

МАЗУТ ПРОСТО ЗАКАПЫВАЮТ НА ПЛЯЖАХ КУБАНИ И КРЫМА

стр. 8

TV
программа
1 - 7 июня

Мир
www.mirnov.ru

НОВОСТЕЙ

27 мая 2026 г. №22(1692)



стр. 19

ДРОНЫ

Одни воюют, другие наживаются

стр. 2, 5

**Фермерская
картошка**
не нужна
супермаркетам

стр. 3

**Убийственный
фармкоктейль
для пожилых
россиян**

стр. 21

**Восстановите
суставы - верните
радость
движения!**

стр. 9



2 60 22

«Подняли» 4,5 миллиарда на дронах

В такой чувствительной области промышленности, как производство дронов, разразился громкий коррупционный скандал. Бывший генеральный директор компании «Транспорт будущего» Юрий Козаренко, который в январе 2025 года докладывал Владимиру Путину об успехах и планах компании - выпуске до 300 тысяч коптеров в год, арестован по обвинению в мошенничестве в особо крупном размере.

По данным следствия, Козаренко причастен к нецелевому расходованию средств. Деньги уходили на оплату услуг дружественных организаций, которые фактически не выполняли работы. «Транспорт будущего» получил государственную субсидию в размере 4,5 млрд рублей на серийный выпуск 750 беспилотников вертикального взлета. Однако 80% работ субподрядчик выполнил лишь спустя год после окончания срока контракта. Речь идет о срыве массового производства дронов S-80 весом 45 кг каждый и полезной нагрузкой до 90 кг.

Почему в рамках закрытых госзаказов, контроль за которыми должен быть максимально строгим, вообще возможны такие хищения и что сделать, чтобы они выявлялись немедленно?

«Налицо нецелевое расходование средств. Такие хищения не только наша национальная черта, они встречаются и в мировой практике, - комментирует адвокат Владимир Аграновский. - У нас масштабные и высокооплачиваемые гособоронзаказы нередко крышуют либо местные органы власти, либо федеральные. Мы наблюдали это на примере громкого уголовного дела с хищением на оборонительных сооружениях в Курской области».

Система гособоронзаказа не вчера придумана. Она существовала и в Советском Союзе. Работала вполне успешно, и ни о каких хищениях тогда не было слышно.

«И система, и люди были другими, - утверждает Аграновский. - При Сталине укради хоть на рубль - уголовное дело обеспечено. А за воровство в оборонной промышленности грозило самое суровое наказание. Да и при Брежнев в позднем СССР воровство на гособоронзаказах было невозможно. Дело в системе».

«К оперативности правоохранительных органов и спецслужб сегодня вообще много вопросов, - говорит генерал-майор спецслужб Александр Михайлов. - Пример: с апреля 2025 года относительно «Роснано» идут расследования в рамках нескольких уголовных дел, включая обвинения в злоупотреблении полномочиями и хищении бюджетных средств. Хищений там на миллиарды. Но глава этой корпорации Анатолий Чубайс прекрасно чувствует себя за границей, и запросов на его выдачу как не было, так и нет».

Лаврентий Павлов

Продолжение темы на стр. 5.

83%

ЦИФРА НОМЕРА

зумеров мечтают о загородной недвижимости. Это, по данным ВЦИОМа, рекордное количество потенциальных дачников среди россиян 14-29 лет за последние пять лет. Загородный участок и дом нужны им не столько для сохранения актива, сколько по причинам социокультурным. У них сейчас в моде эстетика сельского быта: гармония с природой, уют, личное «место силы». Главное - в заботах о ментальном здоровье не потерять здоровье физическое...

Потемкинская диспансеризация

По итогам прошлого года диспансеризацией были охвачены примерно 100 млн россиян. Судя же по соцопросам, почти половина взрослого населения страны никакой диспансеризации в глаза не видела и никогда ее не проходила. Неувязочка получается.

Еще 10 лет назад в Минздраве главной задачей диспансеризации ставили снижение смертности. При этом эксперты отмечают, что профилактические медосмотры и диагностика никак не влияют на показатели общей смертности. Выявление заболеваний превратилось в самоцель, а не в инструмент для последующего лечения. Не секрет, что учреждения здравоохранения за диспансерный прием получают повышенные выплаты от страховых компаний. Отсюда массовые приписки в электронных медкартах, о которых пациенты узнают случайно и в массе своей смирились.

По данным Счетной палаты, профилактическими мероприятиями в 2025 году были охвачены около 88 млн человек, что на 10% меньше прежнего. Тем временем опрос ВЦИОМа показал, что 43% работающих россиян не проходили диспансеризацию ни разу. А что так-то? Некогда, нет возможности или люди не верят в волшебную силу профилактики? Главный аргумент противников массовой диспансеризации - программа осмотров представляет собой хаотичный набор анализов и инструментальных исследований, которые зачастую не ведут к выработке четкой тактики лечения выявленных заболеваний, тем более в рамках ОМС.



«Качественные научные исследования отечественной программой диспансеризации никогда не проводились. Но по косвенным признакам можно предположить, что пользы от них было еще меньше, чем от аналогичных программ в других странах», - подчеркивает профессор НИУ ВШЭ Василий Власов. На низкую эффективность, по его мнению, указывает тот факт, что даже при обследовании 3,6 млн работающих на вредных производствах не было вы-

явлено ни одного случая профессионального заболевания.

Эксперты ВШЭ полагают, что нет никакого смысла проводить программу скрининга (медобследования тех, кто не жалуется на здоровье) для выявления серьезных заболеваний на ранних стадиях, если возможностей в рамках ОМС и квалифицированного медицинского персонала для лечения все равно не хватает. Разумней было бы перенаправить средства, потраченные на массовую диспансеризацию, на компенсацию платных медицинских услуг конкретным пациентам.

Павел Максимов

С 1 сентября в российских школах начнется изучение профиля «Искусственный интеллект». Об этом сообщил министр просвещения РФ Сергей Кравцов. По его словам, на Всероссийской олимпиаде школьников по информатике он оказался настолько востребованным, что решено внедрять его в школьную программу.

Профессор математики Александр Иванов считает, что внедрение элементов ИИ в образовательный процесс сейчас скорее служит умалению учительской профессии, чем повышению качества обучения. И в этом мнении он не одинок.

Кстати, Минпросвещения поздно спохватилось: искусственный интеллект давно востребован нашими школярами для выполнения

ИИ пропихнули в школьную программу

домашних заданий. Больше половины опрошенных юных россиян признались, что полностью доверяют нейросетям решение задач, просто списывая готовый ответ.

Минусов ИИ в образовательном процессе, по мнению специалистов, пока больше, чем выгод. Во-первых, риск потери человеческого фактора. Нейросети не способны заменить такие важные качества учителя, как внимание и поддержка.

Во-вторых, падает степень социализации подростков. Использование нейросетей в школьном обучении может привести к уменьше-

нию контакта между учениками и учителями.

В-третьих, интернет не блещет надежностью и безопасностью. Программы на основе нейросетей могут быть подвержены взлому или ошибкам, что приведет к серьезным дефектам в обучении.

В-четвертых, внедрение ИИ в образование требует значительных инвестиций и дополнительного обучения учителей, когда эффект от вложений не гарантирован.

То, что нейросети мешают детям развивать собственное мышление, не скрывают даже признанные авторитеты IT-сферы. Так,

Наталья Касперская прямо заявляет, что у нас есть все шансы вырастить «поколение абсолютных идиотов». Если уже сегодня ребенок не всегда способен вдумчиво переписать подготовленный ИИ ответ, то через пару лет наши дети перестанут читать, писать и формулировать собственные мысли, полностью передоверив это машине...

Опыт имеется. В начале этого века штат Мэн первым в США внедрил программу обеспечения старшеклассников персональными ноутбуками с подключением к интернету. При этом за 15 последних лет результаты тестов в государственных школах штата не улучшились. Губернатор назвал программу полным провалом. К тому моменту среднее образование оцифровали во всех США.

Григорий Алексеев

**Бывший замминистра
улизнул в США из-под
носа следователей.**

МВД России объявило в международный розыск Дениса Буцаева, недавнего замглавы Минприроды. В конце апреля он спешным порядком вылетел в США через Минск и Тбилиси сразу после подписания распоряжения о своей отставке. Кто помогал бывшему высокопоставленному чиновнику, который числился фигурантом уголовного дела о хищении бюджетных средств, выделенных на мусорную реформу, разбирался «МН».

Распоряжение об освобождении чиновника от должности «по собственному желанию» подписал премьер-министр Михаил Мишустин. До мая прошлого года Буцаев на протяжении почти пяти лет возглавлял публично-правовую компанию «Российский экологический оператор» (РЭО). Затем получил повышение до должности заместителя министра природных ресурсов.

В деле о мошенничестве, где, помимо бывшего главы РЭО, фигурируют трое его ближайших подчиненных, речь идет о закупках услуг по завышенным ценам, необоснованном премировании и фиктивном трудоустройстве сотрудников.

Интересно, что до побега - будем говорить прямо

«НАМУСОРИЛ» И СБЕЖАЛ

- Буцаева к следственным действиям не привлекали. Хотя проверки в компании «Российский экологический оператор», где тот курировал департамент экологии и управление цифровизации, уже шли вовсю.

В какой-то момент Буцаев написал заявление об уходе «по собственному», сел в свой автомобиль и уехал неизвестно куда. Когда к нему домой нагрянули силовики, он уже был на пути в США.

По некоторым данным, у Буцаева имелся американский паспорт. Он ли либо высокое покровительство здесь, в России, способствовали тому, что при пересечении двух границ - белорусской и грузинской - его не «приняли» следователи.

Оснований для пристального к нему внимания силовиков хватало с избытком. Генеральным директором РЭО Буцаева назначили в феврале 2019 года. До этого чиновник пять лет был зампредом правительства Московской области, курировал промышленность, сельское хозяйство, инновации, потребительский рынок, сферу услуг. Но в ноябре того же года премьер Дмитрий Медведев прекратил полномочия Буцаева, как сообщали

СМИ, из-за неких чувствительных материальных издержек в рамках реализации нацпроекта «Экология».

Около года чиновник был не при делах. Но в сентябре 2020-го выскочил как черт из табакерки в Белгородской области (там он родился и провел детские годы). Вначале был вице-губернатором, а после отставки Евгения Савченко исполнял обязанности главы региона. Через несколько месяцев его снова позвали возглавить РЭО уже при Михаиле Мишустине.

Где же наследил чиновник, взявшийся когда-то за реализацию мусорной реформы? В ходе нее предполагалось построить в каждом регионе предприятие, отвечающее за переработку отходов, новые сортировочные комплексы, новейшие мусоросжигательные заводы. Как рассказывали потом депутаты Госдумы, воровство только на строительстве последних достигало астрономических 500 млрд рублей в год.

По данным следствия, Буцаев проводил госзакупки по завышенным ценам, не брезговал фиктивным трудоустройством сотрудников, за которых сам же и получал зарплаты и премии. А еще были фиктивные выплаты не-

существующим «консультантам» - десятки миллионов рублей.

Проблемы у Дениса Буцаева, говорят, начались после конфликта с вице-премьером Дмитрием Патрушевым.

После прихода в РЭО команды Патрушева был проведен аудит, который и обнаружил хищения.

Кстати, у председателя Совета Федерации Валентины Матвиенко случилась жесткая публичная пикировка с главой правительства Михаилом Мишустиним. Тогда Валентина Ивановна задавала прямые вопросы: «Скажите, сколько средств по итогам прошлого года собрали с населения региональные операторы (РЭО)? Никто этой информацией не владеет! Мы с трудом, и то не уверены до конца, называем сумму 280 миллиардов рублей. Кто-нибудь может ответить, куда пошли эти деньги, как они потрачены, кто это контролирует?»

Закрывать старые полигоны и начать активно перерабатывать мусор планировалось в 2023 году. Затем сроки сдвинули на 2026 год, а потом и вовсе на 2029-й.



ДЕНИС БУЦАЕВ - МОСКВА

Как отмечают некоторые депутаты, «за пять лет работы к руководству РЭО постоянно возникали вопросы из-за срыва экологических проектов по восстановлению лесных угодий, Волги и Байкала и проваленной мусорной реформе». То есть посадить Буцаева можно было и раньше. Но, видать, не только на фронте, но и в правительстве «своих не бросают».

«Возникает масса вопросов, долгие годы остающихся без ответа, - говорит политолог Владимир Лепехин, генеральный директор Института изучения проблем развития ЕАЭС. - Кто в нашей стране и как занимается кадровой политикой? Кто тащит наверх потенциальных воров и предателей? Почему подобное до сих пор допускает Федеральный закон о государственной службе? Куда смотрит Совет безопасности?»

Добавим от себя: каким образом очередной высокопоставленный чиновник в условиях СВО свободно выезжает за рубеж и, видимо, уже делится государственными секретами со спецслужбами США? С кого спросить-то?

**Андрей Князев,
Виталий Игорев**

В России назрел картофельный кризис. Наши фермеры тонут в урожае, тогда как магазинные полки захватывает импорт. Наши сельхозпроизводители грозятся уничтожить весь свой картофель и сократить посевы. Продавать второй хлеб становится невыгодно.

Напомним, что урожай-2025 составил рекордные 19,5 млн тонн картофеля. Это на 9% больше прежнего. Тем временем крупные торговые сети вроде X5 Group («Пятерочка», «Перекресток», «Чижик»), «Магнита» и «Ленты», словно сговорившись, переключаются на поставки из Египта, Азербайджана и Китая.

Фермеры из Новгородской и Владимирской областей доставали до Госдумы и требуют широкой огласки сложившейся ситуации. С марта закупки отечественной продукции резко пошли на убыль: цены рухнули ниже себестоимости на 30-40%. Без срочных мер придется утилизировать тонны картофеля. И это не просто локальный сбой. Это провал импортозамещения в агросекторе, где тонны урожая есть, но нет пути от поля до прилавка.

Итак, российские фермеры вырастили миллионы тонн картофеля. Готовы продавать



его дешевле «забугорного», но торговые сети говорят нет, толкая отечественных аграриев к грани банкротства. Какой-то абсурд!

Ассоциация «Возрождение села» из Владимирской области, мягко говоря, критикует ценовую политику ретейлеров: «Цены упали ниже себестоимости, мы несем убытки, посевные площади в 2026-2027 годах сократятся».

Им вторят новгородские аграрии из объединения «Вече»: нет господдержки, высокая закредитованность, при этом малые производители обеспечивают более 80% картофеля и овощей в России. Даже кооперативы со статусом агрегаторов, то есть те, что имеют право рассчи-

тывать на всякие «плюшки» от государства - от субсидий до страховок, - не могут пробиться в супермаркеты. Сейчас там правит бал импортный молодой картофель. А наш лежит и портится.

Крупные сети тем временем деланно удивляются: да какой импорт? Российская продукция доминирует! До 90% клубней в том же «Магните» - отечественные. Минсельхоз поддакивает: Россия обеспечена своим картофелем на 98%, овощами - на 90%.

Но эксперты объясняют, в чем подвох. По словам исполнительного директора Картофельного союза Алексея Красильникова, в начале года Египет и Китай накачали наш рынок десят-

ками тысяч тонн картофеля. Плюс Азербайджан, плюс Беларусь. И теперь импортный натиск начал выбивать отечественную продукцию.

Ретейлеры оправдываются: да, берем импортный картофель за «ровность, мытую кожуру, калибровку» - словом, за товарный вид. То есть наш фермер проигрывает не из-за высокой цены, а из-за упаковки, сортировки и логистики.

Собирать-то мы картошку собираем, да вот только, как и в советские времена, храним из рук вон плохо. Проблемы со складской инфраструктурой при неподъемных кредитах и слабом государственном участии тянутся годами. У предприятий нет денег, чтобы разви-

ваться, играть в долгую. Отсюда дефицит холодильных мощностей, сортировочных центров, моек, качественной упаковки. Плюс санкции Запада, которые резко ограничили завоз импортного оборудования для хранилищ.

Без калибровки и нормального хранения наша картошечка часто выглядит убого рядом с египетским красавцем. В итоге магазинную полку получает иностранец, несмотря на то, что наш картофель зачастую дешевле и вкуснее. Штрафовать в таких условиях торговцев бессмысленно: супермаркеты все равно выберут то, что проще продать.

Алексей Красильников из Картофельного союза признает: рынок действительно ощущает нехватку качественного столового картофеля, несмотря на все рекордные урожаи. Поэтому импорт заполняет пробелы весной.

Ассоциация крестьянских хозяйств России (АККОР) предупреждает: без вмешательства государства - налоговыми ли послаблениями, льготными ли кредитами - посевы картошки заметно сократятся. И тогда говорить о продовольственной безопасности страны - пустое дело.

Пора действовать, иначе картофельный кризис перекинется и на другие овощи.

Олег Павлов

ЦРУ против Трампа

Оперативники ЦРУ ворвались в офис директора Национальной разведки США Тулси Габбард и забрали коробки с документами, которые та по распоряжению президента США подготовила к публикации после снятия с них грифа секретности.

Среди изъятого были файлы о секретной программе ЦРУ по управлению человеческим сознанием, документы по делу об убийстве президента Кеннеди и по созданию в биологических лабораториях искусственных вирусов наподобие ковида.

Силовое ведомство выступило против своего президента, повинувшись воле «глубинного государства» США. Об этом инциденте сообщил репортер телеканала Fox News Джесси Уотерс.

Говорят, было захвачено 40 коробок с документацией. Однако представитель директора Национальной разведки неожиданно заявил, что ЦРУ никуда не вторгалось: мол, все это ложь. Тем временем конгрессмены затребовали содер-

жимое этих коробок для рассмотрения.

По некоторым данным, ЦРУ было явно обеспокоено перспективой оглашения фактов секретных экспериментов по созданию тех же вирус-убийц. Работа по сбору документов по ковиду велась под негласным контролем ЦРУ, чьи агенты подключились к телефонам офиса Габбард и к компьютерам сотрудников.

Возникла абсурдная ситуация: директор Национальной разведки, которой подчиняются все остальные спецслужбы, сама оказалась под колпаком. Судя по всему, опровержение рейда ЦРУ в ее офис - попытка не выносить сор из избы. Будучи федеральным служащим, она не может подрывать систему, которой служит, и разжигать скандал.

Какой американец без автомата Калашникова...



Если кто-то думает, что американцы предпочитают воспетую Голливудом винтовку М-16, то он ошибается. Наиболее востребованным товаром в США долгие годы остается автомат Калашникова (АК). Но сейчас он так подорожал, что любители оружия оказываются перед трудным выбором - либо автомат, либо автомобиль.

Бывшая сотрудница оружейного магазина Камила Оливейра рассказала репортерам The New York Times, что в качестве своего первого оружия выбрала АК. Главным образом из-за простоты. Скопила 1200 долларов на его покупку, но пришлось потратить их на ремонт машины. Автомат подождет. А вот без автомобиля американцу не выжить: местный общественный транспорт, можно сказать, отсутствует как класс.

В эти дни гражданская версия АК-47 стала исчезать из

оружейных лавок США. По ней ударили повышенные коммунальные тарифы, санкции против России и общий рост цен, в том числе на оружие.

Американцы в массе своей зарабатывают небольшие деньги, многие существуют на пособия. Раньше «калаши» буквально расхватывали, потому что стоили они 200 долларов.

Это оружие впервые появилось в Северной Америке в 1956 году, после событий в Венгрии, когда мир впервые увидел новый класс автомата из СССР. В 1980-х эти автома-

ты в китайском исполнении буквально заволокли Штаты. Из такого в 1989 году были застрелены пять школьников, и администрация Буша потребовала убрать АК из продажи.

А в начале 2000-х рынок опять стал ими насыщаться - поставки шли с построенных в советское время заводов в Румынии, Болгарии, Польше. Войны в Ираке и Афганистане еще больше повысили популярность русского оружия.

В 2014-м Америка ввела санкции против российских оружейных компаний. Нарастал и дефицит патронов - они уходили на Украину. Некоторые компании попытались создать свою версию «калаша» с американскими патронами. Но такие автоматы оказались ненадежными.

Сегодня сюда пытается пролезть польский завод Fabryka Broni, которому во времена существования Варшавского договора разрешили делать Калашниковы. Но польская продукция пока не в чести. Американцы считают, что все же лучшие автоматы Калашникова делаются в России.

Завязать никогда не поздно

У алкозависимых появилась мотивация на излечение от связанных с этой зависимостью недугов и кардинальное оздоровление организма. Но, как предупреждают ученые, для этого с алкоголем придется завязать.

Старший научный сотрудник Института исследований психического здоровья в канадском Торонто Юрген Рем подсчитал, что потребление спиртного вызывает как минимум 62 различных расстройства здоровья. Самые известные из них - ухудшение работы сердца, психические расстройства, язвы, панкреатит, цирроз печени. С большинством из них было бы покончено, если бы мир отказался от алкогольных напитков, включающих пиво, вино, крепкий сидр и прочие. «Алкоголь изначально токсичен, поэтому мы используем его для дезинфекции, чтобы убить различные микроорганизмы. Встает вопрос: а в какой дозе его потребление безопасно? Все больше

исследований показывают - ни в какой», - заявил директор отделения по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний и оздоровлению в Национальном еврейском центре здравоохранения в Денвере Эндрю Фримен.

Даже однократный прием спиртного повреждает иммунную систему. Юрген



MAGNIFIK.COM

Рем утверждает, что это происходит через 20 минут после выпивки. Алкоголь играет немалую роль в заболевании тяжелыми формами гриппа, уже давно установлена его связь с возникновением пневмонии. Требуется совсем немного

алкоголя, чтобы снизить способность ключевых белых кровяных клеток бороться с вирусами, бактериальными инфекциями и раковыми клетками.

За несколько дней трезвости организм восстанавливает свою защитную систему. Однако если человек продолжает регулярные возлияния, то изменения могут стать необратимыми.

Как заверяют ученые, если вовремя отказаться от алкоголя, упадет мощный фактор в развитии большинства онкологических заболеваний. Вклад в развитие этой болезни вносят все виды алкогольных напитков, повреждая ДНК и вызывая хроническое воспаление. У женщин здесь на первом месте рак груди, у мужчин - рак толстой кишки.

Современная наука установила, что алкоголь нарушает связи между нейронами мозга и приводит к его усыханию, особенно в областях, связанных с памятью и принятием решений. Но если вы прекратите пить, то уже через несколько недель атрофированная мозговая ткань способна частично восстановиться.



MAGNIFIK.COM

Кошки захватывают Восточную Азию

Число домашних кошек в Восточной Азии превышает количество собак. Причина этой кошачьей экспансии - плотность жилой застройки. Эксперты выявили закономерность: чем больше домашних кошек, тем меньше рождаемость.

Кошек обычно заводят одинокие люди или те, кто работает с утра и допоздна: у них нет времени на собак, как и на детей.

В Таиланде открылся первый кинотеатр, куда можно приходиться с домашними питомцами. Их владельцы уверяют, что животные тоже любят смотреть кино. В Японии хозяева не расстаются с кошками даже в метро, надевая поводок.

Всплески котомании вообще свойственны Востоку. Так, в Японии нечто подобное началось в 1974 году, когда появился культ белой кошки. Этой игрушкой увлекались чуть ли не все жители Страны восходящего солнца. К ней продавалось множество аксессуаров. Компания-производитель заработала на кисках 80 млрд

долларов. По коммерческому успеху игрушечная кошка стала в один ряд с Микки Маусом, Винни Пухом и покемоном. Появился даже тематический самолет Hello Kitty. Игрушка постоянно обновлялась и продолжала пользоваться спросом.

Несмотря на то что в Корее кошки ассоциируются с несчастьями и злыми духами и менее популярны, чем собаки, их число заметно увеличилось во время ковида. Они не нуждались в прогулках и хорошо адаптировались к жизни в помещении.

Тем временем с 2023 года переносок для животных здесь продано больше, чем детских колясок. Кошки больше не ловят мышей, собаки не отгоняют воров, теперь они стали средством от одиночества.

О БПЛА у нас теперь знают даже дошкольники. Знают, что эти самолетики - на армейском сленге «птицы», похожие на игрушки, - атакуют российские города, сея разрушения и смерть. Война в XXI веке становится войной дронов. И для победы нам нужна своя боевая техника эффективнее вражеской и свои специалисты. Сегодня в эту сферу приходит талантливая молодежь. Большинство росло на компьютерных играх. Теперь в их руках - мощь нашей страны.

С распадом СССР военная инженерная мысль в России была почти убита. Поэтому военный инженер в современных реалиях - штучный товар. И крайне опасный вид занятий. Украинская сторона ведет охоту на российских разработчиков вооружений. За их головы объявлены огромные суммы. Приказ - устранять физически.

Собеседник «МН» с позывным Домино это понимает. Он выглядит совсем юным, но уже закален боевым опытом.

Рассказывает, что планировал служить в полиции в отделе по борьбе с наркотиками. С шестилетнего возраста увлекался авиамоделированием, потом аэрофотосъемкой с квадрокоптера. Правда, тогда он и подумать не мог, что это может стать его профессией.

После начала СВО даже высокие армейские чины относились к беспилотной авиации скептически: разве какой-то самолетик может быть грозным оружием?

Недооценили...

Тем временем противник наращивал БПЛА-войска.

Инженеры против барыг

- На фронте я начинал как обычный оператор БПЛА, - рассказывает собеседник. - Сначала на волчанском на-

ОДНИ ВОЮЮТ, ДРУГИЕ НАЖИВАЮТСЯ



Военный инженер раскрыл горькую правду о войне дронов

правлении в Белгородской области. У меня около 500 боевых вылетов, более 50 пораженных целей. Это позволяет смотреть на ситуацию изнутри, то есть понять на практике, как сегодня работают БПЛА-технологии, прикинуть возможности для их совершенствования.

Домино уже перерос статус рядового оператора дронов. Собрал вокруг себя команду парней с мозгами и навыками инженеров. Занимаются разработками БПЛА в отечественном варианте, призванными стать быстрее, лучше, мощнее имеющихся.

Первое время все беспилотники были китайского производства. Их закупали чуть ли не поштучно. Затем все более крупными партиями.

При этом в Китае было запрещено поддерживать ту или иную воюющую сторону. Но политика отступает перед принципом «это только бизнес, ничего личного».

- Бывали ситуации, когда представители Украины приезжали в Китай в прямом смысле с чемоданами денег, - продолжает Домино. - И получали дроны на всю сумму. А следом приезжали представители России на то же самое производство. А там разводят руками: мол, все уже скупили, придется ждать новую партию. На какую сумму закупок вы рассчитываете?

Китайцы не ожидали, что их «игрушечные самолетики» окажутся столь востребованными.

Кстати, из китайских комплектующих можно собрать беспилотник за 12-15 тысяч рублей (в переводе на наши деньги). Но сейчас у перекупщиков в России стоимость одного дрона доходит до 350 тысяч! Как говорится, почувствуйте разницу. То есть на поставках дронов на фронт зарабатывают не только китайские производители, но и - гораздо больше

- отечественные посредники. Кому война, а кому мать родна. То есть одними фронтовыми дорогами идут добровольцы, мобилизованные, волонтеры, которые плетут маскировочные сети и возят гуманитарку в зону СВО, а другими, обходными, - те, кто наживается на военных действиях. Для них личный карман и собственный банковский счет важнее всего остального.

Читая в сводках новостей о том, что очередной украинский дрон влетел в жилой дом на российской территории и погибли люди, мы должны осознавать: в этом виновны не только наши явные враги, но и такие вот барыги. И это за их миллионы и миллиарды сегодня платят своей кровью бойцы на фронте и жители Белгорода, Брянска, курского приграничья, Крыма, Химок... Всех населенных пунктов, куда долетают адские самолетики.

Каждому по «Алеше»

Некоторые ушлые предприниматели, говорит Домино, привозят китайские разработки и пытаются здесь выдать за собственные достижения. Рвутся получить госзаказы на поставку дронов якобы отечественного производства для фронта.

- От этого очень страдает реальное инженерное дело в нашей стране, потенциально очень сильное, - подчеркивает собеседник. - России сейчас как воздух нужно полноценное государственное производство, а не сборка китайских комплектующих. К сожалению, пока правит серый рынок. Суммы заработка от перепродаж китайского товара поставлены торгашами в приоритет. Как такового производства у нас нет.

Существуют, конечно, частные разработки, говорит Домино. Благодаря им появились отечественные дроны «Вампир» и «Молот». Но они достаточно сложные в использовании. Есть «Алеша». Вот он, пожалуй, идеальный российский вариант.

- Смешное название, но дроны реально хорошие. Они изначально были сделаны с пониманием того, что это полностью боевая разработка, модульная конструкция, печатается на 3D-принтере. И что очень важно - работают, как говорится, «из коробки». То есть оператор берет этот дрон, и единственная его задача - подключить. Никаких сложностей. Если ломается, то технически несложно разобраться в причине поломки, починить, - отметил военный инженер.

Но таких «Алеш» на фронт нужно много, очень много. Для их производства требуются заводы, не один-два, а десятки по всей стране.

- На Украину, мы это видим с помощью дронов-разведчиков, беспилотники везут грузовыми поездами. Плюс их собственные производства. Возьмите любую модель сбитого БПЛА с Украины - и обнаружите шильдик (табличку) с указанием даты изготовления. Скорее всего, будет стоять даже логотип завода, который работает именно на Украине, заводская сборка. Для них потерять большой дрон ничего не значит - следующий запустят.

Не исключено, что в ближайшем будущем рой БПЛА, управляемый единым оператором, будет способен ударить в здание, оставив от него лишь груды обгорелого кирпича. Нескольких тысяч дронов смогут в считанные часы стереть в пыль целый город.

- Мы это понимаем, осознаем, - говорит Домино. - Продумываем варианты противодействия, тестируем уже имеющиеся механизмы. - Выстроить системную защиту возможно только, повторюсь, путем появления массовых производств. Также важно вводить массовое обучение управлению беспилотниками в России. Совершенно точно все мотострелки в нашей армии должны обладать навыками хорошего оператора БПЛА.

В.К.

Боец ММА мстит нацикам за погибшего сына

Вячеслав Дацик, боец ММА (смешанные единоборства) - личность неоднозначная. Отбывал наказание за ограбление, нелегально переходил границу, устраивал громкие скандалы, сдавая в полицию девушек по вызову... Но за его боями на ринге следили миллионы. Сейчас он на фронте, куда ушел на пару с 21-летним сыном Ярославом. В марте этого года Ярослав погиб на запорожском направлении. «МН» удалось связаться с отцом.

- Ярик сам принял решение пойти на фронт, - рассказал спортсмен. - Говорил, что надо Родину защищать, становиться бойцом, а не интернет-воином. Здесь научился многому: и стрелять метко, и боевых товарищей прикрывать, и физическую подготовку круто поправил. Правда, сейчас на фронте

«физуха», как мы говорим, не имеет прежнего значения - дроны решают все. От дрона сын и погиб...

По словам Дацика-старшего, дело было так. Бойцы увидели взвзвущенный дрон, стреляли по нему из «калашей», но попасть не так-то просто. Ярик нес ящик со снарядами. Когда появился дрон, он его

не бросил. Дрон ударил в бок, туда, где не было брони. Один осколок под сердце зашел, второй в плечо. Осколки попали и в ноги. Служивцы забинтовали ноги, а ранение под мышкой и в боку заметили не сразу. Умер Ярослав от потери крови.

- Я об этом спустя два дня узнал, - продолжает Вячес-



лав. - Командир позвонил и сообщил, что тело уже в Мелитополе. Ребята наши поклялись отомстить и уже мстят. Их отряд сотни коптеров и блиндажей ВСУ по всей линии фронта снес: «Это вам за смерть Коловрата!» (Ярослав Дацик воевал под позывным Коловрат.) С нашей минометной батареи

накрывают позиции ВСУ и скидывают мне видео. Тоже мсть за Коловрата. И я буду мстить, сколько хватит сил.

Ну а в целом настроения у нас на фронте такие: хотим дойти до Польши. И до Берлина. До всех точек, откуда оружие поставляют на Украину. Только такие варианты работают, больше никакие.

Очень нужны дроны, особенно большие вертолеты. В Ленинградской области одна компания делает такие. Поднимают до 120 кг, несут на 20 км туда и обратно. Но стоят дорого - 8 миллионов штука. Будем искать деньги и тех, кто нам поможет закупить такие вещицы. За все, что нацики творили на нашей русской земле, ответят.

Виктория Катаева

Непрерывный «тюнинг» столицы превратил Москву в одну большую стройку. Здесь бесконечно возводят новые ЖК, строят транспортные развязки, в который раз благоустраивают дворы и улицы. Как заявил на днях вице-премьер Марат Хуснуллин, строительство - локомотив экономики. Поэтому шоу должно продолжаться: давать заработок - одним, надежду на улучшение жилищных условий - другим. При этом чиновники забывают, что шумные стройки, особенно ночные, - источник стресса и триггер настоящих трагедий.

Старожилам не надо объяснять, что многие стройки работают в три смены, зачастую без выходных и праздников. И становятся для жителей близстоящих домов ночным кошмаром, где к шумовым эффектам добавляются световые от горящих прожекторов.

Да тут любой сбесится! Что и произошло в конце минувшего апреля на западе Москвы...

В субботу вечером некто Михаил С., житель Вереysкой улицы, вошел в офис продаж строящегося жилого комплекса премиум-класса «Родина Парк». Под его горячую руку попала женщина-менеджер, которой он высказал все, что думает по поводу постоянного грохота стройки. После недолгой перепалки посетитель нанес женщине несколько проникающих ударов ножом. От полученных ранений она скончалась на месте.

Подозреваемого вскоре задержали. Ему инкриминируют две статьи УК РФ - покушение на убийство и собственно само убийство. Он взят под стражу как минимум до 26 июня 2026 года. Назначена психолого-психиатрическая экспертиза. Если агрессора признают вменяемым, то ему грозит срок от 8 до 20 лет лишения свободы. Если - нет, то его ждет принудительное лечение с неопределенным сроком.

Михаил рассказал следователям, что масштабное строительство жилого комплекса напротив его дома длится несколько лет, работы ведутся круглосуточно и не прекращаются даже ночью. Из-за этого, по словам обвиняемого, он не мог нормально спать, принимал лекарственные препараты. В тот вечер он окончательно вышел из себя и решил отомстить за свои страдания первому же подвернувше-



Ночные стройки до убийства доведут

муса сотруднику компании. Им оказалась офис-менеджер. Ни в чем не повинная женщина.

Нельзя сказать, что городские власти полностью игнорируют проблему. Контролирующие органы получают тысячи обращений на деятельность строительных компаний ежегодно. Здесь и неоправданная вырубка зеленых насаждений, и стихийные свалки строительных отходов, и шум от работающих механизмов. Мосгосстройнадзор, Департамент природопользования и охраны окружающей среды города и природоохранная прокуратура проводят сотни проверок только по жалобам на шум. Примерно половина оказывается чистой правдой: все мыслимые нормы строительства нарушены!

Кстати, жители домов на Вереysкой улице не раз жаловались на нарушение требований к строительным работам: лязг и грохот в ночное время, работы по выходным и главное - отсутствие хоть какой-нибудь реакции на официальные обращения. Как тут не поверить в версию, что компания-девелопер обладает тесными связями с московскими властями, оттого и игнорирует любые претензии со стороны горожан?

Однако заметим: стройка под окнами - это вполне законно, если выполняются санитарные нормы и правила. А они едины для всей страны, если иное не предусматривает региональное законодательство. Так, с 7 часов до 23 часов шум в квартирах не должен превышать 55 децибел, то есть звуки из-за окна должны быть не громче обычного разговора между двумя людьми. В ночное время (с 23 часов до 7 часов) - 45 децибел. Такие временные рамки установлены в Москве. А, например, в Московской области

нельзя шуметь с 21 часа до 8 утра.

За работу строительной техники по ночам или за превышение допустимых уровней шума днем виновные могут быть оштрафованы: должностные лица - до 80 тысяч рублей, юридические - до 300 тысяч. Другое дело, что такие суммы для застройщика - как дробинка слону.

- Проблема действующего законодательства в том, что подобные разбирательства длятся долго, а итоговый штраф для строительной компании практически ничего не значит. Зачастую застройщику проще заплатить 300 тысяч рублей и продолжать стройку ночью, потому что затягивание сроков обойдется гораздо дороже, - утверждает практикующий юрист Сергей Гельб.

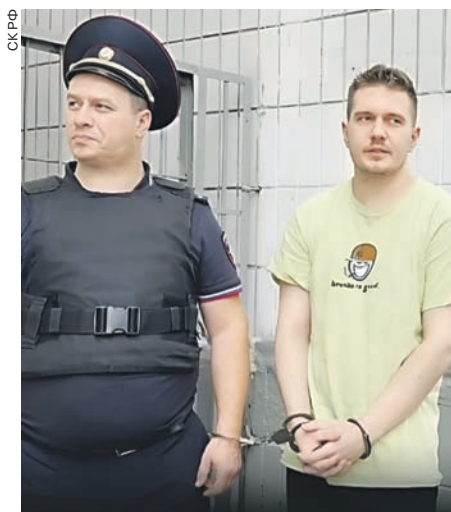
Размеры же компенсаций физлицам столь малы, что вряд ли оправдают потраченные усилия, отмечает инженер-конструктор АО «Моспромпроект» Диана Фомченкова.

Как бы там ни было, после ЧП на Вереysкой улице застройщикам и городским чиновникам не худо бы сделать выводы о том, к каким необратимым последствиям могут приводить дискомфорт от соседней стройки и административный игнор. Грань между обычным раздражением и тяжким уголовным преступлением оказывается не толще волоска. Соседство кварталов старой застройки с премиальными жилыми комплексами, по словам психологов, часто создает дополнительные конфликтные зоны на карте Москвы. А состояние глубокой деструкции, в которой находится наше общество, способно обернуться физическим насилием при возникновении любой бытовой проблемы.

Игорь Репкин

Балашихинскому отравителю светит пожизненное

В Подмоскowie судят настоящего монстра. К своим 26 годам безработный Артем М. нахватал уйму кредитов. Чтобы отдать 3-миллионный долг, он решил отправить на тот свет всех своих близких и, как наследник, завладеть их имуществом. Не щадил и друзей. Гособвинитель запросил для него пожизненное заключение.



На суде всплыло немало шокирующих подробностей.

Артем не любил ни в чем себе отказывать. Но пахать ради этого на трех работах? Ну уж нет, это не для него. Начал брать кредиты для удовлетворения текущих потребностей, потом - кредиты для погашения кредитов. Когда стало ясно, что с кредитными организациями ему не расплатиться, задумал подлый и циничный план.

Через интернет приобрел сильнодействующее вещество. Стал подмешивать в еду и питье близким людям. В муках умерли его бабушка и друг. Отравилась мать, чуть не погубил его отчим, сестра и девушка. Однако выжили, получив дозу яда поменьше.

Пока пассива Артема лежала в больнице, он воспользовался ее телефоном и оформил на ее имя два кредита на сумму более 500 тысяч рублей.

Из показаний свидетелей следовало, что особенно нежные чувства к молодому человеку питала его бабушка. Именно ее-то любимый внучок первой и отправил к праотцам. Ну не монстр разве?

Остальные члены семьи отнормировались к Артему тоже неплохо. За сомнительный образ жизни не упрекали. Разве им могло прийти в голову, что их нарастающие проблемы со здоровьем - его рук дело?

Даже внезапная смерть школьного друга Артема никого не насторожила: он как будто искренне переживал и пустил на похороны скупую мужскую слезу.

Вскоре из всего ближнего круга только сам Артем оказался полностью здоров, что и навлекло на него подозрения.

Свидетели подробно рассказали, как действовала отравка. Появлялись судороги и онемение, резко скакало давление, на 4-5 часов отравленный просто выпадал из жизни. Яд подмешивался в очень сладкий морс, которым Артем угощал домочадцев.

Напиток употребляли в течение двух месяцев. Так был обеспечен накопительный эффект. Приносил парень в дом и томатный сок, и минеральную воду, которые отдавали аммиаком. Но употреблявшие их не придали этому особого значения.

В какой момент парень переступил черту, что отделяет человека от нелюдя? По словам отчима, Артем всегда хотел выделяться, быть первым. Еще учась в школе, начал подворовывать, в доме пропадали большие суммы. Но родители не пытались дознаться до истины. Нанимали мальчику репетиторов, отправляли в лучшие детские лагеря, даже за границу. А в школе его репутация уже тогда оставляла желать лучшего... Преподаватель физкультуры говорил прямо: «Это страшный человек, бойтесь его. Он никогда не сделает ничего напрямую, но воткнет нож в спину».

Когда у подростка Артема начался роман с девушкой, он хвастался ей, что хорошо зарабатывает - машину вот купил. На самом же деле деньги он взял у бабушки плюс оформил крупный кредит. Постоянного дохода у него не было.

Показательный пример: когда Артем показал отраву, то проверить ее действие он решил... на своей девушке. Вместе пили коктейли из джина и гренадина, а потом девушке стало плохо - случился инсульт. К счастью, врачам удалось ее спасти.

Злодея с опозданием, но разоблачили. Впереди суровый, но заслуженный приговор по нескольким статьям: убийство двух и более лиц общеопасным способом из корыстных побуждений, покушение на убийство и мошенничество в крупном размере. Учитывая все обстоятельства дела и большой общественный резонанс, сомнений в этом нет.

Но вопросы - хотя бы к кредитно-финансовой системе - остаются. Где же ваши хваленые кредитные истории, которые должны перекрывать доступ к легким деньгам хроническим безработным и должникам? Почему наши «старухи-процентщицы», несмотря на все законодательные ужесточения, дают крупные суммы в долг даже в тех случаях, когда человек поставил самозапрет на такие действия через портал госуслуг? С момента введения такой услуги кредитные организации нарушили его более 300 тысяч раз! Разве не их обязанность проверять заемщика?

Не хочется думать, что в нашем обществе жажда наживы сильнее чести, закона и разума. Иначе число «балашихинских отравителей» будет только расти.

Евгений Александров



БОЛЬ

РОССИЙСКИЙ РАЗРАБОТЧИК
И ПРОИЗВОДИТЕЛЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ

Prodex

НАДЕЖДА МИРОВОЙ МЕДИЦИНЫ ЧТО ВСТАЛО НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ?



Будущее наступило. Настало время, когда на помощь медицине придут крошечные нанороботы, которые по размерам схожи с молекулами.

Например, ученые уже давно работают над созданием робота-хирурга. Эта инновационная разработка сможет пройти через кровеносные сосуды и попасть прямо в сердце. Такое чудо техники проведет осмотр и, обнаружив там неисправные сердечные клапаны, начнет процесс по их лечению. И тем самым сможет спасти многие жизни. Но это все в будущем. А что сейчас?

А сейчас мы можем воспользоваться другой реально действующей технологической новинкой, которой можно пользоваться и в стенах родного дома! Эта новая надежда медицины может перевернуть представление о лечении хронических заболеваний и вернуть вторую молодость.

Надежда мировой медицины

Пока среди стран идет борьба в области инноваций, в медицине уже появилась стратегия оздоровления, дошедшая до мировой лечебной практики. Ведь в ней была открыта новая технология, и имя ей - «высокотонная терапия» («ХайТоп-терапия»). Это электротерапия нового передового уровня! Если раньше ее использовали только в стенах медучреждений, то сейчас отечественные специалисты создали аппарат, адаптированный и для домашнего применения. Основа его - та самая высокотонная терапия, способная ставить людей на ноги.

Имя этой разработки - физиотерапевтический аппарат «НАДЕЖДА», аналог которого сложно найти даже в европейских странах! Кроме того, зарубежные аппараты часто достаточно массивны и громоздки, в то время как российская разработка очень компактна. Но сколько лечебных возможностей она в себе скрывает! С ее помощью можно вылечить около 60 заболеваний.

А все потому, что аппарат подбирает персональный ключ к здоровью! Его частота и амплитуда импульсов меняются прямо во время процедуры. То есть они подстраиваются под состояние организма и буквально будят его клетки. Организм молодеет на глазах! Чувствуется, как уходят отеки и одышка. Сердечный ритм приходит в норму. ЖКТ начинает работать как часы. И все это благодаря одному физиотерапевтическому аппарату! Вот оно, настоящее будущее мировой медицины!

На страже здоровья

Можно считать, что будущее уже наступило. Теперь можно не ждать десятки лет создания нанороботов и нанохирургов. Оздоровление организма можно начинать прямо сейчас! Аппарат «НАДЕЖДА» с помощью своих специальных электродов поможет встать на путь излечения!

Он настолько удобен, что прикрепить его к больному месту не составит труда. И не важно, позвоночник это или коленный сустав.

Вы только взгляните, какой перечень заболеваний, при которых можно применять аппарат, приведен в методических рекомендациях:

- остеохондроз позвоночника;
- остеоартроз, полиартроз;
- гипертоническая болезнь I-IIA стадии;
- заболевания сосудов нижних конечностей;
- ишиас, ишиалгия, дорсопатия;
- хронический бактериальный простатит, цистит;
- запор спастический и атонический;
- хронический ларингит, ринит, гайморит, отит;
- профилактика преждевременного старения организма;
- коррекция избыточной массы тела.

Такой компактный аппарат и такое множество заболеваний, которые подвластны ему. Это же просто уму непостижимо, но ведь действует!

Невероятное лечение

Стоит прикрепить электроды аппарата и включить его, как тут же частота и амплитуда его импульсов начнут подстраиваться под состояние организма. Под их воздействием начнется процесс импульсного массажа клеток. Они буквально оживают, начинают работать активнее. Повышается обогащение организма кислородом, а это прямой путь к омоложению организма!



ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ

г. Москва

- м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
- м. «Лермонтовский проспект», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1
- м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А

г. Санкт-Петербург

- аллея Поликарпова, д. 2

г. Новосибирск

- ул. Ватутина, д. 28

! (ВХОД
СО СТОРОНЫ
МЕД. АНАЛИЗОВ
● КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА **СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: НОВОСТЬ**

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 'А.В.Максимов, В.В. Кирьянова. Тоши широкополосной модуляции в физиотерапии и реабилитации. Методические рекомендации на примере аппарата «Надежда», стр. 22. ²Рег.уд. №РЗН 2015/3004 от 31.08.2015 г. Протокол кл. исп. от 27.05.2013 г. *Акция действует с 27.05.2026 г. по 27.06.2026 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. **ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: продекс, сэлфдокс, бионормула. Свидетельство на товарный знак Prodex №949722 от 19.06.2023г. Свидетельство на товарный знак SELFDOCS №895698 от 04.10.2022г. Свидетельство на товарный знак Bionormula №1072835 от 20.12.2024г. Результаты могут отличаться. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Оплата при получении. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Проблемы с сосудами? Не беда! С помощью сосудорасширяющего действия аппарата можно будет почувствовать, как стимулируется их работа и восстанавливается кровообращение!

Беспокоит боль в спине и суставах? Артроз не дает спокойно спать? Аппарат готов заблокировать практически все болевые рецепторы! Его импульсы приведут нервные окончания к возбуждению, которое ловко дойдет до нервной системы. Вслед за этим можно почувствовать, как начинается выработка эндорфинов - «гормонов радости». Они купируют болезненные ощущения и принесут волны облегчения! Снять отек и воспаление? Разработка справится и с этим! Благодаря лечебным импульсам мышцы станут мощным насосом, который выкачает лишнюю жидкость из тканей. Будет трудно не заметить, как уходят тяжелые отеки. И это практически после первой процедуры!

Дверь ко второй молодости

Насколько молодо можно выглядеть в 60? Да насколько хотите! Как известно, все внешние изменения начинаются внутри, а с аппаратом «НАДЕЖДА» уже есть возможность встать на путь омоложения! Снизить избыточный вес? Скорректировать фигуру? Это не составит труда. Ведь аппарат содержит в себе действие миостимуляции! Благодаря ему можно буквально «повернуть время вспять». Его импульсы раз за разом будут стимулировать скелетные мышцы, которые расположены в области жировых отложений.

Мышечная ткань будет сокращаться, как во время физических нагрузок! Такого действия можно достичь и для мышц лица. Миостимуляция позволит восстановить их естественную работу. Кожа станет более упругой, преобразятся опущенные уголки глаз, и исчезнут морщины. Действие словно от молодильного яблока!

Проверенное качество!

Физиотерапевтический аппарат «НАДЕЖДА» в течение трех лет проходил строгие клинические испытания, чтобы сейчас прийти на помощь! Многие его обладатели уже начали путь к жизни без болезней. И за время своего существования аппарат получил такие награды, как:

- Платиновый знак качества;
- Золотой знак качества;
- звание лауреата конкурса «100 лучших товаров России».

Кроме того, обладателями этого аппарата были отмечены простота и удобство в использовании аппарата. А специалисты диагностировали у пациентов положительную клиническую динамику. И пока одни еще думают и ждут появления нанороботов, другие оздоравливают свой организм, пробуждая каждую его клетку!

Пора делать выбор!

Знаете, что самое главное в этой отечественной разработке? Это проверенное качество и действенность!

Каждая клетка организма может омолодиться вместе с физиотерапевтическим аппаратом «НАДЕЖДА». Не стоит упускать шанс начать путь к здоровой жизни прямо в эту минуту! Ведь каждый день — это упущенная возможность стать здоровым. Просто позвоните по бесплатному* номеру 8-800-333-47-51 и откройте дверь во вторую молодость!

**ЗВОНИТЕ НАМ И МЫ ПОМОЖЕМ
РЕШИТЬ ПРОБЛЕМЫ!**

8 (800) 333-47-51

**230 АППАРАТОВ «НАДЕЖДА» СО СКИДКОЙ!*
СПЕШИТЕ ОФОРМИТЬ ЗАКАЗ!**

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА* WWW.PRODEX.RU**



**В ПОМОЩЬ ОСНОВНОМУ КУРСУ
ВИТАМИННЫЙ КОМПЛЕКС
ТАРАКСФЛЕКС**

Помогает налаживать подвижность суставов

1690 руб*

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Недавно в столице был запущен второй маршрут московского трамвайного диаметра Т2, который связал 13 районов столицы. В прошлом году диаметр Т1 соединил пол-Москвы. «Самое обсуждаемое событие года» - так аттестовала мэрия новое «транспортное чудо». Почему же эксперты по логистике все чаще говорят о том, что трамвай стал дорогостоящей и мало востребованной пассажирами игрушкой столичных чиновников?

В прошлом году мэр Сергей Собянин сообщил о прибытии из Твери нового трамвая под названием «Львенок-Москва». Знаменит «Львенок» был тем, что система увеличенного автономного хода позволяет накапливать энергию во время движения под контактной сетью, а затем проезжать без нее не менее четырех километров. Это такой электробус на рельсах.

Теперь «Львенок» катается по маршрутам Т1 из Метрогородка к метро «Университет», а Т2 в Чертаново из Новогиреева. «Сразу стали повторять мантру про «самый длинный трамвайный диаметр в мире». И вы знаете, это абсолютная правда! С небольшой лишь пометкой, что нигде в мире никаких «трамвайных диаметров» нет. Есть обычные

МОСКОВСКИЙ ТРАМВАЙ: СПАСЕНИЕ ИЛИ ПРОБЛЕМА?



Д. ВОРОНИН/АГЕНТСТВО «МОСКВА»

маршруты, которые длиннее московских Т1 и Т2. Диаметр - это отрезок, проходящий от одной точки окружности к другой через центр. Однако новые маршруты совсем не прямые, а даже наоборот. Здесь мы видим странную любовь руководства города давать транспортным проектам странные аббревиатуры. И если МЦК - действительно московское, относительно центральное и правда кольцо, то БКЛ, МЦД, МСД, СВХ вызывают вопросы», - пишет экспертный канал «В движении».

Но дело не в названиях. А в том, верна ли вообще тактика мэрии, которая, уничтожив троллейбусы, теперь делает ставку на трамваи, тоже привязанные к проводам и тем более к рельсам.

Поклонники трамвая говорят о выделенных путях, которые позволяют двигаться достаточно быстро и, как правило, без пробок. Если, конечно, не иметь в виду ДТП на рельсах или поломки подвижного состава. Тут пробка по всему маршруту - да еще какая! - обеспечена на все сто.

Отмечают простоту в управлении, экологичность, тишину и комфорт при перемещении. К тому же трамвай легко сделать из 3-5 вагонов и перевозить до 500 человек за раз. Правда, такого количества людей почти не бывает даже в часы пик.

Однако противники «львят», «витязей» и прочих обитателей трамвайного парка напоминают, что этот транспорт замедляет трафик на ожив-

ленных трассах примерно на 20%. Некоторые маршруты неудачно расположены: они пересекают крупные артерии.

Если трамвайные пути расположены на одном уровне с автомобилями и машины имеют право ездить по путям, то все преимущества трамвая сводятся на нет. Получается каша, в которой одни мешают другим. Трамвай из быстрого транспорта превращается в виновника пробок.

Особенно зримо недостатки этого вида транспорта проявились минувшей снежной зимой. Бывали дни, когда сразу в нескольких районах города трамваи дружно выстраивались в ряд. И ни с места! Представители городских служб при этом заученно твердили о том, что необходимо оставить в покое личные авто и пересесть на общественный транспорт. Ну-ну!

Закавыка была в том, что стрелочные переводы забивались снегом. «По требованиям безопасности водитель трамвая обязан убедиться, что стрелочный перевод установлен в правильное положение. Если стрелка засыпана снегом и не просматривается, водитель вынужден выйти из вагона, вручную очистить механизм и перевести стрелку. Именно

этот процесс становится причиной остановок и сбоев в движении в условиях снегопада», - разъяснил эксперт по транспортному консалтингу Алексей Смирнов.

На железной дороге в таких ситуациях применяется пневмообдув. Стрелочные переводы горячим воздухом обдуваются через специальные трубопроводы, поэтому там они не замерзают. А для трамваев подобная технология не предусмотрена. По словам экспертов, у нас такая спецтехника почти не производится. При внедрении автономных, тем более беспилотных трамваев это особенно важно. А время беспилотников на транспорте давно пришло. Так, прошлым летом в районе Строгино продемонстрировали вагон без водителя. Ну что сказать - ехал! И вот-вот должен выйти на маршрут. Машиниста в кабине не будет, ориентироваться машина станет на сигналы светофоров, появление пешеходов и инфраструктуру при помощи ИИ.

Мэрия сообщила, что для беспилотного маршрута в Строгине создали умные стрелки, которые переводятся автоматически по команде из трамвая за 30 м до развилки. Но что делать, когда стрелки забиты снегом? Еще один вопрос на засыпку для ИИ. Во всяком случае в столичной мэрии на этот вопрос журналистов не ответили. Зато сообщили, что до конца 2027 года в Москве появятся еще две трамвайные линии.

Администрация Краснодарского края заявила, что Анапа полностью преодолела последствия экологической катастрофы, которая случилась в декабре 2024 года. Тогда тонны нефтепродуктов оказались в море. **Власти заявляют: все хорошо, приезжайте отдыхать и купаться. Не оглашать результаты экспертизы воды и песка не торопятся. Официальные данные не могут получить ни журналисты, ни депутаты.**

«Галечные пляжи - от села Большой Утриш до «Высокого Берега» - уже выведены из опасной зоны и открыты для посещения», - сказал губернатор Краснодарского края **Вениамин Кондратьев**. При этом признал, что куда сложнее ситуация с песчаными пляжами. На них приходится 40 км, которые застроены сотнями отелей. Но на этом откровенность губернатора закончилась.

Вице-премьер Виталий Савельев озвучил официальную дату открытия сезона - 1 июня 2026 года. Правда, сделал важную оговорку: окончательно решение - за Роспотребнадзором.

В АНАПЕ МАЗУТ ПРЯЧУТ ПОД ПЛЯЖНЫЙ ПЕСОК

Вообще-то документ чиновники обещали подготовить к маю. Но месяц на исходе, а никаких упоминаний на сей счет нет. Депутат Совета Анапы **Олег Янцен** отправил в Управление Роспотребнадзора по Краснодарскому краю запрос с просьбой предоставить результаты последних анализов морской воды в бухте города и песка на пляжах. И получил типовую отписку: мол, Роспотребнадзор проводит санитарно-эпидемиологический мониторинг, в том числе контролирует показатели качества окружающей среды. Самых результатов исследований депутату не предоставили.

Зато появился протокол Правительственной комиссии по координации работ по ликвидации последствий ЧС. В нем говорится, что информация о результатах исследований доводится до сведения этой комиссии и... никого больше. Даже федеральные органы на местах не могут получить эти документы. Также запрещено направлять в СМИ пресс-релизы, комментарии и

иную информацию, касающуюся мероприятий по ликвидации последствий ЧС. Теперь узнать о реальном положении дел невозможно, что прямо противоречит федеральному законодательству. Обеспечение доступа к экологической информации, напомним, - это конституционная норма. Но когда это останавливало наших чиновников? Штраф за искажение или сокрытие чувствительных для населения данных - от 10 до 30 тысяч рублей. Как теперь говорят, это ни о чем.

Краевые экологи рассказывают, как властям удалось добиться видимости чистых пляжей.

«Поверх загрязненного слоя отсыпали полметра свежего песка. Но мазут проник на глубину до метра в грунтовые воды, донные отложения и береговую зону. Засыпка новым песком создаст барьерный слой, но не устранил токсины под ним», - говорит **эколог Валерий Бриних**.

Его слова подтверждают в соцсетях местные жители:

«Гуляли в районе, где деревняный пирс уходит в воду. Да, сверху песочек чистый и запаха нет, но внук по колено в воду вошел и решил руки в песок засунуть, а там мазут, получается, 5-7 см от поверхности в толще песка под водой. Я поступил таким же образом и подтверждаю - мазут был. Кстати, оттереть его с рук проблематично - водой точно не отмывается».

Краснодарские власти, понятное дело, хотят спасти курортный сезон. И кое-чего достигли. По данным **вице-президента Ассоциации туроператоров России Сергея Ромашкина**, бронирования в Анапу выросли на 30-40% по сравнению с провальным 2025 годом.

Тем временем спутниковые снимки подтвердили то, о чем жители Крыма догадывались по запаху. Нефтяные пятна обнаружены на участке от Ялты до Феодосии, а это почти 150 километров береговой линии. Причем ситуация в Ялте выглядит заметно хуже, чем, например, в Гурзуфе. Отдыхающие ут-

верждают, что гуляют по гальке с мазутом. Техника их просто перемешивает, официальных сообщений от властей нет.

Сложившаяся ситуация напоминает недавний массовый забой скота в Сибири. Там чиновники тоже пытались скрыть заболевание животных ящуром. Но «все прекрасно все знали, шила в мешке не утаишь», отмечает **эксперт в области мясного животноводства Арсен Исмаилов**.

Казахстан закрыл границу для импорта животных и сельскохозяйственной продукции из России еще в феврале этого года за две недели до того, как история получила огласку. Беларусь ввела запрет на ввоз мяса и молока из Новосибирской области. Зато скандал в самой России оказался громким и неприятным для федеральных властей.

Сейчас краснодарские власти пытаются утаить очередное «шило», внушая туристам, что отдых в Анапе безопасен. Вот только расплывчатость за доверчивость будут отдыхающие.

Материалы подготовила **Наталья Владимировна**

БОЛЬ В СУСТАВАХ ИЛИ СПИНЕ?

ВОССТАНОВИТЕ ХРЯЩИ И ПОЗВОНКИ. ВЕРНИТЕ РАДОСТЬ ДВИЖЕНИЯ!

«ГЕСКА» - ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ И ОГРАНИЧЕНИЙ



Каждый, кто сталкивался с болью в суставах или спине, знает это чувство безысходности. Утром трудно встать с кровати - нужно «расходиться» полчаса, чтобы спина разогнулась. Поднимаясь по лестнице, колени хрустят и ноют, а после прогулки ноги гудят и не слушаются. Знакомо?

Многие терпят годами, привыкая к боли как к неизбежному спутнику старости. Но терпеть – не значит побеждать. Боль не уходит сама, суставы не восстанавливаются без помощи. А жизнь тем временем сужается: отказываешься от поездок на дачу, потому что там нужно наклоняться. Боишься играть с внуками – вдруг «стрельнёт» в спине. Вместо активного долголетия – вынужденное заточение в четырёх стенах.

Хорошая новость: это можно изменить. И не нужен скальпель, не нужны горы обезболивающих таблеток. Есть способ, который работает мягко, но надёжно.

Как часто мы откладываем заботу о себе?

Да, мы привыкли: сначала работа, потом дом, потом дела. А когда боль становится невыносимой, идём к

врачу и слышим: «Остеохондроз», «Артроз», «Грыжа». Нам назначают обезболивающие – они помогают на время, но не лечат причину. А причина в том, что хрящи истончаются, позвонки теряют подвижность, межпозвоночные диски ссыхаются. Это естественный процесс, но его можно и нужно замедлять. Как?

«Геска» – медицинский прибор, который воздействует на причину, а не на следствие. Он не маскирует боль, а помогает тканям восстанавливаться. Расскажем подробнее.

Когда у человека постоянная, изматывающая боль, которая не отпускает ни днем, ни ночью... Каждый шаг – пытка. Даже обычная прогулка превращается в настоящее испытание. А что дальше: операция или инвалидное кресло? Беспомощность? Зависимость от близких? Так чувствуют себя люди, больные артритом, артрозом, остеохондрозом, имеющие грыжи... Что же делать в данной ситуации, чтобы избежать непоправимого, мы спросили врача-ревматолога Семена Валерьевича.

– Семен Валерьевич, как помочь людям с заболеваниями опорно-двигательного аппарата?

– Есть решение, способное поднять людей с больными суставами на ноги. Это настоящая революция в медицине. Наши ученые разработали лечебный прибор «Геска». Его преимущество в том, что он не просто снимает боль, а восстанавливает суставы, хрящи и позвонки на клеточном уровне. Очень важно, что этот медицинский прибор подходит для применения в домашних условиях и не требует специальной подготовки.

– Можете объяснить подробнее?

– За счет специальных режимов воздействия «Геска» стимулирует выделение особых веществ, которые начинают формировать на месте поврежденных хрящей и ослабленной костной ткани новые молодые клетки. Они буквально «латают» суставы в местах истирания и разрушения, увеличивают плотность костей.

– Что за специальные режимы?

– «Геска» работает в трех лечебных режимах:

• **Фототерапия** снимает боль и спазмы мышц. Она обеспечивает большее поступление кислорода и питательных веществ к суставам. Работает как массаж, только изнутри. Это позволяет устранить застои и скованность, улучшить лимфоотток, вывести солевые отложения.

• **Магнитное поле** запускает процессы регенерации: увеличивается количество новых хондроцитов (клеток хряща) и остеобластов (клеток костной ткани), нормализуется состав и вязкость внутрисуставной жидкости, снимается воспаление и отёк, восстанавливается хрящевой матрикс.

• **Инфракрасное** излучение проникает глубоко в

ткани, активирует митохондрии – «энергостанции» клеток, что ускоряет обновление хрящевой и костной ткани.

Благодаря этим лечебным воздействиям «Геска» не просто облегчает состояние, а обеспечивает полноценное восстановление разрушенных суставов, хрящей и позвонков. Они буквально молодятся.

– От каких заболеваний может избавить медицинский прибор «Геска»?

– От артрита, артроза, остеохондроза, межпозвоночных грыж, радикулита, невралгии и многих других болезней. Помогает восстановиться после травм и растяжений. Хочу отметить, что прибор зарегистрирован в Росздравнадзоре как медицинское изделие. Но самое лучшее доказательство эффективности «Гески» – это сами люди, вернувшиеся к полноценной жизни. Еще недавно они ходили с палочкой, а сегодня бодро шагают, держа за руку внуков. А на место боли и скованности в их жизнь пришли поездки и любимые занятия. «Геска» даёт возможность восстанавливать суставы и позвоночник дома, без операций и таблеток.



МЕДИЦИНСКИЙ ПРИБОР

**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ**

**ПРОМОКОД
7474**

**ЗВОНИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС**
телефон для заказа
и консультации
специалиста

8-800-300-77-70

Доставка и звонки бесплатные

ВНИМАНИЕ! Специальное ценовое предложение действует только до 16 июня 2026 года.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

В таких городах, как Москва или Санкт-Петербург, их, по оценкам экспертов, даже не сотни, а тысячи. Просто они не видны властям, а социальные волонтеры встречаются с ними от случая к случаю.

На грани

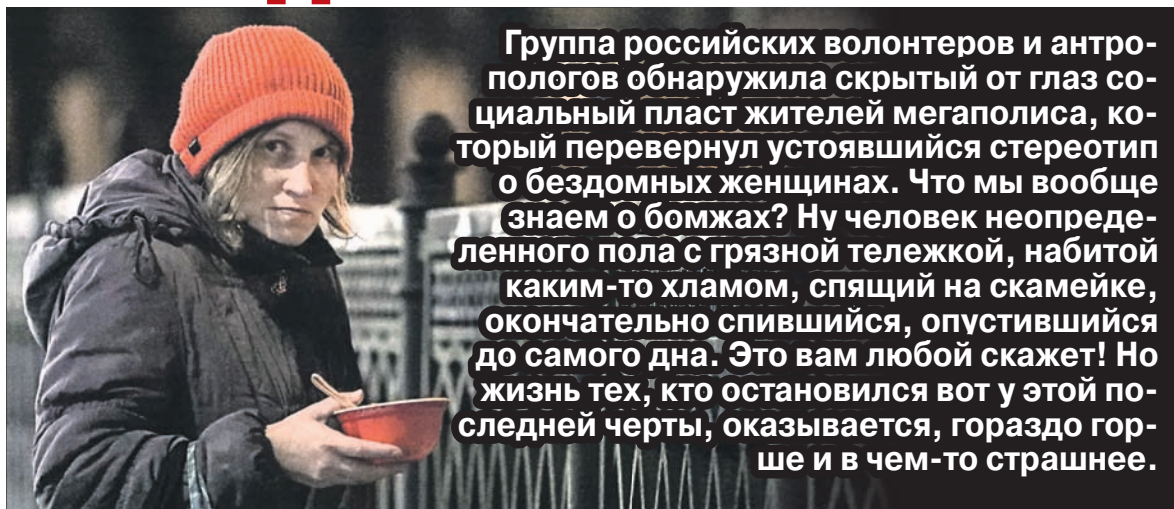
Свежее исследование благотворительной организации «Ночлежка» и группы прикладных антропологов «Артель», изучавших судьбы женщин в ситуации жизненной нестабильности, показывает: подавляющее большинство «новых бродяжек» категорически не принимают ярлык бездомного на свой счет.

В переписках с близкими, которые обычно находятся за тридевять земель, они еще могут с усмешкой назвать себя «бомжихами», пытаются обратить трагедию в шутку. Но не дай бог тот же термин употребит посторонний! Смех исчезает, а тон в лучшем случае становится оборонительным. Признать статус - значит согласиться с тем, что ты сломана, не контролируешь свою жизнь, выпала из колеи навсегда.

А выпадают самым непредсказуемым образом. Например, приезжая в столицы из депрессивных регионов в поисках работы или для поступления в колледж или вуз. Нигде не устроившись, возвращаться домой они не собираются - это все равно что признать свое поражение, свою никчемность. Бездомные с дипломом вуза тоже случаются: поди найди нынче адекватную должность за приемлемые деньги!

Оказавшись фактически на улице, такие жен-

НЕВИДИМКИ БОЛЬШОГО ГОРОДА



Группа российских волонтеров и антропологов обнаружила скрытый от глаз социальный пласт жителей мегаполиса, который перевернул устоявшийся стереотип о бездомных женщинах. Что мы вообще знаем о бомжах? Ну человек неопределенного пола с грязной тележкой, набитой каким-то хламом, спящий на скамейке, окончательно спившийся, опустившийся до самого дна. Это вам любой скажет! Но жизнь тех, кто остановился вот у этой последней черты, оказывается, гораздо горше и в чем-то страшнее.

щины редко обращаются в профильные благотворительные организации или госслужбы. Даже когда женщины получают талоны на бесплатное питание и устраиваются на ночлег в приютах, то продолжают убеждать себя, что это «лишь временная полоса» и «еще ненастоящая бездомность».

На предложение помочь одна из них ответила прямо: а зачем я буду искать поддержки у государства или фондов? Есть те, кому хуже, кто реально живет на улице. Им нужнее.

Порочный круг

Алине 29 лет. Приехала в Петербург, спасаясь от невыносимой семейной обстановки. Сначала жила у подруги, потом у коллеги, затем снимала угол, пока задержки зарплаты окончательно не выбили ее из колеи. Сейчас

ночует в коворкинге и подрабатывает курьером. «У меня есть паспорт, телефон, я плачу за интернет и ем горячее. Я не на улице» - так она доказывает, что «в порядке», что ситуация небезнадежна. И ей не приходит в голову, что ушла она из одной тяжелой ситуации и попала в другую (стала стопроцентным бомжем).

А 35-летнюю Марину после развода муж выписал из квартиры через суд. Оставшись без прописки и с ребенком, она сначала жила у бывшей свекрови, потом у знакомой, позже в церковном хостеле. Почему не обратилась в госструктуры? Да все потому же - «есть те, кому хуже».

Формально не бездомная, но фактически лишенная жилья, медицинской привязки и соцгарантий. Не отправить ребенка в школу. Не получить больничный. Не обратиться

в полицию за защитой от насилия, потому что на учет как «склонную к бродяжничеству» могут поставить ее саму.

Кроватный договор

Исследователи признают, что для оставшихся без жилья женщин страх стыда сильнее страха холода и голода. Женщины готовы терпеть бытовую зависимость от чужого человека, лишь бы не получить клеймо неудачницы.

Вот почему они часто обращаются за помощью к малознакомым мужчинам, которые за ночлег и кров выдвигают унизительные условия: секс по мере желания, контроль над передвижениями, требование полной лояльности. Именно в такой ситуации после внезапного выселения из съемной квартиры в Москве оказалась 31-летняя Елена. Родственни-

ков в городе не было. В приют идти гордость не позволила.

Через объявление нашла мужчину, который согласился пустить ее на диван - за «помощь по хозяйству». Через неделю хозяин начал запрещать Елене закрывать дверь в свою комнату и отвечать на звонки по телефону. Требовал всегда «быть доступной», когда это было угодно ему. Отказать женщина не смогла: в кармане в то время было не больше 400 рублей, а на улице - ноябрь. Сосед же постоянно напоминал: «Крыша над головой - это моя доброта. Не нравится - проваливай».

Елена прожила так четыре месяца, продолжая искать работу, ходить на собеседования, но без регистрации ее нигде не брали. Когда попала в клинику после нервного срыва, медсестра поняла, в чем проблема, и связала ее с координатором «Ночлежки». Впервые женщиной занялись бескорыстно.

Каков же вывод? Он прост и универсален: бездомность в современном мегаполисе не маргинальная аномалия, а часть жизни большого города. От нее не застрахован ни бедный, ни богатый, ни умный, ни глупый. Как и от экономических потрясений, семейного насилия, потери работы, внезапной болезни, действий мошенников. Проблема в том, что женщины проходят этот путь тише и незаметнее для общества. А значит, с большим ущербом для себя.

Елена Хакимова

Историями о том, как пропавших домашних питомцев жулики предлагают выкупить безутешным хозяевам, давно никого не удивишь. Но в наши дни злоумышленники берут на вооружение искусственный интеллект. На днях в Волгограде владелицу потерявшегося кота кибермошенники пытались развести под видом волонтерской помощи.

Утро 14 мая для волгоградки Марии началось необычно: ее кот Тимми, которому исполнился год, не встречал проснувшуюся хозяйку мурлыканьем, как это делал всегда. Окно открыто, москитная сетка сдвинута, домосед, похожий, выбрался на улицу.

Для семьи это был первый «побег» любимца, для девушки - настоящий шок. Район с оживленной дорогой под окнами и стаями бездомных собак. «Я уже мысленно его похоронила», - призналась Мария позже.

КИБЕРМОШЕННИКИ ЗАРАБАТЫВАЮТ НА ПОТЕРЯШКАХ

Пока родители искали кота во дворах, она делала то, что делают тысячи владельцев в такой ситуации, - публиковала объявления и фото во всевозможных группах в соцсетях.

Именно там ее и нашли «доброхоты». Сценарий развивался, как выяснилось позже, по классической схеме. Сначала - сообщение с пустого аккаунта. Затем - ссылка на пост, где якобы продают похожего кота. Правда, на фото у Тимми почему-то не было характерных «бровей». Мария догадалась, что фото кота, видимо, сгенерировали с оригинального кадра посредством ИИ.

Дальше «волонтерское сообщество» с громким названием и правильными словами

про помощь животным начало психическую атаку: «Вам нужно срочно связаться с нами! Вашего кота могут усыпить! Мы можем помочь, но сначала внесите залог за кота».

Мария окончательно поняла, что перед ней не помощники, а мошенники. Она сознательно подыграла аферистам, чтобы получить контактный номер телефона - доказательство в случае заявления в полицию. После этого прекратила переписку.

Финал у этой истории оказался счастливым: уже к обеду Тимми нашли в подвале дома живым, но сильно напуганным.

По данным сервиса экстренных служб, только за прошлый год и только в Волгоградской области пропали



почти 2,8 тысячи домашних животных.

В Москве владельцам пропавшей собаки писали от имени «передержки», требуя оплату «за корм и уход», иначе животное обещали «передать другим людям». В Санкт-Петербурге мошенники рассылали фото чужих животных, утверждая, что это пропавший питомец, и

требовали «вознаграждение за возврат» еще до встречи. В Казани злоумышленники создавали фейковые приюты на сайте «ВКонтакте» и собирали «депозиты за спасение», после чего исчезали. В Екатеринбурге владельцам потеряшек угрожали тем, что питомца «заберут на усыпление», если не перевести деньги немедленно.

Важно помнить одно: настоящие волонтеры так не работают.

Как же не стать жертвой обмана? В рекомендациях специалистов нет ничего нового: не поддаваться панике, не переводить деньги незнакомцам, проверять фото питомца (замечать детали, сличать со старыми снимками), общаться только с открытых аккаунтов и внутри проверенных сообществ, договариваться о встрече, а не о выкупе.

В случае Марии все закончилось благополучно. Но схема продолжает работать. Каждый новый пост о пропавшем питомце может стать для кого-то роковым.

Олег Павлов

Александр Адабашьян:

«Янковского так и не смогли научить танцевать»

Вот уже 17 лет с нами нет Олега Янковского. И все меньше режиссеров, которые с ним работали. Александру Адабашьяну повезло. Как режиссер он снял всего три фильма. И первый - с Янковским в главной роли. Причем фильм был на французском, а все актеры, кроме Олега Ивановича, французы...

- Александр Артемович, как вам удалось заманить Олега Янковского в свой дебютный фильм «Мадо, до востребования»?

- Янковский в тот момент был в Париже, и он легко согласился на роль. Причем даже не читая сценарий, который был написан на французском языке. Хотя он всегда очень тщательно отбирал материал.

- Наверное, вам поверил как близкому другу Никиты Михалкова?

- Для Олега было важно, что фильм - не сериал, не криминальная история и что его герой не извращенец. Не любил он бандитское кино, не хотел в нем участвовать. А сценарий не читал во многом из-за незнания французского языка. У него вообще с иностранными языками

была проблема, даже не знаю, с чем это связано. Говорят, что иностранные языки хорошо даются людям с музыкальным слухом, так вот у Олега была проблема и с музыкальным слухом. Поскольку фильм снимали на французском, Янковский говорил на очень плохом французском, то его пришлось переозвучивать. И это было впервые. То есть Янковского переозвучивали только в одной моей картине.

- Олег Иванович не возражал?

- Нет. Он понимал, что так будет лучше для фильма. К сожалению, из-за того, что его роль переозвучивал другой артист, Олегу Янковскому не могли вручить премию за роль. В этом случае считается, что роль - не исключительно

этого актера. Озвучивание лишает актера эксклюзива... На самом деле Олег попытался озвучить свою роль, но потом сам предложил взять другого актера, сказал, что не может больше мучиться и мучить нас.

- Неужели Янковский так легко сдавался?

- Не сдавался никогда! Я же говорю: пытался сам озвучить, сидел часами в ателье, сделал несколько вариантов, но все было не так хорошо, как хотелось. В результате его озвучил совсем неизвестный актер из России, который хорошо говорил на французском... Я сам был свидетелем, как Олег пытался научиться танцевать на съемках фильма Романа Балаяна «Полеты во сне и наяву». В финале он должен был танцевать с Людмилой Гурченко, и кто только не учил его - и сама Люся, и Олег Табаков, но никак не получалось. Олег Меньшиков, тогда еще совсем молодой, занимался даже ба-

летом с Янковским. Он был во всем хорош, кроме вокала, слуха и чувства ритма.

- Но Янковский работал в самом поющем театре Москвы...

- Он не участвовал в музыкальных спектаклях. После абсолютного провала в мюзикле «Шляпа» Янковский как огня боялся музыкальных спектаклей и фильмов.

- В вашем фильме «Мадо, до востребования» есть сцена, где Янковский мертвецки пьяный... Раскройте секрет: он был пьющим?

- Олег придумал пять или шесть вариантов той пьяной сцены и, разумеется, снимался он трезвый. А в жизни - да, мог выпить. Но очень серьезно относился и к себе, и к здоровью, и к профессии. Всегда был в форме, никогда не позволял себе приходить на площадку с похмелья или невыспавшимся. Всегда был корректен, в работе - четок и готов, никогда не

было, чтобы забывал текст или путался в мизансценах. Саша Абдулов - тот мог себе позволить нарушить дисциплину, прийти с бодуна, текст забыть, а Янковский никогда. Поэтому Олега все считали мэтром.

- Александр Збруев говорит, что на сцене Абдулов играл лучше Янковского, а в кино - наоборот. Согласны?

- Янковский и Абдулов - антиподы. Саша смешивал личную жизнь с кино, а Олег разделял. Олег после успеха фильма «Щит и меч» терпеливо дожидался того, что ему будет действительно интересно, где он может быть самим собой и уникальным. Абдулов же часто выбирал компанию, с кем ему приятно сниматься. Он, например, всю жизнь жалел, что не сыграл д'Артаньяна. Фехтованием же еще занимался, и довольно долго, и какие-то небольшие успехи у него в этом были. Саша был абсолютно уверен, что д'Артаньян - его роль. И для него было страшной обидой, когда взяли Боярского. Олег же никогда не обижался на режиссеров за то, что его не выбирали, относился к этому философски. Янковский выстраивал роли и был очень точен в игре. А Саша брал харизмой и темпераментом. Олег всегда тщательно одевался - как денди. А Саша мог выглядеть как бомж, прийти в помятой одежде, в грязных ботинках. Олег всю жизнь ездил на хороших автомобилях. А Сашка - на каких-то спортивных машинах полуразбитых, которые сам разбивал. В жизни Саша был как уличный мальчишка. А Олег - аристократ...

Анна Соколова

На РЕН-ТВ стартовал необычный проект «Соль. Легенда», в котором поп-исполнители выступают в принципиально иной стилистике: исполняют культовые рок-хиты и перепевают свои композиции в стиле рок.

Проект «Соль» выходил на канале и раньше, но только в формате ТВ-«квартирника». В студию приходили исполнители и музыканты именно рок-направления. Пели, вели беседы на актуальные темы. И вот этот междусобойчик превратили в масштабное соревнование, где представители поп-музыки должны доказать, кто из них на самом деле крутой рокер. В списке участников, которых пафосно называли «музыкальными глadiаторами», Полина Гагарина, Люся Чеботина, Клава Кока, Ирина Дубцова, Денис Клявер, Виктория Дайнеко и другие звезды гламурной сцены. Оценивают их выступления три постоянных члена жюри - солист группы «Агата Кристи» Вадим Самойлов, продюсер Виктор Дробыш и почему-то рэпер

«Смотрится странно...»

Александр Степанов. Плюс в каждом выпуске присутствуют приглашенные судьи - Сергей Галанин («СеръГа»), Юлия Савичева, Баста, Сергей Бобунец («Смысловые галлюцинации»), Елка и прочие, у кого найдется время на съемки.

- Мне непросто оценивать выступления, - признался Сергей Бобунец. - Сталкивать артистов лбами - не совсем моя история. Но шоу есть шоу. Поп-исполнителям приходится нелегко. Многие пытаются «играть в рок». Но быть рокером и изображать рокера - разные вещи. Кажется, что достаточно надеть косяху, принять эффектную позу и петь с надрывом. На деле рок-музыка строится на глубоких эмоциональных переживаниях. Их нужно прожить по-настоящему, а не просто изображать. Рокером не каждый может стать... У меня вообще есть ощущение, что люди приходят в рок-музыку не от лучшей жизни. Потом человек привыкает к хорошему. Но



боль остается и время от времени возвращается. Когда музыкант искренне делится этим переживанием, оно становится созвучным другим людям. Они слушают и понимают: «Да, со мной тоже такое было».

Впечатлениями о шоу с нами поделился фронтмен группы «АукцЫон» Олег Гаркуша:

- На мой взгляд, там никакой органики нет. Это все сделано ради повышения популярно-

сти исполнителей. Они играют в стиль, играют в хард-рок. В общем, они играют. А рокерами, как ни громко это звучит, все же рождаются. Если ты изначально стал играть хард-рок, то потом играешь его до конца своих дней. А тут замечательные артисты ненадолго меняют стилистику... То есть, может, и надолго. Но мне кажется, что они, получив нужное им признание, в любом случае вер-

нутся к тем песням, которые раньше исполняли. Никто из них в рок не пойдет, я думаю. То, что я посмотрел, показалось мне... какое бы слово подобрать? Забавно! Наверное, вот такое слово. Вообще все это странно смотрится. Особенно когда участники какие-то свои лирические песни поют в стиле хард-рок. Не думаю, что их фанаты это оценят, переключатся и станут воспринимать их хиты в этом стиле.

- Но, может, появится больше фанатов у самого направления рок-музыки?

- Если честно, у нас остались только две группы в хард-роковом звучании. Это «Ария» и «Кипелов». Есть еще, конечно, коллективы, но такие, которые не собирают стадионы. И если, условно говоря, Полина Гагарина или кто-то еще из поп-исполнителей вдруг затеют рок-концерт, то, дай бог, может, и сложится, может, поклонников этого стиля и прибавится. Но это смотря как делать. Если чисто номинально, то это одна история. А если делать от души, то другая - не исключено, что удачная...

Людия Мезина

«Чудовище» по имени «Гамлет»

Новый спектакль МХТ им. Чехова с Юрой Борисовым в главной роли в рекламных анонсах называли «театральной бомбой». И не преувеличили. «Бомба» рванула так, что до сих пор вокруг постановки искрит...



Олег Меньшиков

что современная интерпретация классики - это всегда рискованный эксперимент, и в случае с «Гамлетом» - провальный, по ее мнению: - За свой счет - пожалуй- ста: экспериментируйте как угодно. Но на большой сцене театра федерального значения с билетами по

Этот «Гамлет» изначально привлек повышенное внимание. Потому что там в главной роли Юра Борисов, наш номинант на «Оскар» и любимец публики. Билеты на премьеру смели моментально, а потом часть из них продавалась у перекупщиков аж за 200 тысяч. Но не все, кто расхватал билеты и по официальным, и по спекулятивным ценам, обратили внимание, что постановка обещает «современное прочтение шекспировской пьесы». В итоге многие зрители были в шоке, что Гамлет передвигается на роликах в костюме из фольги, занимается интимом с Офелией в шкафу и делает непристойные предложения собственной матери. Вообще все «прочтение» - от странных декораций до встроенных в классический текст ино- родных шуточек - оказалось настолько провокацион- ным, что даже обсуждение постановки превратилось в отдельный спектакль. И тут главную роль сыграл Олег Меньшиков, который пер- вым высказал свое фи:

- То, что я увидел, - это театральная катастрофа. Театр породил чудовище. Знаете, меня еще подстегнуло, что где-то в Сети я нашел отклик, что это, оказывается, «гениально», что «это не каждому дано понять», что там какие-то смы- слы скрыты... Ой, какие смыслы? Там ни одной мысли нет! Там даже за- рождение мысли отсутству- ет. Генрих Белль сказал, что есть границы, за которыми глупость и скудоумие долж- ны наказываться по закону. Наказываться по закону? Пожалуйста. Представитель законодательной ветви вла- сти - депутат Дмитрий Пев- цов - сразу же заявил: «Счи- таю, что контролировать нужно тех, кто работает вне плоскости наших морально- нравственных ценностей, которые указаны в 809-м указе президента». Театральный критик Эми- лия Деменцова отметила,



МХТ добился своей цели: равнодушных точно нет

цене ювелирного украше- ния зритель имеет право не только на модное событие, но и на искусство. Нельзя продавать зрителю билет на художественное собы- тие, а предъявлять ему про- фанацию. Театр начинается не с вешалки, а с доверия, и именно его такие спектакли разрушают первым.

Евгений Цыганов, наобо- рот, выразил поддержку, но не спектаклю, а исполните- лю главной роли:

- Я понимаю, что для Юры Борисова, который сейчас дебютирует не просто на

большой сцене, а на мхатов- ской и в роли Гамлета, в этом есть определенная смелость. И когда я вижу людей, кото- рые совершают смелые по- ступки, во мне это вызывает уважение.

А за спектакль вступил- ся... Филипп Киркоров:

- Я, честно говоря, хочу присоединиться к речи Констан- тина Аркадь- вича Райкина, который очень правильно ска- зал, что если что-то кому- то не нравится в постановке или в творче- стве коллег, то



Я. ЧИНГАЕВ/АГН «МОСКВА»

необязательно выносить свое мнение и агрессивное фу на всеобщее обозрение. Видел безобразное обраще- ние Певцова в отношении спектакля. Сам я спектакль не видел. Но Юра Борисов сегодня звезда номер один! Потрясающий актер, ар- тист харизматичный, сы- гравший роль в одиозном сегодня спектакле «Гамлет» на сцене МХТ. Может, за-

висть к Юре Борисову сы- грала у Певцова, как у сби- того летчика?

А писатель Александр Цыпкин заметил, что споры вокруг постановки делают ее прибыльной:

- Вот Меньшиков выска- зался критично, на что име- ет полное право... И пара- докс в том, что именно этот его пост продаст билеты на этот спектакль на год впе- ред!

Более того, худрук МХТ Константин Хабенский под- твердил, что резонансный «Гамлет» был выпущен на сцену великого театра с су- губо прагматичной целью:

- Уже состоялась хорошая премьера - полярность мнен- ий, нет ни одного равно- душного зрителя, никто не выходит после спектакля спокойным. А для театра это гораздо лучше, чем мол- чание. Появление таких кас- совых спектаклей позволяет заработать и приглашать молодых режиссеров.

Вот, собственно, и ответ на все вопросы, для чего создаются такие спорные, скандальные постановки. Одно театральное, как вы- разился Меньшиков, «чудо- вище» обеспечивает театру возможность ставить другие вещи и оплачивать дебют- ные постановки начинаю- щих творцов. Ради этого, видимо, можно и смириться с Гамлетом в фольге и на ро- ликах...

Людия Мезина

Оксана Акиньшина стала мамой уже в четвертый раз - в начале мая она родила сына Даниле Козловскому. Актеры успели даже заре- гистировать отношения. Поэтому малыш, которо- го назвали Лео, появился на свет в законном браке. Но получится ли этот брак прочным, а детство Лео безоблачным? С кем он бу- дет расти? Ведь у Оксаны уже есть трое детей. И все они живут... не с ней!

Сын от первого брака Филипп (16 лет) с ран- него возраста находит- ся на попечении роди- телей Акиньшиной. У парня есть особенности развития, им нужно за- ниматься. И как-то так сразу вышло, что зани- мались им дедушка и ба- бушка, которые дважды были вынуждены тре- бовать алименты на со- держание Филиппа через суд! Потому что Оксана то ли забывала, то ли не считала нужным отпра- влять деньги.

Дети от второго бра- ка - Костя (13 лет) и Эми (9 лет) - после разво- да в 2018-м были отданы

Козловский и Акиньшина: что ждет их сына?

Слухи о романе двух известных актеров ходили давно. И подтвердились самым убедительным образом: у пары родился общий ребенок. Но есть сомнения, что этот союз будет прочным...

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Экс-возлюбленная Козловского подала на алименты

Ольга Зуева обратилась с иском в суд о взыскании алиментов с Даниила Козловского на содержание их дочери Оды Валентины. Она рас- считывает получать от актера четверть от всех его заработков. При этом Козловский сам всегда ис- заботился. Правно перечислял деньги для дочери. Но Зуева, как говорят, только из СМИ узнала о романе Дани- лы с Акиньшиной и о том, что у них будет ребенок. Иск к Козловскому был зарегистрирован буквально за день до появления на свет его сына. В близком окружении актера считают, что, во-первых, Ольга обиделась и поэтому решила судиться. А во-вторых, она побоялась, что в связи с рождением сына Коз- ловский будет не так щедр к дочери. И решила на юридическом уровне обеспечить ее будущее.



СОЦСЕТЫ

Акиньшиной их отцу - Арчилу Геловани. Полу- чается, они уже семь лет живут без мамы. Хотя Акиньшина ино- гда их навещает. Во всяком слу- чае, накануне четвертых родов ее видели

в Тбилиси вместе с Козлов- ским. У Даниила тоже есть дочь - Ода Валентина (6 лет) от отношений с актрисой Ольгой Зуевой. Девочка жи- вет с мамой в США и видит папу, как говорят, дважды в год. То есть все предыдущие дети Акиньшиной и Козлов- ского разбросаны по свету. И на этом фоне становится

тревожно за крошечного Лео. Будет ли прочным брак его родителей? И если вдруг нет, то с кем он будет расти? С очень занятым папой? Или с мамой, у которой за плечами есть иски по али- ментам?

- Мне кажется, что этот брак будет непрочным и недолгим, - предсказывает писательница и психолог Юлия Шилова. - Акиньшина и Козловский совершенно не подходят друг другу пси- хологически. Потому что Оксана - она такая... Ее не зря называют матерью-ку- кушкой. Данила, конечно, безумно талантливый актер. Но как человек он тоже не очень понятный. Вообще создается впечатление, что это какой-то проект. По- смотрите, у них же нет ни одного «живого» фото, все съемки постановочные! Все выглядит немножко фаль- шивым. Перспектив у этой пары я не вижу. Хотя пожи- вем - увидим. Будем верить в хорошее, в доброе, в то, что семья окажется настоящей и что ребенок будет расти в любви с папой и мамой.

М.Н.

Почему Плющенко «переобулся»?

Фигурист осуждал спортсменов, которые ради карьеры выступают на соревнованиях под флагами чужих стран. Но сейчас решил, что это наилучший путь для его собственного сына...



За 13-летнего Сашу пока все решают родители

Новость о том, что сын **Евгения Плющенко** 13-летний **Александр** перешел в спортивное гражданство **Азербайджана**, стала одной из самых обсуждаемых. И прежде всего потому, что сам **Евгений** в 2022 году считал такой вариант для российских спортсменов самым позорным:

- Я искренне не понимаю, как можно отказаться от своей страны, принять эти условия, отказаться от специальной военной операции ради поездки на Олимпиаду. Отказаться от нашего президента, отказаться от наших земель, от наших ресурсов, от мамы, от папы. И многие теперь не понимают самого

Евгения: чего это он вдруг «переобулся» и организовал «отказ от своей страны» для **Гном Гномыча**?

- Поскольку это сын **Евгения Плющенко**, то это решение воспринимается достаточно остро и болезненно, - заметил двукратный олимпийский чемпион по биатлону **Дмитрий Васильев**.



С. САНДУРСКИЙ/АГН «МОСКВА»

- Я бы так не поступил. Тем более что парень еще молодой, у него вся карьера впереди, если он, конечно, хочет серьезно заниматься фигурным катанием. И ему стоило еще подождать какое-то

время. Я не понимаю этого решения. Думаю, что оно точно не прибавит популярности **Евгению Плющенко** и может сказаться на его репутации. Очень странное решение.

Надо сказать, что **Евгений** подчеркивает: спортивное гражданство **Азербайджана** **Саша** получил пока только на пять лет, а потом «посмотрим, что из этого получится». Мол, это же не отказ от своей страны. Да и сам **Саша** выступил с заявлением:

- Я был и остаюсь русским. Мне дали спортивное гражданство **Азербайджана** на пять лет. Надеюсь, на международной арене мне удастся достойно представлять наши две страны и прославлять академию моего папы.

Прославлять академию - это пожалуйста. А вот представлять сразу две страны никак не получится. В ряде стран, в том числе в **Азербайджане**, получить спортивное гражданство можно только вместе с принятием обычного гражданства. И **Плющенко-младший** юридически уже стал гражданином **Азербайджана**. Это подтвердил глава российской Федерации фигурного катания на коньках **Антон Сихарулидзе**: «Да, он (**Александр Плющенко**) получил азербайджанский паспорт. Так как он

несовершеннолетний, родители принимают решение».

- **Евгений** решил так, потому что боится, что сын потеряет международный опыт, - объясняет знаменитая конькобежка и депутат **Светлана Журова**. - А в 13 лет уже нужно начинать его получать. **Саше** будет не просто, но в **Азербайджане** конкуренции меньше. В ряде видов спорта, которые можно по пальцам пересчитать - это борьба да фигурное катание, - спортсмены уходят из-за высочайшей конкуренции. Не было бы конкуренции, не было бы переходов. Спортсмены и болельщики это понимают, а обычные люди будут крайне осуждать. Жене надо быть готовым: в его адрес полетят обвинения в отсутствии патриотизма.

- В России **Саше** пробиться в сборную будет очень тяжело, шансов мало, - говорит в прошлом именитый фигурист, а ныне тренер **Александр Жулин**. - А там он, может быть, будет участвовать в чемпионатах Европы и мира.

- Это личное дело семьи! - заявил **Дмитрий Губерниев**. - Это понятные спортивные интересы, а может, бизнес или любовь к Баку... Желая **Гном Гномычу** успехов и здоровья!

М.Н.

Таким нововведением порадовал свою публику московский Театр на Покровке. Причем подано все так, будто учреждение культуры заботится именно о зрителях: «Мы знаем, как это бывает... Спектакль уже начался, вы спешили и не успели купить букет...» И вот если возник вдруг дискомфорт, что цветов в благодарность за все прекрасное при себе нет, то можно перечислить эту благодарность деньгами. Чаевые официантам вы ведь даете? И актерам чаевые не помешают! В интернет-канале «Кулисы шепчут» по этому поводу появился возмущенный пост: «Скажем честно, затея непонятная. Артисты служат в государственном, муниципальном театре города Москвы, и при этом им как бы предлагается напрямую переводить деньги от зрителей. Хотя артисты и так получают заработную плату, пусть и небольшую, но все же установленную государством в лице учредителя театра. Возможно, это первый подобный случай в нашем театральном сообществе, когда мы дошли уже до такой формы «поощрения» артистов. Театр - не ресторан, не стриптиз-бар или бордель, не место для чаевых. И уж точно не площадка для таких сомнительных «инноваций».

Однако режиссер и народный артист России **Андрей Житинкин** в подобной «ин-

Чаевые для актеров - это нормально?

Один из столичных театров предложил зрителям поучаствовать в премировании артистов: тем из них, кто особенно понравился в спектакле, можно адресно перечислить деньги по кьюаркodu...



Андрей Житинкин

новации» не увидел ничего странного:

- Это вполне вписывается в традиционные рамки отношений между зрителями и актерами. Ведь даже в античное время зрители дарили актерам в благодарность продукты. Такая вот интерпретация фразы «хлеба и зрелищ». Зритель всегда старался поделиться хлебом, потому что актеры с древности не были богатыми людьми. Они доставляли всем радость, но получали за это гроши. В огромном количестве пьес, например у **Островского**, конфликт построен на том, что богатый меценат продвигает какую-то актрису, покупает ей бриллианты, оплачивает

банкеты в ее честь после премьеры, а иногда за свой счет делает ей бенефис... Так было и в реальности. Например, в царское время у аристократов были свои любимые актрисы. **Николай Второй**, как известно, любил смотреть, как работает **Матильда Кшесинская**. Им даже приписывали особые отношения... Он ей делал дорогие подарки, дарил бриллианты. Она ими хвасталась. То есть некое материальное поощрение артистов, какие бы мотивы за этим ни стояли, всегда имело место быть. Я знаю, что и наши современные зрители - люди очень благодарные. Если им действительно понравился актер, то они деньги ему, ко-

нечно, перечислят. Но если это идет через какой-то общий счет или фонд, то тут надо осторожно присмотреться к такой инициативе. Кто будет контролировать все эти денежные благодарности от зрителей, как будет распределять? Тому ли актеру отдадут деньги, которому перечислил конкретный зритель, и полную ли сумму ему отдадут? Все это, к сожалению, совершенно не прозрачно. Есть и другой важный момент... Некоторые зрители могут быть очень навязчивыми. Они, допустим, подарили цветы и считают, что тем самым

купили время и внимание артиста. Они караулят у служебного входа, настаивают на совместных фотографиях или на личном общении. И это только из-за букета! А если театр предлагает еще и финансово участвовать, то актеры могут столкнуться с проблемой. Зрители бывают разные. И некоторые могут предъявить потом артисту какой-то счет. Я, например, знаю одну актрису в театре «Ленком» (не буду называть ее фамилию), которой поклонник часто дарил букеты. Дарил-дарил, а потом вдруг решил потребовать с нее всю потраченную на цветы сумму. Дождался ее у выхода, предъявил, так сказать, счет. Ей пришлось полицию вызывать. Вот такие ситуации бывают. Поэтому в поощрении артистов я ничего плохого не вижу. Но есть моменты, которые стоит учитывать, если поощрения и благодарности пытаются перевести в некую систему.

Людия Мезина



Татьяна ДОГИЛЕВА: «Нет необходимости кому-то нравиться»

Татьяне Догилевой идет 70-й год. Но для многих зрителей она все та же молодая медсестра Лида из «Забытой мелодии для флейты» или продавщица Надежда из «Блондинки за углом». Полторы сотни ролей в кино, полтора десятка театральных работ... При этом Догилева словно бы стесняется своей популярности!

«У меня была масса комплексов»

- Татьяна Анатольевна, вы любите комплименты?

- Разве что на четвертую часть верю им. (Смеется.) Просто слишком хорошо знаю этот мир и слишком много сама говорю комплиментов.

- Вы не скрываете, что в молодости прибегали к пластической хирургии. А сегодня не хотели бы что-то в себе изменить, подправить?

- В 40 лет я сделала пластическую операцию (подтяжку лица. - Ред.) - и все. А сейчас мне 69, и меня все устраивает. Мне нравятся мои роли, моя ниша в кино. Так что сейчас главное для меня - причесаться. (Улыбается.) Ничего кардинального с собой не делаю. Раз в полгода могу поехать в санаторий и там пройти какие-то приятные процедуры.

- А вот многие ваши коллеги, которые даже старше, пытаются молодиться...

- Нет, я стараюсь одеваться согласно возрасту и фигуре. Например, мини, что-то яркое или обтягивающее сейчас не надела бы. Хотя когда-то была модной артисткой с хорошей фигурой и мне хотелось надеть хорошие тряпки, драгоценности, сделать макияж. А сейчас нет необходимости кому-то нравиться специально.

- Но в молодости считали себя красавицей?

- Боже упаси, в свое время у меня была масса комплексов по поводу внешности. Я и в кино достаточно поздно начала, потому что мое лицо считалось очень трудным для камеры. А поскольку я была заиклена на

профессии, меня больше интересовало не то, красивая я или некрасивая, а будут меня снимать или не будут.

- Неужели вас не окружала куча поклонников, восхищавшихся вашей красотой?

- Поначалу никто мне этого не говорил. Могли

о помощи, и он всегда откликнется.

- От того брака у вас есть дочь - актриса Екатерина Ланн. Писали, что она окончила актерские курсы в Кембридже, затем в 2015 году - Американскую академию драматического искусства в Нью-Йорке. Чем сегодня занимается?

- Она взрослая самостоятельная женщина, живет своей жизнью, я очень горжусь ею, она большая молодец. Но мы сепарировались, я



С дочерью Екатериной

сказать, что хорошая актриса или удачно сыграла. А то, что красавица, сказал единственный человек - Режис Варнье, режиссер фильма «Восток-Запад». Но его слова я больше приписываю французской галантности. Потому что красота не есть моя сильная сторона.

- Что же тогда?

- Ну... кое-что играть умею.

- И сейчас «кавалеров вереницу», как в песне Ирины Аллегровой, не хотели бы видеть вокруг себя?

- Замуж точно больше не хочу, у меня уже все было в полной мере. К тому же сегодня, как это ни смешно, я чаще всего вижу с бывшим мужем. У нас прекрасные отношения. Мы пережили тяжелый период развода (с писателем-сатириком Михаилом Мишиным Догилева рассталась после 22 лет брака в 2008 году. - Ред.), но потом пришли к пониманию, что у нас общая дочь, что мы много прожили и пережили вместе. Поэтому мы - близкие люди. Я могу к нему обратиться с любой просьбой



В фильмах «Забытая мелодия для флейты» и «Блондинка за углом»

в курсе только того, о чем она сама сочтет нужным мне сообщить. И за какими-то советами обращается ко мне редко.

«В своей депрессии дошла до крайности»

- А если бы кто-то из молодых артистов обратился к вам за советом, каким бы опытом с ним поделились?

- Я бы рассказала о советских лентах, в которых играла: там было высочайшее качество во всем - от сценария до грима и актерской игры. Просто стыдно было плохо играть: сыграешь плохо один раз и больше тебя не позовут - считай, перекрыла себе карьеру. А

сейчас - ничего... Мне вот очень повезло, ведь я со времени окончания института в 1978-м (училась в ГИТИСе на одном курсе с Виктором Сухоруковым и Юрием Стояновым. - Ред.) и по сей день снимаюсь, для меня находятся роли - прошла в кино путь от выпускницы ПТУ Нинки до ролей бабушек.

- Но в 1990-е у вас была длительная пауза. Как пережили?

- О, это вообще было время страшное, когда вся страна, все устои перевернулись. Во-первых, из-за возраста я стала терять роли лирических героинь. Вдобавок и кино стало очень мало, к театру зрители потеряли интерес. И

если существует кризис среднего возраста, то я его пережила. Для меня он заключался в перемене амплуа. Если раньше ты всегда была в центре, а

«Поверни голову туда, сюда». Потом меня сажали, отвозили... Понимаете, на самом деле это полная зависимость. И когда оказалось много свободного времени, вдруг выяснилось, что на самом деле жить-то я не умею. Это было сильное потрясение: и много слез, и чудовищная депрессия, и первый раз в жизни я подумала, что выбрала не ту профессию. Наша профессия - своего рода наркотик, заболевание. Вызывает чудовищное привыкание.

- Не пробовали набирать номера телефонов знакомых режиссеров?

- Нет. Я твердо знала, что если ты не должна играть эту роль, то и не будешь. Знаете эту фразу: «Никогда ничего не проси...»

- «...сами придут и все дадут», да?

- Ну вторая часть редко сбывается. (Смеется.) Но то, что проси не проси, а роль тебе никто не даст, это точно. Если не положено.

- Не было мыслей начать все сначала, найти себя в чем-то ином?

- Нет. Как-то все сложилось, что я плакала-плакала и в своей депрессии зашла очень далеко. То есть «нет смысла жить» - до таких глупостей. Дни превращались в бесконечные рыдания, самопоедания, доставалось всем: мужу, подругам... Тот, кто пережил, что такое настоящая депрессия, тому не надо рассказывать, а другим я не хочу... И вот когда я в своей депрессии дошла до крайности, меня пронзила мысль, что это очень пошло - помирать из-за того, что какой-то дядька не дал тебе какую-то роль. Самую дурацкую, может быть.

- А это что, была какая-то минута просветления: проснулись и все осознали?

- Нет, видно, накопилась какая-то критическая масса. И сорвалась. Я для себя решила, что конец в профессии - это еще не конец жизни. И оказалась абсолютно права... Потому что уже была беременна. А дальше начались совершенно другие проблемы и стало совсем не до кино. Поняла, что искусство, если ты о нем не думаешь сутками напролет, - намного меньше, чем жизнь. Особенно жизнь маленького человека, за которого ты несешь ответственность.

«Я разлюбила театр»

- И «наркотик» перестал действовать?

- В какой-то момент я, наоборот, почувствовала огромную радость от того, что не завишу от всей этой круговерти. Ведь как только попадаешь в эту круговерть, как белка в колесе начинаешь за чем-то гнаться. Непонятно за чем. Если бы я могла сказать: я гонюсь за деньгами... Но это было бы не совсем верно.

- Если не за деньгами, то за чем?

- Ну как: в молодости ты гонишься за популярностью, за славой, за восхищением...

- Этого вы наелись?

- В принципе, да. Я знаю, что все равно не перепрыгну себя молодую по пику своей карьеры. Грубо говоря, за чем мне уж так гнаться, я не понимаю. Вот такая дилемма: с одной стороны, сниматься хочется, а с другой - хочется быть совершенно независимой.

- Чем же сейчас заполняете свою жизнь вне съемочной площадки?

- Сегодня закончила расхламление квартиры. Дошла уже до предела, когда жить стало нигде. (Смеется.) В итоге многие вещи безжалостно выбросила, а какие получше - те отдала знакомым людям. Просто в свое время была большим шопоголиком. Долгое время потом рука не поднималась выкинуть хорошие вещи, а сейчас поднылась. Безжалостно! Что еще делаю дома? Стараюсь делать зарядку, много смотрю кино и сериалов. К сожалению, сейчас все меньше и меньше хороших выходит.

- А в театре бывае-те?

- К своему счастью, разлюбила театр. Много лет уже никуда не хожу. Я перестала подключаться к этому искусству - у меня что-то сломалось...

Федор Григорьев,
Игорь Корнеев

15 лет за брак с иностранцем

Сегодня никого не удивляют союзы россиян с иностранцами. Главное ведь что? Правильно - любовь! Но в истории страны был период, когда такие браки были официально запрещены, а за ослушание ссылали в лагерь.

Указ «О воспреещении браков между гражданами СССР и иностранцами» вышел 15 февраля 1947 года. Под ним стояли подписи Председателя Президиума Верховного Совета СССР **Николая Шверника** и секретаря Президиума **Александра Горкина**. Но историки узнают «руку мастера» - **Иосифа Сталина**.

В документе - всего два коротеньких пункта:

1. Воспретить браки между гражданами СССР и иностранцами.
2. Поручить Президиумам Верховных Советов союзных республик привести законодательство республик в соответствии с настоящим Указом.

И никаких пояснений...

«Буря» для Сталина

Формальным поводом стала забота партии о своих гражданах, точнее - гражданах, ведь «женщины, вышедшие замуж за иностранцев и оказавшиеся за границей в непривычных условиях, чувствуют себя плохо и подвергаются дискриминации».

Историки полагают, что причины были гораздо глубже. Власть опасалась, что любой, кто связал свою жизнь с гражданином другой страны, рисковал оказаться мишенью западных спецслужб (такие случаи действительно случались, но не были массовыми).

- В 1946-м началась холодная война - запрет браков с иностранцами вписался в политику «железного занавеса», - уточняет доцент кафедры всемирной и отечественной истории МГИМО **Николай Копылов**. - Кроме того, после войны в СССР работали военные миссии, посольства стран бывшей антигитлеров-



Людмилу Хохлину и Питера Сквайра разлучили навсегда

ской коалиции, так что указ был одним из инструментов борьбы со шпионской деятельностью. Он предупреждал возможную вербовку советских граждан, запрещая слишком близкие контакты с сотрудниками посольств или военного атташата.

Есть даже предположение, что на жесткие меры хозяина Кремля навел роман писателя **Ильи Эренбурга** «Буря». Он был выдвинут на Сталинскую премию, но в Политбюро разгорелась жаркая дискуссия, достойна ли книга столь высокой награды: ее главный герой, обычный советский инженер, влюбляется во французскую художницу. Мыслимое ли это дело?!

Сталин, выслушав все доводы, тогда заметил: «А мне француженка нравится. Хорошая девушка! И потом так в жизни бывает». А буквально через месяц браки с иностранцами были запрещены.

- Дела Сталина так часто расходились с его словами, что я спрашиваю себя: не натолкнул ли его мой роман на издание этого бесчеловечного закона? Сказал «так бывает», подумал и решил, что так не должно быть, - позже сетовал писатель.

Нарушителей осуждали по 58-й статье, по которой «закрывали» за контрреволюционную деятельность - это и ан-

тисоветская пропаганда, и шпионаж, и измена Родине.

Еще в 1920-1930-е годы в СССР приезжали десятки тысяч рабочих из других стран в рамках контрактов с иностранными подрядчиками. И советское руководство поощряло отношения с ними своих граждан, ведь такие союзы «олицетворяли интернациональную солидарность, единство пролетариев всех стран». Но после указа все они в секунду превратились во врагов народа. Указ бил в основном по женщинам. Его действие в полной мере ощутили на себе актрисы **Зоя Федорова**, которая из-за любовной связи с американским дипломатом провела в лагерях восемь лет, и **Татьяна Окуневская**, чьи короткие романы с иностранцами стоили ей шести лет в ГУЛАГе.

Скрывались в британском посольстве

Военный переводчик **Питер Сквайр** говорил, что с англичанами из русских могут встречаться только самоубийцы. И это было недалеко от истины. В 1941 году Сквайр (он служил на британском флоте и сопровождал морские конвои по программе ленд-лиза) по службе оказался в Архангельске. Там влюбился в **Людмилу Хохлину** - 19-летняя девушка ра-

ботала в гостинице, где и остановился Сквайр. Они поженились в мае победного 1945-го. А потом - черная полоса. Питера перевели на дипломатическую службу в Берлин, но его жена осталась в Союзе - ей не дали разрешения на выезд.

Таких же невыездных оказалось еще несколько женщин. Осенью того же года, опасаясь преследования спецслужб, они укрылись в британском посольстве и на два года превратились в затворниц - жили и работали в дипмиссии, не выходя за ее стены. Не помогали и митинги в их поддержку, которые проходили на улицах Лондона.

После того самого указа брак Хохлиной был автоматически аннулирован. Спустила какое-то время она сдалась - мишенью стали ее родители, которых исключили из партии «за непатриотическое воспитание дочери». Они слезно умоляли дочку сдаться, обещали, что с ней ничего не случится. Но едва Людмила покинула посольство, ее тут же арестовали и бросили в лагерь на 15 лет. С мужем она больше не виделась...

Казалось, что после смерти генералиссимуса жить станет легче, жить станет веселей. При Хрущеве «железный занавес» начал приподниматься. Летом 1957 года в Москве прошел VI Всемирный фестиваль молодежи и студентов, на который съехались более 30 тысяч иностранцев из 130 стран. Через три года открылся Университет дружбы народов, в котором учились студенты из стран Африки, Азии и Латинской Америки. Зарубежные специалисты

помогали поднимать советское производство, например: итальянский концерн Fiat отправил инженеров на строительство ВАЗа. Но за связи с иностранцами хоть уже и не сажали, но преследовали. Граждан увольняли с работы, за ними следил КГБ. Например, чекисты расстроили отношения известной манекенщицы Дома моделей одежды на Кузнецком Мосту **Марии Дивлевой**, в которую на показе мод в Париже влюбился племянник миллиардера **Дэвида Рокфеллера**. Спецслужбы предупредили девушку, что за эмиграцию ее семья пойдет по этапу. Дивлева пребывала в таком ужасе, что со слезами вернула любимому связку писем, все его подарки и попросила исчезнуть из ее жизни.

Окончательно запрет на браки с иностранцами сняли в 1969 году с принятием нового Кодекса о браке и семье. В теории. На практике же сочетаться браком с чужеземцем было по-прежнему сложнее сложного, поскольку власти опасались формирования «нездорового интереса к западной культуре». Чтобы вступить в такой союз, требовалось собрать тонну бумаг: от характеристики с места работы до разрешения КГБ.

Ради брака с **Владимиром Высоцким** **Марине Влади** пришлось вступить во Французскую компартию, но и после росписи барда долго не выпускали из СССР. Супруги жили от письма к письму, от одного приезда актрисы в Москву до другого.

Не повезло и племяннице Генерального секретаря ЦК КПСС **Леонида Брежнева**. Люба училась в институте

иностранных языков. На какой-то вечеринке познакомилась с Гельмутом - учащимся военной академии. После первой же встречи они безвылазно провели три дня в общении у Брежневой. А потом пара попала на карандаш КГБ - и начался ад. Жилье девушки регулярно обыскивали - она то и дело обнаруживала вещи разбросанными, мебель - переставленной. Со временем гбисты перестали скрываться - однажды Любовь застала их прямо в момент обыска. Впоследствии они устраивали показательные унижительные акции - пересыпали одежду сахаром, демонстративно рылись в нижнем белье... В институте Брежневой прямо заявили, что она должна прекратить общение с немцем. Летом 1966 года Гельмуту пришлось вернуться в ГДР. Девушка просила помощи у влиятельного дяди, но не получила ее. Вспоминала, что при встрече с ним у нее вообще создалось впечатление, что генсек был не в курсе происхождения. Люба просила Леонида Ильича разрешить ей уехать вместе с любимым, но в ответ услышала: «Тебя отпусти - и другие побегут. И останусь я один с Косыгиным». Скромное колечко - все, что осталось у нее на память о коротком, но ярком романе.

Только при **Михаиле Горбачеве**, да и то не сразу советским гражданам перестали мешать строить отношения с оглядкой на границы...

Любовь Колесникова

Полностью прочитайте материал вы можете в новом номере журнала «История: тайны прошлого».

УЖЕ В ПРОДАЖЕ!



Устанешь греться у чужого огня

Что ждет наших эмигрантов в заграничном раю?

По официальной статистике, за последние пять лет российские граждане получили более 200 тысяч видов на жительство в зарубежных странах. Еще больше тех, кто уезжает просто по рабочей визе. Самыми популярными направлениями стали Испания, Армения, Грузия, Турция, Германия. Так ли хорош заграничный рай, как это мы себе представляем, и какие трудности ждут релокантов?

Откуда у парня испанская грусть

В 2023 году моя приятельница Нина уехала в Барселону. Сначала писала восторженные эсэмэски: «Тут все улыбаются, море, сиеста, паэлья!» Но через полгода тон изменился:

- В Испании бюрократ на бюрократе. Для съема квартиры нужен местный контракт и испанский счет. Аренда - 1700 долларов в месяц. И нужно заплатить сразу за пять месяцев. ВНЖ ждать месяцами. Договориться с мастером о ремонте сливного бачка - проблема. Испанцы любители гулянок. Особенно ночью. Шум! Это бесит.

Нину поначалу выручали накопления. Но они закончились. А с работой напряг. Даже со знанием испанского. Уж очень высокий уровень безработицы. К тому же в Барселоне говорят на каталонском языке. И Нине пришлось переучиваться.

Россиянин Аркадий честно делится впечатлениями о Мадриде в соцсетях (переехал в 2022 году):

- Если ты не айтишник, путь только в официанты, кем и работаю. У меня сахарный диабет, а тут

при обычном ВНЖ требуют частную страховку (100 долларов в месяц). Доступа к госмедицине нет! Везде к нам, русским, относятся подозрительно. Своим тут не станешь.

А девушка Милана, оказавшаяся в столице Испании в прошлом году, запоздало раскаивается: «Показали бы мне раньше весь путь - от налогов до аренды, - я бы сказала: «Нет, лучше куплю красного испанского и дома посижу».

Многие наши релоканты жалуются на здешнюю преступность, на мусор. Барселона - это не «мир под оливами», и пахнет она не мимозой и апельсинами, а мочой. Для воплощения «испанской мечты» нужно иметь доход от 3000-5000 евро в месяц. И это для среднего русского настоящий шок.



Бывшая советская республика. Корни дружбы еще не сгнили. Но... С начала СВО в Грузию въехало более

платили в три раза больше местных за аренду. Но к 2024 году цены выросли. ВНЖ получить почти невозможно, живешь на птичьих правах, каждые 365 дней нужно выезжать. Грузия, кстати, не признает паспортов, выданных на новых российских территориях. С 1 марта 2026 года иностранцам запрещена работа в такси, курьерами и гидами».

Иван, инженер, 40 лет, переехал в 2023 году в Кутаиси: «Хотел пожить в недорогой стране, но аренда выросла с 70 до 300 долларов за комнату. Работать без знания грузинского языка невозможно. Я на

110 тысяч россиян. Через два года осталось около 40 тысяч.

Марии 36 лет, копирайтер, переехала в Тбилиси в 2022 году: «Первое время грузины нас обожали: мы

удаленке. Работаю для компаний других стран. По-другому никак».

Виктор, айтишник, переехал в 2022 году в Батуми: «Работаю на американскую компанию, пишу софт. Четыре месяца с семьей жили в комнате за 700 долларов. Летом не продохнуть, зимой нет отопления. Страдаем не столько от условий, сколько от тоски, которая накрыла в эмиграции. Подумываем о возвращении в родной Саратов».

А нужен нам берег турецкий?

Из 100 тысяч россиян, въехавших в Турцию в 2022-2023 годах, к 2025 году осталось 25 тысяч.

Алексей, 29 лет, фрилансер, живет в Стамбуле: «Снимал квартиру с видом на Босфор за 400 долларов. В 2023 году цена взлетела до 800, потом до 1200. В виде на жительство отказали без объяснения причин. Местный юрист пояснил: «Россиянам здесь больше не рады». Турция использовала приток мигрантов для поднятия своей экономики, теперь выдавливает».

Ева, координатор проектов, переехала в Стамбул в 2022 году: «Многие сейчас покидают страну из-за бюрократических проблем и неопределенности: что в регионе будет дальше? С интернетом просто беда: дорогой, медленный, лимитированный. Жизнь дороже, чем во многих городах Европы и даже Дубая. Раньше обычный бублик стоил 0,5 лиры, сейчас 10! Товары подорожали на 300 процентов».

Купи дом - армянином будешь!

«Добро пожаловать в Армению!» Еще недавно для многих россиян это звучало как заклинание. Но вот ведь... Оказалось, что для получения ВНЖ здесь необходимо купить недвижимость или открыть бизнес, который создаст рабочие места. Российские банковские карты здесь не работают. Открыть счет в местном банке сложно из-за санкционных рисков. Цены тоже не радуют.

«Лет пять назад они были низкие, а как только в Армению хлынули наши, все взлетело в космос! - пишет в соцсетях бывший москвич Николай. - За «двушку» с «бабушкиным ремонтом» просят 1000 долларов. Меня радует только горнолыжный курорт в Цахкадзоре (я заядлый лыжник). Короче, если снимаешь жилье, готовишь дома и никуда не ходишь, нужно не меньше 1500 долларов

дохода. Но продукты все же дешевле, чем в Москве, и фрукты настоящие».

Для многих россиян стал сюрпризом армянский климат: солнце сменяют проливные дожди. В центре Еревана и вдоль магистралей воздух такой, что ВОЗ тихо плачет в сторонке. Впрочем, к русским армяне в массе своей относятся по-дружески.

Немецкий порядок

Зачем россияне, особенно российские евреи, хотят переехать в Германию? Загадка. Вся история отношений наших стран - это боль, кровь и обман. Правда, лет 20 назад у нас с немцами были почти дружеские отношения. Но не сейчас. В 2023 году Германия выдала россиянам 23 872 вида на жительство. Больше всех в ЕС. В 2024 году этот показатель рухнул до 13 152.

Рассказывает Екатерина, 41 год, работник по персоналу, переехала в Берлин в 2022 году: «Думала, Германия - вход в «европейский

рай». Но «рай» оказался очередью к стоматологу длиной в четыре месяца и кучей налоговых бумаг, которые съедают 42% дохода. Без знания немецкого C1 (продвинутый уровень) работы не найдешь. Я смирилась ради детей».

Антон и Екатерина переехали из Петербурга в Лейпциг в марте 2024 года: «Сын учился в России на пятерки. В немецкой гимназии определили в класс для иностранцев. Учитель немецкого не говорил по-английски. Сын ничего не понимал, плакал. Одноклассник обо-

звал его «русской свиньей», и сын его ударил. Директор вызвал полицию, из гимназии исключили. Так что рассказы о европейской толерантности - это когда сидишь тихо».

Во многих интервью местным медиа наши, как под копирку, признаются: Германия прекрасна, но для немцев! Для эмигранта же немецкий порядок - это система бесконечных унижений. Один из релокантов дал совет собирающимся в «Немечину»: «Приезжайте на месяц, снимите жилье на короткий срок, попробуйте открыть счет в банке, зарегистрироваться и сходить в поликлинику. Вот тогда и решайте».

Итак. За пять лет Россию покинули сотни тысяч человек. Ехали, разумеется, не только в перечисленные страны. Многие искали свое место под солнцем Таиланда или Арабских Эмиратов. Но в Таиланде больше месяца легально находиться нельзя. За просроченную визу - штраф, депортация, а то и тюрьма.

Дубай вроде бы привлекает высокими зарплатами и отсутствием подоходного налога. Но мало кто знает: это не освобождает вас от

налогов вообще! Добавим критическую нестабильность в регионе - и тревожная картинка сложится. По сути, во всех странах трудности для мигрантов схожи: высокая плата за аренду, отказ в ВНЖ, банковская система с блокировкой карт, «эмигрантская депрессия», а еще отношение как к понаехавшим. Стоит ли овчинка выделки? Вопрос именно в этом, а не в том, куда уезжать. Готовы ли вы заплатить за жизнь на чужбине истинную цену? Это каждый решает сам.

Подготовила Мария Рождественская



«Коктейль Молотова» Вместо лечения

Более половины пожилых россиян регулярно принимают пять и более лекарственных препаратов, каждый четвертый делает это без назначения врача - по совету знакомых или под воздействием рекламы. Эта удручающая статистика обнародована Российским геронтологическим научно-клиническим центром (РГНКЦ). Миллионы людей находятся в зоне смертельного риска не из-за возрастных проблем, а из-за бессистемного приема коллекции таблеток.

Старший научный сотрудник РГНКЦ Наталья Воробьева, представляя итоги масштабного опроса 4308 человек из 11 регионов, подтвердила тревожную тенденцию: среднее число препаратов, которые выписывают пенсионерам, начинается с пяти. К 85 годам некоторые набирают до 17 таблеток в день! До 96% опрошенных пациентов 60+ не представляют своего утра без разнообразного фармакологического меню. Врачи называют это полипрагмазией.

Если ограничиться пятью препаратами, риск нежелательной реакции составляет в среднем 4-5%. Но при использовании 6-9 таблеток этот показатель взлетает до 25%. Если больше, то это уже рулетка. Риск смертельного исхода, приобретения инвалидности, старческой астении и депрессии увеличивается в два раза!

Замдиректора Высшей школы государственного управления РАНХиГС Давид Мелик-Гусейнов недавно предложил использовать искусственный интеллект для того, чтобы отслеживать несовместимые препараты в назначаемых фармкоктейлях. Очень вовремя: проблема сочетаемости препаратов назрела давно, потому что терапевту не до анализа - ему бы выписать рекомендуемый по протоколу препарат, да и дело с концом.

А если человек на фоне таблеточного коктейля вдруг решает слезть с лекарства сам, например, резко убирает антидепрессант или снижает дозу гормона, или заменяет рецептурный препарат разрекламированной биодобавкой, его организм может встать на дыбы! В течение нескольких дней его накрывает так называемый синдром отмены - значительное ухудшение состояния. Мы лишаемся поддержки, к которой привык наш метаболизм. Такая нештатная ситуация чревата самыми непредсказуемыми и опасными последствиями.

Фармкомпании нас берегут?

В 2025 году россияне купили только антидепрессантов на сумму более 20 млрд рублей, аптеки продали 22,3 миллиона упаковок препаратов - на четверть больше прежнего. Тем временем объем рынка БАДов превысил 130 млрд рублей. При этом почти 90% успокоительных и снотворных россияне приобретают по своей инициативе, без рецепта и рекомендаций медиков, а потом вдруг отменяют.

Последние исследования показали, что после быстрого прекращения приема антидепрессантов симптомы отмены проявились у 29% испытуемых. У женщин - на 67% чаще, чем у мужчин. Наиболее частые проявления - головноекружение и патологическая раздражительность. Попытки резко бросить психиатрические препараты при одновременном приеме таблеток от давления, гормональных препаратов, снотворного чреваты риском самоубийства на фоне психоза!

Предложения депутатов Госдумы запретить прямые выплаты фармкомпаний врачам за рекомендации конкретных лекарств встретили жесткое сопротивление производителей. Те предупредили, что запрет грозит ростом цен и замедлением вывода новых лекарств на рынок. Но власти в кои-то веки настояли на своем: за назначение лекарств из меркантильных соображений врачу теперь грозит штраф в размере 20-30 тысяч рублей. Однако искоренить многолетнюю систему, где под видом заботы о здоровье годами выстраивались партнерские схемы между клиниками и корпорациями, не так-то просто. Фармацевтическая машина продолжает «переобуваться», меняет названия препаратов, уходя в сферу биодобавок, которые меньше подвержены госконтролю.



LEGION-MEDIA

Сосуд - дело тонкое

Около 14 тысяч наименований биологических добавок зарегистрировано сегодня в России. С 2025 года Минздрав наконец включил назначение врачами БАДов в сферу госконтроля. Но примерно треть продается бесконтрольно - через интернет. Официальные продажи биодобавок растут на 6% в год. По оценкам экспертов, каждая вторая упаковка уходит покупателю «по совету фармацевта» в аптеке или по «настоятельной рекомендации» модного блогера.

Тем временем экспертиза показывает: более 70% препаратов содержат вазодилататоры - вещества, принудительно расширяющие вены и капилляры. Сосуды работают как резинка, которую растягивают не по одному разу на день.

«Любое системное лекарство должно добираться до цели через кровоток, иначе оно бесполезно», - объясняет профессор кафедры фармакологии РНИМУ им. Пирогова Игорь Беляев. Производители добавляют сосудорасширяющие компоненты, чтобы действующее вещество прорвалось к больному органу.

В абсолютном большинстве пероральных препаратов используются нитраты, блокаторы кальциевых каналов или аналоги простагличина для форсированной доставки. Таким образом, кровеносный сосуд получает команду расслабить мышечный слой, и его просвет увеличивается, что позволяет в экспресс-режиме распространить по организму лекарственные молекулы. И каждая такая команда - это микротравма! С каждой терапией сосуды расширяются и сужаются, что спустя годы сказывается нарушением их эластичности и дегенерацией.

Но фармгиганты не включают в инструкции раздел «Износ сосудистой стенки». Хотя исследование ученых из Университета Джонса Хопкинса 2021 года доказало: ежегодный прием более 500 таблеток с вазодилататорами на треть повышает риск развития гипертонии. Чем больше таблеток, тем выше нагрузка на сосуды.

Как же не залечить себя до смерти? Никогда не назначайте и не отказывайтесь (если принимаете) от лекарства сами. Раз в полгода делайте УЗИ сосудов шеи и нижних конечностей, устраивайте «лекарственный аудит» с врачом. Если принимаете больше пяти наименований, то велика вероятность, что от одного пора бы избавиться или заменить его. Не доверяйте рекламе биодобавок: перепроверьте информацию у специалиста.

Мария Рунова

Омега-3 от Альцгеймера не спасет

Пожилые люди часто используют препараты с омега-3 жирными кислотами для защиты сосудов от атеросклероза, в том числе для профилактики развития деменции и болезни Альцгеймера. Ведь именно такой эффект обещают производители чудодейственных биодобавок. Но, оказывается, они только ухудшают когнитивные функции, прежде всего мышление и память.

К сожалению, эффективность тех или иных веществ, а также способов профилактики развития болезни Альцгеймера и других деменций остается под большим вопросом. Исследований такого рода у человечества пока недостаточно.

Чтобы прояснить эту проблему, ученые из Китая взяли под наблюдение две группы пожилых людей. В одной было 273 человека, они принимали омега-3. А в группе сравнения, состоящей из 546 человек, жирные кислоты не использовали. Группы были сходны по возрасту, полу, наличию болезней и генетической предрасположенности к Альцгеймеру. Все участники проходили диагностику этого заболевания и тестировались для оценки когнитивных функций.

Наблюдение длилось пять лет. И что же в итоге? В группе, принимавшей омега-3, исследователи отметили существенное ухудшение когнитивных функций у испытуемых. Оно обнаруживалось и у людей с повышенным наследственным риском развития болезни Альцгеймера, которые были носителями гена APOE ε4.

Новость печальная, но у нее есть одна светлая нота: жирные кислоты омега-3 ухудшали только когнитивные показатели, но в целом не влияли на накопление в мозге амилоидных бляшек и аномальных скоплений тау-белков. Тех самых, что выступают в роли так называемого морфологического субстрата болезни Альцгеймера. При их наличии диагноз не вызывает никаких сомнений. Это важно, так как синдром деменции (слабоумие) может быть и при других заболеваниях. Скажем, он часто развивается при атеросклерозе сосудов головного мозга.

Исследователи предполагают, что ухудшение



LEGION-MEDIA

когнитивных показателей связано не с самой болезнью Альцгеймера, но с изменением метаболизма глюкозы в головном мозге. А вот это уже может быть именно из-за омега-3 жирных кислот. Такие сдвиги ухудшают работу синапсов - структур, передающих сигнал от одной нервной клетки к другой. То есть от них зависит работа мозга в целом, а стало быть, и процесс мышления.

Авторы исследования так прямо и пишут: «Прием добавок омега-3 может быть связан с ускоренным снижением когнитивных функций у пожилых людей, возможно, из-за неблагоприятного воздействия на синаптическую функцию головного мозга, а не из-за классических для болезни Альцгеймера отложений амилоида и тау-белка», - говорится в статье, вышедшей в «Журнале болезни Альцгеймера». Эти данные ставят под сомнение преобладающее мнение о пользе омега-3 в целом и подчеркивают необходимость осторожной переоценки их широкого применения для защиты когнитивных функций.

Добавим от себя: если бы омега-3 жирные кислоты влияли прямо на развитие Альцгеймера, было бы гораздо хуже. А если дело действительно в синаптической передаче, то, скорее всего, после отмены омега-3 когнитивные возможности восстановятся.

Олег Днепров

Королеве шахмат годы не помеха

Москвичка Галина Струтинская - пятикратная чемпионка мира по шахматам в категории 65+ в личном зачете. Действующая чемпионка. Гроссмейстер. С недавнего турнира в Албании она привезла очередное «золото», на этот раз командное. Как проходил чемпионат в условиях санкций и какая сила усадила когда-то шестилетнюю Галю за шахматную доску, она рассказала «МН».

Будущая чемпионка родилась в семье кадрового военного. Отец был уволен в запас после сокращения армии, семья поселилась в Омске. Надо было осваиваться на гражданке - глава семейства поступил в медицинский. Приходил домой с однокурсниками, общались, играли в шахматы. Маленькая Галя сначала просто смотрела, а потом стала подсказывать ходы, хотя никто ей правила не объяснял. Отец понял, что у дочери незаурядные способности, и привел ее в шахматную секцию.

- Мне, конечно, больше нравилось бегать и играть во дворе, чем корпеть над шахматной доской, но послушаться отца я не могла, - рассказывает Галина Николаевна. - Когда стала участвовать в турнирах, бывало, выигрывала все партии.

В 13 лет она впервые оказалась на соревнованиях в другом городе. Без родителей. Ей понрави-

лись эти независимость и самостоятельность. А главное - она поняла, что шахматы могут стать делом всей жизни и дать возможность путешествовать.

Но родители еще держались за старые представления о «деле всей жизни»: нужно получить надежную специальность - поступить, например, в местный Институт инженеров железнодорожного транспорта. А что шахматы? Это несерьезно!

Девочка совсем уж смирилась со своей участью, готовилась к экзаменам в вуз, как вдруг звонок из Москвы: «Нужна шахматистка в сборную «Зенита»!»

Там уже знали, что в Омске есть девушка, играющая на нужном уровне.

В столице Галина быстро получила звание мастера спорта, стала членом сборной Москвы. Ей предлагали пойти на профильный факультет в Институт физкультуры,

но ради родителей она окончила МАИ. Диплом защитила по специальности «вооружение летательных аппаратов». Правда, поработать в КБ не довелось: ее пригласили инструктором в крупный шахматный клуб, и она ни секунды не колебалась. Судьба вела ее не путями небесными, а по шахматным клеткам: спорткомитет Москвы, потом тренер женской сборной на чемпионатах мира и на Олимпиадах. Играющий тренер.

Ровно 35 лет назад начали проводиться чемпионаты мира среди сеньоров, то есть ветеранов, в категориях 50+ и 65+. Первыми чемпионами-сеньорами стали знаменитые гроссмейстеры Василий Смыслов и венгерка Эва Каракаш. Галина Струтинская участвует в этих турнирах с 2008 года.

Дебютный для нее чемпионат проходил в Германии. Струтинская стала тогда вице-чемпи-



из личного архива: Струтинской

онкой. А в 2011-м она стала первой шахматисткой мира среди ветеранов.

При подготовке к чемпионату в Албании пришлось здорово понервничать: электронную визу дали всего за двое суток до вылета. К счастью, еще была возможность купить авиабилеты.

Проведению соревнований небо словно благоволило: на термометре плюс 25 градусов, теплое море, ежедневное купание. Посольство России выделило участникам автобус и русскоговорящего гида. Экскурсия в город Круя, построенный древними римлянами, запомнится надолго.

Каждая из команд состояла из пяти человек: четверо основных игроков и один запасной. Из-за санкций россияне были на особом положении. После большого перерыва нас допустили

к участию в командном зачете, но в нейтральном статусе, то есть без флага и гимна.

- На собрании команды я спросила, могу ли я надеть белую блузку, синюю юбку и красные туфли, которые приобрела специально для этой поездки. Но меня попросили этого не делать, чтобы никого не провоцировать, - рассказывает Галина Николаевна.

Тем не менее провокации избежать не удалось. На общем техническом собрании представитель Англии высказался против допуска россиян на чемпионат: мол, никакая это не команда ФИДЕ, а сборная России! И поэтому нужно, чтобы она играла вне зачета. То есть россияне, несмотря на нейтральный статус, хотели исключить из борьбы за медали и призы. Некоторые команды поддер-

жали это предложение аплодисментами. Тогда организаторы предложили англичанину подать официальное обращение, и его решительность словно волной смыло.

- Награждение проводилось отдельно в мужской и женской категориях, хотя играли мы как с женщинами, так и с мужчинами, - говорит гроссмейстер. - Кстати, в моей категории встречаются люди весьма почтенного возраста. Например, одному из моих соперников было 82 года.

На этом чемпионате Галина Струтинская достойно отыграла восемь партий, каждая длилась по 4-5 часов. По итогам турнира российская команда вышла на первое место, обойдя Германию, Латвию, Польшу.

В прошлом году первыми были латышки. «Но это потому, что Россия не участвовала», - то ли в шутку, то ли всерьез говорит Галина Николаевна.

После начала СВО и попыток Запада отменить российский спорт наша сборная вошла в Азиатскую шахматную федерацию. Здесь пока не проводят командные чемпионаты среди ветеранов - только личный зачет. Ну что ж, за страну наши ветераны готовы постоять и лично. Ближайший чемпионат Азии пройдет осенью в Кыргызстане, а чемпионат мира - в Сербии. Там Галина Струтинская будет защищать свои титулы.

Галина Погодина

**27 МАЯ -
2 ИЮНЯ**

27 мая - квадратура Венеры и Нептуна: день благоприятен для творчества и духовного самосовершенствования. Доверьтесь своему вдохновению и интуиции. 29 мая - соединение Меркурия и Венеры: дипломатичность и партнерство. 1 июня - трин Марса и Нептуна: решительность, выдержка и наблюдательность.

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

21.03 20.04 ОВЕН Овны в конце мая будут эмоционально сдержанны. Однако прятать чувства под маской деловитости придется не долго. Прохлада во взаимоотношениях скоро отступит. Избегайте необдуманных решений и чрезмерных эмоций в четверг. В понедельник будьте пунктуальны, не опаздывайте. Благоприятные дни - 29 и 1. Неблагоприятные дни - 27 и 28.	21.04 20.05 ТЕЛЕЦ Актуальными на этой неделе для Тельцов станут отношения детей и родителей. Возможны непонимание, ссоры, резкое расхождение во взглядах. Постарайтесь относиться терпимее друг к другу. В среду не принимайте ответственных решений. Суббота - хороший день для отдыха и релаксации. Благоприятные дни - 30 и 2. Неблагоприятные дни - 28 и 29.	21.05 21.06 БЛИЗНЕЦЫ Близнецы, приготовьтесь к напряженным ситуациям в семье, которые могут потребовать быстрого решения. Не стесняйтесь обратиться к друзьям за поддержкой и добрым советом. Будьте бдительны, берегите вещи в пятницу. Холостые посиделки во вторник могут иметь последствия. Благоприятные дни - 27 и 31. Неблагоприятные дни - 1 и 2.	22.06 22.07 РАК Ракам рекомендуется познакомиться с новыми людьми по общим интересам. Они расширят ваш кругозор и наполнят энтузиазмом. В среду займитесь спортом. Бережливость, характерная в начале недели, может превратиться в выходные в расточительность. Конец недели хорош для романтического ужина при свечах. Благоприятные дни - 28 и 2. Неблагоприятные дни - 30 и 31.	23.07 23.08 ЛЕВ Львам на этой неделе не стоит ставить перед собой глобальные и сложные задачи. Наведите порядок в незаконченных делах, займитесь планированием и обучением, укрепите тылы. В среду окружающие будут относиться к вам так же, как и вы к ним. Не перегружайте себя работой в пятницу. Благоприятные дни - 29 и 1. Неблагоприятные дни - 27 и 28.	24.08 23.09 ДЕВА У Дев всегда есть четкий план действий, к которому они пытаются подстроиться. Сейчас самое время позволить себе сделать шаг в сторону и заняться действительно чем-то необычным, а дела подождут. В субботу уделите внимание своему здоровью. Прислушайтесь к своей интуиции во вторник. Благоприятные дни - 30 и 2. Неблагоприятные дни - 28 и 29.
24.09 23.10 ВЕСЫ Сочетание эмоциональности и общительности делает Весов хорошими собеседниками на этой неделе, но только если они будут контролировать себя. Найдите время для отдыха или любимого занятия в воскресенье. Ваша эмоциональная впечатлительность во вторник может стать причиной ссор. Благоприятные дни - 27 и 31. Неблагоприятные дни - 1 и 2.	24.10 22.11 СКОРПИОН У Скорпионов - подходящее время для семейных советов и коллективных встреч. Деловые переговоры будут более успешными в обстановке, лишенной формальности. В среду не переусердствуйте с инициативой, ограничьте число поставленных целей. В субботу возможно разочарование от бесполезных покупок. Благоприятные дни - 28 и 2. Неблагоприятные дни - 30 и 31.	23.11 21.12 СТРЕЛЕЦ Стрельцам на этой неделе следует ждать приятных сюрпризов. Неожиданный подарок, приглашение в гости или поощрение на работе повысят ваше настроение и придадут уверенности на всю неделю. В среду люди будут относиться к вам так же, как и вы к ним. В пятницу не перетруждайтесь. Благоприятные дни - 29 и 1. Неблагоприятные дни - 27 и 28.	22.12 20.01 КОЗЕРОГ Козерогам следует принимать участие в жизни других людей только в той степени, которая необходима для данной конкретной ситуации. Не думайте, что можете убедить кого-то своим опытом, лучше воздержитесь от советов. В пятницу займитесь спортом. В понедельник оформляйте и подписывайте важные документы. Благоприятные дни - 30 и 2. Неблагоприятные дни - 28 и 29.	21.01 19.02 ВОДОЛЕЙ Ускоренный темп жизни и работа на износ до полного истощения не принесут Водолеям желаемого результата. Все, что вам потребуется, - это укрепить свой эмоциональный фон. В четверг будьте аккуратны, не позволяйте мелким ссорам выбить вас из колеи. Выходные проведите с семьей на природе. Благоприятные дни - 27 и 31. Неблагоприятные дни - 1 и 2.	20.02 20.03 РЫБЫ Рыбы с высокой вероятностью переживут напряженный период. Вам придется активно участвовать в бытовых и семейных проблемах, связанных с финансами и имуществом. В среду доверьтесь интуиции и действуйте по ситуации. В выходные доделайте отложенные домашние дела и займитесь спортом. Благоприятные дни - 28 и 2. Неблагоприятные дни - 30 и 31.



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Разработчик нарядов для сцены. 7. Олег, озвучивший Матроскина. 10. Бандит из «Белого солнца пустыни». 11. Исправляет дефекты фото. 12. Запрет, наложенный шаманом. 13. Магическая «указка» Гарри Поттера. 15. Мягкий знак по старинке. 16. Помещение для балов. 17. Город юного Христа. 18. Поток в московском граните. 19. Первооснова в философии. 22. Мария – знаменитая жрица Мельпомены. 25. Кулак в Средней Азии. 26. Лев с «Родительским домом». 29. Щетинистый очиститель бутылок. 31. Атаман, «замахнувшийся» на Сибирь. 33. Устаревшее именование эвенка. 35. Валюта Испании и Италии. 36. Незаслуженное оскорбление. 38. Мера лампочкой мощности. 39. «Мочалок командир». 41. Брутальный красавчик. 42. Издательский куратор автора. 44. Противник принятой идеологии. 47. Протяженность пути. 49. Снасть рыбака. 50. Кухонный агрегат. 53. Детская игрушка на роликах. 55. Черноухая степная рысь Туркмении. 56. Лопухина в царских палатах. 60. Не любит выходить из квартиры. 61. Чрезмерное количество. 62. Плач взхлеб. 63. Комната для развлечений в садике.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Полная утрата надежд. 2. ... баба Бабариха. 3. Студенистый морской обитатель. 4. Воздаяние за грехи. 5. Уготованная участь. 6. Победный призыв в массы. 7. Ядовитый паучище. 8. Монолог из младенческих уст. 9. Стерженек в руке пряхи. 14. Древнерусская гляделка. 20. Помещик из «Мертвых душ». 21. Воздушный паром. 23. Щелочноземельный металл. 24. Лакомый злак для кобылы. 27. Массаж пяток, вызывающий смех. 28. GPS-следопыт. 30. Дока в вождении кораблей и подлодок. 32. Канава вокруг замка. 34. Повелительница чистых полов. 37. Узор изящных чулок. 40. Бумага, которой оклеивают стены. 42. Участник автомобильных состязаний. 43. Без огня не бывает. 45. Брат библейского Хама. 46. Польский поэт и переводчик. 47. Рюмочная времен С. Есенина. 48. Вытягивание бумажки с номером. 50. Трюкач-актер с неизвестным лицом. 51. Татьяна с хитом «Ясный мой свет». 52. Творческий архив ушедшего гения. 54. Йоко – муза Леннона. 57. Автор известного «Толкового словаря». 58. Блюдо, которое не с каждым сваришь. 59. Американцы на жаргоне.

Офис, где обмениваются кольцами	Стремительный натиск	Гадость языком ребенка	Парадный вход в рай	Искусство из бумаги	Причина возгорания пламени
Замысел выдумщика	Гейбл из "Унесенных ветром"	Ива по склонам лощины	"Коллега" точки в морзянке	Та же поклажа	Ключая мама
Половинка наклонной крыши	Сверло, нужное нефтянику	Трудага на молочной ферме	Его звуки образуют гамму	Джон, второй президент США	Режиссер Курасава
Круг лекций	Небольшая мотыга	Молчаливое согласие	"Жест" ногой	Делон для друзей	
Выдающаяся русская балерина	Предательница Самсона по Библии	Ягодка, фаршированная анчоусом	Огромная датская псина	Блондинка Борисова на ТВ	Работодатель Балды
Посещение магазинов как развлечение	Профнастил или черепица	Жираф в джунглях	Автор "Утопии"	Гидромассаж с эфирными маслами	
Изогнутый край сидла	Место, где туго связаны нити	Знаменитая пулеметчица Чапая	На ней стоит Пермь	Часть игры	
Бык-пахарь	Вьюк сушняка на спине осла	Треть тела снеговика			
"Веревка", живущая в джунглях					

В Д О В А О Б О Д
А Л С У Д А К
А Д А М Т А Б Л О
А Р П А Г О Д А
З А Б И Я К А Д М
И И Т Д Ж И М
С А Т Р А П Е А
В Е А Д Л Е Р
П Р О Г И Б О Д А
А И Б Б А Л
А З О В М
И М Е Н И Н Ы
К В Т А З
С С М О Л А

Ответы на сканворд №21 (1691)

🤔🤔🤔
- Что-то тянет меня среди ночи к холодильнику. Наверное, магнетики...
🤔🤔🤔
Звонок в службу технической поддержки:
- У меня компьютер не видит принтер. Я уже и монитор на него повернула, а он все равно пишет, что его не видит. Что делать?
- Пальцем показывали?
🤔🤔🤔
- Вовочка, а что это за тетенька, которая часто к тебе домой вечером приходит?
- Да встречается тут одна со мной... за деньги...
- Проститутка?
- Нет, репетитор по математике.
🤔🤔🤔
- Скажите, а кто у вас в семье главный?
- Ну не знаю, жена, когда оставляет меня дома одного с сыном, всегда говорит, что я за старшего.

ОТВЕТЫ

на суперсканворд №21 (1691)

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Эпицентр. 7. Дворник. 10. Ажиотаж. 11. Очаково. 12. Лавр. 13. Паникер. 15. Рог. 16. Азу. 17. Доминго. 18. Азот. 19. Теснота. 22. Саксофон. 25. Очи. 26. Отстрел. 29. Забег. 31. Книга. 33. Хижина. 35. Овал. 36. Наказ. 38. Обед. 39. Беатриче. 41. Немо. 42. Сталевар. 44. Баскетбол. 47. Шампанское. 49. Яна. 50. Кочегар. 53. Аферист. 55. Федоров. 56. Чародеи. 60. Городки. 61. Няжика. 62. Нагайка. 63. Наводчик. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Экспресс. 2. Иволга. 3. Нитрат. 4. Распутин. 5. Финн. 6. Штык. 7. Джордано. 8. Реквизит. 9. Крокодил. 14. Ион. 20. Стокгольм. 21. Обивка. 23. Княжна. 24. Фаза. 27. Скандал. 28. Рейкьявик. 30. Бабенко. 32. НЛО. 34. Нюрнберг. 37. Заир. 40. Езда. 42. Самбист. 43. Ара. 45. Сыч. 46. Ляссе. 47. Шабли. 48. Ежедневник. 50. Карфаген. 51. Еврозна. 52. Ржавчина. 54. «Рио». 57. Раба. 58. Дева. 59. Иван.

ЮНОНА И АВОСЬ

Постановка
Марка Захарова

16+

Касса: 8 (495) 699-07-08
lenkom.ru



КОШМАР НАЯВУ. КАК БОРОТЬСЯ С БЕССОННИЦЕЙ?



БЕССОННИЦА МОЖЕТ ЛИШИТЬ ЖИЗНИ!

ПРЕДСТАВЛЯЕТЕ, ВСЕГО ТРИ ДНЯ БЕЗ СНА МОГУТ РАЗДЕЛИТЬ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА НА ДО И ПОСЛЕ! А СКОЛЬКО НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ, ВЗРЫВОВ ГАЗА, ПОЖАРОВ В КВАРТИРАХ ПРОИСХОДИТ ИЗ-ЗА БЕССОННИЦЫ. ОНА КОВАРНО КРАДЁТ ЗДОРОВЬЕ И, БЫВАЕТ, ДАЖЕ ЖИЗНЬ КАЖДУЮ НОЧЬ. И ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО СТРАШНАЯ ТРАГЕДИЯ. ВЕДЬ ПРОБЛЕМЫ СО СНОМ СЕГОДНЯ УСПЕШНО ЛЕЧАТСЯ!

Даже если трагедия не произойдет, бессонница не так безобидна, как многим кажется.

А Вы знаете, например, что бессонница на 84 % увеличивает риск развития сахарного диабета. Особенно это может быть опасно при преддиабетическом состоянии. Ведь здоровый сон управлял даже уровнем сахара в крови.¹

И это только вершина айсберга! Дальше в пропасть летит сердечно-сосудистая система, скачет давление. Возникают риски болезни Альцгеймера и Паркинсона. Иммуитет рушится на корню.

И многократно возрастают риски развития других серьезных заболеваний!

ОТКУДА РАСТУТ НОГИ У БЕССОННИЦЫ?

К сожалению, с возрастом мелатонин (гормона сна) практически истощается. Организму самостоятельно тяжелее справиться. И всё шире открываются двери для гипертонии, диабета, а потом и деменции. А многие думают, что это просто возраст, и не связывают это с бессонницей! Мелатонин старательно следил за сердечно-сосудистой системой, ЖКТ (желудочно-кишечным трактом). Помогал бороться со стрессом и воспалительными процессами. А главное — помогал противостоять организму и другим нарушениям правильной жизнедеятельности!

Так как же забыть о бессонных ночах? И вместе с этим сохранить здоровье?

КАК ВЕРНУТЬ УКРАДЕННЫЙ СОН?

Совсем недавно ответ на этот вопрос нашли наши учёные.

Они выявили связь, что с помощью воздействия на глаза специальными хромоимпульсными фотонами света, в мозг поступает сигнал. Который активирует участки мозга, отвечающие за самостоятельную выработку мелатонина.

Что обеспечит качественный, полноценный, глубокий и здоровый сон.

Но как это применить в современных условиях?

Удивительно, но именно по этому принципу был создан потрясающий аппарат «ВИЖН» («Selfdocs Vision»). Новая разработка, которая вплотную работает как раз с лечением нарушений сна прямо в домашних условиях.

«ВИЖН» запускает в организме целый каскад механизмов восстановления. И, что особенно важно, он нормализует выработку собственного мелатонина.

Мягко и безболезненно. Но при этом действенно! Терапия аппаратом «ВИЖН» может оказаться настоящим спасением для тех, кто устал

ворочаться в постели ночи напролёт. С трудом засыпать и просыпаться от каждого шороха.

Аппарат словно ставит запрет на вход в жизнь для хронических заболеваний. А также обострений уже имеющихся проблем со здоровьем. Только взгляните какие потрясающие возможности открывает аппарат «ВИЖН».

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ²:

- Нормализация и улучшение качества сна;
- Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;
- Снижение общего напряжения и чувства усталости;
- При стрессе и эмоциональных нагрузках;
- Психосоматические расстройства;
- Депрессия.

«ВИЖН» — это профилактика болезней сердечно-сосудистой системы, болезни Альцгеймера и Паркинсона. И многих опасных возрастных изменений! А значит, отступит опасность ишемической болезни сердца и гипертонии. Выстроится работа ЖКТ. Ведь не нужно устраивать ночные перекусы.

Когда кажется, что пустой желудок не даёт уснуть. А значит, снижаются риски ожирения, повышения холестерина и развития диабета.

И это не просто слова! «ВИЖН» успешно прошёл клинические испытания и является медицинским аппаратом высокого класса!³

Но главное, аппарат «ВИЖН» создан для того, чтобы в норму пришли циркадные ритмы. И как по полочкам выстраивалось всё здоровье. Это по-настоящему здорово! Бессонница — настоящий преступник, который способен украсть жизнь в каждую бессонную ночь! Угрожает всему здоровью, причем не только инсультами и инфарктами.

Именно поэтому невнимание к здоровью и качеству сна может стоить жизни!

К счастью, на дворе 21 век. И человеку под силу взять здоровье и сон под контроль с аппаратом «ВИЖН».

«ВИЖН» — это хорошая инвестиция в здоровую и счастливую жизнь. И человек вправе её получить!

Позвоните по бесплатному номеру горячей линии 8-800-777-95-83 прямо сейчас. Не нужно откладывать здоровье на потом. Живите полноценной и яркой жизнью прямо сейчас!



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС ПО НОМЕРУ:

8 (800) 777-95-83

И мы расскажем, как можно избавиться от проблем со сном!

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА!* WWW.PRODEX.RU**

ВЫГОДНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!*

Оплата заказа только после получения

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ

г. Москва

- м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
- м. «Лермонтовский проспект», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1
- м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А

г. Санкт-Петербург

- аллея Поликарпова, д. 2

г. Новосибирск

- ул. Ватутина, д. 28

! (ВОХОД
СО СТОРОНЫ
МЕД. АНАЛИЗОВ
КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА **СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: НОВОСТЬ**

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. *Акция действует с 27.05.2026 г. по 27.06.2026 г. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. **ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. ¹Новости Хороший сон способствует контролю уровня сахара в крови (med-click.ru) ²Руководство по эксплуатации.pdf страница 7 ³Per. уд. № РЗН 2022/17196. Перевод: продекс, сэлфдокс вижн. Свидетельство на товарный знак Prodex №949722 от 19.06.2023г. Свидетельство на товарный знак SELFDOCS VIZION №895699 от 10.04.2022г. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.