



ТРАНСПОРТ

Куда можно
уехать на одном
колесе



10

ИДЕМ В КИНО

Кошка и собака
из московской семьи
стали киноактерами



18

ЖКХ

Без нарушений и утечек:
в городе идут проверки
газового оборудования

4



ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА

НЕДЕЛЯ

Еженедельный выпуск, 4–11 июня 2026 года, № 21 (30360)

О!

ЖИТЕЛИ РОССИИ С УДОВОЛЬСТВИЕМ
МЕНЯЮТ ОДНУ РАБОТУ НА ДРУГУЮ

8

Писатель **Елена Михалкова:** 16
Это нормально, когда не пишется

Где больше всего
мороженого? 4



СЕРГЕЙ СОБЯНИН: СОЗДАЕМ ПЕРВЫЙ
В РОССИИ ЦЕНТР ЛИФТОСТРОЕНИЯ



2

АЛЕКСАНДРОВСКИЙ/РИА НОВОСТИ

Я буду вашим доктором

Участковые врачи
возвращаются в столичные
поликлиники, впереди еще
много организационной
работы, но кое-где доктора
уже принимают своих
пациентов

Медицина

5



4 620008 560243

Участковый терапевт городской поликлиники № 68 Татьяна Кондратенко на своем участке уже проводит прием пациентов по новым правилам

ДМИТРИЙ ДУБЕНСКИЙ

НЕДЕЛЯ МЭРА



Мэр Москвы Сергей Собянин рассказал о возрождении Карачаровского механического завода и первых результатах его модернизации. Предприятие нарастило объемы производства и разрабатывает инновационную продукцию



МАКСИМ МИШИН/ПРЕСС-СПУН/МЕДИА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ/АГЕНТСТВО ГОРОДСКИХ НОВОСТЕЙ «МОСКВА»



28 мая. Мэр Москвы Сергей Собянин провел личный прием граждан по поручению президента России. Москвичи задавали вопросы как в офлайн-режиме, так и по видеосвязи. К примеру, учитель-дефектолог школы № 1554 Светлана Селиверстова попросила мэра решить вопрос с освещением участка между домами № 126 и 12в на Северном бульваре. Сергей Собянин подчеркнул, что число фонарей в районе за последнее время выросло вдвое, и отметил, что даст поручение осветить указанный участок в этом году. Также жители обращались к мэру с вопросами, касающимися ремонта центра госуслуг «Мои документы» района Марфино, благоустройства сквера имени Авдеева в районе Люблино, ремонта учебного корпуса № 1363, модернизации бассейна «Ясенево» и других тем.

Здесь разрабатывают самые скоростные лифты

Карачаровский механический завод — предприятие с богатой историей. Он появился в 1950 году и сегодня располагается в Нижегородском районе на Рязанском проспекте. Несколько лет назад завод пережил тяжелейший кризис и запустил процедуру банкротства. Причин тому было много: крупные долги, устаревшее оборудование, сокращение производства. Свыше тысячи сотрудников тогда оказались на грани увольнения. Город фактически спас производство, став его владельцем. — Мы не только предотвратили сокращение рабочих мест, но и расширяем штат, реализуем комплексную программу модернизации производства, разрабатываем и производим новые современные модели лифтов, — сообщил Сергей Собянин в своем канале в мессенджере «МАКС».

Завод получил статус резидента особой экономической зоны «Технополис Москва». Уровень локализации продукции предприятия неуклонно растет. В прошлом году начали переоснащать производственные участки завода. На механическом участке появились токарные и фрезерные станки с ЧПУ. Металлообработку производят на пяти высокоточных установках лазерного раскроя, выпущенных московским производителем «Лассард», который также является резидентом «Технополиса Москва».

На термический участок поставили современные печи газовой цементации и отпуска. Для метрологии закупили высокоточную координатно-измерительную машину. Модернизация на этом не остановилась. В планах — строительство самой высокой в России испытательной башни высотой 168 метров и производственного ком-

плекса для полного цикла испытаний лифтового оборудования. Это позволит тестировать лифты на скорости до 10 метров в секунду

Производство

и сертифицировать продукцию в России, не обращаясь к зарубежным площадкам. Ввести объекты в эксплуатацию планируют в 2028 году. С прошлого года КМЗ оказывает услуги по монтажу и обслуживанию лифтов на

протяжении всего жизненного цикла оборудования. Теперь жителям гарантирована оперативная техническая поддержка. На базе производственной площадки КМЗ создается первый в России кластер

лифтостроения и вертикального транспорта, который объединит производителей лифтов, компонентов и сервисные компании.

ОПЕРАТИВНАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ТЕПЕРЬ ГАРАНТИРОВАНА



На КМЗ производят первые в России безредукторные лебедки, отличающиеся низким уровнем шума, высокой энергоэффективностью и компактностью

Персонал предприятия освоил передовые технологии, в результате производительность труда в 2025 году выросла на 7,6 процента

Завод первым в стране наладил выпуск пассажирских лифтов, работающих со скоростью до четырех метров в секунду

Освещение гарантирует комфорт и безопасность

В этом году в столице планируют установить свыше 26 тысяч приборов наружного освещения. С 2011 года общее количество светильников выросло в 2,6 раза. В личном блоге мэр Москвы Сергей Собянин отметил, что столица вошла в тройку самых освещенных городов планеты.

— Каждый вечер в городе зажигается более 1,3 миллиона уличных фонарей и других источников света, уют и хорошего настроения. Из них более 58 процентов — современные светодиодные светильники. К 2030 году их доля должна достигнуть практически 100 процентов, — сообщил мэр.

В Москве не осталось неосвещенных дворов. Безопасность и комфорт жителям гарантируют 315 тысяч светильников. Практически столько же светильников установлено на московских дорогах. Как правило, их размещают на высоких девятиметровых опорах. Благодаря системам контрастного освещения нерегулируемые пешеходные переходы и люди на них становятся заметнее для водителей.

Порядка сотни тысяч светильников установлены на школьных территориях. В этом году их количество увеличится еще более чем на три тысячи. Около 13 тысяч светильников размещены на территории больниц и поликлиник.

СОЦСЕТИ



Сергей Собянин
@MosSobyanin

На набережной Тараса Шевченко появится ландшафтный парк. В центре мегаполиса создадут уголок русской природы, высадят дубы, ели, березы, сосны, лиственницы, другие деревья и курстарники, обустроят зоны отдыха, детские и спортивные площадки.

Пять новостроек по реновации возвели менее чем за год. Такие темпы реализации программы стали возможны благодаря применению префаб-конструкций и крупномодульному строительству. Элементы домов собирают на производстве, а затем доставляют на стройплощадку. Так, к примеру, дом на улице Гарибальди построили за полгода.

Один из самых крупных концертных залов Москвы построят на юге столицы в районе Нагатинский Затон. Объект расположится на берегу Москвы-реки, рядом с парком развлечений «Остров Мечты». Зал будет вмещать около 8,5 тысячи человек, его можно будет трансформировать под разные программы. Строительство завершат в 2028 году.

Поддерживая важные проекты

В 2025 году столичные предприятия привлекли более 100 миллиардов рублей инвестиций на развитие и масштабирование. Об этом в своем канале в мессенджере «Макс» сообщил мэр Москвы Сергей Собянин.

Инвесткредиты бизнес привлекает при участии Фонда поддержки промышленности и предпринимательства. — В результате поддержки фонда на данный момент уже построено свыше 184 тысяч квадратных метров промышленных площа-

дей, введены в эксплуатацию по итогам прошлого года 19 промобъектов, закуплено больше 1,6 тысячи единиц оборудования, создано 3,3 тысячи рабочих мест, — отметил Сергей Собянин. Фонд поддерживает предприятия, реализующие важные для города проекты. В этом году планируется реализация 30 проектов, предусматривающих ввод 240 тысяч квадратных метров площадей.

За все время программы фонда помогли привлечь 570 миллиардов рублей инвестиций. В рамках поддерживаемых проектов строят более 2,6 миллиона квадратных метров производственных площадей. В частности, фонд поддержал запуск предприятия по изготовлению компьютерной техники и другие проекты.

ПРОГНОЗ

К 2030 году будет создано около 50 тысяч рабочих мест.

Город

Арбат сменил декорации



Студентку Людмилу Петрачкову удивила огромная вишенка на Арбате. Ягодка так и манит зайти и посмотреть, какие товары можно приобрести в ней

В ПАВИЛЬОНЕ ПРОДАЮТ ЯГОДЫ И СУВЕНИРЫ

высадили в рамках фестиваля «Сады и цветы» — события, ставшего неотъемлемой частью проекта «Лето в Москве».

Появились здесь и высокие конструкции, увитые летними растениями.

— «Сады и цветы» создают неповторимую атмосферу для тех, кто хочет провести «Лето в Москве» в уютной тени деревьев, кустарников и цветущих растений, — отметила ландшафтный куратор фестиваля Анна Гарцман.

Арт-павильоны «Сделано в Москве» расположены и в других местах города. Главный из них работает на Болотной площади. В парке искусств «Музеон» открыта «Фабрика мороженого». На Трубной площади в небо стремится «Воздушный шар», а «Коробка конфет» ждет на Новом Арбате.

Гигантская вишня появилась на Арбате. Оригинальным арт-объектом москвичей порадовал проект «Лето в Москве».

— Объект станет павильоном для фестивалей. Внутри планируют продавать ягоды, фермерские продук-

ты и сувениры, — сообщили организаторы. Ягодкой заменили знаменитый мандарин, около которого так полюбили фотографироваться москвичи и гости столицы. Саму конструкцию устанавливали с помощью ав-

токранов — все-таки такой «урожай» весит не один центнер! Площадку заблаговременно огородили, разместив предупреждающие банеры. Зеленым обрамлением вишни служат оригинальные клумбы и цветники. Их

Сезон

Дом, где двери открыты всегда

В День защиты детей, 1 июня, Русская православная церковь открыла в столице Дом для мамы и Центр гуманитарной помощи. Новый приют, который станет уютным домом для всех, кому нужна помощь, распахнул свои двери в районе Останкино при храме Успения Пресвятой Богородицы.

Заведение готово принять бесплатно женщин вне зависимости от прежнего места проживания, гражданства и вероисповедания, а также беременных, которые хотят пройти в клиниках столицы дополнительные медобследования после получения диагноза патологии плода. В Доме для мам могут одновременно проживать шесть семей с детьми и женщины, попавшие в сложную жизненную ситуацию.

Как отмечает психолог Ульяна Тимошенко, женщины, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, находятся в зоне риска.

АДРЕС

Новый Дом для мамы и Центр гуманитарной помощи
— Ботанический сад
Березовая аллея, 16, стр. 1

Помощь

— Им необходимы помощь, забота и время для восстановления, — поясняет она. К слову, все это они обретут в Доме для мамы. А еще специалисты по-

могут женщинам выйти из кризисной ситуации: при необходимости решить юридические и социальные вопросы, наладить отношения с родными, найти работу и многое другое, что делает их жизнь стабильной. А в Центре гуманитарной помощи одинокие мамы могут бесплатно получить коляски, лекарства, кроватки, одежду, средства гигиены и продукты.



Женщина, оказавшаяся в трудной жизненной ситуации, найдет поддержку в новом приюте

ВАЖНО

Чтобы перепроверить диагноз патологии плода в московских клиниках и получить бесплатную помощь в Доме для мамы, можно обращаться по телефону +7 (965) 262-98-78 ежедневно с 10:00 до 20:00.

Как в детстве, даже лучше

Всемирный день мороженого отмечается 10 июня. «Вечерка» вспомнила историю московского лакомства и узнала о его редких видах, которые можно встретить в столице. Покупка мороженого в магазине — уже предвкушение праздника. Чего только нет сегодня на полках: ягодный щербет, изысканное эскимо, насыщенный пломбир, фруктовый лед... Выбор велик. Но ведь всегда хочется чего-то необычного. Например, лакомства с историей. Вот за ней, за историей фирменного мороженого ВДНХ, корреспондент «Вечерки» отправилась на главную выставку страны.

Праздник



Лейла Балирханова и Илья Калатошишвили с удовольствием наслаждаются вкусами сладкого десерта в кафе «Лаборатория мороженого» на Главной выставке страны

Пломбир с историей

История холодных лакомств в ВДНХ уходит корнями в прошлое. В 1939 году здесь открылся павильон «Главхладопром» — настоящая витрина достижений советской пищевой промышленности. — Москвичей и гостей выставки угощали сливочным, шоколадным, миндальным мороженым, фруктовыми щербетами, пирожными и даже морожеными тортами, — рассказывает советник по вопросам исторического наследия ВДНХ Павел Нефедов. Как первый вариант павильона, так и послевоенный в своей архитектуре создавал образ ледяной горы,

айсберга. В 1954 году павильон разобрали и выстроили похожее здание на новом месте, ближе к новому Главному входу, а затем «Главхладопром» был переименован в «Мороженое». — Путеводители по выставке тех лет описывают кафе «Мороженое» так: тут были и привычные вкусы — сливочный, клубничный, шоколадный, и более изысканные — крем-брюле, кофейный, ореховый, — отмечает Павел Нефедов. — Мороженое подавалось не в заводской упаковке, а в элегантных креманках на высокой ножке.

В 1980-е годы здание павильона заметно обветшало, и в начале 90-х годов его снесли. Сегодня на его месте зеленеет газон, но дух сладких традиций ВДНХ живет в десерте. Многие москвичи помнят его с детства: простой вафельный стаканчик, наполненный вкуснейшим сливочным пломбиром. Его бережно

доставала из большого холодильного ларя продавщица в белом фартуке. Сегодня лакомство стало другим — теперь это линейка мороженого с четырьмя вкусами: «ВДНХ ванильное», «ВДНХ клубничный лед», «ВДНХ виноградный лед» и сливочный сорт «ВДНХ с шоколадными конфетами». И каждый из них достоин, чтобы его попробовали и оценили.

Сладкая прогулка

Во время прогулки по территории выставки можно встретить как уютные киоски, так и специальную лабораторию мороженого,

где рождаются новые вкусы. Именно сюда за лакомствами пришла семья Бадирхановых. — Мы с детьми, Ильей и Этери, и моей сестрой Лейлой пришли сюда специально за мороженым, — улыбается посетительница Сабина Бадирханова. — Выбор просто огромный, такое разнообразие! Мы очень рады, что можем попробовать что-то новое и необычное, да и просто насладиться вкусным десертом в хорошую погоду.

Создают сказку

Москва — город, где каждая улица таит в себе гастрономические открытия, и мир мороженого не является исключением. Сегодня столичные производители, крупнейшие из которых «Чистая Линия», «Айсберри», BBrandICE («Баскин Роббинс», — «ВМ»), «Русский Холод» и «АльтерВест», предлагают настоящий калейдоскоп вкусов, выходя за рамки привычных пломбира и эскимо. Производители мороженого активно внедряют новые технологии. Например, использование жидкого азота позволяет создавать мороженое прямо на глазах у покупателя, мгновенно замораживая ингредиенты и придавая десерту нежную текстуру. А фирменные десерты, кстати, сегодня есть не только у ВДНХ, но и у ГУМа, Центрального детского магазина и Парка Горького.

СОФИЯ ПЕТРОВСКАЯ
nedelya@vm.ru

Электросуда пойдут новым регулярным маршрутом

Москва строит современные пассажирские суда, работающие на электричестве. Комфорт, экология, изящество форм — первые четыре образца сошли со стапелей в Нагатинском затоне. Впереди у «Таганки», «Полянки», «Маросейки» и «Якиманки» тестирование и дооснащение перед тем, как первые пассажиры взойдут на их палубы летом этого года.

— Новые суда собирают за рекордные полгода, — рассказал генеральный директор Московской верфи Илья Акулов, добавив, что впереди наш мегаполис ждет открытие нового регулярного маршрута.

Уже в этом году электросуда проследуют по маршруту «Лужники» — Киевский». Он свяжет районы Дорогомилово, Хамовники и Раменки. Его длина составит более четырех километров, на линии будут открыты четыре плавучих причала. Это — скорее будущее, а в настоящем — стартовали продажи билетов на четыре новых речных прогулочных маршрута. Благодаря им москвичи смогут отправиться в путешествие по следующим направлениям: «Северный», «Исторический», «Коломенский-экспресс» и «Северный-экспресс». Помимо прогулочных маршрутов, для пассажиров работают две переправы: «Северный речной вокзал — Захарково» и «Северный речной вокзал — Химки».

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
nedelya@vm.ru

С газом шутки плохи

Раз в год сотрудники АО «МОСГАЗ» проводят технические работы внутридомового и внутриквартирного газового оборудования (ТО ВДГО и ВКГО) во всех газифицированных домах Москвы. Сегодня в столице насчитывается около 1,8 миллиона таких квартир. «Вечерка» выяснила подробности.

Проверка

— Приход специалиста не бывает внезапным: плановое ТО ВДГО и ВКГО выполняется в соответствии с утвержденными графиками, ознакомиться с которыми можно в любой момент на официальном сайте предприятия, — разъясняет заместитель главного инже-

нера АО «МОСГАЗ» Татьяна Киселева. Для удобства горожан создали бот в мессенджере «МАКС» @aomosgaz_bot. Он позволяет узнать дату проверки и получать push-уведомления за семь и за один день до приезда специалиста. При выполнении работ специалисты руководствуются перечнем правил. Слесарь проверяет работоспособность вентиляции газифицированного помещения и газового оборудования (газовой плиты, варочной панели, духовки или водонагревателя), наличие свободного доступа к внутридомовому газовому стояку, соответствие помещения

техническим условиям, отсутствие утечек в газовых приборах. Если в ходе диагностики выявляются критические неисправности, несущие угрозу жизни людей, или риск аварии, специалисты вынужденно приостанавливают газоснабжение. После осмотра проводится инструктаж по безопасности, а факт посещения подтверждается подписью жильца. — В случае если житель не может принять специалистов, можно перенести визит, связавшись с компанией по телефону горячей линии 8 (800) 700-71-04, — уточняет Татьяна Киселева.

СОФИЯ ПЕТРОВСКАЯ
nedelya@vm.ru

Увидеть конвейер памяти

Мозаика легендарного завода «Москвич» обрела вторую жизнь. «Вечерка» узнала, где можно будет увидеть панно.

— Мозаика была создана по поручению директора завода «Москвич» Валентина Коломникова в 1970–1972 годах мастерской Юрия Регентова, заслуженного архитектора РСФСР. На панно изображен процесс сборки автомобилей, выпущенных на заводе в разные годы: от ГАЗ-А до «Москвич-412». До 2024 года мозаика располагалась на фасаде бывшего цеха шасси завода «Москвич» на Волгоградском проспекте, — рассказала «Вечерке» дирек-



Наследие

Аналогичных мозаике «Москвича» образцов монументального искусства на транспортную тематику в столице не существует

тор Музея транспорта Москвы Оксана Бондаренко. Демонтаж панно начался в конце 2024 года, а сегодня готовая работа выставлена в общественном простран-

стве будущего музейного комплекса Музея транспорта Москвы в Гараже Константина Мельникова.

КСЕНИЯ КРУГЛИКОВА
nedelya@vm.ru

Проходите, вас примет «личный» врач

Институт участкового врача вернут в столичные поликлиники. Об этом заявила заммэра Москвы по вопросам соцразвития Анастасия Ракова. Как изменится прием в поликлинике, узнала «Вечерка»

Столичная система здравоохранения возвращается к истокам. Анастасия Ракова сообщила, что в поликлиники вернутся участковые врачи. — По сути это «личный врач» пациента и центральная фигура поликлиники, — подчеркнула она. — Он постоянно сопровождает людей на своем участке, а не только во время приема, координирует диагностику и лечение, хорошо знает историю каждого своего пациента, формирует целостное понимание его состояния. То есть это долгосрочные отношения, когда врач отвечает не за разовый прием, а за результат лечения и здоровье человека в целом.

Результат уже есть

Прием по новым правилам уже проводит врач-терапевт участковый городской поликлиники № 68 Татьяна Кондратенко. В профессии девушка пять лет.

По ее словам, раньше пациенты могли записаться на прием к любому врачу. Это приводило к тому, что к терапевтам каждый раз приходили разные люди с разными историями болезни. — Приходилось долго разбираться, вникать, чтобы помочь человеку, — призналась Татьяна Кондратенко. — Прием шел дольше только из-за того, что нужно было с самого начала выслушать историю, собрать анамнез. Теперь же пациенты могут записаться только к своему участковому. Если вдруг «личный» доктор находится в отпуске, то система предложит временную замену. — Благодаря новым правилам я знаю практически всех своих пациентов на участке. Особенно тех, кто часто посещает поликлинику, а это люди с различными хроническими заболеваниями, которым требуется осо-

бое внимание. Они уже не приходят ко мне, чтобы рассказать историю своей болезни, а записываются, если их что-то беспокоит или нужно направление, рецепт на лекарство, — рассказала Татьяна Кондратенко. Более того, благодаря утвержденному списку пациентов на участке врач-терапевт теперь проводит проактивный прием.

— Каждый день я захожу в систему ЕМИАС и просматриваю, к каким моим пациентам приезжала скорая, кого госпитализировали, кто на больничном. Система показывает пациентов, у которых есть отклонения в анализах. Я обзваниваю их, приглашаю на прием, чтобы назначить лечение, — поделилась она.

**УЧАСТКОВЫЙ
СОПРОВОЖДАЕТ
СВОИХ ПАЦИЕНТОВ
ПОСТОЯННО**

Татьяна уверена: новый формат работы уже показал свою эффективность. Так, ее пациентка пришла на обычную диспан-

серизацию. Татьяна направила ее на маммографию, которая показала наличие новообразования.

— Я сразу позвонила ей, пригласила на прием по результатам обследования. Мы выстроили тактику дальнейших действий.

Сейчас женщина прошла лечение, находится в ремиссии, — сообщила врач-терапевт участковый.

Возвращаемся к истокам

Корни участковой службы уходят в земскую медицину второй поло-

вины XIX века. Директор Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко Александр Зудин рассказал «Вечерке», что после земской реформы 1864 года сложи-

лась уникальная для того времени структура медпомощи сельскому населению: врачебный участок — уездная больница — губернская больница.

— Изначально система была выездной: доктор жил в городе и разъезжал по фельдшерским пунктам окрестных деревень. Однако эта практика оказалась неэффективной, и установился стационарный порядок — в центре каждого района уезда размещалась больница на 15–20 коек, откуда врач выезжал по вызовам, — объяснил Зудин. После Октябрьской революции 1917 года новая власть унаследовала земскую модель, но переосмыслила ее в рамках единой государственной системы.

В 1960-е годы началось масштабное строительство типовых участковых больниц на 100–150 коек в сельской местности, а в городах — многопрофильных поликлиник. Особое внимание уделялось развитию участкового принципа работы.

— За 70 лет советской власти смертность уменьшилась в 3 раза, средняя продолжительность жизни увеличилась вдвое, многие опасные инфекции были ликвидированы. В этом успехе была и заслуга участковой службы — той самой системы, что начиналась с земских врачебных участков дореволюционной России и эволюционировала в масштабную государственную сеть, — подчеркнул Александр Зудин.

Врач-терапевт участковый городской поликлиники № 68 Татьяна Кондратенко ведет прием по новым правилам



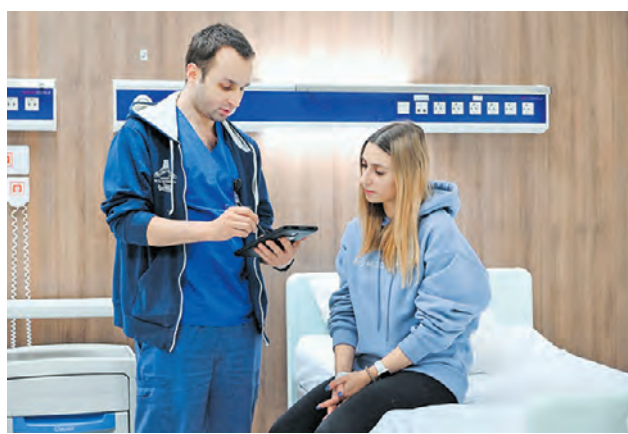
ДМИТРИЙ ДУБИНСКИЙ

Выбор всегда за пациентом

Москва внедрила проект «Умная госпитализация». Как он работает и каковы первые результаты, узнала «Вечерка».

В столице выстраивают бесшовную маршрутизацию между поликлиникой и стационаром в рамках нового формата плановой госпитализации.

— Суть проекта в том, чтобы пациент максимально комфортно попал из амбулаторно-поликлинического учреждения в стационар, — рассказал заведующий Консультативно-диагностическим отделением Московского урологического центра Боткинской больницы Денис Кружко. — Врач поликлиники формирует заявку



Пациенты стационаров получают назначения врача и результаты своих исследований в режиме реального времени

на госпитализацию на специальном портале, пишет обоснование, прикрепляет анализы и обследования. Затем врачи стационара смо-

трят заявки пациентов, зайдя в электронную историю болезни, где можно увидеть все, что нам необходимо для принятия решения.

Не позднее 15 рабочих дней пациенту в приложение ЕМИАС придут предложения от стационаров с конкретными датами. В приложении пациент сам может выбрать подходящие даты и стационар — в нем человека гарантированно примут в объявленные сроки. Если нужны дополнительные обследования — пациенту позвонит врач и откроет запись в «ЕМИАС.ИНФО» на исследования в поликлинике или создаст направления на исследования в стационаре.

— То есть пациенту не нужно приходить дополнительно в консультативно-диагностическое отделение. До госпитализации все общение проходит только с врачом поликлиники, что очень удобно для пациента, — отметил Денис Кружко.

В Комплексе социального развития города сообщили, что с момента запуска проекта около двух месяцев назад врачи поликлиник оформили уже около 67 тысяч заявок, из которых 89 процентов пациентов получили предложения от стационаров.

Важно, что у пациентов действительно появился выбор: 39 процентов получают от двух до пяти вариантов госпитализации, а еще 18 процентов — более пяти.

— Например, один стационар готов прооперировать через неделю, а в другом есть очередь и ожидание будет дольше, но они там тоже готовы принять. Пациент может сам решить, какой вариант ему предпочтительнее. Таким образом, путь пациента стал более прозрачным, — считает заместитель

главного врача по клинической работе Боткинской больницы Дмитрий Греков. Москвичка Екатерина Лебедева одна из тех, кому недавно провели операцию по «умной госпитализации».

— Мне изначально хотелось попасть к врачам Боткинской больницы. И именно она откликнулась на заявку моего доктора из поликлиники буквально на следующий день, — поделилась она.

У Екатерины это не первая госпитализация. Но раньше москвичке приходилось ждать несколько месяцев — консультации, приемы, сдачи анализов, в том числе за свой счет. В этот раз все было быстро, четко и только по полису ОМС.

Материалы подготовила
МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
nedelya@vm.ru

Учитесь уступать и прощать

В семье православного священника Филиппа Ильяшенко и матушки Ирины 11 детей. Секретами воспитания, традициями, радостями и проблемами многодетности с «Вечеркой» поделился глава семьи

Отец Филипп вырос в окружении 11 братьев и сестер и знает, какой должна быть крепкая и счастливая семья.

— Для меня присутствие маленького ребенка в доме — совершенно естественная картина. Поэтому у меня возникло чувство недостаточной полноты, когда младшая сестра выросла и вышла замуж, а я еще даже не познакомился со своей будущей женой, — делится отец Филипп.

Свое счастье молодой человек нашел, когда познакомился с Ириной. Супруга священника выросла в светской семье инженера и учительницы. После школы она поступила на исторический факультет МГУ, где и встретила будущего мужа. На пятом курсе он сделал ей предложение. — Любая семья начинается с отношения мужчины и женщины. Любовь родителей друг к другу — это не просто отправная точка для воспитания, это основа и представление детей о том, как будет строиться их дальнейшая жизнь. Главный принцип счастливой жизни — смирение, то есть умение уступать и прощать, — считает он.

В семье Ильяшенко родилось восемь дочерей и трое сыновей. Старшему Александру исполнилось 27 лет. Недавно он защитил кандидатскую диссертацию по истории. 26-летняя Евгения работает в школе учителем географии и воспитывает троих детей. Дочерям Татьяне — 24 года, Анне — 22 года, Ксении — 20 лет, а сыну Ивану — 18. 16-летняя Ма-



из личного архива

В БОЛЬШОЙ СЕМЬЕ ЛЮБОВЬ НЕ ДЕЛИТСЯ МЕЖДУ ВСЕМИ, А ТОЛЬКО ПРИУМНОЖАЕТСЯ

рия готовится поступать в университет, а 14-летний Николай, 12-летняя Екатерина и 10-летняя Иулиания учатся в школе. Семилетняя Варвара в этом году пойдет в первый класс.

— Все мои дети учились или учатся в православной школе. Помимо этого, они ходят на кружки: столярное мастерство, ИЗО, спорт. Но главный талант всех моих деток — пение. Я постоянно слушаю, как поют в храме, поэтому слух есть, но сам вокальными данными не отличаюсь. В этом мои дети превзошли меня, и я этим очень горжусь, — улыбается отец Филипп.

У священнослужителя уже пять внуков. Каждый год семья в полном составе, в том числе братья, сестры и родители отца Филиппа, собирается на Пасху и Рождество. Еще одно правило семьи Ильяшенко — в строгом распорядке дня. Только так, считают родители, можно воспитать достойных людей. — На мой взгляд, у детей не должно быть свободного времени. Сначала школа,

потом занятия и репетиторы, вечером уроки и отбой. Мы распределяем некоторые домашние обязанности среди детей, чтобы приучить их брать ответственность, — говорит он.

Отец Филипп и Ирина сейчас переживают особенно нежный и сложный момент взросления своих детей — переходный возраст.

— В это время ребенок хочет не быть похожим на своих родителей. Он заявляет: «Я — личность». Ему нужно объяснить, что личность — это ответственность. И показать это на личном примере. Есть папа, который зарабатывает деньги, выполняет свою работу. Мама следит за домом, всех кормит, спать укладывает, утешает. А у тебя-то какие обязанности? С помощью таких бесед мы и воспитываем детей, — объясняет священник. Поддерживать дисциплину и внушать ребенку правильные вещи возможно только через авторитет любви.

— Наказание не должно унижать человеческое достоинство, а рукоприкладство ничем хорошим не заканчивается. Ключевой аргумент — папино слово. А вес этому слову можно придать только личным примером, — считает он.

Отец Филипп признается, что быть многодетным отцом гораздо проще, чем многодетной матерью. Глава семьи постоянно на работе, он совмещает должность проректора Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета, служит в храме и в двух го-

спиталях для раненых бойцов СВО. Суббота и воскресенье — самые загруженные дни. Единственный выходной — понедельник. Как отец и муж, священник старается помогать своей жене во всем, но большая часть обязанностей, признает он, ложится на плечи Ирины.

— Никакая работа не может сравниться с трудом папы и мамы. Многодетность — это выбор невероятной радости, самого драгоценного богатства. Одновременно это и подвиг, — отмечает он.

Подготовила
ЕЛИЗАВЕТА АНДРЕЕВА
nedelya@vm.ru

ВЫПЛАТЫ И ПОСОБИЯ

Семье, где воспитываются трое и более детей, положены следующие виды выплат и пособий:

- Единовременная компенсационная выплата на возмещение расходов в связи с рождением (усыновлением) одновременно троих и более детей.
- Ежемесячная компенсационная выплата на возмещение расходов в связи с ростом стоимости жизни.
- Ежемесячная компенсационная выплата на возмещение расходов по оплате за жилое помещение и коммунальные услуги.
- Ежемесячная компенсационная выплата за пользование телефоном.
- Ежемесячная компенсационная выплата на возмещение роста стоимости продуктов питания отдельным категориям граждан на детей в возрасте до трех лет.
- Ежегодная компенсационная выплата на приобретение комплекта детской

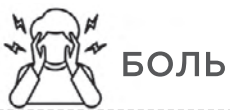
одежды для посещения занятий на период обучения.

Если в семье воспитываются более пяти детей, то она также имеет право на:

- Ежемесячную компенсационную выплату на приобретение товаров детского ассортимента семьям, имеющим пятерых и более детей.

Семья, в которой воспитываются 10 и более детей, помимо перечисленных выплат, также может получить:

- Ежемесячную компенсационную выплату семьям, имеющим 10 детей и более.
- Ежемесячную компенсационную выплату матерям, родившим 10 детей и более и получающим пенсию.
- Ежегодную компенсационную выплату к Международному дню семьи.
- Ежегодную компенсационную выплату ко Дню знаний.



БОЛЬ

РОССИЙСКИЙ РАЗРАБОТЧИК
И ПРОИЗВОДИТЕЛЬ В ОБЛАСТИ ФИЗИОТЕРАПИИ

Prodex

ЧТО ПРИШЛО НА СМЕНУ ЛЕКАРСТВАМ?

МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО, ИЛИ ЧТО ОТ НАС СКРЫВАЛИ УЧЁНЫЕ?

В 1972 году случилось невероятное! Парализованный англичанин после удара молнии обрёл подвижность. Этот случай даже попал в Книгу рекордов Гиннесса. И, более того, не остался незамеченным нашими учёными. Изучив возможности электрических разрядов, специалисты совершили невероятное открытие! Которое помогло найти реальный способ избавиться практически от любой боли! А как этим способом воспользоваться, Вы узнаете в этой статье.

УЧЁНЫЕ НАУЧИЛИСЬ ОТКЛЮЧАТЬ БОЛЬ

У большинства россиян в домашней аптечке есть два-три вида болеутоляющих. И лишь единицы обходятся без них. А ведь многие и не представляют, насколько эти лекарства опасны! Злоупотребление обезболивающими препаратами зачастую приводит к гипертонии, почечной недостаточности, язвам желудка, гастритам и многим другим печальным последствиям. Да что говорить, одна лишняя выпитая таблетка может спровоцировать инфаркт и инсульт!

И, как следствие, оказаться последней. **Что делать? И можно ли обойтись без обезболивающих?** Сегодня возможно всё! Ведь учёные нашли способ справиться с болью без таблеток. Напрашивается вопрос: как им это удалось? Оказывается, боль в нашем теле можно «отключить» с помощью электричества. Как это понимать? Дело в том, что за боль в теле отвечает наша нервная система. А электрические импульсы умеют воздействовать на нервные волокна так, что боль бесследно проходит.

Представляете? И знаете, что самое интересное? Совсем неважно: боль эта суставная, головная или боль внутренних органов. Электро-стимуляция помогает избавиться от более разных происхождений. А главное — сделать это максимально безопасно! На основе этих исследований учёные из Екатеринбурга разработали уникальный противоболевой аппарат SELFDOCS МУВЕР. Он стал первым в России портативным обезболивающим! МУВЕР разработан настолько грамотно и профессионально, что не просто снимает боль, но и помогает устранить её причину. И делает это в считанные минуты! А знаете, что самое приятное? Что Вы можете воспользоваться этой разработкой уже сегодня и сделать это, не выходя из дома! Аппарат уже помог тысячам людей и теперь готов помочь именно Вам!

УМНЫЕ ИМПУЛЬСЫ ПОМОГУТ «СЛЕЗТЬ» С МАЛОЭФФЕКТИВНЫХ ПРЕПАРАТОВ

На самом деле МУВЕР потряс весь медицинский мир! Но как ему это удалось и в чём секрет его работы? Сейчас мы вам расскажем. Всё дело в умных импульсах аппарата! Они имеют особую, низкую частоту. И Вам, чтобы избавиться от боли, достаточно лишь расположить аппарат на больном месте. Дальше МУВЕР сделает всё сам. «Умные токи» аппарата, в отличие от привычных средств, действуют прямо в очаг Вашей боли.

Поэтому обезболивающий эффект достигается в несколько раз быстрее, чем мы привыкли!



К тому же МУВЕР поможет скорректировать работу нервной системы. И даже мышцы! Зажатые мышцы, которые порой не выдерживают привычной нагрузки, начнут наконец расслабляться. И вместо скованности и напряжения Вы почувствуете тепло и расслабление.

Кровь побежит по Вашим венам куда быстрее, разнося недостающее питание и кислород. Улучшится и отток лимфы и начнут спадать отёки и воспаления. Вот здесь-то Вас и ждёт не просто освобождение от боли, но и самовосстановление. Ведь аппарат, действуя даже в одном месте, помогает нормализовать работу всего организма в целом! Вот они — новые технологии! Вот оно — Ваше оздоровление!

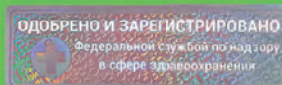
МУВЕР БЬЁТ ВСЕ РЕКОРДЫ!

Говорят, победа достаётся сильнейшим. И действительно, так и есть! Именно поэтому МУВЕР не просто противоболевой аппарат. Сегодня это эксперт по снятию боли! За этим аппаратом не просто его счастливые обладатели. Это подтверждено клиническими исследованиями!



ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЁВЫХ ПОДДЕЛОК, КОТОРЫЕ МОГУТ НАВРЕДИТЬ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ!

Только на упаковке оригинального аппарата имеется защитная голограмма



ОФОРМЛЕНИЕ ЗАКАЗА:
8 (800) 505-89-82

350 АППАРАТОВ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!*

Внимание! С новой поставкой ожидается повышение стоимости!
Звоните и заказывайте прямо сейчас!

ПОСМОТРИТЕ НА ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ АППАРАТА МУВЕР:

- острая и хроническая боль, связанная с патологией внутренних органов (программа Боль);

**ОПЛАТА ЗАКАЗА
ТОЛЬКО ПОСЛЕ
ПОЛУЧЕНИЯ!**
Вы ничем
не рискуете!

WWW.PRODEX.RU

- острая и хроническая боль, связанная с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата (программа Боль сильная).

Казалось бы, всего два показателя. Но ведь какие они ёмкие!

Вы, как никто, знаете, что боль и есть главная проблема, мешающая нам жить. И уже сегодня МУВЕР поможет Вам избавиться от этой проблемы, скинуть с себя оковы боли и шагнуть в новую здоровую жизнь!

КАК СДЕЛАТЬ ШАГ К ЗДОРОВЬЮ?

Вы только представьте, что у Вас уже сейчас есть аппарат МУВЕР. Какая она, Ваша жизнь?

Ответ прост: здоровая и счастливая! А стоит боли подступиться к Вам, так МУВЕР возьмёт удар на себя. Как? Да очень просто. Одна процедура, и боли как и не было.

Возьмите аппарат в руки. Его размеры настолько компактны, что не превышают размеров пульта от телевизора. Посмотрите, как он удобно разместился в вашей ладони! И именно это делает процедуру лечения такой лёгкой и комфортной. А то, что аппарат работает от батареек, это ещё одно большое преимущество. Знаете почему? Вам не придётся путаться в проводах или метаться в поисках розетки. Снимать боль можно абсолютно в любых условиях: дома, на даче, в санатории, да даже на скамейке! Согласитесь, здорово!

Расположили аппарат на месте, где болит, и наслаждаетесь. Великолепно! Быстро и легко! Вот она, медицина будущего! Но ведь и это ещё не всё. В отличие от лекарств, к которым умеет привыкать наш организм, МУВЕР не вызывает привыкания.

А значит, что и лечение им не теряет своей действенности. И всё это благодаря переменному импульсному току. Вы сможете сохранить свой желудок и печень. И сделать огромный вклад не только в здоровье и отменное самочувствие, но и в долголетие!

МУВЕР — это инновационная терапия, которая с лёгкостью адаптируется под любую боль и вычеркивает её из Вашей жизни! И сегодня такая терапия должна быть у каждого человека! Ведь именно МУВЕР помогает снизить приём лекарств, а значит, сохранить здоровье Ваших внутренних органов.

По статистике, 85% новых лекарств имеют минимум полезного действия. А иногда и не имеют его вообще.

Так зачем Вам это, если можно жить хорошо и жить здорово? Подарите себе лёгкость движения, ясную голову и высокое качество жизни. Позвоните нам прямо сейчас и закажите аппарат МУВЕР! И Ваша жизнь уже не будет такой, как прежде! Ведь в зеркале Вы будете видеть отражение здорового и счастливого человека! Оставьте боль в прошлом, сделайте шаг навстречу здоровью! И живите долгие и счастливые годы!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 04.06.2026 по 04.07.2025. 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. Перевод: продекс, сэлфдокс. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Бежал за зарплатой, нашел призвание

Каждый четвертый работающий россиянин за последние два года сменил не просто компанию, а профессию. Причем довольных таким решением — вдвое больше, чем разочарованных



Мадина
Льянова
nedelya@vm.ru

Люди уходят из профессии не тогда, когда становится трудно, а когда перестают видеть в своем занятии смысл. Данные свежего опроса 1600 экономически активных россиян это подтверждают: 46 процентов работающих называют главным мотивом выхода на рынок низкую зарплату, 10 процентов — карьерный тупик. И, что особенно показательно, по данным SuperJob, 9 процентов (а это +6 пунктов за год) хотят не просто сменить компанию, а уйти в другую сферу деятельности. Каждый одиннадцатый сотрудник сегодня думает не о повышении, а о полной перезагрузке.

И эти мысли переходят в действия. 23 процента россиян сменили профессию за последние два года. И среди них довольных — почти вдвое больше, чем недовольных (15 против 8 процентов). Активнее всего переквалифицируется молодежь до 35 лет. Следом идут работники с зарплатой до 100 тысяч рублей. На первом месте среди плюсов переквалификации — возможность развития, получение новых знаний и навыков. Более высокая зарплата — только на втором. В целом значительная часть экономически активных людей находится в состоянии

«сизу, но поглядываю на дверь». Возникает вопрос: эти изменения — временная турбулентность или новая реальность? Чтобы разобраться, мы обратились к человеку, который видит рынок труда изнутри каждый день, — HR-эксперту, руководителю агентства по подбору и развитию персонала Гарри Мурадян.

Учитесь расставаться

Эксперт подтвердил: тренд не случайный. По его словам, у смены профессий три главных двигателя. — Первый и самый очевидный — доход. Второй — профессиональное выгорание, когда человек физически не может больше делать то, чем занимался до сих пор. И третий, особенно важный, — ощущение, что в новой сфе-

меримой экспертизы, — подчеркивает он. — Если ты уникален в своей нише, тебе будут платить. Если нет, конкуренция становится жестче. Идобавляет важный нюанс: обучение внутри компаний становится точечным. Работодатели не готовы переучивать всех подряд — только тех, в ком видят реальную перспективу.

Цифры эту логику подтверждают. Гарри Мурадян ссылается на свежие данные: в 2026 году уже 67 процентов опрошенных россиян рассматривают переход в новую специальность. А среди молодежи 18–24 лет эта доля достигает 51 процента. То есть каждый второй молодой человек допускает, что его первая профессия — не навсегда.

— Люди все чаще воспринимают работу как этап, а не как десятилетнюю карьеру в одной компании, — резюмирует эксперт. — И для работодателя это прямой путь к росту текучки и падению той самой пожизненной лояльности, на которой держались старые школы управления. Что же меняется в портрете соискателя? По наблюдениям Мурадяна, он становится более смелым.

— На рынке появляется все больше людей после переобучения, — объясняет он. —

Всего 20 процентов людей с высшим образованием решаются поменять профессию



У компаний растет поток кандидатов без прямого опыта в конкретной профессии. Их сложнее оценивать, с ними больше рисков на испытательном сроке, но они часто оказываются более мотивированными, чем профи с десятилетним стажем.

При этом, подчеркивает эксперт, на рынке усиливается стандарт универсального специалиста: человек должен глубоко понимать свою сферу и одновременно уметь работать с современными инструментами, включая ИИ.

На вопрос, как меняется ситуация с наймом, Гарри Мурадян отвечает сдержанно.

— Парадокс: най-

ти «кого-нибудь» стало чуть проще — поток переученных кандидатов растет. Но дефицит по-настоящему сильных, профильных специалистов сохраняется, а конкуренция за них только усиливается, — подмечает он.

И здесь, по словам Мурадяна, работодателям приходится делать непростой выбор.

— Рост доходов теперь будет избирательным, — объясняет эксперт. — Доля вакансий и резюме на рынке меняется структурно, а не циклически. Это не сезонное колебание, это полноценный сдвиг.

И следом раскрывает главную дилемму для бизнеса: вкладываться в переобучение своих или нанимать готовых. По мнению Гарри Мурадяна, обучение внутри компаний будет точечным. — Ресурсы будут вкладывать в перспективных сотрудников, а не в массовое повышение квалификации, — убежден он. — Переобучать стоит тех, кто уже доказал лояльность, обучаемость и потенциал роста внутри бизнеса.

Однако, предупреждает эксперт, закрывать все потребности только внутренним обучением нельзя.

— По многим ролям дешевле и быстрее нанять готового специалиста по рыночной зарплате. Особенно если позиция влияет на операционную устойчивость, — поясняет глава рекрутингового агентства. Какой же выход видит HR-эксперт для компаний? — Лучшая модель — гибрид, — заключает Гарри Мурадян. — Где-то растим своих, где-то точно забираем готовых с рынка. И главное — отказаться от убеждения, что сотрудник останется с вами на 20 лет. Учитесь расставаться так, чтобы он потом вернулся или рекомендовал вас как работодателя. Это новая реальность.

Гибкость — новая валюта

Если HR-эксперт смотрит на ситуацию через призму найма, удержания и корпоративных стратегий, то экономиста интересует цена вопроса и макротренды. О том, что массовая переквалификация значит для рынка в целом, мы поговорили с финансовым аналитиком крупного российского банка, экономистом Мариной Анастасиади. Как и HR-эксперт, она уверена, что данные опросов за 2026 год — не просто рядовая статистика, а индикатор структурного сдвига. — Когда почти каждый четвертый меняет профессию, это уже не «переток кадров» между отраслями, — объясняет Марина Анастасиади. — Это перестройка самой модели занятости. Экономист обращает внимание на два ключевых момента.

— Первый — производительность труда. С одной стороны, смена профессии часто дает человеку второе дыхание, он работает более мотивированно и эффективно. Это плюс для экономики, — рассуждает аналитик. — С другой — каждый переход сопровождается просадкой: человек теряет квалификацию, нарабатываемые связи, скорость. И пока он входит в новую роль, экономика несет потери. Вопрос в том, что перевешивает.

Второй момент — инфляционные риски.

— Если люди массово уходят из профессий с невысокой зарплатой — а данные это подтверждают: активнее всего переквалифицируются работники с доходом до 100 тысяч рублей, — то в этих секторах возникает дефицит кадров, — поясняет эксперт. — А дефицит толкает зарплаты вверх, что разгоняет цены. Получается парадокс: человек бежит от низкого дохода в новую профессию, а его уход косвенно поднимает зарплату тем, кто остался.

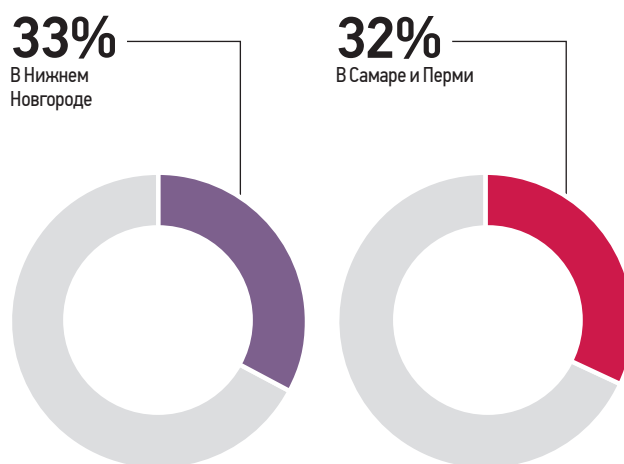
— Технологии меняют рынок быстрее, чем успевают перестраиваться системы образования. Люди поняли: ждать подачек от государства или работодателя бесполезно — проще переучиться самому, — подчеркивает финансовый аналитик. Впрочем, Марина Анастасиади предостерегает и от излишнего оптимизма. Переквалификация — это не панацея, — предупреждает эксперт.

— Часть людей разочаруются, часть вернутся назад. Но сам вектор задан: гибкость и готовность учиться становятся главной валютой

ВЗЛЕТЫ И ПАДЕНИЯ

Самый удачный карьерный транзит за последние годы — из инженеров в ИТ и HR: довольны 91 процент переквалифицировавшихся. А самый рискованный — из инженеров в менеджеры по продажам: довольны лишь 36 процентов, а 64 процента — жалуют. Учителя и воспитатели, ушедшие в продажи или сферу обслуживания, довольны в 78 процентах случаев.

Где активнее всего меняют профессию?



По данным из открытых источников

на рынке труда. И тому, кто этого не понимает, придется тяжело.

Не растете — перерастаете

На столь радикальный шаг, как смена карьерной траектории, решиться непросто. И далеко не все причины здесь экономические — зачастую дело в том, что происходит внутри человека. Об этом «Вечерке» рассказала психолог с 20-летним стажем Екатерина Трофимова. Симптомы выгорания и перерастания профессии путают постоянно — и там,

и там раздражение, скука, апатия, нежелание идти на работу. Но есть важное отличие, объясняет психолог. — Если вы несколько лет добросовестно работали, росли, брались за сложные задачи, но вас не повышали, не давали проявить себя и вы сдались и почувствовали скуку, значит, вы переросли свою позицию, — объясняет она. — Особенно заметно это становится, когда начальник некомпетентен: сначала его решения вызывают недоумение, а потом, когда вы понимаете, что ни на что не влияете, наступает апатия.

Выгорание же, по словам психолога, связано с перегрузкой и нарушением баланса.

— Если вы регулярно задерживаетесь, работаете в выходные, при этом теряете интерес к делам, а уровень стресса зашкаливает, вам нужна остановка. Отпуск, смена обстановки, работа с психологом. Не просто отдых, а восстановление графика и ресурса, — подсказывает специалист. Возраст тоже играет ключевую роль, и здесь Екатерина Трофимова указывает на четкие физиологические и психологические механизмы. В 20 лет мозг рвется покорять вершины, ошибки переживаются легко, организм быстро восстанавливается. После 40 ситуация меняется.

— Мозг перестает поощрять дофамином попытки начать новое, — объясняет психолог. — На первый план выходит повышенная чувствительность к потерям. Человек боится не столько начать заново, сколько потерять то, что уже есть. Даже если это «не слишком большое достижение». Эволюционный механизм нащепывается: после 40 восстанавливаться сложнее, ошибка стоит дороже. И многие продолжают совершать привычные действия вместо того, чтобы рискнуть и изменить жизнь к лучшему. Думать, что деньги в этой истории главное, — ловушка. Многие идут на смену профессии даже со снижением зарплаты.

— Человек соглашается на падение дохода ради самооценки, — уверена Екатерина Трофимова. — Скрытая потребность — в автономии и компетентности.

Ему нужно признание, уважение, возможность реализовать свой талант. И ради этого он готов временно зарабатывать меньше.

Главный страх, который парализует решившихся: «А если у меня ничего не выйдет?» И здесь, предостерегает психолог, популярная «техника малого шага» не работает.

— Человек проецирует на будущее катастрофу: потеряю все, закончу под мостом, — рассказывает Екатерина Трофимова. — На приеме мы идем дальше: «А что потом? А что бы ты посоветовал другу?» И в 99,9 процента случаев здоровый человек придумывает миллион вариантов, как он выкрутится. Страх оказывается надуманным. Важно идти в него, а не убежать.

Наконец, о призвании. Сегодня модно требовать от работы счастья и страсти, и это, по мнению психолога, создает лишнее давление.

— Как только человек начинает скучать на работе (а это бывает даже на самой любимой), он тут же стыдится: «У всех работа — хобби, а у меня что-то не так», — подмечает специалист. — Люди мечтают, проходят переобучение за переобучением, отдаляются от себя. Самый здоровый подход сегодня, считает эксперт, — карьерный полиморфизм: есть основная работа, а переквалификации воспринимаются как хобби, где ты имеешь право ошибиться. — Не надо вешать ярлык «призвание», — подчеркивает психолог. — Если работа кормит семью и позволяет жить так, как вы хотите, этого уже достаточно. Искать хобби можно в другом месте.

ЗАПОР РАЗРЫВАЕТ ИЗНУТРИ! ОСТАНОВИТЕ ЭТО!

Массы переваренной пищи скапливаются в кишечнике, гниют, твердеют, растягивают и надрыывают нежную слизистую. Через такие «дыры» в кровь **ежесекундно текут яды, токсины, шлаки, бактерии и вирусы**. Ваши сосуды из рек жизни превращаются в сточную канаву, а кровь — в отраву. Все нечистоты прямоком попадают в Ваши сердце, мозг, печень, почки — во все важнейшие органы, которые уже не смогут нормально работать. **Скачки давления, головные и суставные боли, бессонница, провалы в памяти** — дальше может быть только хуже. Медлить нельзя! Но и исправить это обычными слабительными непросто — ведь отравлен весь организм! Такая задача под силу **«Сивидалу»!**

Этот продукт лечебно-диетического питания **разработали российские ученые в наукограде Пущино**. С помощью уникальной запатентованной технологии кавитации (патент RU2384342) из дикой арктической водоросли ламинарии получают **«живые» молекулы — микроцевтики**. Только такие активные микромолекулы могут обеспечить **ультратонкое очищение кишечника и крови с первого дня приема**. Благодаря гелевой форме они мягко и бережно **растворяют мучительную «пробку»**, **выводят все нечистоты, создают защитную пленку, снимают воспаление слизистой и заживляют «кишечные дыры»**, а поступая в кровоток, **очищают кровь и сосуды**. Одновременно с этим «живые» молекулы «Сивида-

ла» питают микрофлору кишечника, **предотвращая возвращение запоров**. **«СИВИДАЛ» ПОДОЙДЕТ ВСЕМ, КТО ХОЧЕТ:**
1 ИЗБАВИТЬСЯ от запоров,
2 ЗАКРЫТЬ «кишечные дыры»,
3 ОЧИСТИТЬ кровь,
4 БЫСТРО УЛУЧШИТЬ спокойный сон,
5 ИЗБЕЖАТЬ опасных осложнений.
 Не ждите особого случая, чтобы улучшить Ваше самочувствие! Пока Вы думаете — другие действуют! Если **ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ МУЧИТЕЛЬНЫХ ЗАПОРОВ** и опасной токсической нагрузки, то чувствовать себя превосходно можно в любом возрасте! Вы можете попробовать «Сивидал» прямо сейчас **совершенно БЕСПЛАТНО**.

БЕСПЛАТНО*



Хотите получить «СИВИДАЛ» совершенно **БЕСПЛАТНО?!**

Звоните по бесплатной федеральной линии:

8-800-100-55-60

***2031**

Код вашего ПОДАРКА*

Назовите **«ПРОБКА»** назовите

живые молекулы из водорослей

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА. ООО «МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ», ОГРН 1217700093159, 127287, Г. МОСКВА, ПЕТРОВСКО-РАЗУМОВСКИЙ ПР., Д. 29, СТР. 4, ЭТАЖ 1, ПОМ. I, КОМН. 28. СГР № RU.77.99.19.004. Е.004350.10.18 ОТ 01.10.2018. *ПРИ ЕДИНОВРЕМЕННОЙ ПОКУПКЕ 5 УПАКОВОК. АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ С 01.06.2026 ПО 31.12.2026. ИНФОРМАЦИЮ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ПОЛУЧЕНИЯ ПОДАРОКОВ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛ. 8-800-100-55-60. РЕКЛАМА.

Его изобретать не надо

Среди москвичей 30–45 лет сегодня все более популярным становится такой способ передвижения, как моноколесо. Какие преимущества находят в нем его поклонники, узнала «Вечерка»



Для поездки на моноколесе важна полная экипировка



Анастасия Диденко
nedelya@vsm.ru

Бывает, идешь себе по улице, как вдруг рядом словно пролетает человек на моноколесе. И тут же задаешься вопросом: «Как не страшно ездить на таком устройстве?» Ведь со стороны кажется, что «транспорт» этот — не такая уж и безопасная штука. И ладно бы, человек покатался на нем пару раз ради развлечения, но ведь для многих без моноколеса и жизнь — не жизнь: люди берут его с собой в путешествия, даже свадьбы справляют на моноколесах... Вообще-то пик популярности моноколеса переживало в 2013–2015 годы. Одним из любителей такого средства передвижения стал Тимур Сакаев, который уже несколько лет не расстается с моноколесом. — До этого моим главным транспортом был электросамокат. Поначалу все было отлично: маневренный, лег-

шлось дважды его менять — а это и время, и деньги, и постоянная нервотрепка. Однажды вечером я наткнулся на обзор моноколес. Сперва отнесся скептически: «Как вообще на этом можно ездить?» Но чем больше смотрел видео, тем сильнее загорался идеей попробовать. Через неделю сомнений я все-таки купил себе первое моноколесо, — говорит Тимур Сакаев.

Из основных преимуществ моноколеса он выделил удобство спусков по лестницам: оказывается, с него при этом можно даже не слезать. — И это гораздо удобнее, чем ездить на машине: не нужно стоять в пробках, искать парковку и решать прочие проблемы. Я без него теперь не обхожусь. Даже в магазин за продуктами, который находится всего в 300 метрах от дома, я отправляюсь на моноколесе, — улыбается Сакаев. Кроме того, Тимур убежден, что моноколесо является одним из самых безопасных видов транспорта. Так, для езды на электросамокате он использовал полную защитную экипировку, а сейчас ограничивается маской,

Что такое моноколесо

Панель управления включает устройство, может переключать режимы движения, отображает уровень заряда

Бортовой компьютер обрабатывает данные с датчиков и управляет мотором для стабилизации движения

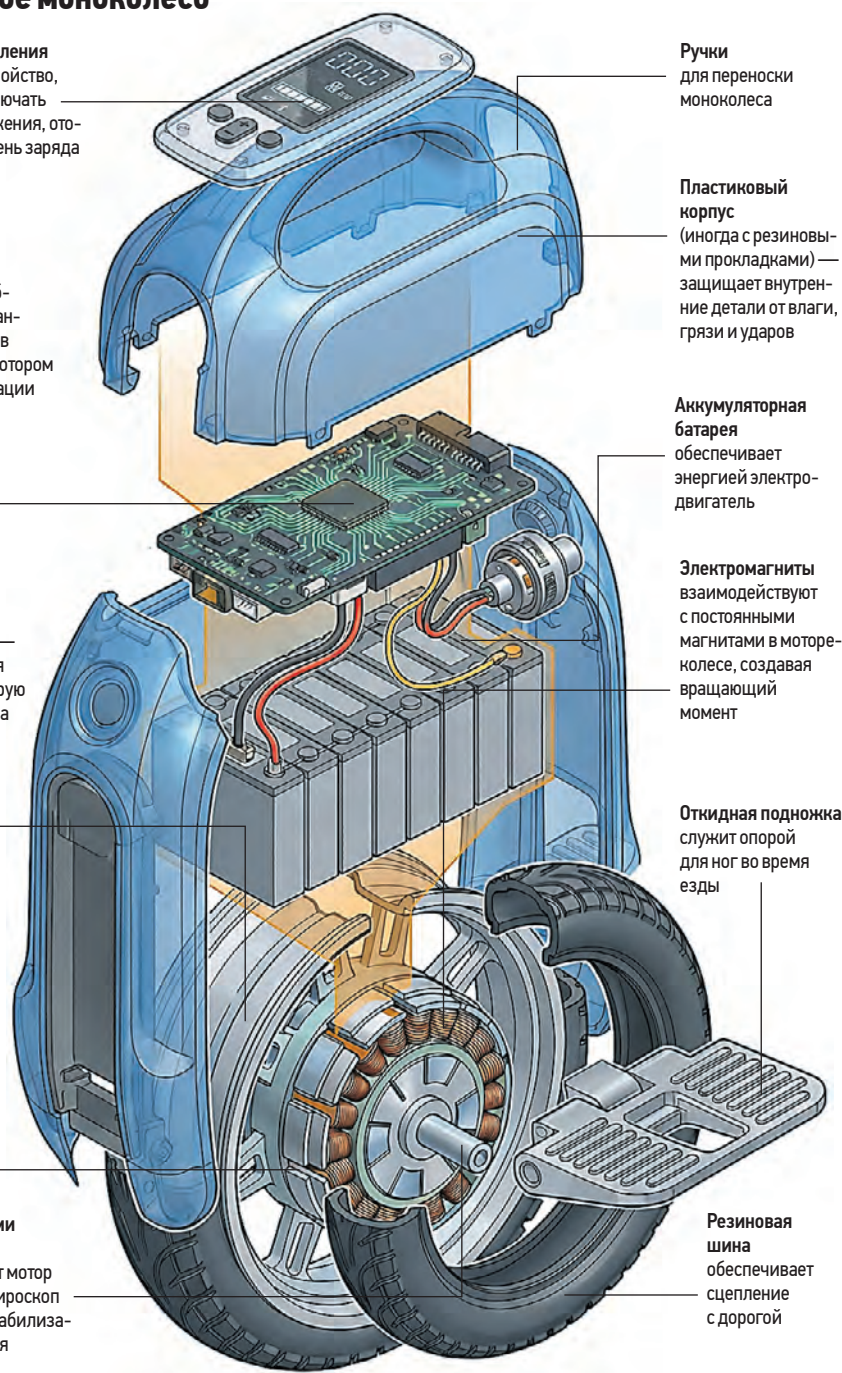
Обод колеса — вращающаяся часть, на которую крепится шина

Магниты образуют бесщеточный двигатель

Ось со спицами и гироскопы. Ось соединяет мотор с колесом, а гироскоп отвечает за стабилизацию движения и равновесие

не — например, когда мне казалось, что я могу пережить технику. При этом моноколесо старается исправить мои ошибки. Сначала подает звуковые сигналы, а затем начинает поднимать педали, из-за чего движение становится крайне некомфортным и ты вынужден остановиться, — объясняет Тимур Сакаев. — И я еще не встречал моноколесника, который гонял бы как угорелый. Мы знаем, чем это чревато...

Кстати, у моноколесников, как и у мотоциклистов, есть свои фишки: например, при мимолетной встрече у них принято здороваться. Таковы правила хорошего тона. Среди поклонников моноколеса немало тех, кто не расстается с железным пони уже довольно долго. Так,



Ручки для переноски моноколеса

Пластиковый корпус (иногда с резиновыми прокладками) — защищает внутренние детали от влаги, грязи и ударов

Аккумуляторная батарея обеспечивает энергией электродвигатель

Электромагниты взаимодействуют с постоянными магнитами в моторе колеса, создавая вращающий момент

Откидная подножка служит опорой для ног во время езды

Резиновая шина обеспечивает сцепление с дорогой

Кстати,

идея создать моноколесо возникла задолго до изобретения электромоторов. Еще в 1930-е годы в Англии придумали машину, которая выглядела как гигантское колесо, внутри которого находилось сиденье для водителя. А современное моноколесо управляется телом человека. Чтобы поехать вперед, нужно наклонить корпус тела, чтобы затормозить — отклониться назад. Повороты же совершаются аналогичными наклонами и смещением веса на одну из ног.

Алексей Алексеев в первый раз встал на моноколесо 10 лет назад.

— Вначале я совмещал его с другими способами передвижения, а сейчас не пользуюсь ни общественным транспортом, ни такси, — говорит Алексей Алексеев. По его словам, популярность этого маневренного девайса обусловлена не-

сколькими причинами: тебе не страшны пробки, ты сэкономишь деньги на парковку и бензин, не зависишь от расписаний и маршрутов городского транспорта. — Прохожий смотрит на нас и думает: вот, великовозрастные дети нашли себе игрушку для развлечения. Но стоит освоить моноколесо, как человек начинает понимать, сколько у него пре-

имуществ, — считает Алексей Алексеев.

Однако к этому увлечению далеко не все пешеходы и автомобилисты относятся с пониманием, ровняя самокатчиков, велосипедистов и моноколесников, что называется, под одну гребенку.

— К примеру, едешь в пробке со скоростью 25 километров в час, ведь впереди тебя машина... Но тот, кто едет за рулем авто за тобой, просто не желает видеть тебя на дороге и ты много чего можешь услышать в свой адрес из приоткрытого окна его машины. Я это испытал на себе, — признается Алексей Алексеев.

К счастью, пока обходилось без серьезных инцидентов, так что он продолжает ездить на моноколесе и даже берет его с собой в дальние путешествия.

— Моноколеса стали не только покорителями городских дорог, но и используются для поездок по всей стране. От Москвы до Байкала за 40 дней вместе с девушкой. От Москвы до Крыма. Мой личный рекорд — 455 километров из Москвы под Тверь и обратно; за 24 часа в рамках ставшим почти традиционным заезда Москва — Питер. Есть моноколесные туры в Китай, каждый год устраиваются летние выезды из Москвы в Сочи, — рассказывает Алексеев.

Что уж говорить, на моноколесе он даже снимается в фильмах. К примеру, его можно увидеть в мелодраме «Московский романс».

Кого-то это может удивить, но свадьба на моноколесе — это тоже не шутка. Ирина Иванова (имя изменено по просьбе героя) именно так и сделала в день своего торжества.

— За один день праздничного дня мы успели объехать все парки и красивые места для фотосессии. Поздравляли тоже со всех сторон, вдоль дорог — мотоциклисты и автомобилисты, в парках и на набережных — обычные пешеходы и велосипедисты. Лично для меня преимущество моноколеса при проведении свадьбы в том, что гостям не нужно думать о праздничных нарядах, не нужно тратить на них деньги. Все максимально просто и удобно, — говорит Ирина.

Получается, что как таковая мода на моноколесо возникла не сегодня: многие открыли для себя удобства этого способа передвижения еще несколько лет назад и, сами того не ведая, стали его популяризаторами.

ПЕРЕДВИЖЕНИЕ НА НЕМ ПОЗВОЛЯЕТ ЭКОНОМИТЬ ВРЕМЯ И ДЕНЬГИ

кий, удобный для коротких поездок по городу. Но со временем начались проблемы: аккумулятор сдавал слишком быстро. За 6 тысяч километров пробега мне при-

чтобы защищать лицо от ветра. Надо сказать, не все моноколесники согласны с ним в этом.

— Падения, конечно, случались, но всегда по моей ви-

Инфографика на полосе выполнена **ВИКТОРОМ ЕГОРОВЫМ** и нейросетями

05.00 Доброе утро
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30
Время покажет 16+
12.00 Новости (с субтитрами)
14.00, 17.00, 23.00
Большая игра 16+
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! [S] 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 **МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ** [S] 16+
Таня, в одиночку воспитывающая двоих детей, по ночам работает в такси. Однажды она везет нетрезвого пассажира в больницу, где сама падает в обморок. Диагноз врачей неутешителен — у Тани онкология, и жить ей осталось около года. В больнице Таня знакомится с Борисом, который тоже борется с болезнью: он советует ей больше времени проводить с детьми. Позже Таня узнает о смерти Бориса и всерьез задумывается о том, с кем останутся Ваня и Марта после ее ухода...
00.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+
03.00 Новости

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном.
Ток-шоу 12+
11.30 Вести. Местное время
12.00 60 минут. Ток-шоу 12+
14.30, 02.20, 03.30 **КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ** 16+
Бизнесмен Болдырев погибает от выстрела снайпера после того, как дрон сбрасывает ему конверт со старой фотографией и надписью «должок». Эксперты устанавливают, что выстрел произведен из винтовки СВД. На фотографии запечатлена супружеская пара — Константин Михайленко, бывший партнер Болдырева, застреленный из этой же винтовки в 2006 году, и его жена Алина. Выясняется, что исполнитель убийства Михайленко, киллер Гамаюн, вышел на свободу два месяца назад. У следствия появляется новый подозреваемый в убийстве Болдырева — его сын Максим...
17.00 Малахов 16+
18.00 60 минут. Ток-шоу 12+
21.10 Вести. Местное время
21.30 **ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ** 16+
23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

06.00 Настроение
08.15 Смех, дрожь и видео 16+
08.50 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УБИЙСТВО** 16+

10.55 Городское собрание 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 03.05 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. КАПКАН НЕМЕЗИДЫ** 16+
13.45, 05.20 Мой герой. Марат Башаров 12+
14.50 Город новостей
15.00 **СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ** 16+
16.55 Звездные килограммы 16+
18.10 **СЛЕПОЙ МЕТОД** 12+
22.35 10 самых. Время перемен. Кукловоды шоу-бизнеса 16+
23.05 Знак качества 16+
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Неизвестный Брежнев 16+
01.35 Заклятые друзья. Документальные проекты 16+
02.20 Тайная комната. Дети Третьего рейха 16+
04.40 Короли эпизода 16+

06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.10 Ступени цивилизации. Атлантида
08.05 Невский ковчег. Теория невозможного
08.35 **ГОРОД НАД ГОЛОВОЙ** (СССР, 1985)
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15 XX век. Путешествие в будни
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.45 К 90-летию киностудии Союзмультфильм. Иван Иванов-Вано
14.25 **СНЕГУРОЧКА**
15.35 Линия жизни. Андрей Золотарев
16.30 Передвижки. Василий Суриков
17.15, 02.00 Шедевры русской музыки. Произведение С. Прокофьева. Валерий Гергиев и Симфонический оркестр Мариинского театра
18.05 Роман в камне. Серпухов.
18.35 Рассказы из русской истории. Владимир Мединский
19.45 Главная роль
20.05 Библейский сюжет. Алексей Баталов. Шинель
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Свидетели времени. Василий Песков
21.30 Сати. Нескучная классика...
22.10 К 85-летию Алексея Бородина. Береника. РАМТ
23.55 Новости. Подробно. АРТ
01.00 XX век. Путешествие в будни

04.35, 08.25, 10.35 **ПЕС** [S] 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00
Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.20, 00.20 Сегодня в Москве
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **ВРАГИ** [S] 16+
22.15 **БАЛАБОЛ** [S] 16+
00.40 Ч.Т.Д. с Маргаритой Симоньян 16+
01.15 **ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ** [S] 12+
03.05 **ПРИГОВОРЕННЫЙ** (Россия, 2021) [S] 12+
Режиссер Михаил Погосов
В ролях: Игорь Савочкин, Евгений Березовский, Марианна Васильева, Игорь Филиппов и др.
Майор полиции Михаил Симонов заступает на обычное ночное дежурство. В эту ночь на город и ближайшие окрестности надвигается мощный циклон. На телефон дежурной части поступает звонок от Маши, которая застряла в горах из-за непогоды. Михаил находит-ся с ней на связи и пытается вывезти девушку из охваченного ненастьем ущелья. Воспользовавшись непогодой, на Марию нападает маньяк...

05.00, 04.45 Город без окраин 12+
05.15 Энциклопедия. Москва. Гребной канал 16+
05.40 Москва на все времена. Песни о Москве. Москва советская 16+
06.05, 08.55, 11.55, 17.30, 01.10, 02.55, 03.35, 04.10
Новости дня 16+
06.15 Энциклопедия. Железнодорожные вокзалы Москвы 16+
06.25, 15.40, 03.05 Улицы московские 12+
06.55 Юмор на все времена 12+
07.40, 11.25, 16.55 Звезды советского экрана 16+
08.05 Раскрывая тайны звезд 16+
09.00 **МАЧЕХА** (СССР, 1973) 16+
10.30 Мой район. Место встречи 12+
12.00, 12.55, 23.25, 00.20 **НИРО ВУЛЬФ И АРЧИ ГУДВИН. ВОСКРЕСНУТЬ, ЧТОБЫ УМЕРЕТЬ** 16+
13.50, 14.45, 01.15, 02.05 **НИРО ВУЛЬФ И АРЧИ ГУДВИН. ДЕЛО В ШЛЯПЕ** 16+
16.05 Тайны кино 16+
17.35 **ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ** (СССР, 1977) 16+
20.00 **ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ** (СССР, 1983) 16+
21.35 **ВОЗВРАЩЕНИЕ СЯТОГО ЛУКИ** (СССР, 1971) 16+
03.45 Энциклопедия. Ленинградский вокзал 16+
04.20 Москва на все времена. Дорога в Петербург 16+

05.00 Доброе утро
09.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 18.30
Время покажет 16+
14.00, 17.00, 23.00
Большая игра 16+
15.15 Давай поженимся! [S] 16+
16.05 Мужское / Женское 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 **МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ** [S] 16+
Таня отвозит детей на могилу отца, где Ваня узнает правду о нем. Несмотря на наличие детей у Тани, Евгений готов продолжить отношения с ней. Тане даже удается ра своей болезни, но судьба готовит ей новое испытание... На поминках Бориса Таня знакомится с его братом-близнецом — Колей. От безысходности Таня просит занять денег у родителей умершего знакомого, из-за чего ей приходится отвечать на неудобные вопросы от Коли. Завершившись, Таня решает спешно ретироваться...
00.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+
03.00 Новости

05.00 Утро России
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном.
Ток-шоу 12+
11.30 Вести. Местное время
12.00 60 минут. Ток-шоу 12+
14.30, 02.20, 03.30 **КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ** 16+
Из окна многоэтажки на глазах у подруг падает студентка факультета информатики Маша Дорохова. Это не самоубийство — Маша избита, обрита наголо, в квартире следы борьбы. Возможно, девушку изнасиловали. Подруга Алена рассказывает о странном Светозаре из секты «лучезарных», который приходил к Маше. Алена звонит Авдееву. У нее есть информация о смерти ее подруги Маши Дороховой. Она назначает встречу в парке. Но бывшая на встречу Алиса Кулагина обнаруживает Алену с пробитой головой. Неожиданно Алиса сама получает удар по голове...
17.00 Малахов 16+
18.00 60 минут. Ток-шоу 12+
21.10 Вести. Местное время
21.30 **ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ** 16+
23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+

06.00 Настроение
08.10 Доктор И... 16+
08.35 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УБИЙСТВО** 16+
10.40 Актерские драмы. Убрать из кадра 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 03.05 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ЗАПАХ УБИЙЦЫ** 12+

13.45 Мой герой. Елена Панова 12+
14.50 Город новостей
15.05 **СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ** 16+
16.55 Родить любой ценой 16+
18.10, 20.00 **СЛЕПОЙ МЕТОД** 16+
22.35 Закон и порядок 16+
23.05 Счастье на несчастье 16+
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38 16+
00.55 Русские тайны. Аппетит во время беды 16+
01.35 Прощание. Юрий Айзеншпис 16+
02.20 Настоящий детектив. Мемуары убийцы 16+
04.35 Актерские драмы 16+
05.15 Вадим Спиридонов. Я уйду в 47 16+

06.30 Диалоги о животных.
07.20, 13.00, 00.10 Ступени цивилизации. Чичен-Ица
08.10 Слово о словах. Остаться с носом
08.25 **ГОРОД НАД ГОЛОВОЙ** (СССР, 1985)
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15 XX век. Ясная Поляна
12.15 Забытое ремесло. Толмач
12.45 Новости. Подробно. Книги
13.55 К 90-летию киностудии Союзмультфильм. Александр Птушко
14.35 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (СССР, 1979)
15.50 Сати. Нескучная классика...
16.30 Коллекция. Венеция. Возрождение стекла
17.15, 01.55 Шедевры русской музыки. Произведения П. Чайковского. Национальный филармонический оркестр России. Главный дирижер Вл. Спиваков
18.05 Роман в камне. Самара
18.35 75 лет Владимиру Суровцеву. Линия жизни
19.45 Главная роль
20.05 Библейский сюжет. А ндрей Вознесенский. Оза
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Белая студия
21.30 К 85-летию Алексея Бородина. Наш городок. Спектакль РАМТ
23.55 Новости. Подробно. Книги
01.00 XX век. Ясная Поляна

04.25, 08.25, 10.35 **ПЕС** [S] 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00
Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.20 Сегодня в Москве
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **ВРАГИ** [S] 16+
22.15 **БАЛАБОЛ** [S] 16+
00.20 Сегодня в Москве
00.40 Захар Прилепин. Уроки русского 16+
01.15 **ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ** [S] 12+
03.05 **МЕСТЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ** (Россия, 2011) 16+
Режиссер Вадим Саетталиев
В ролях: Сергей Горобченко, Андрей Зибров, Анна Миклош, Артур Харитоненко, Станислав Осколков и др.
Максим Крылов осужден за жестокое убийство своих друзей — свидетелей по делу крупного криминального авторитета. Об их местонахождении знали только он и друг семьи Вадим Корнеев. Все улики — против Максима. Отсидев четыре года, Крылов узнает, что его невеста выходит замуж за Корнеева. Максим решает-ся на побег...

05.15 Энциклопедия. Москва. Ботанический сад 16+
05.40 Москва на все времена. Спортивная Москва 16+
06.05, 08.45, 11.55, 16.55, 01.15, 03.00, 03.40, 04.15
Новости дня 16+
06.20 Улицы московские 12+
06.45 Юмор на все времена 16+
07.30 Звезды советского экрана 16+
08.00 Раскрывая тайны звезд 16+
08.50 **ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ** (СССР, 1983) 16+
10.30 Мой район. Место встречи 12+
11.25 Звезды советского экрана 16+
12.00, 12.55, 23.25, 00.20 **НИРО ВУЛЬФ И АРЧИ ГУДВИН. ЛЕТАЮЩИЙ ПИСТОЛЕТ** 16+
13.50, 14.45, 01.20, 02.10 **НИРО ВУЛЬФ И АРЧИ ГУДВИН. ГОЛОС С ТОГО СВЕТА** 16+
15.45 Улицы московские 12+
16.10 Тайны кино 16+
17.00 **ВОЗВРАЩЕНИЕ СЯТОГО ЛУКИ** (СССР, 1971) 16+
18.40 **РАССЛЕДОВАНИЕ** (СССР, 1980) 16+
20.00 **ЗАГАДКА ЭНДХАУЗА** (СССР, 1989) 16+
21.40 **ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ** (СССР, 1973) 16+
03.15 Улицы московские 12+
03.50 Энциклопедия. Хрущевки 16+
04.25 Москва на все времена. Покровка 16+
04.55 Город без окраин 12+



05.00 Доброе утро
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00 Время покажет 16+
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет 16+
14.00 Большая игра 16+
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! [S] 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
17.00 Большая игра 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Время покажет 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 **МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ** [S] 16+
Таня хочет вернуть Коле часть денег. Он приглашает ее на могилу Бориса — у братьев день рождения. Оля признается Тане, что давно не любит мужа. Появляется сосед Саша, и втроем они отлично проводят время... Коля приглашает Таню с детьми на дачу, где они отлично проводят время. Таня признается в том, что совершила относительно отношений с Борисом...
23.00 Большая игра 16+
00.00 Шоу Вована и Лексуса [S] 16+
01.05 Подкаст.Лаб 16+
03.00 Новости
03.05 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 60 минут 12+
14.00 Вести
14.30 **КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ** 16+
16.30 Вести
17.00 Малахов 16+
18.00 60 минут 12+
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 **ЗАГЛЯНИ ЕМУ В ГОЛОВУ** 16+
В больницу попадает истощенная девушка Жанна. Она была заперта в подвале загородного дома бывшего мужа Павла Рыжова, но сумела сбежать. Лунин полагает, что Рыжов — психически болен и мог расправиться с Жанной подобно тому, как погибла его первая жена. Однако он ловит Жанну на лжи... Убит директор по развитию Игорь Бабичев. Вместе с подчиненным Кухарем он оказывал давление на владельцев бизнеса, чтобы вынудить их съехать...
23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым 12+
02.20, 03.30 **КУЛАГИНЫ. НОВЫЕ СЕРИИ** 16+
03.00 Вести



06.00 Настроение
08.10 Доктор И... 16+
08.35 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ** 12+
10.35 Актерские драмы. Танцы любви и смерти 16+
11.30 События
11.50 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ОШИБКА КУКЛОВОДА** 12+
13.45 Мой герой. Светлана Пермякова 12+
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ** 12+
16.55 Долгая дорога к ЗАГСу 16+
17.50 События
18.10 **СЛЕПОЙ МЕТОД. ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ** 16+
20.00 **СЛЕПОЙ МЕТОД. ВНУТРЕННИЕ ДЕЛА** 16+
22.00 События
22.35 Хватит слухов! 16+
23.05 Прощание. Ильченко и Карцев 16+
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38 16+
00.50 Дорогие товарищи. Охота на композитора 16+
01.35 Знак качества 16+
02.20 Охота на маньяка. Дело о лисьей шубе 16+
03.05 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ОШИБКА КУКЛОВОДА** 12+
04.35 Актерские драмы. Танцы любви и смерти 16+
05.15 Михаил Козанов. Почти семейная драма 16+



06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.05 Ступени цивилизации. Ковчег Завета
08.10 Слово о словах. Дело выгорело
08.25 **ГОРОД НАД ГОЛОВОЙ** (СССР, 1985)
10.00 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 00.55 XX век. Ясная Поляна
12.15 Забытое ремесло. Наборщик
12.30 Новости культуры
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.55 90 лет киностудии Союзмультфильм. Эдуард Назаров
14.35 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (СССР, 1979)
15.45 Белая студия
16.30 День ангела. Священномученик Серафим (Чичагов)
17.00 Новости культуры
17.15, 01.55 Шедевры русской музыки. Произведения С. Рахманинова и П. Чайковского. Дирижер Константин Чудовский
18.15 Запечатленное время
18.40 Семен Спивак. 10 заповедей режиссера. Фильм Иннокентия Иванова (Россия, 2025)
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Библейский сюжет. Павел Мельников-Печерский
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Абсолютный слух
21.30 К 85-летию Алексея Бородина. Горе от ума. Постановка Алексея Бородина. 2021 год
23.50 Новости. Подробно. Кино



04.30 **ПЕС** [S] 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 **ПЕС** [S] 16+
10.00 Сегодня
10.35 **ПЕС** [S] 16+
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.20 Сегодня в Москве
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
19.00 Сегодня
20.00 **ВРАГИ** [S] 16+
22.15 **БАЛАБОЛ** (Россия, 2020) [S] 16+
*Режиссер Михаил Галин
В ролях: Константин Юшкевич, Вадим Андреев, Инга Оболдина, Илья Шляга и др.
В городе две конкурирующие ОПГ реализуют легкие наркотики. В жернова преступной конкуренции попадает племянник Грибанова Леша с товарищем, согласившиеся в поисках подработки стать курьерами в банде Чижика. Но все пошло не по плану, и два чехомодана травы забрали неизвестные. Чижик подозревает своего конкурента Малыша...*
00.20 Сегодня в Москве
00.40 **ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ** [S] 12+
02.35 **СУДЬБА ДИВЕРСАНТА** (Россия, 2020) [S] 16+



05.20 Энциклопедия. Москва в бронзе 16+
05.40 Москва на все времена. Садовое кольцо 16+
06.05, 08.40, 11.55, 16.25, 02.30, 01.00, 03.35 Новости дня 16+
06.15 Улицы московские 12+
06.40 Юмор на все времена 16+
07.25, 11.25, 15.55, 23.00 Звезды советского экрана 16+
07.55 Раскрывая тайны звезд 16+
08.45 **ЗАГАДКА ЭНДХАУЗА** (СССР, 1989) 16+
10.30 Мой район. Место встречи 12+
12.00, 12.55 **НИРО ВУЛЬФ И АРЧИ ГУДВИН. ПОКА Я НЕ УМЕР** 16+
13.50, 14.40, 23.30, 00.15 **НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА. СЛИШКОМ МНОГО ЖЕНЩИН** 16+
15.30 Улицы московские 12+
16.30 **ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ** (СССР, 1973) 16+
18.10 **КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА** (СССР, 1961) 16+
20.00 **МЫШЕЛОВКА** (СССР, 1990) 16+
21.30 **ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА** (СССР, 1978) 16+
01.05, 01.50 **НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА. ПОСЛЕДНЯЯ ВОЛЯ МАРКО** 16+
02.45 Энциклопедия. Московское время 16+
03.10 Улицы московские 12+



05.00 Доброе утро
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 Модный приговор 0+
10.15 Жить здорово! 16+
11.00 Время покажет 16+
12.15 Время покажет 16+
14.00 Большая игра 16+
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! [S] 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
17.00 Большая игра 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 Время покажет 16+
19.45 Поле чудес [S] 16+
21.00 Время
22.00 **МЕЖДУ НАМИ ХИМИЯ** [S] 16+
Между Колей и Олегом происходит потасовка на почве ревности. Врач советует Тане как можно быстрее определиться с личной жизнью из-за частых родственничков. Но есть еще Саша, которому она симпатизирует... Марта готовит мать к свиданию с Колей, на котором, как они думают, мужчина сделает ей предложение. Так и получается, Коля дарит кольцо, Таня отвечает согласием и, уже на следующий день они с дочкой едут выбирать свадебное платье...
23.15 Большая игра 16+
00.25 Время героев 16+
01.25 Подкаст.Лаб 16+



05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 60 минут 12+
14.00 Вести
14.30 **ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ** 16+
18.00 60 минут 12+
20.00 Вести
21.40 Вести. Местное время
22.00 **ХОЛОП-2** (Россия, 2023) 12+

Режиссер Клиш Шипенко
В ролях: Милош Бикович, Аглая Тарасова, Александр Самойленко и др.
Гриша, бывший мажор, побывавший холопом, после путешествия в «прошлое» чутко реагирует на любую несправедливость. И не может пройти мимо беспредела, который творит наглая и избалованная Катя!..
00.15 **ХОЛОП. ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК** (Турция — Россия, 2024) 16+
02.20 **НЕПУТЕВАЯ НЕВЕСТКА** 16+



06.00 Настроение
08.10 Доктор И... 16+
08.35 **ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ** 12+
10.35 Актерские драмы. Жизнь как песня 16+
11.30 События
11.50 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ОШИБКА КУКЛОВОДА** 12+
13.45 Мой герой. Геннадий Ветров 12+
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ** 12+
16.55 Восставшие из пепла 16+
17.50 События
18.10 **СЛЕПОЙ МЕТОД. ПУТЬ К СЕРДЦУ** 16+
20.00 **СЛЕПОЙ МЕТОД. ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ ДЕВУШЕК** 16+
22.00 События
22.35 10 самых... Из рекламы в кино! 16+
23.05 Легенды эстрады. Между строк 16+
00.00 Актерские драмы. Ревнивы 16+
00.45 **ЕГО БЫВШАЯ, ЕГО НАСТОЯЩАЯ** 16+
02.15 Петровка, 38 16+
02.35 Закон и порядок 16+
03.05 **СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ. ОШИБКА КУКЛОВОДА** 12+
04.45 Актерские драмы. Жизнь как песня 16+



06.30 Диалоги о животных
07.20, 13.00, 00.05 Ступени цивилизации. Остров Пасхи
08.10 Слово о словах
08.25 **ГОРОД НАД ГОЛОВОЙ** (СССР, 1985)
09.40, 18.30 Кристальные истории. Неправильный князь Георгий Романов
10.00, 12.30 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15, 00.55 XX век. Екатерина Максимова и Владимир Васильев. 1973
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.55 90-лет киностудии Союзмультфильм. Тамара Полетика
14.35 **ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА** (СССР, 1979)
15.40 2 Верник 2
16.30 Пряничный домик
17.00, 19.30 Новости культуры
17.15 Шедевры русской музыки. Произведения М. Мусоргского, П. Чайковского, А. Бородина. Дирижер Федор Безносиков
18.45, 02.10 Приключения Аристотеля в Москве
19.45 Главная роль
20.05 Библейский сюжет. Николай Языков
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Кино о кино. Женитьба Бальзамина
21.30 Энигма. Сергей Лейферкус
22.15 **БЕЛЫЙ СНЕГ РОССИИ** (Мосфильм, 1980)
23.50 Новости. Подробно. Театр



04.30 **ПЕС** [S] 16+
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00 Сегодня
08.25 **ПЕС** [S] 16+
10.00 Сегодня
10.35 **ПЕС** [S] 16+
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.20 Сегодня в Москве
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
19.00 Сегодня
20.00 **БОЛЬШЕ, ЧЕМ ФУТБОЛ** (Россия, 2025) [S] 16+
*Режиссер Виктор Демент
В ролях: Алексей Воробьев, Иван Охлобыстин, Александр Самойленко, Роман Мадянов и др.
На Кубок Европы по футболу вместо дисквалифицированной сборной Англии едет ранее расформированная сборная России. У Федерации футбола России есть две недели, чтобы собрать команду. К этой задаче привлекают тренера Сорокина, который приглашает в сборную футболистов, по тем или иным причинам оказавшихся в ранге «сбитых летчиков»...*
22.15 Зенит навсегда 16+
01.05 **ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. МОРЕ И ГОРЫ** [S] 12+
02.55 Квартирный вопрос 0+
03.50 Инфошит 16+



05.20 Энциклопедия. Москва. Зарядье 16+
05.45 Моя Москва 12+
05.55, 08.55, 11.55, 16.45, 00.55, 02.30, 03.35 Новости дня 16+
06.05 Улицы московские 12+
06.35 Юмор на все времена 16+
07.20 Тайны кино 16+
08.05 Раскрывая тайны звезд 16+
09.00 **МЫШЕЛОВКА** (СССР, 1990) 16+
10.30 Мой район. Место встречи 12+
11.25 Звезды советского экрана 16+
12.00, 12.45 **НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА. ПОСЛЕДНЯЯ ВОЛЯ МАРКО** 16+
13.35, 14.25, 23.20, 00.10 **НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА. ТАЙНА КРАСНОЙ ШКАТУЛКИ** 16+
15.10, 15.55, 01.00, 01.45 **НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НИРО ВУЛЬФА И АРЧИ ГУДВИНА. ПОДАРОК ДЛЯ ЛИЛИ** 16+
16.50 **ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА** (СССР, 1978) 16+
18.25 **ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ** (СССР, 1980) 16+
20.00 **НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ** (СССР, 1980) 16+
21.35 **СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ** (СССР, 1974) 16+
02.40 Энциклопедия. Москва. Волонтеры 16+

1

06.00 Новости

06.10 Россия от края до края 12+

07.00 День России.
Праздничный канал

10.00 Новости (с субтитрами)

10.15 Награды России 16+

11.10 Премьера.
Народные промыслы 12+

12.00 Новости (с субтитрами)

12.15 ГОСУДАРЬ [S] 16+



16.30 Михаил Задорнов.
Только русский человек... 16+

18.00 Вечерние новости
(с субтитрами)

18.20 Премьера. Мой дом — Россия. Праздничный концерт в Кремле [S] 12+

19.55 Премьера. 10 историй о любви и смерти. Филармония [S] 16+

21.00 Время

21.35 Что? Где? Когда?
Экспериментальная серия [S] 16+

22.45 Премьера. Команды [S] 16+

23.50 Премьера. ТопФест в Лужниках [S] 0+

01.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.30 НИ К СЕЛУ, НИ К ГОРОДУ 12+

09.00, 20.00 Вести

09.20, 21.10 Вести. Местное время

09.30 Утренняя почта с Николаем Басковым

10.10 Сто к одному. Телеигра

11.00, 13.00, 15.00, 17.00 Вести День России

12.00 Москва. Кремль. Церемония вручения Государственных премий Российской Федерации

13.50 Премьера. Время героев. Фильм Евгения Поддубного 12+

15.20 НА ДЕРЕВНЮ ДЕДУШКЕ (Россия, 2025) 6+

17.50 Привет, Андрей!. Вечернее шоу Андрея Малахова. Специальный праздничный выпуск 12+

21.30 Премьера. Большой праздничный концерт, посвященный Дню России
День России отмечаем вместе на главной площади страны! В концерте принимают участие Николай Басков, SHAMAN, Лариса Долина, Александра Воробьева, Александр Панайотов, Лев Лещенко, Олег Газманов, Надежда Бабкина, Григорий Лепс, Стас Михайлов и другие...

23.40 ОГОНЬ (Россия, 2020) 6+

02.05 ТАРАС БУЛЬБА (Россия, 2009) 16+

ТВУ

05.25 ОБРАГ (Россия, 2018) 12+

06.55 БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ (СССР, 1954) 0+



09.05 Матушка Россия. Гала-концерт 6+

10.30 Смешите меня семеро 16+

11.40 Михаил Евдокимов. Кроме шуток 16+

12.30 ТЕПЛЫЙ ДОМ У ХОЛОДНОГО МОРЯ (Россия, 2023) 16+

14.30 События

14.45 СЕМЕЙНЫЙ ПОДРЯД 16+

18.10 СПАСАТЕЛЬ 16+

22.00 События

22.20 Премьера. Хорошие песни 12+

23.35 Легенды эстрады. Песни нашего кино 16+

00.25 Актерские драмы. Секс-бомбы 16+

01.05 Звездные килограммы 16+

01.50 Родить любой ценой. 16+

02.35 90-е. Квадратные метры власти 18+

03.20 Москва резиновая. 16+

03.40 ВЗГЛЯД РУСАЛКИ 16+

РОССИЯ K

06.30 Роман в камне

07.05, 02.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ

08.20 Земля людей. Бесермяне. Времена года

08.55 СВЕРСТНИЦЫ (Мосфильм, 1959)

10.15 Земля людей. Пуровские ненцы. Люди леса

10.45 БЕЛЫЙ СНЕГ РОССИИ (Мосфильм, 1980)

12.10 Танцуй и пой, моя Россия!

13.40 Исторические курорты России. Янган-Тау

14.10 ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ (Ленфильм, 1979)

16.25 Концерт-посвящение народному артисту СССР Андрею Эшпаю

17.50 СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ (Мосфильм, 1976)

19.30 Новости культуры

19.45 Кино о кино. Укротительница тигров

20.25 УКОРТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ (Ленфильм, 1954)

22.05 Больше, чем любовь. Петр Столыпин и Ольга Нейдгарт

22.45 Столыпин. У премьер-министра мало друзей. Телеверсия спектакля по пьесе С. и Е.Рыбасов в постановке Э. Боякова

23.30 Гала-концерт Всероссийского марафона классической музыки Кантата. Россия. Трансляция из Национального центра Россия

00.55 САДКО (Мосфильм, 1952)

НТВ

04.35 ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ (Россия, 2025) [S] 12+

06.15, 08.20 БЕССМЕРТНЫЕ (Россия, 2021) [S] 16+

08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня

08.50 Премьера. Поезд номер 1 12+

10.20, 02.20 РОДНИНА (Россия, 2025) [S] 12+
Режиссер: Константин Статский.
В ролях: Владислава Самохина, Евгений Ткачук, Иван Колесников, Федор Федотов, Мария Миронова и др.
Впервые встав на лед, маленькая Ира понимает, что нашла свое призвание. Спустя годы талантливая спортсменка идет к заветной золотой медали, но судьба преподносит ей настоящие испытания. Преодолев тяжелую болезнь, измену партнера, конфликт с тренером, Ирина Роднина обретает настоящую любовь и, благодаря невероятной силе духа и жажде победы, бросает вызов всему миру — возвращается на лед, чтобы стать легендой советского и мирового спорта...

13.00, 16.20, 19.30 ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ЛЕСА И РЕКИ [S] 16+

23.30 Премьера. Юта. 25 лет на сцене [S] 12+



05.15 Энциклопедия. ГУМ 16+

05.45 Москва на все времена. Пречистенка 16+

06.10, 07.55, 12.50, 23.20, 01.45, 02.55, 03.35 Новости дня 16+

06.20 Энциклопедия. Археология Москвы 16+

06.40, 01.55 Улицы московские 12+

07.05, 01.00 Раскрывая тайны звезд (с субтитрами) 16+

08.05 СУДЬБА БАРАБАНЩИКА (СССР, 1955) 16+

09.35 ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ (СССР, 1980) 16+

11.05 КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА (СССР, 1961) 16+

13.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ. ЧЕРНЫЙ МАКЛЕР 16+

14.35 СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ. ВАШЕ ПОДЛИННОЕ ИМЯ 16+

16.05 ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН (СССР, 1972) 16+

17.30 РОЗЫГРЫШ (СССР, 1976) 16+

19.10 Время московское 12+

19.55 СЕРЖАНТ МИЛИЦИИ (СССР, 1974) 16+

23.30 24–25 НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ (СССР, 1968) 16+

02.20 Моя Москва 12+

02.30 Москва на все времена. Садовое кольцо. Страницы истории 16+

03.10, 04.30 Энциклопедия 16+

03.45 Тайны кино 16+

04.55 Город без окраин 12+

● Сериалы ● Фильмы ● Мультфильмы [S]Stereo

12+ Возрастные рекомендации каналов по просмотру телепередач

В программе возможны изменения

СКАНВОРД

Подготовил ОЛЕГ ВАСИЛЬЕВ

ДЫМ РАДИ МАСКИРОВКИ

ФАЗА СПУСКА В СЛАЛОМЕ

КОМПЕНСАЦИЯ ЗА ТРУД

НЕМЕЦКИЙ «ГОРОД ЛЕЗВИЙ»

КАКАЯ ПАРОЧКА ВДОХНОВИЛА НА ОБУВНОЙ ПАМЯТНИК В ВЯЗЬМЕ?

ВИНТОКРЫЛАЯ МАШИНА

ОХРАННИК ЧАЩИ

ПОДСВЕЧНИК ИЗ СВЕТСКОЙ ЖИЗНИ

МУЗЫКАЛЬНОЕ ПРИКОСНОВЕНИЕ

ЗАДАЧА ПРОКУРАТУРЫ

КОШАЧЬЯ ЦАРАПКА

ПТИЦА НА ПРУДУ

МАСЛИЧНАЯ КАПУСТА

ЛЮБИМЫЙ УЧЕНИК НИЛЬСА БОРА

ВЫСТРОИТЬ ЛОГИЧЕСКИЙ ...

МЕДАЛЬОН НА УДАЧУ

ЖАНР С ХОРЕОГРАФИЕЙ

КУЛИНАРНЫЙ РЕЕСТР

УИНСТОН ЧЕРЧИЛЛЬ ИРОНИЧНО ЗАМЕЧАЛ, ЧТО «... ХОРОШИМ НЕ БЫВАЕТ»

СЛАВЯНСКАЯ БОГИНЯ ЛЮБВИ

КТО, ИСХОДЯ ИЗ СВОЕЙ ВЫГОДЫ, ДЕЙСТВУЕТ В ЧУЖИХ ИНТЕРЕСАХ?

С ЧЕГО АБЗАЦ НАЧИНАЕТСЯ?

ОБЪЕМНОЕ ЗВУЧАНИЕ

ПРОВЕРКА КАЧЕСТВА



ВЕРХИ СО ВСЕВЫШНИМ

ВЕЛИКИЙ ... ПРЕДВАРЯЕТ ПАСХУ ХРИСТОВУ И ДЛИТСЯ СЕМЬ НЕДЕЛЬ

ДОМИК ИЗ РЮКЗАКА

МЕСТА НА СТАДИОНЕ

ИСТОРИЯ О БОГАТЫРЯХ

ВСТАВКА В КОМПОСТЕР

ВАЛЮТА У ГРУЗИН

НАЧИНАЮЩИЙ АКТЕР

СМОТРИТЕ ФОТО

НЕВИДИМАЯ ЗАЩИТА

МАЯЧОК СИГНАЛИЗАЦИИ

«СТРУЯ ИЗ ПРОЖЕКТОРА»

ВОЗДУШНЫЙ ВЫБРОС ПЕЧИ

ЗИНОВИЙ С ЛИЦОМ ПАНИКОВОСКОГО

СКАЗ О ВИКИНГАХ

ПОКАЗЫВАЮТ ВРЕМЯ

ВЫПОЛНИТЬ СВОЙ ...

АДРЕС ГИМАЛАЕВ

ЧЕМ СЛАДКОЕЖКА ХРУСТИТ?

КУПОЛ НАД ЯЗЫКОМ

СЧАСТЛИВАЯ БОГИНЯ ЛЮБВИ

КТО ИЗ ФРАНЦУЗОВ ВВЕЛ В НАУЧНЫЙ ОБОРОТ ТЕРМИН «КИБЕРНЕТИКА»?

С ЧЕГО АБЗАЦ НАЧИНАЕТСЯ?

ОБЪЕМНОЕ ЗВУЧАНИЕ

ПРОВЕРКА КАЧЕСТВА

ПО ВЕРТИКАЛИ: Лептун, Завеса, Гусь, Зарплата, Утка, Раци, Золотник, Канделябр, Небо, Рад, Амунлет, Дебютант, Билет, Лун, Сага, Палатка, Дым, Трибуна, Гердт.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Зигар, Лост, Небеса, Вертолет, Лари, Былина, Лесник, Тоту, Лапа, Латчик, Туше, Аура, Пират, Надзор, Балет, Меню, Долг, Интмар, Ландау, Часы, Азия, Лада, Ампер, Отступ, Безз, Налог, Стере, Тест, Аргент.

ОТВЕТЫ

Суббота 13 июня		Суббота 13 июня		Суббота 13 июня		Суббота 13 июня			
РОССИЯ1		ТВУ		РОССИЯК		НТВ			
06.00 Доброе утро. Суббота 09.00 Умницы и умники 12+ 09.45 Слово пастыря 0+ 10.00 Новости (с субтитрами) 10.15 К 90-летию Союзмультфильма. Премьера. Любимые куклы взрослых 0+ 11.10 Вспомнить все 12+ 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 ГОСУДАРЬ [S] 16+ 16.40 ТопФест в Лужниках [S] 0+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.20 Сегодня вечером 16+ 21.00 Время 21.35 Клуб веселых и находчивых. Высшая лига [S] 16+ 23.50 ДАЛЕКИЕ БЛИЗКИЕ (Россия, 2022) [S] 16+ Режиссер Иван Соснин В ролях: Евгений Сытый, Филипп Авдеев, Екатерина Агеева, Елена Яковлева, Ирина Пегова и др. <i>Борис работает учителем географии в обычной хабаровской школе. Помимо школы и огорода у Бориса есть сын Миша, с которым они в последнее время все реже общаются и стали друг для друга далекими людьми. Все меняется, когда Миша дарит отцу на день рождения свой старый смартфон. Борис начинает разбираться в телефоне и регистрируется в социальных сетях...</i> 01.25 Подкаст.Лаб 16+		04.30 НИ К СЕЛУ, НИ К ГОРОДУ... ПРОДОЛЖЕНИЕ 12+ 08.00 Местное время. Суббота 08.35 По секрету всему свету 09.00 Формула еды 12+ 09.25 Пятеро на одного 10.10 Сто к одному. Телеигра 11.00, 13.30, 16.30, 20.00 Вести 11.45 НА ДЕРЕВНЮ ДЕДУШКЕ (Россия, 2025) 6+ 14.00 Премьера. Аншлаг и Компания 16+ 17.00 Премьера. Большой праздничный концерт Валерия Семина 12+ 20.50 Вести. Местное время 21.00 ЖЕНЩИНА В БЕЛОМ (Россия, 2024) 16+ Режиссер Станислав Назиров В ролях: Александра Никифорова, Антон Денисенко, Дмитрий Ульянов, Борис Хвошнянский и др. <i>У Лоры есть все, кроме того, в чем она больше всего нуждается: взаимной любви, семьи и детей. Узнав о предательстве любимого, она решает соединить свою жизнь с Ильей Гладковым, старинным другом погибшего отца, который, как оказалось, давно и безнадежно в нее влюблен...</i> 00.40 ХОЛОП-2 (Россия, 2023) 12+ 02.55 ХОЛОП. ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК (Турция — Россия, 2024) 16+		06.50 Православная энциклопедия 6+ 07.15 КАЛАЧИ (Россия, 2011) 16+ 09.00 ЕГО БЫВШАЯ, ЕГО НАСТОЯЩАЯ 16+ 10.55 Просто & вкусно 6+ 11.30 События 11.45 Смешите меня семеро 16+ 12.35 Анекдот-клуб Нехмурые люди 16+ 13.10 ЗВЕЗДЫ И ЛИСЫ 12+ 14.30 События 14.45 ЗВЕЗДЫ И ЛИСЫ 12+ 17.10 ЗЕМНОЕ ПРИТЯЖЕНИЕ 16+ 21.00 Постскриптум с Алексеем Пушковым 22.10 90-е. Звезды и политика 16+ 23.00 Русские тайны. Правда о водке 16+ 23.45 Тайная комната. Любовь со свастикой 16+ 00.30 Актерские драмы. Криминальный талант 16+ 01.10 10 самых... Из рекламы — в кино! 16+ 01.40 Хватит слухов! 16+ 02.10 Долгая дорога к ЗАГСу 16+ 02.55 Восставшие из пепла 16+ 03.35 Михаил Евдокимов. Кроме шуток 16+ 04.20 Невидимый поединок. Нонна Мордюкова и Римма Маркова 16+ 05.00 Петровка, 38 16+ 05.10 Мой герой. Светлана Пермякова 12+		06.30 Роман в камне. Самара 07.05 ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО 08.15 УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ (Ленфильм, 1954) 09.55 Земля людей. Гинухцы. Там, где летают орлы 10.25 СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ (Мосфильм, 1976) 12.00 XI Международный фестиваль народной песни Добровиление 13.10 СКАЗКА О СОЛДАТЕ 13.30 Рассказы из русской истории. Владимир Мединский 14.55 САДКО (Мосфильм, 1952) 16.25 Парад лауреатов XXVI Международного телевизионного конкурса юных музыкантов Щелкунчик. Государственная академическая капелла Санкт-Петербурга 18.05 СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА (Мосфильм, 1968) 19.30 Новости культуры 19.45 МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ (Ленфильм, 1955) 21.30 Мы желаем счастья вам!. Юбилейный концерт группы Цветы в Государственном Кремлевском дворце 23.05 ТАНЦУЮЩАЯ В ТЕМНОТЕ (Дания — Германия — Норвегия, 2000) 01.25 Страна птиц. Я видел улару 02.10 Исторические курорты России. Янган-Тау. Исцеляющее дыхание горы 02.35 МУЛЬФИЛЬМ		04.40 ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ (Россия, 2014) [S] 16+ 08.00 Сегодня 08.20 Неограниченные возможности 16+ 09.20 Едим дома 0+ 10.00 Сегодня в Москве 10.20 Главная дорога 16+ <i>Безопасные шашлыки! Что важнее всего в спонтанной поездке на природу: не забыть мангал или убрать розжиг из раскаленного салона — выяснят в новом выпуске «Главной дороги» Андрей Федоров и Денис Юченков. Ведущие разберут самые полезные советы для водителей...</i> 11.00 Живая еда с Сергеем Малоземовым 12+ 12.00 Квартирный вопрос 0+ 13.00 Сатя 16+ 14.00 Поедем, поедим! 16+ 15.00 Своя игра 0+ 16.00 Сегодня 16.20 ЧП. Расследование 16+ 17.00 Следствие вели... 16+ 19.00 Центральное телевидение с Вадимом Такменевым 20.20 Ты не поверишь! 16+ 21.20 Звезды сошлись 16+ 23.00 Импровизаторы 16+ 23.55 Премьера. Церемония награждения V Национальной премии интернет-контента [S] 12+ 02.20 Дачный ответ 0+ 03.10 ПОЛУЗАЩИТНИК (Украина, 2018) [S] 16+	

1		РОССИЯ 1		ТВУ		РОССИЯ К		НТВ		РОССИЯ 1	
06.00 Новости		05.25 НЕ ГОВОРИТЕ МНЕ О НЕМ (Россия, 2016) 12+ Режиссер Станислав Назиров В ролях: Алла Юганова, Константин Соловьев, Олег Филиппик, Ксения Непотребная и др. <i>Люба работает главным технологом на кондитерской фабрике в маленьком городке. Она едва сводит концы с концами. Но однажды в магазине Люба встречает Вадима. Мужчина очаровывает ее своим обаянием и щедростью...</i>		05.45 ТЕПЛЫЙ ДОМ У ХОЛОДНОГО МОЯ (Россия, 2024) 16+ 07.25 КОММУНАЛКА (Россия, 2015) 12+ 11.30 События 11.45 Анекдот-клуб Нехмурые люди 16+ 12.20 ЕВДОКИЯ (К/ст им. Горького, 1961) 12+ Режиссер Татьяна Лиознова В ролях: Людмила Хитяева, Николай Лебедев, Юрий Ахмадулин, Вера Алтайская, Евгений Ануфриев и др. <i>В небольшом провинциальном городке живут рабочий по имени Евдоким и его жена — Евдокия. Своих детей у них нет, они воспитывают приемных...</i>		06.30 Роман в камне. Томск 07.05 МУЛЬФИЛЬМЫ 07.45 СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА (Мосфильм, 1968) 09.05 Алексей Смирнов. Маленькие роли Большого артиста 09.50 Земля людей. Удмуртские кряшены 10.20 МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ (Ленфильм, 1955) 12.00 XI Международный фестиваль народной песни Добровиление 13.20, 02.05 Исторические курорты России. Марциальные воды 13.55, 01.25 Страна птиц. Летом в зеленом доме и его жена — Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен... 15.15 ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН (Мосфильм, 1964) 16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком 17.10 Романтика романа 18.05 СВЕРСТНИКИ (Мосфильм, 1959) 19.30 Новости культуры 19.45 85 лет со дня рождения Александра Потапова 20.40 Александр Потапов, Людмила Полякова, Борис Невзоров в спектакле Малого театра Ревизор 23.55 СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ (Мосфильм, 1941) 02.35 МУЛЬФИЛЬМ		04.35 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ФУТБОЛ (Россия, 2025) [S] 16+ 06.40 Центральное телевидение 16+ 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня 08.20 У нас выигрывают! Лотерейное шоу 12+ 10.20 Первая передача 16+ 11.00 Чудо техники 12+ 12.00 Дачный ответ 0+ 13.00 НашПотребНадзор 16+ <i>Сколько фруктов содержится во фруктовом льде? Команда программы «НашПотребНадзор» проведет расследование, чтобы выяснить, есть ли польза от данного десерта или это обычная подкрашенная вода с ароматизаторами и подсластителями...</i>		05.20 Энциклопедия. Сквозь ненастье 16+ 05.45 Энциклопедия. Шахматы 16+ 06.10, 08.10, 12.50, 23.40, 02.00, 03.15, 03.55 Новости дня 16+ 06.20 Энциклопедия. Рынки, которые стали фудкортами 12+ 06.35 Улицы московские 12+ 07.00 Звезды советского экрана 16+ 07.25 Тайны кино 16+ 08.20 ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО (СССР, 1975) 16+ 10.45 РОЗЫГРЫШ (СССР, 1976) 16+ 12.20 Знатоки Москвы 12+ 13.00, 14.10 СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ. ДИНОЗАВР 16+ 14.55 СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ. НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ 16+ 16.30 Московский детектив 16+ 16.55 НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ (СССР, 1980) 16+ 18.30 ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ (СССР, 1980) 16+ 19.55 ФАВОРИТ (СССР, 1976) 16+ 22.10 ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН (СССР, 1972) 16+ 23.50 ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЛЕТ (СССР, 1983) 12+ 01.15 Раскрывая тайны звезд 16+ 02.10 Улицы московские 12+ 02.40 Моя Москва 12+ 02.50 Москва на все времена. В переулках старого Арбата 16+ 03.25 Энциклопедия. Московский диалект 16+ 04.05 Тайны кино 16+ 04.50 Город без окраин 12+	
06.10 Играй, гармонь любимая! [S] 12+ 06.55 Часовой [S] 12+ 07.25 Здоровье 16+ 08.30 Золотая коллекция Союзмультфильма [S] 0+ 09.10 Непутевые заметки с Дм. Крыловым 12+ 09.30 Мечталлион. Национальная Лотерея [S] 12+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 10.15 Жизнь своих [S] 12+ 11.10 Повара на колесах 12+ 12.15 Победа [S] 16+ 13.10 Будем жить! 16+ 14.05 Видели видео? 0+ 15.15 К 155-летию легендарного оружейника. Тульский Токарев. Он же ТТ 16+ 16.15 ЗИМНЯЯ ВИШНЯ (СССР, 1985) 12+ Режиссер Игорь Масленников В ролях: Елена Сафонова, Виталий Соломин, Нина Русланова, Лариса Удовиченко, Сергей Паршин и др. <i>Красивая интеллигентная 30-летняя ленинградка Ольга разведена, работает в институте и одна воспитывает 5-летнего сына Антошку...</i> 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.00 До Ре [S] 12+ 21.00 Время 23.00 Большая игра 16+ 00.10 Подкаст.Лаб 16+		07.20 В кругу друзей 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым 10.10 Сто к одному. Телеигра 11.00, 14.00, 17.00 Вести 11.30 Премьера. Наши. Военкоры 12+ 12.00, 01.40 Рассказы из русской истории. Владимир Мединский. Суворов 12+ 14.30 Вести. Местное время 15.00 Премьера. Веселые ребята 16+ 17.50 Песни от всей души. Вечернее шоу Андрея Малахова 12+ 20.00 Вести недели 22.30 Москва. Кремль. Путин 23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым 12+		14.30 События 14.45 Дорогие товарищи. Скрипка и немножко нервно 16+ 15.35 Охота на маньяка. Дело ночного таксиста 16+ 16.30 Настоящий детектив. Группа крови 16+ 17.15 РЕПЕЙНИК 12+ 21.05 ЗАБЫТЫЙ АНГЕЛ 16+ 00.40 События 00.55 Петровка, 38 16+ 01.05 СПАСАТЕЛЬ 16+ 04.10 Союзмультфильм. Только для взрослых 16+ 04.55 10 самых. Время перемен. Кукловоды шоу-бизнеса 16+ 05.20 Мой герой. Геннадий Ветров 12+		14.00 Однажды... 16+ 15.00 Своя игра 0+ 16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+ 17.00 Скандалы. Интриги. Расследования 16+ 18.00 Новые русские сенсации 16+ 19.00 Итоги недели с Владимиром Чернышевым 20.20 10 лет Секрету на миллион! Самые громкие секреты. Анна Казючиц 16+ 22.40 Премьера. Песни России. Фестиваль на Красной площади [S] 12+ 01.20 Основано на реальных событиях 16+ 04.20 Человек в праве с Андреем Куницыным 16+					

С голубями под куполом цирка

Юная артистка, 12-летняя Камила Степанова, покорила зрителей старейшего цирка столицы — Цирка Никулина на Цветном бульваре — эквилибром с голубями и «воздушной гимнастикой на волосах»



Номер с обручем и голубями породы Павлин из программы «Матрешка» в исполнении Камилы Степановой

Первое официальное место работы Камилы Степановой — Цирк Юрия Никулина на Цветном бульваре. Здесь ее называют «надеждой русского цирка». С восходящей звездой манежа поговорила «Вечерка».

Камила, как вы попали в цирк?

В нашем родном Краснодаре у моей мамы Иры была своя цирковая студия. Мама — дрессировщица голубей, она руководила студией. Я приходила туда с ней, смотрела на взрослых девочек, как они занимаются... Хотела также — мне это нравилось, и я за ними повторяла. Начала заниматься в маминой студии: растяжки, подкачки... Мне было тогда где-то чуть больше полтора лет. В год и десять месяцев я умела садиться только на один шпагат — поперечный. И номер у меня в программе был такой: я выходила на арену с голубем в руке и садилась на шпагат.

Шпагат в год и десять — это все-таки здорово!

Мне кажется, у меня гибкость от рождения... А когда мне исполнилось два года, мама подарила мне двух голубей — с ними я до сих пор и выступаю. Им уже лет 12 (вообще голуби живут до 20 лет). Они относятся к породе павлин — с пышными такими хвостиками. Одну зовут Малышка, второго — Нарцисс. Можно сказать, они мои друзья! Очень их люблю: спокойные, никуда не улетают, послушные. Я в них полностью уверена! А всего у нас сегодня 38 голубей: у каждого есть свое имя, свой персональный браслетик с информацией о нем. И все они по характеру очень отличаются — как люди.

В чем секрет дрессировки голубей?

Как такового секрета нет: как только взяли голубей — сразу приучайте к руке. Чтобы они знали: с руки улетать нельзя! Есть и пить они тоже должны уметь с руки. С ними надо везде ходить, чтобы они привыкали к людям и шуму, — не боялись ничего. В общем, главное — сделать так, чтобы голубь привык к вам. Потом уже можно начать отработывать элементы: «восмерку» (это когда голубь сидит на руке, а вы его водите вокруг тела) или сажать на ногу, чтобы голубь пробежал расстояние от ее носка до уровня вашего живота.

А что самое трудное в вашей работе?

Трудно бывает тогда, когда вы пробуете что-то новое — готовите новую программу, например. А так — у нас в цирке просто замечательная атмосфера! У всех всегда хорошее настроение, меня все всегда поддерживают. Мне там очень хорошо, я обожаю этот цирк!

А как вы туда попали?

Цирк Никулина проводит детский фестиваль для юных талантов «Дорога в цирк»: участие в нем бесплатное, и я в нем победила. После этого меня пригласили в Москву на такой же бесплатный фестиваль «Артист» — его тоже проводит Цирк Никулина, и там я завоевала серебряную медаль. А потом мне

четвертый класс. В четвертом уже снова приезжала в Москву. Так длилось с февраля по май. Потом стало легче — на следующий год мама перевела меня в московскую школу, но на онлайн-обучение. А этот учебный год я уже закончила полноценной ученицей — учусь в школе № 1357, перешла в седьмой класс. И мне так больше нравится, чем занятия онлайн!

Как проходит ваш день?

В понедельник у артистов выходной. Я просыпаюсь и иду в школу, в этот день репетиций нет, поэтому после школы могу либо погулять, либо сразу сесть за уроки. В остальные дни всегда есть репетиции: занимаюсь эквилибром и воздушной гимнастикой, раз в неделю репетирую с голубями.

Последнее — необходимо: стоять вверх ногами с голубем на носке не так уж и легко! Голубя я не вижу — его можно только чувствовать, и это надо постоянно отработывать. Кроме того, если не репетировать с птицами регулярно, они тоже отвыкнут от работы. Есть такие голуби, которым нужно подкачивать лапки: приходится с ними отработывать упражнения на цепкость лапок. В цирк еду сразу после школы.

Как в школе дела?
Там очень весело и интересно. Вам, наверное, завидуют, как вы думаете? Все-таки настоящая артистка!

Может, есть и такие, но я об этом не задумываюсь.

Справка

Камила Степанова родилась 5 августа 2013 года в Краснодаре. Эквилибристка, воздушная гимнастка, дрессировщица голубей. Штатный сотрудник Цирка Никулина на Цветном бульваре. Победительница фестиваля «Дорога в цирк», серебряный призер фестиваля «Артист», победительница телеконкурса детских талантов «Синяя птица». Рекордсменка России «по вису на шее в воздушном кольце».

Я очень люблю свою школу, мне интересны все предметы. Дружу почти со всем классом, особенно с тремя девочками. Вообще, мне очень нравится в Москве! Столько мест, где можно погулять, такие классные площадки во дворах!

А что вы делаете в свободное время?

Мы любим всей семьей гулять по набережной. Люблю посмотреть записи выступлений Майкла Джексона: мне очень нравится, как он поет, держится и двигается на сцене. Читаю книги. Недавно закончила «Маленького принца» де Сент-Экзюпери. До этого я прочитала книгу про воздушную гимнастку Раису Немчинскую.

У вас есть мечта?

Да. Я хочу путешествовать по миру, выступать в разных странах. Хочу гастролировать!

Беседовала
АННА БОЯРИНОВА
nedelya@vm.ru

РАБОТАЯ, АРТИСТКА НЕ ВИДИТ ПТИЦ, НО ВСЕГДА ЧУВСТВУЕТ ИХ ПРИСУТСТВИЕ

предложили остаться в Москве и работать на Цветном. Я, конечно, согласилась! Моя первая программа была «Матрешка»: я выступала в финале под песню «Прекрасное далеко».

Переезд в Москву трудным был?

В первый год — очень тяжело было! Я продолжала учиться в Краснодаре в школе и приезжала в Москву для выступлений, а после программы поздно в воскресенье сразу уезжала назад, я оканчивала



СОЦИАЛЬНАЯ РЕНТА

Пенсионерам!
Социальная рента

является плательщиком ренты

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ
СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД
НА ВСЮ ЖИЗНЬ:

• до 15 млн. руб. — сразу!

По желанию патронаж или пансионат.
Защита от мошенников.

• до 100 тыс. руб. — ежемесячно.

Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству.
Пожизненное проживание в своей квартире.

8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54

ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11

Сайт: **соцрента.рф**

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама. 18+

В ожидании солнечного удара

Автор «Улыбки пересмешника», «Танцев марионеток», телецикла «Расследования Макара Илюшина и Сергея Бабкина» писатель Елена Михалкова возглавила жюри премии «Русский детектив»

Торжественная церемония награждения лауреатов шестого сезона премии «Русский детектив» состоится на книжном фестивале «Красная площадь», а перед подведением итогов «Вечерка» поговорила с Еленой Михалковой (на фото) о золотом стандарте остросюжетной прозы, трендах жанра и работе на износ.



Елена Ивановна, расскажите, чего вы ждете от нового сезона премии «Русский детектив» и есть ли у вас фавориты?

Солнечного удара я жду. Фейерверка. Пощечины, наконец. Чего-то, что встряхнет меня, заставит забыть о всех делах насущных и погрузиться в текст. Именно это продлевает с читателем хороший детектив: он выдерживает его из повседневности и швыряет в пространство Мебиуса и Эшера, где очевидно ведущая вверх лестница приводит вниз, а лабиринты возвращают в исходную точку. Я часто повторяю, что детектив — это фокус, который проделывают на глазах читателя. Но, кроме эффектной составляющей, детектив обладает и многими другими качествами, в частности, он способен говорить с читателем и о серьезных вещах. Не важно, какую тему выберет автор, — важно, чтобы он способен был поддерживать некоторый уровень беседы, назовем это так.

Что касается фаворитов, не буду оригинальна: я люблю классический детектив. Среди номинантов есть и фэнтези-детективы, и альтернативная история... Я способна воздать должное хорошим текстам в любом жанре, но сердце мое навсегда отдано замкнутым пространствам и ограниченному кругу подозреваемых, как в «Десяти негритятах» Агаты Кристи. Понятно,

что сейчас так уже никто не пишет и герметичные детективы ушли в прошлое. Но детектив о реальных людях с реальными, а не магическими возможностями мне очень хотелось бы увидеть на премии.

В чем основные проблемы сегодняшнего русского детектива?

Основная проблема в качестве. Я вижу много текстов клишированных, с вымученными диалогами, с полным незнанием фактуры, картонными характерами. Называя вещи своими именами, — плохо написанных. Надеюсь, премия «Русский детектив» будет показывать читателям в качестве образцов тексты совсем другого рода.

Часто проблемой называют размывание жанра. Детектив действительно теряет четкие границы, которые были выставлены ему прежде. Но я не вижу в этом ничего плохого. Да, сама я предпочитаю классический детектив, но, слава богу, мною одной читательская аудитория не исчерпывается. И если нам предлагают детектив с рецептами, на стыке с кулинарной книгой, то и славно. Или мистический детектив, в котором больше привидений, чем сыщиков. Лишь бы они были качественными.

Говорят, что детектив — это жанр-эскапизм. А почему? Слишком художественный текст в данном случае в минус?

Любую литературу можно назвать эскапизмом (от англ. escape — бежать, спастись). Стремление человека уйти от реальности в книги описано давно и хорошо известно. Но развлекательные жанры для этого подходят лучше остальных, а детектив — лучший из развлекательных жанров. Какое начало книги может быть лучше, чем труп в гостиной? Разве что два трупа. Что касается второй части вашего вопроса... Что мы называем художественностью? Обилие стилистических приемов? Если так, этим обычно грешат начи-



По данным недавнего опроса ВЦИОМа, детектив остается одним из популярных жанров литературы, их читает 41 процент россиян. И, зачастую, происходит это в метро

нающие авторы. Детективу все эти стилистические финтифлюшки и украшения обычно только мешают. Но я, читая тексты номинантов на премию, к этому отношусь снисходительно. Двадцать лет назад сама страдала таким же грехом, и если в книге у ме-

Но если под художественностью мы понимаем степень достоверности тех явлений, которые описывает автор, — то я не знаю, как с этим можно переборщить. Сочетание условности жанра с по-настоящему живым наполнением и дает нам, читателям, те книги, которые мы читаем и перечитываем.

В одной из ваших новых книг «Королевский аркан» вы обращаетесь к мистике, магии и гаданиям на Таро. С чем связываете популярность этой тематики? И насколько опасны такие увлечения?

Меньше всего, начиная работу над книгой, я задумываюсь над актуальностью какой-либо темы. Потому что сверять свой замысел с тем, что популярно у широкой публики, — верный способ написать плохой детектив. Мне были интересны психологические портреты людей, которые пользуются услугами гадалок и тарологов, интересно было разо-

браться в сути явления и построить на этом интригу. В основе «Королевского аркана» лежит не тарология, а характеры. Что касается опасности увлечения эзотерикой... Самая большая опасность тут, на мой взгляд, заключается в бессмысленном оскудении кошелька. Ну вот я, например, в минуты уныния хожу по маркетплейсам и выбираю платья, которые никогда не стану носить, и обеденные сервизы, которые мне некуда ставить. Каждый утешается по-своему, и если Таро дает людям утешение, то и ладно. Хуже то, что за привычкой обращаться к картам можно не увидеть другого пути, хотя он совсем рядом.

Среди ваших героев особенно полюбили читателей Макара Илюшина и Сергей Бабкин. Как рождался этот дуэт, как на его литературное и кино- воплощение отреагировали прототипы, которые, как вы по-

Справка

Елена Ивановна Михалкова родилась 1 апреля 1974 года в Нижнем Новгороде (тогда — Горький); там же окончила Университет им. Лобачевского, юридический факультет. Работала помощником следователя в милиции. Автор детективных и фантастических романов, изданных совокупным тиражом более 1 миллиона экземпляров. Многие детективные произведения Елены Михалковой были экранизированы. Писала также детские стихи, сценарии для детских телевизионных передач.

находятся на оперативной работе? Есть ли в ваших героях ваши черты?

На мое счастье, прототипы понятия не имеют о том, что они прототипы. И дай-то бог, чтобы и дальше не узнали. Собственно, я ведь и сама не знаю об их судьбе. Если сейчас спросить меня, хочу ли я узнать, что стало с двумя оперативниками, с которыми мне когда-то довелось работать недолгое время, я откажусь. Не хочу ни разочарований, ни столкновения воображаемого мира с действительным. Мои собственные Макара Илюшин и Сергей Бабкин для меня давным-давно в тысячу раз живее, чем эти люди.

Как-то вы сказали, что работать на износ не стоит. Как вы планируете время, когда его нет, и что делаете, если не пишется?

Я такое говорила? Беру свои слова обратно! Коллеги-писатели, работайте на износ. Если от вас это требуется — значит, ваше творчество кому-то нужно, значит, есть люди, которые ждут ваших книг. Работайте, держитесь хотя бы года три — а дальше разберетесь.

«Не пишется» — это нормальное рабочее состояние писателя. «Пишется» всегда, когда надо, только у графоманов. А профессиональные авторы имеют в записной книжке набор приемов, которые позволяют им «расписаться» и войти в правильное состояние.

Беседовала
ДАРЬЯ ЕФРЕМОВА
nedelya@vm.ru

**ДЕТЕКТИВ —
ФОКУС, КОТОРЫЙ
ПРОДЕЛЫВАЮТ
НА ВАШИХ ГЛАЗАХ**

ня фигурировала речка, то я считала себя обязанной громоздить характеристики вроде «безудержная», «кипучая» и «мятежная». Если автор умеет рассказывать хорошую историю, мастерство к нему придет. А если не умеет, то и мастерство его не спасет.

Диалог в стихах

227 лет со дня рождения Александра Пушкина миллионы поклонников его огромного таланта отметят 6 июня. В свой 29-й день рождения поэт написал стихотворение, с которого и началась история, о которой рассказывает «Вечерка»



Екатерина
Рощина
nedelya@vm.ru

Один из самых любимых москвичами храмов — церковь иконы Божией Матери «Всех скорбящих Радость» на Большой Ордынке. Уютная и величественная одновременно. Как причудливо переплелись здесь история и современность, религия и литература. Покровитель ее — митрополит Московский и Коломенский Филарет (в миру Василий Михайлович Дроздов, 1782–1867). Митрополит Филарет — один из крупнейших российских богословов XIX века, государственный деятель, переводчик, которого за глубокие и мудрые проповеди называли «Московским Златоустом». Филарет был свидетелем пяти царствований: Екатерины Второй, Павла Первого, Александра Первого, Николая Первого и Александра Второго. При трех последних императорах он был одним из самых образованных и значимых людей в России. В 2019 году в Скорбященской церкви на Ордынке появилась интересная икона. Написана она была специально для этой церкви иконописной мастерской во имя преподобного Алипия Печерского в память о том, что в 1836 году митрополит Филарет освятил Преображенский престол. На правом житийном клейме иконы (небольшой композиции, дополняющей основной образ) святитель изображен за работой, и надпись над ним гласит: «Имея разум богоприятный, боговдохновенныя книги изъяснявый». На другом клейме изображен главный наш поэт — Александр Сергеевич Пушкин, вручающий святителю Филарету (Дроздову), митрополиту Московскому

Кстати,

святитель Филарет (1782–1867), митрополит Московский и Коломенский, застал времена царствований Екатерины II, Павла I, Александра I, Николая I и Александра II. Был одним из образованнейших и влиятельных людей своего времени, в совершенстве владел немецким, французским, греческим и латинским языками, знал иврит. Кроме А. Пушкина, вел переписку с Н. Гоголем, В. Жуковским, Ф. Тютчевым и П. Чаадаевым.



и Коломенскому, свиток со стихами. Надпись на иконе такая: «Пиит славный благодатным глаголом твоим вразумлен был». История, положенная в основу сюжета иконы, конечно, удивительная. 26 мая (6 июня) 1828 года Пушкин, пребывающий в день своего 29-летия в тревожном и грустном настро-



Душу мне наполнил страстью,
Ум сомненьем взволновал?..
Цели нет передо мною:
Сердце пусто, празден ум,
И томит меня тоскою
Однозвучный жизни шум.

Елизавета Михайловна Хитрово (1783–1839), дочь маршала Кутузова, подруга поэта, показала это стихотворение своему духовнику — митрополиту Филарету. И тот ответил Пушкину — тоже стихами.

**В ЯНВАРЕ 1830 ГОДА
ПОЭТ, КАЖЕТСЯ,
ОБРЕЛ НОВЫЙ
СМЫСЛ ЖИЗНИ**

Не напрасно, не случайно
Жизнь от Бога нам дана,
Не без воли Бога тайной
И на казнь осуждена.
Сам я своенравной властью
Зло из темных бездн
воззвал,
Сам наполнил душу
страстью,
Ум сомненьем взволновал.
Вспомнись мне,
забвенный мною!

Житийное клеймо иконы с изображением святителя Филарета и А.С. Пушкина напоминает об их переписке

*Просияй сквозь сумрак дум,
И соиздается Тобою
Сердце чисто, светел ум.*

Пушкин пришел в восторг от послания Филарета. «Стихи христианина, русского епископа, в ответ на скептические куплеты! — это, право, большая удача», — написал он Елизавете Михайловне. Так между двумя выдающимися умами своего времени завязалась поэтическая беседа, философский спор высочайшего уровня. Мятущаяся душа поэта нашла утешение своим терзаниям и сомнениям в переписке со святителем Филаретом. Летели легкие строки — от Пушкина к Филарету.

*И ныне с высоты духовной
Мне руку простираешь ты,
И силой кроткой
и любовной
Смиряешь буйные мечты.
Твоим огнем душа пала
Отвергла мрак
земных сует,
И внемлет арфе серафима
В священном ужасе поэт.
«Стансы», 19 января 1830*

Мятущийся Пушкин, милый Пушкин, такой живой, такой эмоциональный, такой мудрый в свои тридцать лет! Кажется, тогда, в январе 1830-го, он успокоился и обрел новый смысл в жизни. Впереди была и судьбоносная встреча с Натальей Гончаровой, и новый виток в творчестве: «Повести Белкина» и «Капитанская дочка», золотая Болдинская осень...

И, кажется, митрополит Филарет прозорливо предсказал трагическую судьбу поэта и раннюю его смерть на дуэли: «Не без воли Бога тайной и на казнь осуждена».

Уже после гибели Александра Сергеевича Пушкина Филарет пошел против мнения петербургского духовенства. Тогда дуэли считались не только государственным, но и православным преступлением, а дуэлянты приравнивались к самоубийцам: их нельзя было отпевать в храме, хоронить внутри церковной ограды и поминать... Петербургский митрополит Серафим настаивал на этом и в отношении Пушкина. Московский митрополит Филарет дал благословение на отпевание поэта и его похороны по христианским традициям.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



СЕРГЕЙ
КРУГЛИКОВ
КАНДИДАТ ФИЛОСОФСКИХ НАУК,
ХРАНИТЕЛЬ МУЗЕЯ
ХРАМА ИКОНЫ
БОЖИЕЙ МАТЕРИ
«ВСЕХ СКОРБЯЩИХ
РАДОСТЬ» НА БОЛЬНОЙ
Ордынке

Хороши ли стихи Филарета? Ответ прост и сложен одновременно. Как самостоятельное стихотворение оно не существует вовсе — ритм, рифмы, слова, целые строки — все здесь пушкинское, так что если бы стихи эти были написаны неизвестным автором и опубликованы, можно было бы решить, что это просто плагиат или эпигонство. Но святитель Филарет явно не собирался «блеснуть» — он хотел поговорить лицом к лицу, вступить в диалог с другим человеком на общем с ним языке. Этим языком и стало стихотворение, строки которого раскрывают глубокую истину духовной жизни: прежде чем обвинить всех, нужно спросить с себя. Не с тем, чтобы впасть в худшее уныние, а с тем, чтобы вспомнить забытого Бога, которому все возможно. Так смиренно и заботливо святитель Филарет напомнил поэту о духовной истине и мягко, как бы не от себя, направил его к Богу. Образ, посвященный общению святителя Филарета и Пушкина, напоминает нам о милосердии, внимании, заботе о ближнем, о кроткой, любовной силе и обжигающем действии Божественного глагола, обращенного ко всем. В памяти об этом за спиной поэта изображена еще одна условная фигура. Она символизирует любого человека, который, как и Пушкин, находил в святителе Филарете мудрого, сильного и одновременно трепетного наставника.



**Виктория
Филатова**
nedelya@vm.ru

Лабрадор Дени, известный видеоблогер, а с недавних пор и кинозвезда, чинно сопровождает хозяев Руслана Князева и Викторию Розумейко в кафе. Компания устраивается за столиком, но стоит только Вике взять меню, как вся серьезность с Дени слетает — он тут же вскакивает, упирается передними лапами в стол и начинает изучать блюда — а вдруг что-то вкусненькое перепадет!

— Дени, сядь на место, — строго говорит Вика. И Дени покорно садится, а затем и ложится на пол, бросая из-под ножки стула укоризненный взгляд на хозяйку: в такой суровой атмосфере кинозвезде не то чтобы звездная болезнь, а даже легкая прибавка веса не грозит! Впрочем, настроение у собаки тут же меняется в лучшую сторону, как только к нему подходит посетитель кафе и просит разрешения сфотографироваться со звездой, то есть с ним, с Дени.

Пес привык к вниманию с детства. Истории о его дружбе с котом Мэни уже пять лет собирают миллионы подписчиков в соцсетях, поэтому собаку часто узнают на улицах. Хотя, казалось бы, такого успеха ничто не предвещало. Когда Вике и Руслану привезли из питомника щенка, они только всплеснули руками: у пса была большая рана на голове — видимо, досталось от более сильных и шустрых собратьев, он не мог ходить, был слишком маленьким и худым — настоящий гадкий утенок!

Но возвращать его не стали — решили выхаживать. А чтобы бедолаге было повеселее, взяли ему в компанию котенка породы сфинкс, от которого отказались предыдущие хозяева.

— И эти два отказника сразу потянулись друг к другу и подружились, — рассказывает Руслан. — Котенок, лишенный шерсти, как и полагается представителям его породы, нашел в своем

лохматом друге замену маме. Дени бережно вылизывал его и делает это до сих пор. Они начали играть, не забывая при этом конкурировать за лидерство и внимание хозяев. Мэни считает себя главным в доме, и ему не нравится, когда кто-то пытается это оспорить. А Дени очень ревнивый и сразу реагирует, если ему кажется, что Мэньке достается больше нашей любви. За

ними так забавно было наблюдать, что мы начали снимать их общение.

И эти трогательные видео сразу стали популярны: люди писали под ними комментарии и пересылали их знакомым. Сейчас в соцсетях пса и кота больше 15 миллионов подписчиков. — Больше всего люди веселятся, наблюдая, как Дени подворовывает вкусняшки, а его дружок Мэни стоит «на шухере», — рассказывает Роман. — Я ловлю их на месте преступления, и Дени красноречиво косит глазом и поворачивает голову в сторону Мэньки — показывает, мол, он зачинщик.

Без ссор, как и в любой семье, тоже не обходится. Авторитарный Мэни может куснуть Дени, впрочем, тот ему все прощает — лабрадоры известны своим добрым и отходчивым характером.

— Разлучили мы их за все время только один раз, когда кота оставили в больнице на ночь, — вспоминает Руслан. — И у Дени она была бессонной: лабрадор всю ночь скулил. Больше они никогда не расставались.

На съемках фильма Дени и Мэни тоже были вместе. Однако коту съемочный процесс понравился меньше, чем псу. Он по натуре домосед, поэтому большую часть сцен с ним снимали в квартире Вики и Руслана. Зато лабрадор на съемочной площадке отрабаты-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Я думаю, что идея приходит одновременно большому количеству людей. Просто кто-то первый бежит и начинает делать. Так что уверен: мысль снять фильм про Дени и Мэни пришла многим, но я был знаком



**АНТОН
КАЛИНКИН**
РЕЖИССЕР,
ПРОДЮСЕР

с хозяевами, поэтому мне удалось первым предложить им это. Сегодня всю адаптируют пользовательский интернет-контент в музыке, а в кино он пока только начинает заходить. Но это определенно будет трендом ближайших лет. А в нашем случае история беспроектная еще и потому, что главные герои — кот и пес. Это никого никогда не оставляет равнодушным: все любят животных! Мы с режиссером Джаником Файзиевым решили рискнуть и снять полный метр. Для меня было принципно-

ально, чтобы собаку и кошку играли сами Дени и Мэни. Это кино о них, поэтому они в кадре играют себя такими, какими их привыкли видеть в интернете и в жизни. Фильм интересен еще и тем, что все, кто снимался, кроме исполнителя главной роли Степана Девонина, — Женя Медведева, Митя Хрусталева, Артем Ткаченко, — играли самих себя. То есть здесь мы будем наблюдать за конкретными людьми, а не за образами. Это наша реальная жизнь, реальная история. Поэтому интересно посмотреть не только на Дени и Мэни, но и на известных актеров без масок.

вал за двоих: выполнял все команды режиссера, причем делал это с первого дубля, поэтому фильм удалось отснять довольно быстро — всего за месяц. Некоторые сложности возникли только в первый день, и то лишь потому, что многие члены съемочной группы не могли сдержать симпатии по отношению к Дени.

— А если он чувствует, что к нему неравнодушны, то ничего делать не будет, — смеется Руслан. — Лаять, бегать, веселиться, прыгать — это пожалуйста, но только не выполнять коман-

ды. В конце первого съемочного дня мы объяснили сотрудникам, как себя нужно с ним вести. Поэтому все остальное время они демонстративно не замечали Дени, и он полностью сконцентрировался на мне, режиссере и работе.

Пес сразу выучил новые команды, особенно ему нравилось выполнять такую: «Дени, на площадку!» Даже во сне, услышав этот сигнал по рации, он сразу вскакивал и мчался сниматься.

Часть сцен Роман придумывал сам, а некоторые родились в сотворчестве с Дени: в фильме много импровизации, хотя обнаружить ее довольно трудно — все сцены очень естественны.

— Многие, увидев трейлер, пишут мне, что невозможно так снять, это, мол, нейросеть, — говорит Роман. — Но мы вообще ее не использовали! Сейчас есть много программ для проверки — можете загрузить видео и убедиться. Просто Дени и Мэни с детства понимают, что от них требуется.

Успех питомцев в свое время вдохновил Вики и Руслана уйти с работы, чтобы полностью сконцентрироваться на блоге, а сейчас, наблюдая артистические способности кота и собаки, они подумывают о том, чтобы развиваться дальше в кинологии.

Так что не исключено, что у Дени и Мэни в будущем появятся друзья — и их кино- вселенная значительно расширится.

Как кот и пес стали звездами

Комедия «Дени и Мэни. В кино!» выходит в прокат 4 июня. В ней звезды соцсетей — лабрадор и кот-сфинкс — играют самих себя. О том, как проходили съемки, «ВМ» узнала у участников процесса

Виктория Розумейко и Руслан Князев со своими четвероногими артистами — псом Дени и котом Мэни



**ВСЕ ЭПИЗОДЫ
С ЖИВОТНЫМИ
УДАЛОСЬ СНЯТЬ
С ПЕРВОГО
ДУБЛЯ**

Сенсация!

Ученые нашли способ улучшить работу мозга в пожилом возрасте



ЧЕМ СТАРШЕ МЫ СТАНОВИМСЯ, ТЕМ БОЛЬШЕ БОИМСЯ УХУДШЕНИЯ РАБОТЫ МОЗГА. ИНОГДА ИЗ-ЗА НИХ ЧЕЛОВЕК СТАНОВИТСЯ БУКВАЛЬНО СУМАСШЕДШИМ: НЕ МОЖЕТ СЕБЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ, ОБСЛУЖИВАТЬ, НЕ УЗНАЕТ БЛИЗКИХ, ПРОЯВЛЯЕТ АГРЕССИЮ, ЕГО НЕЛЬЗЯ ОСТАВИТЬ САМОГО. БОЛЬШЕ 100 ЛЕТ СЧИТАЛОСЬ, ЧТО ДАННОЕ СОСТОЯНИЕ НЕОБРАТИМО. ЧТО ЕЕ МОЖНО ТОЛЬКО ПРЕДОТВРАТИТЬ ИЛИ ЗАМЕДЛИТЬ, НО НИКАК НЕ ЛЕЧИТЬ.

■ ВСЕ ИЗМЕНИЛОСЬ СОВСЕМ НЕДАВНО

Ученым удалось открыть ключевую молекулу в формировании болезни – NAD⁺ (англ. – Nicotinamide adenine dinucleotide – никотинамидадениндинуклеотид). Эта молекула отвечает за клеточную энергию. У людей с нарушенной работой мозга ее уровень резко снижен и этот энер-

гетический коллапс является одной из главных движущих сил ухудшения когнитивных функций.

■ УЧЕНЫЕ РАЗРАБОТАЛИ ПРЕПАРАТ

Этот комплекс позволяет достичь идеального баланса NAD⁺ даже в условиях постоянного стресса. В эксперименте комплекс показал потрясающие результаты: исчезли ключевые повреждения мозга, возобновился процесс образования новых нервных клеток, восстановились связи между нейронами, наладилась передача сигналов, ушло хроническое воспаление мозга, память и мышление полностью вернулись.

■ ВСЕ НОВОЕ – ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ

Зарубежные ученые совершили прорыв, проведя масштабное исследование и популяризовав комплекс. Однако не стоит забывать,

что схожая формула была разработана еще во времена СССР для помощи советским шахматистам. Не зря наши гроссмейстеры были лучшими в мире! Многие из них принимали специальный комплекс, который нормализовал уровень NAD⁺ и активировал работу мозга. Хотя советский продукт разрабатывался совершенно для других целей – покорения спортивных вершин – его уже тогда использовали люди старшего возраста и отмечали положительные результаты.

■ УЛУЧШИТЬ РАБОТУ МОЗГА МОЖНО ПРЯМО СЕЙЧАС

Вдохновившись исследованиями иностранных коллег и советских ученых, группа ученых создала натуральный комплекс, способствующий нормализации уровня NAD⁺. Они назвали данный продукт «Мозгофлекс». Его могут использовать все,

кто желает улучшить когнитивные функции, а также память, внимание, настроение и сон. Кроме того, «Мозгофлекс» будет полезно принимать людям, которые часто мучаются от скачков давления, головных болей, головокружений, чувства «ватной головы», а также тем, кто хочет сохранить трезвый ум и ясный рассудок до глубокой старости.

Льготная партия «Мозгофлекса» распределится на первых 200 позвонивших. Для получения позвоните по номеру 8-800-303-05-55 и запишитесь в реестр № 2365, чтобы успеть заказать «Мозгофлекс» по льготе, которая действует до 9 июля 2026 года. Количество продукции ограничено.

Внимание! Программа действует только для граждан, рожденных в СССР (до 1960 года). При получении необходимо предъявить паспорт!

Не является БАД. Не является лекарственным средством. ИП Добрынин Дмитрий Андреевич, ИНН: 025601745183, ОГРНИП: 323774600210720, 115142, г. Москва, а/я 20. Подробности предложения, правила его проведения можно узнать по телефону: 8-800-303-05-55 (звонки по РФ бесплатные). Доставка за счет ИП Добрынина Д.А. Реклама.

СТАЛИ ХУЖЕ ВИДЕТЬ?

ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫЕ НАНОКАПЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ ЗРЕНИЮ! ОНИ СЛОВНО ПРИРОДНАЯ ЛАЗЕРНАЯ ШЛИФОВКА ГЛАЗ!

Известный специалист в области глазных проблем недавно приехал из Израиля, и наш корреспондент встретился с ним, чтобы узнать о современных нехирургических способах помощи глазам, которые практикуются в этой стране.

- Какие современные методы предлагают израильские ученые?

- Людям, страдающим глазными заболеваниями, они рекомендуют специальные нанокapли. Они работают по схожему принципу, что и лазерная шлифовка глаз. Подобные капли уже давно с успехом применяют в Израиле. И только недавно в нашей стране появилось похожее средство.

- При каких проблемах могут помочь нанокapли?

- Они могут использоваться, если, например, у человека затуманенное зрение, он видит пятна или мушки перед глазами, снижена четкость

зрения, больно смотреть на яркие предметы, выходить на улицу в солнечный день, для чтения нужны очки и в т.п. ситуациях. Если например при лазерном воздействии хирург может случайно допустить неосторожное движение, которое способно привести к неприятным и даже опасным последствиям, то при использовании нанокapлей такая ситуация исключена. Они содержат только натуральные компоненты.

- Как именно они могут помочь это сделать?

- При попадании на роговицу содержащиеся в каплях наночастицы распределяются по ней, образуя тонкий слой, который способствует очищению хрусталика, расширению каналов для оттока внутриглазной жидкости и восстановлению поврежденных структур глаза. Такое комплексное действие содействует восстановлению правильной работы всех отделов органов зрения.

- Что за частицы содержатся в нанокapлях?

- Это частицы экстрактов жимолости тибетской, базилика священного, арники, ареспола, серебра коллоидного, витамина B12 и таурина. Совместное их действие способствует нормализации слезоотделения, устранению застоя внутриглазной жидкости, стимуляции работы глазных нервов, оказанию антибактериального эффекта.

- Как называются эти нанокapли?

- Это нанокapли «Светлодар». Они полностью натуральные и способствуют возвращению четкого зрения. Чистый хрусталик, здоровая сетчатка, нужный отток внутриглазной жидкости, нормальное внутриглазное давление, правильная фокусировка зрения – возможны. Все это позволяет видеть хорошо, как вблизи, так и вдаль, без хлопот, связанных с очками, контактными линзами или операцией.



ВСЕГО
7 руб.
за 1 уп.

ПРОГРАММА В МАСШТАБАХ СТРАНЫ

«Каждому пенсионеру – хорошее зрение»

Страдаете от плохого зрения или глазных заболеваний? Тогда вы имеете право на покрытие расходов по приобретению капель для глаз «Светлодар». **Специальное предложение действует только до 12 июля 2026 г.**

Чтобы воспользоваться специальным предложением:

1. Позвоните по телефону **8-800-302-30-30**

2. Продиктуйте код **5726**
получите капли «Светлодар» **ВСЕГО ЗА 7 РУБЛЕЙ!**

Звонок и доставка бесплатные.

Внимание! Программа действует только для граждан, рожденных в СССР (до 1960 года).

При получении необходимо предъявить паспорт!

Не является БАД. Не является лекарственным средством. ИП Добрынин Дмитрий Андреевич, ИНН: 025601745183, ОГРНИП: 323774600210720, 115142, г. Москва, а/я 20. Подробности предложения, правила его проведения можно узнать по телефону: 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Доставка за счет ИП Добрынина Д.А. Реклама.

Кто ж его посадит? Он же памятник!

Жизнь, говорят, куда богаче вымысла. Искусствовед Марина Сафонова добавляет: «Ита-лантливее любого литератора». Она готова доказывать это каждый раз, рассказывая на страницах «Вечерки» правдивые истории, которые «нарочно не придумаешь»

Марина Алексеевна Сафонова (на фото) — человек-позитив. На самом деле она серьезный эксперт, написала и издала более десятка книг и каталогов, описывающих музейные и частные коллекции, в которых рассказывается о жизни



РИА НОВОСТИ

и творчестве людей, способствовавших популяризации и славе декоративно-прикладного искусства СССР во всем мире. Ее жизнь, как и жизнь большинства из нас, была и радостной, и печальной, но она всегда предпочитала свет тени, а улыбку — слезам. А еще у Марины Алексеевны есть хобби — она коллекцио-

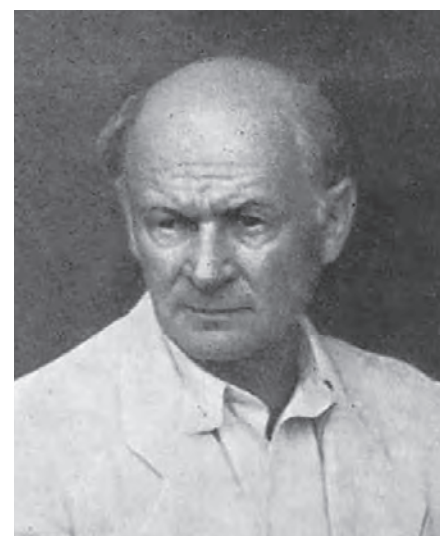


Говорят, Иосифа Сталина очень развеселил рассказ о реакции членов комиссии, явившихся с проверкой в мастерскую скульптора

нирует забавные, невероятные, грустные и счастливые истории, причем делает это на протяжении многих лет. Надеемся, вы оцените их по достоинству. — Начну, пожалуй, с истории, которую узнала от замечательного скульптора Льва Наумовича Сморгона, блестяще владеющего не только рисунком, камнем,

фарфором и металлом, но и эпистолярным жанром, — говорит Марина Алексеевна. Ну, с почином! ■ ...Послевоенное время было трудным для всех, в том числе и для художников. Заказов было мало, страна поднималась из руин. Тут как раз очередная идеоло-

гическая проверка выяснила, что один из районов Москвы не имеет памятника вождя — Иосифа Виссарионовича Сталина. Долго отбирали кандидатуру на эту ответственную работу и остановились на Абраме Малахине. Радость его была перемешана со страхом: вдруг он сделает что-то не так и тогда... страшно бы-



Скульптор Абрам Малахин (1901–1970), которому выпало испытание работать над памятником «вождю всех народов»



ло даже представить! Он работал как одержимый и днем, и ночью. Переделывал, перекомпоновывал фигуру множество раз и вечно бывал недоволен то выразительностью, то неестественностью державной позы. И в очередной раз решил изменить постановку скульптуры, разворошил

в высоких военных сапогах и абсолютно голый ниже пояса, с каким-то оскорбительным не только для вождя, но и для любого мужчины огрызком палочки на причинном месте... Комиссия среагировала молниеносно, в дверях создалась ужасающая давка, все постарались поскорее убе-

ТАКОЙ ПРЕСТИЖНЫЙ, КАЖЕТСЯ, ЗАКАЗ МОГ СТОИТЬ БЕДНОМУ СКУЛЬПТОРУ ЖИЗНИ

глину в районе таза и понял, что надо начинать все сначала, с анатомии. Оставив Сталина в сапогах, кителе с регалиями, Малахин стеклом с петлей стал снимать влажную глину с таза, который и являлся центром фигуры. А вот центром таза является лобок. Определив его место, скульптор для ориентирования воткнул туда небольшой обломок палочки. А в это время в ЦК КПСС решили проверить, как идет работа над важным заказом. Была создана специальная комиссия, которая, конечно, без предварительных звонков (художник — не велика сошка!) отправилась на важных черных машинах кортежем осматривать сам процесс. Стук в дверь мастерской. Малахин, весь перемазанный глиной, не выпавшийся, бредет открывать дверь. Его решительно отодвигают в сторону двое в штатском и пропускают вперед начальственную комиссию. И что она видит? В грязной захлавленной мастерской на каком-то неряшливом постаменте возвышается «вождь всех народов» с орлиным взором, горделивой грудью с многочисленными орденами, громадной фуражкой с галунами, кантами и огромным козырьком,

жаль от страшного видения. В мастерской остались трое: двое в штатском и Малахин, и все трое вместе двинулись сами понимаете куда. В тюрьму. ...Три месяца Академия художеств и Министерство культуры писали в различные инстанции, объясняя творческий процесс создания скульптуры художником. На что получали один ответ: «Честь вождя, честь партии...» Спас Малахина маршал Ворошилов, который, запинаясь и обливаясь холодным потом, поведал генералиссимусу эту историю. В ответ Сталин затрясся. Ворошилов похолодел, пока не понял, что Иосиф Виссарионович смеется. Малахин просидел всего 3 месяца (не самые веселые в своей жизни, полагаю), памятник был благополучно доделан и установлен в нужном месте, ему даже заплатили за работу. А потом памятник снесли, как и сотни подобных в период оттепели.

* В заголовке использована цитата из фильма режиссера Александра Серого по сценарию Георгия Даниели и Виктории Токаревой «Джентльмены удачи» (1971)

Подготовила **ОЛЬГА КУЗЬМИНА** nedelya@vm.ru

Круизный флот РУСИЧ

г. Москва, ст. м. «Китай-город», ул. Маросейка, д. 9/2, стр. 1, 8 (800) 511-86-88. Скидка на круизы 2027 г.

ТЕПЛОХОДЫ «РУСЬ ВЕЛИКАЯ» И «РОДНАЯ РУСЬ»

10.06.2026–22.06.2026 «СЕВЕРНЫЕ ПИЛИГРИМЫ»
 ОТ 140 499 Р. МОСКВА — ГОРИЦЫ — КИЖИ — СОЛОВКИ — АРХАНГЕЛЬСК — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ — СВЯТЫЙСОСНОВЕЦ — ПОДВОДНОЕ П. — О. ВАЛААМ — О. КОНЕВЕЦ — САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

14.06.2026–19.06.2026 «НАДЫШАТЬСЯ КРАСОТОЙ»
 ОТ 28 399 Р. МОСКВА — ДУБНА — УГЛИЧ — МЫШКИН — КОСТРОМА (ПОСЕЛЕНИЕ) — ТУЛА — КАЛЯЗИН (УЛИТЧИНА ФЕРМА) — МОСКВА // АКЦИЯ «3-Е МЕСТО В ПОДАРОК»

25.06.2026–09.07.2026 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ»
 ОТ 76 599 Р. МОСКВА — УГЛИЧ — КОСТРОМА — ПЛЕС — ГОРОДЕЦ — НИЖНИЙ НОВГОРОД — ПЕРМЬ (ИЛЬИНСКИЙ) — БЕРЕЗНИКИ (СОЛИКАМСК / ЧЕРДЫНЬ) — КАЗАНЬ — КОЗЬМОДЕМЬЯНСК — МАКАРЬЕВО — ТУЛА — МОСКВА

02.08.2026–17.08.2026 «АРХАНГЕЛЬСК» МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» ОТ 162 699 Р. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ — КР. ОРЕШЕК — СТ. ЛАДОГА — КИЖИ — СОЛОВКИ (2 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ) — О. КИЙ — Г. ОНЕГА — БЕЛОМОРСК — СОСНОВЕЦ — ПОВЕНЕЦ (Г. ВОТОВААРА) — ПЕТРОЗАВОДСК — МОСКВА

31.08.2026–12.09.2026 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ» ОТ 172 499 Р. МОСКВА — ГОРИЦЫ — КИЖИ — СОЛОВКИ (3 ДНЯ) — АРХАНГЕЛЬСК — БЕЛОМОРСК — ТУР ВКЛ.: МЕДВЕЖЬЕГОРСК — МУРМАНСК — ТЕРИБЕРКА — МОСКВА

10.09.2026–17.09.2026 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС»
 ОТ 81 899 Р. ПЕТРОЗАВОДСК — КИЖИ — СОЛОВКИ (3 ДНЯ) — БЕЛОМОРСК — СОСНОВЕЦ — ПЕТРОЗАВОДСК

18.09.2026–27.09.2026 «СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ»
 ОТ 75 799 Р. ПЕТРОЗАВОДСК — КИЖИ — СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ (3 ДНЯ) — ПЕТРОЗАВОДСК — МЫШКИН — МОСКВА

06.10.2026–15.10.2026 «БЕРЕГА ВОЛГИ И ТАЙНЫ СОЛЕННОГО ОЗЕРА» ОТ 69 399 Р. МОСКВА — А. ТУР ВКЛ.: САРАТОВ — ЗЛЫТОН — КРУИЗ: ВОЛГОГРАД — САРАТОВ — КАЗАНЬ — СВЯЯЗСКИЙ — НИЖНИЙ НОВГОРОД — КОСТРОМА — КАЛЯЗИН — МОСКВА #НОВИНКА

СО СКИДКОЙ ДО 14%. Действительно при наличии мест. | flotrusic.ru | Реклама

Слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи!

Разбирать речь по телевизору — это просто!

«МИР СЛУХА»

Скидка от 20 до 50%!

- Гарантия качества
- Пенсионерам скидки
- Выезд специалиста на дом
- Пробное ношение слухового аппарата
- Узнайте, как получить компенсацию за слуховой аппарат!
- Ремонт слуховых аппаратов

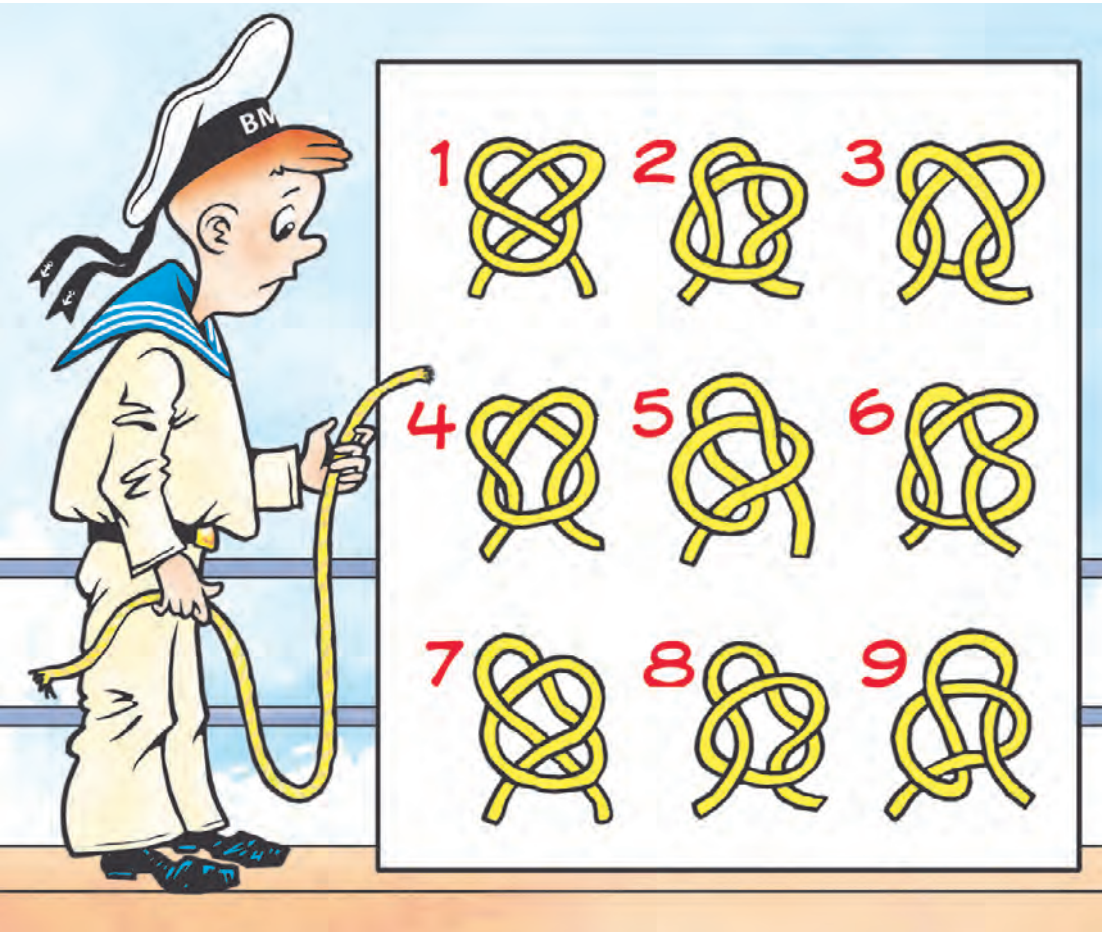
8 (495) 411-90-16
mirsluha.ru

Реклама: ООО «МИР СЛУХА», 129090, Москва, пр-т Мира, д. 5, корп. 1, пом. 2/1. ОГРН 1157746557385

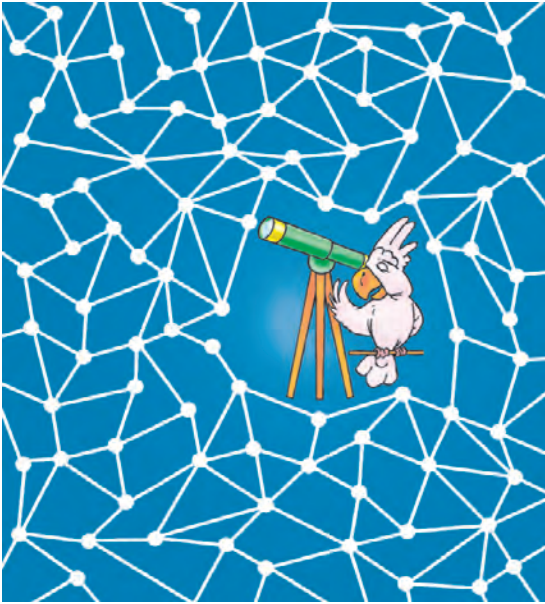
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТУРГЕНЯ

Непоседа Тургеня пишет быстрее, чем думает. Вот задали прочитать «Муму» — он и нацарапал в дневнике фамилию автора: «Тургеня». Так и пошла гулять новая кличка. Ничего, пускай смеются — Тургеня все равно учится лучше многих. И хитрые задачки решает!



Узелок №... Помогите юнге разобраться с морскими узлами. Какие из них завяжутся?



А ТЫ ЗНАЕШЬ,
ДРУЖОК,
ЧТО

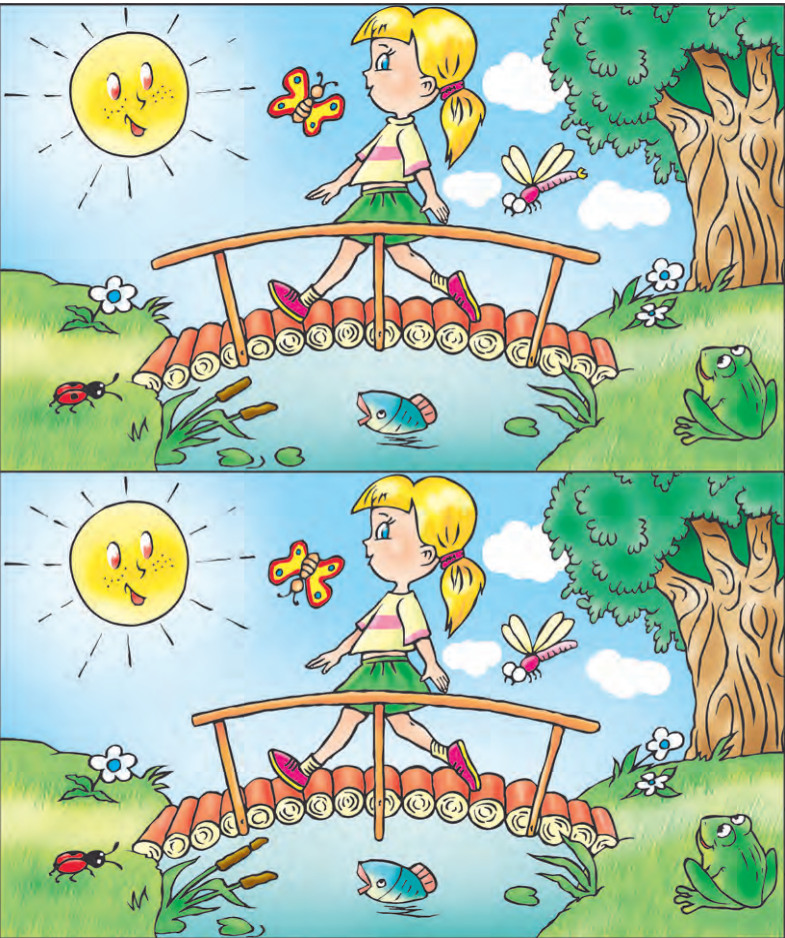
...существует более двух тысяч видов ягод! Вот ты сколько из них попробовал?

...ягоды не только вкусные, но и полезные, в них содержатся антиоксиданты и витамины;

...далеко не все вкусные и полезные ягоды растут в огороде. Например, моршунку,



...клубника, которую ты так любишь, — это не ягода, а многоплодие, но об этом тебе еще расскажут в школе.



Куда она идет? Найди 10 отличий между рисунками.



Выбирай направление Посмотри внимательно и прочитай известную поговорку.

Длиининное слово Реши линейный кроссворд.

Чародей	Хвостатая мартышка	Форма радуги	Ведьмин отвар	Число, месяц, год	Царапинка
Лава внутри Земли	Попугай с хохолком	Российский автомобиль	Пища	Небольшая рыбка	



ОТВЕТЫ НА ЗАДАНИЯ ИЗ ПРОШЛОГО НОМЕРА

■ 12 цыплят

■ Коврик № 3

■ Первый и второй примеры верны. В третьем и четвертом ответ равен 11

■ Пары 1 — 4, 3 — 6, 5 — 2

О С А Д О К Т О Р П Е Д А Г О Г О Т В Е Т К А Б А Ч О К

Маленькие герои большой выставки

Совместный проект Музея В. А. Тропинина и Государственного Русского музея — выставка «Маленький человек больших художников» открылась в Москве. Она знакомит с русской жанровой живописью первой половины XIX века. В центре внимания — вечная тема «маленького человека», прочно укоренившаяся в русской художественной традиции. Гостей музея ждет встреча с 41 шедевром живописи, отобранным из коллекций Русского музея и Музея Тропинина. Многие из этих полотен — настоящие открытия для широкой публики, ведь они редко покидают запасыники. На выставке вы увидите творения 24 русских художников, включая признанных мастеров, в том числе Алексея Венецианова, Павла Федотова, Ильи Репина, Григория Сороки, Алексея Тыранова,

Капитона Зеленцова, Ивана Хруцкого и Евграфа Крендовского. Авторство термина «маленький человек» принадлежит критику Виссариону Белинскому: в 1840 году он использовал его для описания целого ряда персонажей из произведений Пушкина, Грибоедова и Гоголя. Русская культура, для которой текст всегда играл первостепенную роль, сделала образ «маленького человека» важным инструментом формирования духовности и нравственности, что, в свою очередь, повлияло на развитие



Павел Федотов. Городничий, изображающий себя на параде. XIX век

СТРАДАНИЯ ПРЕВРАТИЛИ «МАЛЕНЬКОГО ЧЕЛОВЕКА» В ГЕРОЯ

реалистического направления в живописи. Выставка поражает обилием живописных работ, кото-

рые позволяют проследить эволюцию жанра. Зрители увидят три важнейших этапа его формирова-

ния: от восхищения повседневностью в 1830–1840-х годах через зарождение социальной критики в 1840–1850-х к расцвету реализма 1850–1860-х. Жанровые портреты, пейзажи и бытовые зарисовки

представляют яркую картину жизни обычных людей, их переживаний. Перед посетителями оживают характеры и детально воссозданный быт эпохи. Куратор выставки Екатерина Архипова отмечает, что тема «маленького человека» остается актуальной

и сегодня. Этот образ как идея и явление продолжает оказывать влияние на нашу культуру, играет важную роль в воспитании уважения к личности, способности к сопереживанию и пониманию истинной ценности человеческой жизни, независимо от материального благосостояния или достигнутого успеха. В первой половине XIX века жанровая живопись претерпела большую трансформацию, ознаменовавшую собой постепенное возвышение образа «маленького человека». Если ранее он выступал в роли статичного, почти фоновых элемента в интерьерных сценах, то со временем его страдания, социальные противоречия и будничная жизнь заняли центральное место в отечественном искусстве, превратив его в полноценного героя. Выставка «Маленький человек больших художников» будет открыта для посещения до 19 октября в Музее Тропинина и художников его времени по адресу: Щетининский пер., 10, стр. 1.

ЛЮБОВЬ ТРОШКИНА
nedelya@vm.ru

Частности НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

Недвижимость

- Куплю, сниму, выкуплю комнату, квартиру, дом, земельный участок, здание, готовый бизнес до 100 км от МКАД. Опыт 16 лет. Т. 8 (926) 316-66-17
- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (916) 618-86-41
- Сдам вашу квартиру выгодно и быстро. Дмитрий. Т. 8 (925) 883-28-38
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Сниму кв., комнату. Т. (916) 959-13-08

Авто, запчасти

- Авто + грузчики. Т. 8 (495) 589-00-78
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81
- Автовыкуп Вам! Т. 8 (909) 956-30-10

Строительство и ремонт

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
ВЫПОЛНЯЕМ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

- Откосы, веранды, заборы, хозяйки, внутренняя отделка, бани, колоды, душевые, печи, ремонт крыш.
- Ремонт гаражей и квартир, реконструкция старых домов

Пенсионерам скидка 20%

Выезд на осмотр БЕСПЛАТНО!
Материал наш или заказчика

8 (925) 111-55-57

БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ
AL provedal

ОКНА ПВХ ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

8 (495) 782-54-48
8 (495) 543-53-97
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

ЗАВОД ОКНА
ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ЖАЛЮЗИ
ОСТЕКЛЕНИЕ
Ремонт окон, балконов, ПВХ, AL, дерево

Сезонные скидки

Пенсионерам – скидка до 35%

• ОТДЕЛКА
• УТЕПЛЕНИЕ
• КРЫШИ
• ШКАФЫ

8 (495) 740-76-09
8 (495) 941-96-29

ЗАМКИ
ВСКРЫТИЕ
РЕМОНТ
УСТАНОВКА

8(495)297-10-10
круглосуточно

- Ремонт комнаты или квартиры поэтапно и по доступным ценам. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. Циклевка и ремонт паркета. Укладка ламината, доски. Натяжной потолок. Окна. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Т. 8 (495) 978-03-44
- Замена замков. Т. 8 (906) 797-87-01
- Циклевка паркета. Т. (985) 761-23-88

Юридические услуги

- Юрист. Адвокат. Профессиональная юридическая помощь в сложной или безвыходной ситуации. Гарантированная юридическая поддержка. Наследство. Судебные процессы. Решение юридических споров. Гарантия. Офис — центр. Т. 8 (925) 892-03-03
- Юристы и адвокаты! Т. (499) 755-66-86

Профессиональные юристы

Отобрали квартиру? Не дают наследство? Попали на мошенников?

Срочная защита.
Вернем деньги и недвижимость. Исправляем ошибки юристов.

Бесплатная консультация
Телефон **8 (495) 147-07-03**

- Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. поможем вернуть или расслужить квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Т. 8 (499) 409-91-42
- Юристы и адвокаты. Консультация бесплатная! Т. 8 (495) 201-25-12
- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (985) 210-25-63
- Юрист, медиатор. Т. 8 (920) 426-44-30

Медицинские услуги

НАРКОХЕЛП www.n-help.ru

Вывод из запоя
Лечение алкоголизма
Доезд врача в течение часа
Москва и Подмосковье
Мотивируем на лечение
АНОНИМНО 24/7
8-925-008-97-53

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
ООО «Первая шаг», ИНН 5040190043
Лиц. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024

Работа и образование

- Курьер. ЗП 60 т. р. Т. 8 (499) 713-87-25

Мебель

- Обивка мебели. Т. 8 (495) 649-56-56

Коллекционирование

КУПЛЮ ДОРОГО!

КНИГИ, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары. Будды, шкатулки, монеты, елочные и детские игрушки СССР, бижутерию, фотоаппараты, часы и прочее.

8 (495) 643-72-12
ЗВОНИТЕ!

МосГорСкупка

ДОРОГО КУПИМ
Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Картины. Соцреализм. Сов. авангард. Пластинки. Старинную мебель. Столовые приборы. Любый антиквариат и многое другое.

Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8 (925) 403-68-83

МУЗЕЙ ДОРОГО КУПИТ
старинной КНИГИ АНТИКВАРИАТ

КНИГИ до 1940 г. до 1 млн. р.
Награды ст. • Монеты • Значки
Иконы • Картины • Коллекции
Автографы • Архивы • Открытки
Самовары • Портсигары • Часы
Статуэтки • Будды • Фарфор

8 (925) 835-80-33
Отд. закупки, Светлана

- Куплю механические часы, любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Т. 8 (495) 723-19-05

- Куплю модельки авто, железн. дорогу, солдатиков, игрушки, духи, патефон, фотоаппараты, военную атрибутику, значки, часы, монеты, книги, марки, открытки, фарфор, янтарь, самовар, радиоаппаратуру, радиодетали, игровые приставки, генерал. форму, кукол. Т. 8 (495) 508-53-59
- Библиотеку домашнюю: собрания сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре и искусству, географии, а также книги до 1917 г. и мн. др. Куплю. Выезд. Т. 8 (495) 721-41-46
- Книги, архивы, ноты, документы до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33
- Грампластинки, фотоаппараты, предметы искусства. Т. 8 (985) 979-56-09
- Сервизы, значки, часы, хрусталь, пластинки. Т. 8 (995) 920-84-38
- Радиоэлектроника вся. В любом состоянии. Дмитрий. Т. 8 (916) 774-00-05
- Куплю книги на иностранных языках до 1917 г. Т. 8 (985) 275-43-33
- Посуда, хрусталь, мельхиор. Т. 8 (905) 744-11-33
- Кассеты, диски, пластинки. Т. 8 (905) 744-11-33
- Куплю: книги, фарфор, живопись, фото. Олег. Т. 8 (968) 525-34-12
- Ткани, духи. Т. 8 (916) 993-36-64
- Купим книги. Т. 8 (499) 136-27-60

Товары и услуги

Уничтожим тараканов, клопов, грызунов, плесень.

ОБРАБОТКА САДОВЫХ УЧАСТКОВ С ГАРАНТИЕЙ И НАВСЕГДА!
Сертифицированные дезинфекторы, эффективные и безопасные средства без запаха.

СТОИМОСТЬ от 800 рублей!
Конфиденциально.
Бесплатный выезд (Москва и МО)

Городская Санэпидемстанция
Остались вопросы, звоните
Пенсионерам скидка
8 (917) 548-19-76

ТЕЛЕМАСТЕР

Настройка смарт ТВ
Настройка цифровой ТВ-приставки
Прошивка телевизора
Рабит

Дмитрий

Плохо показывает
Тихий звук
Прокладка антенного кабеля
Подключение и настройка ТВ
Нет сигнала
Плохо работает пульт

НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ

8-903-222-38-04

«Рем.быт.техника»

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ
МАШИН, ПЛИТ

Гарантия. Скидки
Без выходных
8(499) 146-21-19

Ключ-Сервис

ЗАМКИ
замена, ремонт
8-926-157-44-19
Обивка дверей

- Ремонт стиральных машин, холодильников. Т. 8 (995) 222-15-71

Знакомства

- Знакомства у свахи 2N. Офис. www.cvaxa.ru. Т. 8 (985) 764-04-68

Разное

- Оценю вышедшие из обращения франки, фунты, \$. Т. 8 (901) 519-32-75

Вот такая у нас мама

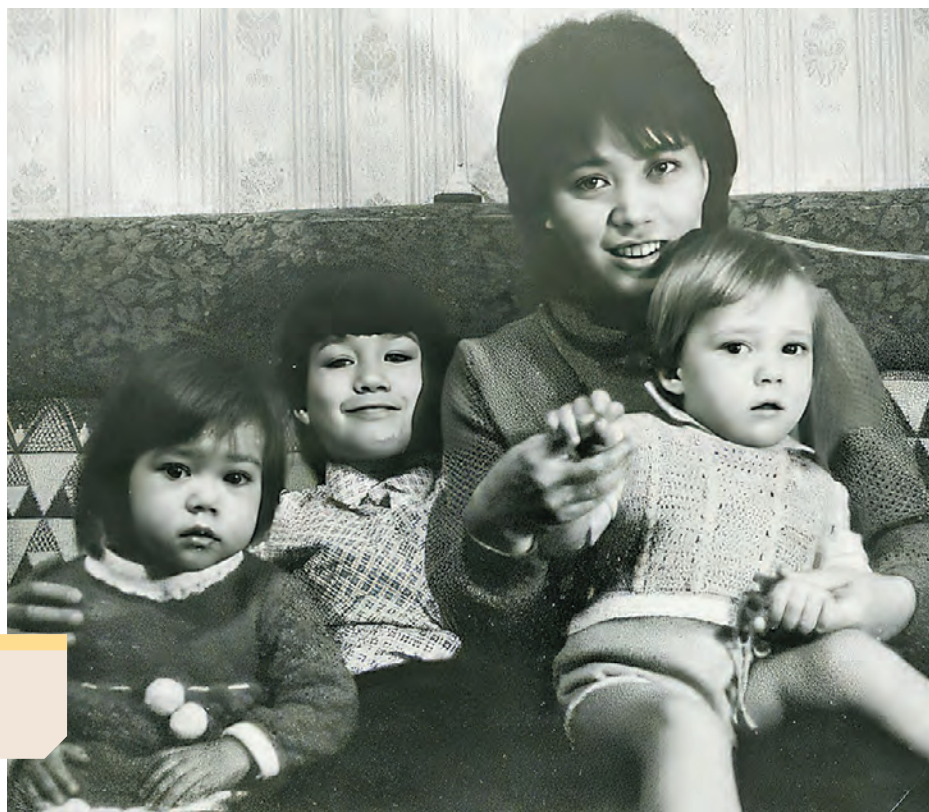
У вас точно найдется снимок, с которым связана какая-то памятная и трогательная история. Присылайте их нам с небольшим рассказом о фотографии, лучшие из них мы опубликуем на страницах «Вечерки»

Здравствуйте, уважаемые сотрудники «Вечерки»! На этом снимке мы с нашей мамой Татьяной Львовной Федотовой. На руках у мамы — мой брат-близнец Боря, я — первая слева, в центре — старший брат Саша. Наша мама — великая труженица, она не умеет сидеть без дела, не понимает этого: «Человек во сне проводит треть жизни. Вот и посчитай, как немного времени остается ему на дела». Не поверите, но раньше ей на сон хватало четырех часов! Работала не покладая рук, было трудно, но со всем справилась, много в жизни успела: троих детей подняла, всем дала высшее образование. Сегодня у нее уже пятеро внуков. Она, умница, с золотой медалью окончила школу, потом — химфак и аспирантуру МГУ, по распределению

трудилась в ВНИИ синтетического волокна, занималась оптическими световодами. Мама рассказывала, что когда у нее родилась двойня, то есть я и Боря, и детей стало трое, она сначала испугалась, ведь такое непростое время было — 1986 год.

Фото из альбома

Пустые прилавки, очереди, продуктовые талоны... Мы, маленькие, часто болели. Но мама наша не умела унывать. У нее сильный характер и много терпения. А еще она любит петь и рисовать, когда есть время. Говорит, это помогает и трудности преодолевать, и с плохим настроением справиться! Наша мамочка берегла нас, как могла. Не только не гру-



зила делами в ущерб школе, но и уроки с нами делала. Она и геометрию до сих пор помнит — занималась с Борисом, которому математика не слишком давалась. Вот такая у нас замечательная мама. Мы ее очень любим и благодарны ей за все!

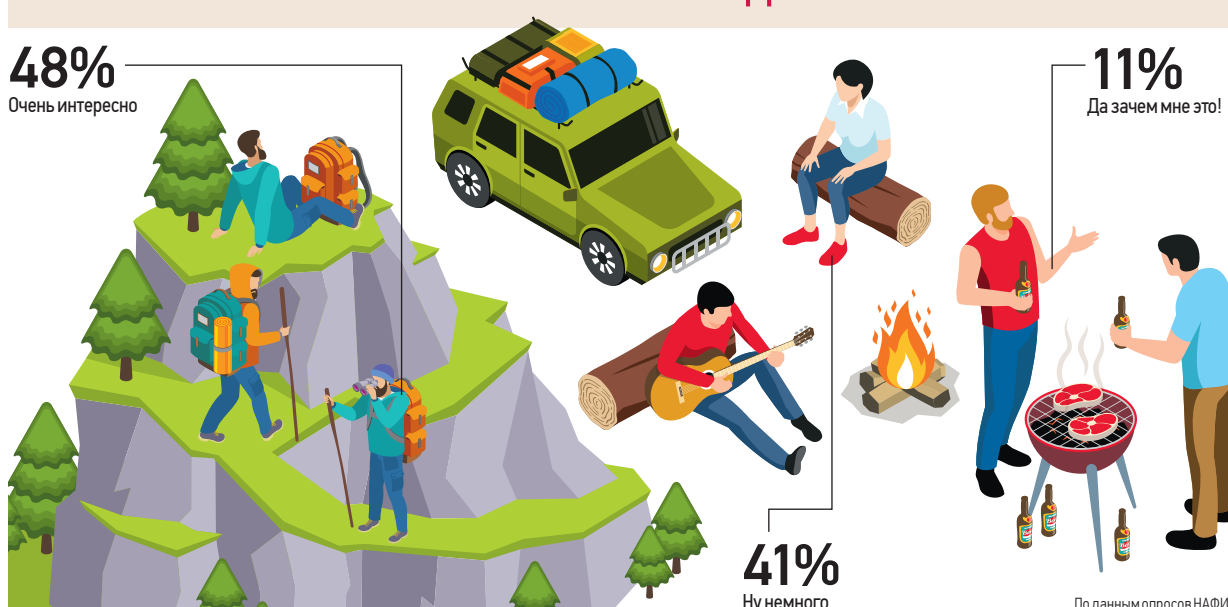
ЕЛЕНА КРАСАВИНА
Москва

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

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

ТОЛЬКО ЧЕСТНО ВАМ ИНТЕРЕСНО ЕЗДИТЬ ПО СТРАНЕ?

48%
Очень интересно



ШУТОЧКИ

— Почему в трансформерах нет женщин-роботов?
— Они долго собираются.

Еще вчера глазками стреляла, а сейчас стреляет в поясице.

Товарищи отдыхающие! Ведите себя скромнее, не нервнируйте работающих!

— Подруга, чего расклеилась?!
— Так ведь никто не клеится!

Если не можете разгадать кроссворд, то вы роман Достоевского, пять букв.

Вот уж у кого железная выдержка! Бабушки, торгующие семечками... Просто гиганты силы воли, сидеть перед семечками и не есть их!

— Что вы делаете, когда у вас есть деньги?
— Я даже и не помню...

«В холодильнике» — новая социальная сеть. Пользователи особенно активны ночью.

Сегодня утром поняла, что старею. Блины стали получаться все лучше и лучше.

**ВЕЧЕРНЯЯ
МОСКВА**

Учредитель и издатель
АО «Редакция газеты
«Вечерняя Москва»
Главный редактор
А. В. Шарнауд Шарнауд
Генеральный директор
Георгий Рудницкий

Шеф-редактор Сергей Сернов
Ответственный секретарь Галина Неробова
Редакционная коллегия Юлия Тарапата (1-й зам. гл. редактора), Сергей Сернов (зам. гл. редактора, шеф-редактор еженедельного выпуска), Алексей Зернаков (зам. гл. редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Янина Портнова (зам. гл. редактора), Анна Балюк (шеф-редактор вечернего выпуска), Елена Мотренко (зам. шеф-редактора утреннего выпуска), Вероника Ушакова (редактор отдела «Служба новостей»), Александр Костриков (арт-директор), Ольга Нузьмина (обозреватель)
Дизайн-макет Александр Костриков

Адрес редакции
и издателя
127015, Москва,
Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24
Факс (499) 557-04-08
E-mail: edit@vm.ru

Средняя аудитория одного номера — 1 040 600 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, сентябрь 2025 — февраль 2026)

Рекламная служба reklama@vm.ru
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе
Контроль качества доставки (499) 557-04-00
Отдел подписки podpiska@vm.ru
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС П 7380

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2026. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением колумнистов. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы. Цена свободная. Газета распространяется в Москве и Московской области. Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-55713 от 21 октября 2013 года.
Дата выхода в свет 04.06.2026 / № 21 (30360) Тираж 735 000 экз.

Тираж сертифицирован
Бюро тиражного аудита: ABC
www.press-abc.ru

Отпечатано АО «Прайм Принт Москва»,
141700, Московская обл., г. Долгопрудный,
Лихачевский пр-д, 5в

12+ **VM.RU**

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД
ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба — 5100 р. за 1 г. 750-я проба — 6900 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки — дорого.

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

Разбираем, чем это лучше ломбарда. Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по го-

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

Чем скупка «Аурум» отличается от других?

Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них.

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

Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир Артем (на фото именно он, согласитесь, так спокойнее) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



1576

ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА +7 (985) 617-13-93. Выплата на месте, наличные или перевод на карту!



Максимальная
оценка



Выплата наличными
или переводом на карту



Любые драгоценные металлы,
в любом состоянии



Высокие рыночные
цены



Принимаем в скупку
дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей
экспертной оценки

Компания «АУРУМ» — ваш надежный партнер вот уже 2 года!

За это время услугами компании воспользовались более 1640 читателей газеты!

Выездная скупка, насколько это удобно? Спросили у читателей их историю и мнение об услуге.

Валентина, 48 лет

Мне в наследство от бабушки достались золотые украшения. Она знала в них толк, это была ее слабость. Не знаю, почему, но я с детства невзлюбила золото. И зная мое холодное отношение к нему, бабушка завещала все свои украшения моей маме. А уж после ее смерти все наследство досталось мне. Так совпало, что мне нужны были деньги для лечения. Так как мне бабушкины украшения были ни к чему, я решила их продать. Сразу возник вопрос: как найти покупателя? Кому их продать? Стала внимательно читать объявления в интернете и вывески, прежде не обращала на них внимания. Повезло. Однажды увидела в городской газете рекламу компании по скупке золота и ювелирных украшений «Аурум». Позвонила им. Меня внимательно выслушали. Исказали, что можно воспользоваться услугой вызова ювелира на дом. Я согласилась. В тот же день вечером в назначенное время ко мне приехал эксперт, Артем. Очень приятный, вежливый молодой человек. Привез с собой все необходимое оборудование для оценки. Все сло-

жилось удачно для меня, Артем предложил весьма достойную цену. Конечно, я согласилась. Деньги решила взять наличными, хотя можно было и переводом на карту. Оплатила лечение, а остаток — отложила на будущее. Спасибо компании «Аурум», особенно Артему. Очень вам благодарна!

Виктория, 53 года

Мы с мужем решили купить квартиру попроще, в новостройке. Задумано — сделано. Стали готовиться к переезду. Уже присмотрели и даже заказали новую мебель, а старую — выставили на продажу. Заодно решили избавиться и от старых золотых украшений. Зачем их держать, если за них можно выручить хорошие деньги, а они нам как раз были нужны. Собрали все золотые украшения, что были дома, их оказалось немало. И что с ними делать? Однозначно решили продать. Но кому? Мы с мужем обошли несколько ломбардов, но там предлагали настолько низкую оценку, что просто жалко отдавать. Рассказали о своей проблеме друзьям, и те посоветовали обратиться в компанию «Аурум», у них уже был

позитивный опыт с ними. После звонка в «Аурум» заказали услугу выезда специалиста на дом, послушали совета друзей, они так сами делали. В условленный час к нам приехал Артем, эксперт компании «Аурум», солидный, учтивый молодой человек. Артем привез с собой все необходимые инструменты, рассказал, что он будет делать, показал все при нас, оценил каждое золотое изделие, и в завершение предложил нам очень хорошую стоимость. Скажу честно, мы с мужем сами не ожидали, что все пройдет так четко и быстро. С выгодой продали ненужные украшения аж на 215 тысяч рублей. Деньги получили сразу, переводом на карту, как раз на мебель в новостройке пригодились. Всем рекомендуем компанию «Аурум»!

Андрей, 58 лет

Жена перестала носить золотые украшения, говорит: несовременно это, носить золото. И я такому ее решению, честно говоря, обрадовался. Средств в семейном бюджете стало больше. А что делать с золотыми украшениями? Куда их деть? Решили все

продать. Ломбарды сразу отпали. Не наш вариант. После долгих поисков в интернете нашли компанию «Аурум». Зашли на их сайт, все внимательно изучили, почитали отзывы в интернете и, все взвесив, позвонили им. Очень долго общались, оказывается, у компании есть услуга вызова ювелира на дом или в любое удобное вам место для оценки. Мы с женой решили пройтись и заодно встретиться с представителем компании «Аурум» в нашем любимом кафе. И не пожалели. Артем, так звали эксперта, приехал очень быстро, со всем необходимым для оценки оборудованием. Быстро оценил все золотые украшения, от которых мы хотели избавиться. И к нашей общей с женой радости предложил очень хорошую цену. Деньги можно было получить либо наличными, либо переводом на карту, мы выбрали перевод, и тут же, на месте, деньги пришли на карту жены. Теперь у нас есть лишние средства для решения многих домашних проблем. Скажу честно, сервис от компании «Аурум» приятно удивил. Очень нам помогли, спасибо им большое, рекомендуем!

В июне получите до 50 000 руб. к оценке*

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 ДО 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Курская», ул. Земляной Вал, 27, стр. 2 • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 • м. «Бауманская», ул. Бауманская, 33/2, стр. 1 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т, 3 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Перово», Зеленый пр-т, 27, корп. 1 • м. «Варшавская», Варшавское ш., 87 • м. «Преображенская площадь», ул. Большая Черкизовская, 3, корп. 1 • м. «Отрадное», ул. Декабристов, 21Г • м. «Таганская», ул. Нижняя Радищевская, 5, стр. 2 • м. «Домодедовская», Каширское ш., 106 • м. «Медведково», Широкая ул., 14, корп. 1 • м. «Строгино», Строгинский б-р, 21 • г. Одинцово, ул. Верхне-Пролетарская, 1Б • м. «Киевская», ул. Брянская, 2 • м. «Селигерская», Коровинское ш., 1А • м. «Водный стадион», Головинское ш., 4 • м. «Праздничная», ул. Красного Маяка, 2

* Акция действует при сумме сделки от 150 000 руб. и дает право на дополнительные 10% к оценке, но не может превышать 50 000 руб.

** Действует при сумме сделки от 20 000 руб.

Реклама. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2. ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО23-00119-77/00389972 от 22 декабря 2021 г.

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