ВЗГЛЯНИ

Покорми с рук мамонта. Каким будет зоопарк через 100 лет



12

ПРОВЕРКА ТРЕНДА

Банки, фантики, чипсы. Что влечет коллекционеров?



13

ДЕНЬ В КАЛЕНДАРЕ

Рыбный четверг: стоит ли возрождать эту традицию общепита

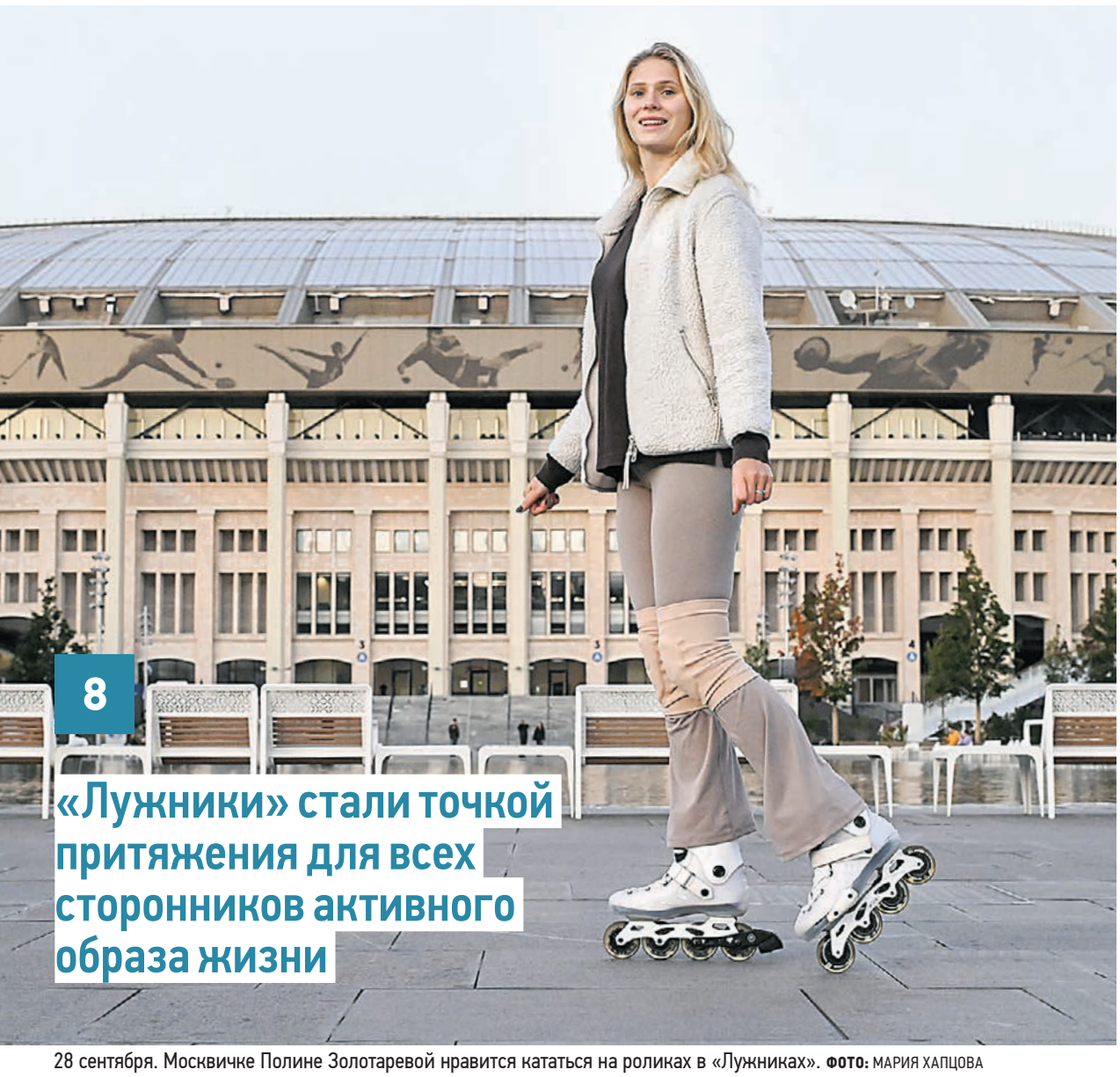
11

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА

ВЕЧЕР

Вечерний выпуск, четверг, **29 октября 2026 года**, № 90 (30549)

Больше, чем просто арена



8

«Лужники» стали точкой притяжения для всех сторонников активного образа жизни

28 сентября. Москвичке Полине Золотаревой нравится кататься на роликах в «Лужниках». **ФОТО:** МАРИЯ ХАПЦОВА

ГОРОД

ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВОГО ДОЛГОЛЕТИЯ



2

ЦИТАТА



Мэр Москвы

СЕРГЕЙ СОБЯНИН

В районе Зябликово появится спортивный комплекс с тремя бассейнами. Его возведут в 2028 году на Воронежской улице рядом с жилыми домами и парком «Долина реки Шмелевки». В здании общей площадью больше 4,4 тысячи квадратных метров обустроят зоны для занятий спортом и общественные пространства. Проектом предусмотрено создание целого аквакомплекса.

Теплом метро нас встретит

Московский метрополитен готовится к зимнему периоду, чтобы в любые морозы пассажиры чувствовали себя комфортно. Сейчас идет проверка подвижного состава, инженерного оборудования, систем кондиционирования.

4

АФИША НА ВЫХОДНЫЕ

ЭТО АФРИКА!

Саммит «Россия — Африка» стал отличным поводом оценить культурные связи между Москвой и Черным континентом. В это воскресенье в столице — уроки танца «афро», мастер-классы, национальные блюда и киносеансы. Не пропустите.

15



ИЛЬЯ ПРОШИН

26 августа. Клезия Мниси и Мадалена Куамбе (справа) из Мозамбика в Библиотеке иностранной литературы

ПОГОДА

°C	°C	м/с
+10	+4	2,1

Вот и миновала осень золотая. В городе пасмурно и зябко. Обещанные +10 по ощущениям едва тянут на +6, но это не повод предаваться унынию. Зима близко!

МОЙ РАЙОН

ГУЛЯТЬ ПОГОДЕ ВОПРЕКИ

5

Обещанное синоптиками похолодание отнюдь не повод оставаться дома на диване в гнезде из одеял. Дышать воздухом обязательно! Не зря же в Сокольниках взялись приводить в порядок тропу здоровья и воркаут-зону. А вот после прогулки можно и под плед с чашкой чая.



Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)



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

20

минут максимум занимает прохождение всех исследований в павильоне здорового долголетия в центре города.

Действенная профилактика

Павильоны здорового долголетия продолжат работу зимой

Москва продолжает внедрять философию здорового долголетия. Об этом вчера заявил мэр Москвы Сергей Собянин.

Продолжается внедрение философии здорового долголетия в систему здравоохранения города. Сергей Собянин отметил, что в 2025 году средняя продолжительность жизни в Москве впервые превысила 80 лет, и среди ключевых факторов роста этого показателя — профилактика заболеваний.

— Наша программа помогает оценить риски для здоровья, определить тип старения, рассчитать биологический возраст и выявить показатели, которым необходимо уделить особое внимание, — подчеркнул мэр Москвы.

Глава города добавил, что за несколько месяцев почти один миллион человек завершили первый этап программы, где им было назначено свыше трех миллионов углубленных лабораторных и инструментальных диагностических исследований. Сергей Собянин объявил, что павильоны здорового долголетия продолжат работать на площадках городского проекта «Зима в Москве», который стартует 1 декабря.

— Московское здравоохранение крайне интенсивно и динамично развивается, являясь лучшим в стране, — считает заместитель главного врача по терапии ММНКЦ имени С. П. Боткина, профессор Сергей Сороколетов. — Павильоны здорового долголетия, которые работали в летний период, — очень важный и нужный для москвичей профилактический проект.

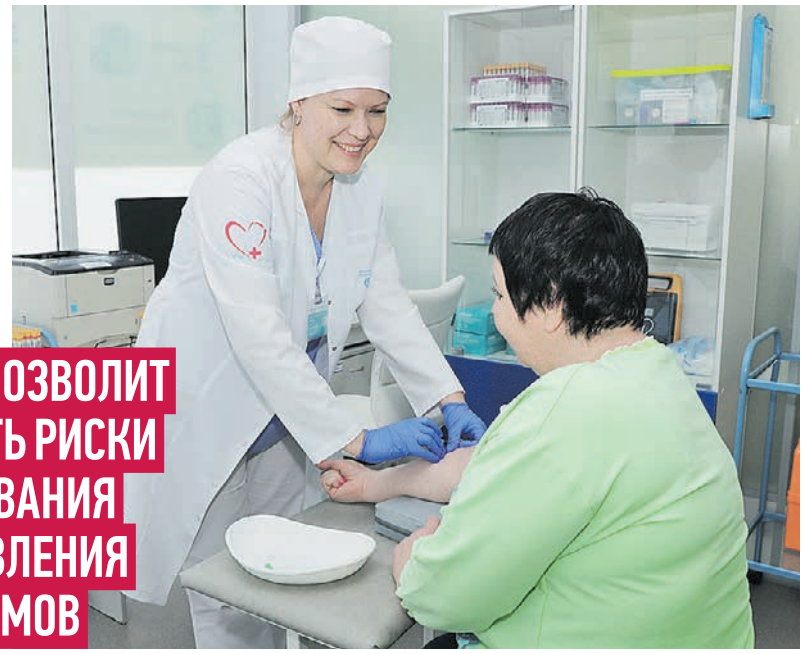
По словам Сороколетова, это прекрасная возможность совместить приятное с полезным: во время прогулки по праздничному городу горожане смогут уделить немного времени себе — узнать больше о своем здоровье.

— Мы, врачи, постоянно напоминаем, что многие заболевания, в том числе сердечно-сосудистые и эндокринные, на ранних стадиях могут развиваться практически бессимптомно, — говорит эксперт. — Именно поэтому так важно проверять основные показатели здоровья регулярно, даже если ничего не беспокоит.

Подобные проекты, уверен Сергей Сороколетов, делают возможность позаботиться о своем здоровье по-настоящему доступной.

— Проходить регулярные обследования в рамках московского чекапа, безусловно, нужно. Но для первого шага заботы о здоровье не обязательно нужно специально планировать визит в медицинское учреждение, чтобы узнать больше о своем организме. Во время прогулки просто загляните в одну из таких локаций и начните заботиться о себе, — советует профессор москвичам и гостям столицы. — И, возможно, именно эти несколько минут станут первым шагом к своевременному выявлению проблемы и сохранению здоровья на долгие годы.

ЧИТАЙТЕ СООБЩЕНИЯ МЭРА МОСКВЫ в его официальном канале в «Макс»



Медицинская сестра Елена Королева берет кровь у москвички Галины Петровой. **ФОТО:** АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

ЧЕКАП ПОЗВОЛИТ ВЫЯВИТЬ РИСКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ ДО ПОЯВЛЕНИЯ СИМПТОМОВ

Мэр Москвы Сергей Собянин открыл обновленный ревматологический центр городской клинической больницы № 1 имени Пирогова

Москвичка Мария Иванова посещала павильон здорового долголетия еще летом и очень высоко оценила такой формат.

— Все очень интересно, интерактивно и без лишних бумаг. А некоторые мои подруги, к сожалению, так и не успели туда попасть, хотя планировали и постоянно об этом говорили, но вот такие они необязательные. Когда я им рассказала, что буквально за полчаса я узнала свой состав тела и на какие части тела обратить внимание при тренировках, узнала свой биологический возраст — они были просто в шоке, в хорошем смысле этого слова, — рассказывает девушка.

Когда Мария узнала, что павильоны будут работать и зимой, то сразу написала подругам.

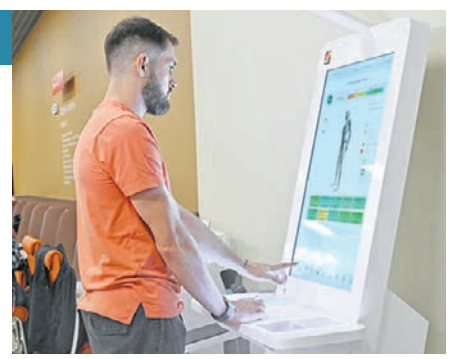
— Девочки очень обрадовались и теперь обещают: в этот раз они точно не упустят такую возможность. Я вообще думаю, что гулять по заснеженной, подсвеченной Москве — это уже удовольствие, а совместить такую прогулку с заботой о себе — идеальный зимний вечер, — отмечает она. — Уже договорились, что, как появится возможность, обязательно сходим вместе. Интересно даже, поменялось ли что-то в моих показателях или все часы тренировок были потрачены зря.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
vecher@vm.ru

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Программа комплексной диагностики здоровья начинается в мобильном приложении «ЕМИАС.ИНФО» с заполнения анкеты о самочувствии и образе жизни.

Далее, в зависимости от показателей, система формирует персональный набор обследований из расширенного московского пакета. Затем система выстраивает маршрут, предлагая пройти опросы, функциональные тесты по видеоинструкциям, биоимпедансометрию (анализ, расчет биологического возраста).



Офисный сотрудник Данила Бирюков проходит чекап. **ФОТО:** АЛЕКСАНДР КОЧУБЕЙ

Дышит двор уютом

Жителям обустроили удобные места для отдыха

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин *(на фото внизу)* рассказал об итогах благоустройства в Западном округе столицы.





Студентка Сеченовского университета Кимия Хушман в парке усадьбы Трубецких.

ФОТО: ПЕЛАГИЯ ЗАМЯТИНА

ГОРОДСКИЕ СЛУЖБЫ ПОЛНОСТЬЮ ГОТОВЫ К ЗИМЕ

В этом году благоустроили сразу несколько территорий в Западном округе Москвы.

Так, в районе Кунцево обновили зеленую зону у метро «Молодежная» рядом с аллеей 11-ти Героев Саперов.

— Полностью заменили освещение, привели в порядок дорожки и обустроили комфортные места для отдыха, — рассказал Сергей Собянин.

В Очакове-Матвеевском завершили благоустройство дворов на улице Большой Очаковской и в 1-м Очаковском переулке.

— Обновили тротуары, проезды и систему освещения, выполнили дополнительное озеленение. Обустроили зоны для детского досуга, занятий спортом, тихого отдыха, а также площадку для выгула и дрессировки собак, — сообщил мэр.

Квартал на улице 1812 года возле домов 8 (корпуса 1 и 2), 10, корпус 1, и 12 в районе Дорогомилово также привели в порядок. Там проложили новые пешеходные дорожки, обустроили уютные зоны отдыха, высадили деревья и цветы, обновили асфальт во дворах, добавили парковочных мест.

На западе Москвы появилась еще одна производственная база для ГБУ «Жилищник» — на Мосфильмовской улице в Раменках. Там будут хранить материалы и технику.

— Учреждение обслуживает столичные дома, дворы, улицы и парки. Город, в свою очередь, позаботился о сотрудниках «Жилищника» — для них построены административный корпус на 87 человек и спортивная зона на свежем воздухе, — рассказал Сергей Собянин.

Мэр Москвы также отметил, что все коммунальные службы города полностью готовы к зимнему сезону.

В 2026 году в общей сложности благоустроят две тысячи дворовых территорий. Во дворах меняют асфальт на пешеходных дорожках и в проездах, высаживают новую зелень.

— Особое внимание уделяется модернизации системы освещения — устанавливаем фонари и уличные торшеры с энергоэффективными светильниками, — рассказал заместитель мэра Москвы по вопросам ЖКХ и благоустройства Петр Бирюков.

АЛЕКСЕЙ ХОРОШИЛОВ
vecher@vm.ru



ПРЕСС-СЛУЖБА КОМПЛЕКСА ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА МОСКВЫ

Москвичи играют в настольный теннис на дворовом кластере на Большой Очаковской улице



ПРЕСС-СЛУЖБА КОМПЛЕКСА ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА МОСКВЫ

Молодая мама гуляет в зеленой зоне у станции метро «Молодежная»

На сложные юридические и правовые вопросы читателей «Вечерки» отвечает наш постоянный эксперт.

Михаил, ЮАО:
Моя мама завещала дом детям в разных пропорциях. При вступлении в наследство нотариус нам не выдает свидетельство о собственности на землю. Она ссылается на то, что земля в завещании не указана. Как быть?

Нюансы завещания

Ваш вопрос невероятно сложный, потому что на него существуют различные точки зрения, основанные на действующем законодательстве.

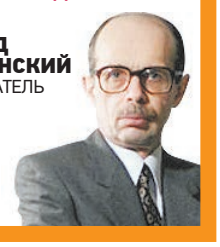
С одной стороны, нотариус прав — завещания на землю нет. Он может оформить дом и четко прописать доли наследников. Суды очень часто говорят так: «Участок следует судьбе дома пропорционально долям, указанным в завещании на жилье. Так об этом указано в статьях 1 и 35 Земельного кодекса РФ». В то же время земли — самостоятельный объект гражданского оборота, и ими можно распорядиться по отдельности. Так гласит статья 130 Гражданского кодекса РФ.

Верховный суд России не находит в таком подходе противоречий с принципом единства судьбы земли и расположенных на ней объектов.

Какой же отсюда следует вывод? И бабушкам, и дедушкам, которые оформляют завещание, а также их детям и внукам, которые являются будущими наследниками и собственниками, нужно проявить максимальное внимание, а в завещании писать, например, так: «Я завещаю своему старшему сыну половину дома и половину участка, которая составит четыре сотки». Только такой подход дает возможность уйти от многолетних судов, так как есть еще и другая точка зрения, что участок не юридический придаток строения, а самостоятельный объект права. Настоятельно рекомендую обратиться в суд с исковым заявлением о вступлении в право наследования и признании права собственности на участок земли. С большой вероятностью суд вами будет выигран.

НАРОДНЫЙ АДВОКАТ

ЛЕОНИД ОЛЬШАНСКИЙ
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ



СЕЗОН

Лебединый рекорд Лосиного Острова

До 30 особей увеличилась группа лебедей-шипунов на Верхнеяузских болотах Лосиного Острова.

Верхнеяузский водно-болотный комплекс — излюбленное место многих перелетных птиц. Именно здесь водоплавающие набираются сил перед дальним перелетом и собираются в стаи.

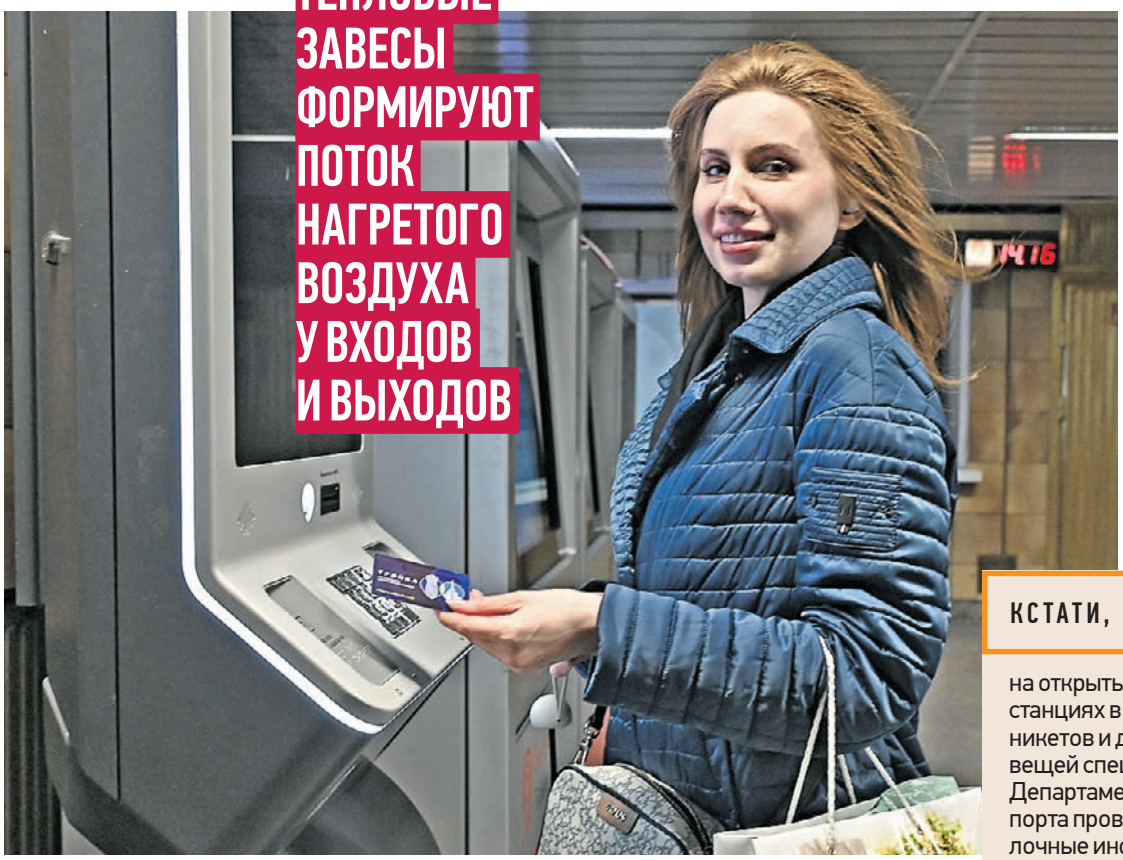
Лебеди-шипуны прилетают в Лосиный Остров ежегодно, однако осень этого года оказалась особенной: такого большого количества птиц здесь еще не регистрировали.

В районе Лосиной биостанции держится несколько групп лебедей. Они остаются семьями, а молодняк легко узнать по серому оперению.

— Взрослые особи подают сигналы, которые важно понимать в стае, показывают безопасные места для отдыха, учат экономить силы. Для юных лебедей этот интенсивный курс очень важен перед первым большим перелетом: необходимо поддерживать ритм группы, научиться чувствовать опасность и вовремя реагировать на команды старших, — сказала начальник научного отдела национального парка «Лосиный Остров» Карина Фоменко.

ОКСАНА ПЕТРОСЯН
vecher@vm.ru

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)



Москвичка Анастасия Молотова на станции метро «Пражская». **ФОТО:** АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

Комфортно и зимой, и летом

Московский метрополитен готовит инфраструктуру к холодам

Заместитель мэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов рассказал о том, как Московский метрополитен проводит комплексную подготовку к зиме.

Ежедневно пассажиры совершают в метро восемь миллионов поездок, поэтому бесперебойная работа всех систем важна в морозы и снегопады.

Московский метрополитен продолжает готовить инфраструктуру и подвижной состав к зимнему сезону. В Департаменте транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры уточнили, что специалисты обслуживают инженерное оборудование, проверяют системы обогрева и обеспечивают защиту вестибюлей от холодного воздуха.

ФАКТ

Круглый год в столичном метро функционируют около 700 вентиляционных шахт и больше 1300 вентиляторов. Специалисты тщательно следят за ними для стабильного воздухообмена на станциях и в тоннелях. На каждой станции есть температурные датчики, показания которых ежедневно передают в диспетчерский пункт для контроля микроклимата.

— Тщательно проверяем и обновляем инфраструктуру, уделяем особое внимание техническому состоянию подвижного состава: системы кондиционирования в более чем пяти тысячах вагонов уже адаптированы к работе в холодное время года, — заявил Максим Ликсутов. — Также готовим снегоуборочную технику и противогололедные материалы для эксплуатационных площадок и депо. Таким образом создаем условия для комфортных и безопасных поездок в любую погоду.

На зимний режим переводят свыше 1700 воздушно-тепловых завес. Они формируют поток нагретого воздуха у входов и выходов, помогая сохранять тепло в вестибюлях.

— Комплекс работ включает промывку оборудования, гидравлические испытания и замеры производительности, — добавили в пресс-службе.

Защиту от сквозняков и теплопотерь обеспечивают 6 тысяч вторых дверей, их установка уже завершена.

Готовы к холодам и 406 лестничных сходов с обогреваемыми ступенями. Обогрев препятствует образованию наледи на лестницах и помогает пассажирам безопасно подниматься и спускаться при минусовой температуре.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
vecher@vm.ru

КСТАТИ,

на открытых наземных станциях в зонах турникетов и досмотра вещей специалисты Департамента транспорта проверили потолочные инфракрасные обогреватели. Они поддерживают комфортную температуру, помогают предотвращать образование наледи и передают тепло непосредственно поверхностям и людям в зоне действия. Подготовка метро к зиме проводится ежегодно и начинается заблаговременно, до наступления устойчивых холодов. Это часть регулярной сезонной работы: дважды в год инфраструктуру и климатическое оборудование переводят на летний или зимний режим.

ИЗМЕНЕНИЯ

Маршруты корректируют для удобства жителей

В четырех округах Москвы с 31 октября скорректируют восемь маршрутов наземного городского транспорта. Вчера подробности сообщили в столичном Департаменте транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры.

Главное нововведение — на востоке столицы появится новая магистральная связь: маршрут М67 заменит маршруты Т77 и 659. Кроме того, на ряде других направлений автобусы и электробусы станут ходить чаще.

— Совершенствуем сеть маршрутов наземного транспорта, чтобы автобусы и электробусы ходили чаще, подъезжали ближе к станциям рельсового каркаса, жилым домам и социальным объектам, а время ожидания на остановках сокращалось, — пояснили в департаменте.

Благодаря изменениям получится перераспределить подвижной состав и направить его на более востребованные направления. В итоге частых и удобных маршрутов для пассажиров станет еще больше.

Например, вместо маршрута 83 заработает новый районный — 683.

Также появится новый районный маршрут 218, он объединится с 470-м. Автобусы будут работать под номером 218 и на новом маршруте будут ходить чаще.

— Социальный маршрут 103 объединяется с 130-м. Автобусы будут работать под номером 103, маршрут продлевается по Новочеремушкинской улице и Нахимовскому проспекту до станции метро «Профсоюзная», — рассказали в Департаменте транспорта.

Помимо этого, вместо маршрута 116 заработает социальный маршрут 316. Автобусы на нем будут ходить чаще, а вместо маршрута С364 пассажиры смогут пользоваться другими маршрутами: частым магистральным маршрутом м35 между метро «Полежаевская» и метро «Краснопресненская», частым магистральным маршрутом м43 на улице Куусинена, районным маршрутом 366 на улице Заморенова.

— Пассажиропотоки в районе изменились, поэтому работа маршрута С364 больше не требуется, — пояснили в ведомстве.

О всех изменениях маршрутов наземного городского транспорта можно узнать на специальной странице единого транспортного портала transport.mos.ru/transport-changes. Здесь для жителей и гостей столицы доступна информация об открытии и изменениях маршрутов и появлении новых остановок.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
vecher@vm.ru



Водитель столичного автобуса Лилия Токаренко на остановке у станции метро «Китай-город». **ФОТО:** МАРИЯ ХАПЦОВА

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА

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

Шеф-редактор Анна Балюк
Редакционная коллегия Юлия Тарапата (1-й зам. гл. редактора), Сергей Серков (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), Майя Егорунина (редактор отдела «Московская власть»), Вероника Гвоздилина (редактор отдела «Служба новостей»), Александр Костриков (арт-директор), Ольга Кузьмина (обозреватель)
Дизайн-макет Александр Костриков
Выпускающий редактор номера Эльвира Суровяткина

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

Рекламная служба
E-mail: reklama@vm.ru
Служба продвижения
Тел. (499) 557-04-24, доб. 187
E-mail: pr@vm.ru

© 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. Тираж 500 000 экз. Бесплатно. Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-92332 от 06 октября 2026.
Срок сдачи номера в печать 28.10.2026, 22:00. **Дата выхода в свет** 29.10.2026, № 90 (30549).

Средняя аудитория одного номера — 780 400 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, декабрь 2025 — апрель 2026)

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

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

«Вечерка» по просьбе читателей возобновляет рубрику «Мой район». Ежедневно мы получаем множество писем от москвичей, желающих узнать больше о событиях, происходящих по соседству. Наши корреспонденты делятся новостями из разных уголков столицы.

Досуг на любой вкус



Тренер по растяжке и йоге Светлана Попова проводит занятие на веранде в Большом розарии парка «Сокольники». **ФОТО:** ДМИТРИЙ ДУБИНСКИЙ

В парке «Сокольники» приведут в порядок тропу здоровья и воркаут-зону для тренировок. «ВМ» узнала, в каких парках уже завершается благоустройство.

Сейчас специалисты приступили к финальной стадии работ в «Сокольниках»: обновляют оставшийся участок тропы здоровья — от 2-го Лучевого просека до Майского просека. Работы идут в рамках третьего этапа развития парка. По их завершении обновленный маршрут станет удобнее для любителей неспешных прогулок, тех, кто активно тренируется, а также для людей с ограниченными возможностями здоровья.

— После завершения работ это будет идеальная тропа для бега. Сейчас обновленное грунтовое и отсыпанное покрытие снижает ударную нагрузку на суставы и связки по сравнению с жестким асфальтом, — отметила тренер по буткемпу Инэсса Патарайя.

Вдоль обновляемого участка находится 12 воркаут-зон. В ходе работ на них смонтировали не только полноценные комплексы, состоящие из скалодрома, шведской стенки, колец, турников, брусьев и наклонных скамей для пресса, но и аналогичные отдельно стоящие элементы. Кроме того, установили различные тренажеры, среди которых гребная тяга, шаговый, маятник, лыжный ход, твистер и скамья с валиками. Сейчас идет укладка резинового покрытия, а на отдельных участках используется гравийный отсев. По проекту это пространство должно стать современным спортивным кластером для разного типа тренировок. Это поможет разгрузить остальные спортивные площадки в парке.

800

спортплощадок благоустроили в 2025 году в разных районах Москвы. Среди них 50 футбольных полей.

В «СОКОЛЬНИКАХ» ПОЛНОСТЬЮ МОДЕРНИЗИРУЮТ ТРОПУ ЗДОРОВЬЯ

— «Сокольники» сегодня — одна из популярных зон для занятий спортом. В рамках прошлого этапа работ там уже появились современные спортивные комплексы. То, что мы увидим вдоль тропы здоровья, — отличный пример того, как власти сохраняют историческую концепцию этого места, обустроенного к Олимпиаде-80, и модернизируют его, — говорит архитектор Марина Парфенова.

А в районе Нагатинский Затон в этом году сделали акцент как на детской, так и на спортивной инфраструктуре. Специалисты Комплекса городского хозяйства Москвы установили более 200 малых архитектурных форм на детских площадках и свыше 100 тренажеров в воркаут-зонах. Все это сделали в границах Судостроительной и Якорной улиц, Нагатинской набережной, а также Кленового бульвара.

— У нас появились новые детские площадки, например, многоуровневый сюжетно-ролевой комплекс в виде корабля. Конечно, еще есть где тренироваться, — радуется местная жительница Александра Котова.

РЕНАТА ЛЕБЕДЕВА
vecher@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ФИЛИПП КРАВЧЕНКО
УРБАНИСТ



Появление современных досуговых зон в парках для разных целей и возрастов превращает их из транзитной зоны в полноценный центр повседневной активности. Это очень важно для формирования культуры семейного досуга на свежем воздухе. Радует, что в парке «Сокольники» полностью сохраняют историческую ценность мест, добавляя им больше функциональности.

КАКИЕ ПАРКИ ЕЩЕ БЛАГОУСТРАИВАЮТ

- **Парк Горького.** Продолжаются работы по обновлению набережных (включая Пушкинскую набережную) и зон отдыха.
- **Екатерининский парк.** Здесь ведется масштабная реабилитация пруда, ремонт парадной лестницы, обновление ротонд, теннисных кортов, детских площадок и розария.
- **Парк «Бибирево».** Проводилось частичное обновление территории площадью 10 гектаров.

БЕЗОПАСНОСТЬ

При встрече с кабаном главное — не паниковать

У кабанов, обитающих на территориях Москвы, в ноябре начинается гон — брачный период. В это время важно не забывать правила поведения при встрече с диким животным.

В период гона самцы ищут самок, теряют привычную осторожность и могут вести себя непредсказуемо. Именно в это время они чаще всего выходят из густых зарослей на открытые участки. Специалисты напоминают про главное правило — строгое соблюдение дистанции.

— В обычное время кабаны редко выходят к людям и ведут себя осторожно. Однако в период гона могут выйти на тропинки парка или улицу. Самое главное — не паниковать и не пытаться приблизиться к животному, — советует лесничий национального парка «Лосиный Остров» Павел Романов.

По его словам, если животное уже заметило человека, нужно спокойно и плавно отступить назад, не поворачиваясь к кабану спиной — это оставит ему свободный путь для отступления и не спровоцирует нападение.

Крайне важно не паниковать, не кричать и не делать резких движений.

ЕЛИЗАВЕТА ЧИЖОВА
vecher@vm.ru



SHUTTERSTOCK/FOTODOM

При встрече с кабанами важно не паниковать, не кричать и не делать резких движений

ПРИРОДА

Появление редких видов говорит об улучшении экологии

В лесопарке «Лосиный остров» нашли занесенный в Красную книгу гриб пикнопореллус.

Редкий бело-желтый гриб обнаружили в Лосинопогонном лесопарке в подмосковной части национального парка «Лосиный остров» благодаря планомерной работе научного отдела по мониторингу территории.

Впервые пикнопореллус бело-желтый обнаружили в Мытищинском лесопарке. Появление таких редких видов означает, что экосистема в порядке.

— Две находки подряд — отличный повод порадоваться, что живая природа сохраняется рядом с мегаполисом, — отметили в нацпарке.

ЕЛИЗАВЕТА ЧИЖОВА
vecher@vm.ru



ВИКИПЕДИЯ

Редкий бело-желтый гриб обнаружили в Лосинопогонном лесопарке

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)

Сегодня в каждом округе столицы есть все условия для занятий спортом. «Вечерка» в новой рубрике «Физкультура в округах» будет рассказывать о достижениях местных спортсменов, турнирах, бесплатных тренировках, интересных секциях и новых площадках рядом с домом.

ПРЕМЬЕРА РУБРИКИ ФИЗКУЛЬТУРА В ОКРУГАХ

Привычка бегать



Бегуны Дмитрий Мулин (слева) и Дмитрий Коровин проводят регулярные тренировки в Коломенском парке. **ФОТО:** АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

Городской «Братский забег» пройдет 4 ноября в парке «Братеевская набережная». Участников ждут ровная трасса, беговые дистанции от одного до 30 километров и скандинавская ходьба. Как подготовиться к старту, избежать травм и превратить бег в полезную привычку, «ВМ» узнала у специалистов.

Главное правило — не гнаться за километрами. Тренер проекта «Мой спортивный район», кандидат в мастера спорта по легкой атлетике Дмитрий Окишев советует начинать с коротких дистанций, чередовать бег с ходьбой и увеличивать нагрузку постепенно.

— Основные принципы подготовки — систематичность и разнообразие. Важно не только регулярно тренироваться, но и давать организму время на восстановление, — говорит он.

ЮАО

Подготовка к полумарафону — 21,1 километра — требует опыта и продуманного плана. Начинающим лучше сначала освоить 3–5 км, а затем постепенно наращивать дистанцию. Силовые упражнения помогут укрепить мышцы и снизить риск травм. Бег должен укреплять здоровье, а не проверять организм на прочность.

Кардиолог и сердечно-сосудистый хирург Алексей Утин напоминает: перед интенсивными нагрузками важно оценить состояние здоровья, особенно при повышенном давлении и хронических заболеваниях.

— Даже людям с гипертонией и после перенесенных инфарктов или инсультов физическую активность не запрещают. Но интенсивность нагрузок необходимо согласовывать с врачом, — подчеркивает он.

Спортивный врач, реабилитолог и травматолог Екатерина Храброва предостерегает от резкого увеличения тренировочного объема.

— Самое главное — рациональная дозировка нагрузки. У каждого она своя. Если после пробежек регулярно появляется боль, недостаточно просто сделать паузу: нужно разобраться в причинах и скорректировать тренировки, — отмечает она.

ПЕРЕД СТАРТОМ — ВЫСЫПАТЬСЯ И НЕ ПЫТАТЬСЯ НАВЕРСТАТЬ УПУЩЕННОЕ

В последние дни перед стартом не стоит пытаться наверстать упущенное.

— Лучше высыпаться, снизить интенсивность занятий, питаться привычными продуктами и соблюдать питьевой режим. В день забега важно приехать заранее, провести разминку, — советует Дмитрий Окишев.

По данным руководителя отдела аналитики исследовательской компании, изучавшей экономические эффекты крупных забегов, Лейсан Гатауллиной, число участников 15 крупнейших беговых стартов России выросло примерно с 38 тысяч в 2018 году до 100 тысяч в 2025-м.

— Главная причина, по которой люди начинают бегать, — желание улучшить здоровье и физическую форму. На втором месте — стремление проверить собственные возможности, — говорит Лейсан Гатауллина. Окружение также играет огромную роль в вовлечении людей в спорт. Друзья, коллеги и родители нередко становятся причиной, по которой человек впервые приходит на тренировку.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВЛАДИМИР ВЛАДИМИРОВ
ДИРЕКТОР
ГБУ «МОСГОРСПОРТ»



Доступность — первый шаг к регулярным занятиям. За 5 лет проект «Мой спортивный район» вырос с 15 площадок и нескольких видов спорта до более чем 140 локаций и 16 видов спорта. За это время в проекте приняли участие свыше 730 тысяч человек, проведено более 70 тысяч тренировок. Он вовлекает в спорт и тех, кто раньше не занимался: тех, кому удобнее выйти во двор или ближайший парк, чем ехать далеко. Основная аудитория — люди 25–44 лет.

ФАКТ

Знаменитые 42,195 километра появились не сразу. На Олимпиаде 1908 года в Лондоне марафонскую дистанцию изменили так, чтобы старт был у Виндзорского замка, а финиш — перед королевской ложей стадиона. В 1921 году эту дистанцию официально закрепили.

СПОРТ

Активный образ жизни рядом с домом

В столице проходит ежегодная спартакиада «Мой спортивный район», которая объединяет юных и взрослых любителей спорта.



Москвичи могут присоединиться к спортивному сезону. Уже открылась регистрация на окружной этап по плаванию, продолжается прием заявок на турниры по шашкам и шахматам.

— Спартакиада «Мой спортивный район» — проект, который объединяет людей разных возрастов и дает возможность попробовать свои силы в самых разных дисциплинах, — рассказал заместитель мэра Москвы по вопросам региональной безопасности и информационной политики Александр Горбенко *(на фото)*. — Спорт в столице становится все ближе к москвичам, и такие городские инициативы помогают сделать активный образ жизни по-настоящему доступным. У каждого есть возможность получить удовольствие от соревнований и почувствовать поддержку болельщиков, в первую очередь — своих близких людей. Такие проекты не только дают старт новым увлечениям, но и объединяют москвичей вокруг здорового и активного образа жизни. Хочется, чтобы участников становилось больше, а спорт оставался доступным и интересным для всех.

На окружной турнир по шашкам, который состоится 14–15 ноября, тоже принимаются заявки — регистрация продлится до 11 ноября.

Соревнования по шахматам запланированы на 21–22 ноября. Зарегистрироваться можно до 18 ноября.

Уже состоялись окружные этапы спартакиады по легкой атлетике, мини-футболу и волейболу. В них приняли участие более 7000 человек.

Теперь победители в этих дисциплинах будут соревноваться на городских этапах.

ТУРНИР

Молодежь пригласили сыграть партию с гроссмейстером

В мультиформатном пространстве «Молодежь Москвы. Звездный» 2 ноября открывается шахматный клуб.

ЗАО

На открытие приглашаются горожане 14–35 лет, а регистрация открыта в группе «Молодежь Москвы». В программе — экскурсия и шахматный турнир, состоящий из семи раундов. Сильнейшие игроки смогут сразиться с международным гроссмейстером, многократным чемпионом мира Сергеем Карякиным.



АЛЕКСАНДР РЮМИН/ТАСС

Гроссмейстер Сергей Карякин во время игры в шахматы с искусственным интеллектом

Подготовили **СОФИЯ ПЕТРОВСКАЯ, ОКСАНА ПЕТРОСЯН** vecher@vm.ru

Пользовательский минимум

На что хватит трафика при ограничении 15 гигабайт в месяц

В Минцифры обсуждают возможность пропускать весь трафик с иностранных доменов через технические средства противодействия угрозам (ТСПУ) и ограничивать его объем для российских пользователей

Считается, что эта мера должна повысить уровень безопасности Рунета. ТСПУ, по сути, это система блокировки и фильтрации, способная сбрасывать или замедлять отдельные соединения в сетях операторов связи.

Напомним, ранее говорилось о том, что в рамках борьбы против VPN-сервисов могут ввести дополнительную плату за потребление международного трафика свыше 15 Гб в месяц. Однако пока этой инициативе не дали ход.

«Вечерка» подсчитала, какие бесплатные «телодвижения» в сети мы сможем делать, если ограничения все-таки введут.

Если смотреть по два фильма в день в стандартном качестве, то 15 Гб хватит всего на неделю (при включении качества HD количество фильмов сократится вдвое).

Просмотр видеохостинга YouTube, чья работа сейчас замедлена в России, можно растянуть на 28–30 часов, то есть по одному часу в день, опять же — если пользоваться только им.

Примерно столько же трафика (чуть меньше) тратится на просмотр ленты и короткие видео в приложениях — 15 Гб хватит примерно на 22–24 часа непрерывного пользования.

261

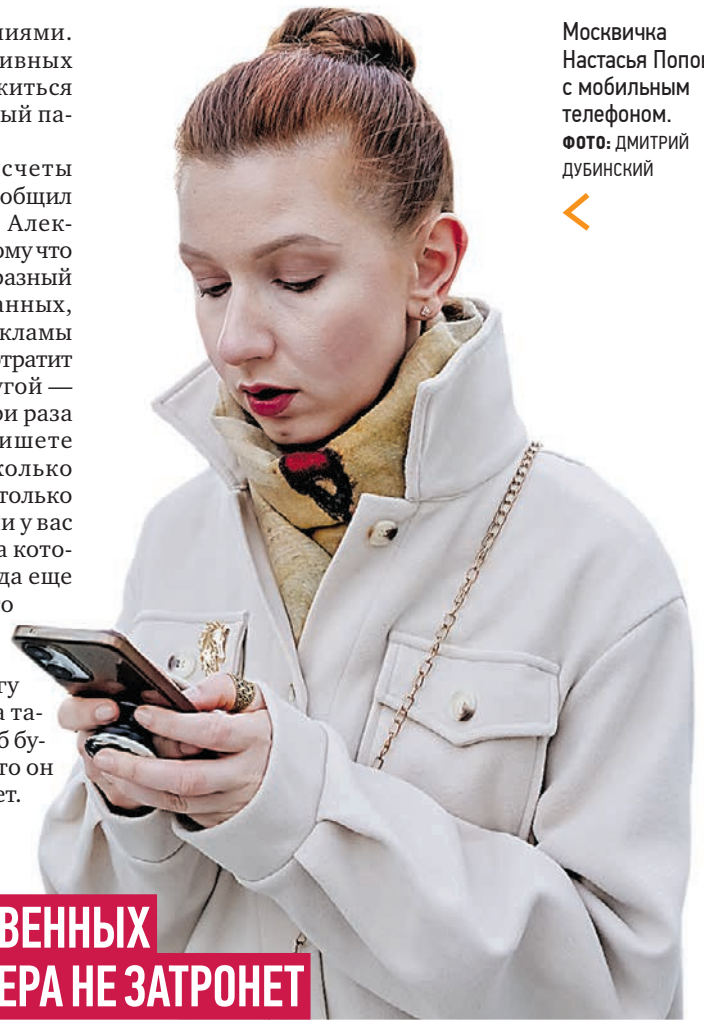
минута — среднее время, которое россияне проводят в интернете ежедневно. Из них 164 минуты уходит на соцсети.

Меньше всего Гб расходуется на текстовые сообщения в мессенджерах — всего 1 Мб в час.

В целом если введут дополнительную плату за потребление международного трафика свыше 15 Гб в месяц (именно международного, использование российского сервиса RuTube, например, или мессенджера «Макс» к этим ограничениям относиться не будут), то можно будет смотреть фильмы с зарубежных платформ где-то два раза в неделю и минут по 15–20 в день в течение месяца пользоваться различными приложениями. Скорее всего, у активных пользователей уложиться в такой ограниченный пакет не получится.

— Здесь любые расчеты очень условны, — сообщил «ВМ» программист Александр Дятлов. — Потому что на многих ресурсах разный алгоритм сжатия данных, как и количество рекламы тоже. Один баннер потратит мало трафика, а другой — иностранный — в три раза больше. Если вы пишете в приложении несколько сообщений в день и только текст, это одно, а если у вас до сотни каналов, на которые вы подписаны, да еще с видеороликами, это совершенно другое. Я, например, и 300 Гб в месяц могу потратить — работа такая. А кому-то и 15 Гб будет много, потому что он только новости читает.

ПАВЕЛ КЛОКОВ
vecher@vm.ru



Москвичка Настасья Попова с мобильным телефоном. **ФОТО:** ДМИТРИЙ ДУБИНСКИЙ

РАБОТУ ОТЕЧЕСТВЕННЫХ СЕРВИСОВ ЭТА МЕРА НЕ ЗАТРОНЕТ

СБЕРЕЖЕНИЯ

Гид по семейным финансам: как грамотно распределить бюджет

За девять месяцев объем сбережений россиян в банках вырос на 1,6 триллиона рублей, 94 процента прироста пришлось на накопительные счета. Все чаще люди комбинируют финансовые инструменты, чтобы и доход получать, и сохранять доступ к деньгам. «Вечерняя Москва» разобралась, как правильно сочетать вклады и накопительные счета и какие нюансы могут повлиять на итоговый доход.

Банки по-прежнему предлагают выгодные условия при размещении накоплений. Но стоит ориентироваться не только на ставку: важны условия начисления процентов, сроки и возможность оперативно воспользоваться средствами.

Накопительный счет подойдет тем, кто хочет получать доход, не теряя доступа к деньгам. Его можно пополнять и снимать средства без закрытия. На нем уместно держать финансовую подушку или деньги на ближайшие траты. При этом ставка по счету может меняться, а итоговая доходность — зависеть от дополнительных условий банка.

Ключевой нюанс — способ начисления процентов. При схеме на минимальный остаток базой служит меньшая сумма на счете за период. Например, если вы положили 100 тысяч рублей, а через две недели сняли 30 тысяч, проценты за месяц начислят на оставшиеся 70 тысяч — даже если большую часть времени там лежала первоначальная сумма. При начислении на ежедневный остаток доход считают по фактической сумме каждый день: пока было 100 тысяч, проценты шли на эту сумму, после снятия — на 70 тысяч. Поэтому первый счет выгоднее, если деньги снимаются редко, второй — при регулярных операциях. Некоторые банки помогают и хранить деньги, и планировать накопления.



ПРЕСС-СЛУЖБА ВТБ

КСТАТИ,

для максимальной выгоды пополнять счет с начислением на минимальный остаток лучше в последний день текущего месяца или в первый день нового. Так вы сможете увеличить входящий баланс, и банк сразу начнет начислять проценты на всю сумму.

Например, ВТБ не ограничивает число накопительных счетов, и для каждого можно установить свою цель — отпуск, обучение и т.д. Система подскажет, сколько нужно откладывать ежемесячно, чтобы накопить к выбранной дате.

Для крупных покупок с четкой датой больше подходит срочный вклад: он фиксирует ставку на весь срок. Даже если позже ставки на рынке снизятся, доход по уже открытому вкладу останется прежним. Но при досрочном закрытии проценты, как правило, пересчитывают по более низкой ставке. Поэтому на вкладе стоит держать средства, которые точно не понадобятся долгое время.

Эксперты ВТБ, к которым «Вечерняя Москва» обратилась за комментарием, советуют распределять сбережения по целям:

- на карте— деньги на повседневные траты (продукты, транспорт, платежи и т.д.);
- на накопительном счете с процентом на ежедневный остаток— финансовую подушку безопасности;
- на счете с начислением на минимальный остаток — средства на покупки в ближайшие месяцы (страховка, техника), если не планируется часто снимать деньги;
- на вкладе — накопления на цели с длинным сроком (например, ремонт или путешествие через год);
- в инвестициях — капитал на долгосрочные задачи (например, образование ребенка). При этом вложения в ценные бумаги связаны с риском и не гарантируют доход. Главный принцип — не стоит хранить все сбережения в одном инструменте. Часть средств стоит оставить доступной для текущих и непредвиденных трат, другую — разместить на длительный срок для стабильного дохода. Такой подход даст и доход, и гибкость в распоряжении деньгами. Выбор правильного метода позволит извлечь максимальную выгоду. Главное — четко соотносить каждый финансовый инструмент со своими ближайшими или долгосрочными целями.

Оформить накопительный счет или вклад можно в два счета: в офисе банка или онлайн

АЛИНА МОИСЕЕНКО
vecher@vm.ru

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, 29 октября 2026 года, № 90 (30549)

Арена великих событий

Посещаемость «Лужников» в этом году выросла на 42 процента

Сегодня «Лужники» — это огромный спорткомплекс, где проводятся турниры и состязания различного уровня. Например, в конце октября прошли международные соревнования «Москва — вселенная карате». Здесь тренируются и профессионалы, и начинающие спортсмены всех возрастов.

Главной спортивной площадкой страны всегда были «Лужники». Здесь проходила Олимпиада-80, на арене комплекса проводились чемпионаты мира, спартакиады, различные спортивные городские фестивали.

— «Лужники» — это наше достояние. Пожалуй, нет такого москвича, который там не бывал: либо занимался спортом, либо смотрел футбольный матч. Это одна из легенд Москвы, — подчеркивает москвовед Александр Васькин.

Почти как дом родной

Для четырехкратного олимпийского чемпиона, обладателя 12 олимпийских медалей, пятикратного чемпиона мира Алексея Немова «Лужники» — часть личной истории. В начале 1990-х именно здесь он впервые выступил на крупном международном турнире по спортивной гимнастике на призы газеты Moscow News. Сегодня спортсмен по-прежнему регулярно приезжает в «Лужники»: проводит мастер-классы, участвует в спортивных проектах и тренируется. Воркаут-площадка на набережной — одна из любимых разминочных точек Немова.

— Мне кажется, «Лужники» — настоящий центр притяжения в Москве. Самое главное, что здесь люди занимаются спортом и что спорт привлекает молодежь. Это очень важно, — отмечает Немов. — Я хорошо помню Олимпиаду 1980 года: смотрел по телевизору, как Мишка улетал из «Лужников». Помню, как дети плакали и махали ему вслед. Мне тогда было четыре года, и, кажется, я тоже плакал — возраст был самый плаксивый.

У Алексея Немова есть свои особенные места в «Лужниках», среди них — Аллея славы и набережная. Но больше всего дорога для него Владимирская часовня.

— Это мое любимое место в «Лужниках» — как ни странно, совсем не спортивное. Здесь я всегда успокаиваюсь, вспоминаю деда с бабушкой, привожу мысли и чувства в порядок, — говорит он.

КСТАТИ,

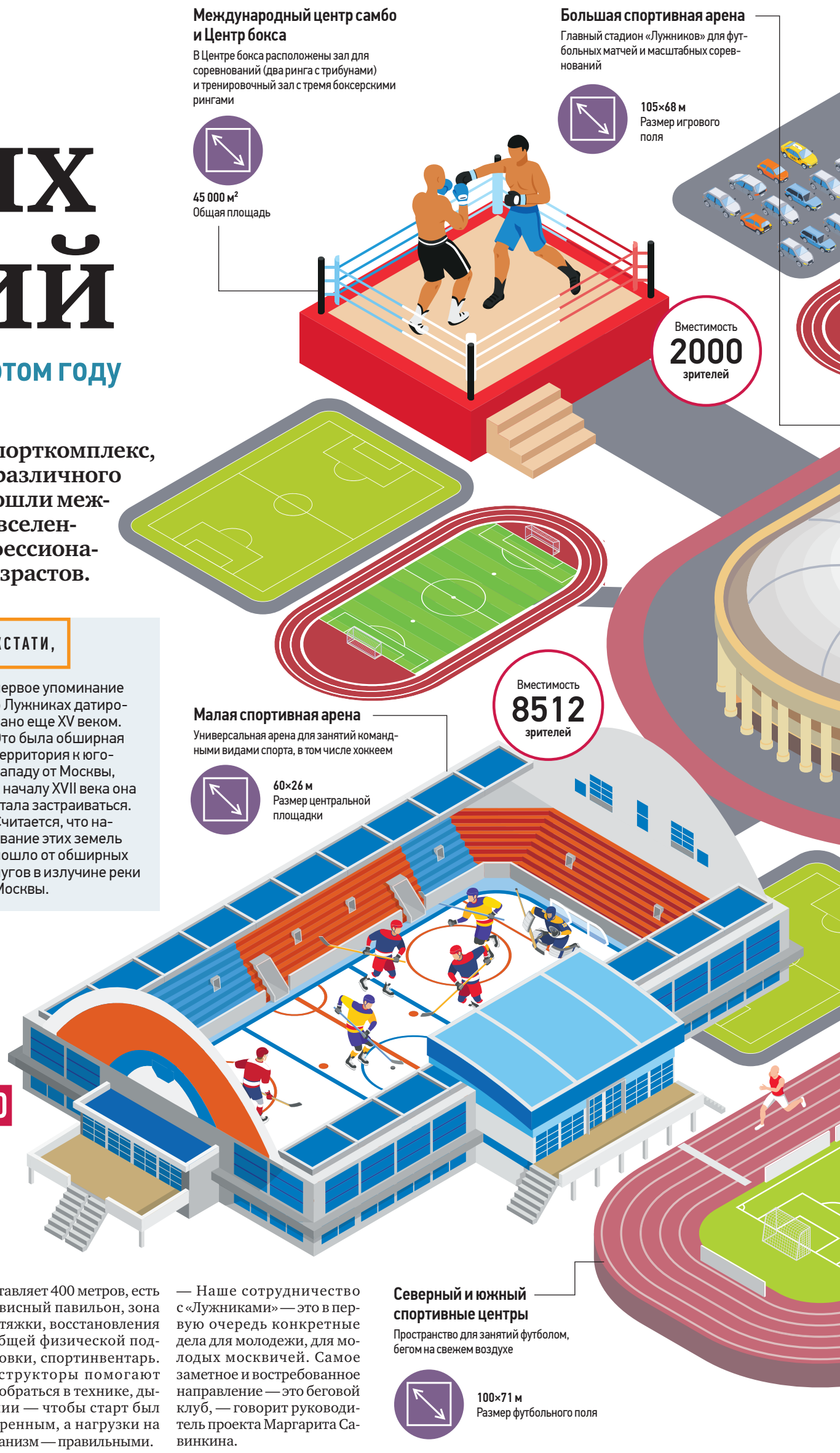
первое упоминание о Лужниках датировано еще XV веком. Это была обширная территория к юго-западу от Москвы, к началу XVII века она стала застраиваться. Считается, что название этих земель пошло от обширных лугов в излучине реки Москвы.

ЗНАМЕНИТЫЕ СПОРТСМЕНЫ ЧАСТО ПРОВОДЯТ ЗДЕСЬ ТРЕНИРОВКИ

Молодежь выбирает движение

Сегодня «Лужники» популярны у молодежи, любящей активный образ жизни. Так, проект «Молодежь Москвы» проводит бесплатные беговые тренировки для москвичей от 14 до 35 лет на территории Южного спортивного центра. На стадионе восемь размеченных дорожек, длина круга по первой дорожке составляет 400 метров, есть сервисный павильон, зона растяжки, восстановления и общей физической подготовки, спортинвентарь. Инструкторы помогают разобраться в технике, дыхании — чтобы старт был уверенным, а нагрузки на организм — правильными.

— Наше сотрудничество с «Лужниками» — это в первую очередь конкретные дела для молодежи, для молодых москвичей. Самое заметное и востребованное направление — это беговой клуб, — говорит руководитель проекта Маргарита Савинкина.



Дворец гимнастики Ирины Винер

Крупнейший центр художественной гимнастики. Проводятся соревнования, тренировки и различные мероприятия

23 500 м²
Общая площадь

Вместимость **4000** зрителей

Аквакомплекс «Лужники»

Водный и термальный комплекс. Проходят соревнования и тренировки по водным видам спорта

50 500 м²
Общая площадь

Вместимость **81 000** зрителей

Центральная площадь

Зимой здесь заработает мультимедийный каток

3500 м²
Общая площадь

8
беговых дорожек

Дворец тенниса

Крупнейший теннисный центр с круглогодичной инфраструктурой

36 000 м²
Общая площадь

11
крытых кортов с покрытием «хард»

ТОЧКИ РОСТА

«Лужники Арена», Дворец водных видов спорта, Дворец гимнастики Ирины Винер, Дворец спорта «Лужники», ледовый комплекс, фитнес-центр, а также открытые площадки и пространства для занятий физкультурой и спортом. До конца года планируют реконструировать набережную и территорию вокруг арены, а также расширить кластер «Под мостом»: там появятся скейт-парк, стритбольная и детская площадки, воркаут-зоны, раздевалки и кафе.

Подготовили **АЛИНА ПОЛЯНИНА** (графика), **СОФИЯ ПЕТРОВСКАЯ** (текст), vecher@vm.ru

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)

Не знаешь, где тебя заметят

Актриса Софья Лебедева откровенно о съемках за рубежом

В кинотеатрах идет фильм ужасов «Красный экран». Главную роль в картине сыграла Софья Лебедева. «ВМ» поговорила с актрисой.



Актриса Софья Лебедева мечтает, чтобы в мире было больше человечности

Софья, это ваш первый опыт в хоррорах. Почему?
В России снимается не так много хорроров, и раньше у меня просто с ними не складывалось. А в этот раз все совпало. В «Красном экране» у меня главная роль, причем глубокая и многогранная. Я люблю сложные роли, в которых есть что исследовать, где много внутренних противоречий и есть возможность пройти вместе с героиней непростой путь.

Как относитесь к фильмам ужасов?
Мне сложно смотреть хорроры, потому что я очень чувствительный и эмпатичный человек. Я смотрю ужасы не так часто. Но в случае с «Красным экраном» меня очень зацепил сценарий — в нем было что-то гораздо большее, чем просто желание напугать зрителя. На пробах я спросила режиссера, в чем, по его мнению, цель хоррора, и он ответил: «Исследовать тайну нашего бытия». В этот момент я поняла, что нам по пути.

Какая из короткометражек альманаха «Красный экран» вам ближе?
Все интересны по-своему. У каждой истории свой язык, атмосфера и способ разговора со зрителем. В них много арта, эксперимента, авторского высказывания — и мне это близко. Я вообще люблю смелость в искусстве, когда автор не боится рисковать, выходить за рамки привычного и искать новые формы.

Вы играете профайлера (специалиста по мимике). Изучали эту специальность при подготовке к роли?
Да, мне было важно понять, как профайлер мыслит. Меня саму интересует психология человека, то, как устроено наше сознание и насколько мы сами понимаем причины своих поступков. Удивительно, что по мельчайшим деталям — жестам, мимике, интонациям, особенностям поведения — можно пытаться составить представление о человеке и его внутреннем мире. И я узнала, что профайлинг — не столько умение «читать людей», сколько наблюдательность и способность сопоставлять детали.

ДОСЬЕ

Софья Лебедева родилась 14 декабря 1993 года в Обнинске. В 2014-м окончила Школу-студию МХАТ (курс Игоря Золотовицкого). В 2015 году сыграла Лизу Бричкину в драме «А зори здесь тихие...» В 2018 году с сериала «МакМафия» началась ее международная карьера. В ее фильмографии более 70 проектов, включая «Дети перемен», «Медиатор», «Реплика» и другие.

Как изменился ваш подход к работе (уже в наших фильмах) после съемок в зарубежных проектах?
После зарубежных проектов у меня стало больше предложений, появилась возможность более осознанно выбирать, в чем я хочу участвовать. Но самое ценное в международном опыте для меня — это возможность работать с актерами со всего мира и знакомиться с разными актерскими школами и техниками. Мне кажется, у каждого можно чему-то научиться, и этот культурный обмен невероятно обогащает. Например, в сериале Нетфликса «Викинги: Вальхалла» мне понравилось, как работал в кадре один датский актер, и я сейчас изучаю технику, которую он использует.

Ваш иностранный агент заметил вас в фильме «Параллельные прямые пересекаются в бесконечности». Какая еще из ваших работ стала особенно значимой?
Одним из таких проектов стала «МакМафия» — сериал, который получил премию «Эмми». А позже продюсеры фильма «Тетрис» увидели меня именно в нем, и им понравилась моя работа. И «Тетрис» стал для меня важной ступенькой в международной карьере, помог мне получить роль в сериале Netflix «Викинги: Вальхалла». Мне кажется, в нашей профессии иногда одна работа неожиданно открывает двери в следующую, и ты никогда не знаешь, где именно тебя заметят.

О чем вы мечтаете? От чего хотелось бы избавиться?
Мечтаю, чтобы в мире было больше добра, созидания, заботы и внимания друг к другу. Чтобы мы чаще замечали тех, кому сложнее, и не проходили мимо, когда можем помочь. Мне бы хотелось, чтобы мы научились видеть прежде всего человека, а не его особенности, и чтобы помощь и участие стали естественной частью нашей жизни. Наверное, именно от равнодушия мне больше всего хотелось бы избавиться — мне кажется, с этого начинается многое.

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Ваши свои, какие они?
Для меня важны честность человека с самим собой, глубина мышления, эрудиция. Мне интересно работать с людьми, которые видят за историей разные контексты и смыслы. Я сама исследую роли через систему архетипов Юнга, и мне близок такой подход к материалу — когда мы ищем не только психологию персонажа, но и что-то универсальное. Самое главное — совпадение в том, зачем мы делаем этот проект.

Вы часто упоминаете архетипы. Какой близок вам?
Мне близок архетип Целителя, в котором есть и созидание, и стремление привнести в мир свет. Мне важно не просто создавать новое, а искать в этом смысл, возможность что-то изменить, сделать мир человечнее. Наверное, мне близка идея, что творчество — это способ нести свет, даже когда ты исследуешь самые темные стороны человеческой природы. Для меня это и есть одна из главных задач искусства.

Есть ли место театру в вашей жизни?
Из-за плотного графика кино сейчас занимает большую часть моей жизни. Но я играю в инклюзивном спектакле «Прикасаемые», где мы выходим на сцену вместе со слепоглухими актерами. Этот спектакль очень многое во мне изменил — и как в актрисе, и как в человеке. Для меня это опыт, который продолжается и за пределами сцены. Поэтому я очень советую зрителям прийти на «Прикасаемых».


СВЕТЛАНА ШЕВЧЕНКО/РИА НОВОСТИ

Вы окончили Школу-студию МХАТ. Что объединяет ее воспитанников?
Когда встречаю выпускников Школы-студии на пробах или на съемках, возникает мгновенное чувство родства, единомыслия, будто мы говорим на одном языке. Выпускников Школы-студии МХАТ объединяют любовь к школе, общие актерские принципы и любовь к Игорю Яковлевичу Золотовицкому — нашему мастеру курса и ректору *(на фото слева)*. Его не стало в этом году, и мне так сильно его не хватает!

Подготовила **ТАТЬЯНА ЕРЕМЕНКО**
vecher@vm.ru



27 октября. Рыбный рынок «Москва — на волне». Продавец Светлана Петрова с баночкой сельди. **ФОТО:** ПАВЕЛ КЛОКОВ

26 октября исполнилось 50 лет с того момента, как в советском общепите был установлен рыбный день. Стоит ли нам возвращаться к практике тех лет, выяснял корреспондент «ВМ».

Селедка — чемпион!

Полвека назад четверг официально стал рыбным днем в нашей стране

Идешь в первый раз по рыбному рынку «Москва — на волне» (в районе Митино) и чувствуешь легкое волнение. Что взять?

Вокруг на прилавках сотни наименований из разных регионов страны — от Карелии до Камчатки. Перечислить все невозможно. Крабы, раки, стейки, равиоли, икра, рыбные салаты, креветки, уха, кальмары, фрикадельки, даже чипсы из кожи лосося. И конечно, рыба любого происхождения и размера. Живая тоже есть.

В советское время было проще. Наступал четверг. И по дороге в столовую ты точно знал, что тебя ждет: или котлеты из трески, или рыбные биточки из хека. Еще давали рыбную запеканку и минтай в кляре.

По поводу четверга граждане шутили, якобы в этот день Михайло Ломоносов прибыл в Москву с рыбным обозом. На самом деле все проще. Первые два дня — самые рабочие, без мяса и сытного рациона никак. Среду и пятницу брать не стали, чтобы это не выглядело религиозной мерой (православные в эти дни как раз держат пост и не едят мясо). Остается четверг — золотая середина. Его и утвердили рыбным днем 26 октября 1976 года (подобные меры вводили и в 1930-е годы по инициативе Анастаса Микояна, но в то время налегать на селедочку могли в любой день, не обязательно в четверг).


MOS.RU

Филе сельди с луком заняло первую строчку в голосовании «Активный гражданин»

ФАКТ

Диетологи советует есть рыбу чаще, чем раз в неделю. Это источник омега-3 жирных кислот, витамина D, кальция, йода, фосфора и полноценного животного белка. Все это полезно для сердца, мозга, кожи и работы щитовидной железы.

РЫБА — НЕ ПРОДУКТ ПО ОСОБОМУ СЛУЧАЮ, А ПОЛЕЗНАЯ ПРИВЫЧКА

Кстати, жители Москвы не поддались новым заморским веяниям и выбрали на сайте проекта «Активный гражданин» лучшее рыбное блюдо. Им, как ни странно, оказалось филе сельди с луком (на втором месте — скумбрия в чесночном маринаде, на третьем — гребешки в маринаде с черемшой).

Покупатели сходятся во мнении, что объявлять сейчас один из дней недели рыбным было бы странно.

— Я, например, горячо поддержу эту инициативу, а сам пойду в шашлычную и наемся мяса, — улыбается будущий юрист Роман. — В советское время был дефицит продуктов.

— Что касается рыбы, то у нас из нее даже колбаса есть, — рассказала «Вечерней Москве» продавец отдела «Деликатесы из коптильни» Светлана Петрова. — Фарш сделан из форели, тунца и масляной рыбы. Покупатели довольно часто берут, потому что это вкусно. Лично для меня четверг до сих пор остается рыбным — стараюсь приготовить в этот день какие-нибудь морепродукты.

Среди покупателей есть даже те, кто приходит на рынок, как на экскурсию в музей. Они тщательно изучают вопрос, интересуясь происхождением корюшки или лосося, перебирают салаты и соусы, переходят из отдела в отдел — и... ничего не покупают.

— Желательно знать заранее, что вам нужно, — говорят продавцы, — иначе можно просто растеряться.

ПАВЕЛ КЛОКОВ
vecher@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АЛЕКСАНДР ПАНИН
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РЫБНОГО СОЮЗА



Советский рыбный четверг был вынужденной административной мерой, продиктованной дефицитом мяса. В условиях современной рыночной экономики навязывать людям конкретный день бессмысленно. Ассортимент продукции колоссальный. Можно каждый вечер в течение месяца есть разные рыбные блюда и ни разу не повториться. Мы даже создали профильную рабочую группу, которая так и называется «Рыбный день — каждый день!». Я уверен, что необходимо пропагандировать и продвигать этот продукт, регулярно включать рыбные блюда в рационы соцучреждений.

АХ, КАКОЮ ВКУСНОЙ ОНА БЫЛА!


ВЛАДИМИР АКИМОВ/РИА НОВОСТИ

20 декабря 1982 года. Рыбные деликатесы в одном из старинных ресторанов столицы «Берлин»

С развитием рыбной промышленности в Советском Союзе простым людям была доступна даже осетрина. Есть даже такая легенда, согласно которой Иосиф Сталин отдыхал в Абхазии и, отведав как-то осетрового шашлыка, поинтересовался, сколько такая рыба стоит. Ему честно ответили: десять рублей. На что тот покачал головой и велел снизить стоимость до трех рублей, чтобы рабочий класс тоже мог себе позволить такой вкусный шашлык. Иногда в советских магазинах появлялись продукты, о которых в народе говорили: ни рыба, ни мясо. Скажем, мясо кита с красной мякотью и рыбным вкусом. Его добывали в рамках китобойного промысла с 1930-х годов. Стоило такое мясо всего 60 копеек за один килограмм.

Продвижение рыбной темы проходило на государственном уровне. В газетах и на плакатах агитировали: «Не всякий знает человек, как вкусен серебристый хек». Или: «Всем попробовать пора бы, как вкусны и нежны крабы».


РИА НОВОСТИ

5 мая 1983 года. Русские закуски ресторана «Метрополь». Осетрина с гарниром

НЕДВИЖИМОСТЬ На правах рекламы

СКОЛЬКО СТОИТ МОЯ КВАРТИРА?

На рынке вторичного жилья сейчас заметно оживление, даже несмотря на то, что ипотечные ставки высокие. А вот продажа новостроек замедлилась. Чтобы выгодно продать или обменять свою Квартиру, узнайте ее реальную стоимость в Агентстве «ТВОЯ Квартира» +7(495)374-64-64.

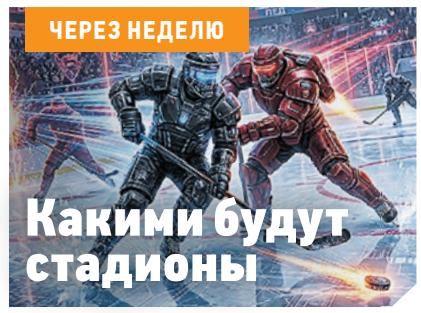
Выгодно продайте свою недвижимость и купите **проверенную** квартиру в Москве или области, на вторичном рынке или новостройку, но со скидками.

Звоните сейчас, чтобы узнать **за сколько можно продать вашу квартиру**. С 9 до 21 без выходных.

+7 (495) 374-64-64 Ankvartira.ru

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)

«Вечерка» продолжает рубрику «ВзглянИИ». Сегодня столица стремительно развивается, а какой Москва будет через 100 лет? Мы предлагаем пофантазировать: какие профессии появятся, как преобразятся улицы, транспорт. А еще с помощью нейросети мы впервые оживили изображения. Наведите смартфон на QR-код и загляните в будущее!



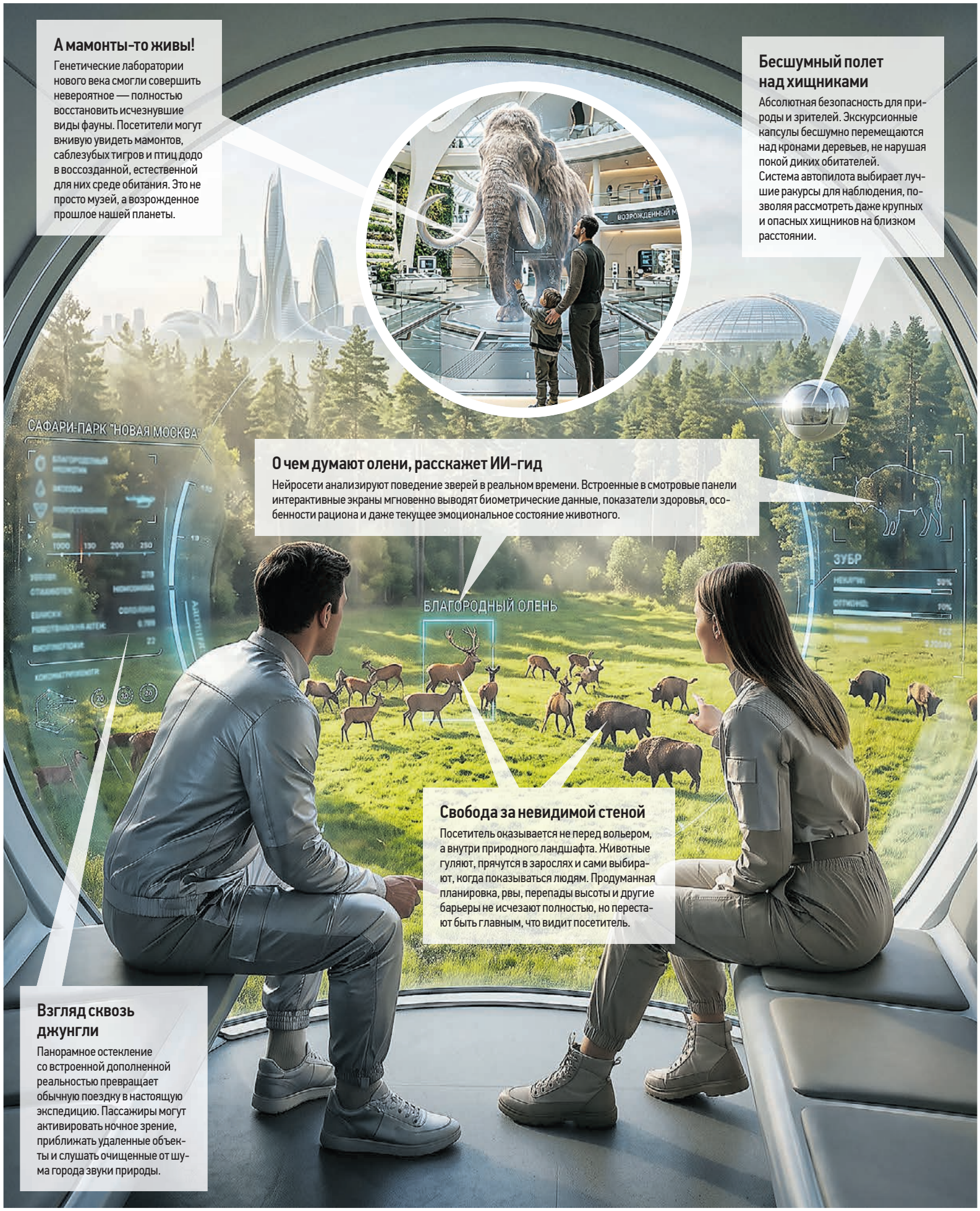
Перезагрузка природы

Мир вокруг нас меняется, и даже привычные места отдыха обретают новые черты. Зоопарки, которые сегодня многие воспринимают как клетки с животными за стеклом и решетками, в будущем могут стать совсем иными.

По мнению зоолога, кандидата биологических наук и старшего научного сотрудника Биомузея Натальи Веселовой, через сто лет зоопарки могут превратиться в природные парки, где животных будут отделять от посетителей не решетки, а естественные преграды. А экскурсии по таким пространствам, возможно, доверят искусственному интеллекту.

— Это будет, скорее, что-то среднее между национальным парком и большим сафари-парком, — считает специалист.

Первые шаги к зоопаркам нового типа уже делают: вместо привычных ограждений все чаще используют рвы, естественные преграды и специальные конструкции, позволяющие наблюдать за животными в открытой среде.



Наведи, и картинка оживет!



Смотри больше видео

VECHER@VM.RU

Подготовили **ВИКТОР ЕГОРОВ** и нейросети (графика и видео), **СОФИЯ ПЕТРОВСКАЯ** (текст), vecher@vm.ru

Регулярно из социальных сетей мы узнаем о новых явлениях в современном обществе. И некоторые из них эпатируют настолько, что даже вызывают сомнения. «Вечерка» в рубрике «Проверка тренда» будет внимательно выяснять факты и развенчивать мифы

Чипсы за два миллиона

В соцсетях обсудили странное увлечение москвички, которая собрала коллекцию пачек от чипсов. Пустые упаковки девушка с аккуратностью филателиста разложила по прозрачным файликам и хранит в альбоме.



ЛИЧНЫЙ АРХИВ

В коллекции Святослава Войтеховича-Хельмута больше 27 тысяч банок из 172 стран мира

Всего во владении героини ролика — 53 разные упаковки, некоторые из этих чипсов уже не выпускают. Судя по всему, создательницу клипа пока можно назвать новичком: в сети попадались подобные коллекции и посолиднее. В объявлении, размещенном в октябре на известной онлайн-платформе, житель столицы рассказал, что в его коллекцию входят упаковки от чипсов, выпущенных с 1999 по 2025 год. Всего в ней более 800 экземпляров. И всем этим богатством мужчина готов поделиться за два с половиной миллиона рублей...

«ВМ» поинтересовалась, нет ли в городе еще и собирателей алюминиевых банок. Им в одном материале с коллекционерами чипсов было бы уютно. И наши поиски увенчались успехом! Оказывается, в Москве живет владелец одной из самых крупных в Восточной Европе коллекций банок — Святослав Войтеховича-Хельмут.

ПОЛУЧИЛ ПРИЛИЧНУЮ СУММУ, КОГДА ПРОДАЛ ОБЕРТКИ ОТ ЖВАЧЕК

— В 1980-х это было модно и престижно, учитывая, что в Союз ничего не привозили, — говорит Святослав. — У моих родителей был выход к заграничным товарам. Благодаря им коллекция потихоньку и начала собираться. В мае следующего года моему увлечению исполнится уже 40 лет!



Объявление на онлайн-платформе: коллекционер просит крупную сумму за 800 пачек от чипсов

О стоимости своих драгоценных банок Святослав не распространяется. Однако он отметил, что цена одной из них на аукционе шагнула за 10 тысяч евро (больше 902 тысяч рублей).

Еще один коллекционер, Владислав Кузнецов, интересуется всем, что связано с жевательной резинкой: например, вкладышами, обертками... Ему удалось собрать больше 20 тысяч разных предметов.

— У меня была идея открыть музей, но ее пришлось отбросить, а часть коллекции продать. Тогда я понял: помимо того, что мне хобби приносит удовольствие, это еще и инвестиции. Я получил очень приличную сумму, на которую не рассчитывал, — отметил Кузнецов.

НИКИТА БЕССАРАБОВ
vecher@vm.ru

ВООРУЖЕН ДО ЗУБОВ

Какие только вещи не собирают жители страны! Липецкий доктор Григорий Флейшер ищет средства гигиены полости рта. Сейчас Григорий Михайлович на пенсии. Но продолжает пополнять коллекцию зубных щеток и ершиков, паст и зубных нитей...

— Практически все зубные пасты, которые сейчас продаются, у меня есть. Даже имеется коробка от зубного порошка царских времен. В коллекции больше 10 тысяч предметов. Я половину пенсии трачу на ее пополнение каждый месяц, — говорит он. Мужчина мечтает со временем найти спонсора и открыть выставку, показывать ее людям.



SHUTTERSTOCK/FOTODOM

ЧАСТНОСТИ

На правах рекламы

Недвижимость

● **Срочный выкуп**, сниму комнату, квартиру, дом, дачу, земельный участок, любую недвижимость. Опыт 16 лет. Александра. Т. 8 (926) 316-66-17

● Куплю квартиру дачу срочно в Москве и МО. Т. 8(495)773-46-35

● Сниму кв., комнату. Т. (916) 959-13-08

● Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74

● Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42

Юридические услуги

Профессиональные ЮРИСТЫ
Отобрали квартиру? Не дают наследство? Попали на мошенников?
Срочная защита.
Вернём деньги и недвижимость.
Исправляем ошибки юристов.
Бесплатная консультация
Телефон 8 (495) 147-07-03

● Юристы и адвокаты. Консультация бесплатная! Т. 8 (495) 201-25-12

● Юристы и адвокаты! Т. (499) 755-66-86

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

● Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (985) 210-25-63

● Юрист, медиатор. Т. 8 (920) 426-44-30

Авто, запчасти, транспортные услуги

● Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81

Строительство и ремонт

БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ
ОКНА ПВХ AL provedal
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
8 (495) 543-53-97
8 (495) 782-54-48
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

● Замена замков. Т. 8 (925) 402-84-54

● **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

● Строит. и ремонт. Т. 8 (925) 224-27-09

Искусство и коллекционирование

МУЗЕЙ старинной книги
ДОРОГО КУПИТ 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

● Хрусталь, фарфор, мельхиор. Т. 8 (905) 744-11-33

● Купим книги. Т. 8 (499) 136-27-60

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!

КОМИССИОНКА
ПОКУПАЕМ ДОРОГО!
СССР • АНТИКВАРИАТ • И МНОГОЕ ДРУГОЕ:
• СОВЕТСКИЙ ФАРФОР • ХРУСТАЛЬ • ЧАСЫ
• ЗНАЧКИ • МОНЕТЫ • ФОТОАППАРАТЫ
• ПЛАСТИНКИ • ЯНТАРЬ • БИЖУТЕРИЯ
• ЕЛ. ИГРУШКИ СССР • ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА
• МЕБЕЛЬ И МНОГОЕ ДРУГОЕ
ВЫЕЗД И ОЦЕНКА БЕСПЛАТНО!
ЧЕСТНЫЕ ЦЕНЫ | СРАЗУ РАСЧЕТ НА МЕСТЕ | ЗВОНИТЕ – ДОГОВОРИМСЯ!
+7 (926) 489-85-05 Шаболовка, 69/32

● Куплю книги на иностранных языках до 1917 г. Т. 8 (985) 275-43-33

● Книги, архивы, ноты, фотографии до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33

Куплю: грампластинки, вазы, значки, открытки, фотоаппараты, часы, столовые приборы, чайные пары, статуэтки, изделия из чугуна, бронзы, кости, иконы, подстаканники, портсигары, детские и елочные игрушки, аудиокассеты. Т. 8 (995) 920-84-38

● Книги до 1945 г. от 1000 р. до 500 000 р. Полки. Т. 8 (964) 585-40-04

● Грампластинки, фотоаппараты, предметы искусства. Т. 8 (985) 979-56-09

Товары и услуги

ТЕЛЕМАСТЕР

Дмитрий
НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ
Настройка смарт ТВ
Настройка цифровой ТВ-приставки
Прошивка телевизора
Рябит
Плохо показывает
Тихий звук
Прокладка антенного кабеля
Подключение и настройка ТВ
Нет сигнала
Плохо работает пульт
8-967-026-88-87

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

● Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Работа и образование

Детская городская поликлиника № 58
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ
уборщика служебных помещений!
График работы — 5/2
Официальное трудоустройство
Заработная плата от 70 000 руб.!
Обращаться по тел.:
8 (495) 757-17-08

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

Телефон рекламной службы
(499) 557-04-04
доб. 133

Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)

Чем заняться после рабочей недели? В столице огромное количество событий! В рубрике «Выходные» мы специально для вас, дорогие читатели, составили афишу, уделив в этот раз особое внимание Африке. В это воскресенье москвичам будет от чего удивиться: «Ну и Африка, вот так Африка!»

ПРЕМЬЕРА РУБРИКИ ВЫХОДНЫЕ



ВЕДУЩИЕ РУБРИКИ



ОЛЬГА КУЗЬМИНА
Обозреватель, любит рассказывать и слушать смешные истории, лепить пельмени, рисовать шаржи и растить цветы. Обожает театр, классическую музыку и стихи Андрея Вознесенского, ненавидит комаров и мошкару.



НИКИТА БЕССАРАБОВ
Редактор. Обожает хорошую музыку и природу. Скучает по экспедициям. Любит спорт, хоть это и не всегда взаимно. При выборе досуга действует спонтанно — в надежде, что день сам решит его удивить.

УТРО

Всем нам остро не хватает... драконов. Давайте сходим к ним в гости!

Сказки бывают разные. Эта — хрустальная.

ШОУ

Это шоу называют «Фэнтези в дворцовой эстетике». История разворачивается в замке, заточенном в хрусталь. Раньше тут было полно драконов, но потом Принц случайно встретился с черно-белым Магом, и эта встреча драконов погубила. Бал-маскарад сменится поединком между злом и добром. Спецэффекты, яркие костюмы, заколдованный мир... Ну красота! Классное утреннее впечатление для ленивой субботы с поздним завтраком.

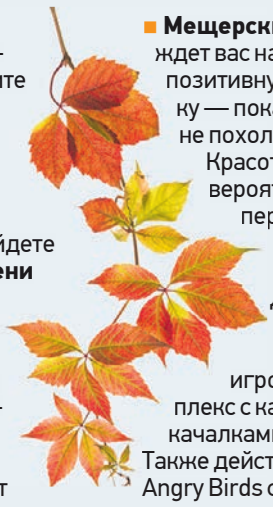
31 октября
с 12:00
Б. Грузинская ул., 8, стр. 7

СТРАШНО, ДА?

Праздник Хэллоуин и правда жутковатый, но веселый. Кулинарные мастер-классы в этот день расписаны заранее, но вдруг вам повезет? Если так — узнаете море интересного. И пусть вам будет страшно вкусно, и не только в этот день.

31 октября
студия «Игра столов», время уточняйте у операторов
ул. Гарибальди, 23

ОСЕНЬ ПРАВИТ В ПАРКАХ БАЛ



■ Пока не все листья облетели — не упустите момент пофоткаться в потрясающем тоннеле из осенней листвы. Вы найдете его **в саду имени Баумана**. Войдешь в него — и будто дома у царицы Осени побываешь. Не затягивайте только, а то облетят виноградные листья, да и все...

Ежедневно с 06:00 до 00:00, вход свободный
ул. Старая Басманная, 15а, стр. 4

■ **Мещерский парк** ждет вас на долгую позитивную прогулку — пока совсем не похолодало. Красота — невероятная, вода, перевернутое небо в глади озера... Для детей в парке оборудован игровой комплекс с качелями, качалками и батутами. Также действует парк Angry Birds с рогаткой, как в мультсериале, есть и веревочный парк.

Круглосуточно, бесплатно
От станции Солнечная до входа в Мещерский парк 13 мин. пешком

У каждой милой булочки непременно существует биография

Помните, когда-то давно были в продаже булочки по 3 копейки? Круглые, разделенные пополам надрезом? Ах, как вкусна была их корочка! А мякоть...

ЛИКБЕЗ

Или вам нравились калачи с Калининского проспекта? Того, что давно уже стал Новым Арбатом? Или вы ценитель бубликов? А может, любили строгую городскую булку или сдобу, посыпанную пудрой? В центре «Зотов» теме хлеба, его истории с незапамятных времен и до наших дней, посвящена целая выставка, которую можно и, главное, нужно посетить всей семьей.

Вы узнаете, как менялся хлеб: его история от печи до выхода на городские прилавки. Хлеб — наше все, он всему голова, он лежит в основе здорового питания (употребляемый в адекватном количестве) и давно стал культурным символом страны. В экспозиции, помимо прочего, представлены произведения Бориса Кустодиева, Кузьмы Петрова-Водкина, Ильи Машкова, Александра Родченко и Виктора Пивоварова, а также множество интерактивов.

31 октября
Центр «Зотов», с 11:00 и каждый час
ул. Ходынская, 2, стр. 1



КОШЕВОЙ ВИКТОР/ФОТОХРОНИКА ТАСС

Москва, ноябрь 1984 года. Пекарь хлебозавода № 18 Ирина Терехова со свежей выпечкой

ДЕНЬ

ВЕЧЕР

Иоганн Себастьян, Магдалена и море музыки

Любовь Баха и его жены пережила не один век.

КОНЦЕРТ

Анна Магдалена воспитывала детей, но не забывала о музыке: она отлично пела. Бах восхищался ее талантами и увековечил ее имя «Тетрадью Анны Магдалены Бах». Историю их любви можно послушать под органную музыку: Анну сыграет актриса Ингеборга Любомирская, а Баха — органист Алексей Шевченко.

31 октября
Римско-католический кафедральный собор, 20:00
М. Грузинская ул., 27/13



ОРГАННЫЕ КОНЦЕРТЫ В РИМСКО-КАТОЛИЧЕСКОМ СОБОРЕ

Ингеборга Любомирская в роли Анны Магдалены Бах

СМЕЛАЯ КЛАССИКА

Учебный театр Театрального института им. Бориса Щукина на площадке «Шаляпинский дом» покажет спектакль «Фауст. Первая часть». Потрясающая постановка знаменитой Людмилы Максаковой восхищает легкостью и простотой. В ней нет никаких новомодных выкрутасов, есть лишь прекрасная игра молодых артистов, великолепно подобранная музыка — сплошь классика, и какая! — и та головокружительная глубина, которой отличается одно из главных произведений мировой литературы: напомним, что Гете писал «Фауста» 60 лет. Если вы хотите понять его — вам точно сюда. Не пожалеете, восхититесь и посмотрите на будущих звезд.

31 октября
Б. Николопесковский пер., 15, стр. 1

СУББОТА

УТРО



АНАСТАСИЯ ИГНАТОВА

Профессиональный музыкант, мультиинструменталист Лидия Ульрих на мастер-классе проекта «Музыка мира»

Ходите в Африку гулять

Саммит «Россия — Африка» стал одной из главных тем для обсуждения на этой неделе. Раз уж все будние дни мы так плотно занимаемся изучением Африканского континента, то и выходные надо провести в том же духе.

Важные дела часто мешают взрослым фантазировать с размахом. А вот для ребенка телепортироваться на другой континент и провести там полдня — плевое дело. Сделать визит к крокодилам и бегемотам более осязаемым поможет мастер-класс, который проведут в эти выходные.

ДЕТЯМ

Ведущими мероприятия станут музыковед, игропедагог, путешественник Анна Ильичева и профессиональный музыкант, мультиинструменталист Лидия Ульрих. Ребята, которые рискнут пойти вместе с ними в культпоход, будут изучать музыку Западной и Центральной Африки, ритмизировать, пытаться играть на музыкальных инструментах и ловить энергию других культур.

Программа мастер-класса выглядит интересно. Первое в списке дел — собраться в круг как африканское племя. Затем участникам события предстоит спеть песню-приветствие Fanga Alafia — она символизирует мир, дружбу и открытость. Далее они устроят ритмическую разминку с хлопками под африканскую песню Amawole и выучат название барабанов Западной Африки — джембе, дундун, калангу, калабаш.

В финале учителя пригласят родителей — получится настоящий африканский хор.

1 ноября
ул. Новая Басманная, 23, стр. 2

КОЕ-ЧТО ЕЩЕ

1 ноября отмечают День лисы. В Африке они тоже водятся. Африканские пустынные лисицы — фенеки — давно завоевали сердца россиян. Всех умиляют огромные уши этих малышей. Фенеков можно увидеть в Московском зоопарке.



СПЕШИТЕ ВИДЕТЬ



■ В Музее Востока проходит выставка современного африканского искусства «Искусство Африки сегодня». Экспозиция стала одним из ключевых событий IV Международного фестиваля «Африка. Вместе в будущее». В это воскресенье выставка завершает работу, так что, если вам интересно ее увидеть, времени осталось совсем мало.

1 ноября
Никитский бул., 12А, стр. 1

ВОСКРЕСЕНЬЕ

Учим язык танца с Черного континента

Люди танцуют везде, при этом в разных точках мира они делают это по-своему. Научиться танцу другой страны — все равно что выучить иностранный язык.

ТРЕНИРОВКА

В Африке танец был и остается средством передачи знаний и опыта, сохранения истории и мифов. Изучать язык африканского танца, пусть и несколько видоизмененный, можно даже в Москве. Направление афро — это сочетание этнической хореографии и современной клубной музыки. Первая составляющая сделала танец ярким и запоминающимся, с особенным колоритом. Благодаря второй он стал популярным.

Организаторы танцевальных тренировок в столице говорят, что зажигательное афро развивает пластику тела, делает человека более свободным и раскрепощенным.

1 ноября
14:00
ул. Мясницкая, 15



ВИКТОР ХАБАРОВ

Фитнес-тренер Максий Кесаролкар танцует зумбу на спортплощадке в Новой Москве

ДЕНЬ

ВЕЧЕР



26 августа. Участники фестиваля в честь стран Юга Африки: Бузи (слева) и Лунги. **ФОТО:** ИЛЬЯ ПРОШИН

Романтический ужин со страусом при свечах

Путь к сердцу туриста лежит через желудок. Изучать культуру страны, а уж тем более целого континента, не пробуя традиционную кухню, просто нонсенс!

ЕДА

В Москве африканские блюда подают далеко не везде. Однако ничего невозможного для жителей столицы нет. Нужно просто знать места.

Оказывается, на территории «Москвы-Сити» есть занятный ресторан, название которого с африканского языка суахили переводится как «община» или «семья». В интерьере этого заведения много резного дерева и характерных этнических орнаментов.

В меню паста и суши уживаются с традиционными блюдами.

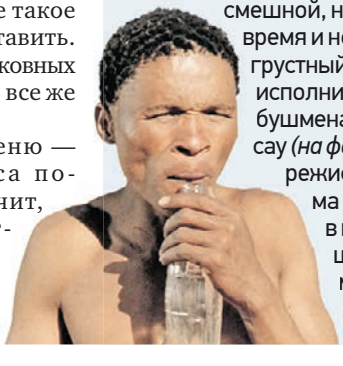
Первое, что приходит на ум, когда говорят об Африке, — экзотика. Буйволы, крокодилы, страусы. В московском ресторане такое сложно представить. Однако подмосковных страусов здесь все же подают!

Одно из блюд в меню — кюфта из страуса по-марокканski. Звучит, согласитесь, интригующе.

1 ноября
1-й Красногвардейский пр-д, 21, стр. 2

КИНО БУДЕТ

Обожаю африканский фильм «Боги, наверное, сошли с ума». Планирую пересмотреть его в выходные и вам советую. Сюжет такой: в дикие леса Африки с небес падает бутылка «Колы». А подбирает ее охотник из племени бушменов. И этот крошечный осколок цивилизации разрушает их мир. Это комедия. Фильм смешной, но в то же время и немного грустный. Кстати, исполнителя роли бушмена — Никсау *(на фото)* — режиссер фильма нашел в настоящем племени в Намибии.



Вечерняя Москва (вечерний выпуск), четверг, **29 октября 2026 года,** № 90 (30549)

ПОГОДА

Ноябрь меняет правила

Прогнозом погоды на выходные поделилась главный специалист информационного агентства «Метеоновости» Татьяна Позднякова.

По ее словам, в субботу будет более облачно, но осадков пока не ожидается. За счет большего количества облаков ночи станут теплее.
— Ночная температура +2...+4, днем +9...+11, — подчеркивает Позднякова. Ветер еще сохранит юго-восточное направление.

1 ноября тоже существенных осадков не ожидается. Но ночью станет прохладнее: 0...+5. Днем +5...+10. Далее, по словам собеседницы, температура будет постепенно понижаться. Погода ухудшится.
— Большинство моделей показывают, что осадки в смешанной фазе, то есть мокрый снег с дождем могут быть в конце первой пятидневки ноября, — добавила Позднякова.

ВЛАДИМИР АНДРЕЕВ
vecher@vm.ru



Москвичка Эльмира Гаджимурадова гуляет по велопешеходному мосту.
ФОТО: АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

СКАНВОРД

Составил **ОЛЕГ ВАСИЛЬЕВ** / vecher@vm.ru



КУДА ЕДУТ В СЕВАСТОПОЛЬ? | «ДРАКА В ПЕРЧАТКАХ» | НЕДОСТАЧА ГАЛИМАТЬИ | ГЕРОЙ АДА
СУДОВОЕ ПОЛОТНИЩЕ | «ТУЛУП» БАРАНА | «КОРОЛЬ ЯДОВ» | АМЕРИКАНСКИЙ ШТАТ, ПОСТРАДАВШИЙ ОТ «ЗОЛОТОЙ ЛИХОРАДКИ»
ЛИРИЧЕСКИЙ ОПУС ПОД ГИТАРУ | «ЭЛЕКТРОСТАНЦИЯ» ПОД КАПОТОМ | «ВЫХОД» ДЛЯ ВОДЫ
ЛИПА В СЕТИ | НОГТЕВОЙ МАРАФЕТ
АНДРЕЙ БОГОЛЮБСКИЙ ПО ОТНОШЕНИЮ К ГРУЗИНСКОЙ ЦАРИЦЕ ТАМАРЕ | СМОТРИТЕ ФОТО | ДУХОВНОЕ МАСЛО | ХАЛАТ НА ЯПОНКЕ | С КАКОЙ ИГРОЙ СВЯЗАНЫ МЯЧИКИ, КОТОРЫЕ ЛЮБИЛ ПОДПИСЫВАТЬ ПРЕЗИДЕНТ РИЧАРД НИКСОН?
СОСТАРИВШИЙСЯ ЯБЕДА
РЕЕСТР КУШАНИЙ | ПОРТ ИЗ РАССКАЗОВ ГРИНА | «ПОКРЫШКА» СУГРОБА | ПОВОД ДЛЯ РАДОСТИ У РЫБАКА
ТЕЛЕСНОЕ ПАННО | ПОТОМСТВЕННАЯ ЦИРКАЧКА, СТАВШАЯ ЗВЕЗДОЙ СОВЕТСКОГО КИНО
ВЫСОКОПАРНАЯ КРОВАТЬ | БОСС МАСТИ
МУЛЬТЯШНЫЙ ДОМОВОЙ | РАССУЖДЕНИЯ ТРЕПАЧЕЙ | КОЛЛИНЗ ДЛЯ БАРМЕНА | ВОЙСКО ИЗ КОЧЕВНИКОВ | С ЧЕГО УРОЖАЙ СОБИРАЮТ?
ЗА ЧТО, КАК СЧИТАЛ ВЛАДИМИР НЕМИРОВИЧ-ДАНЧЕНКО, «ЖЕНЩИНЫ ЛЮБИЛИ ЧЕХОВА»?
ВЫХЛОП МАГИИ | УЗКИЙ ... ГЛАЗ У АЗИАТОВ | ТРАВЯНОЙ «НАДОЙ»

ОТВЕТЫ

По горизонтали: Рубило. Мышьяк. Роман. Спид. Сенор. Фейк. Гольф. Меню. Маникюр. Татуировка. Люке. Кузов. Болтовня. Танкер. Чудо. Укос. Разрез. Станок.
По вертикали: Парус. Стукач. Крыло. Аккумулятор. Бокс. Дюжева. Енот. Туз. Кимоно. Смысл. Лисс. Нарт. Орда. Дьявол. Кнев. Нива. Канифоль.

«ВМ» запустила рубрику «Опорный пункт защиты русского языка». Заметили случаи искажения «великого и могучего»? Пишите нам!

Трудности столичной топонимики и не только

Дорогие друзья, ждем новых писем от вас и продолжаем отвечать на вопросы.

Добрый день, дорогая редакция. Я всю жизнь прожила на юго-западе Москвы, сейчас это район Коньково. Рядом с нашим домом проходит улица Островитянова. С детства все жители района, включая и дикторский голос в автобусах, объявляющий остановки, говорили «улица ОстровитЯнова», с ударением на букве «я». Но вдруг, лет пять назад, в автобусах заговорили новые голоса: «улица ОстровИтянова», с ударением на «и». Это было очень неприятно, старое поколение говорит по-старому, новое учат по-другому. Разъясните, как же правильно, ведь если эта фамилия имеет производную от слова «островитЯне», тогда в автобусах подается неверная информация.
С уважением, Татьяна Лапшина

На вопрос Татьяны Лапшиной отвечает филолог Марина Клепацкая.

— Спасибо за интересный вопрос, Татьяна. В названии улицы спрятаны и история, и фонетика, и привычки горожан... Итак, улица ОстровитЯнова» — ударение на «я», 4-й слог. Именно так говорят дикторы, так пишут в официальных справочниках, так принято в топонимической норме Москвы. Более того: именно такой вариант закреплен в словарях московских топонимов и считается литературной нормой для названия улицы: загляните в «Словарь собственных имен русского языка» Ф. Л. Агеенко.
Но в последние годы наблюдается тенденция: все чаще возвращается исходное ударение — «улица ОстровИтянова». Именно так название и звучит все чаще в живой московской речи. Но это не просто «ошибка на слух», а отражение того, как люди хотят сохранить память о советском экономисте и академике Константине Васильевиче ОстровИтянове. В его фамилии ударение делалось именно на «И». Но когда фамилия становится названием улицы, то начинает жить по другим правилам: ее произносят сотни людей каждый день, и язык ищет тот самый удобный вариант, чтобы звучать в обиходной речи как можно привычнее.
Сначала нормой становится «удобный» вариант «ОстровитЯнова», а спустя десятилетия часть людей начинает хотеть вернуть «историческое» звучание «ОстровИтянова». Это не борьба «правильного» и «неправильного», а естественный процесс: язык балансирует между удобством и памятью. Поэтому в современной речи оба варианта допустимы, хотя нормативным в словарях по-прежнему закреплен вариант с ударением на «я». Получается интересный конфликт: с одной стороны — норма, с другой — личная и историческая связь. Язык умеет держать оба этих смысла одновременно, и в этом его красота.


PASTVU.COM

Фото из журнала «Строительство и архитектура Москвы»: москвичи на улице Островитянова, вид на дом 21. 1973 год

Ждем ваших писем с пометкой **«Опорный пункт»**
VECHER@VM.RU

Недавно увидела в интернете объявление: фирма сообщает, что у них «проходит набор на свободные вакансии...». Скажите, разве это правильно написано?
Дина Сетишева

Чувствуется, Дина, что вы и сами прекрасно знаете ответ. Ну конечно, это неправильно. Это плеоназм — речевая избыточность. Вакансия по определению означает свободное место. Сказать «свободная вакансия» — все равно что назвать сувенир памятным.

Не смогла тут адекватно объяснить внуку значение фразеологизма «собаку съел...». Не могли бы вы разъяснить, при чем тут вообще собака? И зачем и кому ее надо есть?
Елена Павловна Александрова

Услышав выражение «съесть собаку», все мы, конечно, понимаем, что речь идет о неком опыте: «съел собаку» — значит, «разбирается в таком-то вопросе». Но тут важно понимать, что у этого выражения есть продолжение: «съел собаку, а хвостом подавился». Нетрудно догадаться, что в таком варианте смысл фразеологического оборота меняется: «все сделал, но на сущей мелочи «подорвался». Существует несколько версий происхождения этого выражения. По первой и, пожалуй, основной версии, данный оборот появился в крестьянской среде. Крестьяне много работали, но порой голодали — «голоден так, что и собаку бы съел». Схожая поговорка была у древних римлян: Linguam caninam comedit, или «язык собачий съел», говорили о болтунах. Есть предположение, что это своего рода издевка.

ОЛЬГА КУЗЬМИНА
vecher@vm.ru