАЗУ НЕСКОЛЬКО ЗАДАЧ. ЭТО СВЯЗКИ МЕЖДУ РАЙОНАМИ, НОВЫЕ МАРШРУТЫ ДЛЯ ГОРОЖАН, А ПОРОЙ И СИМВОЛЫ СТОЛИЦЫ. ОБУДУЩИХ СТРОЕНИЯХ РАССКАЗЫВАЕТ «ВМ»



Василиса Чернышкова
nedelya@vm.ru

До конца нынешнего года берега рек столицы будут трижды связаны новыми мостами. Сдать сооружения предстоит на юге города: их соединит один из самых длинных из строящихся сегодня мостов — через затон Новинки. Еще два моста станут частями современной скоростной магистрали. — В этом году сдадим мосты через реку Пехорку для соединения Московского скоростного диаметра с трассой «Москва — Нижний Новгород — Казань» и через Москву-реку, от Курыновского бульвара до Кантемировской улицы, — рассказал зампред Москомархитектуры Андрей Бочкарев.

Через затон Новинки

Мост в микрорайоне ЗИЛ готов на 85 процентов. Он свяжет набережную Марка Шагала с проектируемым проездом № 4062 и станет частью магистральной улицы. Благодаря предстоящему вводу повысится транспортная доступность динамично развивающегося района. — Мост через затон Новинки обеспечит транспортную доступность новых жилых кварталов на территории бывшей промзоны, а также свяжет строящуюся Симоновскую набережную с райо-

оном Южнопортовый, что позволит разгрузить Третье транспортное кольцо, Варшавское шоссе и проспект Андропова, — подчеркнул руководитель Департамента строительства города Рафик Загрудинов.

К федеральной трассе

Для транспортной связи между Московским скоростным диаметром и автомобильной дорогой М-12 «Москва — Нижний Новгород — Казань» будет построен мост через реку Пехорку. — На сегодня готовность объекта составляет почти 40 процентов, — отчитался Андрей Бочкарев. — Открыть сооружение планируется до конца 2023 года. Помимо самого моста проектом предусмотрено строительство прилегающих дорог протяженностью более километра.

Со смотровой площадкой

Планы строительства мостов в столице распланы на несколько лет вперед. Это касается самых разных районов — не только тех, через которые проходят такие крупные трассы, как Московский скоростной диаметр. Речь идет и о тех территориях, где застройка уже сложилась, а в транспортную ситуацию вмешиваться приходится очень осторожно. Например, в Басманном районе.

В городе активно создается кластер Московского государственного технического университета имени Баумана — Центр науки и инноваций. Но не только новые корпуса станут частью образовательного центра. Строящийся велосипедный мост на реке Яузе дополнит будущий кластер. Как отметил Рафик Загрудинов, мост станет дополнительной связкой двух столичных районов — Басманного и Лефортово. — Ключевой элемент конструкции и главное укра-

шение моста — смотровая площадка-амфитеатр над водой. На спусках к набережным будут смонтированы пандусы, лифты и лестничные сходы. Завершить строительно-монтажные работы и ввести объект в эксплуатацию запланировано в 2025 году, — рассказал он.

На Рубцовской набережной мост выйдет к учебно-лабораторному корпусу знаменитой Бауманки. А с противоположной стороны, на Госпитальной набережной, — к строящемуся зданию общежития университета.

Свяжет три района

Через два года в Москве сдадут несколько мостов. Еще одно искусственное сооружение появится в Береговом проезде. По проекту в районе Филевский Парк будет обеспечен выход на Береговую проезд, в Пресненском районе появится развязка с Шелепихинским



МОСТ У БЕРЕГОВОГО ПРОЕЗДА

Запланирован монтаж моста длиной 315 метров и трех эстакад суммарной протяженностью 470 метров. Дополнительно предусмотрена реконструкция и строительство 1,3 километра улично-дорожной сети. Разработка проектной документации завершена. Плановый ввод объекта в эксплуатацию — конец 2025 года. Новый мост улучшит транспортную связь между Западным и Северо-Западными административными округами и, в частности, районов Филевский Парк, Пресненский и Хорошево-Мневники.

шоссе. Вместе с уже функционирующим Шелепихинским мостом значительно улучшится связность жилых кварталов на двух берегах Москвы-реки. — Новый мост свяжет три окрестных района с населением почти 400 тысяч человек, — отметил Андрей Бочкарев. Другой проект, результаты которого можно будет увидеть в конце 2025 года, — пешеходный мост через Нагатинский затон. К строительству планиру-

ется приступить уже в этом году. Протяженность сооружения — свыше 200 метров. В его конструкцию заложены пешеходные и велосипедные дорожки, а на берегах — связи с существующими тротуарами.

— По проекту мост пройдет через старое русло реки Москвы в районе улиц Корабельной и Коломенской. Новый мост обеспечит жителям кварталов доступ к станции метро «Нагатинский Затон» Большой коль-



МОСТ В ПАРКЕ «ЯУЗА»

Велопешеходный мост длиной 185 метров расположится в подмостовом пространстве Московского скоростного диаметра и Московского центрального кольца. Ширина пешеходной и беговой дорожек составит четыре метра, велодорожки — три метра. Кроме того, будет обустроен наземный переход.

МОСТ ЧЕРЕЗ ЗАТОН НОВИНИКИ

Длина сооружения составит 615 метров. На нем будет по две полосы движения в каждую сторону. За счет метода продольной навдвинки, проведенного в восемь этапов, мост удаётся возводить без остановки водной навигации.



ПРЕСС-СЛУЖБА АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МОСКВЫ



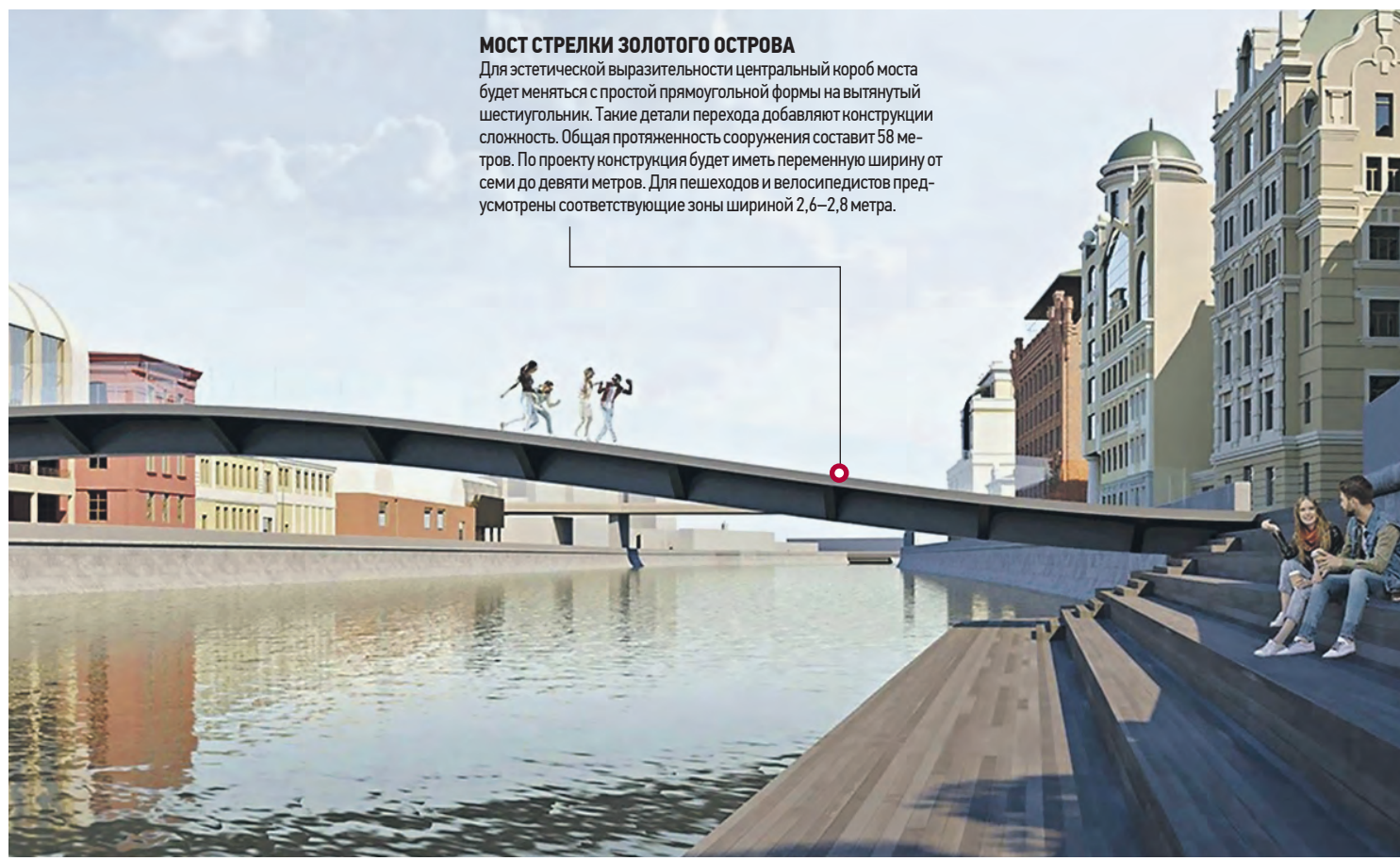
STUDIO KMS.RU

МОСТ В ВИДЕ ПАРУСА В ФИЛЕВСКОЙ ПОЙМЕ

Металлические коробчатые балки крепятся к пилонам и воспринимают нагрузку основного пролета. По форме эти конструкции напоминают такежан судна, что создает яркий, запоминающийся силуэт в сложившейся среде и вечерних пейзажах по обоим сторонам Москвы-реки. Общая высота конструкции в местах установки пилонов составит порядка 25 метров от уровня воды. При этом ширина основного пролета через реку составит около 120 метров, а высота подмостового габарита — 11 метров, что позволит осуществлять навигацию и движение водного транспорта.

МОСТ СРЕЛКИ ЗОЛОТОГО ОСТРОВА

Для эстетической выразительности центральный короб моста будет меняться с простой прямоугольной формы на выпянутый шестиугольник. Такие детали перехода добавляют конструкции сложность. Общая протяженность сооружения составит 58 метров. По проекту конструкция будет иметь переменную ширину от семи до девяти метров. Для пешеходов и велосипедистов предусмотрены соответствующие зоны шириной 2,6–2,8 метра.



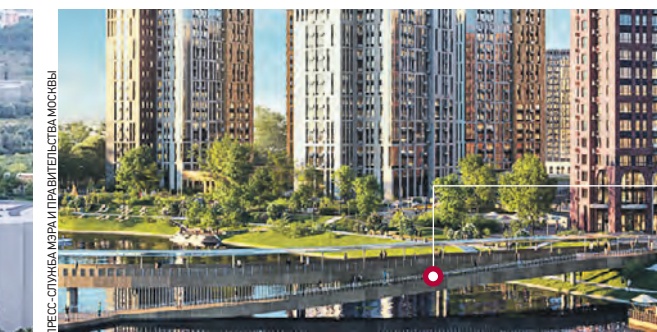
ИСТИТУТ УРБАНИСТИКИ

МОСТ У БАУМАНКИ

Протяженность моста составит около 300 метров. Проектом предусмотрено устройство двух лифтов, пандусов, пешеходных дорожек и площадок. Новое сооружение соединит пешеходные маршруты и станет дополнительной связью между районами Басманный и Лефортово. Конструктивные особенности моста позволяют решить проблемы в том числе маломобильных групп населения. Мост соединит две части нового образовательного кластера Бауманки. Примерно в 300 метрах от места строительства уже есть два моста. Но Госпитальный мост, скорее, автомобильный, на нем довольно длинные интервалы переключения светофоров, а Рубцов мост неудобен для родителей с колясками.



STUDIO KMS.RU



ПРЕСС-СЛУЖБА АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МОСКВЫ

МОСТ В СОСЕНКОМ

Мост будет органично встроиться в ландшафт территории. Маршрут по нему наместится от рекреационной прогулочной зоны и приведет к арт-парку рядом с бизнес-кварталом «Троицкое», городским променадом и станцией метро. Маршрут через мост станет кратчайшим путем до центральной площади жилого района. В середине моста с каждой стороны обустроят две смотровые площадки.

цевой линии, — отметил Рафик Загрудинов. С опережением намеченных сроков обещают сдать мост в историческом центре. Новое сооружение свяжет стрелку Золотого острова и Крымскую набережную. Сейчас проектировщик завершает разработку необходимой документации.

Пешеходный маршрут

Окрашены в алый

Некогда заброшенные территории обретают новый вид. Взять, к примеру, Мневниковскую пойму. Здесь строят и жилые, и спортивные, и социальные объекты. А чтобы связать улицы, «разрезанные» поперек рекой, решили построить два моста. По задумке, они соединятся непрерывной велосипедной дорожкой, что даст возможность организовать общественные пространства районов Крылатское, Хорошево-Мневники и Филевский Парк в единый парковый кластер. Один из мостов выведет в сторону Крылатского, благодаря чему повысится доступность знаковых спортивных объектов. А другой — в сторону заповедного Филевского парка. Филев-

скую пойму с Хорошево-Мневниками соединит 350-метровый мост, отличительной особенностью которого станут ярко-красные конструкции.

У зеркального пруда

Другой пример столичного благоустройства — появление в районе Дорогомиллово зоны отдыха с зеркальным прудом и фонтаном. Одной из новых достопримечательностей набережной станут три небольших парящих над рекой моста. Там появится замечательная благоустроенная набережная от Филевского парка до театра «Мастерская Петра Фоменко». — Город планирует реализовать здесь яркий проект, часть которого станут парящие над водой мосты,

Столица быстро растет. Ее улицы, до сего дня «разрезанные» рекой, будут связаны мостами

прибрежный парк, размещение вдоль береговой линии амфитеатра и других рекреационных объектов. Также городом предусмотрена комплексная работа с давно существующими подмостовыми пространствами, — отметил Сергей Кузнецов.

СИЛЬНАЯ ЖАРА или ОБЫЧНАЯ УМЕРЕННАЯ ТЕМПЕРАТУРА ЖДУТ НАС В ИЮНЕ, ИЮЛЕ И АВГУСТЕ — ОЦЕНКИ СИНОПТИКОВ НА ЭТИ МЕСЯЦЫ ОЧЕНЬ ПРОТИВОРЕЧИВЫЕ. ОТКУДА ПОЯВИЛИСЬ ТАКИЕ ПРОГНОЗЫ?



Дмитрий Толкачев
nedelya@vm.ru

В середине мая в некоторых СМИ со ссылкой на климатологов из международных организаций появились сообщения о том, что предстоящее лето будет самым жарким за последние 150 лет. Столица

ционно-психологическая атака от каких-то «неоделанных» климатологов. Непонятно, из каких источников сообщения появились, но я так понял, что это какая-то НКО-шная история. Про карбонизацию, зеленую энергетику, «Гринпис»*, который наконец-то запретили у нас в стране. И вот они по сути отработывали свои гранты, чтобы нагнетать градус глобального потепления

мался прогнозами погоды и вообще «специалист» непонятно чего.

А что же ждать в реальности?

Что касается науки, то я думаю, что этим лето, если мы берем Европейскую территорию России, и в июне, и в июле, и в августе температура будет на 1–2 градуса выше положенной климатической нормы. Это — средний срез. Понятно, что будут какие-то волны: и похолодание, и потепление. У нас это всегда происходит. Мы живем не на Гавайях или Канарах, где всегда ровный температурный ход в течение года. Так что если резюмировать, то какой-то экстремальной жары

я не вижу. А если говорить о норме по Москве, то ночная — это плюс 10–15 градусов, дневная — плюс 21–26 в день. С небольшими вариациями. Так что с точки зрения температурного режима лето не войдет ни в десятку, ни в двадцатку самых жарких летних сезонов.

А как насчет дождей?

Что касается осадков, их недостаток может достигать 10–30 процентов. А на западе Подмосковья — и 40 процентов. Это особенно коснется июня и июля. Поэтому с точки зрения недостатка небесной влаги меня немного беспокоит июнь. Но

для тех, кто будет проводить отпуск у себя на даче, это будет классная погода. Много солнечных дней. Больше тепла. Быстрее прогреется вода в водоемах. И в первой декаде июня уже дойдет до кондиции. Само же лето наступит уже к концу мая. Так что погода для отпускников будет просто великолепная. Понятно, что для аграриев и тех, кто проводит время на дачных участках и выращивает огурчики-помидорчики, я бы советовал запастись водой. Июнь и август будут в пределах нормы. И вторая история — это повышенная пожароопас-

САМЫЕ ЖАРКИЕ ЛЕТНИЕ СЕЗОНЫ В МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЕ

Год	Максимальная дневная температура
1901	+34,7 (июнь) +32,7 (август)
1917	+33,5 (июнь) +32,2 (июль)
1920	+36,8 (август)
1948	+33,6 (июнь)
1972	+34,8 (июль) +34,8 (август)
1981	+35,0 (июль)
1998	+33,9 (июнь)
2010	+38,2 (июль)

БУДЕТ ЛИ ЛЕТОМ В СТОЛИЦЕ САХАРА

Зонтик летом всегда пригодится — если не для дождя, то для защиты от солнца. Это как кому повезет с погодой

едва ли не в Сахару превратится — такое будет пекло. Так ли это и на самом ли деле нам нужно подготовиться к климатическому апокалипсису?

С этими тревожными вопросами мы обратились к ведущему специалисту Центра погоды «ФБОС» Евгению Тишковцу (на фото).



Ну так что, Евгений Александрович, все лето будем маяться от невыносимого зноя?

Прежде всего хотелось бы сказать про эту историю с жарой, которой якобы не было 150 лет. Это информа-

и всего того, что с этим связано. Сегодня их хлебом не корми, а дай вбросить истории подобного рода. В сложной военно-политической ситуации разговоры о супер-

жаре имеют очень серьезные последствия. Многие люди, особенно пожилого возраста, очень плохо реагируют на подобные вбросы.

Я считаю подобные апокалиптические прогнозы вредительством. Тем более что тот источник, который это говорил, не имеет никакого отношения к долгосрочному прогнозированию. Никогда не зани-

ность. Если смотреть на карту пожароопасности Московской области уже сейчас, то там третья-четвертая степень пожароопасности из пяти возможных. И мы подбираемся к достаточно опасной красной линии.

Но опять же, 90 процентов пожаров провоцируют сами люди. Так что надо быть очень аккуратным и ответственным. Не бросать спички, окурки. Гасить костры. **Значит, климатического апокалипсиса не ожидается?**

Лето я вижу достаточно благополучным. Считаю, что и для детей, и для взрослых это оптимальная температура. Иногда бывает вредно стремиться в жаркие страны. Это, как правило, отзывается большим стрессом для организма. «Не нужен нам берег турецкий...» Можно замечательно отдохнуть и на Оке, и на Волге. Ну а пожарным и аграриям нужно исходить из их профессиональной стратегии.

Иногда бывает вредно стремиться в жаркие страны и края — это, как правило, большой стресс для организма

* В мае 2023 года Генеральная прокуратура Российской Федерации объявила Гринписе нежелательной организацией, деятельность которой «представляет угрозу основам конституционного строя и безопасности РФ».



В программе возможны изменения

1 КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости с субтитрами
- 09.20 АнтиФейк 16+
- 09.55 Жить здорово! 16+
- 10.45 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Информационный канал 16+
- 16.00 Мужское/Женское 16+
- 16.50 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.20 Информационный канал 16+
- 19.50 Куклы наследника Тутти 16+
- 21.00 Время
- 22.00 ТРЕЙДЕР [S] 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 00.00 Подкаст.лаб 16+

Москва
Доверие

- 06.05 Мой район. Навигатор 16+
- 06.15 Раскрывая тайны звезд 12+
- 07.00 Мой район. Навигатор 16+
- 07.15 ЧЕРНАЯ ВУАЛЬ (Россия, 1995) 16+
- 08.55 Тайны нашей эстрады 12+
- 09.20 Тайны кино. Обыкновенное чудо 12+
- 10.10 ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО (СССР, 1978) 6+
- 12.40 ТАЙНЫ МАДАМ ВОНГ (СССР, 1985) 12+
- 14.10 ЧЕРНАЯ ВУАЛЬ (Россия, 1995) 16+
- 16.00 К 70-летию со дня рождения Александра Абдулова Раскрывая тайны звезд 12+ Александр Абдулов — кумир миллионов. Он обладал блестящим актерским талантом, безграничной энергией и невероятной работоспособностью. Его хватало на все: на кино, на театр, на многочисленных друзей и на страстную всепоглощающую любовь. Внутри Абдулова всю жизнь кипели вулканы, которые в результате спалили артиста дотла. Судьба отвела ему всего лишь 54 года жизни. Но и за столь короткий срок Александр Гаврилович успел все то, что многие не способны сделать и за более долгую жизнь...
- 16.50 Мой район 12+
- 17.50 Звезды советского экрана 12+
- 18.20 ТРИНАДЦАТЬ ЗА СТОЛОМ (Великобритания, 1985) 16+
- 20.00 ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО (СССР, 1978) 6+
- 22.25 ТАЙНЫ МАДАМ ВОНГ (СССР, 1985) 12+
- 23.55 Мой район. Навигатор 16+
- 00.05 Мой район. Энциклопедия. Московские небоскребы 12+
- 00.30 ЗАГАДКА МЕРТВЕЦА (США, 1986) 16+
- 02.00 Мой район. Навигатор 16+
- 02.15 Мой район. Энциклопедия. Да будет свет! 12+
- 02.40 Мой район. Навигатор 16+
- 02.50 Тайны кино 12+
- 03.35 Мой район. Энциклопедия. Столичные Вокзалы 12+
- 03.55 Мой район. Навигатор 16+
- 04.10 Мой район. Энциклопедия. ТАСС уполномочен заявить 12+
- 04.30 Мой район. Навигатор 16+
- 04.40 Мой район. Энциклопедия. Курьер 12+
- 05.00 Мой район. Энциклопедия. Москва. Береговая линия 12+
- 05.40 Мой район. Энциклопедия. Ночной дозор, Дневной дозор 12+

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 60 минут 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? 12+
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов 16+
- 17.30 60 минут 12+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 ПАРОМЩИЦА. ДОЛИНА МЕЧТЫ 12+



Строительство коттеджного поселка «Долина мечты» почти закончено. Максим Милорадович приводит Надю в новый дом и предлагает выйти за него замуж. Бывший муж Нади Лев выходит по УДО, но не может найти работу в городе. Он думает уехать в Москву, попытаться счастья там. Сын Льва и Нади — Костя — ждал возвращения отца из тюрьмы два года и теперь расстроен, что он снова уезжает. Бывшая жена Мама Елена приводит в Излучинск дочку Полину. В «Долине мечты» начнется пожар. Надя видит велосипед сына рядом с одним из горящих домов. Макс бросается в огонь... «Долина мечты» сгорает полностью. Во время пожара погибает прораб Денис Митрофанов. Соня Хлынова с сильными ожогами находится между жизнью и смертью...

- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
- 02.05 МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ 16+
- 03.45 Семейный детектив 16+

НТВ

- 05.00 МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ 16+
- 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.25 ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ [S] 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ [S] 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Москве
- 16.50 За гранью 16+
- 17.55 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ [S] 16+
- 22.10 На задворках памяти. Квартирник в театре Ленком к юбилею Александра Абдулова [S] 16+
- 23.55 Сегодня в Москве
- 00.15 ТРАССА СМЕРТИ [S] 16+
- 03.40 ЗАКОНЫ УЛИЦ [S] 16+

ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.15 Тайна песни. Подмосковные вечера 12+
- 08.50 ГОСТИНИЦА РОССИЯ 12+
- 10.45 Петровка, 38 16+
- 10.55 Городское собрание 12+
- 11.30 События
- 11.50 СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА 12+
- 13.40 Мой герой. Анна Нахапетова 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 СПЕЦЫ 16+
- 17.00 Александр Абдулов. Жизнь без оглядки 12+
- 17.50 События
- 18.10 Петровка, 38 16+
- 18.25 АННА И ТАЙНА ПРОШЛОГО 12+
- 22.00 События
- 22.40 Призвание машин 16+
- 23.10 Знак качества 16+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38 16+
- 00.45 Русские тайны. Места силы 12+
- 01.25 Александр Барыкин. Бумеранг измены 16+
- 02.05 Троцкий против Сталина 12+
- 02.45 Осторожно, мошенники! 16+
- 03.15 СПЕЦЫ 16+
- 04.40 Короли эпизода. Мария Скворцова 12+
- 05.20 Мой герой. Анна Нахапетова 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних 16+
- 08.30 Давай разведемся! 16+
- 09.30 Тест на отцовство 16+
- 11.40 Понять. Простить 16+
- 12.55 Порча. Темная луна 16+
- 13.25 Знахарка 16+
- 14.00 Верну любимого 16+
- 14.35 Голоса ушедших душ 16+
- 15.10 ПОГОНЯ ЗА ТРЕМА ЗАЙЦАМИ 16+
- 19.00 НЕВЕСТА 16+
- 22.20 ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА 16+



Возраст любви не помеха. Особенно, если избранник так харизматичен, что в него влюбляются все девушки вокруг. А как иначе, если тренер по самообороне Алексей ведет женскую группу? Его выбор падает на скромную студентку Иру. Сама Ира по уши влюбляется в инструктора, несмотря на разницу в возрасте. Ира — ровесница сына Алексея, упрямого Максима, который тоже бросает влюбленные взгляды на хрупкую Иру... Так девушка попадает в любовный треугольник...

- 02.00 Понять. Простить 16+
- 02.55 Порча 16+
- 03.20 Знахарка 16+
- 03.50 Верну любимого 16+
- 04.15 КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЮ 16+
- 05.05 6 кадров 16+
- 05.15 По делам несовершеннолетних 16+

КУЛЬТУРА

- 06.30 Новости культуры
- 06.35 Пешком... Москва готическая
- 07.00 Новости культуры
- 07.05 Невский ковчег. Теория невозможного. Иван Бецкой
- 07.30 Новости культуры
- 07.35 ХИРУРГИЯ (Ленфильм, 1939)
- 08.10 Забытое ремесло. Сваха
- 08.30 Жизнь и судьба
- 08.50 ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО (Мосфильм, 1978)
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10, 01.15 XX век. Кабаре моей жизни. Алла Баянова. Фильм-концерт. 1991
- 12.30 Новости культуры
- 12.45 Новости. Подробно. АРТ
- 13.00 Русский стиль. Купечество
- 13.00 ПРОТИВОСТОЯНИЕ (Ленфильм, 1985)
- 14.35 Линия жизни. Дмитрий Шпаро
- 15.30, 02.30 Роман в камне. Тунис
- 15.55 Агора с Михаилом Швыдким
- 17.00 Новости культуры
- 17.15 К 120-летию со дня рождения Евгения Мравинского. Брамс. Симфония № 4. Дирижер Евгений Мравинский
- 18.00 Кино о кино. Ищите женщину. Какая ты красивая, когда молчишь!
- 18.45 70 лет со дня рождения Александра Абдулова. Острова
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Вспоминая Алексея Бегака. Его правила жизни
- 20.45 Царские забавы
- 21.30 Сати. Нескучная классика...
- 22.15 ПРОТИВОСТОЯНИЕ (Ленфильм, 1985)
- 23.25 Всеволод Шиловский. Вспоминаю старый МХАТ... Ольга Андровская
- 23.50 Магистр игры. Авторская программа Владимира Микушевича. У телефона Сталин
- 00.20 Ступени Цивилизации. Легенды и мифы — величайшие тайны человечества. Проклятие фараона

ЗВЕЗДА

- 05.20 ТИХАЯ ЗАСТАВА (Россия, 2010) 16+
- 07.00 Сегодня утром 12+
- 09.00 Новости дня 16+
- 09.15 Открытый эфир 16+
- 10.55 ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА 12+
- 12.35 Москва фронту 16+
- 13.00 Новости дня 16+
- 13.25 Москва фронту 16+
- 14.00 КРАПОВЫЙ БЕРЕТ 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 15.05 КРАПОВЫЙ БЕРЕТ 16+
- 18.00 Новости дня 16+
- 18.20 Специальный репортаж 16+
- 18.55 Битва за Россию. Операция Багратион. Рокоссовский против Буша 16+
- 19.40 Загадки века с Сергеем Медведевым. Ужас за колючей проволокой 12+
- 20.30 Новости дня 16+
- 21.15 Открытый эфир 16+
- 22.55 Между тем с Наталией Метлиной 12+
- 23.25 СЛЕДСТВИЕМ УСТАНОВЛЕНО (Рижская к/ст, 1981) 12+
- 01.20 ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА 12+
- 02.30 СВИНАРКА И ПАСТУХ (Мосфильм, 1941) 12+
- 03.50 КРАПОВЫЙ БЕРЕТ 16+

ТВ-3

- 06.00 Утренние гадания 16+
- 06.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
- 09.15 Утренние гадания 16+
- 09.30 Слепая 16+
- 10.05 Слепая 16+
- 10.40 Слепая 16+
- 11.15 Знаки судьбы 16+
- 11.50 Знаки судьбы 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 Охотники за привидениями 16+
- 14.00 Гадалка 16+
- 14.30 Гадалка 16+
- 15.00 Гадалка 16+
- 15.45 Гадалка 16+
- 16.15 Гадалка 16+
- 16.50 Слепая 16+
- 17.20 Слепая 16+
- 17.55 Слепая 16+
- 18.30 ПОЛНОЛУНИЕ 16+
- 19.30 ПОЛНОЛУНИЕ 16+
- 20.15 ПОЛНОЛУНИЕ 16+
- 21.15 ВОЗВРАЩЕНИЕ (Канада, 2017) 16+



- 23.15 Охотники за привидениями 16+
- 23.45 Мистические истории 16+
- 00.45 Знаки судьбы 16+
- 01.15 Знаки судьбы 16+
- 01.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой 16+
- 02.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой 16+
- 03.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой 16+
- 04.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой 16+
- 04.45 Городские легенды 16+
- 05.15 Городские легенды 16+

СТС

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.30 БУБА 6+
- 07.10 БАРБОСКИНЫ НА ДАЧЕ 6+
- 08.40 Взрослым не понять 12+
- 09.45 ТЕОРИЯ ХАОСА (США, 2007) 12+
- 11.25 ШАНХАЙСКИЙ ПЕРЕВОЗЧИК (Китай — США, 2017) 16+
- 13.25 ЮНОСТЬ 16+
- 18.00 На выход! 16+
- 19.00 ЮНОСТЬ 16+
- 19.30 ЮНОСТЬ 16+
- 20.00 Фактор страха. Испытание тайгой 16+
- 21.00 ПАДЕНИЕ ОЛИМПА (США, 2013) 16+
- Режиссер Антуан Фукуа В ролях: Джерард Батлер, Аарон Экхарт, Морган Фриман, Рик Юн, Финли Якобсен, Анджела Бассетт, Рада Митчелл и др. Бывший охранник главы государства, Майк Бэннинг, оказывается в Белом доме, когда там происходит террористический захват. И теперь он единственный, кто может спасти президента...
- 23.25 ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА (США — Великобритания — Болгария, 2015) 18+
- 01.20 ЖИВОЕ (США, 2017) 18+
- 03.00 БРАТЬЯ 16+
- 05.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
- 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ

- 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 06.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Военная тайна с Игорем Прокопенко 16+
- 11.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 16+
- 12.00 Программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Засекреченные списки 16+
- 16.00 Программа 112 16+
- 16.30 Слепая 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 ВИКИНГИ (Швейцария — Германия — ЮАР, 2014) 16+ Режиссер Клаудио Фах В ролях: Джеймс Нортон, Чарли Мерфи, Эд Скрейнт, Том Хоппер, Райан Квантен, Кен Дукен, Лео Грегори, Марк Стрепан, Анатолий Таубман, Николай Расвети и др. Корабль викингов терпит крушение в результате страшного шторма. Вся команда оказывается на шотландском берегу, где каждый встречный может оказаться их смертельным врагом. У северян остается единственный шанс выжить — продвигаться влудь незнакомой земли и найти дорогу к затерянной колонии викингов...
- 22.00 Водить по-русски 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.30 Документальный спецпроект 16+
- 00.30 ЦЕНТУРИОН (Великобритания — Франция, 2010) 16+
- 02.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 03.05 Тайны Чапман 16+

360°

- 05.00, 07.00, 09.30 Новости Московской области 16+
- 06.00 Город с историей 12+
- 06.30, 08.05, 08.35, 13.05, 14.10, 17.10 Внимание! Еда! 12+
- 06.50, 18.10, 04.00, 04.40 Наставники 12+
- 08.00, 08.30, 09.00, 11.30, 12.00, 14.00, 15.00, 16.10, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00 Новости 360 16+
- 10.00, 19.00 Информационно-аналитическая программа 16+
- 11.00, 04.50 ЧП 360 16+
- 11.05, 11.40 Быстрые деньги 12+
- 11.35, 12.20, 13.00, 14.05, 15.05, 16.15, 17.05, 18.05, 21.05, 22.05, 02.55 Погода 360 6+
- 12.30 Охлобыстин в Подмосковье 12+
- 14.30 Погода на любой вкус 16+
- 15.10, 15.40, 16.20 Заповедники 12+
- 17.30 Поездка со вкусом 12+
- 18.30, 23.50 Город с историей 12+
- 20.05, 20.30 Загадки истории 12+
- 21.10, 00.45 Невероятная наука 12+
- 22.10, 01.35 Шестое чувство 12+
- 23.05 Подмосковные игрушки 12+
- 02.25 Тет-а-тет с Марусей 16+
- 03.45 Прогулка 12+
- 04.15 Интервью 360 12+

В программе возможны изменения

1 КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 АнтиФейк 16+
- 09.55 Жить здорово! 16+
- 10.45 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал 16+
- 16.00 Мужское / Женское 16+
- 16.50 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал 16+
- 19.50 Премьера. Куклы наследника Тутти 16+
- 21.00 Время
- 22.00 **ТРЕЙДЕР** [S] 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 00.00 Подкаст.Лаб АстроУмные 16+
- 00.40 Подкаст.Лаб Все хотят летать 16+
- 01.20 Подкаст.Лаб 20 лет спустя 16+
- 02.00 Подкаст.Лаб Не льком шиты 16+
- 02.40 Подкаст.Лаб Триггеры 16+
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст.Лаб Триггеры 16+
- 03.20 Подкаст.Лаб Креативные индустрии 16+
- 04.00 Подкаст.Лаб Космические истории 16+

МОСКВА **ДОВЕРИЕ**

- 06.05 Мой район. Навигатор 16+
- 06.15 Раскрывая тайны звезд 12+
- 07.00 Мой район. Навигатор 16+
- 07.10 **ВЕСНА** (СССР, 1947) 6+
- 08.55 Тайны нашей эстрады 12+
- 09.25 Тайны кино. Труффальдино из Бергамо 12+
- 10.10 **ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО** (СССР, 1977) 12+
- 12.35 **ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ** (СССР, 1963) 16+
- 14.05 **ВЕСНА** (СССР, 1947) 6+
- 16.00 Тайны кино. Весна 12+
- 16.50 Мой район 12+
- 17.50 Звезды советского экрана 12+
- 18.20 **ЗАГАДКА МЕРТВЕЦА** (США, 1986) 16+
- 20.00 **ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО** (СССР, 1977) 12+
- 22.20 **ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ** (СССР, 1963) 16+
- 23.45 Мой район. Энциклопедия. Под Москвой 12+
- 00.10 Мой район. Навигатор 16+
- 00.20 **ТРИНАДЦАТЬ ЗА СТОЛОМ** (Великобритания — США, 1985) 16+
- 01.55 Мой район. Навигатор 16+
- 02.05 Мой район. Энциклопедия. Московское время 12+
- 02.30 Мой район. Навигатор 16+
- 02.45 Тайны кино 12+
- 03.30 Мой район. Энциклопедия. Эйфория бегуна 12+
- 03.50 Мой район. Навигатор 16+
- 04.00 Мой район. Энциклопедия. Подкидыш 12+
- 04.20 Мой район. Навигатор 16+
- 04.35 Мой район. Энциклопедия. Старик Хоттабыч 12+
- 04.55 Мой район. Энциклопедия. Москва. Семь сестер 12+
- 05.20 Мой район. Энциклопедия. Тайная жизнь зоопарка 12+
- 05.45 Мой район. Энциклопедия. Самые необычные кварталы 12+

РОССИЯ 1 **РОССИЯ 1**

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.30, 17.30 60 минут 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? 12+
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов 16+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **ПАРОМЩИЦА. ДОЛИНА МЕЧТЫ** 12+
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
- 02.05 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ** 16+
- 03.45 **СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ** 16+ *Крупный бизнесмен умирает дома от отравления. Группа Гордеева проверяет всех подозреваемых, начиная с молодой вдовы. Вернувшаяся в город Екатерина на Свиридова, с детства влюбленная в Гордеева, устраивается на работу в опергруппу Евгения...*

НТВ **НТВ**

- 05.00 **МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ** 16+
- 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Москве
- 16.50 За гранью 16+
- 17.55 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ** [S] 16+
- 22.15 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+



- 23.35 Сегодня в Москве
- 00.00 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
- 00.45 **ТРАССА СМЕРТИ** [S] 16+ *Мельников уверен, что геймеров кто-то подставил. В ходе расследования Звонарев находит этому подтверждение. Бандиты выкладывают в сеть запись убийства одного из «своих», на след которого вышел Звонарев. Концы опять обрублены. Корсакова приходит к Звонареву, он прячет ее у себя. К расследованию подключается подполковник ФСБ Бадмаева. Опера выходит на след Демона, поставляющего банде краденые машины, и задерживают его. Но ему удается сбегать...*
- 03.25 **ЗАКОНЫ УЛИЦ** [S] 16+

ТВ ЦЕНТР **ТВ ЦЕНТР**

- 06.00 Настроение
- 08.10 Доктор И... 16+
- 08.45 **ГОСТИНИЦА РОССИЯ** 12+
- 10.40 Горькие ягоды советской эстрады 12+
- 11.30 События
- 11.50 **СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА** 12+
- 13.40 Мой герой. Игорь Маменко 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 **СПЕЦЫ** 16+
- 17.00 90-е. Хиты дискотек и пьанок 16+
- 17.50 События
- 18.10 Петровка, 38 16+
- 18.25 **АННА И ТАЙНА НОЧИ** 12+
- 22.00 События
- 22.40 Закон и порядок 16+
- 23.10 Королевы без королей 16+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38 16+
- 00.45 Дикая деньги. Отари Квантришвили 16+
- 01.30 Прощание. Евгений Меньшов 16+
- 02.10 Сталин против Троцкого 16+
- 02.50 Осторожно, мошенники! 16+
- 03.15 **СПЕЦЫ** 16+
- 04.40 Короли эпизода. Николай Парфенов 12+
- 05.20 Мой герой. Игорь Маменко 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30, 05.20 По делам несовершеннолетних 16+
- 08.20 Давай разведемся! 16+
- 09.20 Тест на отцовство 16+
- 11.35, 02.05 Понять. Простить 16+
- 12.50 Порча. Забыть 16+
- 13.20, 03.25 Знахарка 16+
- 13.55, 03.55 Верну любимого 16+
- 14.30 Голоса ушедших душ 16+
- 15.05 **ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ** (Россия, 2016) 16+
- 19.00 **НЕВЕСТА** 16+
- 22.20 **ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ** (Россия, 2019) 16+ *Режиссер Игорь Кечаев В ролях: Ксения Князева, Артем Карасев и др. Елена — преуспевающая бизнесвумен, руководитель компании по производству соков. В ее жизни все прекрасно. Она собирается выйти замуж за успешного предпринимателя Евгения. Однажды, спеша к нему на встречу, Елена становится невольной виновницей ДТП. В аварии пострадала семья. Сын и отец отделались ушибами, а мать была в тяжелом состоянии. Евгений успокоил Елену, сказав, что дал пострадавшим денег на лечение и дело замято. Но спустя несколько лет Елена случайно узнает, что женщина умерла. Отец сливается, а сына забрали органы опеки. Чтобы загладить свою вину, она под чужим именем знакомится с Алексеем, стремясь как-то помочь семье, и не подозревает, что эта встреча перевернет всю ее жизнь...*
- 03.00 Порча 16+
- 04.20 **КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ** 16+
- 05.10 6 кадров 16+

КУЛЬТУРА **КУЛЬТУРА**

- 06.30 Новости культуры
- 06.35 Пешком... Москва французская
- 07.00 Новости культуры
- 07.05 Легенды мирового кино. Александр Демьяненко
- 07.30 Новости культуры
- 07.35 Ступени Цивилизации. Легенды и мифы — величайшие тайны человечества. Проклятие фараона
- 08.30 Жизнь и судьба
- 08.50 **ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО** (Мосфильм, 1978)
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 00.50 XX век. Огневой вы человек! Корней Чуковский
- 12.30 Новости культуры
- 12.45 Новости. Подробно. Книги
- 13.00 Русский стиль. Высший свет
- 13.30, 22.15 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (Ленфильм, 1985)
- 14.25 Цвет времени. Марк Шагал
- 14.35 Сати. Нескучная классика... с Марией Александровой, Софьей Гайдуковой и Константином Матулевским
- 15.20 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (Одесская к/ст, 1979)
- 16.30 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ... Ольга Андровская
- 17.00 Новости культуры
- 17.15, 02.00 К 120-летию со дня рождения Евгения Мравинского. П. Чайковский. Увертюра-фантазия Франческа да Римини. Фрагменты из музыки к балету Шелкунчик. Дирижер Евгений Мравинский
- 18.15 Передвижники. Исаак Левитан
- 18.45 Джентльмен Серебряного века. Игорь Дмитриев
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 Белая студия
- 23.10 Забытое ремесло. Скоморох
- 23.25 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ... Алексей Грибов
- 23.55 Ступени Цивилизации. Легенды и мифы — величайшие тайны человечества. Святой Грааль

ЗВЕЗДА

- 05.15 **КРАПОВЫЙ БЕРЕТ** 16+
- 07.00 Сегодня утром 12+
- 09.00 Новости дня 16+
- 09.15 Открытый эфир 16+
- 10.55, 01.20 **ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА** 12+
- 12.35 **ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ** 16+
- 13.00 Новости дня 16+
- 13.25 **ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ** 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 15.05 **ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ** 16+
- 18.00 Специальный репортаж 16+
- 18.55 Битва за Россию. Операция Багратион. Рокоссовский против Моделя 16+
- 19.40 Улика из прошлого 16+
- 20.30 Новости дня 16+
- 21.15 Открытый эфир 16+
- 22.55 Метлой тем с Наталией
- 23.25 **ИЖОРСКИЙ БАТАЛЬОН** (Ленфильм, 1972) 12+
- 02.30 Гений разведки. Артур Артузов 12+
- 03.15 **ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ** 16+

ТВ-3 **ТВ-3**

- 06.00 Утренние гадания 16+
- 06.15 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 09.15 Утренние гадания 16+
- 09.30 Слепая 16+
- 10.05 Слепая 16+
- 10.40 Слепая 16+
- 11.15 Знаки судьбы 16+
- 11.50 Знаки судьбы 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 Охотники за привидениями 16+
- 14.00 Гадалка 16+
- 14.30 Гадалка 16+
- 15.00 Гадалка 16+
- 15.45 Гадалка 16+
- 16.15 Гадалка 16+
- 16.50 Слепая 16+
- 17.20 Слепая 16+
- 17.55 Слепая 16+
- 18.30, 19.30 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+



- 20.15 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 21.15 **НЕУДЕРЖИМЫЙ** (США, 2012) 16+
- 23.15 Охотники за привидениями 16+
- 23.45 Мистические истории 16+
- 00.45 Знаки судьбы 16+
- 01.15 Знаки судьбы 16+
- 01.45 Старец 16+
- 02.00 Старец 16+
- 02.30 Старец 16+
- 02.45 Старец 16+
- 03.15 Старец 16+
- 03.30 Старец 16+
- 04.00 Старец 16+
- 04.30 Старец 16+
- 04.45 Старец 16+
- 05.15 Старец 16+
- 05.30 Старец 16+

СТС **СТС**

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.30 **БУБА** 6+
- 07.00 **МИША ПОРТИТ ВСЕ** 16+
- 08.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 09.00 Уральские пельмени. Смехbook 16+
- 09.35 На выход! 16+
- 10.35 **ПАДЕНИЕ ОЛИМПА** (США, 2013) 16+
- 13.00 **КУХНЯ** 12+
- 18.00 На выход! 16+
- 19.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 20.00 Стать шефом 16+
- 22.00 **БЕСКОНЕЧНОСТЬ** (США, 2021) 16+ *Режиссер Антуан Фукуа В ролях: Марк Уолберг, Чиветель Эджиофор, Софи Куксон и др. Эван Макколи страдает шизофренией, влачит жалкое существование и зависит от таблеток. Обстоятельства складываются так, что Эван узнает истинное положение вещей: в мире насчитывается около 500 человек, известных как Вечные, которые могут вспомнить все свои прошлые жизни...*
- 00.05 Кино в деталях с Федором Бондарчуком 18+
- 01.05 **ПОГНАЛИ** 16+
- 04.05 6 кадров 16+
- 04.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ **РЕН ТВ**

- 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 06.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Военная тайна с Игорем Прокопенко 16+
- 10.00 **СОВБЕЗ** 16+
- 11.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 16+
- 12.00 Информационная программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Засекреченные списки 16+
- 16.00 Информационная программа 112 16+
- 16.30 Новости 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Информационная программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 **ХАННА** (США — Великобритания — Германия, 2010) 16+ *Режиссер Джо Райт В ролях: Сирша Ронан, Кейт Бланшетт, Эрик Бана, Том Холландер и др. Хрупкая на первый взгляд Ханна — идеальной солдат. Тайна ее рождения ревностно охраняется американским правительством. Ее миссия — отомстить бывшим работодателям отца, некогда секретного агента. Спецслужбы всего мира выхаживают на след девочки-убийцы. Охота начинается...*
- 22.00 Водить по-русски 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.30 Знаете ли вы, что? 16+
- 00.30 **ОТРЯД ПРИЗРАК** (США, 2022) 18+
- 02.25 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 03.10 Тайны Чапман 16+

360° **360**

- 05.00, 07.00, 09.30 Новости Московской области 16+
- 06.00, 18.30, 23.50, 23.50 Город с историей 12+
- 06.30, 08.05, 08.35, 13.40, 14.10, 17.10 Внимание! Еда! 12+
- 06.50, 18.10, 04.00, 04.40 Наставники 12+
- 08.00, 08.30, 09.00, 11.30, 12.00, 14.00, 15.00, 16.10, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00 Новости 360 16+
- 10.00, 19.00 Информационно-аналитическая программа 16+
- 11.00, 04.50 ЧП 360 16+
- 11.05, 11.40 Быстрые деньги 12+
- 11.35, 12.20, 14.05, 15.05, 16.15, 17.05, 18.05, 21.05, 22.05, 02.55 Погода 360 6+
- 12.30 Охлосытия в Подмосковье 12+
- 13.00 Викторина 360 0+
- 14.30 Погода на любой вкус 16+
- 15.10, 15.40, 16.25 Заповедники 12+
- 17.30 Маршрут построен 12+
- 20.05, 20.30 Загадки истории 12+
- 21.10, 00.45 Невероятная наука 12+
- 22.10, 01.35 Шестое чувство 12+
- 23.05 Подмосковские игрушки 12+
- 02.25 Тет-а-тет с Марусей 16+
- 03.45 Прогулка 12+
- 04.15 Интервью 360 12+

В программе возможны изменения

1 КАНАЛ

- 05.00 Телеканал Доброе утро
- 09.00 Новости с субтитрами
- 09.20 АнтиФейк 16+
- 09.55 Жить здорово! 16+
- 10.45 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Информационный канал 16+
- 16.00 Мужское / Женское 16+
- 16.50 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.20 Информационный канал 16+
- 19.50 Куклы наследника Тутти 16+
- 21.00 Время
- 22.00 **ТРЕЙДЕР S** 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 00.00 Подкаст.Лаб Психика 16+
- 00.40 Подкаст.Лаб Креативные индустрии 16+
- 01.20 Подкаст.Лаб Письма 16+
- 02.00 Подкаст.Лаб Кот Шредингера 16+
- 02.40 Подкаст.Лаб Собрались с мыслями 16+
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст.Лаб Собрались с мыслями 16+
- 03.20 Подкаст.Лаб Пусть не говорят, пусть читают 16+
- 04.00 Подкаст.Лаб Антропология 16+

Москва **ДОВЕРИЕ**

- 06.00 Мой район. Навигатор 16+
- 06.10 Раскрывая тайны звезд 12+
- 06.55 Мой район. Навигатор 16+
- 07.05 **ГАРАЖ** (СССР, 1979) 12+
- 08.45 Тайны нашей эстрады 12+
- 09.15 Тайны кино 12+
- 10.00 **НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ** (СССР, 1976) 12+
- 12.20 К 90-летию со дня рождения Георгия Буркова. Звезды советского экрана. Георгий Бурков 12+
- 12.50 **УБИЙСТВО СВИДЕТЕЛЯ** (СССР, 1990) 12+
- 14.15 **ГАРАЖ** (СССР, 1979) 12+
- 16.00 Раскрывая тайны звезд 12+
- 16.50 Мой район 12+
- 17.50 Звезды советского экрана 12+
- 18.20 **УБИЙСТВО В ТРЕХ АКТАХ** (США, 1986) 16+
- 20.00 **НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ** (СССР, 1976) 12+
- 22.10 **УБИЙСТВО СВИДЕТЕЛЯ** (СССР, 1990) 12+
- 23.30 Мой район. Энциклопедия. Познавательный фильм. Тайная жизнь зоопарка 12+
- 00.00 Мой район. Навигатор 16+
- 00.10 **УБИЙСТВО В ТРЕХ АКТАХ** (США, 1986) 16+
- 01.40 Мой район. Навигатор 16+
- 01.50 Мой район. Энциклопедия. Я на велике 12+
- 02.20 Мой район. Навигатор 16+
- 02.30 Тайны кино 12+
- 03.15 Мой район. Энциклопедия. Археология Москвы 12+
- 03.35 Мой район. Навигатор 16+
- 03.45 Мой район. Энциклопедия. Берегись автомобиля 12+
- 04.10 Мой район. Навигатор 16+
- 04.20 Мой район. Энциклопедия. Москва в бронзе 12+
- 04.40 Мой район. Энциклопедия. Беседки-ротонды 12+
- 04.50 Мой район. Энциклопедия. Отреставрированные шедевры Москвы 12+
- 05.00 Мой район. Энциклопедия. Московские небоскребы 12+
- 05.25 Мой район. Энциклопедия. Фонтаны Москвы 12+
- 05.45 Это было смешно 12+

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 60 минут 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? 12+
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов 16+
- 17.30 60 минут 12+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **ПАРОМЩИЦА. ДОЛИНА МЕЧТЫ** 12+
На поминках появляется Макс и неожиданно признается в поджоге. Егор направляет на него ружье. Надя не верит в виновность мужа. После признания Милорадовича Ольшанский больше не будет его защищать: Макс отказался от адвоката. Макс просит Елену увезти Полину из Излучинска и отправить ее за границу. Наде кажется, что она нашла настоящего поджигателя поселка. Но ни Новиков, ни Ольшанский, ни Макс ей не верят и не собираются ничего предпринимать. У Нади есть пять дней, чтобы найти преступника, пока мужа не посадили...
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
- 02.05 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ-2** 16+
Алевтина и Николай решают пожениться, но именно в этот день начинаются события, которые приведут к трагической развязке — Алевтина окажется в глубокой коме. В попытке вернуть любимую Николай решится применить экспериментальную технологию, которая, возможно, разблокирует подсознание Али. Для этого Вероника Зацепина станет Алей и пройдет весь путь Борзовой, заново переживая все события, которые начались во время пикника на берегу Волги...
- 03.55 **СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ** 16+
- 04.43 Перерыв в вещании

НТВ НТВ

- 04.55 **МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ** 16+
- 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Москве
- 16.50 За гранью 16+
- 17.55 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ** [S] 16+
- 22.15 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
- 23.35 Сегодня в Москве
- 00.00 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
- 00.45 **ТРАССА СМЕРТИ** [S] 16+
- 03.25 **ЗАКОНЫ УЛИЦ** [S] 16+

ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.20 Доктор И... 16+
- 08.55 **КОЧЕВНИЦА** 12+
- 10.40 Союзмультфильм. Недетские страсти 12+
- 11.30 События
- 11.50 **СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА** 12+
- 13.40 Мой герой. Варвара 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 **СПЕЦЫ** 16+
- 17.00 90-е. Хиты дискотек и пьанок 16+
- 17.50 События
- 18.15 Петровка. 38 16+
- 18.30 **АННА И ТАЙНА ТЕНЕЙ** 12+
- 22.00 События
- 22.40 Хватит слухов! 16+
- 23.10 Советские мафии. Дело Фантомаса 16+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка. 38 16+
- 00.45 Хроники московского быта. Рюмка от генсека 12+
- 01.25 Знак качества 16+
- 02.05 Март-53. Чекистские игры 12+
- 02.50 Осторожно, мошенники! 16+
- 03.15 **СПЕЦЫ** 16+
- 04.45 Союзмультфильм. Недетские страсти 12+
- 05.20 Мой герой. Варвара 12+

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних 16+
- 08.00 Давай разведемся! 16+
- 09.00 Тест на отцовство 16+
- 11.15 Понять. Простить 16+
- 12.35 Порча. Пятно 16+
- 13.05 Знахарка 16+
- 13.40 Верну любимого 16+
- 14.15 Голоса ушедших душ 16+
- 14.50 **ГДЕ ЖИВЕТ НАДЕЖДА?** (Россия, 2016) 16+
- 19.00 **НЕВЕСТА** 16+
- 22.20 **ТРИ ИСТОРИИ ЛЮБВИ** (Россия, 2019) 16+
Режиссер Денис Елеонский
В ролях: Юлия Такшина, Артем Карасев, Евгения Лоза, Владимир Колганов, Елена Дудина
Успешная и самоуверенная телеведущая Вера работает в паре с импозантным Валентином. У них начинается роман, дело идет к свадьбе. Неожиданное появление в прямом эфире бывшей Валентина и ее признание рушит все планы и мечты Веры. Чтобы прийти к себе, Вера отправляется в отпуск. Там она знакомится с изобретателем Николаем и сразу понимает, что их встреча — знак судьбы
- 02.10 Понять. Простить 16+
- 03.05 Порча 16+
- 03.30 Знахарка 16+
- 04.00 Верну любимого 16+
- 04.25 **КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ** 16+
- 05.15 6 кадров 16+
- 05.25 По делам несовершеннолетних 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

- 06.30 Новости культуры
- 06.35 Пешком... Москва музыкальная
- 07.00 Новости культуры
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.30 Новости культуры
- 07.35 Ступени Цивилизации
- 08.30 Жизнь и судьба
- 08.45 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (Одесская к/ст, 1979)
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10, 00.50 XX век. Однажды в России родиться... Встреча с народной артисткой РСФСР Зинаидой Кириенко. 1989
- 12.30 Новости культуры
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 01.30 Русский стиль. Дворянство
- 13.30 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (Ленфильм, 1985)
- 14.35 Белая студия
- 15.20 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (Одесская к/ст, 1979)
- 16.30 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ. Алексей Грибов
- 17.00 Новости культуры
- 17.15, 02.05 К 120-летию со дня рождения Евгения Мравинского. П. Чайковский. Симфония № 5. Дирижер Евгений Мравинский
- 18.00 Библейский сюжет
- 18.30 Забытое ремесло. Городовой
- 18.45 Климент Тимирязев. Беспокойная старость
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Забытое ремесло. Коробейник
- 21.45 Рассекреченная история. Битва сверхдержав. Вьетнамский раунд
- 22.15 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (Ленфильм, 1985)
- 23.15 Цвет времени. Альбрехт Дюрер. Меланхолия
- 23.25 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ. Борис Ливанов
- 23.55 Ступени Цивилизации
- 03.00 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.00 **ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ** 16+
- 07.00 Сегодня утром 12+
- 09.00 Новости дня 16+
- 09.15 Открытый эфир 16+
- 10.55 **ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА** 12+
- 12.35 Москва фронту 16+
- 13.00 Новости дня 16+
- 13.25 **ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 15.05 **ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** 16+
- 18.00 Новости дня 16+
- 18.20 Специальный репортаж 16+
- 18.55 Битва за Россию. Сражение у острова Тендра. Ушаков против Гусейн-паши 16+
- 19.40 Секретные материалы 16+
- 20.30 Новости дня 16+
- 21.15 Открытый эфир 16+
- 22.55 Между тем с Наталией Метлиной 12+
- 23.25 **РОДИНЫ СОЛДАТ** (Мосфильм, 1975) 12+
- 01.20 **ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА** 12+
- 02.30 **ИЖОРСКИЙ БАТАЛЬОН** (Ленфильм, 1972) 12+
- 04.05 Морской дозор 12+

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 Утренние гадания 16+
- 06.15 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 09.15 Утренние гадания 16+
- 09.30 Слепая 16+
- 11.15 Знаки судьбы 16+
- 11.50 Знаки судьбы 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 Охотники за привидениями 16+
- 14.00 Гадалка 16+
- 16.50 Слепая 16+
- 18.30 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 19.30 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 20.15 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 21.15 **ВОЗМЕЗДИЕ** (США — Великобритания, 2010) 16+
- 23.45 Охотники за привидениями 16+
- 00.15 Мистические истории 16+
- 01.15 Знаки судьбы 16+
- 01.30 Знаки судьбы 16+
- 02.00 **СНЫ** 16+
- 05.00 Городские легенды 16+
- 05.45 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+

СТС СТС

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.30 **БУБА** 6+
- 07.00 **МИША ПОРТИТ ВСЕ** 16+
- 08.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 09.00 На выход! 16+
- 11.05 **САПОЖНИК** (США, 2014) 12+
- 13.05 **КУХНЯ** 12+
- 18.00 На выход! 16+
- 19.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 19.30 **ЮНОСТЬ** 16+
- 20.00 Обратный отсчет 16+
- 21.00 **ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА** (США, 2013) 16+
Режиссер Роланд Эммерих
В ролях: Ченнинг Татум, Джейми Фокс, Мэгги Джилленхол, Джейсон Кларк
Сотрудник госбезопасности приходит вместе с дочерью в Белый дом на собеседование на должность в структуру охраны президента. И именно в этот день Белый дом атакуют некие неопознанные вооруженные силы. Офицер проявляет чудеса находчивости и отваги, пытается спасти жизнь своему ребенку, себе и президенту США...
- 23.45 **ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА** (США — Великобритания — Болгария, 2015) 18+
- 01.35 **ПОГНАЛИ** 16+
- 04.10 6 кадров 16+
- 04.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ РЕН ТВ

- 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 06.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
- 09.00 Засекреченные списки 16+
- 11.00 Как устроен мир 16+
- 12.00 Информационная программа 112 16+
- 13.00 Загадки человечества 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Засекреченные списки 16+
- 16.00 Информационная программа 112 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Информационная программа 112 16+
- 20.00 **ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОМ ПОЛЕ** (США, 2021) 16+
- 22.00 Смотреть всем! 16+
- 23.30 Загадки человечества 16+
- 00.30 **16 КВАРТАЛОВ** (США, 2006) 16+
- 02.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 03.05 Тайны Чапман 16+

360° 360

- 05.00, 07.00, 09.30 Новости Московской области 16+
- 06.00, 18.30, 23.50 Город с историей 12+
- 06.30, 08.05, 08.35, 13.40, 14.10, 17.10 Внимание! Еда! 12+
- 06.50, 18.10, 04.00, 04.40 Наставники 12+
- 08.00, 08.30, 09.00, 11.30, 12.00, 14.00, 15.00, 16.10, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00 Новости 360 16+
- 10.00, 19.00 Информационно-аналитическая программа 16+
- 11.00, 04.50 ЧП 360 16+
- 11.05, 11.40 Быстрые деньги 12+
- 11.35, 12.20, 14.05, 15.05, 16.15, 17.05, 18.05, 21.05, 22.05, 02.55 Погода 360 6+
- 12.30 Охлобыстин в Подмосковье 12+
- 13.00 Викторина 360 0+
- 14.30 Погода на любой вкус 16+
- 15.10, 15.40, 16.25 Заповедники 12+
- 17.30 Поездка со вкусом 12+
- 20.05, 20.30 Загадки истории 12+
- 21.10, 00.45 Невероятная наука 12+
- 22.10, 01.35 Шестое чувство 12+
- 23.05 Подмосковные игрушки 12+
- 02.25 Тет-а-тет с Марусей 16+
- 03.45 Прогулка 12+
- 04.15 Интервью 360 12+

МОСКОВСКОМУ ПЕНСИОНЕРУ

Старость в радость с Гупсоцгарантией!

По договору РЕНТЫ вы можете получить:

- * Круглую денежную выплату;
- * Ежемесячную ренту (вторую пенсию);
- * Полную оплату ЖКХ;
- * Помощь по хозяйству;
- * Круглосуточный патронаж.

Пожизненное проживание в своей квартире гарантировано Законом и Договором

Звоните! Тел.: 8 (495) 727-28-28

Договор аренды заключается с ООО «Гупсоцгарантия», без посредников. Расторгнем договор аренды с недобросовестным арендодателем!

ЧТОБЫ РАБОТАЛ КАК ЧАСЫ

ЗАЛОГ ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ, ЭНЕРГИИ И БОДРОСТИ — ЭТО ЗДОРОВЫЙ КИШЕЧНИК. КАК ЕГО СОХРАНИТЬ И ПРЕДОТВРАТИТЬ ПРОБЛЕМЫ С ПИЩЕВАРИЕМ, РАССКАЗАЛ ЭКСПЕРТ

Кишечник человека, являющийся частью пищеварительного тракта, играет чрезвычайно важную роль в поддержании здоровья на протяжении всей нашей жизни.

По мнению ученых-медиков, на 70–80 процентов иммунная система всего организма зависит от состояния кишечника.

Если пищеварительный тракт работает исправно, то его микрофлора будет быстро реагировать на различные вирусные инфекции. Однако, как объясняет врач-нутрициолог Елена Богатова, существует немало разных факторов, которые

могут привести к сбоям в его работе, и не последнее место среди них, например, занимает частый стресс или систематический прием антибиотиков.

— Правильное питание, регулярная физическая актив-

спечивать его нормальное функционирование, — говорит Елена Анатольевна. По ее словам, сбалансированное питание играет главную роль для поддержания здоровья кишечника.

— Включите в свой рацион большое количество овощей, фруктов, цельных зерен и клетчатки, — советует эксперт. — Это помогает поддерживать нормальную работу кишечника и предотвращает запоры. Пейте достаточное количество

Сбалансированное питание играет важную роль для поддержания здоровья кишечника. Включите в рацион овощи, фрукты и клетчатку

ность, управление стрессом и своевременное обращение к врачу при необходимости помогут поддерживать здоровье кишечника и обе-

воды, чтобы поддерживать уровень гидратации организма. И ограничьте употребление кофеина и алкоголя. Для поддержания здоровья

кишечника на должном уровне очень важно также и наше эмоциональное состояние. Богатова добавляет, что тем, кто хочет помочь своему кишечнику, нужно научиться управлять стрессом и заниматься спортом.

— Йога, медитация, глубокое дыхание и другие техники релаксации помогут снизить психологическое напряжение, — рассказывает врач. — Регулярные физические упражнения улучшают кровообращение в организме, включая кишечник. Они помогают ускорить переваривание пищи и поддерживают здоровую работу кишечной системы.

И, конечно, важно помнить о регулярных медицинских

НА ЗАМЕТКУ

Ученые из Калифорнийского технологического института выяснили, что некоторые бактерии в кишечнике играют важную роль для производства в организме «гормона счастья», серотонина. По научным данным, почти 90 процентов серотонина в организме человека вырабатывается именно в желудочно-кишечном тракте.

обследованиях, напоминает эксперт.

Если вы заметили необычные симптомы или у вас наблюдаются продолжительные запоры, следует сразу же обратиться к врачу, — подчеркивает Елена Богатова. — Он проведет необходимую диагностику и назначит подходящее вам лечение. Важно помнить, что каждый организм уникален, и рекомендации врачей могут различаться в зависимости от индивидуальных особенностей и потребностей пациента, отметила эксперт.

Ксения Муравьева
nedelya@vm.ru



Не забывайте соблюдать правильный режим питания

SHUTTERSTOCK/FOTODOM

Восстановите стул после долгих лет запоров с уникальным средством Пилорис!



Здравствуйте! Моей маме 70 лет. У нее многолетний запор. Какие только слабительные она не пробовала! Все они вызывали привыкание и повышение дозировки. Мы пытались их отменить - получилась настоящая катастрофа. Без них сходить в туалет она вообще не может. Я прочитала об эффективном продукте Пилорис для восстановления кишечника даже у самых пожилых людей. Расскажите, пожалуйста, поможет ли Пилорис моей маме.

Наталья М., Нижний Новгород

Наш кишечник - это мышечный орган. Как и все наши мышцы, с годами он истончается, слабеет и теряет способность нормально сокращаться, чтобы проталкивать стул к выходу. Но при этом он усердно продолжает выполнять свою вторую биологическую функцию - всасывать из стула воду.

В итоге стул буквально высушивается, становится твердым как камень, и поэтому надолго задерживается в кишечнике. Происходят процессы гниения. Токсичные гнилостные вещества всасываются в нашу

кровь, отравляя весь организм, и особенно мозг и сердце.

Недавно в подмосковном наукограде Пущино ученые разработали уникальный продукт для диетического лечебного питания Пилорис из беломорской водоросли Фукус. Он предназначен специально для устранения самой причины запоров.

Пилорис содержит два главных полезных вещества - фукоидан и аскофилан. Они запускают в клетках стенок кишечника процессы естественного самовосстановления.

Курс приема продукта для диетического лечебного питания Пилорис способствует:

- нарастанию толщины, упругости и эластичности кишечных мышц
- смягчению стула с первых суток приема
- устранению дисбактериоза, так как гнилостные токсичные вещества сразу же выводятся наружу
- коррективке проблемы геморроя - твердый стул сдавливает вены прямой кишки, заставляя их выбухать наружу в виде геморроидальных узлов. Нормализация стула помогает им принять свое естественное анатомическое положение в прямой кишке.



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

8 (800) 100-55-60

Звонок БЕСПЛАТНЫЙ
Код вашего подарка:
«Пилорис - Здоровье»

*При покупке 5 банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 28, ОГР RU.77.99.19.004.E.004354.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.05.2023 по 31.12.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60.

Различные техники массажа помогают снять боль в ногах

SHUTTERSTOCK/PHOTODOM

ВАРИКОЗ И ЛЕТНЯЯ ЖАРА

ТЕПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА МНОГИЕ МОСКВИЧИ ПРОВОДЯТ ЗА ГОРОДОМ ПОД СОЛНЦЕМ ИЛИ НА ДАЧЕ, КОПАЯСЬ В ГРЯДКАХ. ВСЕ ЭТО ПОВЫШАЕТ РИСК РАЗВИТИЯ БОЛЕЗНИ ВЕН. ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ВАРИКОЗЕ И КАК ЕГО ЛЕЧИТЬ, УЗНАЛА «ВМ»

Я так лечусь

методы лечения позволяют добиться улучшения в короткие сроки. На приеме хирург-флеболог проведет осмотр и ультразвуковое дуплексное сканирование вен ног. Он оценит структуру пораженных вен, состояние клапанов, обнаружит суженные или расширенные места, поставит диагноз, назначит индивидуальную программу лечения. Если болезнь выявлена в самом начале — удастся обойтись

без хирургического вмешательства. В более запущенных случаях потребуются операция, однако бояться ее не стоит. Современные технологии позволяют проводить все процедуры амбулаторно, без боли и разрезов, отметил эксперт.

— Эндovenозная лазерная коагуляция и склеротерапия — малоинвазивные методики, которые проводятся под местной анестезией, они длятся около 40 минут и хорошо переносятся, — подчеркнул Хачатур Кургиян. — После операции можно сразу отправиться домой пешком, пару недель будут запрещены большие нагрузки, а потом можно жить как раньше, не испытывая былого дискомфорта. Если заняться лечением прямо сейчас, не откладывая на завтра, то лето пройдет без хлопот, и варикоз не омрачит долгожданный отдых, пояснил доктор.

Михаил Петров
nedelya@vm.ru

Одна из причин появления варикоза — наследственная слабость венозной стенки. В большинстве случаев у пациентов с варикозом, оказывается, с похожей проблемой сталкивались близкие родственники. Большую роль в развитии заболевания играют также гормональные изменения, связанные с возрастом или беременностью, считает флеболог, сердечно-сосудистый хирург Хачатур Кургиян.

По его словам, летняя жара, физическая активность, длительные поездки являются частыми причинами осложнений варикозной болезни. В теплое время года обычно растет число пациентов с обострением болезни, поэтому, поясняет эксперт, очень важно не откладывать визит к врачу, при появлении первых признаков варикоза нужно сразу записаться на консультацию к специалисту, а не ждать опасных последствий.

Жаркая погода сама по себе вызывает варикоза, но она усиливает симптомы имеющегося заболевания, поясняет эксперт. Зной

действует на вены разрушительно, ультрафиолетовые лучи снижают эластичность тканей и венозных стенок, скорость кровотока уменьшается, повышается вязкость крови, риск тромбоза увеличивается.

— Варикозная болезнь — серьезная, постоянно прогрессирующая патология. И хотя ее первые симптомы обычно не доставляют большого беспокойства, однако не вылеченный своевременно варикоз может привести к серьезным и необратимым последствиям. Застарелый варикоз — частая причина трофических язв, тромбофлебита, тром-

КСТАТИ

Выбор способа лечения варикоза специалистом зависит от многих обстоятельств — стадии заболевания, возраста и общего состояния пациента, его образа жизни и профессии. Также медики всегда учитывают собственные пожелания пациентов, приходящих в клинику на лечение.

боза. Язва — открытая рана, которая может прогнить до кости и вызвать сепсис. Тромбофлебит — короткий путь к инвалидности. Тромбы, образовавшиеся на внутренних стенках вен, могут оторваться и в любой момент оборвать жизнь пациента или привести к параличу, — отметил Хачатур Кургиян.

По мнению доктора, самый идеальный вариант — это еще до отпуска узнать, в каком состоянии находятся вены. Варикоз нужно вылечить до начала жаркого сезона.

Особенно заботливо должны относиться к своему здоровью пожилые люди. Чтобы облегчить течение болезни летом, хорошо выглядеть и превосходно себя чувствовать, флеболог рекомендует им охлаждать кожу в жару, обливая ноги прохладной водой или принимая контрастный душ. Нужно стараться меньше бывать на солнце. Полезно ходить босиком по камешкам, песку и траве, а также делать массаж стопы и голени, чтобы справиться с отеками. Не повредит и ношение компрессионного трикотажа во время переездов, перелетов или

длительных экскурсий. И еще — следует отказаться на время от обтягивающих и тесных вещей, нужно одеваться в свободные наряды, не затрудняющие кровоток. Профилактика — отличный способ не допустить развитие болезни и защитить вены в непростой для них

летний период. Но более правильное решение — избавиться от проблемы навсегда.

Комплексное флебологическое обследование в надежной клинике поможет своевременно выявить заболевание, считает Хачатур Кургиян. Современные



ВАРИКОЗА НЕТ
КЛИНИКА ЛАЗЕРНОЙ ХИРУРГИИ

КОНСУЛЬТАЦИЯ ФЛЕБОЛОГА +УЗИ ВЕН НОГ **990** руб. ~~6200~~

5 ПРИЧИН ВЫЛЕЧИТЬ ВАРИКОЗ ЛАЗЕРОМ ПЕРЕД ЖАРКИМ ЛЕТОМ!

- 1 Прием флеболога+УЗИ вен **БЕСПЛАТНО**
- 2 На лазерное лечение **СКИДКИ**
- 3 Трикотаж в **ПОДАРОК**
- 4 Набор анализов **БЕСПЛАТНО**
- 5 Год наблюдения в **ПОДАРОК**

варикозанет77.рф

ЗВОНИТЕ и ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ!

8 (499) 490-20-20

НАШИ КЛИНИКИ В МОСКВЕ

ул. Солдатская, 3 (м. Лефортово) ул. Пресненский вал, 16, стр. 3 (м. 1905г.)
ул. Каховка, 37, корп.1 (м. Зюзино) ул. Рождественская, 23/33 (м. Некрасовка)

*Срок акции с 01.05.2023 по 31.05.2023 г., подробности об организаторе, правилах проведения, кол-ве подарков, сроках, месте и порядке получения уточняйте по тел.: (499) 490-20-20, ООО «Варикоза нет», Лиц. ЛО41-01019-24/00306317 от 27.05.2016; ЛО41-01167-59/00364692 от 22.09.2017

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ! НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА!

ВСЕ ОТТЕНКИ ЗВУКА

Выбрать слуховой аппарат — непростое, особенно тем, кто делает это впервые, считает врач общей практики Элиза Манкиева. Опытный пользователь решит эту проблему гораздо легче — он уже знает плюсы и минусы модели, которой пользовался долгое время, и может подобрать либо аналогичное устройство, либо превосходящее его по техническим параметрам. Сейчас отечественный рынок предлагает множество моделей слуховых аппаратов разных производителей на любой вкус и цвет. Есть модели аппаратов с разными функциональными возможностями. Каждому, кто столкнулся с проблемой слуха, стоит знать об основных параметрах этих устройств.

ПОТЕРЕЙ СЛУХА В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ СТРАДАЮТ ПОЖИЛЫЕ ЛЮДИ. ДАЮТ О СЕБЕ ЗНАТЬ ВОЗРАСТ И ПЕРЕНЕСЕННЫЕ БОЛЕЗНИ. ОДНАКО ПОМОЧЬ ТАКИМ ПАЦИЕНТАМ МОЖНО С ПОМОЩЬЮ СЛУХОВОГО АППАРАТА

Чтобы услышать собеседника, часто приходится напрягаться

— Слуховые аппараты бывают разные, по принципу работы они делятся на аналоговые и цифровые, а по типу ношения — на заушные, внутриушные и внутриканальные, — рассказывает Элиза Манкиева. По словам эксперта, аналоговый слуховой аппарат усиливает абсолютно все звуки, которые может уловить. Его еще называют «усилителем звука». Правда, такое устройство зачастую не может выполнить главную функцию слухового аппарата — улучшить разборчивость речи собеседника, поэтому считается сейчас устаревшим. — Цифровой слуховой аппарат отличается от аналогового, как современный плазменный телевизор от чернобелого, это миниатюрный высокотехнологичный компьютер, способный проводить множество операций в секунду, — поясняет Элиза Гиланиевна. — Все звуки, попадающие в ухо пользователя, такой аппарат пропускает через

КСТАТИ

Если у вас наблюдается двустороннее снижение слуха, врачи рекомендуют протезировать оба уха для максимально комфортного восприятия звуков. Однако бывают случаи, когда можно обойтись и одним устройством. Как вам поступить в таком случае, лучше всего подскажет специалист после тщательного осмотра и обследования.

многоступенчатую цифровую обработку. По словам эксперта, компьютер выделяет именно те звуки, которые не слышны пользователю, очищает их от посторонних шумов и преобразовывает в цифровой сигнал. Таким образом, человек получает только те звуки, которые ему нужны в наиболее комфортном виде. Разные модели слуховых аппаратов обрабатывают звук по-разному, в зависимости от комплектации, доступных функций и наличия каналов, от которых зависит количество операций, одновременно вы-

Улучшить слышимость позволяют цифровые слуховые аппараты и правильная их настройка под индивидуальные параметры пациента

полняемых устройством, например усиливать речь и приглушать шум ветра, удерживая при этом звук окружения на нормальной громкости. Как пояснила эксперт, современные цифровые слуховые аппараты — умные устройства, способные запомнить акустические ситуации, в которых находился пользователь, и автоматически переключаться между ними, включая, к примеру, подавление шума ветра на улице и выключая его дома перед телевизором, тем самым освобождая каналы для специальной программы просмотра телевизора. Цифровые слуховые аппараты умеют также синхронизироваться со смартфоном или с любым другим гаджетом, позволяя поль-

зователю подключить, например, блютуз-гарнитуру. — Выбирая слуховой аппарат, обязательно нужно посоветоваться со специалистом, — напомнила Элиза Манкиева. — Устройство должно максимально соответствовать требованиям пациента. При выборе типа ношения аппарата на первом месте должно стоять качество слуха и только потом — эстетические характеристики.

Как пояснила эксперт, корпус заушного устройства крепится за ухом, а в слуховой канал направляется силиконовая трубочка, заканчивающаяся ушным вкладышем. Заушный слуховой аппарат обладает большим запасом прочности, прост в обращении и подходит людям даже с самым глубоким снижением слуха. Внутриушные слуховые аппараты размещаются в слуховом канале и ушной раковине. Такой аппарат менее заметен окружающим, но имеет ограниченную мощность и функциональность — корпус устройства очень мал, чтобы вместить в него много элементов. Внутриканальные слуховые аппараты — самые незаметные устройства, которые полностью скрываются внутри слухового канала и вовсе не видны окружающим. Корпус такого устройства еще меньше, чем у внутриушного, следовательно, и функций он может выполнять меньше. Корпуса внутриушных и внутриканальных устройств изготавливаются по индивидуальному слепку уха при помощи технологии 3D-печати. Корпус заушного аппарата готов к использованию сразу, однако лучше изготовить индивидуальный ушной вкладыш для наилучшего прилегания к уху, отметила эксперт. — Точную степень потери слуха каждого может определить только специалист с помощью аудиометрического оборудования, — подчеркнула Элиза Манкиева. — Эксперт проведет диагностику, поможет подобрать устройство нужной мощности и настроят его. Поэтому перед приобретением слухового аппарата обязательно проконсультируйтесь со специалистом.

Михаил Колесниченко nedelya@vm.ru

ПРЯМАЯ СТОЙКА

ЛЮДИ ЧАСТО ЖАЛУЮТСЯ НА БОЛИ В СПИНЕ, ПОЯСНИЦЕ, КОЛЕНАХ, СТУПНЯХ, КОТОРЫЕ ПЕРИОДИЧЕСКИ ПОЯВЛЯЮТСЯ И ВНОСЯТ ДИСКОМФОРТ В ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ. ЧТО МОЖЕТ ВЫЗЫВАТЬ ТАКИЕ БОЛЕВЫЕ ПРИСТУПЫ И КАК УЛУЧШИТЬ САМОЧУВСТВИЕ, РАССКАЗАЛ ЭКСПЕРТ

Гимнастика укрепляет мышцы и улучшает работу суставов



□

Боли разного характера сопровождают человека всю жизнь. Они появляются всегда неожиданно и не вовремя. И причины их возникновения тоже бывают разные. Однако есть и такие боли, которые непосредственно связаны с нарушениями в работе опорно-двигательного аппарата, говорит травматолог-ортопед, доктор медицинских наук Арби Назыров. Боли могут появиться в спине, тазобедренной области, коленях, любом другом месте, и если уж они возникли, то следует в дальнейшем внимательно относиться к своему здоровью. Это нужно, чтобы остановить или максимально замедлить процесс дегенеративных изменений, происходящие в опорно-двигательной системе, чтобы ваши ноги ходили исправно и выдерживали ежедневные нагрузки легко и безболезненно, напоминает эксперт. — В нашем организме все взаимосвязано, — рассказывает доктор. — Например, при заболеваниях стоп меняется функция стопы как амортизатора, уменьшается или вовсе исчезает ее способность поглощать энергию удара при ходьбе. И наше тело начинает подстраиваться под измененные функции, меняя положение дру-

гих частей опорно-двигательного аппарата в целом. Такой пример. При плоскостопии, говорит Арби Назыров, нога не стоит прямо на ровной поверхности, чтобы сохранить равновесие тела, бедро слегка поворачивается внутрь, это приводит к тому, что положение суставных поверхностей колена меняется, и сустав работает неправильно. Далее изменения затрагивают весь опорно-двигательный аппарат, меняется работа тазобедренного сустава, а затем — и позвоночника. Кто бы мог подумать, что такое «безобидное» заболевание, как плоскостопие, имеет такие серьезные последствия. А что творит варусная деформация стоп? Это заболевание тоже оказывает влияние на работу коленных суставов и всего опорно-двигательного аппарата. При такой деформации стоп пятки удаляются друг от друга, а пальцы, наоборот, приближаются друг к другу. Коленные суставы подстраиваются под это положение, мениск коленного

сустава сдавливается. При тяжелых формах заболевания бедро смещается наружу, а голень — внутрь. Правильно подобранные и изготовленные ортопедические стельки могут восстановить положение стопы, коленных и тазобедренных суставов. Они являются надежным средством профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата, поясняет эксперт. — Или взять, к примеру, тазобедренный сустав, — говорит Арби Назыров. — Он считается одним из самых крупных и крепких суставов человека и выполняет огромное количество функций. Тазобедренные суставы берут на себя большую часть нагрузки, приходящейся на нижние конечности при ходьбе, способны на такие действия, как сгибание и разгибание,

— Я так забочусь

увеличить амортизацию при ходьбе, это разгрузит тазобедренные суставы и предотвратит развитие артроза. Ортопедические стельки меняют положение стопы и нормализуют состояние всего опорно-двигательного аппарата, считает эксперт, именно поэтому всем, кто не может согнуться или разогнуться из-за боли в пояснице, нужно посетить ортопед. Приобретенное плоскостопие, небольшая разница в длине ног или другие патологии, о которых пациент может не знать, приводят к искривлению скелетно-мышечного каркаса и появлению болей в спине. Ортопедические стельки учитывают индивидуальные особенности строения стопы. Их ношение необременительно для пациентов. Но польза очевидна — они влияют на положение стопы, меняют характер работы мускулатуры нижних конечностей и таза. Опорно-двигательный аппарат приходит в норму и избавляется от перекосов, отметил эксперт.

Михаил Петров nedelya@vm.ru

СПРАВКА

На функционирование опорно-двигательного аппарата очень сильно влияет лишний вес. Чтобы наладить его нормальную работу и снизить нагрузку на позвоночник и ноги, следует заняться своим питанием — планировать рацион и сократить количество жиров и углеводов. А для снижения лишнего калорий нужно побольше ходить.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ СТЕЛКИ ИЗ НОВОЙ ЗЕЛАНДИИ Formthotics

- ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ** Способствуют избавлению от болей в ногах, спине и шее
- ИЗНОСОСТОЙКИЕ** Срок службы стелек до 10 лет. Гарантия до 5 лет
- ИННОВАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ FORMAX** Обладает повышенной прочностью и устойчив к микробам
- ШИРОКИЙ МОДЕЛЬНЫЙ РЯД** Более 15 видов жесткости моделей

8 (800) 550-53-38
formtotiks.ru

Реклама. РУ ФСЗ № 2008/02092 от 23.06.2008 г.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НЕ РАЗБИРАЕТЕ РЕЧЬ? ЕСТЬ НЕЗАМЕТНЫЕ РЕШЕНИЯ

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА ПО ЦИФРОВЫМ СЛУХОВЫМ АППАРАТАМ.

СКИДКА МИНУС 30% ДО КОНЦА МАЯ НА ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ, ПРОИЗВЕДЕННЫЕ В ЕВРОПЕ.

Как к нам записаться?
Позвонить по телефону 8 (495) 859-49-46, записаться на прием и приехать в назначенное время.



Ул. Автозаводская, 13/1 (1 мин от м. "Автозаводская", выход № 1 из метро, налево)

Подробнее по телефону 8 (495) 859-49-46

МЦК Автозаводская (360 метров от салона)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

В программе возможны изменения

1 КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости с субтитрами
- 09.20 АнтиФейк 16+
- 09.55 Жизнь здорово! 16+
- 10.45 Информационный канал 16+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Информационный канал 16+
- 15.00 Новости с субтитрами
- 15.15 Информационный канал 16+
- 16.00 Мужское / Женское 16+
- 16.50 Информационный канал 16+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 18.20 Информационный канал 16+
- 19.50 Куклы наследника Тутти 16+
- 21.00 Время
- 22.00 **ТРЕЙДЕР** [S] 16+
- 23.00 Большая игра 16+
- 00.00, 00.40, 01.20, 02.00, 02.40 Подкаст.Лаб 16+
- 03.00 Новости
- 03.05, 03.20, 04.00 Подкаст.Лаб 16+

МОСКВА **ДОВЕРИЕ**

- 06.10 Мой район. Навигатор 16+
- 06.25 Раскрывая тайны звезд 12+
- 07.10 Мой район. Навигатор 16+
- 07.20 **ВА-БАНК** (Польша, 1981) 12+



- 08.55 Тайны нашей эстрады 12+
- 09.25 Тайны кино 12+
- 10.10 **ЗНАХАРЬ** (Польша, 1981) 16+
- 12.35 **ШАХ КОРОЛЕВЕ БРИЛЛИАНТОВ** (СССР, 1973) 12+
- 14.10 **ВА-БАНК** (Польша, 1981) 12+
- 15.55 Тайны кино 12+
- 16.45 Мой район 12+
- 17.40 Звезды советского экрана 12+
- 18.10 **СВИДАНИЕ СО СМЕРТЬЮ** (США, 1988) 16+
- 20.00 **ДВОЙНОЙ КАПКАН** (СССР, 1985) 12+
- 22.20 **ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ** (СССР, 1980) 12+
- 23.50 Мой район. Энциклопедия. Третьяковская галерея 12+
- 00.15 Мой район. Навигатор 16+
- 00.25 **СМЕРТЬ НА НИЛЕ** (Великобритания, 1978) 16+
- 02.40 Мой район. Навигатор 16+
- 02.50 Мой район. Энциклопедия. Граненый стакан 12+
- 03.20 Мой район. Навигатор 16+
- 03.30 Тайны кино 12+
- 04.15 Мой район. Энциклопедия. Необычные сталинки 12+
- 04.25 Мой район. Энциклопедия. 5 самых красивых новых станций метро 12+
- 04.35 Мой район. Навигатор 16+
- 04.50 Мой район. Энциклопедия. Бригада 12+
- 05.10 Мой район. Навигатор 16+
- 05.20 Мой район. Энциклопедия. Москва Фабричная 12+
- 05.40 Мой район. Энциклопедия. Московское время 12+

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном 12+
- 11.00 Вести
- 11.30 60 минут 12+
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Кто против? 12+
- 16.00 Вести
- 16.30 Малахов 16+
- 17.30 60 минут 12+
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **ПАРОМЩИЦА. ДОЛИНА МЕЧТЫ** 12+
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
- 02.05 **МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ-2** 16+
- 03.55 **СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ** 16+

НТВ

- 04.55 **МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ** 16+
- 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 10.00 Сегодня
- 10.35 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Сегодня в Москве
- 16.50 За гранью 16+
- 17.55 ДНК 16+
- 19.00 Сегодня
- 20.00 **ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ** [S] 16+
- 22.15 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
- 23.35 Сегодня в Москве
- 00.00 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
- 00.50 Поздняков 16+
- 01.00 Защитники детства 16+
- 02.00 **МОЖНО, Я БУДУ ЗВАТЬ ТЕБЯ МАМОЙ?** (Россия, 2008) 16+ Режиссер Алексей Шикин В ролях: Анна Ковальчук, Борис Хвошнянский, Александр Клемантович, Николай Спиридонов, Алена Баркова, Татьяна Полонская, Игорь Волков, Даниил Берестнев, Ольга Колоскова, Михаил Сливников и др. *Писательница Дарья Семенова, столичная штучка, в один прекрасный день вдруг бросает все и отправляется в деревню, где сохранился старый дом ее бабушки. Здесь она встречает родные лица друзей детства, здесь ей уютно и хорошо работается над очередным романом. Однако деревенскую идиллию отравляет соседство с угрюмым оставленным майором Ильей. Этот нелюдимый служака опекает бездомного мальчишку Ваську, сбежавшего из детского дома. У мальчишки есть заветная мечта — найти свою маму, когда-то оставившую его на пороге приюта. Эта неприкаянная душа коренным образом изменяет судьбы Ильи и Даши...*
- 03.30 **ЗАКОНЫ УЛИЦ** [S] 16+

ТВ ЦЕНТР

- 06.00 Настроение
- 08.10 Доктор И... 16+
- 08.45 **КОЧЕВНИЦА** 12+
- 10.40 Союзмультфильм. Только для взрослых 12+
- 11.30 События
- 11.50 **СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА** 12+
- 13.40, 05.20 Мой герой. Данил Стеклов 12+
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 **СПЕЦЫ** 16+
- 16.55 90-е. Кремлевские жены 16+
- 17.50 События
- 18.10 Петровка, 38 16+
- 18.25 **АННА И ТАЙНА ЯДОВ** 12+
- 22.00 События
- 22.40 10 самых... Кроважадные фанаты звезд 16+
- 23.10 Актерские драмы. Гениальные негодяи 12+
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38 16+
- 00.45 Хроники московского быта. Игра в самоубийцу 12+
- 01.30 В тени Сталина. Битва за трон 12+
- 02.10 Хрущев и КГБ 12+
- 02.50 Осторожно, мошенники! 16+
- 03.15 **СПЕЦЫ** 16+
- 04.45 Союзмультфильм. Только для взрослых 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 По делам несовершеннолетних 16+
- 08.05 Давай разведемся! 16+
- 09.05 Тест на отцовство 16+
- 11.20 Понять. Простить 16+
- 12.35 Порча. Переплетенные 16+
- 13.05 Знахарка 16+
- 13.40 Верну любимого 16+
- 14.15 Голоса ушедших душ 16+
- 14.50 **АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА** 16+ *На бывшую детдомовку, а ныне юную воздушную гимнастку Полину сваливается неожиданное богатство — таинственный поклонник ее таланта дарит ей один из своих загородных домов. Подарок не приносит счастья — Полина теряет лучшую подругу, иллюзионистку Аглаю: жених Аглаи, красавец-укротитель Герман, как и многие прочие, начинает ухлестывать за новоиспеченной принцессой цирка. Со зла Полина дает согласие выйти за Германа замуж. Но на следующий день его находят мертвым, а Аглаю арестовывают по подозрению в убийстве. Пытаясь найти истинного преступника, Полина начинает собственное расследование. Однако вскоре срывается из-под купола и разбивается... В этот трагический момент в ее жизни появляется отец, только теперь случайно узнавший о существовании дочери...*
- 19.00 **НЕВЕСТА** 16+
- 22.20 **СЛЕПОЙ ПОВОРОТ** 16+
- 02.00 Понять. Простить 16+
- 02.55 Порча 16+
- 03.20 Знахарка 16+
- 03.50 Верну любимого 16+
- 04.15 Голоса ушедших душ 16+
- 04.45 6 кадров 16+
- 05.25 По делам несовершеннолетних 16+

РОССИЯ К **КУЛЬТУРА**

- 06.30 Новости культуры
- 06.35 Пешком... Москва деревенская
- 07.00 Новости культуры
- 07.05 Легенды мирового кино. Надежда Кошеверова
- 07.30 Новости культуры
- 07.35 Ступени Цивилизации
- 08.30 Жизнь и судьба
- 08.50 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (СССР, 1979)
- 10.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15, 00.50 ХХ век. Будильник. Театр зверей. Ведущие Наталья Дурова и Инна Ермилова. 1986
- 11.55 **В. ДАВЫДОВ И ГОЛИАФ** (СССР, 1985)
- 12.30 Новости культуры
- 12.45 Новости. Подробно. Театр
- 13.00 Русский стиль. Чиновники
- 13.30 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (СССР, 1985)
- 14.35 Андрей Вознесенский. Ностальгия по настоящему. Авторский фильм Валентина Тернявского
- 15.20 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (СССР, 1979)
- 16.30, 23.25 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ...
- 17.00 Новости культуры
- 17.15, 02.05 К 120-летию со дня рождения Евгения Мравинского. К. М. фон Вебер. Увертюра к опере Оберон. Ф. Шуберт. Неоконченная симфония. Дирижер Евгений Мравинский
- 17.55 Пряничный домик. Мастера Рассказово
- 18.25 Люди неба
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 20.45 Кино о кино
- 21.30 Энигма. Глеб Фильштинский
- 22.15 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (Ленфильм, 1985)
- 23.55 Ступени Цивилизации
- 01.25 Климент Тимирязев. Беспокойная старость
- 02.45 Цвет времени. Надя Рушева

ЗВЕЗДА

- 05.00 **ДЖОКЕРЬ** (Россия, 2002) 16+
- 07.00 Сегодня утром 12+
- 09.00 Новости дня 16+
- 09.15 Открытый эфир 16+
- 11.00 **ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА** 12+
- 12.30 ВМФ СССР. Хроника Победы 16+
- 13.00 Новости дня 16+
- 13.25 **ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** 16+
- 15.00 Военные новости 16+
- 15.05 **ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ** 16+
- 18.00 Новости дня 16+
- 18.20 Специальный репортаж 16+
- 18.50 Битва за Россию. Чесменское сражение. Орлов против Гасан-паши 16+
- 19.40 Код доступа 12+
- 20.30 Новости дня 16+
- 21.30 Открытый эфир 16+
- 23.00 Между тем с Натальей Метлиной 12+
- 23.30 **ЮНГА СЕВЕРНОГО ФЛОТА** (СССР, 1973) 12+
- 01.15 **ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА** 12+
- 02.20 **ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ** (СССР, 1985) 16+
- 03.55 Убить Гитлера. 1921–1945 16+

ТВ-3

- 06.00 Утренние гадания 16+
- 06.15 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 09.15 Утренние гадания 16+
- 09.30 Слепая 16+
- 10.05 Слепая 16+
- 10.40 Слепая 16+
- 11.15 Знаки судьбы 16+
- 12.20 Мистические истории 16+
- 13.30 Охотники за привидениями 16+
- 14.00 Гадалка 16+
- 14.30 Гадалка 16+
- 15.00 Гадалка 16+
- 15.45 Гадалка 16+
- 16.15 Гадалка 16+
- 16.50 Слепая 16+
- 17.20 Слепая 16+
- 17.55 Слепая 16+
- 18.30 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 19.30 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 20.15 **ПОЛНОЛУНИЕ** 16+
- 21.15 **ТРИ ДНЯ НА УБИЙСТВО** (США, 2014) 16+
- 23.45 Охотники за привидениями 16+
- 00.15 Мистические истории 16+
- 01.15 Знаки судьбы 16+
- 02.00 Сверхъестественный отбор 16+
- 02.45 Сверхъестественный отбор 16+
- 03.30 Сверхъестественный отбор 16+
- 04.30 Сверхъестественный отбор 16+
- 05.15 Городские легенды 16+

СТС

- 06.00 Ералаш 0+
- 06.30 **БУБА** 6+
- 07.20 **ЦАРЕВНЫ И ТАИНСТВЕННАЯ ГОСТЬЯ** 0+
- 08.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 09.00 Уральские пельмени. Смахbook 16+
- 09.05 На выход! 16+
- 10.10 **ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА** (США, 2013) 16+
- 12.55 **КУХНЯ** 12+
- 18.00 На выход! 16+
- 19.00 **ЮНОСТЬ** 16+
- 20.00 **АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ** (Россия, 2021) 6+



- Режиссеры: Карен Захаров, Армен Ананикян
- В ролях: Даниил Большов, Алексей Онежен, Елизавета Анохина и др. *Ромка, Ярк, Николетта и Елисей загадывают желания у волшебного дерева в лагере Артек. Дерево переносит их на 30 лет назад — в 1988 год, где они встречаются своих родителей. Ребята там необходимо подружиться со своими родителями и найти путь обратно...*
- 22.00 **ЛЕГЕНДЫ ОРЛЕНКА** (Россия, 2021) 6+
- 23.55 **НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я** (Россия, 2021) 12+
- 01.45 **ПОГНАЛИ** 16+
- 04.10 6 кадров 16+
- 04.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ

- 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 06.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Засекреченные списки 16+
- 11.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 16+
- 12.00 Программа 112 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным 16+
- 14.00 Невероятно интересные истории 16+
- 15.00 Неизвестная история 16+
- 16.00 Программа 112 16+
- 16.30 Новости 16+
- 17.00 Тайны Чапман 16+
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 19.00 Программа 112 16+
- 19.30 Новости 16+
- 20.00 **КОДЕКС КИЛЛЕРА** (Великобритания — США, 2021) 16+ Режиссер Мартин Кэмпбелл В ролях: Мэгги Кью, Майкл Китон, Сэмюэл Л. Джексон, Дэвид Ринтлу, Патрик Мэлахайд, Рэй Фиарон, Ори Фейфер, Роберт Патрик, Тудор Кирилэ и др. *С самого детства она знает, как убивать, и со временем именно это становится ее ремеслом. В своем деле Анна — профессионал, так как обучалась у лучшего из наемников. После смерти наставника ассасины выходят на тропу войны, но и девушка, обученная различным видам единоборства, готова принять вызов...*
- 22.00 Смотреть всем! 16+
- 23.00 Новости 16+
- 23.30 Загадки человечества с Олегом Шишкиным 16+
- 00.30 **ЗАЛОЖНИК-ИЗГОЙ** (США, 2021) 18+
- 02.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 02.55 Тайны Чапман 16+

360°

- 05.00, 07.00, 09.30 Новости Московской области 16+
- 06.00, 18.30 Город с историей 12+
- 06.30, 08.05, 08.35, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 Внимание! Еда! 12+
- 06.50, 18.10, 04.00, 04.40 Наставники 12+
- 08.00, 09.00, 11.30, 12.00, 14.00, 15.00, 16.05, 17.00, 18.00, 20.00 Новости 360 16+
- 10.00, 19.00 Информационно-аналитическая программа 16+
- 11.00, 04.50 ЧП 360 16+
- 11.05, 11.40 Быстрые деньги 12+
- 11.35, 12.20, 14.05, 15.05, 16.10, 17.05, 18.05, 02.55 Погода 360 6+
- 12.30 Охлобыстин в Подмосковье 12+
- 13.00 Викторина 360 0+
- 14.30 Погода на любой вкус 16+
- 15.10, 15.35, 16.15 Брюс одобряет 12+
- 17.30 Маршрут построен 12+
- 20.05 Последняя любовь империи 16+
- 21.30, 00.45 Невероятная наука 12+
- 22.20, 01.35 Шестое чувство 12+
- 23.05 Подмосковные игрушки 12+
- 23.50 Город с историей 12+
- 02.25 Тет-а-тет с Марусей 16+
- 03.45 Прогулка 12+
- 04.15 Интервью 360 12+

1 КАНАЛ

05.00 Доброе утро
 09.00 Новости с субтитрами
 09.20 АнтиФейк 16+
 09.55 Жить здорово! 16+
 10.45 Информационный канал 16+
 12.00 Новости с субтитрами
 12.15 Информационный канал 16+
 15.00 Новости с субтитрами
 15.15 Информационный канал 16+
 16.00 Мужское / Женское 16+
 16.50 Информационный канал 16+
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 18.40 Человек и закон с Алексеем Пимановым 16+
 19.45 Поле чудес [S] 16+
 21.00 Время
 21.45 ГОЛОС весны в обновленном составе. Финал. Прямой эфир [S] 12+
 23.55 Вызов. Первые в космосе. Заключительная серия [S] 12+
 00.55 Подкаст.Лаб 20 лет спустя 16+
 01.35 Подкаст.Лаб Неформат 16+
 02.15 Подкаст.Лаб Антропология 16+
 02.55 Подкаст.Лаб Креативные индустрии 16+
 03.30 Подкаст.Лаб Не лыком шиты 16+
 04.10 Подкаст.Лаб Психика 16+
 04.45 Подкаст.Лаб Письма 16+
 05.20 Подкаст.Лаб Триггеры 16+

Москва
ДОВЕРИЕ

06.10 Мой район. Навигатор 16+
 06.20 Мой район. Энциклопедия. Москва слезам не верит 12+
 06.40 Мой район. Энциклопедия. Третьяковская галерея. 12+
 07.05 Мой район. Энциклопедия. Самые старые вывески 12+
 07.15 Мой район. Навигатор 16+
 07.30, 14.15 **ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР** (Польша, 1984) 12+
 09.00 Тайны нашей эстрады 12+
 09.25 Юмор на все времена 12+
 10.15 **ДВОЙНОЙ КАПКАН** (СССР, 1985) 12+
 12.40 **ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ** (СССР, 1980) 12+
 15.50 Тайны кино 12+
 16.40 Мой район. Энциклопедия. Москва. Акустика 12+
 17.05 Мой район. Энциклопедия. ТАСС уполномочен заявить 12+
 17.30 **СМЕРТЬ НА НИЛЕ** (Великобритания, 1978) 16+
 20.00 **ЗНАХАРЬ** (Польша, 1981) 16+
 22.15 **ШАХ КОРОЛЕВЕ БРИЛЛИАНТОВ** (СССР, 1973) 12+
 23.45 Золотая рыбка 16+
 00.30 Мой район. Навигатор 16+
 00.40 **СВИДАНИЕ СО СМЕРТЬЮ** (США, 1988) 16+
 02.20 Мой район. Навигатор 16+
 02.30 Мой район. Энциклопедия. Арбат. Страницы истории 12+
 02.55 Мой район. Навигатор 16+
 03.10 Тайны кино 12+
 03.55 Мой район. Энциклопедия. Москва деревянная 12+
 04.15 Мой район. Навигатор 16+
 04.25 Мой район. Энциклопедия. Операция Ы и другие приключения Шурика 12+
 04.45 Мой район. Навигатор 16+
 05.00 Мой район. Энциклопедия. Производства Москвы 12+
 05.20 Мой район. Энциклопедия. Москва. Семь сестер 12+
 05.45 Мой район. Энциклопедия. Московская реставрация 12+

РОССИЯ 1 **РОССИЯ 1**

05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном 12+
 11.00 Вести
 11.30 60 минут 12+
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 14.55 Кто против? 12+
 16.00 Вести
 16.30 Прямой эфир 16+
 17.30 60 минут 12+
 20.00 Вести
 21.15 Вести. Местное время
 21.30 Удивительные люди 12+
 23.55 Истории большой страны 12+
 00.55 **ЗА ЛУЧШЕЙ ЖИЗНЬЮ** (Россия, 2016) 12+
 Режиссер Александр Грабарь
 В ролях: Анна Леванова, Александр Яцко, Андрей Сенькин, Ольга Рептух, Алексей Верещако и др.
Даша Тихонова — интеллигентная девушка и первая красавица в деревне. Она мечтала закончить консерваторию и стать пианисткой, но ей пришлось остаться дома и ухаживать за больной матерью. В Дашу давно влюблен ее сосед Паша, но девушка отклоняет его ухаживания. Она верит, что где-то ее ждет лучшая жизнь. Вот уже несколько месяцев она переписывается в интернете с молодым человеком по имени Лео. Он пишет Даше прекрасные письма и зовет приехать к нему. После смерти матери Даша решает оставить родную деревню. Она отправляется к загадочному другу по переписке, но неожиданно становится свидетельницей убийства. Скрываясь от преследования, Даша попадает в дом к богатому бизнесмену Пересветову, который планирует круто изменить ее жизнь. Но так ли искренни намерения Пересветова?..
 04.10 **СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ** 16+

НТВ

04.55 **МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ** [S] 16+
 06.30 Утро. Самое лучшее 16+
 08.00 Сегодня
 08.25 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
 10.00 Сегодня
 10.35 **ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ** [S] 16+
 13.00 Сегодня
 13.25 Чрезвычайное происшествие
 14.00 Место встречи
 16.00 Сегодня
 16.20 Сегодня в Москве
 16.50 ДНК 16+
 17.55 Жди меня 12+
 19.00 Сегодня
 20.00 **ВОЕННАЯ ПОЛИЦИЯ** [S] 16+
 22.15 **РЕАЛИЗАЦИЯ** [S] 16+
 00.00 Своя правда с Романом Бабаяном 16+
 02.10 Захар Прилепин.
 Уроки русского 12+
 02.35 Квартирный вопрос 0+
 03.30 **ЗАКОНЫ УЛИЦ** [S] 16+

ТВ ЦЕНТР

06.00 Настроение
 08.05 Тайна песни. Нежность 12+
 08.40 **АННА И ТАЙНА НОЧИ** 12+
 11.30 События
 11.50 **АННА И ТАЙНА НОЧИ** 12+
 12.40 **ЖЕНСКИЙ ПРИГОВОР** 12+
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.00 **ЖЕНСКИЙ ПРИГОВОР** 12+
 16.55 Актерские драмы. Кино без купюр 12+
 17.50 События
 18.10 **ЖИЗНЬ ПОД ЧУЖИМ СОЛНЦЕМ** (Россия, 2020) 12+
 20.00 **ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ** 12+
 22.00 В центре событий с Анной Прохоровой
 23.00 Хорошие песни 12+
 00.30 **ПРИНЦЕССА НА БОБАХ** 12+
 02.20 Петровка, 38 16+
 02.35 **КАБИНЕТ ПУТЕШЕСТВЕННИКА** 12+
 05.30 Александр Абдулов. Жизнь без оглядки 12+
 06.10 Закон и порядок 16+

ДОМАШНИЙ

06.30 По делам несовершеннолетних 16+
 08.10 Давай разведемся! 16+
 09.10 Тест на отцовство 16+
 11.25 Понять. Простить 16+
 12.35 Порча. Без бремени 16+
 13.10 Знахарка 16+
 13.45 Верну любимого 16+
 14.20 Голоса ушедших душ 16+
 14.55 **СРОК ДАВНОСТИ** 16+
 Режиссер Максим Демченко
 В ролях: Дарья Румянцева, Владимир Колганов, Евгений Авдеев, Сергей Радченко, Юлия Кудояр, Ольга Радчук, Дарья Трегубова и др.
 Учительница Александра счастлива с мужем Антоном и дочкой Машей, любит свою работу. Жизнь ее омрачена только нехваткой денег и нелюбовью свекрови. Когда у Антона начинаются проблемы на работе, Александра, чтобы помочь мужу, устраивается репетитором в богатую семью. Придя на очередной урок, Саша обнаруживает тело матери своей ученицы рядом с открытым пустым сейфом. Испугавшись обвинений, женщина убегает, но вскоре к ней домой является полиция и находит в Сашиних вещах драгоценности покойной. Выйдя через 7 лет из тюрьмы, Александра понимает, что потеряла все: муж ушел к подруге, дочь считает, что мать ее бросила, на работу не берут, жить негде. Отец ученицы жаждет отомстить за убийство жены. Жизнь на свободе кажется адом...
 19.00 **ТО, ЧТО НЕЛЬЗЯ КУПИТЬ** (Россия, 2019) 16+
 23.20 **В ОДНУ РЕКУ ДВАЖДЫ** (Россия, 2019) 16+
 02.45 Понять. Простить 16+
 03.40 Порча 16+
 04.05 Знахарка 16+
 04.35 Верну любимого 16+
 05.00 6 кадров 16+
 05.20 По делам несовершеннолетних 16+

КУЛЬТУРА

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
 06.35 Пешком... Москва восточная
 07.05 Легенды мирового кино
 07.35 Ступени Цивилизации
 08.30 Жизнь и судьба
 08.50 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (Одесская к/ст, 1979)
 10.15 XX век. Юбилейный вечер театра Современник. 1986
 12.10 Забытое ремесло. Городовой
 12.45 Больше, чем любовь
 13.30, 21.10 **ПРОТИВОСТОЯНИЕ** (Ленфильм, 1985)
 15.45 Энигма. Глеб Фильштинский
 16.30 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ...
 17.15, 01.40 К 120-летию со дня рождения Евгения Мравинского
 18.20 Письма из провинции. Марий Эл
 18.45 Борис Рыбаков. Зима патриарха
 19.45 Смехоностальгия
 20.15 Линия жизни
 23.25 Всеволод Шиловский. Вспоминая старый МХАТ...
 23.50 **ДАВАЙ ПОТАНЦУЕМ** (ССА, 1950)
 02.40 **ПО СОВЕСТНОМУ ЖЕЛАНИЮ. КРЫЛЬЯ, НОГИ И ХВОСТЫ**

ЗВЕЗДА

05.25 **ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...** (К/ст им. Горького, 1985) 12+
 07.10, 09.20 **БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ** (Ленфильм, 1954) 12+
 09.00, 13.00, 18.00 Новости дня 16+
 10.15 **ГОЛУБАЯ СТРЕЛА** (СССР, 1958) 12+
 12.15, 13.25, 15.05 **ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ** (Мосфильм, 1974) 12+
 15.00 Военные новости 16+
 16.45, 18.45 **УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАЧУРЫ** 16+
 22.00 Здравствуйте, товарищи! 16+
 23.00 Музыка+ 12+
 00.10 **ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ** (К/ст им. Горького, 1967) 12+
 01.40 **ПОХИЩЕНИЕ САВОЙИ** (Болгария — СССР, 1979) 12+
 03.10 **ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...** (К/ст им. Горького, 1980) 12+
 04.20 Москва фронту 16+
 04.40 **ЮНГА СЕВЕРНОГО ФЛОТА** (К/ст им. Горького, 1973) 12+

ТВ-3

06.00 Утренние гадания 16+
 06.15 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
 09.00 Утренние гадания 16+
 09.15 Секреты здоровья 16+
 09.30 Слепая 16+
 10.05 Слепая 16+
 10.40 Слепая 16+
 11.15 Новый день 12+
 11.50 Слепая 16+
 12.20 Мистические истории 16+
 13.30 Гадалка 16+
 14.00 Гадалка 16+
 14.30 Вернувшиеся 16+
 15.40 Врачи 16+
 16.50 Слепая 16+
 17.20 Слепая 16+
 17.55 Слепая 16+
 18.30 Слепая 16+
 19.00 Слепая 16+
 19.30 **ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ** (Россия, 2022) 12+
 Режиссер Алекс Гурьев
 В ролях: Егор Корешков, Алена Константинова, Дмитрий Фрид, Никита Дювбанов, Лиза Мартинес, Константин Самоуков и др.
В отдаленном будущем Земля подвергается нашествию некоего вируса, уничтожающего биосферу планеты, что грозит гибелью всему человечеству. Единственное спасение — проект «Вторая Земля»...
 21.30 **ВСПОМНИТЬ ВСЕ** (США, 1990) 16+
 00.00 **ФАР КРАЙ** (Германия — Канада, 2008) 18+
 01.30 Апокалипсис 16+
 02.15 Апокалипсис 16+
 03.00 Апокалипсис 16+
 03.45 Апокалипсис 16+
 04.45 Городские легенды 16+
 05.15 Городские легенды 16+

СТС

06.00 Ералаш 0+
 06.30 **БУБА** 6+
 07.00 **МИША ПОРТИТ ВСЕ** 16+
 08.00 **ИЮСТЬ** 16+
 09.00 На выход! 16+
 11.05 Обратный отсчет 16+
 12.10 Уральские пельмени. Смехbook 16+
 13.00 Шоу Уральских пельменей 16+
 00.00 Импровизаторы 16+
 01.00 Импровизаторы 16+
 02.00 **ПОГНАЛИ** 16+
 04.00 6 кадров 16+
 04.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 04.35 Самые шокирующие гипотезы 16+
 06.00 С бодрым утром! 16+
 08.30 Новости 16+
 09.00 Документальный проект 16+
 11.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым 16+
 12.00 Информационная программа 112 16+
 12.30 Новости 16+
 13.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным 16+
 14.00 Невероятно интересные истории 16+
 15.00 Засекреченные списки 16+
 16.00 Информационная программа 112 16+
 16.30 Новости 16+
 17.00 Тайны Чапман 16+
 19.00 Информационная программа 112 16+
 19.30 Новости 16+
 20.00 **ЧЕРНАЯ СМЕРТЬ** (Германия — Великобритания, 2010) 16+
 22.00 **КАПИТАН АЛАТРИСТЕ** (Испания, 2006) 16+
 00.40 **ПОМПЕИ** (Канада — Германия, 2014) 12+
 02.30 **АПОКАЛИПСИС** (США, 2006) 16+

360°

05.00, 07.00, 09.30 Новости Московской области 16+
 06.00, 18.30 Город с историей 12+
 06.30, 08.05, 08.35, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 Внимание! Еда! 12+
 06.50, 18.10, 04.00, 04.40 Наставники 12+
 08.00, 08.30, 09.00, 11.30, 12.00, 14.00, 15.00, 16.05, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00 Новости 360 16+
 10.00, 19.00 Информационно-аналитическая программа 16+
 11.00, 04.50 ЧП 360 16+
 11.05, 11.40 Быстрые деньги 12+
 11.35, 12.20, 14.05, 15.05, 16.10, 17.05, 18.05, 21.05, 23.10, 02.55 Погода 360 6+
 12.30 Охлобыстин в Подмосковье 12+
 13.00 Викторина 360 0+
 14.30 Погода на любой вкус 16+
 15.10, 15.35, 16.15 Брюс одобряет 12+
 17.30 Поездка со вкусом 12+
 20.05, 20.30 Загадки истории 12+
 21.10 Невероятная наука 12+
 22.00 Подмосковные игрушки 12+
 22.50, 03.45 Прогулка 12+
 00.05 Город с историей 12+
 00.45 Шестое чувство 12+
 02.25 Тет-а-тет с Марусей 16+
 04.15 Интервью 360 12+

театральная афиша

Творческое объединение Владимира Вексельмана

Музей П. И. Чайковского в Москве (филиал Российского национального музея музыки).
 Кудринская площадь, 46/54,
 © (495) 605-65-15, (915) 168-07-14.
 26/IV в 19 ч. «Жемчужины камерной музыки: Людвиг ван Бетховен». Владимир Скоморохов (фортепиано).
Дом-музей М. Н. Ермоловой (филиал Государственного центрального театраль-

ного музея имени А. А. Бахрушина).
 Тверской бульвар, 11. © (915) 168-07-14.
 28/IV в 13 ч. Концерт камерной инструментальной музыки. Василиса Крылова (скрипка), Зиновия Нестеренко (скрипка), Магина Набиуллина (фортепиано).
Зеркальный зал Москонцерта на Пушкинской. Пушкинская ул., 4, стр. 2, © (915) 168-07-14.
 4/VI в 15 ч. «Творческому объединению Владимира Вексельмана — 10 лет!». Концерт закрытия сезона 2022/2023.

В программе возможны изменения

1 КАНАЛ

- 06.00 Новости
- 06.10 Подкаст.Лаб. Антропология 16+
- 06.55 Играй, гармонь любимая! [S] 12+
- 07.40 Часовой [S] 12+
- 08.10 Здоровье 16+
- 09.20 Мечталлион. Национальная лотерея [S] 12+
- 09.40 Непутевые заметки с Дм. Крыловым 12+
- 10.00 Новости с субтитрами
- 10.15 Жанна Бадоева в проекте-путешествии Жизнь других [S] 12+
- 11.10 Повара на колесах 12+
- 12.00 Новости с субтитрами
- 12.15 Видели видео? 0+
- 13.50 **МОСКВА — КАССИОПЕЯ** (СССР, 1973) 0+
- 15.25 **ОТРОКИ ВО ВСЕЛЕННОЙ** (СССР, 1974) 0+
- 17.00 Баня, водка, гармонь, Голливуд 12+
- 18.00 Вечерние новости с субтитрами
- 19.00 Две звезды. Отцы и дети [S] 12+
- 21.00 Время
- 22.35 Что? Где? Когда? Летняя серия игр [S] 16+
- 23.45 Арт и Факт. Кракелюр [S] 12+
- 00.10 Арт и Факт. Мария [S] 12+
- 00.30 На футболе с Денисом Казанским [S] 18+
- 01.00 Подкаст.Лаб. Антропология 16+
- 01.40 Подкаст.Лаб. 20 лет спустя 16+
- 02.20 Подкаст.Лаб. Психика 16+
- 03.00 Подкаст.Лаб. Неформат 16+
- 03.35 Подкаст.Лаб. Креативные индустрии 16+
- 04.10 Подкаст.Лаб. Обязательно к прочтению 16+

МОСКВА **ДОВЕРИЕ**

- 06.00 06.35 07.10 07.30 Мой район. Навигатор 16+
- 06.10 Мой район. Энциклопедия. Москва. Береговая линия 12+
- 06.45, 02.55 Мой район. Энциклопедия. В переулках старого Арбата 12+
- 07.20 Мой район. Энциклопедия. 5 самых красивых новых станций метро 12+
- 07.45 Тайны кино 12+
- 08.30 **МОЯ ЛЮБОВЬ** (СССР, 1940) 12+
- 09.50 **ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА** (СССР, 1955) 12+
- 11.20 В главной роли 12+
- 12.10 Раскрывая тайны звезд 12+
- 13.00 **СЕДЬМОЕ НЕБО** 12+
- 16.40 **КАИН XVIII** (СССР, 1963) 0+
- 18.10, 20.45 **СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ** 12+
- 22.40 **ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ** (СССР, 1960) 12+
- 00.10, 01.45, 02.40, 03.20 Мой район. Навигатор 16+
- 00.20 **ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА** (СССР, 1964) 6+
- 01.55 Раскрывая тайны звезд. 12+
- 03.30 Мой район. Энциклопедия. Москва. Анустика 12+
- 03.55 Мой район. Энциклопедия. Вам и не снилось... 12+
- 04.15 Мой район. Энциклопедия. Каменные львы 12+
- 04.25 Мой район. Энциклопедия. Стеклоплатформы Крыши Москвы 12+
- 04.35 Мой район. Энциклопедия. Автомобиль Москвич 12+
- 05.05 Мой район. Энциклопедия. Подземные тайны 12+
- 05.30 Мой район. Энциклопедия. Тайная жизнь зоопарка 12+

РОССИЯ 1 **РОССИЯ 1**

- 06.10 **ЛИЧНЫЙ ИНТЕРЕС** (Россия, 2015) 12+
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 Большие перемены
- 13.05 **ВМЕСТО НЕЕ** 16+
- 17.00 Вести
- 18.00 Песни от всей души. Вечернее шоу Андрея Малахова 12+
- 20.00 Новости с субтитрами
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+
- 01.30 **ЛИЧНЫЙ ИНТЕРЕС** (Россия, 2015) 12+



Режиссер Анатолий Григорьев. В ролях: Кирилл Жандаров, Галина Безрук, Алексей Нагрудный и др. *Татьяна, совершив побег из колонии, поселяется в доме своей покойной бабушки в глухом селе Павловка. Там она встречает Максима, который приехал в деревню, чтобы отдохнуть от городской суеты. Между Татьяной и Максимом возникает взаимное чувство. Тем временем в Павловке появляется Олег — бывший жених Татьяны. Она вынуждена рассказать Максиму правду о себе: о том, как вместе с Олегом совершила ограбление, взяла всю вину на себя, а потом сбегала из зоны. Максим заверяет любимую, что поможет ей и всегда будет рядом. Но не все так просто, потому что Максим не тот, за кого себя выдает...*

НТВ **НТВ**

- 04.55 **БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА** [S] 16+
- 06.35 Центральное телевидение 16+
- 08.00 Сегодня
- 08.20 У нас выигрывают! 12+
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Первая передача 16+
- 11.00 Чудо техники 12+
- 11.55 Дачный ответ 0+
- 13.00 Наш ПотребНадзор 16+
- 14.05 Однажды... 16+
- 15.00 Своя игра 0+
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+
- 17.00 Следствие вели... 16+
- 18.00 Новые русские сенсации 16+
- 19.00 Итоги недели с Ирадой Зейналовой
- 20.20 Ты супер! 60+ [S] 6+
- 23.00 Звезды сошлись 16+
- 00.30 Основано на реальных событиях 16+
- 03.30 **ЗАКОНЫ УЛИЦ** [S] 16+

TBU **ТВ ЦЕНТР**

- 05.00 **ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ** (Россия, 2018) 12+
- 06.35 **ЕКАТЕРИНА ВОРОНИНА** (СССР, 1957) 12+
- 08.05 **АННА И ТАЙНА ЯДОВ** 12+
- 11.30 События
- 11.45 **ПРИНЦЕССА НА БОБАХ** (Россия — Украина, 1997) 12+ Режиссер Виллен Новак В ролях: Елена Сафонова, Сергей Жигунов, Мамаку Никалайшвили, Александр Бондаренко и др. *Бизнесмен из «новых русских» Дима Пупков с помощью фиктивного брака решает поменять свою неблагозвучную фамилию на престижную. Его знакомят с... посудомойкой Ниной, которая, как выяснилось, принадлежит к знаменитому роду Шереметьевых. Полуфарсовая ситуация развивается в историю любви, мелодраму о современной Золушке...*
- 13.50 Москва резиновая 16+
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 Зигзаг удачи 12+
- 16.55 **ДВА МГНОВЕНИЯ ЛЮБВИ** (Россия, 2013) 12+
- 18.40 **БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ** 12+
- 22.05, 00.45 **КУКЛОВОД** 12+
- 00.30 События
- 01.30 Петровка, 38 16+
- 01.40 **ОБРАТНАЯ СТОРОНА ДУШИ** 16+
- 04.35 10 самых... Кроважидные фанаты звезд 16+
- 05.00 Тайна песни. Подмосковные вечера 12+
- 05.30 Московская неделя 12+

ДОМАШНИЙ

- 06.30 **ПЛЕННИЦА** 16+
- 07.05 **ИСТЕРЗАННАЯ** 16+
- 10.45 **ТО, ЧТО НЕЛЬЗЯ КУПИТЬ** 16+
- 15.05 **МОЯ МАМА** 16+
- 22.45 **ВЫШЕЛ ЕЖИК ИЗ ТУМАНА...**



Елена, секретарша частной фирмы, воспитывает 17-летнюю дочь Алю и помогает матери сводить концы с концами. После того как ее увольняют с работы, от нее уходит муж, а дочь узнает, что где-то в Праге живет ее родная мать, Елена принимает решение быть равнодушной безжалостной стервой. И все самым чудесным образом преобразается: сразу находят мужа и дочь, и даже появляется бывший одноклассник Игорь Тюрин, давно влюбленный и готовый ради нее на любые подвиги...

- 02.35 **ПЛЕННИЦА** 16+
- 05.35 Знать будущее. Жизнь после Ванги 16+
- 06.25 6 кадров 16+

РОССИЯ К **КУЛЬТУРА**

- 06.30 Лето Господне. День Святой Троицы
- 07.05 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО**
- 08.10 **ВЕЗУЧАЯ** (Мосфильм, 1987)
- 09.30 Роман в камне. Одиноково. Васильевский замок
- 10.00 **ЗАЛИВ СЧАСТЬЯ** (Свердловская к/ст, 1987)
- 11.20 Невский ковчег. Теория невозможного. Граф Валентин Зубов
- 11.50 Книжный фестиваль Красная площадь. Спецвыпуск
- 12.05 **СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ**
- 13.00 Игра в бисер с Игорем Волгиным. Александр Пушкин. Сказка о царе Салтане Коллекция. Школа мексиканской живописи. Муралисты
- 14.10 К 90-летию со дня рождения Георгия Буркова. Мой серебряный шар. Авторская программа Виталия Вульфа
- 14.55, 00.20 **ДОБРЯКИ** (Мосфильм, 1979)
- 16.15 Книжный фестиваль Красная площадь. Спецвыпуск
- 16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком
- 17.10 Пешком... Москва Наталии Сац
- 17.40 120 лет со дня рождения Евгения Мравинского. Властелин оркестра
- 18.35 Романтика романа
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.25 Дрезден. Хроника трагедии.
- 20.55 **ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА** (Мосфильм, 1955)
- 22.25 Шедевры мирового музыкального театра. С. Прокофьев. Ромео и Джульетта. Балет в постановке Михайловского театра на VI Международном фестивале оперы и балета. Херсонес 2022 год
- 01.40 Искатели. Забытый гений фарфора
- 02.25 **БРЭК! МЕДВЕЖУТЬ. КОНТАКТ**

ЗВЕЗДА

- 05.30 **ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ** (Мосфильм, 1974) 12+
- 09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым 16+
- 09.25 Служу России 12+
- 09.55 Военная приемка 12+
- 10.40 Скрытые угрозы с Николаем Чиндяйкиным. Альманах № 145 16+
- 11.30 Код доступа 12+
- 12.20 Легенды армии с Александром Маршалом. Алексей Очкин 12+
- 13.10 Москва фронту 16+
- 13.35 **УЧАСТОК ЛЕЙТЕНАНТА КАУРА** 16+
- 18.00 Главное с Ольгой Беловой 16+
- 19.45 Легенды советского сыска 16+
- 23.00 Фетисов 12+
- 23.50 **СУМКА ИНКАССАТОРА** (Ленфильм, 1977) 12+
- 01.40 **ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА** (Ленфильм, 1981) 12+
- 03.05 **ГОРЯЧАЯ ТОЧКА** (Россия, 1998) 16+
- 04.20 **ВЫСОТА 89** (Россия — Беларусь, 2006) 16+

ТВ-3 **ТВ-3**

- 06.00 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 08.00 Вкусно с Ляйсан 16+
- 08.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 09.30 **ДВА ХВОСТА** 6+
- 11.00, 12.00, 13.00, 14.00 **ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА** 16+
- 15.00 **КРЕДО УБИЙЦЫ** (Великобритания — Гонконг — США — Франция, 2016) 16+
- 17.15 **ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ** (Россия, 2022) 12+
- 19.15 **МАТРИЦА ВРЕМЕНИ** (США, 2017) 16+
- 21.15 **РЕПРОДУКЦИЯ** (США, 2018) 16+ Режиссер Джеффри Начманофф В ролях: Киану Ривз, Элис Ив, Томас Миддлдитч, Джон Ортис, Эмджей Энтони и др. *Уильям Фостер, ученый-биолог, работает в засекреченной биокорпорации, где занимается проблемой переноса сознания. На отдыхе он теряет в автокатастрофе свою семью. В полном отчаянии Фостер решает наплевать на законы природы, этики и обществу и вернуть своих близких...*
- 23.30 **КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ** (США, 2021) 18+
- 01.15 **ФАР КРАЙ** (Германия — Канада, 2008) 18+
- 02.45, 03.30, 04.15, 05.00 Городские легенды 16+
- 05.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+

СТС **СТС**

- 06.00 Ералаш 0+
- 07.00 **ЦАРЕВНЫ** 0+
- 07.35 Шоу Уральских пельменей 16+
- 09.00 Рогов в деле 16+
- 10.00 Стать шефом 16+
- 12.00 **МОЙ ВОЛК** (Франция, 2021) 6+
- 13.40 **ОДНОКЛАССНИКИ** (США, 2010) 16+
- 15.45 **ОДНОКЛАССНИКИ-2** (США, 2013) 16+
- 17.45 **БАХУБАЛИ. НАЧАЛО** (Индия, 2015) 16+
- 21.00 **БАХУБАЛИ. РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ** (Индия, 2017) 16+
- 00.20 **ДЕВЯТАЯ** (Россия, 2019) 16+
- 02.10 **ПОГНАЛИ** 16+
- 03.50 6 кадров 16+
- 04.30 **МУЛЬТФИЛЬМЫ** 0+
- 05.50 Ералаш 0+

РЕН ТВ **РЕН ТВ**

- 05.00 Самые шокирующие гипотезы 16+
- 07.00 С бодрым утром! 16+
- 08.30 Новости 16+
- 09.00 Самая народная программа 16+
- 09.30 Знаете ли вы, что? 16+
- 10.30 Наука и техника 16+
- 11.30 Неизвестная история 16+
- 12.30 Новости 16+
- 13.00 **МАЛЫШКА С ХАРАКТЕРОМ** (США, 2020) 16+ Режиссер Рюэхэй Китаamura В ролях: Руби Роуз, Жан Рено, Аксель Хенни, Руперт Эванс, Джулиан Федер, Кайла Лорд Кэссиди и др. *Ранее она была солдатом в спецподразделении, а сейчас работает швейцаром в роскошном отеле. После возвращения с боевых действий она переезжает в Нью-Йорк и знакомится там с семьей. Когда она узнает, что в отеле готовится дерзкое ограбление, то встает между беспощадными преступниками и бесценными произведениями искусства, спрятанными в стенах здания...*
- 15.00 **БЕЗБИЛЕТНЫЙ ПАССАЗЖИР** (США, 2021) 16+
- 16.50 **КРОВНЫЙ ОТЕЦ** (Франция, 2018) 16+
- 18.30 **ПЛОХИЕ ПАРНИ НАВСЕГДА** (США — Мексика, 2020) 16+
- 21.00 **АПГРЕЙД** (Австралия, 2018) 16+
- 23.00 Итоговая программа с Петром Марченко 16+
- 23.55 Самые шокирующие гипотезы 16+

360° **360**

- 05.00, 01.00 Будни 16+
- 06.00 Поездка со вкусом 12+
- 06.30 Вкусно, как в кино 12+
- 07.00, 10.30, 11.10, 12.30 Внимание! Еда! 12+
- 08.00, 08.50 Вкусно 360 12+
- 09.40 Подмосковные игрушки 12+ Новости 360 16+
- 11.05 Погода 360 6+
- 13.10 Тет-а-тет с Марусей 16+
- 13.40, 14.05, 14.30, 15.05, 15.30 Брюс одобряет 12+
- 15.55, 16.40, 17.35, 18.25, 19.10, 20.35, 21.25, 22.10, 23.05, 23.55 Невероятная наука 12+
- 00.40 Разбор полетов 16+
- 02.00 Бизнес Подмосковья 12+

ТЕПЛОХОДЫ «РУСЬ» И «РОДНАЯ РУСЬ»

г. Москва, ст. м. «Китай-город», ул. Маросейка, д. 9/2, стр. 1, т.: 8 (495) 128-19-07, 8 (800) 100-81-75. Скидка на круизы 2024 г.

31.05.2023—10.06.2023 «КАЗАНЧОЧКА В ЛАДОНЯХ ЛЕТА» ОТ 37 799 Р. МОСКВА — КАЛЯЗИН — ЯРОСЛАВЛЬ — НИЖНИЙ НОВГОРОД — КАЗАНЬ — ЧЕБОКСАРЫ (ИОШКАР-ОЛА) — ГОРОДЕЦ — ЧКАЛОВСК — КОСТРОМА — МЫШКИН — УГЛИЧ — МОСКВА

11.06.2023—25.06.2023 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ» ОТ 42 799 Р. МОСКВА — НИЖНИЙ НОВГОРОД — ЧЕБОКСАРЫ — ЕЛАБУГА — ЧАЙКОВСКИЙ — ПЕРМЬ (ВЕРХУТУРЬЕ — НЕВЬЯНСК — ЕКАТЕРИНБУРГ) — ГАННА ЯМА — ИЛЬИНСКИЙ (КУНГУРСКАЯ П.) — БЕРЕЗНИКИ (СОСНОВЕЦ — СОЛОНКИ/ЧЕРДЫНЬ) — КАЗАНЬ — МАКАРЬЕВО — МОСКВА

07.07.2023—09.07.2023 «ТВЕРСКИЕ ГУЛЯНОЧКИ» ОТ 12 899 Р. МОСКВА — ТВЕРЬ (СТАРИЦА + УСПЕНСКИЙ МУЖСКОЙ МОНАСТЫРЬ/ЗАВОД «АФАНАСИЙ») — МОСКВА

10.07.2023—21.07.2023 «АЙ, ДА! КАЗАНЧОЧКА» ОТ 47 799 Р. МОСКВА — УГЛИЧ — МЫШКИН — ЯРОСЛАВЛЬ — ГОРОДЕЦ — НИЖНИЙ НОВГОРОД — СВИЯЖСК — КАЗАНЬ — БОЛГАР — ТЕТУШИ — ЧЕБОКСАРЫ (ИОШКАР-ОЛА) — ЧКАЛОВСК — КОСТРОМА — КАЛЯЗИН (КАШИНО) — МОСКВА

30.07.2023—14.08.2023 «АРХАНГЕЛЬСК — МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» ОТ 118 699 Р. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ — КР. ОРЕШЕК — СТ. ЛАДОГА — КИЖИ — СОЛОВЬКИ (2 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ) — О. КИЙ — Г. ОНЕГА — БЕЛОМОРСК — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ (Г. ВОТОВААРА) — УГЛИЧ — МОСКВА

14.08.2023—27.08.2023 «БЕЛОМОРСКИЕ ПРОСТОРЫ» ОТ 106 899 Р. МОСКВА — КАЛЯЗИН — ЧЕРЕПОВЕЦ — ГОРЬКИ — КИЖИ — СОЛОВЬКИ (2 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК (М. КОРЕЛЬ) — БЕЛОМОРСК — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ (МЕДВЕЖЬГОРСК) — МЫШКИН — МОСКВА

28.08.2023—09.09.2023 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС» ОТ 76 699 Р. МОСКВА — УГЛИЧ — КИЖИ — БЕЛОМОРСК — СОЛОВЬКИ (2 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ — МЫШКИН — МОСКВА — АВАНС 5000Р.

10.09.2023—22.09.2023 «РУССКИЙ СЕВЕР» ОТ 65 099 Р. МОСКВА — УГЛИЧ — КИЖИ — ПОВЕНЕЦ — СОЛОВЬКИ (3 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК — БЕЛОМОРСК — СОСНОВЕЦ — ЯРОСЛАВЛЬ — (АВТО ДО МОСКВЫ) — АВАНС5000Р.

СО СКИДКОЙ 12% + АКЦИЯ «ОТЛИЧНЫЕ ДЕНЬКИ». Действительно при наличии мест. Реклама



Никита Миронов
nedelya@vm.ru

О происхождении большевистских символов спорят до сих пор. Якобы красную звезду мы взяли у масонов. Мавзолей — у египтян. А серп и молот — вообще вариант древнеиндийской свастики! Где тут правда и где вымысел?

Готовились к параду в Берлине

Начнем с буденовки — одного из главных символов Гражданской войны. Ее начали массово использовать в 1919 году и как форменный головной убор она дожила до начала 1940-х — ее можно увидеть и на документальных фото, и в кинокартинах первого периода Великой Отечественной войны.

— Считается, что буденовку придумали большевики. Дескать, специально для Первой конной армии, которую возглавлял Семен Буденный. На самом деле это не так, — рассказывает кандидат исторических наук, преподаватель МГУ Сергей Забродин. — Да, нарком по военным делам Троцкий 7 мая 1918 года издал приказ № 326, в котором говорится о необходимости создания новой военной формы. В приказе четко оговаривалось, какой наркомат видит новую форму, а на создание эскизов отводилось меньше месяца. Больше того, в конце 1918 года новая военная форма появилась в первой боевой части — в красногвардейском отряде, сформированном в Иваново-Вознесенске, который отправлялся на восточный фронт в расположение войск Михаила Фрунзе. Новый головной убор называли богатырка или фрунзевка. Важно понимать, что у Первой конной армии Буденного новой формы в то время еще не было.

На самом деле, как пояснил эксперт, есть документальные свидетельства, что на интендантских складах уже лежала новая форма, пошитая концерном промышленника Николая Второва по эскизам великого русского живописца Виктора Васнецова.

— Форму сшили по заказу Императорского двора. Она предназначалась для войск Русской армии, чтобы в ней



Буденовка образца 1927 года — ее носили рядовые в артиллерии РККА

СЕРИИ ИЗОТ С САЙТА ANTIKVARAT.RU

БУДЕНОВКУ ПРИДУМАЛ НЕ БУДЕННЫЙ

СИМВОЛЫ СОЦИАЛИЗМА

В МОСКВЕ НА КАЖДОМ ШАГУ: МАВЗОЛЕЙ НА КРАСНОЙ ПЛОЩАДИ, ЗВЕЗДЫ НА ШПИЛЯХ ЗДАНИЙ, СЕРП И МОЛОТ В МОЗАИКАХ МЕТРО. ОТКУДА ИХ Взяли БОЛЬШЕВИКИ?

прошли на параде Победы в Берлине. Это были, в частности, долгополые шинели и суконные шлемы, стилизованные под старорусские шеломы, позднее известные как буденовки, — пояснил Забродин.

Как пояснил историк, в пользу того, что буденовки придумали и пошили еще в 1915-м, говорят как мини-

мум два документально подтвержденных факта.

— Во-первых, совершенно очевидно, что стилистика новой формы не вписывается в революционную идеологию. В шапках-«богатырках» — явственные древнерусские мотивы, — рассуждает эксперт. — Второй момент: ни в 1918, ни в 1919 годах у большевиков

физически не было возможности пошить десятки тысяч комплектов новой формы. Представьте: страна уже несколько лет воюет, она фактически разорена. Где взять сукно, нитки, фурнитуру в таких количествах? Поэтому уже подготовленную для будущего парада форму решили просто приспособить под нужды Красной

армии, нашив на нее новые символы.

Любопытно: изначально звезды на буденовках были синие. Но потом их закрыли красными накладками с молотом и плугом — разноцветными в зависимости от рода войск. Конкурс же по якобы созданию новой формы просто придумали: странно было бы бойцам и командирам Красной армии носить шинели, которые шили для триумфа императорских войск.

Кстати, как пояснил историк, готовая партия новой формы на складах была невелика — крупную армию не оденешь. Лишь постепенно, с большим трудом Советы стали налаживать выпуск такой же формы по ранее созданным лекалам. Еще один важный момент: на фронтах эта форма заре-

Масоны ни при чем

Основной отличительной эмблемой большевиков была красная пятиконечная звезда. В качестве символа ее официально утвердили весной 1918-го.

— Первоначально официальная пропаганда называла ее Марсовой звездой — мол, она принадлежала античному богу войны Марсу, — рассказыва-

ет Сергей Забродин. — Затем стала озвучиваться версия, что «пять лучей звезды означают союз трудящихся всех пяти континентов в борьбе против капитализма». При этом большевики никак не могли объяснить, почему точно такие же звезды есть на гербе и флаге крупнейшей цитадели мирового империализма —

Я так изучаю



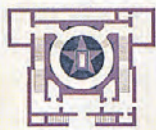
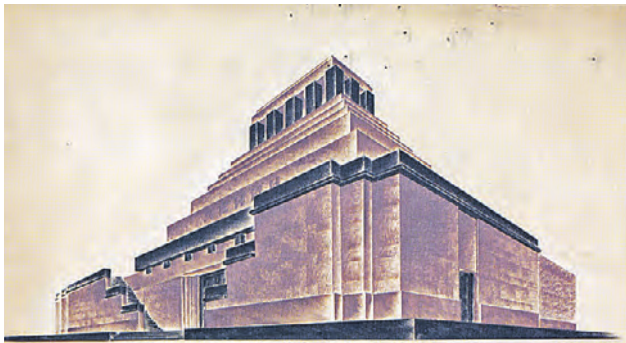
16 декабря 1941 года. Советские воины водружают красный флаг в только что освобожденном городе Калинин

комендовала себя не ахти как — все-таки была рассчитана на парад.

Она, хотя и была модернизирована, служила почти 25 лет. Последний массовый эпизод использования этой формы — финская война и 1941 — начало 1942 года. После этого на смену буденовкам пришли пилотки, фуражки и шапки-ушанки.

США. Есть они и на государственных гербах других стран, где никакой советской власти не наблюдается. На самом деле, как пояснил эксперт, пятиконечная звезда не имеет отношения ни к Марсу, ни к пролетариату. Эта звезда — древний оккультный знак. По всей видимости, ближневосточного происхождения.

АЛЕКСАНДРУСТИНОВ/РИА НОВОСТИ



Первая версия окончательного проекта мавзолея. Архитектор Алексей Щусев, 1929–1930 годы

В геральдике ее называют пентаграммой или Звездой Соломона — не путать с шестиконечной Звездой Давида.

— По одной из версий, ее еще в 1897 году в качестве символа «раскрытия» видный сионист, основатель Всемирной сионистской организации Теодор Герцль, — рассказывает Сергей Забродин. Как результат, на партийном флаге сионистского движения одновременно находились одна большая шестиконечная Звезда Давида и семь маленьких пятиконечных Звезд Соломона — обязательных ритуальных аксессуаров иудейской кабалистики. Пентаграмма, кстати, постоянно используется в масонской символике, откуда она и попала, например, в государственную эмблематику США, по-

слевоенной Италии и других стран, управляемых масонами. Например, гербы многих латиноамериканских республик фактически представляют собой слегка видоизмененные знаки местных масонских лож, пришедших к власти в XIX веке в результате антимонархических революций.

— Не надо думать, что звезду придумали масоны, это ерунда. Пентаграмма использовалась еще в Древнем Египте, где ее называли звездой бога Анубиса, — рассказывает заслуженный работник культуры Российской Федерации, кандидат исторических наук Олег Кузнецов. — Надо понимать, что

использовалась еще в Древнем Египте, где ее называли звездой бога Анубиса, — рассказывает заслуженный работник культуры Российской Федерации, кандидат исторических наук Олег Кузнецов. — Надо понимать, что

в мире не так много общеизвестных символов. Большинство из них — очень древние и в разные эпохи обозначали разные понятия. У древних славян, между прочим, пятиконечная звезда была символом оберега. С 1827 года пятилучевая звезда использовалась на офицерских эполетах и погонах в качестве символа защиты. Что касается масонов, то они тоже использовали пятиконечную

звезду, но перевернутую: когда вниз один луч, а вверх два. Причина, по одной из версий, в том, что в такую звезду хорошо вписывается морда козла, то есть Бафомета, Дьявола. Но у большевиков звезда была не такая. Кстати, обычная пятиконечная звезда им понравилась еще и в качестве сионистского символа. Многие видные большевики — Троцкий, Зиновьев, Каменев, Каганович, Урицкий, Свердлов, — были евреями. Как рассказал Олег Кузнецов, история появления большевистской звезды крайне незамысловата.

— В царской России, как известно, было два символа — крест и восьмиконечная звезда. У христианских народов она выступает в качестве союза духовного и материального начала. Во многих религиях такая звезда символизирует духовное возрождение, — рассказывает историк. — Большевикам, разумеется, подобные символы были не нужны, и они придумывали новые.

Были эксперименты. Сейчас мало кто знает, но в 1918–1919 годах в пятиконечную большевистскую звезду была вписана свастика. Позднее от нее отказались. Зато знак ариев взяли себе нацисты.

Как скрестили серп и молот

Кстати, о свастике. Есть мнение, что сочетание серпа и молота — один из ее вариантов. — На самом деле нет, история появления скрещенных серпа и молота проще, — рассказывает Сергей Забродин. — Еще в начале 1918 года секретарь Совнаркома Николай Горбунов поднял

«Товарищи из Моссовета, — вспоминал потом Камзолкин, — говорили: может, плуг и молот с наковальной изобразить? Я решил, на свой страх и риск, перебрал уйму вариантов, сделать символом крестьян серп, а рабочих — молот без наковальни. Я сделал несколько набросков и наиболее подходящими счел перекрещивающиеся серп и молот. Мне казалось, что такое сплетение выразительно и звучит

часть крестьянство, а внутри — молот: это будет рабочий класс. «Ведь, пожалуй, подойдет», — сказал он. Мы согласились...»

Мавзолей — курган усопших

Мавзолей — до сих пор одна из главных достопримечательностей Москвы.

— Когда умер Ленин, возникла очевидная идея увековечить его память. Причем масштабно, — рассказывает Олег Кузнецов. — Фараонов, как известно, в Египте бальзамировали и захоранивали в пирамидах. Однако я сомневаюсь, что среди большевистских лидеров были египтологи. Однако, без сомнения, это были образованные люди, знавшие про пирамиды и обладавшие мощным историческим чутьем. Копию египетской пирамиды на Красной площади они, конечно, строить не стали, но усеченную поставили. Сергей Забродин добавляет: — Традиция хоронить мертвых владык в курганах есть и у степных народов, ставших частью Российской империи. Так что Мавзолей, я думаю, это скорее курган.

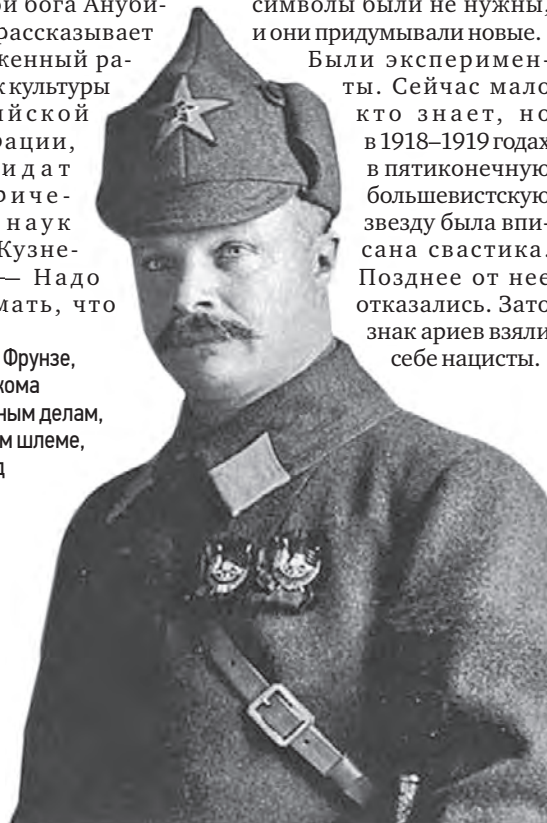
Одно время в пятиконечную большевистскую звезду была вписана свастика, но от этого символа древних ариев быстро отказались, зато его взяли на вооружение нацисты

вопрос о необходимости создания новой госсимволики. Серп и молот фигурировали в качестве основных символов во многих работах. Но идея именно скрещенного их расположения пришла художнику Замоскворецкого театра Совета рабочих и крестьянских депутатов Евгению Камзолкину. В апреле 1918 года он работал над оформлением к празднику Первого мая. Скрещенные серп и молот отображали в символической форме единство рабочих и крестьян в их мирном созидательном труде.

как эмблема. Ее я и решил поместить на первомайские стяги и полотнища». О том, как рождалась легенда, засвидетельствовал в своих воспоминаниях и советский художник Сергей Герасимов: «Мы разостлали на полу мастерской кумачовое полотнище, стали углем на длинных шпильках чертить рисунки. Стоявший рядом со мной Евгений Камзолкин сказал: «А что, если попробовать такую эмблему — пожалуй, будет советской?» При этом стал чертить серп, говоря, что это будет озна-



Михаил Фрунзе, замнаркома по военным делам, в зимнем шлеме, 1925 год



КСТАТИ

Пионерский лозунг «Будь готов!» — масонский девиз. Сначала его использовали «братья», затем он перекочевал к скаутам и уже оттуда — к пионерам СССР. А пионерский девиз «Один за всех и все за одного!» взят и все из Талмуда. В оригинале он звучит «Все за одного и один за всех».

Стоматология «ЭТА-СТОМ»

Олимпийский проспект, д. 22 **495 181 01 01**
 в шаговой доступности от м. «Проспект Мира» 15 мин., www.eta-stom.ru
 от м. «Марьино Роща» 10 мин., от м. «Достоевская» 10 мин. Работаем без выходных

ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

При высоком качестве — низкие цены! Звоните, приходите, убедитесь!

Консультация, составление комплексного плана лечения — бесплатно

Панорамный рентген — 470 р.

Компьютерная томография зубов 3D премиального качества — 2500 790 р.

Пломба (светоотверждаемая пр-ва США) — от 950 р.

Металлокерамическая коронка «под ключ» — 5600 р.

Отечественный протез «под ключ» — 10900 р.

Циркониевая коронка (КНР) «под ключ» — 12 000 9900 р.

АКЦИЯ **Установка имплантата «под ключ» — 34 000 р.**
 (Osstem с циркониевой коронкой)* *данная акция не суммируется с другими скидками
ТОЛЬКО по воскресеньям 30% на лечение зубов для взрослых и 14% на протезирование

Предъявителю рекламы скидки

- 20%** на лечение зубов
- 11%** на протезирование
- 10%** на хирургию и имплантацию
- 5%** на ортодонтию и детскую стоматологию

Скидки действуют при оплате наличными

Акция только до 15.06.2023 г.

Приглашаем ДЕТЕЙ на лечение,

прием ведет детский врач высшей категории. Детей ждут деликатный подход, игровая комната, любимые мультфильмы, подарки и сюрпризы!

* ООО «ЭТА». Лицензия ЛО41-01137-77/00362997 от 15.12.2020 выдана Деп. здравоохранения г. Москвы. РЕКЛАМА

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ!

ПОЕЗДКИ НА ПРИРОДУ ПРИНОСЯТ РАДОСТЬ, НО МОГУТ ДОСТАВИТЬ И ПРОБЛЕМЫ. ВРАЧ СКОРОЙ ПОМОЩИ ОБЪЯСНЯЕТ, КАК МИНИМИЗИРОВАТЬ ПОСЛЕДСТВИЯ ВСТРЕЧ С НЕКОТОРЫМИ НАСЕКОМЫМИ, ЗМЕЯМИ И РАСТЕНИЯМИ



Добрый день! Собираюсь на дачу, но соседи сообщили,

что у нас там появились змеи.

Что делать при укусе змеи?

Тамара Смирнова, жительница района Солнцево

При укусе змеи самое главное — не трогать рану. Ни в коем случае нельзя отсасывать кровь, смачивать ранку слюной и так далее. Следует наложить асептическую повязку и в крайнем случае — приложить холодный предмет. Также можно принять антигистаминный препарат и пить как можно больше обычной воды. И запомните главное: обя-



Гадюка обжилась в лесах Подмосковья. Ее укус менее болезненный, чем укус пчелы или осы

БОЙСЯ ЗМЕЮКУ ПОДКОЛОДНУЮ



МОСКОВСКИЙ ВРАЧ

Татьяна Владимировна Жигулина
врач скорой помощи 41-й подстанции неотложной медицинской помощи имени А. С. Пучкова, обладательница престижного статуса «Московский врач»

зательно и как можно скорее необходимо обратиться в медучреждение. Квалифицированную помощь могут оказать только врачи.

Здравствуйтесь! Очень боюсь пчел и ос. Как действовать при их укусах?

Светлана Кротова, жительница района Лефортово

Если вы страдаете аллергией, то прежде всего после укуса насекомого нужно выпить какой-либо антигистаминный препарат. Если пчела улетела, то на месте укуса, как правило, остается жало, на конце которого и находится пузырек с ядом. Поэтому категорически не рекомен-

Добрый день! Если укусил клещ, какие мои дальнейшие действия? Можно ли клеща доставать самостоятельно?

Владимир Тарасов, житель района Северный

При ответе на этот вопрос хотелось бы напомнить о профилактике. Если вы собираетесь на природу, надевайте закрытую одежду. Кофта с длинным рукавом, головной убор, длинные штаны, которые нужно заправить в носки, закрытая

обувь. Не последний писк моды, конечно, зато уберет вас от лишних проблем. И старайтесь не ходить по высокой траве. А еще клещи предпочитают нижние ветки деревьев.

Если клещ еще находится в коже, то действовать надо аккуратно. Лучше просто наложить повязку и обратиться в травмпункт, где его профессионально извлекут. Если такой возможности нет, то нельзя травмировать клеща и выдавливать его. Нужно взять пинцет и аккуратно, взявшись за «носик» инструмента, попробовать выкрутить насекомое из кожи аккуратными движениями против часовой стрелки. Если же напившееся крови насекомое уже отвалилось, то на месте укуса останутся покраснение и отек. Приложите холод и внимательно наблюдайте за своим самочувствием. В случае недомогания, болевых ощущений в месте укуса, повышения температуры необходимо срочно обратиться к врачу.



Здравствуйтесь! Дочь с внуками планируют поездку за город.

Каких растений стоит опасаться в плане ожогов?
Сергей Драгунов, житель района Арбат

Самое опасное растение — это борщевик. Потому что ожог от него может привести к серьезным последствиям. Надо взять за правило — не трогать руками незнакомые растения. Если ожог все-таки получен, нужно сразу укрыться в темное место, потому что яд этого растения действует именно на солнце. Как можно скорее и тщательнее следует промыть место ожога водой. Затем несколько дней нельзя появляться на солнце. Добавлю, что ожог может случиться даже от сока одуванчика — все очень индивидуально. Поэтому, если знаете, что подвержены аллергии, будьте осторожны и в случае ухудшения состояния обратитесь к врачу.

Подготовила **Марьяна Шевцова** nedelya@vm.ru

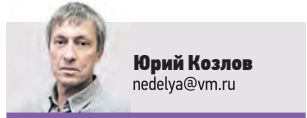


Если так случилось, что вас укусила змея, наложите асептическую повязку, приложите к ранке холод и срочно обратитесь к врачу

Уважаемые читатели! Если у вас есть вопросы на медицинскую тематику, вы можете отправить их на нашу электронную почту nedelya@vm.ru или на почтовый адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2, «Вечерка»

Сделайте на конверте пометку «Московский врач» и укажите телефон для связи. И помните: врач не ставит диагнозы без личного приема.

ОМАР ХАЙЯМ,
ЧЬЕ 975-ЛЕТИЕ СО ДНЯ
РОЖДЕНИЯ ЦЕНИТЕЛИ
ЕГО ТВОРЧЕСТВА
ОТМЕЧАЮТ 18 МАЯ,
ОСТАВИЛ МИРУ
БОЛЬШОЕ
ПОЭТИЧЕСКОЕ
И НАУЧНОЕ НАСЛЕДИЕ.
ДАВАЙТЕ ВСПОМНИМ
БИОГРАФИЮ ВЕЛИКОГО
ПОЭТА И УЧЕНОГО



Юрий Козлов
nedelya@vm.ru

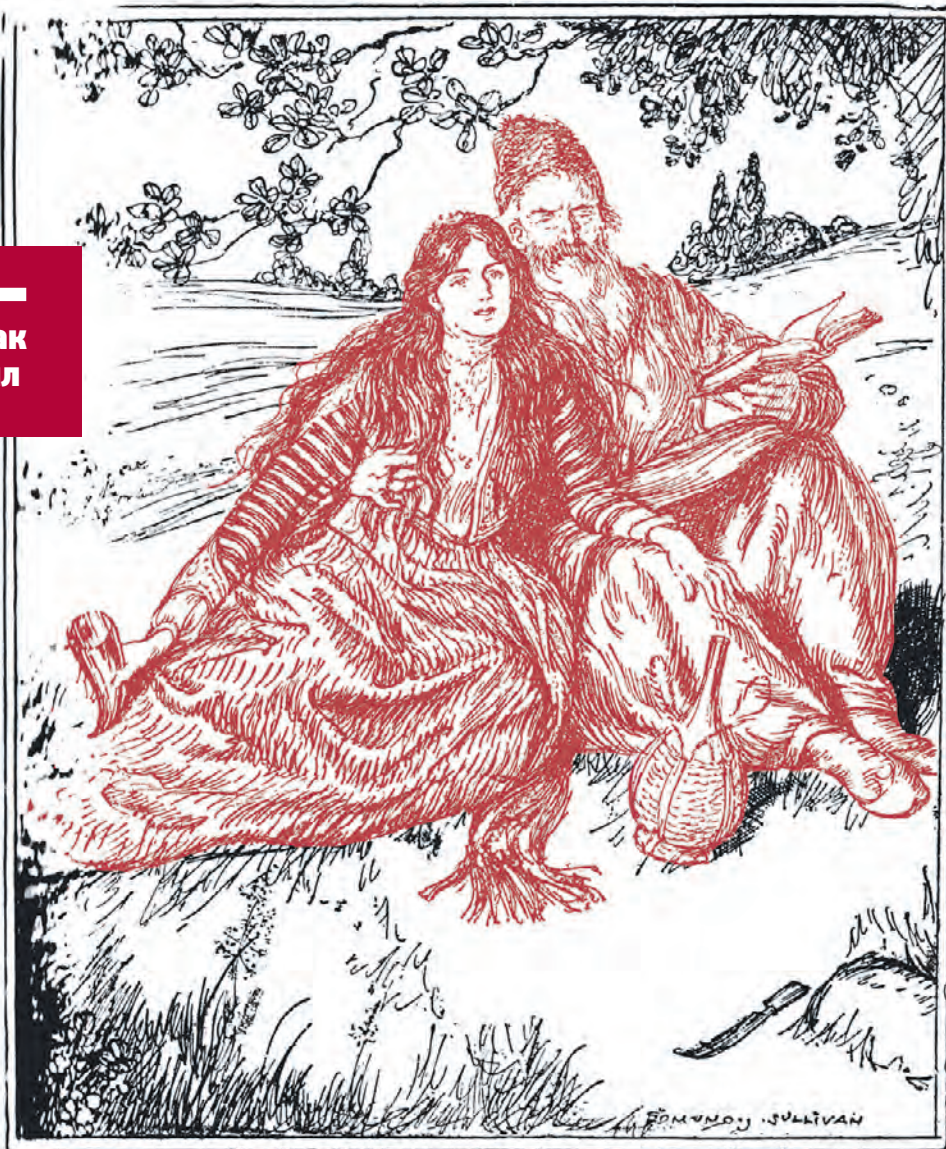
На протяжении всей жизни (а умер он в возрасте 83 лет) Омар Хайям преследовался за вольнодумство и неудобную правду о добре и зле, человеческих пороках и добродетелях. Считается, что

поэтому он и не завел семью, нигде подолгу не задерживался, переезжая из одного места в другое. Он жил в сложное, но благоприятствующее научному и культурному развитию время. Восточные народы (арабы, персы, турки) раньше Европы соприкоснулись с фундаментальным наследием античной цивилизации: многие греческие и римские научные, философские, медицинские исследования и трактаты стали известны через переводы с восточных языков. В Центральной Азии в Средние века жили и творили люди, ни в чем не уступающие гениям европейского Возрождения: Авиценна, Фирдоуси, Хафиз, Саади, Омар Хайям.

Хайям был чрезвычайно одаренным ребенком, рано пристраившимся к наукам. В восьмилетнем возрасте знал основы математики, философии, астрономии, по памяти цитировал Коран. Рано потеряв родителей, Хайям продал имущество, чтобы продолжить образование. В 12 лет поступил в медресе (мусульманское религиозно-просветительское и учебное заведение второй ступени. — «ВМ»), прошел курсы мусульманского права и врачебного дела, получил квалификацию врача. Но куда больше, чем медицина, его привлекали точные науки и поэзия. Проведя четыре года в Самарканде, он перебрался в Бухару, где устроился работать в книгохранилище. Написал четыре фундамен-

МЫ ГОСТИ В ЭТОМ БРЕННОМ МИРЕ

Иллюстрация Эдмунда Салливана к «Рубайате», 1913



Я так
жил

тальных трудов по математике. В 1074 году сельджукский султан Мелик-шах пригласил Хайяма в Исфахан, где тот стал начальником обсерватории и занялся изучением звездного неба. Под руководством Хайяма группа ученых разработала принципиально новый сол-

нечный календарь «Джалали», оказавшийся более точным, чем юлианский и григорианский. Там же Хайямом были составлены «Маликшанские астрономические таблицы». Это был самый спокойный и продуктивный период жизни великого ученого и поэта.

В 1092 году после смерти покровителя Хайяма обвинили в ереси, и он был вынужден покинуть Исфахан. «Если есть у тебя для житья закуток — в наше подлое время — и хлеба кусок, если ты никому не слуга, не хозяин — счастлив ты и воистину духом высок» — это чет-



Персидский поэт, математик и астроном Омар Хайям

*Не зли других и сам не злись,
Мы гости в этом бренном
мире.
И, если что не так —
смирись!
Будь поумней и улыбнись.
Холодной думай головой.
Ведь в мире
все закономерно:
Зло, излученное тобой,
К тебе вернется
непреренно.*

*Мы источник веселья —
и скорби рудник.
Мы вместилище
скверны — и чистый
родник.
Человек, словно в зеркале
мир — многолик.
Он ничтожен — и он же
безмерно велик!*

*Как часто, в жизни
ошибаясь, теряем тех,
кем дорожим.
Чужим понравиться
стараясь, порой
от ближнего бежим.
Возносим тех, кто нас
не стоит, а самых верных
предаем.
Кто нас так любит,
обижаем, и сами извинений
ждем.*

*Можно соблазнить
мужчину, у которого есть
жена.
Можно соблазнить
мужчину, у которого есть
любовница.
Но нельзя соблазнить
мужчину,
У которого есть любимая
женщина.*

*Кто жизнью бит, тот
большего добьется.
Пуд соли съевший выше
ценит мед.
Кто слезы лил, тот
искренней смеется.
Кто умирал, тот знает,
что живет!*

веростишие стало девизом поэта на всю жизнь. Мировую славу Омару Хайяму принесла поэзия. Он автор сотен четверостиший (рубай), в ритмичности и образности которых соединились мудрость философа, точность математика, романтика астронома. Он

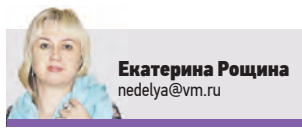
был человеком свободного духа и сильной воли. Сборники его четверостиший можно назвать учебниками жизни. Мудрость Омара Хайяма была горькой, как и его полная скитаний жизнь.

Первые переводы его стихов были сделаны и изданы отдельной книгой «Рубайят Омара Хайяма» поэтом Эдвардом Фицджеральдом в Англии в 1859 году. Книга стала бестселлером. Читателей увлекали простота, изящество, тонкий философский смысл его четверостиший. Их суть выразил поэт и замечательный переводчик Самуил Маршак:

*Четыре строчки источают яд,
Когда живет в них злая
эпиграмма,
Но раны сердца лечат
«Рубайат» —
Четверостишья старого
Хайяма.*

Впервые рубаи Омара Хайяма опубликовали на русском языке в 1891 году в журнале «Вестник Европы» в переводе поэта и общественного деятеля Василия Величко (1860–1903). Через три года Петр Порфиоров (1870–1903) поместил в «Северном вестнике» свои переводы четверостиший Хайяма. В 1910 году Константин Бальмонт перевел еще 11 произведений персидского классика. В советское время многие поэты и литературоведы, в их числе Илья Сельвинский, Наум Гребнев, Расул Гамзатов, Тимур Зулфикаров, занимались изучением и переводом поэтического наследия Омара Хайяма.

Одни настаивали, что Хайям — перс, другие — что таджик. Гамзатов ответил, что хотя Хайям к его народу, аварцам, не имеет отношения, сам он без него ощущает себя сиротой. Омар Хайям давно превратился в легенду. Он подтвержденный автор 300 четверостиший, в то время как в различных переводах их ходят многие тысячи. В Средние века «под Хайяма», опасаясь гонений, писали арабские, персидские, тюркские авторы. Благодаря Хайяму жанр рубаи в мировой поэзии стал столь же популярным, как японские хокку и английские лимерики. Его поэзия — памятник человеку во всей полноте его понимания жизни. «Чем за общее счастье без толку страдать — лучше счастье кому-нибудь близкому дать. Лучше друга к себе привязать добротой, чем от пуг человечество освободить». Поэзия Хайяма до сих пор согревает и врачует нас своей мудростью.



Екатерина Рощина
nedelya@vm.ru

Ирок. Так муж, Леша, все сорок три года совместной жизни звал жену. Ирок-сырок.

А Ирка звала Лешу — Рыбчик. Смешное прозвище, еще из юности.

Был Лешка странный, замкнутый. Философски настроенный. Как-то начал рассказывать товарищам:

— А вы видели рыб аквариумных таких — плоских? И глаза выпученные еще. Медленно плавают, шевелят губами, как парализованные. Плоские! Что за форма странная! Представьте, если вдруг человек тоже был бы таким, плоским.

Потом подумал и добавил: — А человек и есть — плоский. Только не так, а так, — показал руками, какой человек — плоский.

Ребята рассмеялись, а к Лешке прилипло прозвище Рыбчик.

Плоский не так, а эдак. Все дружбаны уже были женаты, а Рыбчик все философствовал.

Так, а не эдак. О любви мечтал, но тоже — все виделось что-то розово-сиреневое в вечерних сумерках, какой-то золотистый образ неведомой девы. Чтобы не грубая была, не толстая, не крикливая. А какая? Тайна. Золотая рыбка в омуте.

Как-то — Лешке было двадцать пять — сидел он в дешевой студенческой кафешке. Ел пельмени: двадцать штук, с уксусом. Вроде и худощавый, плоский, что та рыба, Лешка. Глаза действительно навыкате слегка — светлые, голубые, ясные. Губы полные. Рыбчик...

Сидел Рыбчик в кафе в самом темном, глухом уголке. Смотрел в стену, думал о печальном. О том, как мама, Марина Николаевна, всплескивает поленькими руками и вскрикивает, что та чайка.

— А внуков-то когда ж мне дождаться, Алешенька? И о том думал, что все его дружбаны уже давно и прочно женаты, и не по одному, а и по два дитенка у них.

А он, Рыбчик, все что-то высматривает, все чего-то ждет. Знака? Любви неземной?

И тут вдруг — неожиданно — глаза его закрыли ладони. Прохладные ладони, с очень нежной кожей. И аромат от них какой-то... Неземной.

— Угадай, кто? — прошептал девичий голосок.

— Я... не знаю, — ответил Рыбчик.

Он резко повернулся, а девочка убрала руки испуганно.

Темная челка, длинные прямые волосы, узкие губы, острый носик. Резкая какая-то. Нервная. Яркая. — Простите... я обозналась. Отошла в сторону. Села за другой столики ждала, ждала кого-то. Этот «кто-то» так и не пришел.

Рыбчик полчаса ел свои унылые пельмени и украдкой наблюдал за той, темненькой, с челкой.

Потом подошел к ней: — Давайте провозжу.

Шли до дома, и она без умолку щебетала. Веселая оказалась! А может, просто больно ей было от того, что так и просидела в кафешке одна.

Рыбчик уже все о ней знал, что зовут Ирой, что работает учительницей географии. Что у нее, Иры, вся семья живет в далекой Самаре, а она сама вот поступила в педучилище в Москве, да так здесь и осталась, выучилась и учительствует теперь в школе.

Рыбчик довел ее до общежития, простился — галантно. И ушел в темноту, не поцеловав в щеку, не сговорившись о новой встрече. Только потом как-то обожгло: это ж та самая, которая снилась горячими, душными ночами. Темная челка, неровно стоящий передний зубик — чуть-чуть косенький. Ямочка на щеке. Длинные ресницы.

Но в общежитие Рыбчик, конечно, не пошел. Страшно. Стыдно. И еще все время думалось, а как выглядел тот, которого она ждала и не дождалась? Обозналась, приняв за Рыбчика? Вдруг он — Аллен Делон с синими пронзительными глазами? Ира не выходила из головы.

Через неделю он пришел в то же кафе, взял себе такую же порцию пельменей с уксусом. И вдруг увидел ее — она стояла за столиком, смотрела в окошко. Темные прямые волосы, белый свитер. Он не мог обзнаться. Подошел, как зомби. Ладонями закрыл ее глаза.

— Угадай, кто? — спросил. И вдруг — она резко обернулась, и будто солнце взошло прямо здесь, в дешевой кафешке. Солнечный свет залил убогую плитку на полу и обшарпанные стены, и его, бедного парня, Рыбчика, одетого в клетчатую рубашу.

Они смотрели друг на друга. Рыбчик и Ирка. Ирок-



Ирина Бурляева

ИРОК-СЫРОК

сырок, так он тогда назвал ее впервые. Родилась настоящая любовь. Неожиданно, вдруг. И работяги, галдящие за соседними столиками, пожирающие пельмени — кто с уксусом, кто со сметаной, — как-то вдруг затихли и взглянули с уважением на Рыбчика.

А может, это просто кинематографический прием — а в жизни такого и не было никогда, никаких приглушенных вмиг работяг... Но Ирок с темной прямой челкой и застенчивый Рыбчик, безусловно, были. Тогда, августовским жар-

ким днем, они узнали друг друга из тысячи. И шагнули навстречу друг другу и полюбились. И прожили долго и счастливо сорок с лишним лет. Давайте перемотаем все эти годы? Ок? Так говорят сейчас молодые. Ок — типа все в порядке. Перемотаем пленку, чтобы не тратить слова, эмоции, мысли на всякую дребедень, которая и так очевидна. Была любовь, взаимное очарование, совпадение. А сейчас, ну что? Малогабаритная квартира-двушка где-то в Новых

Черемушках. Хлопочет с утра до ночи Ирина Николаевна. Когда-то — Ирок. Поправилась в два раза. Но все та же прямая, крашенная сейчас недорогой краской из массмаркета, челка. Ирок уже не просто учителствует, она уже — завуч. Она уходит каждый день в семь тридцать утра. По ней, Ирке, можно сверять часы... Зимой она в сапожках на невысоком каблучке и лиловом пуховике с нежной песцовой опушкой. Весной — в строгом костюме. Нет, он, конечно, поглядывает в окно — там все время

что-то происходит. И смотрит телевизор. Бесконечные политические ток-шоу и передачи, где рассказывают, как надо готовить. Сериалы какие-то. Рыбчик грустит. Он любит Ирину, он ждет ее, он ревнует ее, и при этом — глубоко ее презирает. Почему презирает? Потому, что Ирина давно уже не тот изящный тростник, в который он влюбился много лет назад. Потому что Ирина бывает груба и категорична. Потому что от нее не пахнет булочками с корицей — а пахнет резкими и сладкими духами.

У них нет детей. Когда-то давно Ирина не захотела... А он не настоял... Впрочем, чего сейчас об этом говорить. Нет никакой почвы для полемики. Одно тихое раздражение осталось. Рыбчик сидит в инвалид-

ном кресле на больших колесках. Уже десять лет назад его поразила безжалостная болезнь, сделавшая вдруг инвалидом, беспомощным человеком, жизнь которого ждалась, как шагреневая кожа, до двух квадратов. Того, что окно. И того, что телевизор.

Возникает периодически еще один квадрат — дверной проем, куда исчезает Ирина, убегающая на занятия. У нее много дел. Тысячи. У него, Рыбчика, одни воспоминания — да еще попугай Арнольд. Что-то он выкрикивает, этот попугай, горланящий противным голосом. Как тополиный пух, летят несвесомые белье перышки по всей квартире. Арнольда принесли три года назад выпускники Ирины Николаевны. Белый крупный попугай с хо-

локом и внимательным черным круглым глазом. Хохолок поднимается, когда Арнольд прислушивается. Глаз бешено вращается, вперивается в объект.

— Он будет говорить! — уверяли выпускники. — Это очень умный попугай... Клетка с Арнольдом была поставлена возле Алешки-Рыбчика.

— Тебе повеселее, — сказала Ира. — Все-таки живая душа.

В ее словах сквозила ирония. «Ира — ирония», — подумал Рыбчик. Теперь он часто находил всякие странные совпадения, что в событиях, что в словах.

Попугай посмотрел на него глазом-черничной. Как будто прочитал мысли.

— Ирок-сырок, — пробормотал попугай Арнольд. А может, это просто послышалось Рыбчику.

Клетка с попугаем стояла возле кресла с Рыбчиком. Напротив — телевизор. С утра Ирок, перед тем как ускользнуть в свою школу, обихаживала своих мужиков.

Сдериговала покрывало с клетки Арнольда — и солнечные лучи щедро лились к нему. Сыпала ему зерна. Мурылка: — Не скучай, птичка.

Рыбчика тоже — отвозила в санузел, потом кормила овсянкой, ставила чашку ароматного кофе. Телевизор. Пуль.

— Не скучай, Рыбчик. Вечером вернусь — погуляем. Рыбчик смотрел на нее из окна — незнакомая будто, неродная женщина. Как будто не жена, а строгая мама ему, беспомощному мальчику Алеше. Завучи часто бываю такие — резкие, уверенные в себе. Будто что-то их точит, какая-то боль, что ли. Что-то невысказанное.

Рыбчик много думал, много вспоминал. Как та хохотушка из пельменника — черноволосая бляшка — превратилась в эту самоуверенную завучику?

Какая страшная глупость, нелепость. Три десятка лет, куда они пропали, куда испарились? Попугай хитрым понимающим глазом, он сейчас для него, Рыбчика, самая реальная реальность. Телевизор — не в счет. Телевизор для всех, а попугай говорит только для Рыбчика. А Рыбчик говорит, уже давно, только для попугая. Ирка его не слышит. Потому что не слушает. Мамы давно уже нет. Детей — тоже нет, и не было, и когда-то не хотелось.

А сейчас Рыбчик будто видит их наяву: темноволосую девочку, старшенькую. Полненького увальня мальчика, младшенького. Мальчик так похож на него, Рыбчика... Какая глупость была, отказаться от них, и девочки, и мальчика.

Рыбчик много читал, и вот всплыло откуда-то, с заворок памяти... Что дети выбирают родителей. И потом сводят их друг с другом самым невероятным способом.

И вот, думалось сейчас Рыбчику, это те самые дети — темноволосая девчушка и младшенький увальень — свели их тогда вместе в кафешке. Спутали карты, затемнили зал, задурманили.

Попугай посмотрел на него глазом-черничной. Как будто прочитал мысли. — Ирок-сырок, — пробормотал попугай Арнольд. А может, это просто послышалось Рыбчику.

Клетка с попугаем стояла возле кресла с Рыбчиком. Напротив — телевизор. С утра Ирок, перед тем как ускользнуть в свою школу, обихаживала своих мужиков.

Сдериговала покрывало с клетки Арнольда — и солнечные лучи щедро лились к нему. Сыпала ему зерна. Мурылка: — Не скучай, птичка.

Рыбчика тоже — отвозила в санузел, потом кормила овсянкой, ставила чашку ароматного кофе. Телевизор. Пуль.

— Не скужай, Рыбчик. Вечером вернусь — погуляем. Рыбчик смотрел на нее из окна — незнакомая будто, неродная женщина. Как будто не жена, а строгая мама ему, беспомощному мальчику Алеше. Завучи часто бываю такие — резкие, уверенные в себе. Будто что-то их точит, какая-то боль, что ли. Что-то невысказанное.

И тут вдруг — неожиданно — глаза его закрыли ладони. Прохладные ладони, с очень нежной кожей. И аромат от них какой-то... Неземной

перед учениками, перед учителями, перед мужем, теперь еще и перед попугаем этим, будь он неладен. Каждое утро надо сдернуть с него покрывало и насыпать зерен, и дать чистой воды.

Бежать на каблуках на работу. Стараться не смотреть на себя в зеркало. И так знаю, что там. Постаревшая, грузная, седоватая. Глаза — за линзами очков. Старая. Старая. Старая. Горькое слово. Из старого колоса высыпались зерна, упали во влажную землю, проросли молодыми всходами. Так жатунтуса к яркому солнцу, хотят любить, наливаются, золотеют.

Из нее ничего, образно говоря, не высыпалось. Только ученики из года в год но-

вые, со своими родителями, своими радостями, своими бедами.

Что у нее? Только Рыбчик, да еще этот вот Арнольд. Попугай.

Фигус на окне. Полки книги в старых переплетах — домашняя библиотека. Сервиз «Мадонна», давний подарок свекрови.

Глупости ничтожные, одним словом. Главное, конечно, воспоминания. Поездка с десятком классом в Пушкиногорье. Сосны и ландыши, озеро Маленец, соловей, безумно поющий в сирени под окнами.

Детство — рюмочка цветка колокольчика, наполненная ягодами земляники. Соседский мальчишка так придумал — собрать землянику в колокольчик и подарить ей, Ирке, самой красивой девочке на свете.

Ипотом друтой мальчишка, Лешка-Рыбчик, закрыл ей как-то глаза влажными от волнения ладонями и спросил срывающимся голосом: — Угадай, кто?

А если бы тогда, много лет назад, знала, как все будет сейчас — тогда что? Бежала бы, не оглядываясь, от этого Рыбчика с пельменями.

Фигусы-герани на окне, ожидание чего-то... недосказанного. Классы, из года в год выпускающиеся, приходящие — новые. Новые надежды. Новые выпускники.

Рыбчик — оказавшийся никаким не Айвенго, а скучным, вялым, грустным. Попугай, наоборот, дерзкий и энергичный, расшвыривающий вправо и налево белоснежные перья, выкрикивающий неясную абракадабру.

Ирина Николаевна утром наносила необходимый макияж: положение обязывало. Вероника звонко смеялась, осторожно открывала клетку, протягивала руку.

Арнольд быстро, приставными шажками, взбегал к ней на плечо и с нежностью смотрел на блестящий гвоздик-серужку в крошечном ухе Вероники.

Вскоре он научился даже произносить ее красивое имя.

— Веррроника! Веррроника! — горланно кричал Арнольд. И после этого добавлял: «Арнольд дурачок!»

Это его школяры, конечно, научили. И совсем редко, словно забывшись, попугай вдруг бормотал:

— Ирок! Ирок!

«СПАРТАК» ВЫШЕЛ ИЗ «КРАСНОЙ ПРЕСНИ»



Эмблема красно-белых тоже отражает историю клуба

Футбольная команда Московского кружка спорта, позже ставшая «Красной Пресней» — прародительницей «Спартак», 1922 год

ОБ ИСТОРИИ И НАЗВАНИИ ОДНОГО ИЗ САМЫХ ПОПУЛЯРНЫХ ФУТБОЛЬНЫХ КЛУБОВ МОСКВЫ И РОССИИ РАССКАЗЫВАЕТ АВТОР КНИГИ «СПАРТАК» — ЧТО В ИМЕНИ ТВОЕМ?!» ПИСАТЕЛЬ И ЖУРНАЛИСТ МИХАИЛ КИЗИЛОВ



Дмитрий Толкаев
nedelya@vm.ru

В прошлом году «Спартак» отметил 100-летие. В этом году вековой юбилей у «Вечерней Москвы». Все это время команда и газета шли рука об руку, или, если хотите, нога в ногу. Но многие подробности из их жизни известны только специалистам. Например, Михаилу Кизилову (на фото)...

По разным источникам годом основания «Спартак» называют то 1922-й, то 1935-й. Михаил Григорьевич, внесите ясность на этот счет. И почему возникла путаница с датами?

В 1922 году Иван Артемьев, русский и советский футболист, о котором сейчас многие забыли, создал «Московский кружок спорта», который чуть позже



РАДОСТАВ НЕРАСОВ/ВИКИПЕДИЯ

получил название «Красная Пресня». Тогда как раз была реорганизация спортивного движения и ликвидировались старые общества. Новому клубу активно помог комсомол. Сначала выделили помещение. А потом даже стадион построили. Была создана футбольная команда, которая успешно выступала. А дальше она побежала по жизни, меняя названия. Если некоторые другие клубы имели государственное финансирование, то у «Пресни» были только шефы, или, как бы сейчас сказали, «спонсоры». Именно они попросили, чтобы команда называлась «пищевым» именем. Были «Пищевики», «Мукомоль»... К 1935 году они подползли

с названием «Промкооперация». В тот момент видный футболист и спортивный организатор Николай Петрович Старостин предложил Косареву (Александр Васильевич Косарев — советский комсомольский, партийный и государственный деятель 1920–1930-х годов, первый секретарь ЦК ВЛКСМ. — «ВМ») создать добровольное спортивное общество. Косарев идею подхватил. И, когда стали думать, как назвать ДСО, была обнаружена версия: мол, Старостин увидел роман Рафаэло Джованьоли «Спартак». Так, дескать, и появилось новое и окончательное название. Я не оспариваю эту версию. Но исхожу из реальных событий. Еще в 1922 году,

едва Косарев стал первым секретарем райкома комсомола Бауманского района, он переименовал местную футбольную команду «Благуша» в «Спартак». По моему мнению, Косарев просто подсказал Старостину это название.

Клубу помог комсомол. Выделили помещение и стадион построили

Между прочим, в 1935 году в составе «Спартак» играла добрая половина тех, кто играл и в 1922 году в «Красной Пресне». Так что в прошлом году действительно было столетие команды.

Но ведь такого названия могло и не быть? Могло. В 1924 году было решение Пленума ЦК РКСМ

«О переименовании детских коммунистических групп имени Спартак в детские коммунистические группы имени товарища Ленина», то есть родилась пионерская организация. И если бы она в 1935 году называлась «Спартак», то никогда бы тот же Старостин не согласился на такое же название. Их бы задрознили «дошколятами», «сосунками» и т. д.

А форма красно-белых цветов была выбрана сразу?

Изначально футболки были синими. Но братья Старостины дружили с Косаревым, комсомолом. А комсомол — это красный флаг. И, видимо, после этого все и пошло. А первый логотип «Спартак» придумал сам Николай Петрович.

Почему «Спартак» называют народной командой?

«Динамо» или ЦСКА, в отличие от «Спартак», были командами ведомственными.

из-за красного цвета формы. А во-вторых — одним из партнеров команды был мясокombинат.

Говоря про народную команду, нужно вспомнить и матч на специально сшитом войлочном ковре на Красной площади в 1936 году, который провели силами двух составов спартаковцев в присутствии Сталина. На следующий год эту же идею не сумели воплотить динамовцы. Спартаковцы же в 1936-м договорились между собой, как играть, какие голы забивать, когда с падением. Это было зрелищем! Но матч-то чуть не отменили. В команду пришли из НКВД и сказали: «Ковер, который шили, — тонкий. А если человек упадет и расшибется на глазах у вождя? Это — нехорошо!» И тогда Старостин подозвал одного игрока и предложил: «Ну-ка упади!» Тот упал. «Больно?» — «Да нет, вы что?» — «Ну раз не больно — играйте!» А потом Старостин увидел этого игрока в раздевалке. И весь бок у него был синим.

Кстати, Сталин после этого матча сказал: «Хорошо играли!»

Как создавалась книга о «Спартак»?

Я сначала изучал документы. Потом стал встречаться с ветеранами команды. Никитой Симоняном, Вагизом Хидиятуллиним, Юрием Гавриловым, Евгением Ловчевым, Егором Титовым, Сергеем Родионовым, Олегом Романцевым... И, конечно, мне очень помог директор музея «Спартак» Алексей Матвеев. Я охватил период с 1922 года и до 100-летия команды.

Захватил и чемпионство в 2017-м. В тот сезон сложилось гениальное трио: Сергей Родионов — генеральный директор, Наиль Измайлов — вице-президент и Александр Жирков — зампреда совета директоров. И весь клуб жил как единый организм.



Обложка книги о «Спартак» писателя Михаила Кизилова

ДОКТОР, КОТОРЫЙ СУМЕЛ ОБМАНУТЬ СМЕРТЬ,

или Как искусственный интеллект может спасти Вашу жизнь!

Можно ли обмануть смерть? На первый взгляд ответ кажется очевидным. Но есть один человек, которому это всё же удалось.

Мало того, его необычный метод уже спас сотни людей. И сегодня каждый, кто обладает этой ценной информацией, может продлить свою жизнь на годы.

А то и на десятилетия!

Что же это за секрет? Узнайте прямо сейчас.

Доктору Анатолию Зильберу сегодня 92. Он говорит смерти каждый день: «Не сегодня!». И знает главный секрет долголетия.

Профессор, доктор медицинских наук, член Российской медико-технической академии. Он стал первым, кому удалось разгадать феномен утренних смертей. Зильбер выяснил: рано утром у человека меняются биоритмы. И в кровь начинает поступать утренний гормон стресса — кортизол!

Представляете, Вы ещё не успели открыть глаза, а кортизол уже заставил Ваши мышцы сокращаться. А просвет в сосудах — сузиться до микроотверстия. Но как через это маленькое окошко в сосудах доставить кровь к внутренним органам? Особенно если она вязкая?

Сердцу приходится «увеличивать напор», т. е. поднимать давление. На здорового человека это никак не влияет. Но вот люди, у которых проблемы с давлением, могут умереть от инфаркта или инсульта. То есть не все могут проснуться утром, понимаете?

Почти полвека доктор Зильбер приходил в больницу в 4 утра, чтобы спасать людей. Он как никто знает, как важно следить за давлением!

Поэтому в свои 92 Анатолий Петрович выглядит и чувствует себя отлично. А Вы?

ТИХИЙ УБИЙЦА

Многие могут сейчас махнуть рукой, мол, да у меня всю жизнь повышенное давление. «Рабочее», как у нас любят говорить.

Но гипертонию не зря называют тихим убийцей. Она подкрадывается незаметно. И каждый день разрушает Вас изнутри, приближая на шаг к смерти. Причём вне зависимости от того, ощущаете Вы своё повышенное артериальное давление или нет.

Можно жить и не знать о недуге. Не измерять давление, но иметь артериальную гипертензию. Поэтому если Вы не хотите быть парализованным или умереть от инсульта, нужно держать давление под контролем!

Но как это делать грамотно? В этом мире всё уже придумано. И Ваша задача — просто пользоваться этим, если Вы хотите жить дальше.

Как видите, сегодня даже с гипертонией можно жить почти до 100 лет. Это уже не кажется фантастикой. Мир стоит на пороге Революции Долголетия! Посмотрите сами.

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери за счет покупателя. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 25.05.2023 г. до 25.06.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

Человек уже сконструировал ядерный реактор, побывал на Луне и успешно клонировал овцу. А наши российские учёные разработали уникальный аппарат — умный корректор артериального давления «Нейродэнс Кардио». Вам даже делать ничего не придётся — «Нейродэнс Кардио» сделает всё за Вас.

Эта разработка, без преувеличения, уникальна. Ведь до этого устройств с такой эффективностью, способных регулировать давление, ни в России, ни за рубежом просто не было! Как же он работает? И кому может помочь? Давайте разберёмся.

ЧЭНС-ТЕРАПИЯ

Что такое ЧЭНС-терапия? На сегодняшний день это самый передовой, эффективный и главное безопасный метод физиотерапии. Как он действует?

Представьте дверной звонок. Что происходит, когда Вы нажимаете кнопку? Электрический ток бежит по проводам. Контакт замыкается, молоток стучит по металлической пластинке, и получается звук. По этому же принципу работает и аппарат для коррекции артериального давления «Нейродэнс Кардио». Электроды аппарата начинают воздействовать на биологически активную точку Вашего запястья. Как мы, нажимая на звонок. Серия сложных электрических импульсов средней и низкой частоты бежит через нервный канал в мозг. Как ток по проводам. И Ваш мозг даёт организму сигнал — привести в норму уровень кортизола (из-за его резкого повышения и случаются инфаркты и инсульты, помните?).

Что же происходит дальше? А дальше Вы буквально физически ощущаете, как Вам становится легче. Снимается спазм, сосуды расширяются, нормализуется кровоток. Вы чувствуете приятную лёгкость, головная боль отступает. В висках больше не стучат сотни молотков. Пропадают мушки перед глазами. Проходит головокружение. Становится легче дышать. Давление наконец-то приходит в норму. Как будто совсем другой человек! Вот она — Ваша новая реальность! Практически вторая молодость.

ДЛЯ КОГО И ПОЧЕМУ?

Каждый, кто сейчас читает эту статью, думает: а мне поможет? Мы Вас понимаем. Поэтому сразу решили ответить на вопрос, кому может помочь стабилизатор давления «Нейродэнс Кардио». И почему.

Он поможет:

- людям со стабильно высоким артериальным давлением;
- пациентам с гипертонической болезнью;
- метеозависимым;
- страдающим от эпизодической смены артериального давления.

«Нейродэнс Кардио» — медицинская техника нового поколения, которая помогает в 90% случаев.

Да, Вы не ослышались. И можете убедиться в этом сами.

Клинические исследования проводились в Главном военном клиническом госпитале им. Н.Н. Бурденко и в Санкт-Петербургском государственном медицинском университете им. И.П. Павлова. Впечатляет? А результаты!

По результатам исследований, после курса процедур у большинства пациентов с гипертонической болезнью наблюдается снижение артериального давления.

А это значит, что все эти люди смогли не только избежать инфаркта и инсульта, но и улучшить свою жизнь. Вынести её на более качественный уровень. Просыпаться утром не разбитым, с болевой головой, а полным сил и энергии. И Вы тоже сможете! Согласитесь, жить и доживать — это далеко не одно и то же.

ИДИТЕ В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ

Умный корректор артериального давления — не что иное, как искусственный интеллект на Вашем запястье. И очень скоро это медицинское устройство будет у каждого, как мобильный телефон. Вот только стоить оно будет в разы дороже.

Скажем по секрету, пока «Нейродэнс Кардио» не вышел на массовый рынок, и у Вас есть возможность заказать его по льготной цене.

Многие уже сейчас это сделали. Потому что поняли: умный корректор давления может радикально сократить преждевременную смертность.

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЕВЫХ ПОДДЕЛОК!

Только защитная голограмма на упаковке — это гарантия того, что вы приобрели не подделку, а настоящий медицинский аппарат.



Например, от сердечной недостаточности, инфаркта и инсульта. И добавить к Вашей жизни годы, если не десятилетия. Только попробуйте, и Вы уже не захотите с ним расставаться. Потому что поймёте, как легко и удобно им пользоваться.

А результат не заставит себя ждать. Корректор давления выполнен в виде браслета. Его удобный эластичный ремешок подойдёт на любую полноту руки. Внешне «Нейродэнс Кардио» напоминает электронные часы.

А для того чтобы начать процедуру, нужно всего лишь нажать кнопку.

Как видите, всё настолько просто, насколько только может быть. Умный аппарат сам делает всю работу.

Поэтому хватит лечиться дедовскими методами, они давно уже устарели. Доверьтесь профессионалу. Ведь «Нейродэнс Кардио» знает, как Вам помочь!

СКОЛЬКО СТОИТ МИНУТА ВАШЕЙ ГОЛОВНОЙ БОЛИ?

Иногда мы готовы отдать любые деньги, лишь бы боль быстрее прекратилась.

Но какова цена? Разработка лекарств и получение разрешения — процесс длительный и затратный.

В результате мы получаем препараты, которые стоят очень дорого. Думаем, Вы не раз испытывали настоящий шок от цен в аптеках. И ладно бы они помогали на 100%.

Но это просто невозможно. Ведь учесть особенности каждого организма нельзя. Добавьте к этому привыкание, аллергию, побочные эффекты. И получается, что за свои же деньги Вы часто получаете больше вреда, чем пользы.

К счастью, мы живём в мире «реактивной» медицины.

И сейчас есть надёжные и проверенные методы. Купив аппарат «Нейродэнс Кардио» один раз, Вы сможете решить проблемы с давлением.

Если не раз и навсегда, то эффективно и надолго. Сэкономив на этом приличную сумму.

Более того, с корректором давления Ваше тело само будет поддерживать себя в безукоризненном состоянии. Без химических препаратов и побочных эффектов!

«Нейродэнс Кардио» способен не только реагировать на проявления болезни. Он действует на опережение. Делая ставку ещё и на профилактику заболеваний.

А это уже не одному лекарству не по плечу!

Будущее уже наступило. И на смену лекарствам и устаревшим методам пришёл новый, современный аппарат «Нейродэнс Кардио». Надёжный, эффективный и недорогой.

Он, как личный врач, будет постоянно следить за Вашим здоровьем. Ни один удар сердца не останется без внимания. Малейшие изменения — и «Нейродэнс Кардио» тут же отразит удар.

Думаете, Вы не в силах повлиять на возраст?

С корректором артериального давления это всего лишь цифры в паспорте. Оставьте старость и болезни на потом.

Закажите «Нейродэнс Кардио» по номеру 8-800-777-20-10.

И уже с завтрашнего дня сможете начать новую, здоровую жизнь. Доверьтесь профессионалу!

ЗАКАЗЫВАЙТЕ АППАРАТ «НЕЙРОДЭНС КАРДИО»
по телефону горячей линии:
8 (800) 777-20-10
Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**
Также Вы можете сделать заказ на сайте prodex.ru

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+			
27 мая	МОСКВА	Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-15:00

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

90-ЛЕТИЕ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ГЕОРГИЯ БУРКОВА ОТМЕТЯТ 31 МАЯ ПОКЛОННИКИ ЕГО ТВОРЧЕСТВА. ЗА 57 ЛЕТ ЖИЗНИ ТАЛАНТЛИВЫЙ АКТЕР СЫГРАЛ БОЛЕЕ 70 КИНОРОЛЕЙ И СОЗДАЛ НЕМАЛО ОБРАЗОВ НА СЦЕНЕ



Ольга Кузьмина nedelya@vm.ru

К юбилею артиста усилиями дочери Георгия Ивановича Марии и помогавших ей неравнодушных людей вышло изумительное издание — дополненная различными материалами книга «Хроника Сердца». Так были названы дневники Буркова, опубликованные через несколько лет после его смерти. То, первое издание давно уже стало редкостью: это был интереснейший текст, к тому же прекрасно написанный. Для многих стало открытием, что Георгий Иванович — прекрасный литератор и стилист. И правда, читая книгу, ты будто слышишь его голос, тем более что написана она в удивительной манере — автор рассказывает тебе о том, что видит и чувствует, а ты — слушаешь... Так что новость о переиздании книги многих обрадует.

...Георгия Буркова не стало в 1990 году. И хотя с того времени немало утекло воды, поклонники по-прежнему помнят и любят удивительного артиста. Он покорила своей искренностью и на сцене, и в различных кинофильмах. Кстати, ему, человеку очень глубокому и содержательному, нередко доставались роли людей простых, пьющих, «из народа». Как же удивительно было после этого видеть Буркова в театре в пьесах В. Розова или Н. Погодина или в неувядаемой классике Островского и Шекспира... Но массовому зрителю Георгия Буркова «подарило» именно кино. Все его роли, от Пети в «Зигзаге удачи» или Федяева в «Стариках-разбойниках» до Губошлепа в «Калине красной» и Гордея в «Добрых», были своего рода явлением: до Буркова в нашем кино таких типажей фактически не было, а если и были, то играли их иначе. Талант Буркова высоко ценил и Эльдар Рязанов. В 1990 году он предложил ему новую роль — в «Небесах обе-



Георгий Бурков в роли взрослого Сергея Погарцева в фильме Николая Губенко «Подранки» 1977 года

ОТЕЦ РАБОТАЛ ВОЛШЕБНИКОМ

тованных». Но тут произошла неожиданная и нелепая история, завершившаяся трагедией: в результате случайного падения в квартире Георгия Ивановича сломал ногу и после операции скончался от тромбоза мозга... О том, каким был Георгий Иванович, нам рассказала его дочь, Мария Буркова (на фото). Сегодня она возглавляет культурный центр имени своего отца и занимается его наследием. **Мария, отец был для вас невероятно близким и дорогим человеком. Как вы и мама пережили эту потерю?**

А мы и не пережили ее, на-верное. Да, он был для меня всем, не просто папой, а еще и бесконечно добрым моим другом. Мне сейчас столько же лет, сколько было ему, когда он ушел. А тогда мне было 24 года, то есть я была уже вполне взрослой, и мы как раз начали общаться не несколько по-другому, уже как два взрослых человека. И мне больно от того, что мы так много всего не проговорили и не

обсудили. Ругаю себя и со-жалую, что не так часто говорила ему, как его люблю... Знаете, я просто никогда не думала о том, что могу вдруг остаться без него, поэтому даже фотографий, где бы я, взрослая, была рядом с ним, у меня почти нет, только снимки из детства. А еще, поскольку папы не стало летом, когда многие были на гастролях, далеко не все узнали о том, что случилось, сразу, хотя «Советская культура» на-

печатала некролог и была панихида на «Мосфильме». И после похорон папы нам еще долго звонили, просили к телефону Георгия Ивановича... Это было мучительно. Тяжело было и потому, что как раз в 1990-х появились гиды, которые вели экскурсии по кладбищам, и у каждого из них были какие-то свои версии истории жизни и смерти Георгия Буркова. Много глупостей говорили даже про обстоя-тельства его смерти: якобы он встал на столик на колесиках, поехал, упал... А он все-го лишь потянулся за книгой

СПРАВКА

Георгий Бурков родился в Перми. Поскольку сначала с театральным вузом у него не сложилось, учился на юриста, но со-владать со своей любовью к сцене не смог, и в 1955–1958 годах учился в вечерней студии при Пермском драматическом театре, затем работал в театрах Кемерово и Березняков. В Драматический театр имени К. С. Станиславского Бурков пришел по приглашению главного режиссера Бориса Львова-Анохина. Затем работал в «Современнике», МХАТе имени Горького, Театре имени Пушкина, после которого снова вернулся во МХАТ.



Мария Буркова



Георгий Бурков (справа) и Василий Шукшин на съемках фильма «Они сражались за Родину», 1974 год

ЛУЧШИЕ КИНОРОЛИ

- Печки-лавочки, 1972
- Старики-разбойники, 1972
- Калина красная, 1974
- Они сражались за Родину, 1975
- Ирония судьбы, или С легким паром, 1975
- Подранки, 1976
- О бедном гусаре замолвите слово, 1981
- Гараж, 1980
- Из жизни отдыхающих, 1981
- Профессия — следователь, 1982
- Жестокый романс, 1984
- Зимний вечер в Гаграх, 1985



Эта фотография сделана в конце 1960-х возле театра имени К. Станиславского: Татьяна Ухарова, Георгий Бурков с Машей

вместе работали в Театре имени Станиславского. Мама рассказывала: «Я стояла у доски расписаний спектаклей, и подошел Бурков познакомиться». А папа говорил: «Стою я у доски расписаний, и тут подходит ко мне Ухарова...» Они, шутя, спорили, кто из них первым к кому подошел, и смеялись... И сейчас мы с мамой

живем так, будто папа по-прежнему с нами рядом. **Есть фотография, где вы стоите втроем, мама — маленькая, изящная, в модной кепке, папа — высоchenный, стройный, и вы — девушка. Родители так друг на друга смотрят...** Они очень друг другу подхо-дили... Папа вряд ли с кем-то еще смог бы прожить рядом

всю жизнь. Они любили друг друга безумно. Когда-то в детстве я на вопрос одной гостьи, кого люблю больше, ответила, что папу, за что мне перед мамой до сих пор стыдно. Я так сказала только потому, что мама меня заставляла есть кашу и делать уроки, то есть воспитывала, а с папой было очень легко — можно и на горке

покататься, и мороженого поесть. А однажды он сказал мне, маленькой, что работает волшебником, и я свято в это поверила. Папа был удивительно добрым... Знаете, как-то я спросила у него: как ты, такой скромный и добрый, пошел в актеры? Он улынулся и ответил тоже вопросом: «Машенька, а кто тебе сказал, что в актеры идут наглецы и хамы?» А еще могу сказать про родителей, что они совершенно не умели отдыхать — оба. Папу помню «отдыхающим» только в больнице — после реанимации... **Георгий Иванович был очень близок с Шукшиным?** Да, но я мало что могу ска-зать об этом — маленькой была. Помню только, что, когда Василия Макаровича не стало, мама говорила мне: «Машенька, ты сейчас папочку не трогай...» Папа с Шукшиным мечтали, что у них будет свой культурный центр, понимали друг друга сполуслова. Кстати, это папа уговорил его написать для театра сказку «До третьих пле-

фекта дикции. Откуда это пошло, не знаю, но растира-жировали это везде. А я мно-го раз ездила с папой на оз-вучку, и он все там записывал с первого дубля, так что чи-тать это мне просто смешно. Губы у него были пухлыми, но при чем тут дикция? Но что действительно горько, так это то, что папины запи-сы безбожно перелопапали. **Вы о его дневниках?** Да, о дневниковых записях; мама собрала их в книгу в 1997 году, причем распо-

ложила все папины записи в строгой последовательности, поскольку прекрасно знала, когда, почему и в каком состоянии он писал то или иное. А книгу потом рас-тащили на цитаты, которые не просто были вырваны из контекста — некоторые из них еще и бессовестно допи-сали. В итоге дело дошло до того, что папу начали при-числять чуть ли не к антисо-ветчикам. Понять бы еще, что люди понимают под этим словом... **Но кому это нужно, зачем?** Ну, есть же у нас те, кто меч-тает вернуть СССР. Для них любое слово критики в адрес той эпохи — оскорбление. В интернете же такие якобы папины «цитаты» бродят, что... Сначала я переживала очень тяжело, сейчас как-то успокоилась. Может, прав мой сын Георгий, который не читает никаких коммента-риев вообще. **Что тут скажешь... Время переиздании подоспело...** Очень! Да, юбилей на поро-ге... Представляете, я даже не могу произнести, что па-пе 90 «исполнилось бы», по-тому что он тут, всегда рядом с мной. Помню, как-то он сидел и писал, папа всег-да делал это, поло-жив книжку на ко-лено, и вдруг оста-новился и говорит нам с мамой: «Не будет меня, де-вчонки, заклянут вас». Камней в нас

Он был бесконечно добрым человеком, очень глубоким и содержательным, и играл часто протаго-

за эти годы и правда приле-тало достаточно, но что об этом говорить... А вот время сейчас — не папино. Он был очень, очень добрым. У него даже в войну, в голодное время, жили собака и кот: его родители считали, что ребенок должен расти рядом с животными, чтобы учиться любви и состраданию. Так и выросла настоящий че-ловек. А сейчас сколько зла в мире... Папе было бы не-уютно в этом времени.

ИМПЕРИЯ
www.imperico.ru

Сумма от 50 тыс. до 2 млн., срок от 4 мес. до 2 лет.

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

■ Под контролем ЦБ РФ и СРО. ■ АКЦИЯ «Проценты вперед» до 15.06.2023 г.

■ Подарки всем вкладчикам. ■ Ставки **ВЫШЕ**, чем в банках.

■ Ежемесячные выплаты или капитализация процентов.

до 15% ГОДОВЫХ

8 (495) 150-52-94

г. Москва, Ленинградский пр., 35 (м. «Динамо», м. «Петровский парк»).
Время работы Пн - Пт: 10:00 - 19:00 Сб: 11:00 - 17:00.

Кредитный потребительский кооператив «Империю» ОГРН 1235000012048, член СРО Союза Саморегулируемая организация «Национальное объединение кредитных кооперативов» (свидетельство №426/23). Предложение действительно только для членов КПК. Единоразовый вступительный взнос 300 рублей. Размеры и порядок внесения иных взносов уточняйте по телефону 8 (495) 150-52-94. Денежные средства принимаются на основании договора передачи личных сбережений от 50 000 рублей. Сбережения принимаются у граждан РФ с 16 лет без верхнего возрастного предела. Срок сбережения от 4 до 24 мес., доход до 15%. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются по ставке 0,1%. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, а также подарков, сроках, и порядке их получения по телефону: 8 (495) 150-52-94 или на сайте www.imperico.ru. Срок проведения акции с 15.05.2023 по 15.06.2023



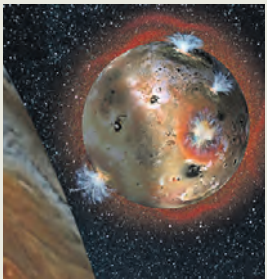
ТУРГЕНЯ

ЗАГАДКИ

- Из этого ковша не пьют и не едят, а только на него глядят.
- Какую звезду как ориентир использовали путники и моряки когда-то?
- Это созвездие невиданной длины. Астрономы дали имя ему в честь чудовища страшного, с девятью головами. Никто с ним справиться не мог, и только Гераклу было под силу его победить.

Ответы смотрите в ТВ-программе (суббота)

ВСЕ МОЕ!



Одна из наиболее интересных особенностей Юпитера — его коллекция спутников: их у него аж 67! И астрономы говорят, что, возможно, еще не все спутники найдены. Первые четыре крупных спутника открыл еще Галилей: это Ганимед, Каллисто, Европа и Ио. Именно они привлекают наибольшее внимание наблюдателей. Ганимед — крупнейший спутник Юпитера. Он, как и наша Луна, каменный и холодный и покрыт кратерами, в которых может быть лед. На другом спутнике — Европе — может быть вода. А вот Ио примечателен своими вулканами, которые продолжают извергаться. Но извергают они не лаву, а серу.



Из книги «Хочу все знать. Звездное небо» Тургеня узнал, что Юпитер настолько огромен, что в нем могли бы поместиться все остальные планеты.

Царь планет



Но больше не значит лучше, по крайней мере в отношении того, где лучше жить. У Юпитера даже нет настоящей поверхности, на которую можно было бы встать. Глубоко внутри планеты находится ядро, окруженное слоями газа. Именно эти слои, кружащиеся вокруг планеты, мы и видим на снимках. Температура здесь также не слишком приятная — даже если бы вы смогли найти поверхность, чтобы встать, там было бы примерно 100 градусов ниже нуля. Бррр! Наверное, самая знаменитая особенность Юпитера — его Большое красное пятно, огромный бушующий ураган.

Никто не знает, всегда ли существовало это пятно, но известно, что этот ураган бушует на планете по крайней мере 150 лет.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Юпитер — самая крупная планета Солнечной системы, поэтому вполне логично, что он получил имя верховного римского бога. **В древнеримской мифологии Юпитер — бог неба, дневного света и грозы.** Его постоянные атрибуты — орел, посох-скипетр, держава с богиней Викторией. Именно с ними его изображали скульпторы и художники. А самую известную статую Юпитера можно увидеть в Эрмитаже. Римляне тогда не знали, насколько велика планета Юпитер, зато они видели, насколько ярко он светит.



КОНКУРС

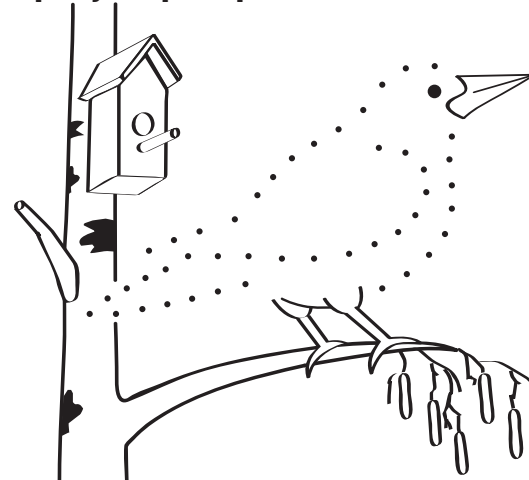


Самый умный

Конкурс «Самый умный» для наших читателей продолжается. Если вы знаете короткие и длинные, трудные, с подвохом, загадки и вопросы на логику — присылайте их на nedelya@vm.ru или на почтовый адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2, «Вечерняя Москва». Самые необычные и интересные мы опубликуем в «Тургене» с указанием авторства.

МАЛЫШАМ

Дорисуй и раскрась



ОПЫТ

Марля вместо крышки



1 Возьми бутылку из-под газировки и наполни ее водой.



2 Накрой горлышко бутылки марлей и закрепи ее резинкой для денег.



3 Над раковиной переверни бутылку. Из нее ничего не вылилось.



4 В ткани возникла пленка, ее сила вместе с атмосферным давлением удерживает воду.



Частности НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

Недвижимость

- Супруги из г. Клина снимут квартиру, срочно. Т. 8 (985) 999-28-82
- Риелтор Татьяна. Т. 8 (909) 965-80-92
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74

Строительство и ремонт

Оконный завод
ОКНА ПВХ
ОСТЕКЛЕНИЕ
БАЛКОНОВ
и **ЛОДЖИЙ**
САЙДИНГ
ОТДЕЛКА
БАЛКОНОВ,
КРЫШИ,
ВЫНОС
ЖАЛЮЗИ
без выходов, гарантия, договор
8(495) 532-71-88

ОКНА RENAU
от производителя
+ ПОДАРОК
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
«под ключ»
Ремонт окон, замена стеклопакетов
Вынос, шкафы, крыши, отделка
Пенсионерам — скидки
8 (495) 649-97-67
8 (499) 394-31-94
www.lineokna.ru

ОКНА
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
РЕМОНТ КВАРТИР
ОТДЕЛКА, КРЫШИ, ВЫНОС, ШКАФЫ
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ, ОСТЕКЛЕНИЕ
РЕМОНТ ОКОН, ЖАЛЮЗИ
(495) 150-04-01
www.int-okna.ru

ЗАМКИ
ВСКРЫТИЕ
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
8(495)297-10-10
круглосуточно

- Бригада строителей выполняет все виды работ с своим материалом. Ремонт квартир под ключ и частичный. Возможен ремонт в частных домах. Для пенсионеров скидка. Бригадир Роман. Т. 8 925 967-35-35
- Ремонт квартир. Т. 8 (926) 339-60-75

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ
от эконом до VIP
КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ!
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА
РЕШЕТКИ-КОЗЫРЬКИ
ЗАМЕР, ДОСТАВКА, УСТАНОВКА-БЕСПЛАТНО
8-495-792-29-89
8-495-960-52-72

ЗАВОД
ОКНА
ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ЖАЛЮЗИ
ОСТЕКЛЕНИЕ
Ремонт окон, ПВХ, AL, дерево-балконов
• ОТДЕЛКА
• УТЕПЛЕНИЕ
• КРЫШИ
• ШКАФЫ
8 (495) 740-76-09
8 (495) 941-96-29

ВСЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ. БРИГАДА
Дома, дачи, коттеджи, бани, беседки
из нашего или вашего материала.
Фундаменты, отмостки, сайдинг, кровля, внутренняя отделка, печи, дорожки из плитки, Реставрация старых домов.
8 (977) 999-87-35 Валерий

Транспортные услуги

- Авто и грузчики. Т. 8 (903) 000-75-92
- Грузоперевозки. Т. 8 (926) 203-98-39
- Авто + грузчики. Т. 8 (495) 589-00-78
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52

Юридические услуги

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ
✓ помощь обманутым вкладчикам
✓ расторжение договора с юристами
✓ жилищные и наследственные споры
• улучшение жилищных условий
• расторжение договоров аренды
• помощь по списанию долгов
8 (499) 938-96-26

- **Московская социальная юридическая служба.** Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. поможем вернуть или расслужебить квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-91-42

- **Вернем деньги** с юристов-аферистов. Помощь вкладчикам, по кредитам и жилью. Оплата по результату. Пенсионерам скидка. Т. 8 (495) 220-56-66
- Юристы и адвокаты. Консультация бесплатная! Т. 8 (495) 201-25-12
- Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-25-63

Работа и образование

- **Работа и подработка** в магазинах и на складах. Ежедневные выплаты. До 3000 руб./смена. Телефон/ВА. Т. 8 (905) 700-33-66
- Охранник на вахту в универсам. 3/п 45 000 р. Т. 8 (925) 147-10-51
- Курьер ЗП 60 т. р. Т. 8 (968) 442-99-41

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 604-54-71

Товары и услуги

«Рем.быт.техника»
РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ПЛИТ
Гарантия. Скидки
Без выходов
8(499) 146-21-19

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
ХОЛОДИЛЬНИКОВ,
ЭЛЕКТРОПЛИТ
Пенсионерам **50%** Бесплатный **ВЫЕЗД**
8-495-032-94-20

РЕМОНТ НА ДОМУ
• Стиральных машин
• Холодильников
от 400 р.
Гарантия
Скидки до 50%
Выезд бесплатно
8(495)109-18-54
8-977-000-93-81

- **Срочный ремонт** стиральных машин любой сложности. Любая работа 500 р.! Выезд, диагностика — бесплатно. Гарантия до трех лет. Скидки пенсионерам! Без выходов. Т. 8 (495) 545-15-79
- Ремонт стиральных машин, холодильников. Т. 8 (995) 222-13-93

Ключ-Сервис
ЗАМКИ
замена, ремонт
8-926-157-44-19
пенсионерам скидка

Магия, гадания

Анна Фёдоровна
Уникальный дар и доброе сердце!
ВЫРАЖАЮ БЛАГОДАРНОСТЬ ПРОВИДИЦЕ АННЕ ФЕДОРОВНЕ! Она помогла мне вернуть мужа в семью и навсегда избавиться от пагубных привычек. Теперь с любой проблемой обращаюсь только к ней: может помочь отвести беду от человека, снять порчу, сглаз и мн. др. У неё точные прогнозы, правдивые гадания. Может поставить защиту на всю семью! Консультирует бесплатно!
8-968-946-78-64

Ясновидящая **Светлана Алексеевна**
Продолжательница старинного рода. Взором и прикосновением рук распознает многое в человеке.
МОЖЕТ ПОМОЧЬ:
Сделать приворот по фото. Снять порчу и проклятия. Привлечь любовь и защитить от одиночества. Избавиться от пагубных привычек. Наладить отношения между родителями и детьми. Привлечь удачу на долгие годы. Уникальные гадания по Книге Судеб. Полная любовная магия.
8-906-300-47-77
Благодарность — продуктами питания

- Экстрасенс! Таролог! Астролог! Вспрос бесплатно. Т. 8 (925) 676-21-20

Коллекционирование

КУПЛЮ ДОРОГО
ПЛАВСКУПКА
ВЫЕЗД 24 Ч
МЕДАЛИ, значки, часы, **МОНЕТЫ**, **ЗОЛОТО**, **КОРОНКИ**, **СЕРЕБРО**, статуэтки СССР, вазы, сервизы, бронзу, картины, шкатулки, книги, фото, открытки, **АВТОГРАФЫ**, янтарь, мебель, дом. архив и т.д.
8-903-666-33-55

Светлана ДОРОГО КУПИТ АНТИКВАРИАТ
КНИГИ до 1940 г. за 250 т.р.
Награды ст. • монеты • значки
Иконы • картины • коллекции
Автографы • архивы • банкноты
Фото, письма, открытки известных людей
Серебро • золото • статуэтки
Часы • портсигары • самовары
Трофеи ВОВ • модели машин
8-925-835-80-33
Честная оценка. Выезд. Оплата сразу
• Покупаем все. Т. 8 (495) 641-67-21

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИТ!
• Иконы. Статуэтки Будды.
• Янтарь, янтарные бусы.
• Статуэтки, фарфор.
• Серебро, бронзу, часы.
• Монеты, значки, автографы.
• Картины, соцреализм.
• Старинную мебель.
• Любой антиквариат и мн. др.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8-925-403-68-83

Сервисы, статуэтки, фарфор, иконы, награды, значки, значки, янтарь, серебро, портсигары, подстаканники, изделия из кости куплю дорого! Выезд и оценка бесплатно. Москва, МО. Оплата сразу. Т. 8 (999) 333-33-72

Купим военную форму и форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, награды, знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР. Самовар, иконы, картины, портсигары, бюсты, старинные награды, антиквариат. Т. 8 (916) 809-01-04

Книги куплю, значки, статуэтки, подстаканники, самовары угольные, портсигары, иконы, будды, янтарь, шкатулки, монеты, елочные и детские игрушки СССР, открытки до 1940 г., фарфор, столовое серебро. Выезд бесплатно. Т. 8 (495) 643-72-12

- **Куплю модельки авто**, железную дорогу, солдатиков, игрушки, духи, патефон, фотоаппараты, военную атрибутику, значки, часы, монеты, книги, марки, открытки, фарфор, янтарь, самовар, радиоаппаратуру, радиодетали, игровые приставки, генерал. форму, нукол. Т. 8 (495) 508-53-59
- **Библиотеку домашнюю**: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре и искусству, географии, а также книги до 1917 г. и мн. др. Куплю. Выезд. Т. 8 (495) 721-41-46
- Книги до 1945 г. От 1000 р. до 500 000 р. Полки. Т. 8 (925) 585-40-56
- Иконы, фарфор, награды, грампластинки серебро. Т. 8 (925) 626-97-59
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 128-50-09
- Алкоголь, духи, сигареты. Т. 8 (916) 993-36-64
- Книги покупаем, домашние библиотеки. Выезд. Т. 8 (495) 961-36-02
- Купим книги. Т. 8 (499) 136-27-60

Знакомства

- **Невинную девушку** от 20 до 30 лет ищет житель Подмосковья 68 лет для брака. Т. 8 (496) 273-28-17

- Сваха svaha.ru. Т. 8 (916) 362-67-13
- Лида. Знакомства. Т. (915) 376-42-10

Животные и растения

Самая большая коллекция РОЗ, РОДОДЕНДРОНОВ, Гортензий, Сиреней в России
от **337** руб.
+7-495-260-05-37

ВЕТКЛИНИКА
ВЫЕЗД НА ДОМ 24 ЧАСА
ЛЕЧЕНИЕ ЖИВОТНЫХ НА ДОМУ
• СТРИЖКА
• БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ ЖИВОТНЫХ*
• КРЕМАЦИЯ • ВЕТРИТУАЛ
8 (495) 142-40-67
8 (495) 728-45-03
*НЕИЗЛЕЧИМО БОЛЬНЫХ, ПО ПОКАЗАНИЯМ ВРАЧА

В дар

В приюте очень ждет свою семью добряк Юджин. Возраст 1,5 года, рост 50 см, кастрирован. Юджин добрый, трогательный мальчик. Социализирован. Юджину нужна любящая семья. Татьяна.
8 (926) 629-96-61

Разное

Уничтожим тараканов, клопов, грызунов и плесень. Обработка садовых участков. С гарантией и навсегда! Сертифицированные дезинфекторы, эффективные и безопасные средства без запаха. Цена от 800 руб. Конфиденциально. Бесплатный выезд. Городская санэпидемстанция.
8 (909) 777-84-04

ФЕСТИВАЛЬ | Ловись, ловись, рыбка, большая и маленькая, свежая и жареная!

С 26 мая по 4 июня в столице проходит традиционный гастрономический фестиваль «Рыбная неделя».

Форель и щука, лосось, кефаль, ставрида и еще десятки видов рыбы привезут в столицу из российских регионов, чтобы порадовать жителей города, — фестиваль «Рыбная неделя» щедр на угощение! Горожане могут попробо-

вать оригинальные блюда — от жареной корюшки до шашлыка из трески и купить свежую, охлажденную, копченую, соленую и вяленую рыбу. 23 площадки по всему городу удивят гостей не только оформлением и ассортиментом, но и развлекательной программой. Здесь пройдут лекции и мастер-классы, выступают музыкальные коллективы, а в акваториях состоятся спортивные со-



Продавец Дмитрий Ширинский предлагает покупателям Даниловского рынка отличную форель

ревнования. Уже 27 и 28 мая все желающие смогут попасть в качестве как зрителей, так и участников, на два турнира. В субботу любителей рыбалки приглашают на Крымскую набережную в Парке Горького. Удобные места гарантированы всем зарегистрированным в вашем регионе на сайте www.sowseasons.com. В воскресенье свои умения смогут продемонстрировать профессиональные спор-

тсмены и все, кто просто любит поплавать на SUP-бордах. А в первые выходные лета на двух площадках: Гольяновском пруду и Коломенской набережной — пройдет «Чемпионат по рыбалке». Фестивальные площадки ждут гостей ежедневно с 11:00 до 19:00. Вход и участие в мероприятиях бесплатные.
Ольга Маркова
nedelya@vm.ru



ОБЛОЖКА

Когда-то писатель Фазиль Искандер подметил милую особенность москвичей, описав с мягким юмором, как жители столицы забрасывают все дела и устремляются к радиоприемникам, лишь только начинается прогноз погоды. Что там? Как там? Будут ли тучи? Греть ли гром? А может, град выпадет?

Времена изменились, и радиоточек в столичных квартирах уже нет, а вот этот неизбывный интерес к метеосводкам остался. Он просто в крови! Каждое утро, а то и несколько раз на дню мы ищем на разных ресурсах в интернете данные о том, повысится ли температура воздуха на градус-два или, не дай бог, она понизится на примерно такое же количество делений термометра. Специалистов-метеорологов мы знаем в лицо не хуже актеров телесериалов или попсовых звезд, синоптики для нас почти боги — распорядители солнца, ветра и туманов. А если вдруг эти боги начинают друг с другом спорить, то в душе появляется тревога. Хотя, казалось бы, какая жителю современного города разница, будет в июле +27 или +31 — все равно основное время мы проводим в кондиционированных помещениях со стабильной температурой. Опасаемся, что выгорят на садовых участках посадки и не будет ожидаемого урожая репы и хрена?

Обидно, конечно, но тоже не смертельно: чай, не натуральным хозяйством живем и то, что не вырастили сами, в огромном количестве и разнообразии представлено в магазинах и на рынке.

Мне вот лично жаркое лето очень нравится — намерзая в юности в холодных краях, где зелень на деревьях появляется в лучшем случае в конце июня, а море редко когда прогревается до +14. Так что трагический интерес в метеопрогнозах меня даже забавляет.

Сергей Пономарев
шеф-редактор
еженедельника
«Вечерки»

**У ВАС ТОЧНО
НАЙДЕТСЯ
СНИМОК, С КОТОРЫМ
СВЯЗАНА КАКАЯ-ТО
ПАМЯТНАЯ
И ТРОГАТЕЛЬНАЯ
ИСТОРИЯ.
ПРИСЫЛАЙТЕ ИХ НАМ
С НЕБОЛЬШИМ
РАССКАЗОМ
О ФОТОГРАФИИ,
ЛУЧШИЕ ИЗ НИХ
МЫ ОПУБЛИКУЕМ
НА СТРАНИЦАХ
«ВЕЧЕРКИ»**



ОТКЛИКНИТЕСЬ, ДРУЗЬЯ!

Этому снимку уже 65 лет, сделан он в марте 1958 года, в период холодной войны, которую объявили СССР бывшие союзники по антигитлеровской коалиции. Так что приходи-

городом Кинель, где проходила учения войск Приволжского округа. Мы выполняем функции врача медпункта артиллерийского полка танковой дивизии, прорвавшей оборону вероятного противника. Наша задача — оценить состояние раненых и оказать каждому первую помощь, а нуждающихся в дальнейшем лечении — эвакуировать в медсанбат дивизии.

Через три месяца мы сдадим выпускные и разведемся по распределению по военным гарнизонам. Я за 30 лет военной службы (на фото я второй слева в первом ряду) прошел путь от полкового врача до начальника медслужбы Командно-измерительного комплекса

СССР. К сожалению, мне неизвестна судьба моих однокурсников. Может, кто-то из них узнает себя на фото и откликнется через газету?

Ю. Л. Рызванович
подполковник медслужбы в отставке

ФОТО ИЗ АЛЬБОМА

лось «думать о мире, но готовиться к войне». На фото — слушатели 6-го курса Куйбышевского военно-медицинского факультета под

городе Кинель, где проходила учения войск Приволжского округа. Мы выполняем функции врача медпункта артиллерийского полка танковой дивизии, прорвавшей оборону вероятного противника. Наша задача — оценить состояние раненых и оказать каждому первую помощь, а нуждающихся в дальнейшем лечении — эвакуировать в медсанбат дивизии.

Свои фото с историями присылайте на nedelya@vm.ru или на почтовый адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2, «Вечерняя Москва».

Не забудьте сделать на конверте пометку «Еженедельник «Вечерки», фото из альбома!»

ЧИТАЙТЕ
В СЛЕДУЮЩЕМ
НОМЕРЕ

Ах, эта свадьба не пела и не плясала... Как изменились традиции бракосочетания в последние годы

Фальшивые QR-коды, фейковые страницы банков и другие методы мошенников для обмана в сети

Куда исчезают победители телевизионного музыкального шоу «Голос», ставшие любимцами зрителей?

Пляжные зоны отдыха: где в Москве безопасно искупаться в жаркую погоду, которую нам обещают летом

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

**13 ФИЛИАЛОВ В МОСКВЕ.
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ.**

583-я проба — 4500 р. за 1 г. 750-я проба — 6500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки — дорого.

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» — одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственному образцу. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный процесс оценки.

1. Разбираем, чем это лучше ломбарда. Насколько удобнее и выгоднее?
В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по госу-

дарственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Также ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту мгновенно.

2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?
13 филиалов по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована

в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

3. Выездная скупка от компании «Аурум».
Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



Выездная скупка, насколько это удобно? Спросим у читателя, Расторгуевой Валентины Ивановны.
Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Уго- стила чаем, Артем (на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



**ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!
8 (800) 511-05-21**

Реклама: ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2

**ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ
И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО
500 РУБ. К ОЦЕНКЕ!**

● м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2, магазин «Кристалл мечты» ● м. «Арбатская», Старый Арбат, 20, вход в тату-салон «Дракон» ● м. «Китай-город», Б. Спасоглинищевский пер., 4, вход в арку ● м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62, стр. 1 ● м. «ВДНХ», проспект Мира, 146 ● м. «Проспект Мира», проспект Мира, 38 ● м. «Охотный Ряд», ул. Тверская, 4, стр. 1, магазин «Кристалл мечты» ● м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, 1/2 ● м. «Беляево», ул. Профсоюзная, 104, лит. 1 ● м. «1905 года», магазин «М.Видео», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 ● м. «Павелецкая», Валовая улица, 2-4/44, с. 1 ● м. «Славянский бульвар», Славянский бульвар, 5, корп. 1 ● м. «Красносельская», Ул. Краснопрудная, 22-24

СКАНВОРД

Задания подготовил **Олег Васильев**

КУ-ШАНЬЕ С ШИКОМ	ВЫХЛОП СЕЛЕКЦИИ	СЛУШАТЕЛИ УЧИТЕЛЯ								ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ ЛЕНИНСКИХ ВРЕМЕН	ВЕРЕВКА, ЧТОБЫ УПАКОВЫВАТЬ	ДОЧЬ ЗЯТЯ ДЛЯ ТЕЩИ	СВЯТОЙ ОБРАЗ	
				ВОЛОКНО НА ПАКЛЮ	ЧТО ИЗ КОЛЧАНА ВЫНИМАЮТ?							МУЛЬТЯШНЫЙ КОТЕНОК	ДРЕМУЩИЙ ...	
... НА ТРУД		КОМФОРТАБЕЛЬНЫЙ ... В ОТЕЛЕ							ПРОТИВНИКИ ФРАНЦУЗОВ В СТОЛЕТНЕЙ ВОЙНЕ	ПРОТИВОПОЛОЖНЫЙ ... КОМНАТЫ				
				КУПАЛЬЩИК В ПРОРУБИ	ЧЕМ ЩЕТИНУ СРЕЗАЮТ?									
ПОСТУПОК ГЕРОЯ		«ВЕРЕЩАЛКА ПРИ МИГАЛКЕ»							ТОВАРИЩ ПО ПРОФЕССИИ	ГАЗИРОВКА РУССКОГО ЗАСТОЛЯ				
	ВОЗМОЖНОСТЬ ПРОГРАММЫ	... ДОСТАВКИ										ГДЕ ОТСЫЛАЕТСЯ БАРСУК?	ТАМ, ГДЕ ВХОД	ХЛОПОК В ПЛАЧКАХ
				СТОЛИЦА С МУЗЕЕМ АЛЬП	ЛЕЙТМОТИВ СОЧИНЕНИЯ			БУЛЬВАР ИЗ ЗАГРАНИЧНОЙ ЖИЗНИ	«ПРОПИСНАЯ ...»	КТО У АРГОНАВТОВ БЫЛ ЗА ГЛАВНОГО?	Вывод из ВЫЧИСЛЕНИЙ			
	«ПОРУБИТЬ В МЕЛКИЙ ...»		КРУПНОКАЛИБРНОЕ СРАЖЕНИЕ			ПРИСЫПКА ДЛЯ ОБУВИ	КИСА ПРИ БЕНДЕРЕ							
					«ЛОКОМОТИВ КОЛЛЕКТИВА»			ЧТО ИЗ СКОРЛУПЫ ВЫЛУПЛЯЕТСЯ?	НЕЗАКОННЫЙ ... КАПИТАЛА	КНИГА ИЗ СИНАГОГИ				
	СМОТРИТЕ ФОТО		ДЫРЯВЫЙ ПРИКИД ГОЛОДРАНЦА			«ЗАКРОМА» С ПОЛЕЗНЫМИ ИСКОПАЕМЫМИ								
					РАБОТНИК ПРИ ИППОДРОМЕ			«КТО ПЛАТИТ — ТОТ ВЫБИРАЕТ ...»			МОРСКАЯ УТКА			



АНЕКДОТЫ

Байден заявил, что вновь будет баллотироваться на пост президента, если вспомнит, какой страны.

Кошечей Бессмертный решил прогуляться по лесу. Охрипли три кукушки.

— От чего умерла ваша теща?
— Она слишком быстро щелкала семечки.
— И что, подавилась?
— Нет, захлебнулась подсолнечным маслом!

Почитав переписку мужа в соцсети, жена лайкнула его сковородной аж три раза.

Одним Бог дал крылья, а другим — пенделя. И вроде бы все летят... А какие разные ощущения и перспективы!

Есть только миг между бывшей и будущей, именно он называется жизнью!

Из женского чата:
— Кто делал увеличение ягодич гиалуронкой? Поделитесь опытом.
— Я делала эклерами с заварным кремом...

Орнитолог пошел, когда, окопыцевав ворону, услышал: «Я согласна!»

КРОССВОРД

по ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Караульный при складе. 8. Ледниковое озеро с именной станцией московского метро. 9. Маневр футболиста. 10. Прозвище героя фильма «Живет такой парень». 15. «Божественная химичка». 16. «Ветер перемен» для пейзажа. 17. Кто не может зарыть свой талант в землю? 18. Во что духи «одеты»? 20. Чем ботинки чернят? 23. Сдоба с изюминкой. 24. Великий импрессионист среди друзей Шарля Бодлера. 25. Кто из датских астрономов первым измерил скорость света? 29. Это не более чем шанс еще раз удачно выйти замуж. 30. Первая роль. 32. «Действующее лицо» соревнования. 33. В каком из своих произведений Вольтер утверждает, что вслед за «медовым месяцем» наступает «попынный»? 35. Что лиса перебила Серой Шейке в рассказе Дмитрия Мамина-Сибиряка? 40. Из-за чего забнут? 41. Овощ, чей урожай можно собирать через двадцать дней после таяния снега. 43. «Дрожжи для бюста». 44. «Деловая ...» у бизнесмена. 46. «Цветник под крышей». 47. Стронник гедонизма. 48. Дешевый заменитель натуральных тканей. 49. Снежный человек собственной персоной.

по ВЕРТИКАЛИ: 1. Кто написал последний портрет композитора Модеста Мусоргского за десять дней до его смерти? 2. «Цепи рвет движением плеча». 3. Какого героического генерала Федор Бондарчук сыграл в историческом сериале «Гибель империи»? 5. Что принцу светит? 6. Какая Лена стремится к морю Лаптевых? 7. Океан мрака. 9. Должность Ивана Шпекина из голголевского «Ревизора». 11. Какой скульптор загнал своих жеребцов на Анчиков мост в Санкт-Петербурге? 12. Что возмещает страховая компания? 13. «Соединитель» корня с окончанием. 14. Жесткий инструктаж. 15. Какого медицинского светилу сыграл Лев Прыгунов в сериале «Брежнев»? 19. Повод для «воздушной тревоги». 21. После какого спортивного увлечения уши туристов может закладывать еще несколько недель? 22. Что выносит жюри присяжных? 26. Кто сыграл русскую девушку в сериале «Четыре танкиста и собака»? 27. Босс факультета. 28. Какой цветок получил от итальянцев ласковое прозвище «золотая пуговица»? 31. Какое насекомое Наполеон Бонапарт сделал эмблемой Франции? 34. Патриарх нашего кино, подаривший лицо сказочному папе Карло. 36. У кого из музыкальных классиков позаимствовали арию для Дивы Плавалатуны из фантастического боевика «Пятый элемент»? 37. «А кто знает, не стоит ли один миг настоящей жизни целых годов прозябанья!» (русский классик). 38. «Оглянись, незнакомый ..., мне твой взгляд неподкупный знаком». 39. «Хлеб насыщенный» для коалы. 42. Сын Инчу-Чуна, ставший вождем апачей. 45. Где «делают из юноши мужчину»?

Ответы и решения смотрите в ТВ-программе (суббота)

	1	2	3	4	5	6	7
8							
				9			
10						11	12
13		14		15			
16							
				17			
18				19			
			20			21	22
23						24	
			25		26		
	27	28		29			
30				31			
				32			
33			34				
			35			36	37
38		39			40		
41					42		
					43		
44			45				
			46				
47							
			48				
49							

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА
ГАЗЕТА ДЛЯ СЕМЕЙНОГО ЧТЕНИЯ

Издается с 6 декабря 1923 года
В 1973 году награждена орденом
Трудового Красного Знамени
Выходит пять раз в неделю утром
Еженедельник — по четвергам

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР А. И. Куприянов
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР Георгий Рудницкий
ШЕФ-РЕДАКТОР Сергей Пономарев
ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ Галина Нерובה
ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР Ксения Муравьева

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ
Александр Шаряев (1-й заместитель главного редактора), Сергей Сернов (заместитель главного редактора), Алексей Зернов (заместитель главного редактора), шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Таралата (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Алена Прокина (шеф-редактор газеты «Москва Вечерняя»), Александр Костриков (арт-директор), Ольга Кузьмина (обозреватель)

ДИЗАЙН-МАКЕТ Александр Костриков при участии Cases/Associats (Барселона, Испания)

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2023.
Любая переписка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя.
Приобретение авторских прав:
тел. (499) 557-04-24

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08
E-mail: nedelya@vm.ru

VM.RU

РЕКЛАМНАЯ СЛУЖБА Тел. (499) 557-04-01
E-mail: reklama@vm.ru

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе

КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ДОСТАВКИ
Тел. (499) 557-04-00

ОТДЕЛ ПОДПИСКИ
E-mail: podpis@vm.ru

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П 7380

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы. Цена свободная.
Газета распространяется в Москве и Московской области

ОТПЕЧАТАНО АО «Прайм Принт Москва»
141700, Московская обл., г. Долгопрудный,
Лихачевский пр-д, 58.

ТИРАЖ 750 000 экз.

Средняя аудитория одного номера еженедельника — 1 048 400 читателей (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+ сентябрь 2022 — февраль 2023)

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.
Свидетельство ПИ №ФС77-55713 от 21 октября 2013 года

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см,
80x200 см,
90x200 см,
120x200 см,
140x200 см,
160x200 см

Матрас-топпер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и переломы.

от 1690 рублей
СУПЕРЦЕНА



Солнцезащитная пленка на окна

2 по цене 1
990 руб.

Если в полдень в ваше окно светит солнце, а вечером вы не защищены от посторонних взглядов – эта пленка для вас! Создает эффект зеркала снаружи и абсолютно прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла.



«Ажур Бра» набор кружевных бюстгалтеров

В комплекте:
3 шт. – белый,
черный, бордовый

S-M (42-46), L-XL (48-50),
2XL-3XL (52-56),
4XL (58-60).

2300 руб. 1690 руб.



Усилитель звука

990 руб. **НОВИНКА**

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Усилитель звука подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома.



Термокерамический обогреватель

1990 руб.
1490 руб.

Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!



Швейная мини-машина

1990 руб.
1490 руб.

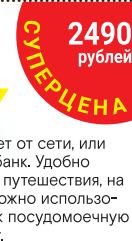
С этой мини-машиной вы подшьете брюки или юбку, любите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.



Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 рублей
СУПЕРЦЕНА

Работает от сети, или Пауэр банк. Удобно брать в путешествия, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину.



Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

С дисплеем + ДУШ

2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.



«Чудо-шланг» + подарок!

30 м 1390 руб.
45 м 1690 руб.
60 м 1990 руб.



Шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего износостойкого нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу под напором воды увеличиваться в размерах до трех раз от изначального размера. Благодаря этой конструкции вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактный, занимает мало места при хранении и перевозке. При покупке «Чудо-шланга» – садовый разнорезимный пистолет в подарок!

Лента «Супер Фикс»

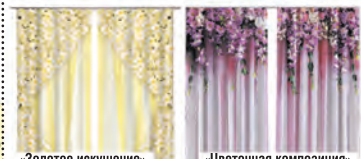
2 по цене 1
990 руб.

«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая трещины, порезы, разрывы и т.д. Легко фиксируется на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!



Фотошторы + Тюль в подарок!

Габардин (150x270 см) 3990 руб.
2 шт. 3D-печать.
Цветы как живые. 2490 руб.



Плита индукционная (настольная)

3800 руб. 1990 руб.

Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется экономней!



Говорящий Кукла-повторяша

хомяк Woody O'time Original

1700 руб. 990 руб. 1790 руб. 1190 руб.

Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира: очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохо!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.



Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб. 1490 руб.

«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов: (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для порирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей; «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи; фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).



Вертикальная суперсушилка для белья

2600 руб. 1990 руб.

Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить. Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушите любые вещи: от носовых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!



Набор кастрюль

1800 руб. 1290 руб.

Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.



Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб. 990 руб.

Щетка не представляет собой сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное просто! Ее конструкция – это просто 2 щетки с магнитами. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна на любом этаже, поскользнувшись, производящий уборку, находится внутри помещения. Вы легко помоеете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Она одновременно моет водой и сразу вытирает насухо. Чистые окна, без развордов вам гарантированы!



Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

990 руб.

Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство: power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимость даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в ответственный момент вы останетесь без источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор; большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете подзарядить свой телефон от разряда; USB, который встроен в фонарь.



Отпугиватель-фонарь

1690 руб. 1290 руб.

Фонарь защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера. Он имеет мощный встроенный фонарик.



Отпугиватель грызунов и насекомых

2 по цене 1
990 руб.

Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домашних. И в него встроен уютный ночник.



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по телефону 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 25.05.2023 г. по 15.06.2023 г. *По итогам продаж 2022 г. На правах рекламы.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.